UD BÁDMNTON

HISTORIA

El origen de este juego se remonta, parece ser, a hace más de 2000 años en donde ya se practicaban unos juegos parecidos en China, Japón y los propios Incas. Pero la mayoría de los expertos coinciden en que el bádminton se comenzó a jugar en Inglaterra en la ciudad de Badminton House con la denominación de POONA y que fue traído de India por oficiales ingleses a finales del siglo XIX. Fue en la olimpiada de Barcelona 1992, en donde por primera vez se contempló como deporte olímpico.

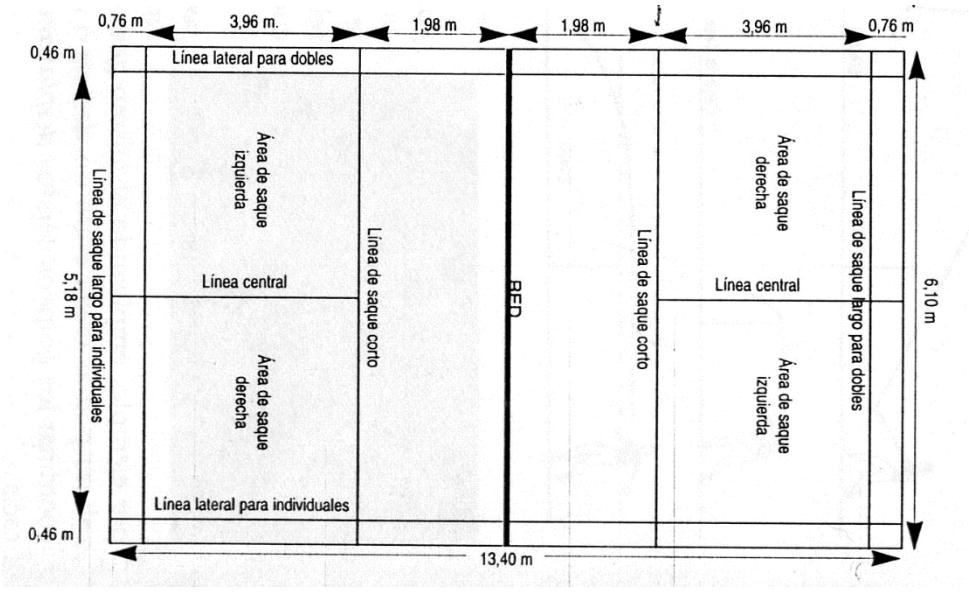
¿CÓMO SE JUEGA?

El bádminton es un juego de raqueta en el cual dos o cuatro jugadores, **individuales** o por **parejas,** se enfrentan intentando ganar **dos set** o **juegos** para ganar el partido (al mejor de 3 set). Para ganar un **set** es necesario anotarse **21 puntos** y con 2 de diferencia a favor del ganador o bien hasta 30 puntos. Los jugadores deben cambiar de lado de juego al final del primer, antes de iniciar el tercer set y cuando el tanteo llegue a 11 puntos en este tercer set.

TERRENO DE JUEGO

El campo mide 13,40m x 6,10m para el juego de dobles y 13,40m x 5,18m para individuales.

La red está a una altura de 1,52m.



EL SERVICIO

Se ha de hacer de manera que la cabeza de la raqueta esté, en el momento del golpe, más baja que la mano del servidor que coge la raqueta. En el momento del golpe, la raqueta no ha de sobrepasar la cintura. Se realiza desde el cuadrante de saque derecho cuando la puntuación es par o 0, y desde el izquierdo cuando la puntuación es impar. El volante debe sobrepasar la red y la línea de saque corto. El jugador que gana el punto sigue sacando desde el otro cuadrante, en el caso de dobles se intercambian la posición los jugadores que ganaron el punto anterior.

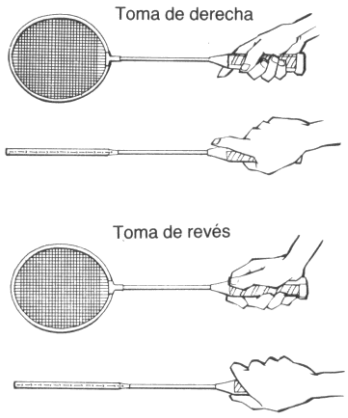
LAS FALTAS

Servir por encima de la cintura o si la cabeza de la raqueta, al golpear, está por encima de la mano que la sostiene. Si al servir, el volante cae fuera del área de saque correspondiente. Si en el momento del saque el servidor, o el que recibe, están fuera del área correspondiente. Si durante el juego el volante cae fuera del campo. Si se golpea el volante en campo contrario. Si durante el juego un jugador toca la red o los palos. Si se golpea dos veces consecutivas el volante.

TÉCNICA

- **AGARRE DE LA RAQUETA.** Las dos **presas básicas** de raqueta son:
    - **Presa universal:** la mano menos diestra sujetamos la raqueta por la varilla de forma que el cordaje quede perpendicular al suelo. Con la mano diestra agarramos la empuñadura colocando el dedo pulgar entre el índice y los demás dedos.

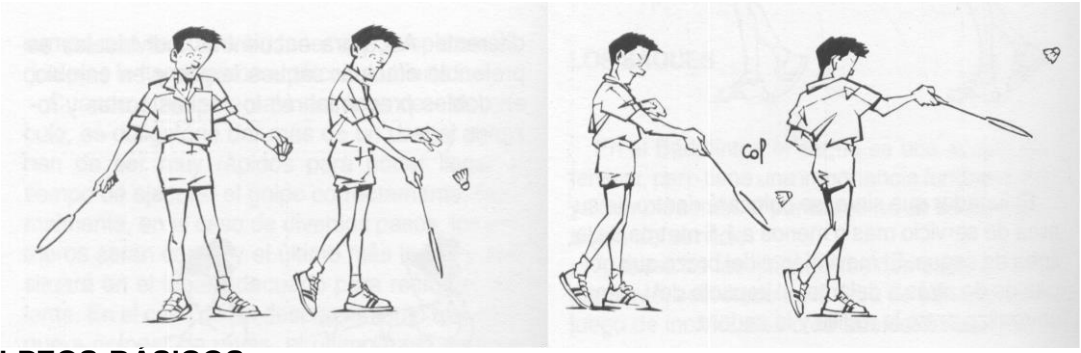
- **Presa de revés**: Este agarre parte de la universal, para lo cual debes realizar un cuarto de giro de la raqueta de forma que el dedo pulgar quede extendido sobre la parte más ancha de la empuñadura y en oposición al resto de los dedos.



LOS SAQUES.

Debe realizarse golpeando el volante de abajo – arriba y más bajo que la altura de la cadera. Hay dos tipos de saques: **cortos y largos**. En el juego de individuales se utilizan ambos saques, en el de dobles se utiliza más el corto. Ambos son muy parecidos en la ejecución: hay que colocarse con el pie contrario al brazo ejecutor adelantado y el peso del cuerpo sobre el otro pie. Con el dedo pulgar e índice de la mano libre sujetamos el volante, dejándolo caer para que la raqueta realice un movimiento pendular de atrás hacia delante, el peso del cuerpo se trasladará del pie retrasado al adelantado y, realizando la muñeca un último movimiento que permitirá que el volante vaya a la altura que deseemos. En el saque largo adelantaremos más la raqueta en el momento del golpeo y continuaremos la acción del brazo hasta encima de la cabeza para así enviar el volante largo y alto. El reglamento se restringe mucho la realización del saque y para que sea correcto es preciso:

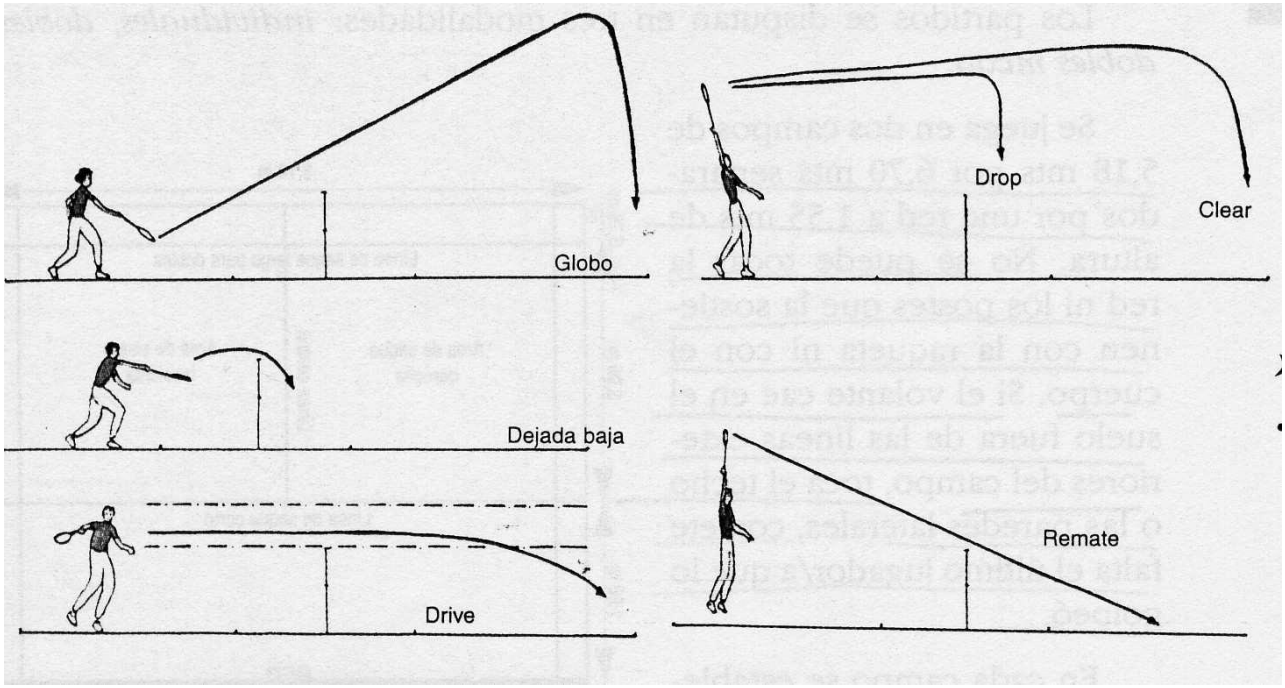
- En el momento del saque, la cabeza de la raqueta debe estar por debajo de la mano y por detrás de la línea de la cadera.
- No se pueden mover los pies.
- El golpe debe tener una trayectoria ascendente y el movimiento ha de ser continuado.



LOS GOLPEOS BÁSICOS.

Según la trayectoria que se quiera dar al volante, distinguiremos **cinco golpeos básicos:**

- **Clear** o golpeo de trayectoria alta, que se envía al fondo de la pista.
- **Lob** o globo, golpeo de trayectoria parabólica que se hace desde abajo hacia el fondo de la pista.
- **Dejada** o golpeo de trayectoria baja, que se envía cerca de la red. Diferenciamos dos tipos:
    - **Corta:** se realiza cerca de la red (juego de red) con la raqueta en forma de bandeja.
    - **Larga o Drop:** se realiza desde el fondo de la pista.

- **Remate** o golpeo de trayectoria descendente y rápida.
- **Drive** o golpe de trayectoria horizontal y larga, que se envía al fondo de la pista.

Todos ellos se pueden realizar tanto en golpes por el lado derecho (de drive) como de revés. La ejecución del Clear, Drop o remate es idéntica, es el final del movimiento con la acción de la muñeca y la inclinación de la cabeza de la raqueta la que decidirá el tipo de golpe. El jugador ha de situarse de manera que el volante se encuentre ligeramente adelantado y por encima del eje vertical del cuerpo; el brazo que sostiene la raqueta se lleva atrás, flexionando con el codo a la altura de la espalda; en esta posición, la raqueta se encuentra situada detrás de la espalda; golpearemos el volante lanzando el brazo hacia delante, estando el brazo extendido por encima y delante de la cabeza en el momento del impacto.