

# Badmingtonguide for forældre

Er du og dit barn ny i Badminton?  
Få hjælp til at forstå verdens bedste idræt

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET



BADMINTON  
DANMARK

DGI

# EN VERDEN AF OPLEVELSER!

## Begyndelsen på en succeshistorie for dig og dit barn

### **Velkommen!**

Tillykke – dit barn er startet til badminton, og vi glæder os til at åbne den verden af oplevelser, der venter i sporten for dig og dit barn!

Dit barn er i gode hænder i jeres lokale klub og vil uden tvivl få meget ud af at spille badminton og være en del af fællesskabet omkring sporten. Badminton er en sport, der kan spilles hele livet og hvem ved, måske er dit barn lige netop nu ved at udvikle en livslang kærlighed til sporten?

Miljøet i de danske badmintonhaller er kendetegnet ved de fire grundlæggende værdier i dansk badminton: glæde, udvikling, oplevelser og fællesskab. Du vil opleve, at dit barn udvikler stærke relationer til andre børn på tværs af både alder og køn, og samtidig bliver en del af det stærke fællesskab, som finder sted i en klub.

De danske klubber, trænere og frivillige vil gøre alt for at give dit barn gode oplevelser, både på og udenfor banen. I vil møde begejstring for spillet, sund konkurrence og gode relationer mellem forældre, trænere og børn. De danske klubber og trænere giver jer det hele, fordi de lægger stor vægt på at skabe sjove og lærerige klub- og træningsmiljøer med sammenhold, fairplay og sved på panden.

### **Badminton styrker dit barn!**

Dit barn vil igennem sporten både udvikle menneskelige og badmintonmæssige kompetencer. De danske trænere er uddannede til at tilrettelægge træningen efter dit barns alder og dit barn vil udvikle finmotorik, balance, bevægelighed og teknik både gennem spil og leg.

Børn som spiller badminton, klarer sig generelt motorisk godt, og jo bedre øjehånd koordination børn har, desto bedre forudsætninger har de for at klare sig bogligt godt i skolen.



Vidste du, at badmintonklubberne i Danmark har over 110.000 medlemmer?

En af de særlige ting ved badminton er, at piger og drenge både træner og spiller kampe sammen og ofte sker dette på tværs af flere årgange. Dette er med til at danne grobund for sunde fællesskaber, og børnene udvikler stærke sociale kompetencer, som de også kan bruge udenfor badmintonhallen.

På banen vil dit barn udvikle mentale kompetencer, som eksempelvis kan komme ham eller hende til gode i skolen. Da badminton er en individuel sport, kræver den nemlig, at dit barn udvikler selvstændighed og kan reflektere over taktik i tilspidsede situationer

### **Et fundament skabt af frivillige**

Måske er du allerede en del af dit barns klub eller overvejer at blive det? Uanset hvad er foreningslivet og klubberne båret af frivillige kræfter.

Mange børn og unge synes, det er sjovt at være en del af, og det giver dem en unik mulighed for at få erfaring med alt fra ledelse til undervisning og organisering.

Vi glæder os til at vise dig og dit barn alle de facetter som verdens bedste sport har at byde på. Velkommen til en verden af oplevelser, glæde, udvikling og fællesskab!

# DELTAGELSE I TURNERINGER

## Hvorfor spille turnering?

Det er typisk til turneringer og holdkampe, at børn og unge for alvor bliver bidt af badminton. Til individuelle turneringer mødes de og dyster i "fjer" mod spillere fra egen og andre klubber. Det er bl.a. til turneringer, at spillerne afprøver de slag, de har lært til træning. Det er også til turneringer, at vi skaber relationer til spillere, forældre og trænere fra andre klubber. Ligeledes er det til turnering, at spillerne oplever spændingen ved at konkurrere. Der er flere typer individuelle turneringer i dansk badminton: begynderturneringer og Niveauinddelte turneringer.

### Begynderturneringer

- Du tilmelder dit barn gennem klubben, på BadmintonPlayer.dk eller på [dgi.dk](http://dgi.dk)
- Der spilles kampe evt. på tid eller kortere kampe. Turneringens længde er ca. en halv dag
- Uanset resultat får dit barn flere kampe, som oftest minimum tre kampe
- Det er frivillige, der hjælper spillerne med afviklingen af kampene, fx hvis regler kan være svære at huske
- Målet for dagen er, at børnene skal have det sjovt og lære, hvordan man spiller en badmintonkamp. Efter tre-fire begynderturneringer er de fleste børn klar til at prøve kræfter med Niveauinddelte turneringer
- Ved arrangementets afslutning vil der typisk være en præmie til alle deltagere

### Niveauinddelte turneringer

- Du tilmelder dit barn på [BadmintonPlayer.dk](http://BadmintonPlayer.dk)
- Du kan vælge at tilmelde dit barn i en eller flere kategorier f.eks. i single eller single og double. Spørg dit barn om, hvilke kategorier, det har lyst til
- Arrangementet er ikke fastsat med tid ved tilmelding, men fremgår af turneringsprogrammet. Jo flere kampe du vinder, jo længere tid skal du bruge i hallen
- Turneringsbordet kalder ud til kampene, men spillerne står selv for afviklingen af kampen assisteret af en tæller
- Dit barn spiller typisk to indledende kampe
- Der spilles i hver kamp om point til ranglisten. Når en spiller har opnået et vist antal point, rykker denne op i næste række og møder andre spillere på samme niveau. Ranglisten er til for at skabe mest mulige lige kampe
- De bedst placerede får en medalje/præmie.

Målet for dagen er, at dit barn oplever glæde og udvikler et sundt forhold til konkurrence.

### Turneringsprogrammet

Ved Niveauinddelte turneringer publiceres programmet senest syv dage inden afvikling og findes via [BadmintonPlayer.dk](http://BadmintonPlayer.dk). Det er vigtigt, at du orienterer dig om spilletider og læser den praktiske information, som du finder på de første sider i programmet.

## Udstyr

Til en badmintonkamp skal man bruge shorts, t-shirt, sokker, indendørssko og en ketsjer. Det er en god idé at medbringe eller købe noget let at spise. Medbring også en drikkedunk, så der kan drikkes i løbet af dagen.

## Sejre og nederlag

Dit barn vil opleve både sejre og nederlag. Sådan er det for nye og erfarne badmintonspillere. Nogle børn håndterer uden problemer op- og nedture, mens andre har sværere ved det. Det er okay at ærgre sig efter et nederlag, men det er ikke i orden at slå ketsjeren i gulvet og råbe på banen. Det er en god idé at snakke med dit barn om dette, inden I skal til turnering. Snakken kan omhandle de følelser, barnet får i kroppen. Det kan også være, at du kan komme med et godt råd til næste kamp, men undgå at tage trænerkasketten på – vær forælder i stedet, det er ofte det, dit barn har brug for.

## Gode råd – forældre

Som i flere andre idrætter findes der også uskrevne regler i badminton. Fx er det "dårlig stil" at juble eller klappe, hvis modstanderen laver fejl. Har det været en lang og flot duel, er det rigtig fint at klappe og sige: "Flot spillet" eller "god duel". Det er altid velset at heppe og sige: "godt kæmpet" eller "kom igen". Reglerne siger, at det kun er spillerne, som må snakke om afvikling af kampen evt. hjulpet af en tæller. Du må gå ind på banen og komme med gode råd mellem sættene, hvilket gælder op til U13. Fra U15 må du også coache i pausen

ved 11. Under kampen må du derfor ikke komme med taktiske tilråb fx "spil mere kort". Du kan finde en kort introduktion til badmintonreglerne på [dgi.dk/badmintonregler](http://dgi.dk/badmintonregler)

## Gode råd – spillere

Før en kamp går man hen til modstanderen, giver et håndtryk og præsenterer sig. Når kampen går i gang, spiller man, så godt man kan. Det er okay at blive glad for et vundet point, og man må gerne juble rettet "mod sig selv" og ikke hånende mod modstanderen. I badminton dømmes man selv på de linjer, som er på ens egen banelhalvdel. Man skal dømmes bolden, som man ser den, og er man i tvivl, skal modstanderen have pointet. Efter kampen går man hen til sin modstander, giver et håndtryk og siger tak for kampen.

Du kan finde yderligere informationer om at spille kampe/turneringer i folderen "Badmintonguide til turneringsdeltagelse" som findes her:



# BADMINTON SOM HOLDSPORT

I holdturneringen dystet spillere fra samme klub som et hold mod andre klubber

## Oplevelser i fællesskab

I badminton spiller vi ikke kun individuelle turneringer. Holdturneringen er en central del af badminton, og mange klubber deltager i en lokal/regional turnering. Det er i holdturneringen, at dit barn og klubkammeraterne kan spille som hold mod andre klubbers hold. Holdkampene er en stor del af fællesskabet i badminton, fordi det er her, at piger og drenge spiller sammen for klubben og for hinanden.

Under holdkampene får spillerne fælles oplevelser og kammeratskaber, der rækker ud over den ugentlige træning i klubben.

## Hvordan afvikles holdturneringen?

Holdturneringen er delt ind i rækker efter alder og niveau for at tilstræbe jævnbyrdighed med udfordringer og sjove kampe på dit barns niveau.

- Til den enkelte holdkamp kan holdet bestå af 4-8 spillere
- En spiller kan få op til 2 kampe pr holdkamp alt efter antal spillere på holdet
- En holdkamp mellem to klubber tager omkring 1-1½ time og der spilles ofte 2 holdkampe samme dag
- Der spilles total 8-12 holdkampe gennem sæsonen

Holdturneringen er inddelt efter geografisk område, det betyder korte rejsetider, og klubberne er medbestemmende i forhold til hvor og hvornår en holdkamp spilles. Den enkelte klub står også for at udvælge de spillere, som skal på holdet.

Oftest er det forældre, der er holdledere for de enkelte hold. Det er typisk holdlederen, som står for at informere de udtagne spillere om holdkampene, arrangere transport og afviklingen af holdkampene på hjemmebane. Det er derfor utrolig værdsat i klubberne, når forældre byder sig til som holdledere, og klubberne er altid gode til at hjælpe nye frivillige i gang med rollen.

Skal dit barn spille holdkampe? Spørg i klubben, hvilke hold de har, og hvordan dit barn bliver en del af et hold.





# VIL DU VIDE MERE?

## Vi hjælper dig godt på vej i din nye rolle som badmintonforælder

Til at begynde med er det en god idé som forælder at kende og vænne sig til at bruge badmintonplayer.dk, som bl.a. indeholder oversigter over klubber, turneringstilmelding, ranglistepoint og meget mere.

FAQ'en på badmintonPlayer ligger nederst på siden og giver dig svar på mange spørgsmål. Du kan også finde den på [badminton.freshdesk.com](http://badminton.freshdesk.com)

På FAQ'en finder du folderen "Kom godt i gang med BadmintonPlayer," der guider dig igennem grundlæggende funktioner.

En anden god side at kende til er [dgi.dk](http://dgi.dk), hvor du kan finde badmintonskoler og -lejre, badmintonevents og meget andet.

På [dgi.dk/badmintonregler](http://dgi.dk/badmintonregler) finder du en kort introduktion til badmintonreglerne.

På [Badminton.dk](http://Badminton.dk) finder du nyheder om badmintonstjerne og informationer om spilleregler, turneringer og mere til.

# Spørgsmål og kontakt

Vi håber, at denne folder har givet dig en bedre forståelse af badminton. Skulle du fortsat sidde med spørgsmål til fx hvilken ketsjer, du skal købe, hvordan du kan støtte dit barn i forskellige situationer eller hvilke regler, der gælder hvor og hvornår, så tag en snak med klubben træner.

Badminton Danmark og DGI badminton hjælper også alle som er interesseret i badminton.



Link til de lokale  
badmintonkonsulenter



Link til træner-  
uddannelsen og frivillig  
forældrekursus