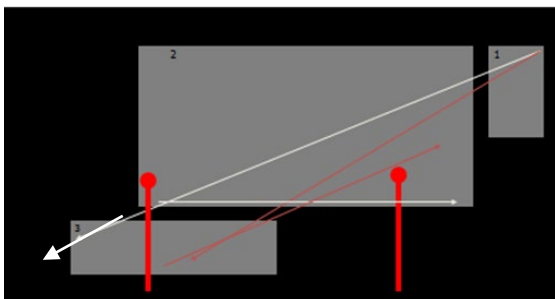


Kijkwijzer - De drop voor beginners en gevorderden

Van bij de aanvang hebben wij spelers geleerd aandacht te krijgen voor de vlucht van de shuttle.



Ook in topbadminton is het uiteindelijke winnende shot meestal een neerwaarts gespeelde shuttle.

Het controleren van de hoeken waaronder je neerwaarts speelt is een erg belangrijke eigenschap die spelers bewust dienen aan te wenden. In de dubbeldiscipline zal dit aspect ook een erg belangrijke rol spelen in de toekomst.

De meeste beginnende spelers slaan veel drops opwaarts met een stijgende shuttlebaan. Dikwijls treffen we later competitiespelers aan die moeten inboeten aan aanvalskracht omdat ze nog steeds aanvallen met ongunstige hoeken.

Wij adviseren daarom op regelmatige tijdstippen en onder verschillende omstandigheden je aanvalsslagen te checken op neerwaartse vlucht en scherpte van deze hoeken .

In onze methodiek betrekken we de spelers daar actief in. Dit kan gaan om de uitvoerder zelf die zijn slag beoordeelt maar evenzeer om een partner die leert observeren en evalueren (peer-evaluatie¹ – leren reflecteren over beweging. Dit zijn elementen die het leerproces op lange termijn bestendigen).

Het kan zo simpel zijn als – is jouw drop ?.....

- | | |
|------------------------|----------|
| 1. Neerwaarts geslagen | -> 10/10 |
| 2. Vlak geslagen | -> 0/10 |
| 3. Opwaarts geslagen | -> -10 |

Deze duidelijke evaluatiescore laat geen twijfels over en dwingt spelers controle te verwerven over het raakpunt.

Dat een goed raakpunt het gevolg is van een duidelijke positie achter de shuttle is iets wat we de speler graag zelf laten ondervinden. Dit doen we liever (alweer) via de gissen en missen methode en een long time learning benadering.

¹ Feedback geven op vooraf vastgestelde criteria door een medespeler



Raakpunt en traject van een 'stijgdrop - score -10



Raakpunt en traject van een vlakke drop - score 0/10



Een goed raakpunt geeft een goede vlucht en een aanvallend resultaat



SCORE

10

