

Institut Cubelles
CUBELLES

Aspectes bàsics del bàdminton

1r d'ESO

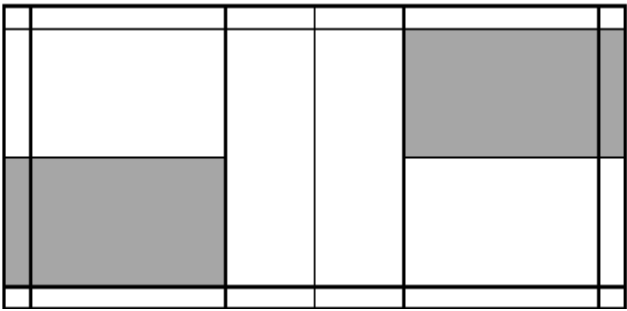
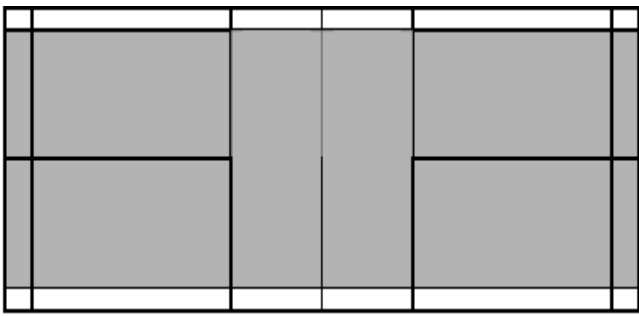
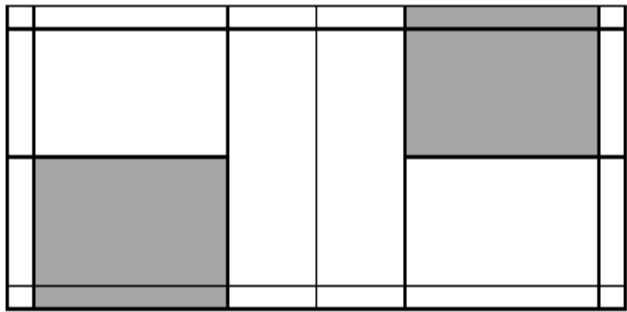
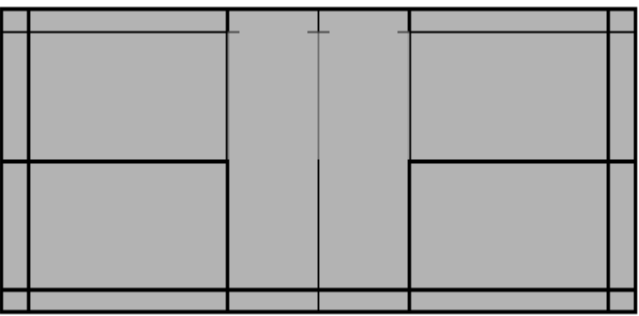
Apunts elaborats per Antonio Tinajas Ruiz

Apunts de bàdminton

1. El terreny de joc

El terreny de joc és diferent segons es tracti d'una competició individual o de dobles/mixta . En la competició de dobles, el terreny de joc és un rectangle de 13.41m x 5.18m . D'acord amb el reglament, el terreny de joc ha d'estar cobert, encara que es pot jugar a l'aire lliure. La xarxa, de 75 cm d'amplada, té una alçada de 152 centímetres.

A continuació tens representades, a l'esquerra, les diferents zones on poden d'estar col·locats els jugadors segons els tipus de competició (i la zona on, si cau el volant, la sacada és bona). A la dreta tens representats quins són els terrenys de joc en cada competició. **En el nostre gimnàs només estan pintades les línies del joc individual.**

	
Zona on poden d'estar col·locats els jugadors en el joc individual (quan es treu des de la dreta). També és la zona on, si cau el volant, la sacada és bona	Zona de joc en la competició individual
	
Zona on poden d'estar col·locats els jugadors en el joc de dobles i mixt (quan es treu des de la dreta). També és la zona on, si cau el volant, la sacada és bona	Zona de joc en la competició de dobles o mixta.

2. El reglament

El bàdminton es juga de forma individual i per parelles. Les parelles poden ser mixtes. L'objectiu del joc és enviar el volant per sobre de la xarxa i que caigui sobre el terreny de joc contrari.

1. La sacada o servei

Quan saquem el contacte s'ha de produir sempre per sota del maluc, moment en el qual l'empunyadura ha d'estar per sota del cap de la raqueta. El volant ha de ser tornat obligatòriament per la persona situada en diagonal d'aquella que fa la sacada.

2. La posició en el camp

En el joc individual, la posició inicial en el camp se sorteja. El primer que tria pot fer-ho entre:

- treure.
- escollir el camp on jugarà.

Els jugadors es col·loquen en diagonal: a la dreta, quan la puntuació de qui serveix és zero o parell, i a l'esquerra quan la puntuació és senar. La persona que serveix i la persona que rep poden estar en qualsevol posició dins de la seva zona. Un cop s'ha produït la sacada, tots dos jugadors poden ocupar qualsevol posició.

3. La puntuació

Un jugador s'anota un tant si aconsegueix que el jugador contrari envii el volant fora del terreny de joc o si aconsegueix que el volant toqui el terreny de joc del contrari.

El partit es disputa a tres jocs. El jugador que guanya 2 jocs guanya el partit. Cada joc el guanya el primer que arriba a 21 punts, però amb un avantatge de 2 punts (21-19, 21-17, etc.). Si no és així, continua el joc fins que algú assoleixi un avantatge de dos punts (23-21, 24-22, 27-25...). Si continuen els empats sense que cap jugador guanyi per dos punts, guanya el joc el primer que arriba als 30 punts.

4. Les faltes

Algunes situacions en què es produeix falta són:

a) Durant la sacada:

- Si la persona que serveix (o la que rep) estan fora de la seva zona o trepitgen les línies que les delimiten.
- Si la persona que serveix (o la que rep) no estan en posició estacionària mentre s'efectua la sacada (han de tenir tots dos peus en contacte amb el terra).
- Si el volant no passa per sobre de la xarxa.
- Si el volant cau a terra fora de la zona de sacada del jugador contrari sense que aquest jugador el toqui (és falta de qui fa la sacada).
- Si el volant cau a terra dins de la zona de sacada sense que el toqui la persona que rep (en aquest cas, és falta de la persona que rep).
- Si la persona que serveix (o la que rep) fan algun moviment d'alguna part del seu cos per tal d'enganyar al contrari (fa una finta).

b) Durant el joc (és falta de la persona que està jugant el volant):

- Si el volant cau a terra.
- Si el volant toca el seu cos.
- Si toca el volant amb la raqueta dues vegades consecutives.
- Si transporta o empeny el volant amb la raqueta.
- Si manté aixecada la raqueta prop de la xarxa per a fer rebotar el volant quan el contrari el colpeja cap avall, llevat que el jugador vulgui protegir-se la cara amb la raqueta.

També comet falta el jugador que toca amb el seu cos o amb la raqueta la xarxa o els pals que l'aguanten mentre el volant està en joc.

No és falta si el volant toca la xarxa, ja sigui durant la sacada o durant el joc. Les línies formen part de les superfícies que delimiten (és a dir, formen part del terreny de joc a l'hora de decidir si un volant a caigut dins o fora del terreny de joc).

5. El joc de dobles

El terreny de joc es veu incrementat pels passadissos laterals (**figura 1**). Després del sorteig, cada equip decideix quin dels dos jugadors començarà sacant (o rebent, segons el que li toqui fer a l'equip).

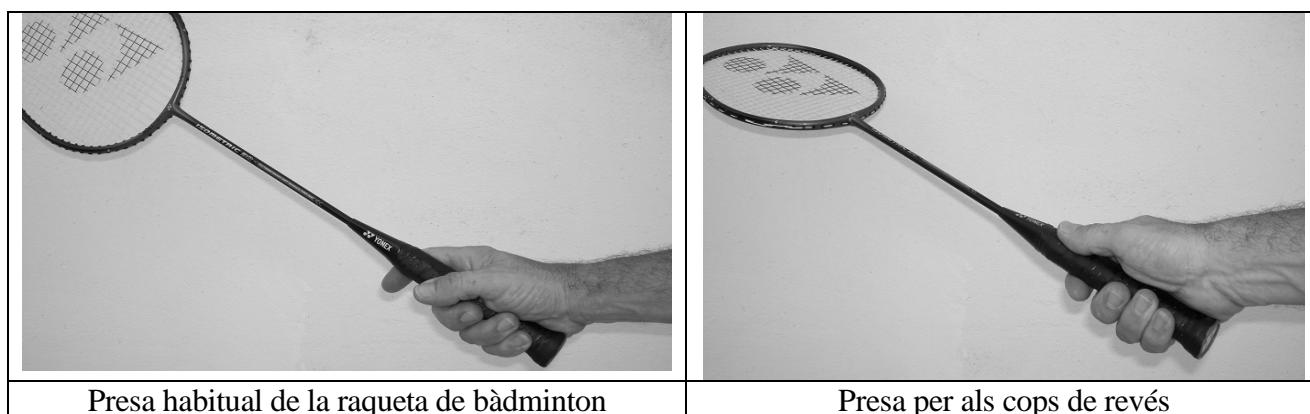
Algunes de les normes que se segueixen en el joc de dobles són específiques. Anem a resumir-les.

- Treu la persona situada a la dreta. Si guanya el seu equip, s'anota un punt i continua traient la mateixa persona, però després d'intercanviar la seva posició amb el seu company per a no haver de treure dues vegades seguides contra la mateixa persona.
- Si l'equip que guanya el punt és l'equip que NO havia tret, a més a més d'anotar-se el punt, recuperarà el dret a fer la sacada. Traurà la persona situada a la dreta, si la puntuació de l'equip es parell, o la persona situada a l'esquerra, si la puntuació de l'equip en aquell moment es senar. Continuarà traient la mateixa persona mentre continui guanyant el seu equip

3. La tècnica

1. Com hem d'agafar la raqueta?

Hi ha dues maneres d'agafar la raqueta. En la presa normal agafem la raqueta com si donéssim la ma a algú. En la presa per als cops de revés posem el dit gros sobre la superfície plana més ampla del mànec de la raqueta.



2. La sacada o servei

La sacada es pot fer de dues maneres. La més habitual (la sacada per sota) és la que apareix a la **figura 1**, a l'esquerra: el jugador deixa anar el volant alhora que la raqueta inicia un moviment circular. Una altra manera de treure és mitjançant la sacada de revés (**figura 1**, a la dreta). Pot ser més fàcil per alguns principiants, però té l'inconvenient de que no es pot enviar el volant massa lluny.

Segons la trajectòria que segueix el volant, la sacada pot ser curta o llarga (**figura 2**). La sacada curta és la més habitual en el joc de dobles. També es fa servir en el joc individual quan el contrari es troba massa endarrerit. Cal que el volant passi per sobre de la xarxa fregant-la i caigui prop de la línia. Si el volant puja massa, el contrari s'avançarà i farà una rematada.

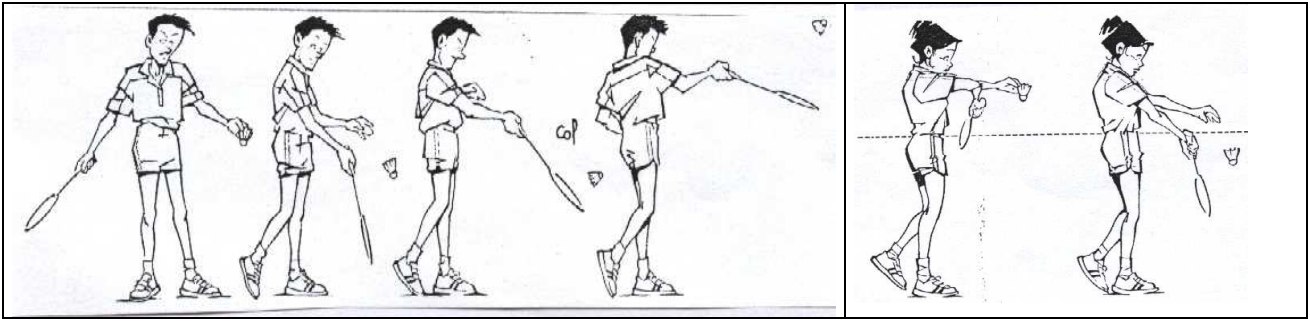


Figura 1: Sacada per sota (esquerra) i de revés (dreta)

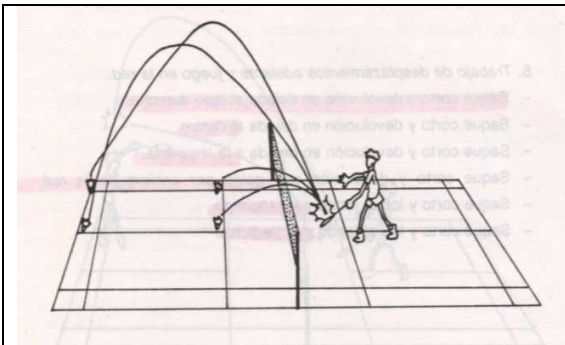


Figura 2: Sacada curta i sacada llarga

La sacada llarga és més freqüent en el joc individual. Cal anar molt en compte perquè, si ens quedem curts, podem provocar la rematada del contrari.

3. Els cops bàsics

La classificació dels cops que es fan servir al bàdminton té en compte la trajectòria que segueix el volant després de ser colpejat (**figura 3**). Una norma que heu de seguir sempre quan jugueu a bàdminton és que cal colpejar el volant en el punt més alt de la seva trajectòria que sigui possible. Si no ho feu, reduireu les vostres possibilitats de guanyar el punt.

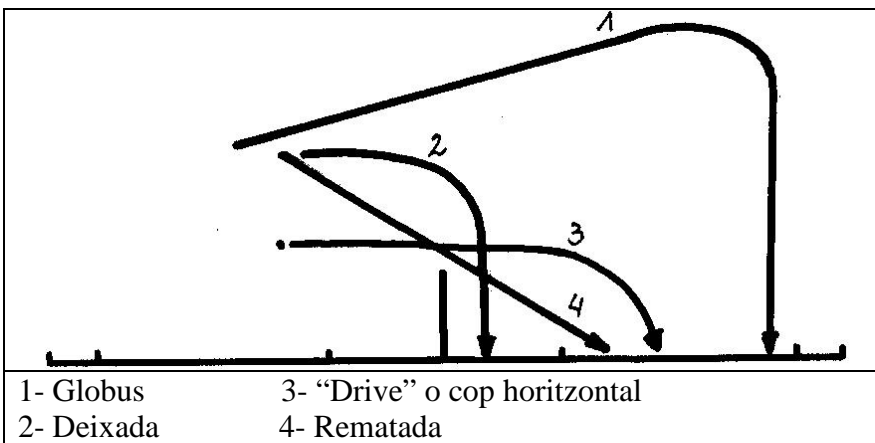


Figura 3: Els quatre cops bàsics

4. Les combinacions de cops en el joc individual

Les més utilitzades en el joc individual són dos:

- Combinació globus-deixada: Consisteix en alternar ambdós cops per tal d'obligar al contrari a desplaçar-se al llarg de tota la pista, a ser possible diagonalment.
- Quatre cantonades: Similar a l'anterior, es tracta d'esgotar al contrari i no deixar-li temps perquè prepari els seus cops (**figura 4**).

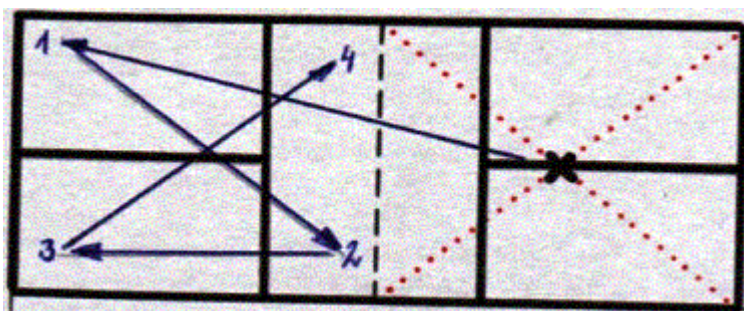


Figura 4: Col·locació en el camp i direcció del volant durant la combinació de cops de “les quatre cantonades”.

5. La col·locació dels jugadors en el joc de dobles

La parella de jugadors pot col·locar-se de dues maneres diferents al llarg d'un partit: “davant-darrera” i “costat a costat”. Hi ha una tercera possibilitat, que és la combinació de les dues anteriors, però és més complicada de dur a terme, especialment per als principiants.



a) La col·locació “davant-darrera”: Els dos jugadors se situen en la línia central, un darrera l'altre. El jugador més avançat torna els cops curts i el jugador més endarrerit s'encarrega de la resta de cops. El jugador més endarrerit sol ser el més alt i fort (normalment el noi, en la competició mixta).

b) La col·locació “costat a costat”: Els dos jugadors se situen a la mateixa distància de la xarxa. Cadascun s'encarrega dels volants que sobrevolen la seva meitat de camp. El jugador del costat esquerra s'encarrega també dels volants que van al mig

8. Bibliografia

Tinajas A. Bádminton en la escuela. Enseñar a jugar y a competir. Madrid, 2010. ISBN: 978-84-614-2427-6