

Badminton

Giocare con il volano

Per molti anni è stato uno dei giochi preferiti da fare nel tempo libero. Oggi il badminton è in piena espansione. Praticato da bambini e da adulti, questo sport permette lo sviluppo di



coordinazione motoria, tattica e velocità.

Il badminton è il gioco di rinvio più veloce. Nelle schiacciate, i migliori giocatori al mondo sono in grado di lanciare il volano fino alla velocità di 300 chilometri orari. Una delle numerose caratteristiche di questo sport che lo trasforma in una vera e propria attrazione, da integrare anche nell'insegnamento.

Semplice, rapido, attrattivo

A differenza del tennis, il badminton è uno sport di facile apprendimento sia per gli allievi che per i principianti. Soprattutto nelle fasi iniziali dell'insegnamento i progressi sono considerevoli. Inoltre le ragazze e i ragazzi possono giocare insieme. Si tratta di una disciplina poco costosa e quindi accessibile a tutti. Al contrario dello squash, è uno sport che può essere praticato ovunque e non necessita di un'apposita sala.

Sommando tutti questi fattori il badminton si rivela una disciplina estremamente completa e ideale per l'apprendimento di diverse tecniche di rinvio.



Famiglie di movimento

La tecnica di tiro nel badminton è imparentata con quelle di lancio e di tiro di altre discipline sportive come ad esempio il lancio del giavellotto, lo smash o il servizio nel tennis o il tiro nella pallamano. È consigliato sperimentare queste affinità motorie per acquisire al meglio la tecnica di lancio. Per ampliare il repertorio dei movimenti chiave è utile variare le forme di tiro: colpendo il volano con racchette diverse (tennis, goba), oppure utilizzando altri tipi di palline (softball) o altri «oggetti volanti».

Il badminton è diventato sport Olimpico ufficiale nel 1992, ma il regolamento dello sport risale al 1877. Il nome proviene da «Badminton House», la residenza del duca di Beaufort in Inghilterra. Da sempre il badminton si suddivide in cinque discipline: singolo maschile, singolo femminile, doppio maschile, doppio femminile, doppio misto.

Play it. Love it. Live it.

Badminton è sport Olimpico ufficiale dal 1992



badminton

- ✓ *Il giocatore che vince il set serve per primo al set successivo.*
- ✓ *All'inizio del set (0-0) e quando il punteggio del servente è pari, quest'ultimo serve sempre dal lato destro del proprio campo. Quando è dispari dal lato sinistro.*
- ✓ *Non vi è errore se durante il servizio il volano tocca la rete. Tuttavia, non si ripete il servizio.*

Regole

- ✓ *In una partita si gioca al meglio dei tre set, sino a 21 punti per set.*
- ✓ *L'inizio della partita è determinato lanciando un volano in aria. Decide il giocatore della metà campo verso cui è rivolta la parte di sughero del volano una volta caduto per terra. Si può decidere se fare il servizio o se si vuole una determinata metà campo.*
- ✓ *Ogni volta che si vince il punto si serve e i vincitori di uno scambio aggiungono un punto al proprio punteggio.*
- ✓ *A 20 pari, il giocatore che guadagna due punti consecutivi, vince il set/partita.*
- ✓ *A 29 pari, il giocatore che arriva prima a 30, vince il set/partita.*

BADMINTON

ENGLAND

Play it. Love it. Live it.



