

Zeitschrift:	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber:	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band:	38 (1981)
Heft:	9
 Artikel:	Badminton nella scuola
Autor:	Altorfer, Hans
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1000455

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

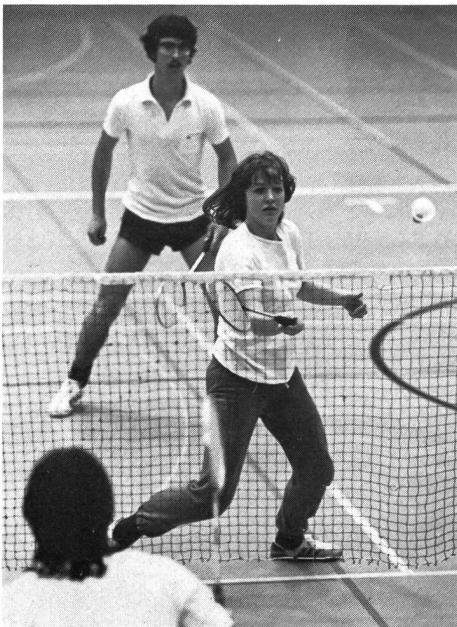
Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Badminton nella scuola

Hans Altorfer

- Materiale, installazioni
- Riscaldamento
- Organizzazione per il perfezionamento del colpo
- Circuito
- Forme di gioco

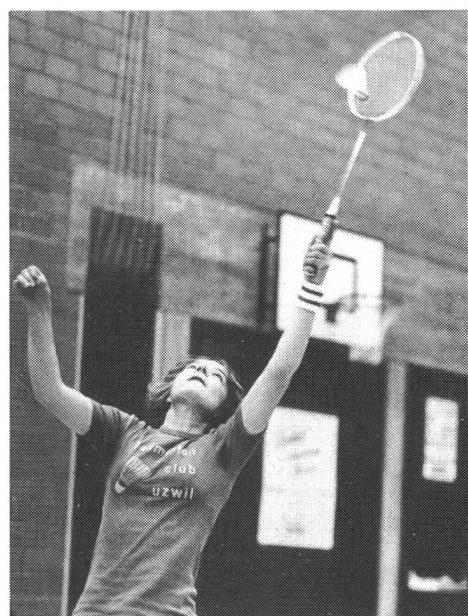


I maestri, soprattutto delle scuole superiori, si interessano sempre più al badminton. Lo trovano adatto da introdurre nello sport scolastico facoltativo, nelle scuole professionali e anche nell'insegnamento scolastico. Ecco alcuni aspetti positivi:

- il badminton richiede una breve fase introduttiva
- può venir giocato con classi miste, senza che si debbano cambiare le regole o che le ragazze siano svantaggiate
- è un tipico sport per il tempo libero
- esige una buona condizione fisica e questa viene stimolata attraverso il gioco
- non richiede un equipaggiamento costoso
- attraverso svariati esercizi possono venir poste le basi per altri giochi di racchetta (psicomotricità)

Naturalmente vi sono pure dei problemi. Il badminton è un gioco di palestra e il badminton di competizione esige palestre alte (circa 8 m e più). Il «consumo» in volani può essere notevole, specialmente se si tratta di piume d'oca. È molto difficile l'esecuzione di un vero e proprio gioco in una palestra normale, senza che il resto della classe si annoi.

Molti maestri non sono ancora preparati sufficientemente per l'insegnamento di questa disciplina. Questo articolo vuole essere un aiuto per superare le prime difficoltà.



Il materiale

Le racchette

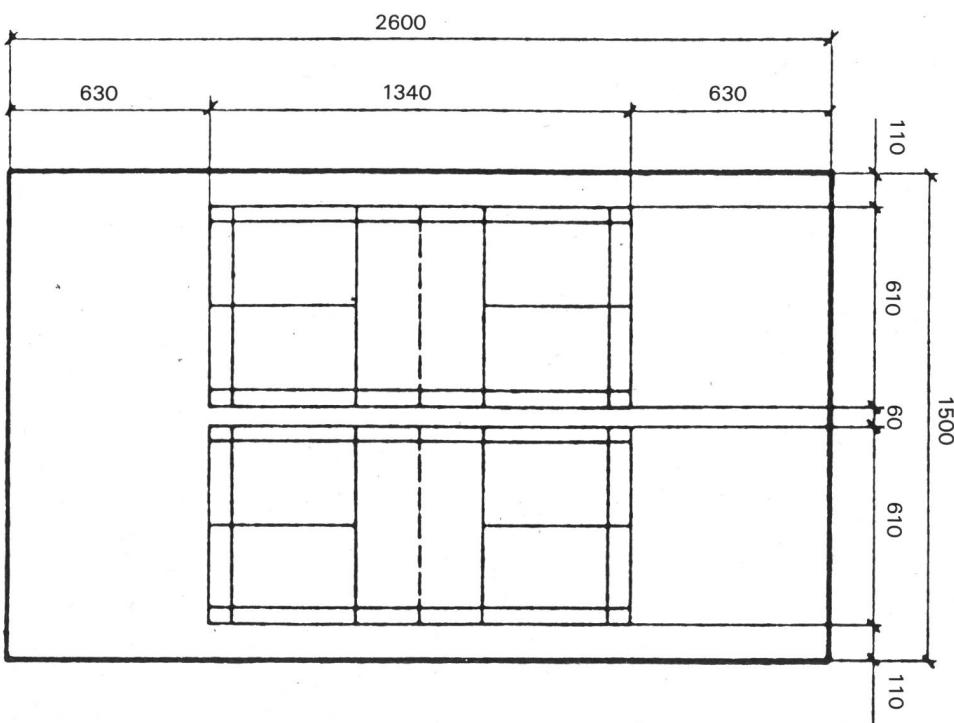
hanno diversi prezzi. Il prezzo per racchette adatte all'insegnamento scolastico varia tra i 30 e 40 franchi. Bisogna pure pensare al materiale di riparazione. Con un po' d'esercizio si potrà riparare la cordatura da soli.

Le reti non sono care. In palestra vi sono diverse possibilità per fissarle (altezza 1,55 m) senza dover ricorrere ad attrezzi speciali (si possono utilizzare i sostegni di pallavolo o del salto in alto, parallele ecc.).

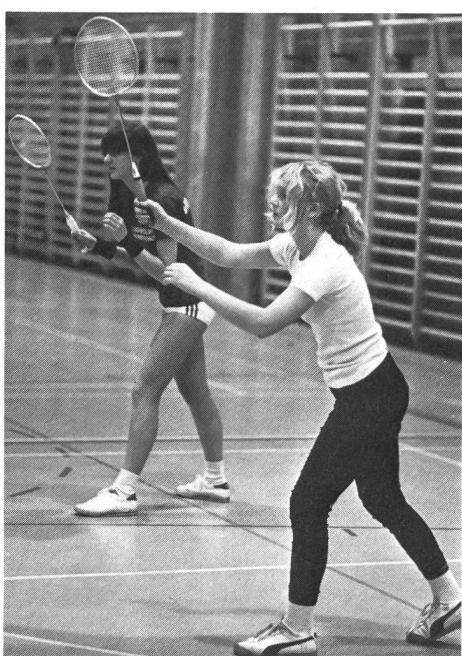
Volani

Esistono dei volani di plastica o con le piume d'oca. Per l'introduzione di questa disciplina consigliamo quelli di plastica. Sono molto più robusti e necessitano meno cure. I volani in piuma secano rapidamente. Si comperano volani di plastica e non quelli per il gioco nel tempo libero! Le delimitazioni possono esser segnate con la pittura o con appositi nastri adesivi. I nastri adesivi normali non sono molto adatti, poiché danneggiano il pavimento.

In una palestra normale si utilizza la seguente marcatura:



Nel caso in cui la palestra fosse più piccola (13 m) ci si dovrà accontentare di un campo di doppio e uno di singolo.



Per l'insegnamento

Proponiamo una serie d'esercizi e forme di gioco con classi di 16-24 allievi. Un consiglio: molte forme di gioco e di competizione, pochi esercizi formali.

Riscaldamento con racchette e volani

Non ci soffermeremo su esercizi di ginnastica dove l'impiego della racchetta è però sempre possibile. La messa in moto serve sempre come perfezionamento dell'agilità.

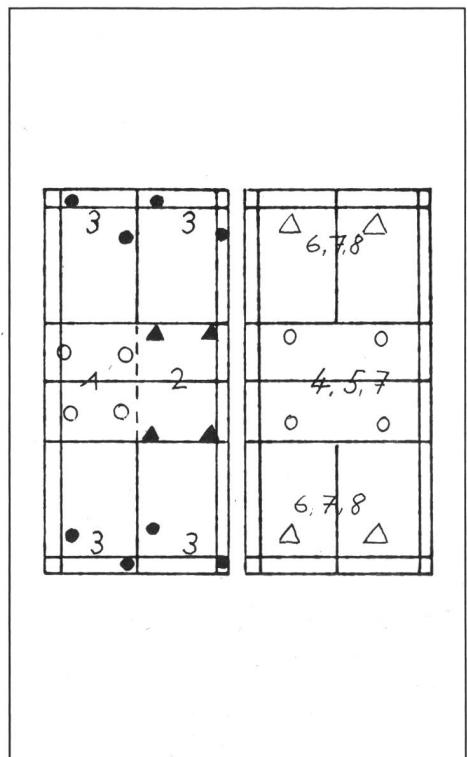
Ordine sparso:

- lanciare il volano in vari modi: diverse altezze, diritto e rovescio, prenderlo in posizione a ginocchia flesse, farlo passare tra le gambe, lanciarlo sopra la testa ecc.
- gli allievi si muovono in avanti e indietro, marciando o correndo lanciano il volano in alto in diversi modi
- nella palestra vi sono alcuni ostacoli come panchine, paletti in fila che formano uno slalom, cerchi ecc. Gli allievi devono superare, attraversare o correre attorno agli ostacoli sempre avendo il controllo del volano
- la classe forma un cerchio (per es. a 5): il volano viene passato l'un l'altro sul posto o correndo. Forma più difficile: con 2 volani

A coppie:

- lanciarsi il volano sul posto, camminando, correndo
- un compagno lancia il volano, l'altro glielo ritorna

Organizzazione per il perfezionamento del colpo



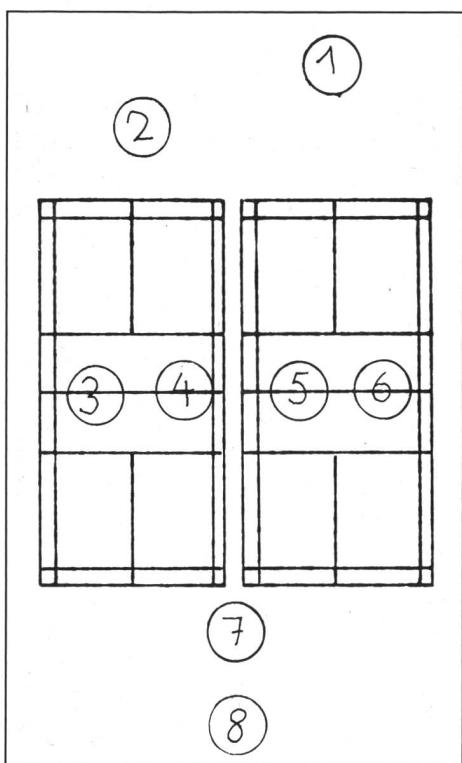
Esercizi per 24 allievi

- 1 Gruppi di 4: gioco corto a rete in una metà del campo
 - 2 Gruppi di 4: diritto in una metà del campo
 - 3 A coppie o a 4: «clear» ogni gruppo in una metà del campo
 - 4 A coppie: gioco corto in una metà del campo oppure a 4 su tutta l'area di gioco
 - 5 Servizio corto
 - 6 «clear» a coppie in una metà del campo
 - 7 Smorzata
 - 8 Servizio lungo
- Questa forma d'organizzazione presuppone già una buona tecnica personale, in modo che gli allievi non siano d'ostacolo l'un l'altro e che non vi

siano troppe interruzioni. Se per un esercizio la marcatura del campo non è obbligatoria, può venir impiegata tutta la metà della palestra, per poter così guadagnare posto in larghezza.

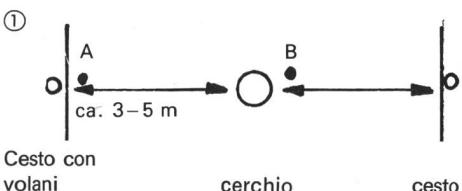
Circuito a coppie

Perfezionamento abilità/agilità
Perfezionamento del colpo

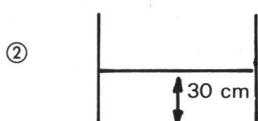


Durata 2-3 minuti, pausa: 30 secondi

Correre avanti e indietro



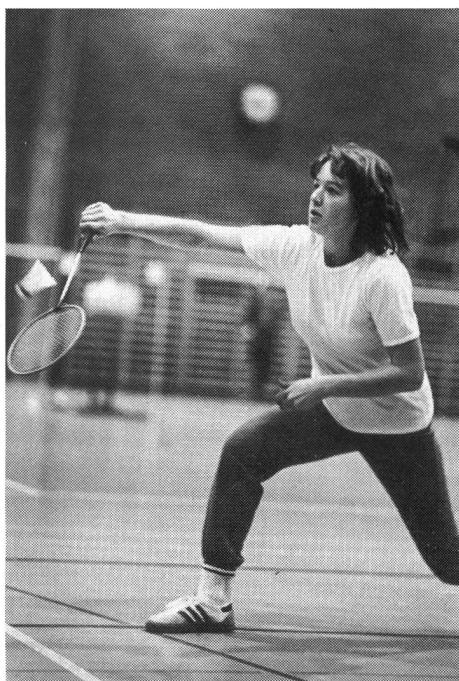
- ① A prende un volano dal cestino, corre in av., lo mette nel cerchio e ritorna correndo indietro. B parte appena A porta il primo volano, corre in av. e lo posa nel suo cerchio.
Quando A non ha più volani, una piccola pausa e invertire i ruoli.
(2-3 volte durante il tempo di carico)



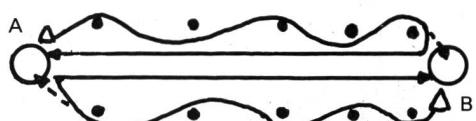
- ② 2 sostegni con un'assicella.
Giocare l'uno con l'altro come a rete

Gioco a rete bassa

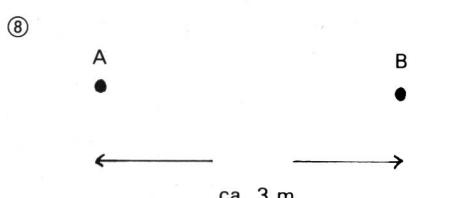
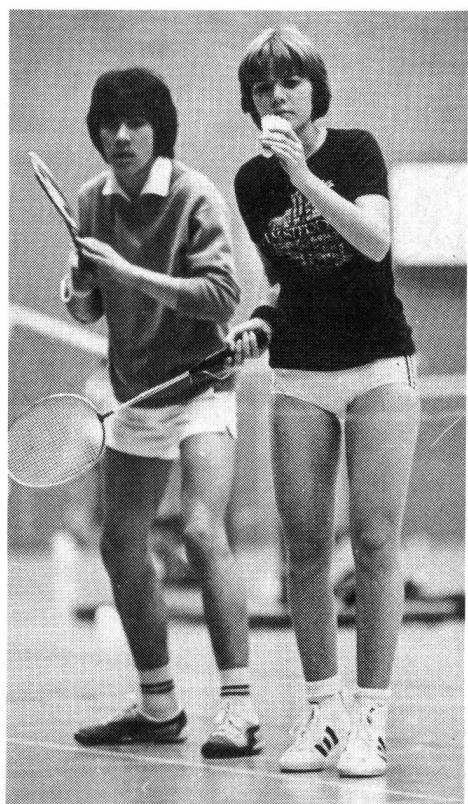
- ③ Gioco a rete normale ma utilizzando solo una metà del campo
④ Giocare «clear» in una metà del campo
⑤ Giocare il diritto in una metà del campo
⑥ Servizio lungo nella parte arretrata del campo.
Riserva di volani!



- ⑦ *Slalom*
A e B partono con ognuno un volano



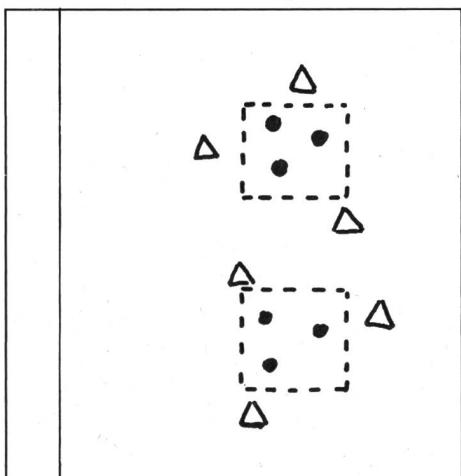
Slalom attorno ai paletti giocando alto il volano; dopo l'ultimo paletto giocare nel cerchio; correre diritto indietro; raccogliere il volano portato dal compagno e ripartire nuovamente



- ⑧ Ognuno dei due ha una racchetta in mano: passarsi il volano di diritto e di rovescio

Forme di gioco

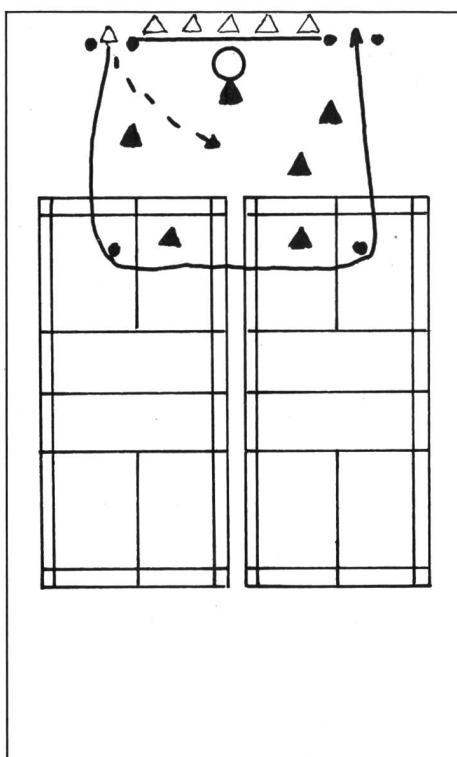
- 2 o più squadre: le squadre cercano di passarsi il volano il maggior numero di volte in un determinato tempo, oppure non devono lasciarlo cadere il più a lungo possibile
- la classe è suddivisa in 4 squadre: ogni squadra gioca in una metà del campo. L'area di gioco può venir allargata. Bisogna cercare di far sbagliare la squadra avversaria. Si devono effettuare 2, 3, 4 passaggi nel proprio campo prima di giocare il volano sopra la rete. Il servizio come nel badminton oppure cambio dopo 5 battute
- la classe è suddivisa in 4 squadre: ogni 2 squadre utilizzano una metà della palestra



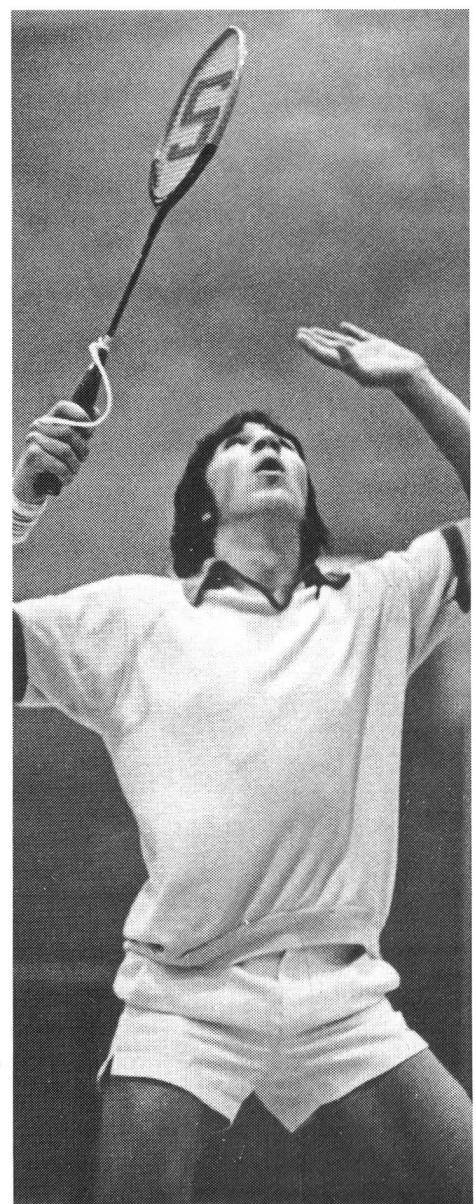
Una squadra si trova all'interno e una all'esterno di una zona demarcata. La squadra esterna gioca mentre quella interna cerca di intercettare il volano. Possono venir «contatti» il numero di passaggi validi in un determinato tempo oppure vi sarà un cambio quando la squadra esterna commette un errore o il volano viene preso da quella interna.

- Badminton «Palla battuta»

Le regole possono ispirarsi alla palla battuta. Le distanze dei paletti devono essere relativamente corte. Il servizio non può venir ripreso con le mani dalla squadra in campo, ma deve essere giocato con la racchetta in modo da lanciare il volano nella propria «casa» (cesto). Se il volano cade può venir raccolto solo con la racchetta.



● Stazioni
 — Tracciato
 - - - Servizio
 ○ «casa» (cestino della carta)



Bibliografia

- Knüppel, Henner: *Freizeitsport Badminton in der Schule und Gruppen*. Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Band 97, 1976. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf bei Stuttgart.
 Koch, Karl: *Einführungsmodelle und Spielreihen für Sportspiele, Teil I: Prellball, Indiaca, Badminton, Faustball*. Schriftenreihe zur Praxis der Leibeserziehung und des Sports, Band 104, 1976. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf bei Stuttgart.