



TEMA 3:
EL BADMINTON



1. INTRODUCCIÓN:

El bádminton es un deporte que, por sus características, puede ser practicado como simple juego recreativo o bien como deporte de competición de gran exigencia energética.

Como juego recreativo se adapta fácilmente a espacios pequeños tanto al aire libre como en interiores. Su iniciación es rápida y hace que todo el mundo, en poco tiempo, pueda disfrutar del juego.

2. ORIGEN E HISTORIA:

Es difícil situar el origen del bádminton pero actualmente el más aceptado se sitúa en la India, en un juego llamado *Poona*. En 1.873, en Bádminton

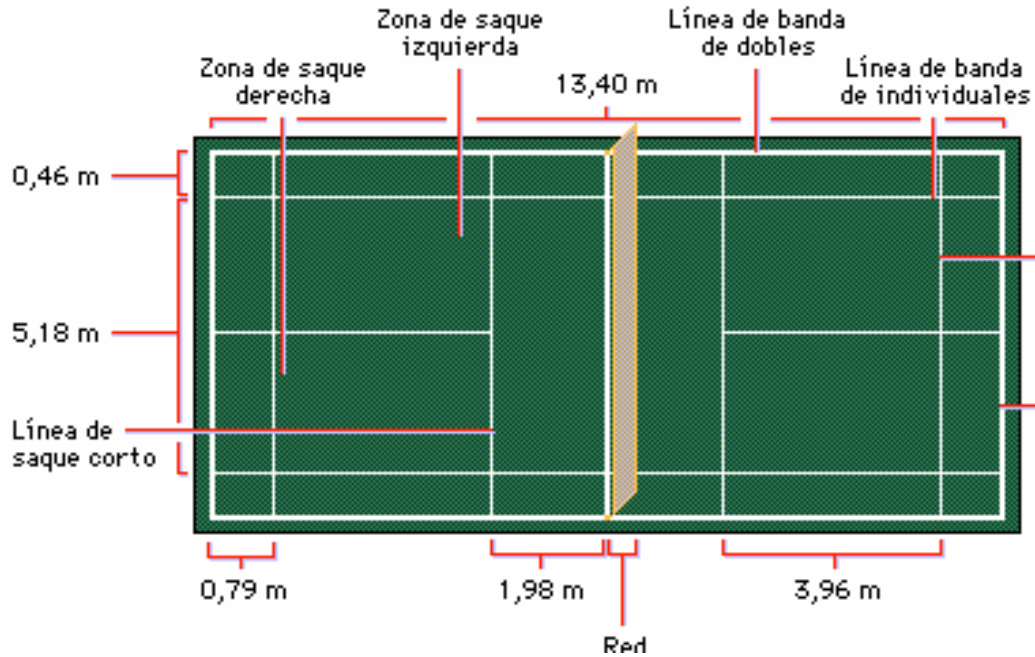
House (Inglaterra), durante unos juegos propusieron jugar a la *Poona* aprovechando unas raquetas de tenis e improvisando unos volantes con tapones de corcho de champán a los que se les incrustan unas plumas. Las primeras reglas fueron publicadas en



1.877 y en 1893 se crea la Asociación Inglesa de Bádminton. Poco a poco, el Bádminton se va extendiendo y se crea la IFB (Federación Internacional de Bádminton) en el 1.934. En España se empieza a jugar alrededor de los años 60 en las ciudades de Coruña y Vigo, creándose en el 1.977 la A. Gallega de Bádminton, aunque no fue reconocida oficialmente por considerar el C.S.D. que el Bádminton no estaba suficientemente implantado en nuestro país. Gracias al apoyo del Colegio Oficial de Profesores de Ed. Física, siendo presidente José Luis Hernández, resurge el Bádminton con gran entusiasmo organizándose las *Primeras Jornadas de Bádminton*. A finales de 1.984 el C.S.D. aprueba los estatutos de la Federación Española y pasados los 4 años reglamentarios se consolida este deporte como federado. La consagración definitiva del bádminton culmina cuando es declarado deporte olímpico y la participación oficial en los Juego Olímpicos de Barcelona en el 1992.

3. INSTALACIÓN Y MATERIAL NECESARIO:

3.1 TERRENO DE JUEGO

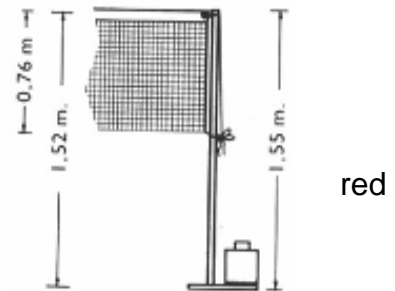


Terreno de juego:

- Las dimensiones de la pista de bádminton son

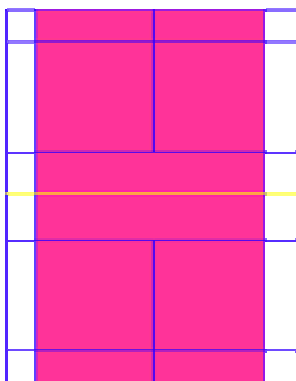
13.40m x 6.10m - y separado en dos partes iguales por la

central, que presenta una altura de 1.55m

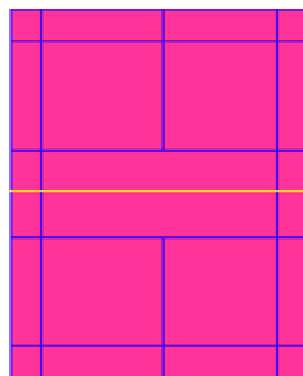


Individuales: En partidos individuales el terreno de juego está delimitado por las líneas laterales interiores y la línea de fondo exterior.

Dobles: En dobles el terreno de juego está delimitado por las líneas exteriores.



CAMPO DE INDIVIDUALES

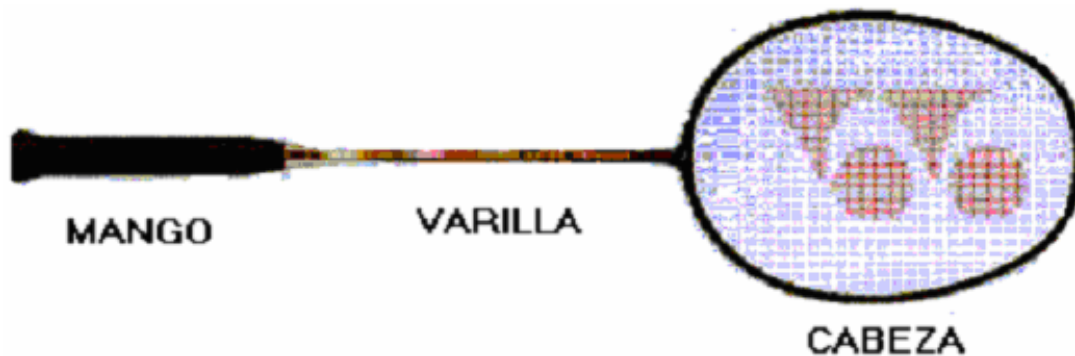


CAMPO DE DOBLES

3.2. LA RAQUETA:

Es el elemento más importante del juego. El material que se utiliza para fabricar este implemento varía mucho: madera, metal, grafito, fibra de carbono...

LAS PARTES DE UNA RAQUETA DE BADMINTON SON:



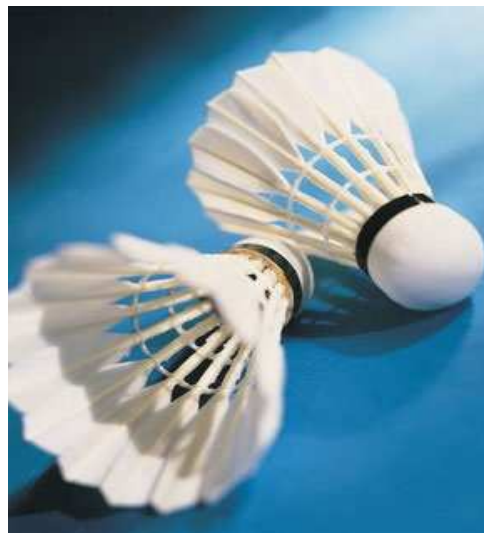
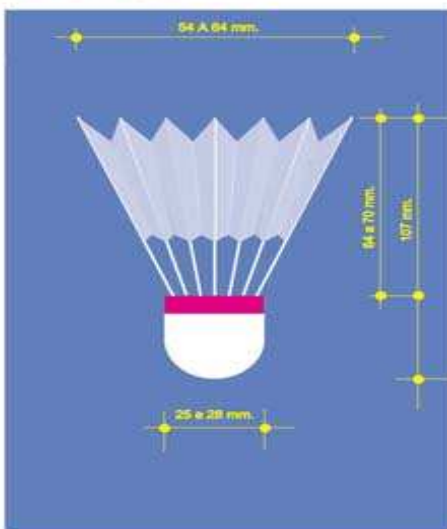
3.3. EL VOLANTE Y LA PLUMA

Es el objeto que golpeamos con la raqueta. Puede llegar a alcanzar una velocidad de 200km/h en un remate o smash.

Consta de 2 partes:

- Las plumas (que pueden ser de verdad o de plástico)
- La base de corcho forrada de piel de color blanco en el cual van fijadas las plumas.

BDM BADMINTON



4. ACCIONES TÉCNICAS:

La Técnica del bádminton se caracteriza por una gran precisión en la ejecución de los movimientos técnicos.

Para poder gozar del Bádminton, al igual que en otros deportes, es necesario conocer y aprender los movimientos básicos.

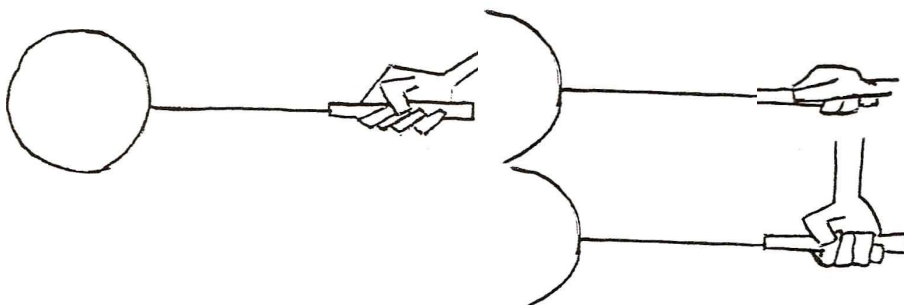
En la explicación de la técnica tenemos que estudiar varios elementos:

4.1. PRESA DE RAQUETA:

La forma de agarrar la raqueta tiene una importancia fundamental para la aplicación de los diferentes golpes; de hecho ha sido esta una de las técnicas que más ha evolucionado en los últimos años y que ha hecho cambiar la concepción de algunos golpes.

Existen diferentes tipos de presa: Presa universal, Japonesa, de Tapiz..., pero la más recomendable sobre todo al principio es la universal.

-Presa universal: (Es la que utilizaremos en la clase) Llamada también presa básica o de golpe derecho. Para cogerla de forma correcta la agarraremos con la mano no hábil por la mitad de la varilla. A continuación y con las cuerdas perpendiculares al suelo, agarramos con la mano derecha el mango, colocando el pulgar entre el índice y el resto de los dedos.



Juego de muñeca:

Contrariamente al tenis, donde se juega con el brazo y la muñeca bloqueados, el Bádminton exige una movilidad total de la muñeca. La raqueta y el volante, al ser ligeros, permiten "fustigar" mientras se golpea. Esto se consigue con un disparo brusco de la muñeca junto con un movimiento rápido del brazo, que da velocidad al volante.

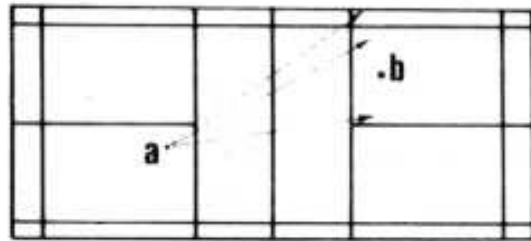
4.2. POSICIÓN BASE DEL JUEGO

Al ser el bádminton un juego rápido es importantísimo adoptar una posición de preparación para entrar lo antes posible en acción en cualquier sentido. El jugador deberá tener los pies separados y a la misma altura; el peso del cuerpo repartido sobre las puntas con las piernas ligeramente flexionadas y el tronco ligeramente inclinado hacia delante, la raqueta deberá colocarse a la altura de los hombros, y ocupar el centro de la pista para poder desplazarnos con el menor número de pasos posibles y llegar a todos los golpes.

4.3. LOS SAQUES:

En bádminton el saque es una acción defensiva, pero tiene una importancia fundamental, ya que para marcar tantos es necesario estar en posesión del mismo.

Debido a las limitaciones que impone el reglamento, sobre todo en el área de saque, en el juego de individuales es preferible efectuar saques largos y, sin embargo, en dobles



predominarán los saques cortos y a ras de la red. El jugador que saca se colocará dentro de su área de saque más o menos a 1,5 m. de la línea de saque.

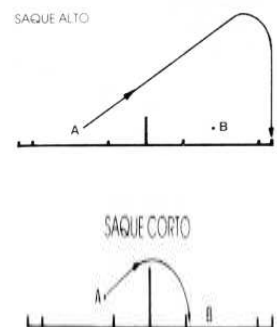
El movimiento del brazo que golpea es de atrás a delante en un movimiento continuo; el impacto al volante se realiza entre la rodilla y la cadera. La raqueta en el momento del golpeo está con la cabeza perpendicular al suelo o ligeramente inclinada hacia delante.

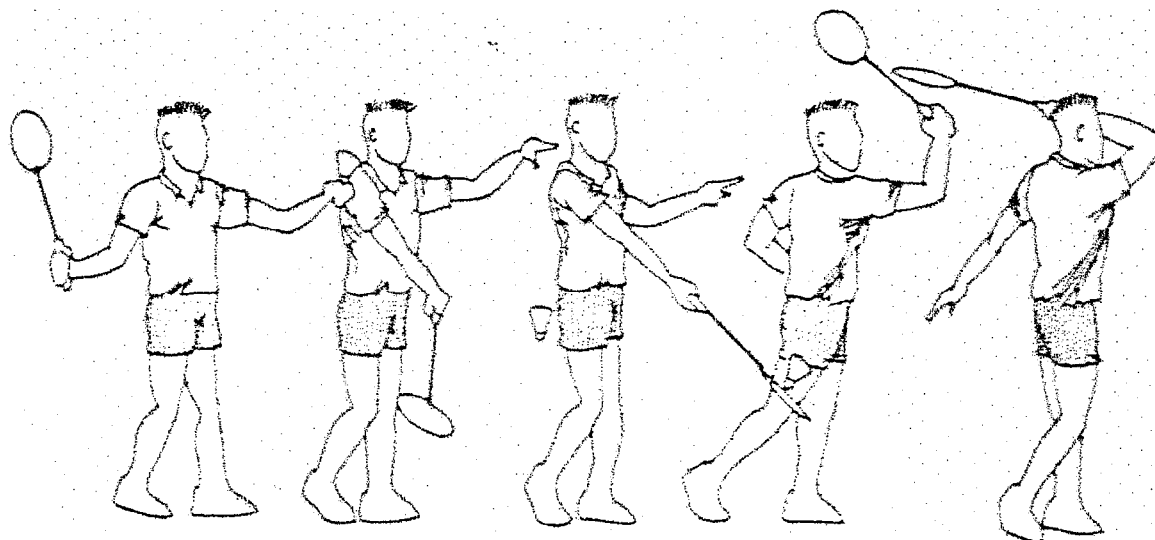
Desde que se inicia el movimiento hasta que termina existe una transferencia de peso del cuerpo de atrás adelante.

Dependiendo del recorrido los saques pueden ser;

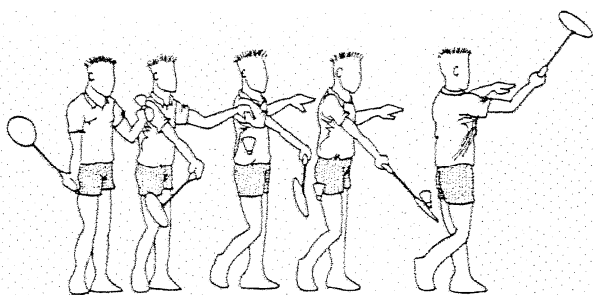
- Alto, se suele usar para juego de individuales.
- Corto, se suele usar para juego de dobles.
- Revés, exclusivo para juego de dobles.

En 1º ESO nos centraremos en el saque largo “individuales”

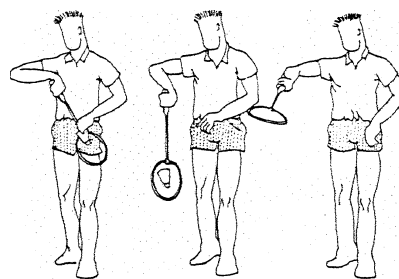




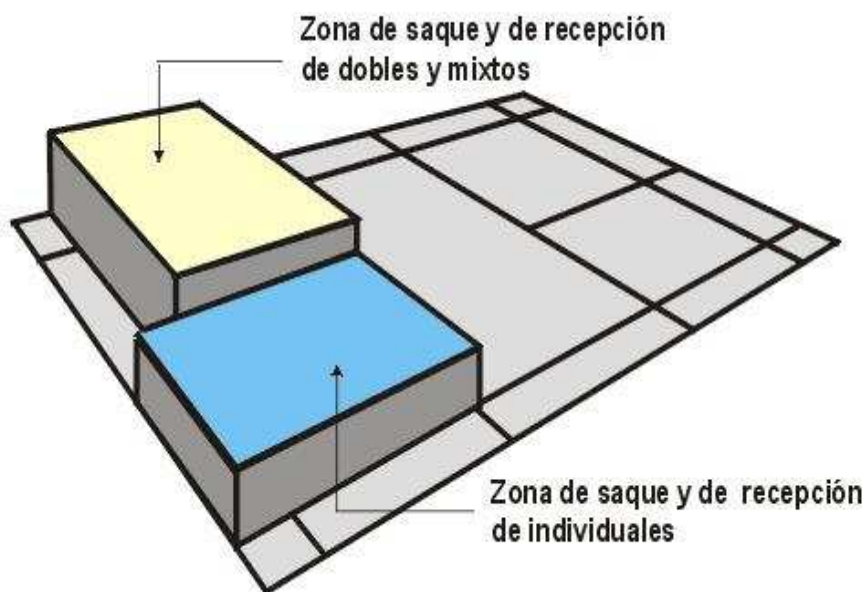
SAQUE ALTO



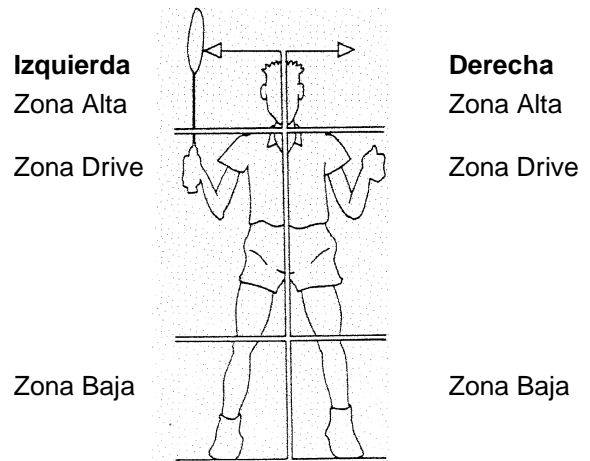
SAQUE CORTO



Zonas de saque:



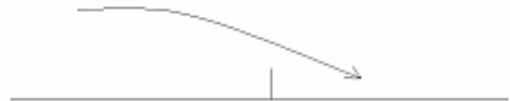
4.4. GOLPES BÁSICOS



-**Clear:** es un golpe que envía el volante alto y largo hacia línea de fondo del contrincante, obligando a este a moverse rápidamente hacia atrás.



-**Remate o Smash:** es el golpe ofensivo por excelencia, se busca que el volante descienda rápidamente para ganar el punto. **Dejada o Drop:** es un golpe ofensivo, su objetivo es dejar caer el volante justo detrás de la red, cuando el contrario está lejos y no puede responder.



-**La dejada o Drop:** es un golpe ofensivo, su objetivo es colocar el volante justo detrás de la red, cuando el contrario está lejos y no puede responder.



- **El Globo o Lob:** es un golpe defensivo que se hace cerca de la red como respuesta a un ataque de final o dejada. Es un golpe que hace que el volante vaya alto y largo haciendo una parábola cara el fondo del campo del contrincante.



- **El Drive:** es un golpe que se emplea para dar velocidad al juego, por lo tanto es ofensivo. Después del golpeo el volante va a media altura con una trayectoria horizontal.



5. REGLAS Y NORMAS BÁSICAS

5.1. LA PUNTUACIÓN:

Los contrincantes juegan al mejor de tres juegos. En caso de empate a 1-1 se disputa el tercero juego. Para que los puntos suban al marcador, se debe estar en posesión del saque.

- En individual masculino y en los dobles se juega a 15 puntos. En situación de empate:
 - 14-14, se decide si se juega a 15 o a 17 puntos.
- En individual femenino se juega a 11 puntos. En caso de empate: - 10-10, se decide si se juega a 11 o 12 puntos.

Estas prórrogas las decide el jugador que primero llegó a la puntuación.

5.2. LAS FALTAS

El árbitro pitará falta:

- Si se hace un saque y la raqueta pasa por encima de la cintura, o la cabeza de la raqueta al golpear el volante está por encima de la mano que la sujeta.
- Si en el saque el volante cae fuera del área de saque.
- Si durante lo saque algún jugador está fuera del área que le corresponde.
- Si el volante cae fuera del campo.
- Si el volante toca el suelo.
- Si el volante toca en el techo.
- Si el volante queda atrapado en la red o en la raqueta del jugador.
- Si el volante toca a un jugador.
- Si durante el juego, un jugador toca la red con el cuerpo o con la raqueta.
- Si un jugador invade el campo contrario por encima o por debajo de la red.
- Si el volante es golpeado dos veces sucesivas en el mismo campo.

5.3. OTRAS NORMAS

- En el bádminton continúa el juego si el volante toca la red, tanto en el saque como en el desarrollo del punto.
- Según la puntuación en la que vayamos, tendremos que colocarnos para sacar en una
O en otra mitad del campo. Siempre que llevemos una puntuación par sacaremos desde la mitad derecha del campo. Cuando la puntuación sea impar sacaremos desde la izquierda. El cero se considera un número par.
- Entre el primero y el segundo juego no hay descanso. Entre el segundo y el tercero se descansan 5 minutos si uno de los jugadores lo pide.
- Las líneas del campo forman parte del terreno de juego.
- En el bádminton existen cinco modalidades de juego: individual masculino, individual femenino, dobles masculino, dobles femenino y dobles mixto.