

EL BADMINTON. 2º ESO

INTRODUCCIÓN:

El origen parece que ésta en un juego llamado POONA, que se practicaba en la india. Se cree que fueron los oficiales ingleses los que lo llevaron a Inglaterra alrededor de 1870. Lo que sí está claro es el nombre de Bádminton que proviene de la ciudad de Badminton House, donde se practicaba la Poona.

Los primeros campeonatos de Inglaterra se llevaron a cabo en 1897. En España se comenzó a jugar en los años 60, en la Coruña y Vigo.

EL REGLAMENTO:

DIMENSIONES	LÍNEAS	RED
La cancha es un rectángulo de 13,4 de largo x 6,10 de ancho rodeada de una zona libre de 3 metros.	Las líneas deben ser fácilmente visibles de color blanco amarillento de 4 cm de ancho. Si el volante da en la línea la línea es válida.	Es una malla de 75 cm de ancho y 6,20 de largo. Colocada a 1,52 del suelo.

EL SORTEO:

Al empezar el juego, el árbitro sortea ante los jugadores, y los ganadores eligen:

- Saque: sacar o recibir primero.
- Ó.
- Campo: empezar en un lado del campo o en el otro.

PUNTUACIÓN:

El partido consta de 3 sets, y se lo adjudica el jugador que consiga vencer en dos de ellos, sin necesidad de disputarse el tercero si ya se han conseguido los dos primeros.

- El jugador o jugadora que tenga el servicio y gane el intercambio de golpes sumará un punto. Por tanto, **sólo haces punto si te encuentras sacando y cae en el campo contrario la pelota.**

INDIVIDUAL MASCULINO Y DOBLES MASCULINO	INDIVIDUAL FEMENINO, DOBLES FEMENINO Y MIXTO
<ul style="list-style-type: none"> - Gana el juego aquel / aquellos que antes lleguen a 15 puntos. - En caso de empate a 14 en cualquiera de los juegos, el jugador que llegó primero a 14 puede elegir si terminar en 15 o seguir el juego hasta 17 puntos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ganará la / las /los primeros que lleguen a 11 puntos. - En estos casos si hay empate a 10 la primera jugadora que llegue a este punto puede decidir si terminar en 11 o seguir hasta 13.

CAMBIO DE CAMPO E INTERVALOS:

Se cambiará de campo a finalizar el primer set y el segundo. En el tercer set se cambiará de campo en el punto 6 si es en femenino o mixto y en el 8 si es en masculino.

Podrá haber un descanso de 5 minutos entre el set 2 y 3.

EL JUEGO:

- Siempre que la puntuación sea 0 ó par se deberá sacar desde la derecha tanto en individuales como en dobles. Siempre que la puntuación sea impar se deberá sacar desde la izquierda.
- En individual y en dobles siempre se deberá sacar **en diagonal** y recibir el jugador que le corresponda si es en dobles.
- El golpeo deberá ser siempre de forma alternativa (es decir, una vez en cada campo) ya sea en individual o en dobles.
- Se cambia de saque si quien saca comete una falta o si quien saca falla o le hacen punto.
- Existe la opción de repetir el servicio si el primero se falla. Se realizará desde la zona contraria a la que se sacó el primer servicio fallido.
- Después de un servicio en individual o dobles, los jugadores se podrán situar en el campo donde quieran.

FALTAS:

- Las faltas más habituales en el saque o servicio son:
 - Golpear la pluma por encima de la cintura o que la cabeza de la raqueta esté por encima de la mano.
 - Si el jugador que saca está fuera del área correspondiente a la hora de realizar el saque.
 - Si el volante cae fuera de la zona de servicio contrario o no pasa la red.

- Las faltas más habituales durante el juego:

- Si el volante toca alguna parte del cuerpo del jugador, así como su ropa.
- Si se golpea a la pluma en campo contrario o se pasa la raqueta por encima de la red.
- Si se toca la red o los postes con el cuerpo, la ropa o incluso la propia raqueta.
- Si el volante queda atrapado en la raqueta de algún jugador o en la red.
- Si se golpea dos veces seguidas la pluma o volante o éste es arrastrado sobre el cordaje de la raqueta.
- Si un jugador hace una pantalla deliberada con la raqueta sobre la posición de golpeo del jugador oponente.
- Si el volante toca el suelo fuera de los respectivos límites del campo según la modalidad de juego.

TÁCTICA EN JUEGO INDIVIDUAL:

- Realizar un juego variado de golpes para inducir al adversario a que cometa algún fallo.
- Lanzar el volante al lado izquierdo del oponente para que tengan que golpear de revés.
- Volver al centro del campo después de cada golpeo, ESTANDO SIEMPRE ACTIVO Y CON POSICIÓN DE DEFENSA.
- Nunca hay que dirigir el volante al lugar donde se encuentre el contrario.
- Jugar preferiblemente en paralelo y sólo en diagonal como sorpresa. Evitarás fallos.

SISTEMA DE JUEGO EN DOBLES:

- **Lado a lado o en paralelo:** Es un sistema más defensivo, que se utiliza cuando se empieza a jugar a dobles. Los dos jugadores se sitúan en el mismo nivel. Uno cubre la mitad derecha del campo y el otro la izquierda. Es un sistema muy defensivo
- **Adelante – atrás:** Un jugador se coloca cerca de la red y el otro se coloca más retrasado. El jugador delantero ha de ser muy técnico y el de detrás muy potente y buen atacante.
- **Combinado o Mixto:** Es la combinación de los dos anteriores; en ataque se colocan delante – atrás y en defensa de lado a lado, combinándose así las ventajas de ambos. Es el que se utiliza en alta competición y debe entrenarse mucho.



azul paralelos, amarillos delante – atrás.



Delante – atrás.

LOS GOLPEOS:

Golpeos de Defensa:



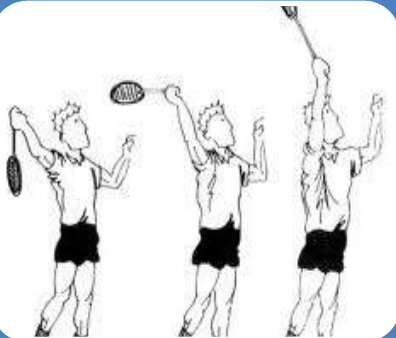
LOB DE DERECHA: Es un golpe defensivo. La dirección que seguirá es la de un golpe alto y al fondo de la pista.



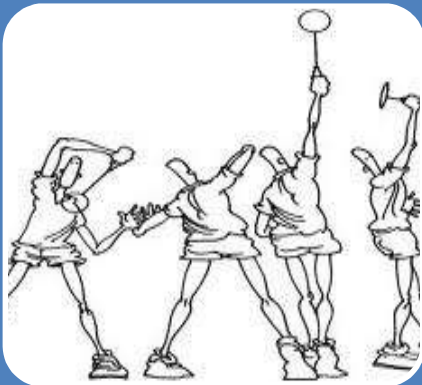
LOB DE REVÉS: Es un golpe defensivo, potente y su trayectoria será alta y al fondo de la pista.

Golpeos de ataque:

EL CLEAR:



CLEAR DE DERECHA: golpe muy alto para intentar sorprender al contrario atrás.



CLEAR DE REVÉS: es el más difícil. Alto y potente.

EL DRIVE



DRIVE DE DERECHA: Golpe de ataque cercano a la red y paralelo al suelo.

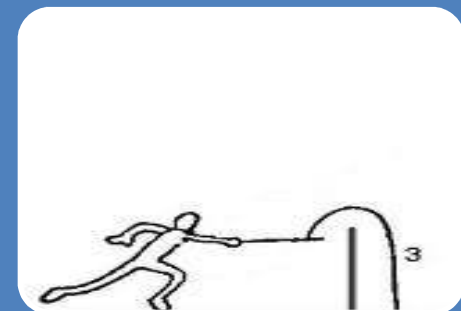


DRIVE DE REVÉS: Potente paralelo al suelo y cercano a la red.

LA DEJADA



DEJADA ALTA: Golpe de ataque realizado por encima de la cabeza y dejándola muy cercana a la red para sorprender cuando el contrincante esté atrasado.

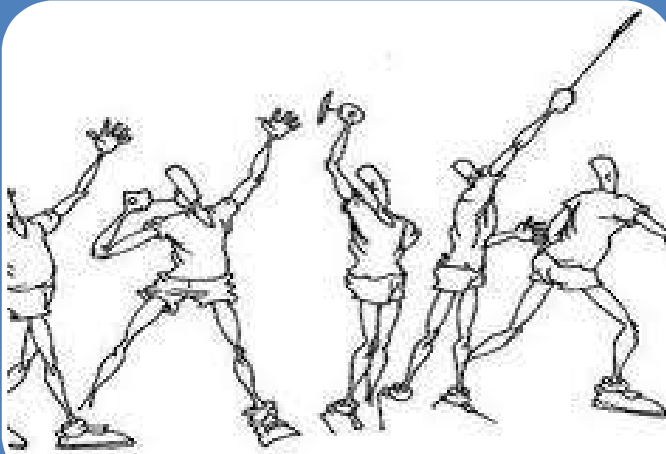


DEJADA BAJA: Puede ser de derecha y de revés como la anterior. Trata de realizar un golpe inteligente para que el contrincante no llegue a darla desde atrás.

EL REMATE



EL REMATE: golpe de ataque más potente. Se suele realizar después de un lob o clear del atacante, es decir, un golpe alto. SIEMPRE SE SEÑALA LA PELOTA MANO IZQUIERDAY SE GOLPEA MUY FUERTE MANO DERECHA



SAQUE:



SAQUE DERECHA: Puede ser largo o corto. NO PUEDE REALIZARSE POR ENCIMA DE LA CINTURA. SERÍA FALTA. Se atrasa la pierna derecha, la que saca.



SAQUE DE REVÉS: Mucho más potente y eficaz pero mucho más complicado de dominar. La raqueta se cruza por delante del cuerpo y con la otra mano se sujeta el volante para al golpear realizar un movimiento de apertura. Se atrasa la pierna izquierda, la que saca.