

Unitat Didàctica 6.2.1: EL BADMINTON

edufiscalvia.wikispaces.com

1.- Orígens i història.

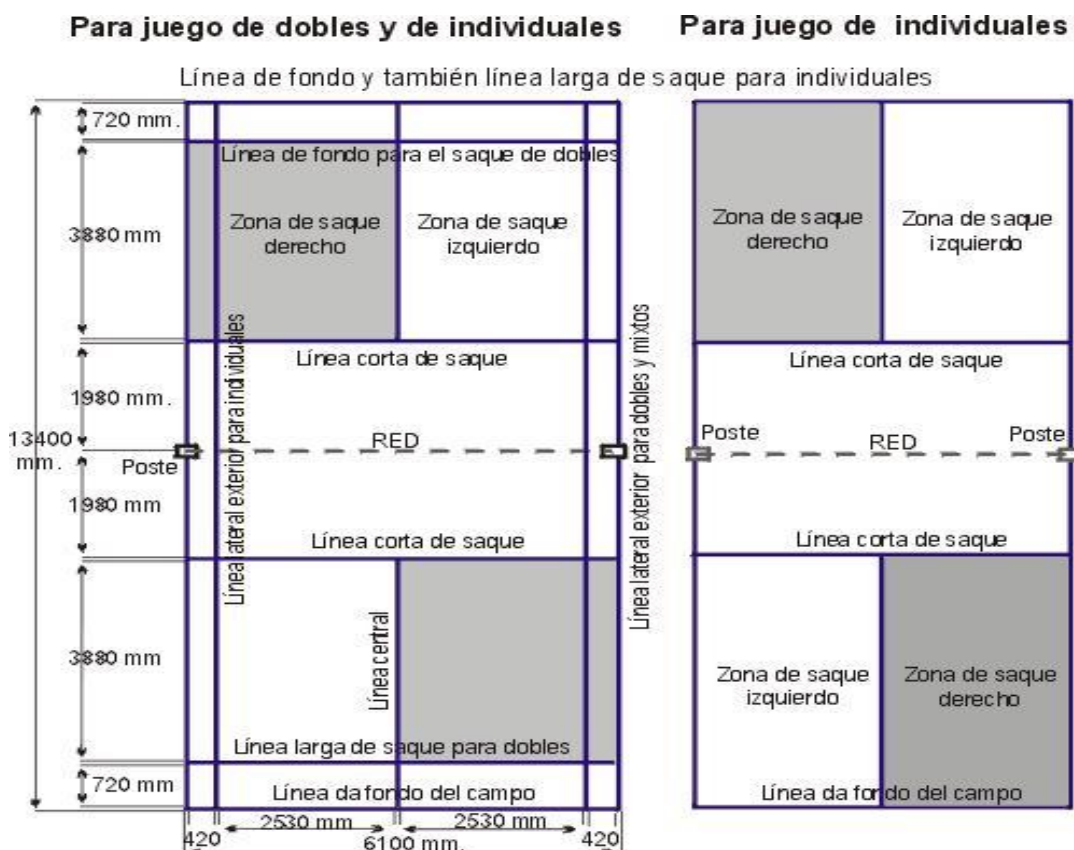
Les primeres regles del joc es publicaren en 1877 pel coronel **H.O. Selb**, en Karachi. La Federació Internacional de Bàdminton va ser creada el 1934. A l'estat espanyol la pràctica del Bàdminton s'inicià a Galícia (La Coruña i Vigo) a principis dels anys 60. A finals de l'any 1984 es van aprovar els Estatuts de la Federació Espanyola de Bàdminton.



2.- El reglament.

* **Terreny de joc:** El camp de Bàdminton és un rectangle de 13,40 metres de llargada per 6,10 metres d'amplada en el joc de dobles i 13,40 x 5,18 metres per el d'individuals. El camp es divideix en dos parts; cada part en: 2 zones de servei (esquerra i dreta), 1 zona davantera i 2 passadissos. Els postes tenen una alçada de 1,55 metres. L'alçada en el centre de la xarxa serà de 1,52 metres i en els extrems a 1,55 metres.

* **Modalitats de joc:** És pot jugar a INDIVIDUALS (masculí i/o femení), a DOBLES (masculins i/o femenins) i DOBLES MIXTES (és a dir, una parella formada per un home i una dona).



* **la puntuació:** El partit es disputa al millor de tres "sets" de 21 punts. Guanya el set el primer que arribi a 21 punts amb una diferència de 2 punts. Els "sets" es poden prolongar quan hi ha un empat a 20 punts; el jugador o equip que arribi primer a obtenir una diferència de 2 punts més guanyarà el set o joc; sí arriben a 29 punts, el que fa el 30 serà el guanyador.

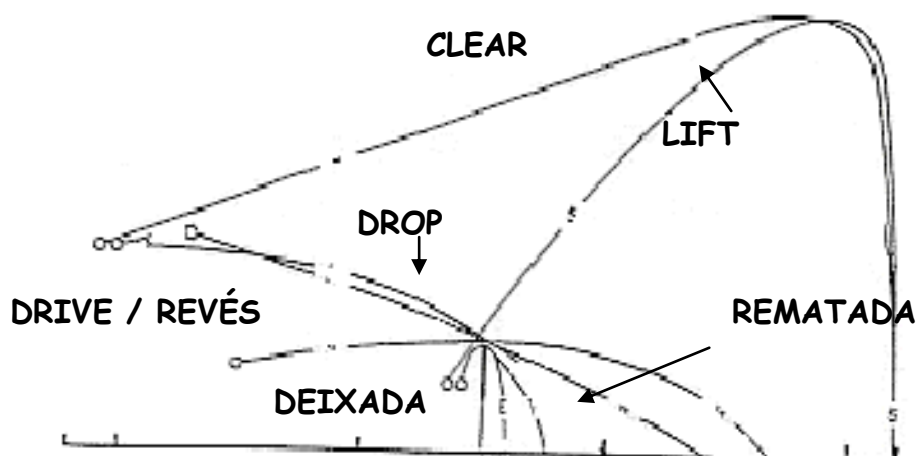
* **faltes més comuns:**

Falta de servei: El servidor i el receptor han d'estar dins les seves àrees de servei. El volant no pot ser colpejat per avall del maluc i el cap de la raqueta per baix del mànec.

Falta de joc: Sí el volant cau fora dels límits de la pista. No aconseguir que el volant passi a l'altre banda. Sí toquem la xarxa o envaïm el camp contrari.

3.- Gestos tècnics bàsics:

Les representacions gràfiques de les trajectòries d'aquests gestos tècnics seran:



3.1.- EL CLEAR:

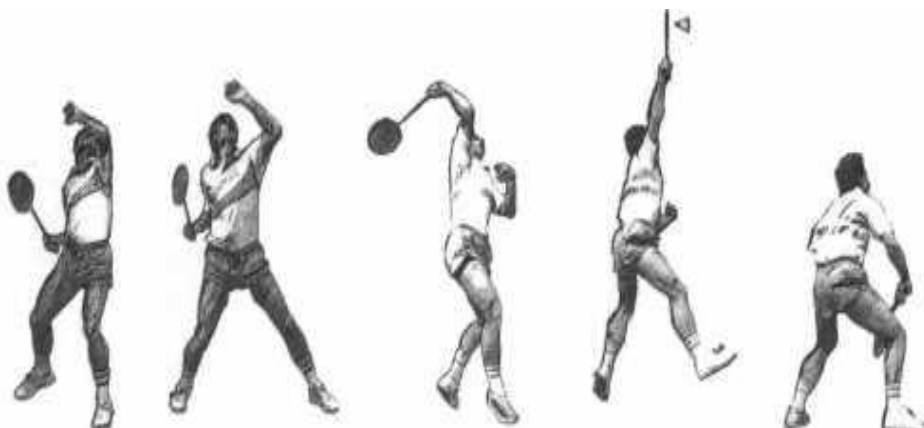
És el cop bàsic per excel·lència, el més fàcil d'aprendre i considerat un cop defensiu. Consisteix en enviar el volant des d'una posició endarrerida i per damunt del nostre cap fins al fons del camp contrari amb una trajectòria horitzontal o cap a dalt.

Distingim les següents fases:

1.- Armat del cop: deu

ser el més senzill possible. Flexió del braç fins col·locar la raqueta darrera del cap i el colze a la alçada de l'espatlla. L'altre braç

estarà quasi estès per davant i per damunt del cap. Al temps que es realitzen els



moviments de braços i espatlles, els peus ens ajuden a desplaçar-nos fins col·locar-nos davall del punt de caiguda del volant.

2.- Fase de colpeix: coincideix amb la translació del pes d'endarrere/endavant i una rotació de tronc; s'efectua l'extensió del braç cap al punt d'impacte amb rotació interna de l'avantbraç.

3.- Punt d'impacte: Sobre el cap

4.- Acabament del gest: El llançament del braç deu acabar a dalt i que ajudi al cos a recuperar la seva posició.

3.2.- LA DROP (deixada des del fons): consisteix en realitzar deixades des del fons del camp i per damunt del cap. Tots els moviments són idèntics al Clear, canviant només la velocitat de la raqueta en els últims centímetres abans d'impactar amb el volant.

3.3.- COP DE DRETA ("drive o forehand"): és un cop considerat d'atac, més utilitzat en el joc de dobles que en individuals. El volant passa el més a prop de la xarxa i amb una trajectòria paral·lela al terra.

3.4.- DEIXADA DE XARXA ("net"): es realitza davant; a prop de la xarxa. Consisteix en deixar el volant el més a prop de la xarxa del camp contrari.

3.5.- GLOBUS ("lob/lift"): és un cop defensiu que es realitza a prop de la xarxa. Va dirigit alt i cap al fons de la pista contrària. També es pot executar des dels dos costats (drive- revés).



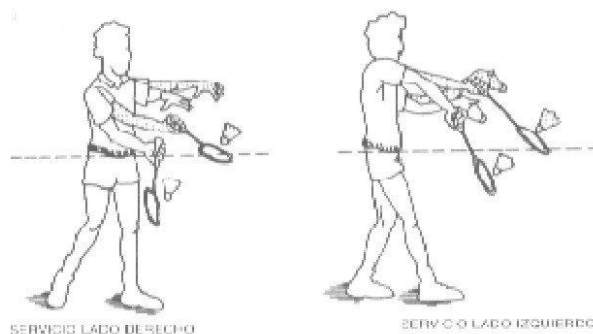
3.6.- SERVEI LLARG: el servei constitueix l'acció tècnica / tàctica que marca el començament d'un partit i/o d'un punt.

1. Fase preparatòria: adoptar una posició còmode dels peus; el pes sobre la cama endarrerida. La raqueta darrera dels cos per realitzar un balanceig el més llarg possible i potent. El volant es subjecta amb l'altre mà endavant del cos i a la vista de tots.

2. Fase de colpeix: conjuntament s'amolla el volant i es trasllada el pes dels cos d'endarrere/endavant; realitzant el balanceig del braç-raqueta fins colpejar el volant.

3. Punts d'impacte: davant el peu avançat.

4. Fase final: el cap de la raqueta continua pujant i el peu posterior s'aixeca del terra per la inèrcia.



UD 62.1. Bàdminton I

Nom..... Curs..... Grup.....

1.- Podries explicar quin és l'origen del Bàdminton.

2.- Dibuixa un camp de Bàdminton, posa les línies i les dimensions.

3.- Com puntuem al Bàdminton?

4.- Explica com es fa un CLEAR.