



**Special
Olympics**
Deutschland



Badminton

[gesprochen: bäd-minn-ten]

Sport-Regeln von
Special Olympics Deutschland
[gesprochen: speshell olüm-picks]

in Leichter Sprache



Über Special Olympics

Special Olympics [\[gesprochen: speshell olüm-picks\]](#) ist die größte Sport-Organisation für Menschen mit geistiger Behinderung und mehrfacher Behinderung.

Special Olympics gibt es auf der ganzen Welt. Special Olympics bietet in vielen Sportarten Trainings-Angebote und tolle Wettbewerbe.

Bei Special Olympics können alle mitmachen: Menschen mit und ohne Behinderungen.

Bei Special Olympics nennt man

- Menschen mit Behinderungen: Athletinnen und Athleten
- Menschen ohne Behinderungen: Partnerinnen und Partner

Über diese Sport-Regeln

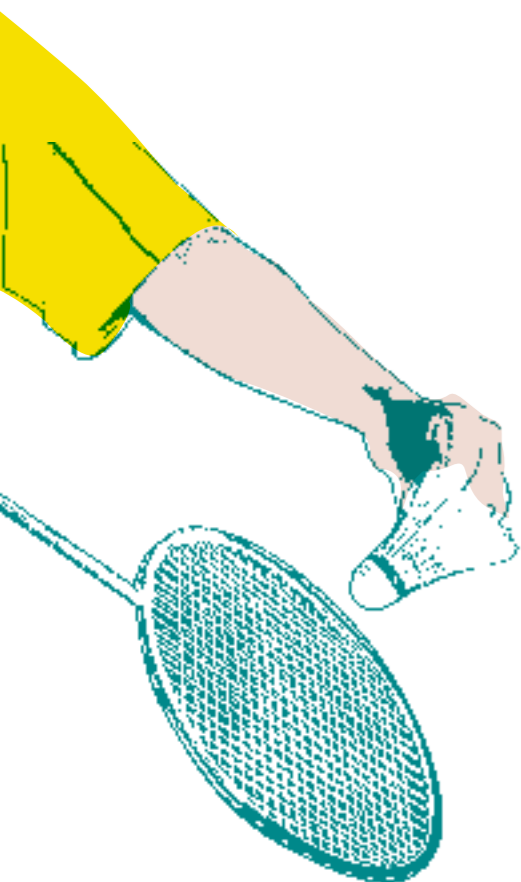
Diese Sport-Regeln sind für alle Wettbewerbe von Special Olympics in der Sportart Badminton [\[gesprochen: bäd-minn-ten\]](#).

Wer beim Badminton mitmacht, muss diese Regeln beachten!

Die Badminton-Regeln von Special Olympics sind angepasst an die Regeln der internationalen Badminton-Vereinigung BWF.

Inhalt

Die Sportart Badminton	Seite 4
Spieler und Spielfeld	
Das Spielfeld	Seite 6
Einzel Doppel	Seite 7
Der Spielbeginn	Seite 8
Der Aufschlag	Seite 9
Das Aufschlag-Feld	Seite 10
Das Aufschlag-Feld beim Doppel	Seite 12
Die Badminton-Wettbewerbe von Special Olympics	Seite 14
Besondere Regeln und Ausnahmen	
Regeln für Athletinnen und Athleten im Rollstuhl	Seite 16
Regeln für das Unified-Doppel	Seite 17
Der Badminton Skill-Test	Seite 18
Zuspielen der Bälle mit der Hand	Seite 20
Schläger-Zuspiel für Schläge über Kopf	Seite 21
Hochspiel-Wettbewerb	Seite 22
Vorhand-Schlag	Seite 23
Rückhand-Schlag	Seite 24
Aufschlag	Seite 25
Wettbewerbe für niedrigere Leistungs-Stärken	Seite 26
Kontakt Über dieses Heft	Rückseite





Die Sportart Badminton

Badminton ist ein Rückschlag-Spiel.

Man spielt es mit einem Federball und einem Schläger.

Man spielt Badminton in einer Sporthalle.

Man spielt über ein Netz in einem Spielfeld.

Man muss den Ball richtig über das Netz schlagen.

Der andere Spieler muss den Ball richtig zurück spielen.

Wenn man einen Fehler macht, bekommt der andere 1 Punkt.

Das sind die Fehler:

- Man kommt nicht an den Ball.
- Der Ball geht „aus“. Das heißt: über den Spielfeld-Rand.
- Der Ball fliegt nicht über das Netz.
- Der Ball berührt den Fußboden, die Wand oder andere Gegenstände.
- Man berührt das Netz mit dem Körper oder mit dem Schläger.
- Man greift mit dem Schläger über das Netz.



Badminton ist anders als Federball spielen.

Beim Badminton spielt man gegen den anderen, um Punkte zu bekommen.

Das heißt: Man spielt so, dass der andere Spieler Fehler macht. Oder so, dass der andere den Ball nicht bekommt.

Wer zuerst 21 Punkte hat und mindestens 2 Punkte Vorsprung, gewinnt den Satz.

Wenn ein Spieler 21 Punkte hat und der andere 20 Punkte, gibt es Verlängerung.

Dann kann das Spiel so lange gehen, bis ein Spieler 2 Punkte Vorsprung hat oder 30 Punkte.

Manchmal geht ein Satz nur so lange, bis ein Spieler 11 oder 15 Punkte hat. Der Schiedsrichter sagt das vorher an.

Das Spiel ist beendet, wenn ein Einzel-Spieler oder ein Team 2 Sätze gewonnen hat.

Spieler und Spielfeld

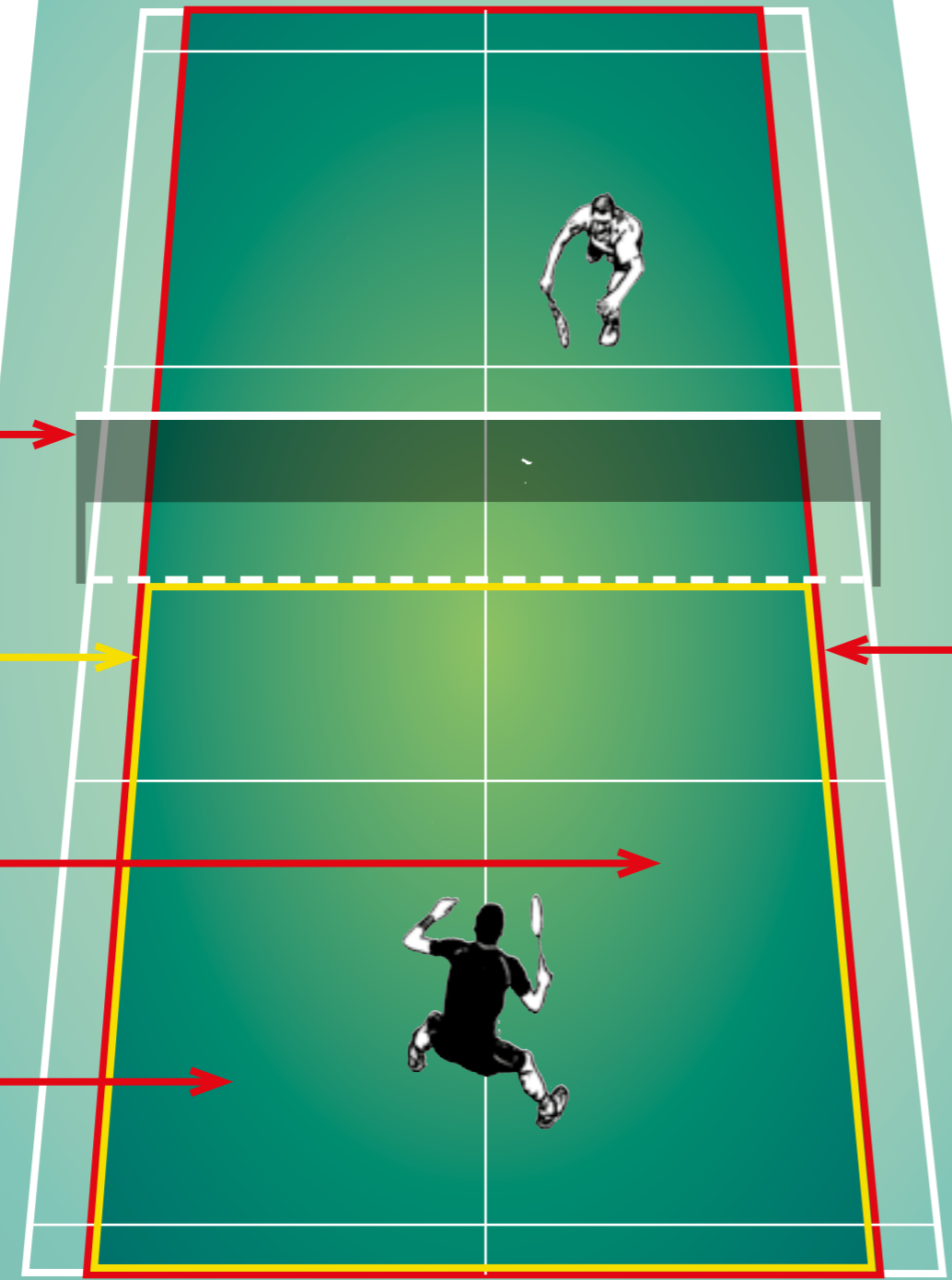
Das Spielfeld

Netz

Halbfeld

rechtes Aufschlag-Feld

linkes Aufschlag-Feld



Einzel

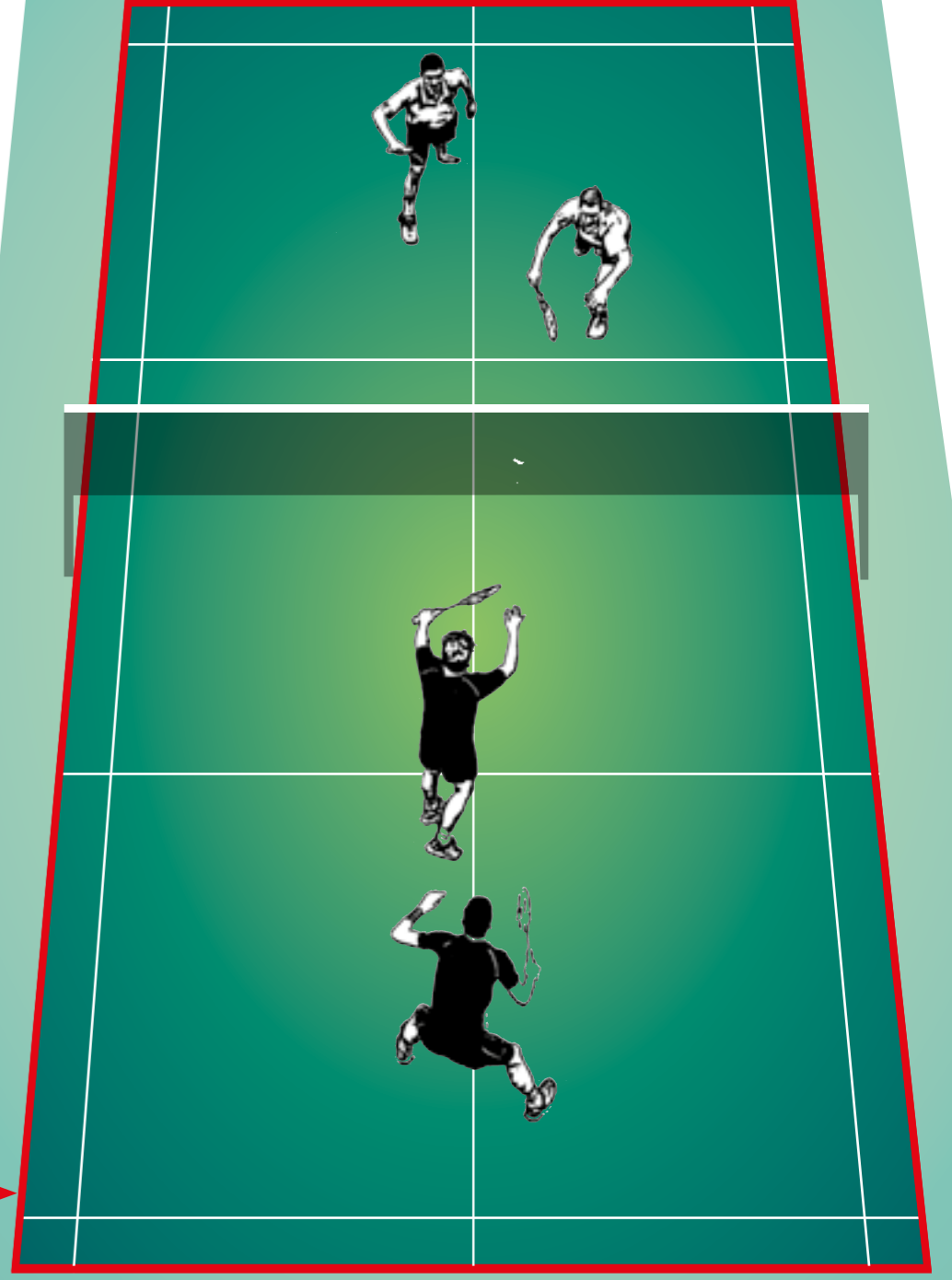
Ein Spieler spielt gegen einen anderen Spieler.
 Das nennt man **Einzel**.
 Das Spielfeld ist schmal.

Spielfeldgrenze beim Einzel

Doppel

Zwei Spieler spielen gegen zwei andere Spieler.
 Das nennt man **Doppel**.
 Das Spielfeld ist breiter als beim Einzel.

Spielfeldgrenze beim Doppel

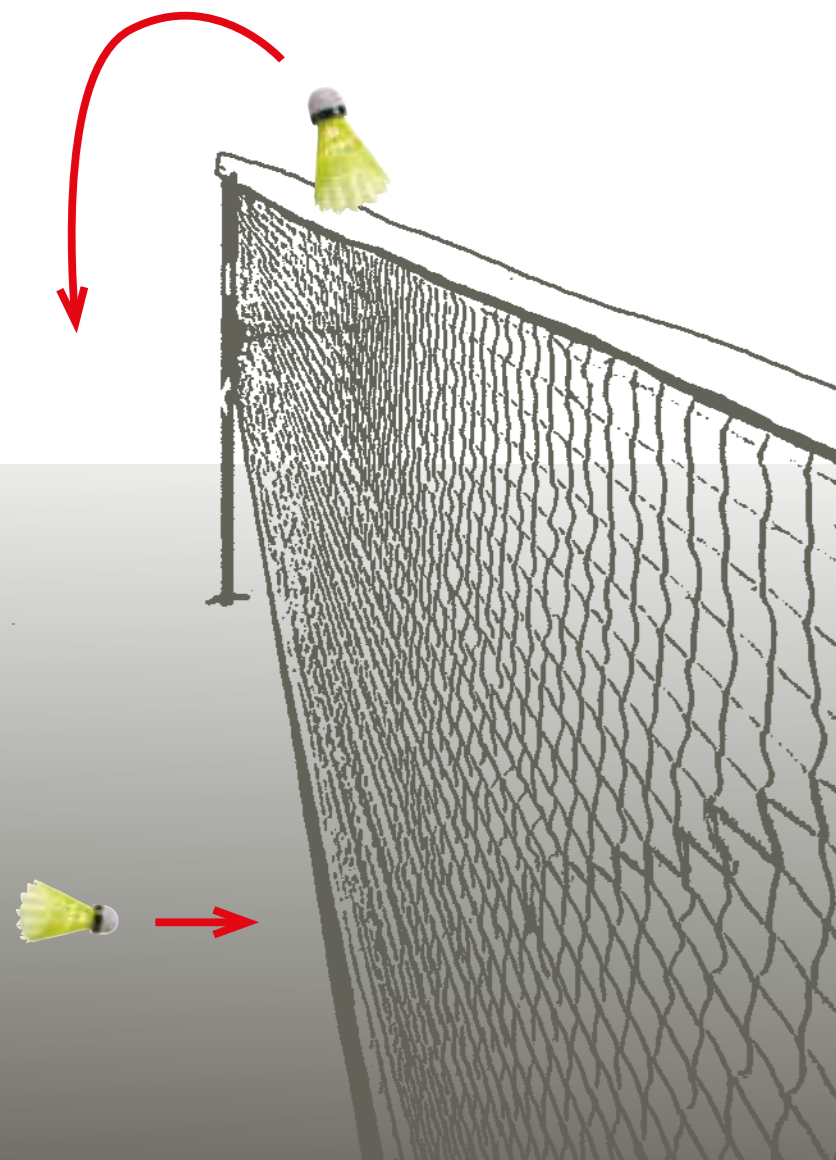


Spieler und Spielfeld

Der Spielbeginn

Der Schiedsrichter stellt den Ball oben auf das Netz.
Er lässt ihn los, und der Ball fällt hinunter.
Der Spieler, zu dem der Ball hin zeigt,
hat den ersten Aufschlag.

Nach einem Satz wechseln die Spieler die Spielfeld-Seiten.



Der Aufschlag

Jeder neue Ballwechsel beginnt mit einem Aufschlag.
Der Einzel-Spieler oder das Doppel,
das den letzten Punkt gewonnen hat,
ist dran mit dem Aufschlag.

Das muss man beim Aufschlag beachten:

- mit dem Ball über das Netz in das Aufschlag-Feld schräg gegenüber zielen
- mit beiden Füßen im Aufschlag-Feld stehen
- nicht auf einer Linie stehen
- nicht über Kopf den Ball aufschlagen

Das Aufschlag-Feld

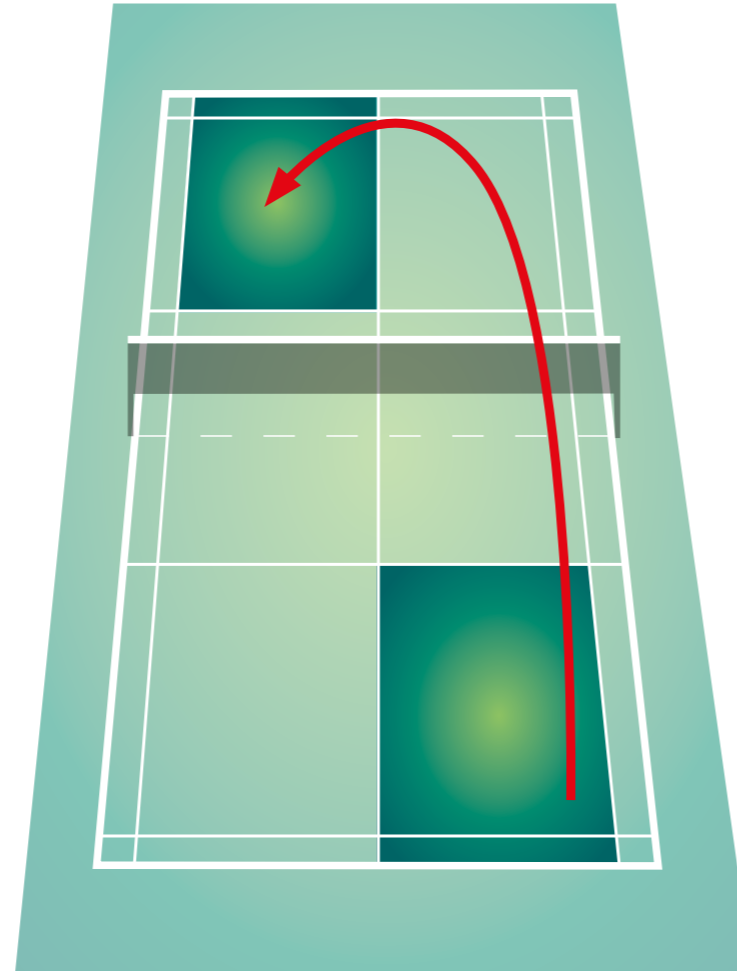
Es hängt vom Punkte-Stand ab,
wo ein Spieler seinen Aufschlag machen muss.

Der Punkte-Stand beginnt mit einer **geraden** Zahl:
zum Beispiel **0, 2, 4, 6, ..., 18, 20**

Dann kommt der Aufschlag von der rechten Seite.



Im Bild:
Der Punkte-Stand ist 2:0 [gesprochen: 2 zu 0].
Das Aufschlag-Feld ist rechts.

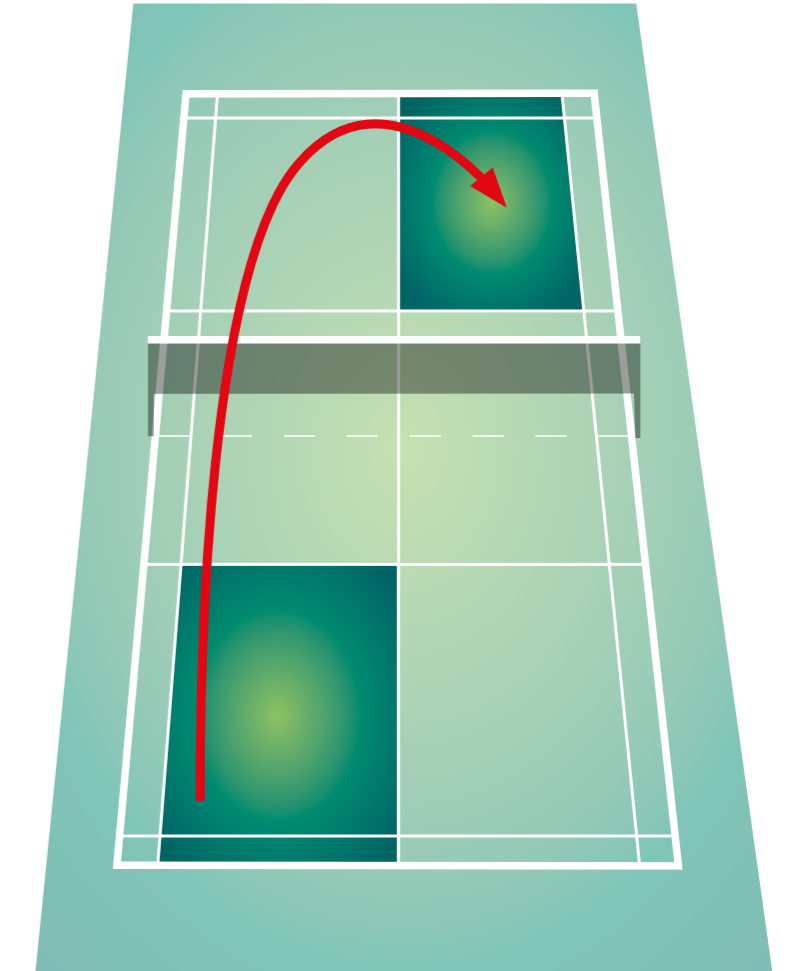


Der Punkte-Stand beginnt mit einer **ungeraden** Zahl:
zum Beispiel **1, 3, 5, ..., 17, 19.**

Dann kommt der Aufschlag von der linken Seite.



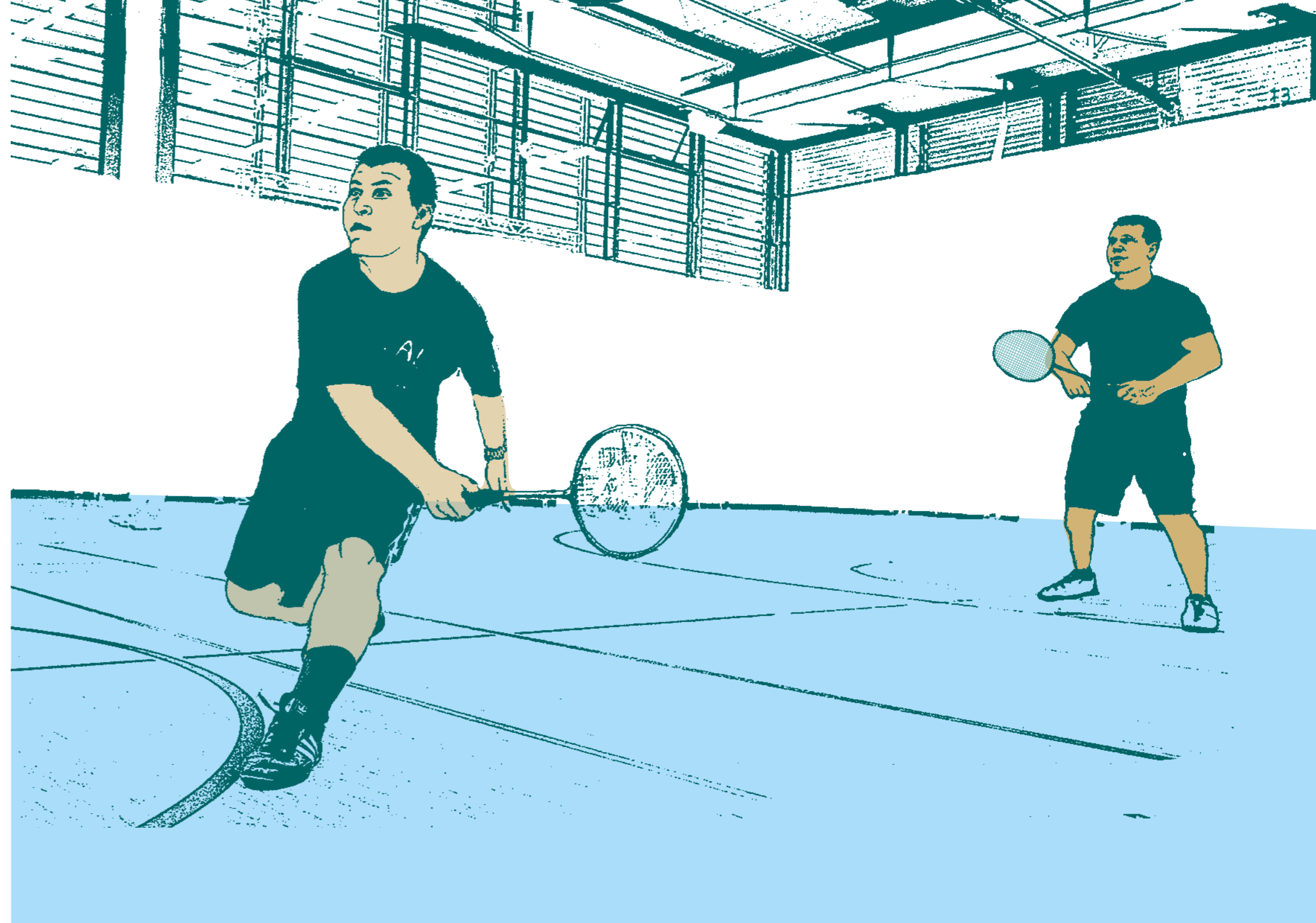
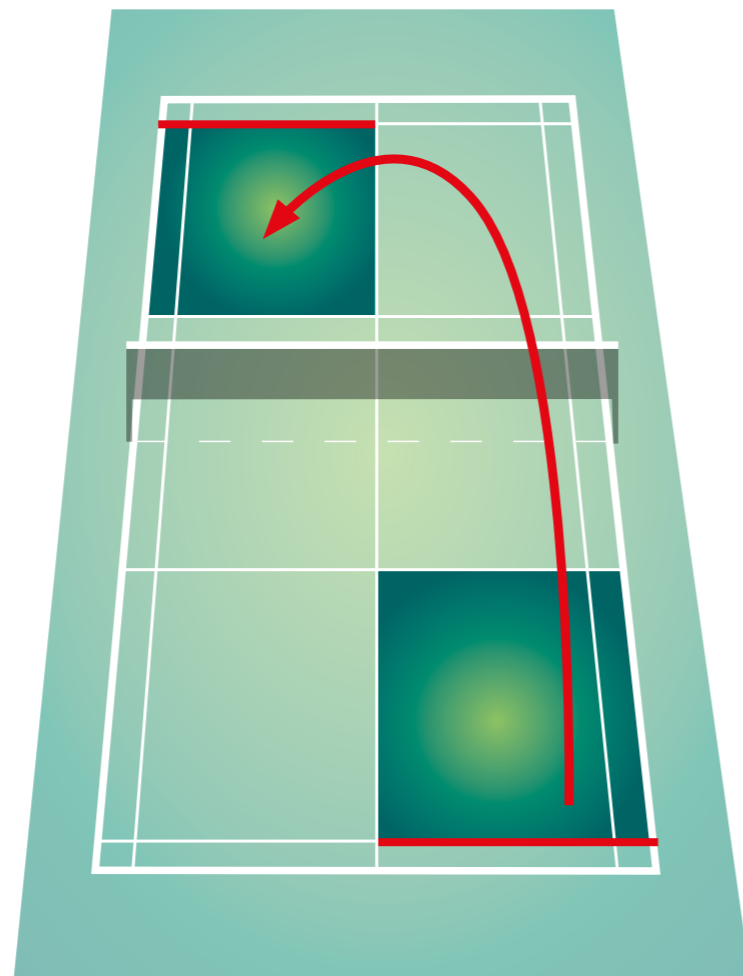
Im Bild:
Der Punkte-Stand ist 5:4 [gesprochen: 5 zu 4].
Das Aufschlag-Feld ist links.



Das Aufschlag-Feld beim Doppel

Achtung!

Beim Doppel ist das Aufschlag-Feld kürzer.



Die Badminton-Wettbewerbe von Special Olympics

1. Einzel – weiblich oder männlich

Eine Frau spielt gegen eine andere Frau.

Ein Mann spielt gegen einen anderen Mann.

2. Doppel – weiblich oder männlich

Zwei Frauen spielen gegen zwei andere Frauen.

Zwei Männer spielen gegen zwei andere Männer.

3. Unified-Doppel [gesprochen: juni-feid Doppel]

Eine Frau mit Behinderung und eine Frau ohne Behinderung sind ein Team.

Ein Mann mit Behinderung und ein Mann ohne Behinderung sind ein Team.

4. Mixed-Doppel [gesprochen: mixt Doppel]

Eine Frau mit Behinderung und ein Mann mit Behinderung sind ein Team.

Was bedeutet Unified [gesprochen: juni-feid]?

Athletinnen und Athleten mit Behinderung sind ein Team mit Partnerinnen und Partnern ohne Behinderung.

5. Unified-Mixed Doppel [gesprochen: juni-feid mixt Doppel]

Eine Frau mit Behinderung und ein Mann ohne Behinderung sind ein Team.

Ein Mann mit Behinderung und eine Frau ohne Behinderung sind ein Team.

6. Der Badminton Skill-Test

Test, mit dem man die schlag-technischen Fähigkeiten von Spielerinnen und Spielern einschätzen kann

7. Wettbewerbe für Athletinnen und Athleten mit niedrigeren Leistungs-Stärken

3 Einzel-Wettbewerbe: Aufschlag, Rückspiel, Aufschlag-Return [gesprochen: ri-törn]

Regeln für Athletinnen und Athleten im Rollstuhl

- Sie dürfen den Aufschlag über Kopf machen.
- Das Aufschlag-Feld wird für den Aufschlag verkürzt. Es ist nur halb so lang wie normal.



Regeln für das Unified-Doppel

[gesprochen: juni-feid Doppel]

- Jedes Team entscheidet selbst, wer mit dem Aufschlag beginnt.
- Jedes Team entscheidet selbst, wer auf welcher Seite vom Halb-Feld spielt.



Der Badminton Skill-Test

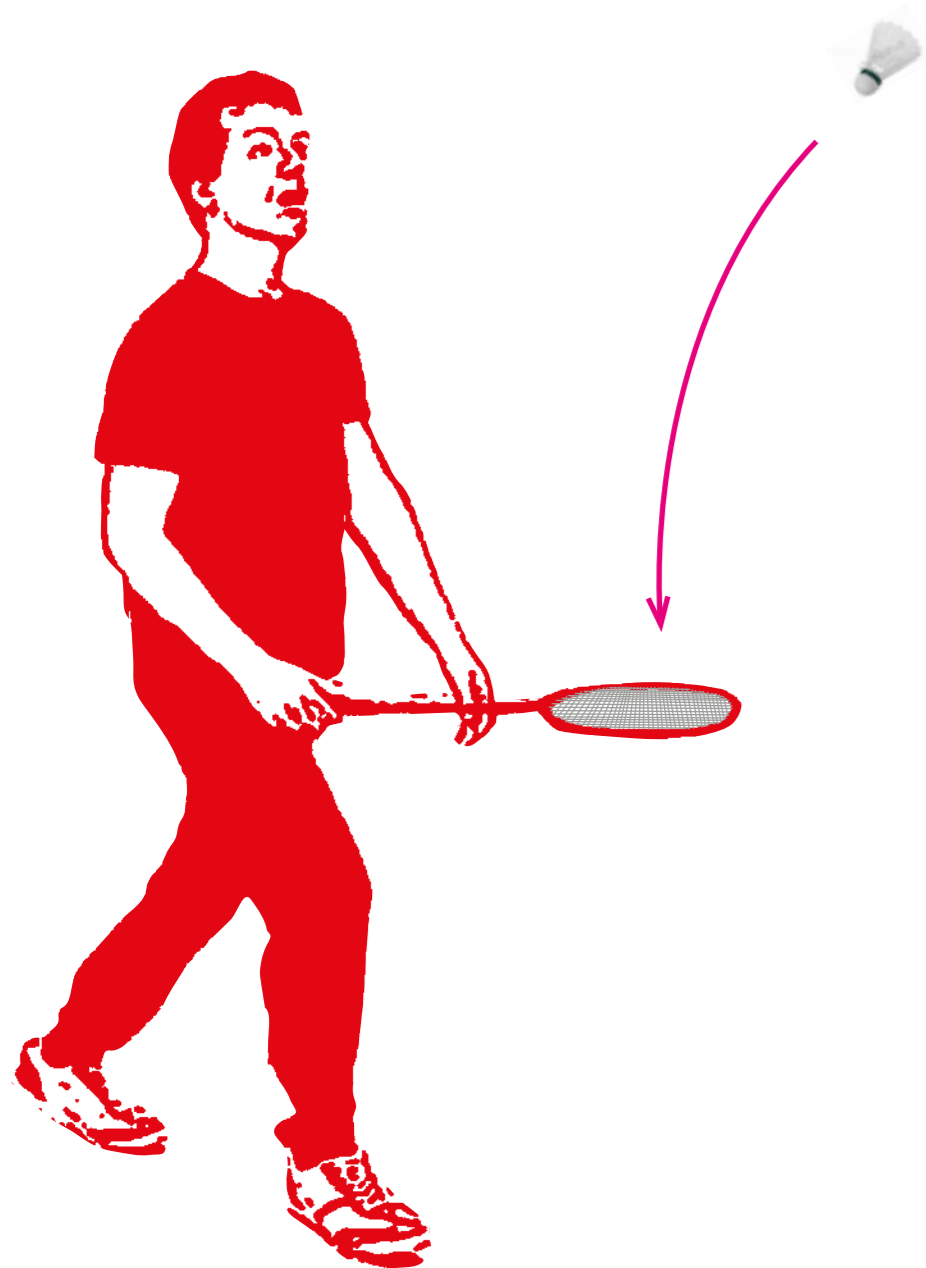
Der Skill-Test zeigt, welche Leistungs-Stärke eine Athletin oder ein Athlet hat.

Diesen Test macht man im Training vor Special Olympics -Wettbewerben. Der Trainer oder die Trainerin helfen mit als Zuspieler.

Es gibt 6 verschiedene Test-Aufgaben. Mit den Test-Aufgaben sammelt man Punkte. Die Punkte werden zusammen gerechnet.

Bei der Anmeldung zu den Special Olympics muss man die erreichten Punkte angeben.

1. Zuspielen der Bälle mit der Hand



Der Zuspieler steht im Halb-Feld des Spielers.
 Der Zuspieler steht 2 bis 3 Meter vom Spieler entfernt.
 Der Zuspieler hält 5 Bälle in der Hand.
 Er wirft die Bälle hintereinander zum Spieler.

Der Spieler muss die Bälle mit dem Schläger treffen.
 Für jeden getroffenen Ball gibt es 1 Punkt.

Wichtig: Egal, ob der Spieler den Ball trifft oder nicht,
 muss der nächste sofort ohne Pause zugespielt werden.

2. Schläger-Zuspiel für Schläge über Kopf



Der Zuspieler steht im Halb-Feld des Spielers.
 Der Zuspieler steht 2 bis 3 Meter vom Spieler entfernt.
 Der Zuspieler hält 5 Bälle in der Hand.
 Er spielt die Bälle mit dem Schläger von unten hoch
 hintereinander zum Spieler.

Der Spieler muss die Bälle mit dem Schläger über Kopf treffen.
 Für jeden getroffenen Ball gibt es 1 Punkt.

Wichtig: Egal, ob der Spieler den Ball trifft oder nicht,
 muss der nächste sofort ohne Pause zugespielt werden.

3. Hochspiel-Wettbewerb

Der Hochspiel-Wettbewerb geht 30 Sekunden.

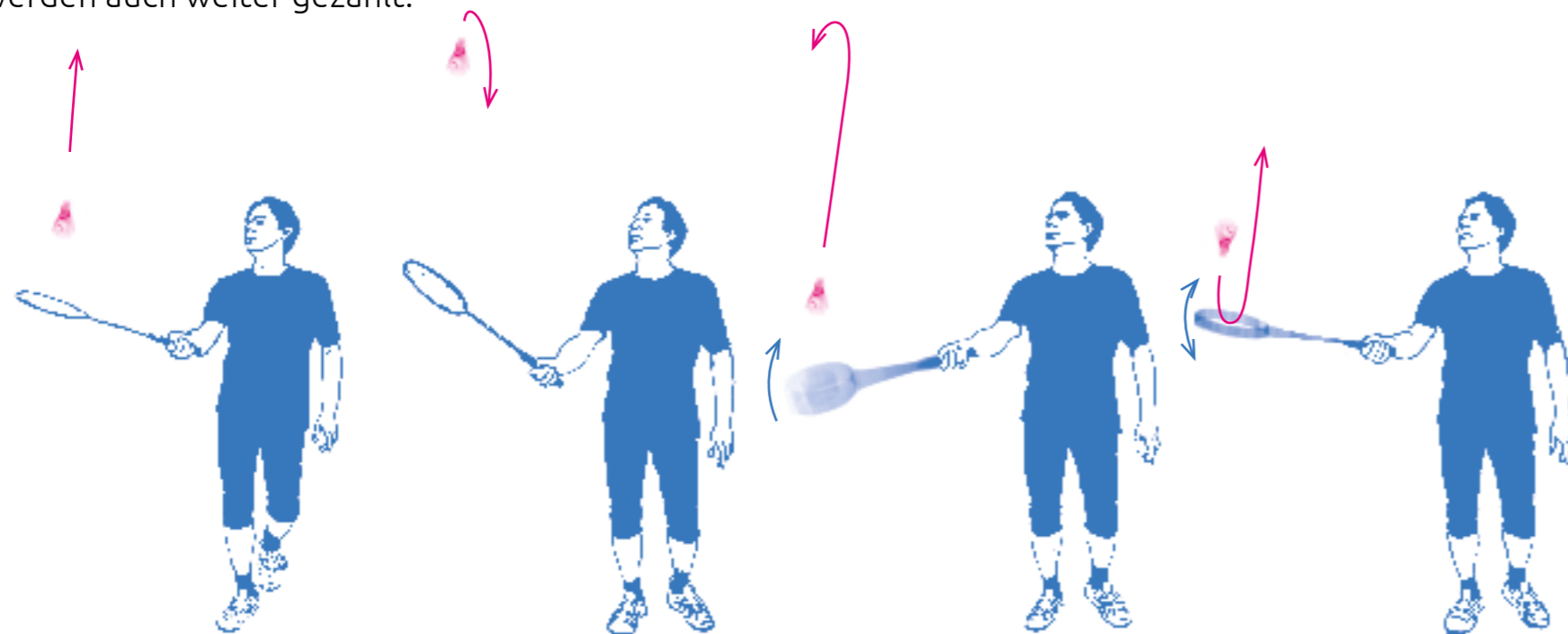
Der Spieler muss den Ball so oft wie möglich nach oben schlagen.

Für jeden getroffenen Schlag gibt es 1 Punkt.

Wenn der Ball auf den Boden fällt,

bekommt der Spieler einen neuen Ball und kann weiter nach oben spielen.

Die Treffer werden auch weiter gezählt.



4. Vorhand-Schlag

Vorhand bedeutet: Die Schläger-Seite, die den Ball berührt, zeigt in dieselbe Richtung wie die Innen-Seite der Schlag-Hand.

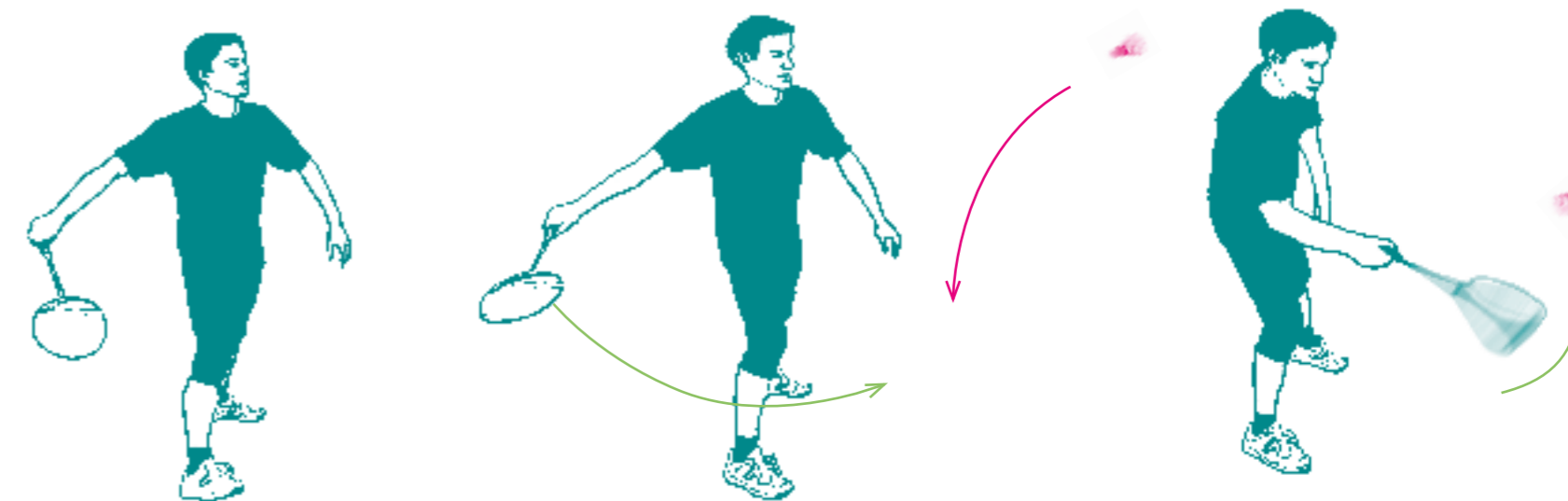
Der Spieler steht etwa 3 Meter entfernt vom Netz.

Der Zuspieler macht einen Aufschlag aus dem anderen Halb-Feld.

Der Spieler muss den Ball mit der Vorhand über das Netz auf die andere Seite zurück spielen.

Für jeden richtigen Vorhand-Schlag gibt es 1 Punkt.

Der Spieler hat 5 Versuche.



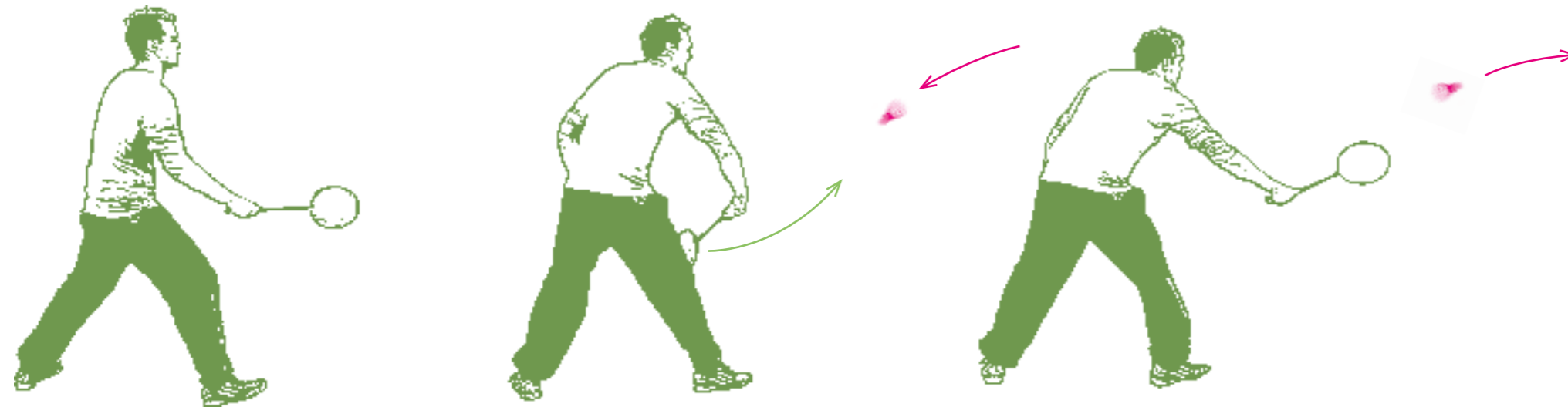
5. Rückhand-Schlag

Rückhand bedeutet: Die Schläger-Seite, die den Ball berührt, zeigt in dieselbe Richtung wie die Außen-Seite der Schlag-Hand.

Der Spieler steht etwa 3 Meter entfernt vom Netz.

Der Zuspieler macht einen Aufschlag aus dem anderen Halb-Feld.

Der Spieler muss den Ball mit der Rückhand über das Netz auf die andere Seite zurück spielen.
Für jeden richtigen Rückhand-Schlag gibt es 1 Punkt.
Der Spieler hat 5 Versuche.

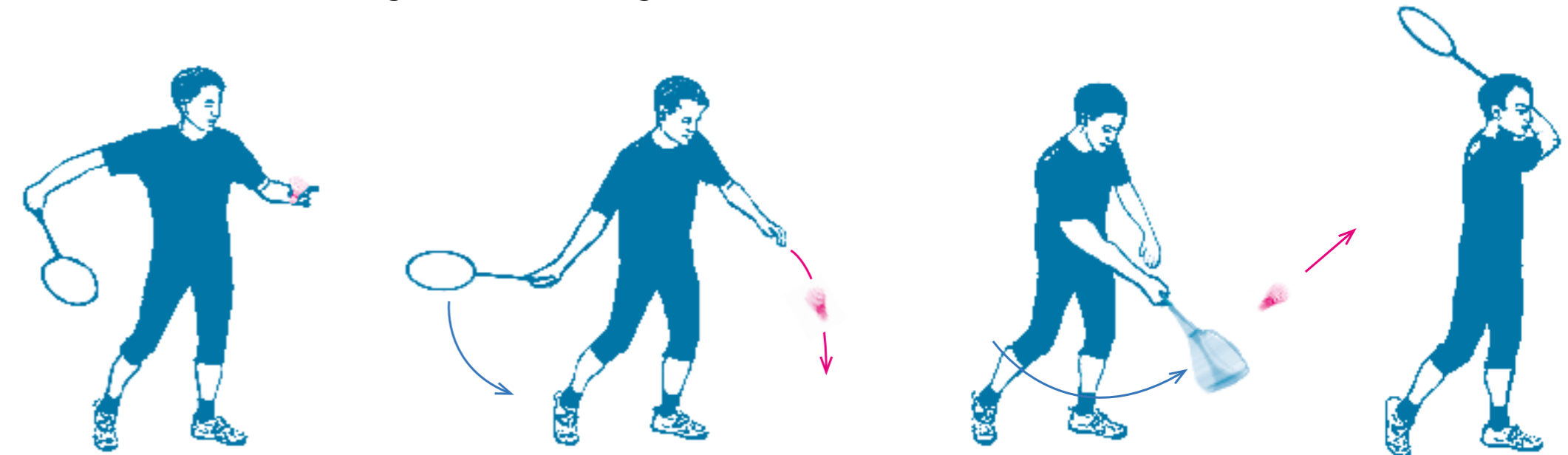


6. Aufschlag

Der Spieler hat 5 Versuche für Aufschläge vom rechten Aufschlag-Feld und 5 Versuche für Aufschläge vom linken Aufschlag-Feld.

Man muss die Aufschläge von unten machen.
Nur Athletinnen und Athleten im Rollstuhl dürfen ihre Aufschläge über Kopf machen.

Jeder Aufschlag muss über das Netz gehen und schräg gegenüber in das richtige Aufschlag-Feld der anderen Seite treffen.
Nur dann gibt es 1 Punkt.
Wenn der Aufschlag woanders landet, gibt es keinen Punkt.



Wettbewerbe für Athletinnen und Athleten mit niedrigerer Leistungs-Stärke

Auch wenn man eine stärkere Behinderung hat, kann man bei Sport-Wettbewerben dabei sein. Bei Special Olympics zählt das Mitmachen!

Es gibt 3 Wettbewerbe für niedrigere Leistungs-Stärken.

1. Aufschlag

Der Spieler schlägt vom Aufschlag-Feld den Ball über das Netz in das andere Halb-Feld.

Es ist egal, auf welcher Seite vom anderen Halb-Feld der Ball landet. Der Spieler hat 10 Versuche. Für jeden Treffer gibt es 1 Punkt.

2. Rück-Spiel

Der Zuspieler steht im Halb-Feld des Spielers. Der Zuspieler steht 2 bis 3 Meter vom Spieler entfernt. Er wirft die Bälle hintereinander zum Spieler.

Der Spieler muss die Bälle ins andere Halb-Feld spielen. Für jeden getroffenen Ball gibt es 1 Punkt. Der Spieler hat 10 Versuche. Für jeden Treffer gibt es 1 Punkt.

3. Aufschlag-Return

[gesprochen: ri-törn]

Der Zuspieler macht einen Aufschlag.

Der Spieler muss den Ball auf die andere Seite zurück spielen. Es ist egal, wo der Ball im anderen Halb-Feld landet.

Der Spieler hat 10 Versuche.

Für jedes Rück-Spiel ohne Fehler gibt es 1 Punkt.

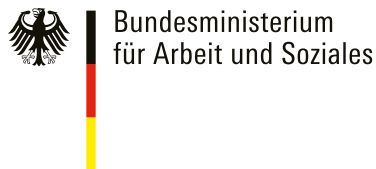


Kontakt

Special Olympics Deutschland e. V. (SOD)
Invalidenstraße 124
10115 Berlin
Telefon 030 24 62 52 0
E-Mail info@specialolympics.de
Internet www.specialolympics.de
Anfahrt S1, S2, S25 Nordbahnhof,
U6 Naturkundemuseum,
Tram M8, M10, 12

Ein Projekt der SOD Akademie: BGM Selbstbestimmt fit

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Über dieses Heft



Dieses Heft ist von capito Berlin.
www.capito-berlin.eu



Diese Partner unterstützen Special Olympics Deutschland:



Premium Partner von Special Olympics Deutschland