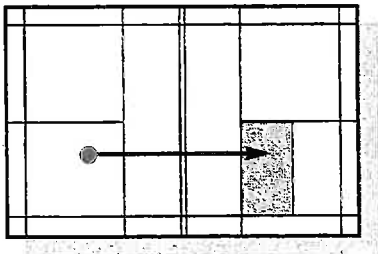
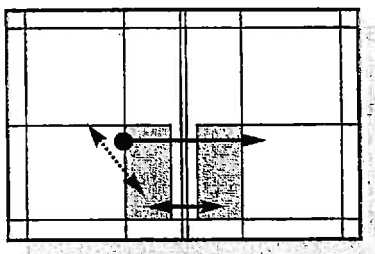


2. EXAMEN-EISEN, ENKELSPEL

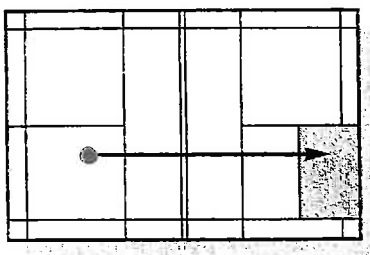
1. Het kunnen vasthouden van het racket in de shakehands grip.
2. Gedurende 2 minuten met onderhandse slagbewegingen afwisselend de shuttle hoog en laag spelen.
3. Het kunnen uitvoeren van een korte aangeefslag.



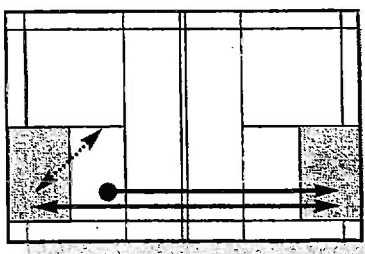
4. Het op de juiste wijze verplaatsen naar de positie forehand net.



5. Het kunnen uitvoeren van een hoge aangeefslag.



6. Het op de juiste wijze verplaatsen naar de positie forehand achterveld.



3. AANBEVELINGEN VOOR DE OPLEIDING

In hoofdstuk 2 zijn de eisen aangegeven waaraan de kandidaten dienen te voldoen om deeldiploma 1 te halen.

Deze items maken deel uit van de elementaire badmintonvaardigheden en staan dus niet op zich zelf.

Om de kandidaten goed voor te bereiden op deze eisen, is het zinvol om elk item in verschillende speelgebieden tijdens de training te behandelen.

Na een trainingsperiode zullen de deelnemers de vaardigheden gaan beheersen om succesvol te kunnen deelnemen aan het examen.

Het is aan te bevelen om voor het examen een aantal examen trainingen te organiseren; dit om eventuele teleurstellingen door onverwachte 'eisen' te voorkomen.

De praktische vaardigheid van de kandidaat wordt beoordeeld aan de hand van 30 beoordelingscriteria (zie Beoordelingscriteria in Hoofdstuk 5).

Voordat wordt begonnen aan het examen dient de warming-up klassikaal en begeleid te worden uitgevoerd.

1. Shakehands grip

De kandidaat toont de shakehands grip in een **statische situatie**.

2. Gewenningsoefening

De kandidaat moet gedurende 2 minuten in een **hooghoud-situatie** met afwisselende hoge en lage onderhandse slagen voldoende vaardigheid tonen met racket en shuttle, waarbij voldaan moet worden aan :

- shakehands grip
- uitvoering binnen één baanheft.

3. De korte aangeefslag wordt beoordeeld aan de hand van de volgende analysepunten:

- plaats
- overdracht lichaamsgewicht
- raakpunt
- uitgangspositie
- grip
- De korte aangeefslag dient in het aangegeven vak te worden **geplaatst**.

5. BEOORDELINGS CRITERIA

1. De shakehands grip kan in een statische situatie worden gedemonstreerd.
2. Tijdens het hooghouden wordt de shakehands grip gehanteerd.
3. Tijdens het hooghouden blijft de kandidaat binnen één helft van het enkelspelveld.
4. De shuttle kan afwisselend hoog en laag onafgebroken gedurende 2 minuten worden hooggehouden.
5. De uitgangspositie bij de korte aangeefslag ligt een racketlengte van de voorste servicelijn.
6. De overdracht van het lichaamsgewicht vindt gelijktijdig plaats met de slagbeweging van de korte aangeefslag.
7. Het raakpunt bij de korte aangeefslag ligt op kniehoogte en schuin voor de voorste voet.
8. Na uitvoering van de korte aangeefslag wordt de uitgangshouding aangenomen.
9. De korte aangeefslag wordt uitgevoerd met de shakehands grip.
10. De korte aangeefslag wordt in het aangegeven vak geplaatst.
11. Het verplaatsen vanuit de basis naar positie "forehand" net wordt op de juiste wijze uitgevoerd.
12. De speler is in staat om vanuit de ingenomen positie een onderhandse slag te spelen in het veld van zijn tegenstander.
13. Het raakpunt van de slag bevindt zich zo hoog mogelijk en ver voor het lichaam.
14. De slag wordt uitgevoerd met de shakehands grip.
15. Na de slaguitvoering wordt op de juiste wijze naar de basis verplaatst.
16. Bij terugkeer op de basis wordt de uitgangshouding aangenomen.
17. De speler is in staat de shuttle binnen het aangegeven vak hoog te houden.
18. De uitgangspositie bij de hoge aangeefslag ligt een racketlengte van de voorste servicelijn.
19. De overdracht van het lichaamsgewicht vindt gelijktijdig plaats met de slagbeweging van de hoge aangeefslag.
20. Het raakpunt bij de hoge aangeefslag ligt op kniehoogte en schuin voor de voorste voet.
21. Na uitvoering van de hoge aangeefslag wordt de uitgangshouding aangenomen.
22. De hoge aangeefslag wordt uitgevoerd met de shakehands grip.
23. De hoge aangeefslag wordt in het aangegeven vak geplaatst.
24. Het verplaatsen vanuit de basis naar de positie "forehand" achterveld wordt op de juiste wijze uitgevoerd.
25. De speler is in staat om vanuit de ingenomen positie een bovenhandse slag te spelen in het veld van zijn tegenstander.
26. Het raakpunt van de slag bevindt zich zo hoog mogelijk boven de rechter schouder.
27. De slag wordt uitgevoerd met de shakehands grip.
28. Na de slaguitvoering wordt op de juiste wijze naar de basis verplaatst.
29. Bij terugkeer op de basis wordt de uitgangshouding aangenomen.
30. De speler is in staat de shuttle binnen het aangegeven vak hoog te houden.