

# NBV-Nachwuchsförderung U11- U13

## DEMONSTRATIONSFÄHIGKEIT

Basis-Techniken- Sichtungungslehrgang



### L4V3 Nachstellschritte ins Vorderfeld

„In dieser Übung kann das Netz für junge Anfänger abgesenkt oder entfernt werden. Es können auch mehr Schüler auf dem Spielfeld untergebracht werden. Die korrekte Ausfallschritt-Technik sollte betont werden, und die Zuspieler sollten sich darauf konzentrieren, den Federball zu fangen. Beginnen Sie mit der Rückhand, dann der Vorhand, und steigern Sie die Übung, indem Sie zwischen Vorhand- und Rückhand-Netzschlägen abwechseln.“



### L21V2 Vom Mittelfeld ans Netz rücken

„In Paaren auf einer halben Spielfeldhälfte arbeitend, starten beide Spieler vom Mittelfeld. Sie spielen flache Schläge von Mittelfeld zu Mittelfeld und suchen die Gelegenheit, nach vorne ans Netz zu gehen und den Angriff zu übernehmen. Der andere Spieler zieht sich dann in eine defensive Position zurück. In der Angriffsposition sollten die Spieler ihre Schläger oben halten, um den Federball früh zu nehmen, und in der Defensivposition sollten die Knie gebeugt und der Schläger vor dem Körper gehalten werden.“



### L16V3 Schlagübung Lob Drop Stop

„Die Übung beginnt mit einem hohen Aufschlag, gefolgt von einem Drop-Shot, dann einem Netzdropschlag und anschließend wieder einem hohen Lift, um die Abfolge zu wiederholen: Lift, Drop, Netz, Lift, Drop, Netz. Hinweis: Die Übung ist kooperativ und nicht wettkampforientiert.“



### L18V2 Schlagübung Wechselsmash und kurze Abwehr

„In dieser Übung trainieren die Spieler sowohl Angriff als auch Verteidigung. Der Ballwechsel beginnt mit einem hohen Aufschlag, gefolgt von einem Smash und dann einem Block zur Verteidigung. Die Abfolge wird dann wiederholt, was bedeutet, dass diese Übung zwischen Lift, Smash und Block wechselt: Lift, Smash, Block.“



### L17V4 Schlagübung Smash und kurze Abwehr

„In dieser Übung übt ein Spieler den Smash, der andere die Blockverteidigung. Die Spieler üben auf einer halben Spielfeldhälfte mit einer festen Abfolge von Schlägen. Spieler eins beginnt mit einem hohen Aufschlag, Spieler zwei smasht, Spieler eins spielt einen defensiven Block ans Netz, und Spieler zwei spielt zurück ans Netz, woraufhin Spieler eins wieder einen Lift ausführt. Die Abfolge wird wiederholt.“

## Bewertungsraster

Die Demonstrationsfähigkeit gilt bestanden, wenn in mindestens 4 Übungen die Note 3 erreicht wurde und in mindestens einer Übung die Note 2. Die Videos 2025 sind vor Sichtung dem Landestrainer per Cloud-Uploud einzureichen. <https://cloud.badminton.de/index.php/s/wxgn2Fo6PANkpcb>

1 (sehr gut)	2 (gut)	3 (befriedigend)	4 (ausreichend)	5 (mangelhaft)
Techniken und Bewegungen werden klar, präzise und flüssig vorgeführt. Optimale Körperhaltung und Timing, die Techniken sind nachvollziehbar und korrekt.	Gute Demonstration mit kleineren Ungenauigkeiten. Gesamte Technik verständlich und größtenteils korrekt.	Grundlegende Techniken werden vorgeführt, aber es bestehen sichtbare Unsicherheiten oder kleine Fehler.	Demonstration ist verständlich, aber oft unpräzise und unklar. Techniken teilweise fehlerhaft.	Fehlende Klarheit und Präzision; Technik und Timing nicht nachvollziehbar.