

9 de mayo de 2000

ÍNDICE DE CONTENIDO

1. HISTORIA DEL BÁDMINTON

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Volante de bádminton

BIOGRAFÍA

- Enciclopedia Planeta-DeAgostini
- Enciclopedia Larousse
- Internet

El Bádminton

• HISTORIA DEL BÁDMINTON

Numerosas pinturas y escritos testimonian que en el siglo XVII se practicaba un juego similar al bádminton. Distintos autores coinciden en que es el juego de la 'Poona' el que probablemente dé origen al bádminton moderno. Se trata de un juego practicado en la India e importado a Inglaterra por oficiales ingleses. De forma que nuestro deporte debe su nombre a Bádminton House, dominio del Condado de Gloucestershire, perteneciente al Ducado de Beaufort.

En una reunión de oficiales en el año 1873, con el tiempo lluvioso, alguien propuso jugar con raquetas de tenis en una sala de aquel lugar, utilizando como volador los tapones de las botellas de champaña en los que se incrustaron algunas plumas. El juego que salió de aquel suceso fue bautizado con el nombre de la localidad que le vio nacer: BÁDMINTON.

Las primeras reglas fueron publicadas en 1877 y la primera asociación creada fue la "Bádminton Association of England" en 1893. En 1934 se crea la Federación Internacional de Bádminton (IBF). Actualmente esta federación agrupa a más de un centenar de países repartidos por los cinco continentes. La primera competición internacional fue la "Thomas Cup" en honor al presidente fundador de la IBF y se disputó en 1949. En 1977 se disputaron los primeros Campeonatos Oficiales del Mundo en Malmö (Suecia), éstos se han venido realizando de forma oficiosa desde 1899 a través de un torneo de gran prestigio llamado "All England Championship", que reúne año tras año y desde entonces a los mejores jugadores profesionales de todo el Mundo. En estos momentos las competiciones oficiales más importantes a escala internacional, aparte de las ya señaladas, son: "Campeonatos Continentales", "Campeonatos del Mundo" y "Juegos Olímpicos" (desde 1992). El bádminton ha cuajado en todo el mundo pero sobre todo en Asia, que mantiene su hegemonía mundial sobre este deporte, desde hace muchos años.

En España el bádminton se inicia en Galicia en 1974 gracias a un grupo de personas que crearían la "Asociación Gallega de Bádminton". En 1981, con el patrocinio del Consejo Superior de Deportes y la colaboración de la Asociación Gallega de Bádminton el Colegio Oficial de Profesores de Educación Física organiza en Madrid las 1as Jornadas sobre Bádminton, a partir de las que este deporte se difunde y se empieza a practicar en otras regiones de España. El Presidente del Colegio Oficial de Profesores de Educación Física

era, por entonces, D. José Luis Hernández Vázquez, que en 1990 participaría en la constitución del Club de Bádminton Chamartín y del que es su actual Presidente.

Con el apoyo del Consejo Superior de Deportes se aprueba la creación de la Federación Española de Bádminton (FESBA), con fecha 29 de diciembre de 1983.

• **EL EQUIPAMIENTO**

• EL VOLANTE

El volante debe pesar entre 4.74 y 5.50 gr, tiene 16 plumas de 6 cm. de longitud que están fijadas a una base de corcho de 25 a 28 mm. de diámetro que tiene forma esférica en la zona de golpeo. Existen dos tipos de volantes, el de plumas, que se utiliza para las competiciones oficiales y por los jugadores de nivel avanzado; y el de nylon, más apropiado para la iniciación, competiciones escolares y para el bádminton recreativo. El precio de los volantes sintéticos ronda las 200 pesetas, y el de los volantes de pluma, las 300.



Volante de bádminton

Para conocer si la velocidad de un volante es la correcta, hay que hacer un saque desde la línea de fondo del campo con el pie adelantado pisando la línea; se golpeará al volante con fuerza por debajo de la cintura dirigiéndolo hacia el otro extremo del campo contrario, tratando que pase a dos metros por encima de la red y siga una trayectoria paralela a las líneas laterales del campo. Si el volante cae dentro del campo, a una distancia entre 30 y 75 cm. de la línea de fondo, su velocidad puede considerarse correcta y el volante resultará adecuado para el juego. Si sobrepasa la línea de fondo o se queda muy corto, debe entenderse que es rápido o lento respectivamente, pudiéndose desestimar para el juego de alta competición.

• LA RAQUETA

La elección de la raqueta es fundamental por constituir un elemento esencial para el juego. Debe tenerse en cuenta su peso (suelen venir a pesar 150 gramos), la distribución de éste y el grosor de la empuñadura. En los comercios especializados pueden encontrarse raquetas metálicas y de aluminio que son las más pesadas. La raqueta de fibra de carbono es la más apropiada para las personas que practican el bádminton regularmente y para los jugadores que compiten.



Raqueta de bádminton

El cordaje suele ser sintético y cuando se rompe una cuerda, el propio jugador puede arreglarla utilizando un sencillo juego de punzones o una pinza para tensar. Solamente se cambiará el cordaje completamente, cuando se encuentre muy deteriorado o se haya roto tantas veces que la tensión deje de ser uniforme.

La empuñadura de la raqueta debe adaptarse al tamaño de la mano, por lo que es conveniente añadir un grip anti-sudor. Por lo general esto es suficiente, pero en caso necesario se enrollará esparadrapo hasta conseguir el grosor deseado y después se añadirá el grip anti-sudor.

• EL VESTUARIO

Es conveniente que la camiseta o polo sea de algodón que absorbe el sudor y facilita la transpiración corporal. En competición es obligatorio el uso de pantalón corto. Para las personas que sudan en exceso, el vestuario puede complementarse con bandas elásticas de felpa para las muñecas y la frente. Retienen el sudor y evitan que éste pase a las manos o a los ojos.

El calzado deportivo a utilizar debe ser ligero, con suela para interior y con buenas plantillas, que deberán cambiarse cada cierto tiempo para evitar las rozaduras que se producen en los desplazamientos, cambios de dirección y frenadas bruscas y puestas en acción (arranques) rápidos muy habituales en el bádminton. El calzado debe adaptarse perfectamente al pie, siendo aconsejable evitar holguras usando plantillas complementarias, taloneras y, en caso necesario, hasta dos pares de medias.

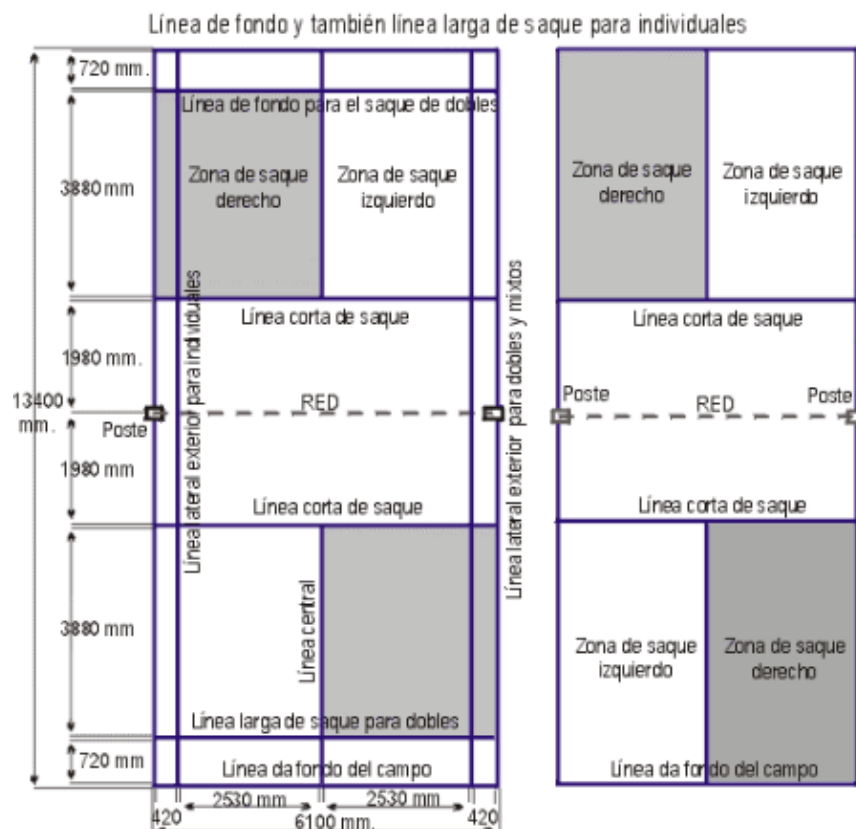
• EL CAMPO

Está delimitado por líneas de cuatro centímetros de anchura que forman parte de la superficie de juego, por ello están trazadas hacia su interior. La línea mediana se traza repartiendo su anchura entre las dos zonas de saque formando parte de cada zona de saque. La superficie es de 13,40 m de longitud y 6, 10 m de ancho en dobles y de 13,40 m de longitud y 5,18 m de ancho en individuales.

Las líneas que delimitan el campo deben ser perfectamente amarillas y de 4 cm de ancho la central (2 cm a la derecha y 2 cm a la izquierda). Se debe disponer de al menos 0,5 m de espacio libre sin obstáculos alrededor de las líneas que delimitan el campo en los laterales y 1 m en los fondos. La superficie puede ser de madera o sintética, siempre que no sea resbaladiza.

El campo de juego de individuales está delimitado por las líneas laterales interiores y la del fondo; el de dobles por las líneas laterales exteriores y la del fondo. Las superficies deslizantes perjudican los desplazamientos y hacen difícil alcanzar a tiempo las posiciones de golpeo.

Para juego de dobles y de individuales Para juego de individuales



El campo

• LOS POSTES Y LA RED

Los postes tienen una altura de 1.55 metros, medidos desde el suelo de la pista. Se colocarán sobre las líneas laterales del campo de dobles. La red debe estar fabricada con cuerda fina de color oscuro y de un grosor uniforme con una cuadrícula de no menos de 15 mm. y no más de 20 mm. Su anchura será de 0.76 metros y su longitud de 6.10 metros. Tendrá una banda blanca en su parte superior de 75 mm. de anchura, doblada sobre una cuerda.

El sistema más apropiado para colocar varios campos de juego en una instalación que lo permita es fijar anclajes entre dos paredes opuestas con un tensor a cada lado. Con este sistema se evitan los contrapesos de forma que lo único que hay que poner son los postes intermedios entre cada campo para señalar mejor la separación entre cada uno de ellos y conseguir una tensión y altura adecuada de la red en toda su extensión. Las líneas laterales de los campos servirán para los campos de juego contiguos.

• FUNCIONAMIENTO

Hay 2 modalidades:

INDIVIDUALES

Se inicia con el saque desde la zona derecha de uno de los campos, golpeando el volante para que caiga en la zona de saque diagonalmente opuesta en el campo contrario. Si comete falta el receptor, se seguirá sacando pero cambiando de zona de servicio y así sucesivamente mientras siga en poder del servicio. Si comete falta el que sirve, perderá el servicio que pasará al adversario. Los saques siempre se hacen teniendo en cuenta el tanteo propio a lo largo de todo el partido. Con tanteo par los jugadores sacan desde el lado derecho y con

tanteo impar desde el izquierdo.

Funcionamiento del campo

DOBLES

La puntuación es la misma que para la modalidad individual e igualmente los servicios se hacen en diagonal. Pero en el encuentro de dobles cada equipo tiene derecho a dos servicios consecutivos uno por cada jugador, excepto en el primer saque de cada juego, donde el equipo que empieza sacando sólo cuenta con un servicio. Siempre que un equipo recupera el servicio lo iniciará desde la zona derecha.

Si el equipo que tiene el servicio comete falta, deberá sacar el segundo jugador; si de nuevo cometen falta, el servicio pasa al equipo contrario. Cada vez que se gana un tanto, el jugador que efectúa el servicio debe hacerlo cambiando de zona de saque.

En la práctica, para conocer la posición que le corresponde a cada jugador en el momento de realizar el servicio, se deberá memorizar en qué parte empieza cada jugador el juego. A partir de ahí, siempre que el equipo lleve tanteo par, el jugador que empezó en el lado derecho, deberá estar situado en ese mismo lado; si el equipo lleva tanteo impar, el jugador que empezó en el lado derecho estará situado en el lado izquierdo y el que inició el juego en el lado izquierdo estará en el lado derecho.

TÉCNICAS BÁSICAS

La iniciación en el bádminton necesita del estudio y adaptación de las siguientes técnicas básicas:

- Los golpes básicos
 - La presa de raqueta
 - La posición básica del juego
 - El juego de muñeca
 - La posición de recepción del servicio
 - La colocación en la pista y los desplazamientos
 - La posición defensiva
 - El saque y sus tipos
-
- Golpes básicos y su clasificación
-
- Mano Alta: Cuando el golpeo se ejecuta por encima del hombro.
 - Mano Media: Cuando el golpeo se ejecuta entre los hombros y la cintura.
 - Mano Baja: Cuando el golpeo es por debajo de la cintura.

Los golpes, en bádminton, reciben el nombre por la trayectoria que el volante realiza al atravesar el espacio.

El Drive

Es un golpe utilizado para agilizar el juego, por tanto, ofensivo. Su trayectoria es a media altura, paralelo al suelo y puede ejecutarse al fondo del suelo contrario o a mitad del mismo. Es un golpe básico de dobles, pero muy empleado en la actualidad en individual para no perder el ataque.

Busca atacar al volante a la altura de los hombros o el pecho. Para un buen drive debemos tocar el volante delante de nosotros, nunca dejar que sobrepase esa zona. Se golpea lateralmente sacando el codo en dirección a la zona de impacto con el móvil y posteriormente lanzamos el antebrazo y la muñeca. El tronco realiza una rotación en el sentido del lanzamiento y la raqueta debe tomar contacto con el volante perpendicularmente a la trayectoria que deseamos tome dicho volante.

Dejada o Drop

Es un golpe que busca la caída del volante lo más cercana posible a la red. Se considera un golpe de ataque (impide al contrario un posible remate y lo desplaza del fondo hasta la red). Existen dos tipos de dejadas básicas: alta o lenta y baja o de ataque. La dejada picada es una variación entre la dejada de ataque y el remate.

La ejecución es muy parecida a los golpes mano alta, si bien la muñeca descarga con menos fuerza y flexibilidad que en el remate. El golpe al volante es también más cercano al cuerpo con la raqueta un poco adelantada con respecto al eje de la muñeca, pero es muy importante que el brazo y el antebrazo estén completamente estirados en el momento del impacto.

Clear o Golpe al fondo del campo y el lob o globo

Es un golpe defensivo, muy utilizado en individual. Generalmente usado para responder a un golpe de ataque del adversario, es un golpe de trayectoria alta, semiparabólica, que busca el fondo del campo contrario. Cuando el golpe al fondo se ejecuta desde la red hasta el fondo del campo opuesto, recibe el nombre de lob.

Para ejecutar un buen clear mano alta es importante tener en cuenta los siguientes puntos técnicos:

- La vista debe estar fijada en el volante, para colocarnos bajo su trayectoria.
- El plano imaginario paralelo a hombros y caderas permanecerá perpendicular al plano de la red, con el pie no ejecutor ligeramente adelantado.
- Brazo no ejecutor señalando la trayectoria del volante.
- El brazo ejecutor está con el codo dirigido atrás en el mismo plano de los hombros o paralelo a este plano.

La ejecución:

- Golpear el volante lo más alto posible, buscando la máxima amplitud de movimiento y siempre por encima de nuestra cabeza.
- El codo es lo primero en salir al encuentro del volante, (aprovechando una ligera rotación del tronco) dirigiéndose hacia el frente y hacia arriba, para concluir con la extensión del antebrazo y el impacto final con la muñeca.

Remate o Smash

Es el golpe de ataque por excelencia. Es un golpe de velocidad, técnicamente igual al clear, con la diferencia de que el golpe es delante del cuerpo y con la raqueta más tensa e inclinada claramente por delante de la muñeca, que es la última articulación en empujar el volante hacia abajo. De esta manera la trayectoria es descendente y tensa.

Para iniciarse en el remate es necesario ir realizando este golpe cerca de la red para poco a poco ir alejándose de la misma.

El remate

- La presa de raqueta

La presa de raqueta debe ser firme, pero sin ahogarla, esto significa, que la tensión muscular sobre la empuñadura no debe de ser continua. Debemos relajar esta presión durante el movimiento técnico de armado de brazo y justo en el momento del impacto al volante deberemos apretar fuertemente la empuñadura al tiempo que ejecuto el golpe en cuestión. Después volveremos a relajar dicha presión sobre el grip, la empuñadura.

Para saber si la presa es correcta colocaremos la raqueta de tal forma que el vértice de la V que forman en su unión, el dedo índice y el pulgar, con el borde superior del mango o grip, cerrando la mano sobre él, de tal forma que los dedos acordonen la empuñadura. Para realizar bien esta acción, la raqueta debe estar colocada con el aro perpendicular al suelo.

La presa de revés, se realiza girando la raqueta hasta que ésta quede paralela al suelo, colocando el dedo pulgar sobre la parte más ancha de la empuñadura, rodeando posteriormente el grip. Es una presa muy utilizada en el saque de dobles.

- Posición base de juego

El bádminton es un deporte donde se necesitan movimientos rápidos y explosivos. La relajación muscular es fundamental para una respuesta rápida, máxime cuando hablamos de movimientos cortos y sin apenas amplitud.

Para esta preparación el jugador toma la denominada posición base o posición básica de juego, que tiene las siguientes características:

- La cabeza se mantiene erguida y mirando al frente, siguiendo la trayectoria del volante.
- La raqueta se sujeta delante del cuerpo, a una altura media entre el pecho y los hombros.
- El tronco permanece ligeramente inclinado adelante.
- Las piernas, abiertas a la anchura de los hombros, permanecen en semiflexión.
- El peso del cuerpo repartido entre ambos pies, que se encuentran levemente sobre las puntas.

Esta posición base de juego se debe tomar después de cada reenvío y antes de que el adversario golpee el volante.

- El juego de muñeca

El golpe se realiza con movimientos secos de muñeca, acompañados por desplazamientos cortos del brazo. La muñeca de un jugador de bádminton debe de ser fuerte pero flexible, con el objeto de poder variar la velocidad del volante y su trayectoria en el último momento.

La muñeca realiza una abducción, alejándose del eje medio del antebrazo, esta abducción es una de las acciones más difíciles de aprender. La única solución es la paciencia y la insistencia en que se retome de nuevo la presa correctamente.

- Recepción del servicio

La técnica de recepción del servicio se realiza adelantando la pierna no ejecutora (la que no coincide con el brazo que va a realizar el golpeo), cargando el peso del cuerpo sobre ella, si bien puede repartirse en ambos. Nos colocaremos entre 1'5 y 2 metros de la línea de saque corto, para la recepción del saque individual y protegiendo nuestra zona de revés, desplazándonos ligeramente hacia ella.

- Posición defensiva

Es muy parecida a la posición base de juego, pero flexionando ostensiblemente más las piernas y colocando la raqueta aún más adelantada. El golpe defensivo debe realizarse delante del cuerpo, evitando que el volante sobrepase esa zona de golpeo.

- Posición en la pista y los desplazamientos en individual

El jugador de individual debe colocarse en el centro de la cancha y retornar al él lo antes posible para no perder el dominio de la zona más amplia posible del campo.

Los desplazamientos deben de ser rápidos y cortos, siendo el último paso más largo y flexionado, con el fin de poder recuperar rápidamente la posición y retornar al centro de la cancha.

- EL SAQUE

Con este golpe se inicia el juego. Puede realizarse de derecho y revés, si bien este segundo es más utilizado para los dobles. Técnicamente se basa en los siguientes puntos:

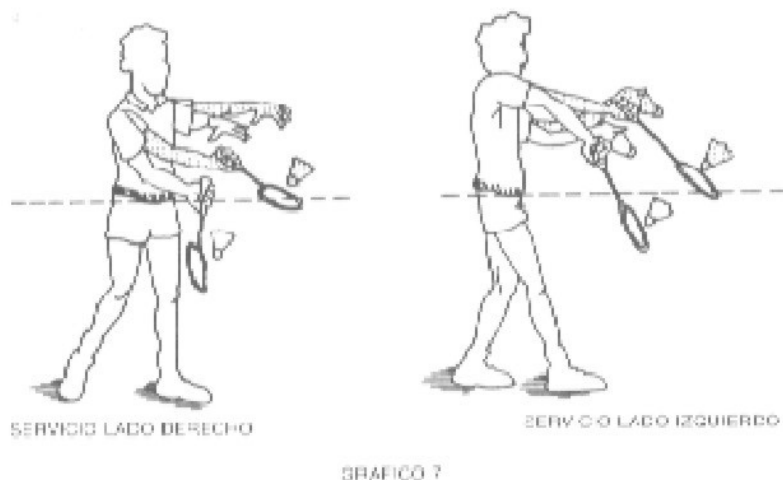
- Colocamos el pie no ejecutor adelantado y el ejecutor un poco más retrasado, de tal forma que favorezca el desplazamiento de la raqueta sin presentarle obstáculo.
- Se distribuye el peso corporal sobre el pie retrasado y se desplaza hacia el pie adelantado por medio de un ligero balanceo.
- Un giro de cintura inicia el lanzamiento de la raqueta hacia el móvil.
- El golpe del volante se realiza delante del cuerpo, dejándolo caer desde la mano no ejecutora e impactando en su trayectoria descendente con la raqueta.
- El brazo ejecutor y la raqueta terminan su recorrido de máxima amplitud en el hombro opuesto.

El que realiza el servicio y el que lo recibe, se colocan en las respectivas zonas de saque, opuestas en diagonal, sin tocar las líneas que las delimitan. Hasta que se realiza el servicio, tanto el que saca como el que recibe, tienen que mantener el contacto de ambos pies con la superficie de juego y mantener una posición estática.

Tipos de saque

Los más utilizados son el saque corto, que es cuando el volante busca la línea de servicio más cercana a la red, y el saque largo, eminentemente de individual y el jugador busca la línea de fondo del campo opuesto.

Otro saque, utilizado sólo para sorprender es el saque en Flick o Tenso, en el cual se trata de ejecutar un golpeo parabólico rápido que sobrepase al adversario y le obligue a golpear en pasivo.



Tipos de saque

• TÁCTICA

Es importante saber dónde y porqué un saque es más efectivo en una zona determinada que en otra, dónde debe mandar la devolución del servicio del adversario, qué debo hacer durante el partido. Este tipo de instrucciones tácticas son muy necesarias en el deportista y más aún en el deportista de élite.

• Cuando saco

En individual, el servicio debe ser normalmente alto, al fondo de la pista, buscando la línea central que divide en dos las zonas de saque. De este modo obligamos al contrario a abrir hacia las bandas y desde el centro el volante, si desea buscar las zonas vulnerables. De otro modo, si el servicio fuera a la esquina exterior del campo, resultaría fácil realizar un golpe paralelo hacia las zonas vulnerables.

De vez en cuando, podemos sacar corto para sorprender o regularmente corto si el jugador que tenemos frente a nosotros ataca desde el primer golpe. Pero siempre observaremos dónde y cómo devuelve el volante, pues generalmente se repite la misma acción.

• Cuando recibo el servicio

Se devuelve el volante en paralelo. Al fondo si el saque del adversario ha sido bueno (ha llegado al final de la pista), en dejada si el servicio ha sido corto o se ha quedado a mitad de pista y en remate si el saque ha sido malo.

Si alguna vez devolvemos en diagonal para sorprender, es un golpe peligroso y el contrario puede realizar un golpe definitivo, pues dejo muchos huecos libres de control.

• Cuando estoy jugando

Me puedo encontrar con varios jugadores diferentes, ante los que deba de utilizar diferentes estrategias, pero por regla general, estos son los casos más comunes:

El jugador atacante

Este tipo de jugador es muy agresivo, en poco tiempo nos podemos encontrar con 4 ó 5 puntos en contra. Suele tener mucha confianza en su remate y lo utiliza siempre que puede.

Debemos ralentizar el juego, enviando volantes altos y al fondo, combinado con dejadas en la red. Jugaremos siempre a las zonas más alejadas del jugador, para evitar que llegue con facilidad y pueda rematar.

El jugador defensivo o jugador muro

Este tipo de jugador es muy difícil de batir, suele llegar con cierta facilidad a todos nuestros golpes y ponerlos dentro de nuestro campo. Su condición física suele acompañarles en este tipo de juego. Gustan de los puntos largos y poseen una defensa seria.

Para salir victorioso de estos encuentros, debemos saber esperar nuestra oportunidad, mandando volantes a las 4 esquinas del campo, con precisión y sin arriesgar, atacando solo cuando vea que puede ganar el punto. El ataque lo haré con seguridad y variando el tipo de remate cada vez: cruzados, picados, cortados, al cuerpo...

Si su defensa es buena no me cegaré en seguir con el ataque, es preferible continuar moviéndolo hasta tener una nueva oportunidad.

• **REGLAMENTO**

• El sorteo

Antes de comenzar el juego, los jugadores deben sortear y el lado que gana el sorteo debe elegir la opción de sacar o recibir primero o empezar a jugar en lado de la pista o el otro. El jugador que pierde el sorteo debe entonces elegir la opción que queda.

• El tanteo

Las modalidades que establece el reglamento de juego son: individuales (masculino y femenino), dobles (masculinos y femeninos) y dobles mixtos (pareja formada por un hombre y una mujer).

Los encuentros se disputan a dos juegos. Si se produce un empate, se disputará un tercer y último juego. En la modalidad masculina, en el tercer juego se cambia de campo al alcanzar uno de los jugadores el tanto ocho y en la modalidad femenina al alcanzar el tanto seis. Para marcar un tanto es necesario estar en posesión del servicio, de forma que cuando un jugador falla teniendo el servicio lo pierde pero no se le anota un tanto en contra.

En la modalidad masculina los juegos se disputan a 15 tantos. Si se llega a una puntuación de 14-14, el jugador que llegó primero a la misma puede decidir uno o tres puntos más para el desempate, es decir, el juego terminará a los 15 ó 17 puntos en cada caso. En la modalidad femenina el juego se disputa a 11 tantos y en caso de empate de 10-10, la jugadora que llegó primero, tiene opción a desempatar a uno o dos tantos, es decir, el juego terminará a los 11 ó 12 puntos. Al no existir límite de duración en los encuentros, es habitual que en competiciones de alto nivel alcancen hasta más de una hora de juego.

• Cambio de campo

Los jugadores deben cambiar de lado de campo al final del primer juego, y antes de empezar el tercer juego si hay. En el tercer juego o en un partido de un juego, cuando se llega a un tanteo de 6 puntos para el individual femenino u 8 para el dobles o individual masculinos se deben volver a cambiar de lado. Si los jugadores no cambiaran de lado cuando les correspondía se debe cambiar cuando se descubra el error, y el tanteo queda como está.

• Finalización de un punto

Entre las más habituales para que finalice un punto encontramos las siguientes:

- No golpear el volante por encima de la cintura o que la cabeza de la raqueta no esté por encima de la mano en el momento de golpear.
 - Que después del saque, el volante caiga fuera de la zona de servicio contrario.
 - Que en el momento del servicio, el servidor o el que recibe, estén fuera del área que les corresponde.
 - Que durante el juego, el volante toque el suelo fuera de la superficie del campo de juego o bien toque la vestimenta o parte del cuerpo de un jugador.
 - Que se golpee al volante en campo contrario o que durante el juego un jugador toque la red o los postes.
 - Que el volante quede atrapado en la red o en la raqueta de un jugador o bien que se golpee dos veces seguidas o arrastre el volante.
 - Que un jugador haga una pantalla deliberada con la raqueta sobre la posición de golpeo del jugador contrario.
- Como se hace el saque

Tanto el sacador como el receptor deben de estar dentro de los cuadros de saque diagonalmente opuestos sin tocar las líneas de banda de estos cuadros de saque. Parte de ambos pies del servidor y el receptor tiene que quedar en contacto con la superficie de la pista hasta que se dé el saque.

Al principio, la raqueta del servidor debe golpear la base del volante mientras todo el volante está por debajo de su cintura. En el momento de golpear el volante, el mango de la raqueta debe apuntarse hacia abajo, hasta que toda la cabeza de la raqueta esté visiblemente debajo de la mano que tiene la raqueta.

Después del principio del saque, el movimiento de la raqueta del servidor debe continuar hacia delante hasta que realice el saque, y el vuelo del volante debe ser hacia arriba de la raqueta del servidor para que pase por encima de la red de tal manera que si no se intercepta, caiga en el cuadro del que recibe. En el saque una vez que se mueve la raqueta hacia delante, se considera iniciado el saque.

Los jugadores deben sacar de, y recibir en, sus cuadros de saque derechos respectivos cuando el servidor no ha ganado ningún punto o ha ganado un número par de puntos en el juego. Es decir, su tanteo es cero o par. Los jugadores deben sacar de, y recibir en sus cuadros de saque izquierdos respectivos cuando su tanteo es un número impar de puntos.

Si se pierde puntos en un juego, se usa el número total de puntos ganados por el jugador de saque para ver si saca desde el lado derecho o izquierdo.

• **EL JUEGO DE DOBLES**

La modalidad de dobles en bádminton es posiblemente la más entretenida y espectacular.

En iniciación y mantenimiento físico es un juego muy practicado por su menor exigencia aeróbica, ya que los esfuerzos son compartidos por ambos jugadores, creando relaciones de cooperación con un alto grado. En el ámbito competitivo la velocidad y potencia de juego exige a los jugadores unos niveles físicos muy altos, principalmente en fuerza explosiva y resistencia-velocidad, expresándose estas capacidades en un juego sorprendente de continuos remates en salto y defensas tensas, dando al doble una vistosidad inigualable.

- Técnica del dobles

El jugador que se inicia en el dobles debe haber adquirido los anteriores contenidos básicos que facilitarán el aprendizaje de esta modalidad. Sin estos contenidos el dobles será un fracaso y una desmotivación hacia el

juego.

- Táctica del dobles masculino y femenino

Servicio y recepción

Trayectorias del servicio y zonas de devolución

- Servicio: Las posibles trayectorias del servicio son 4: corto o largo a la línea central del campo y corto o largo a la línea lateral del campo.
- Devolución: Las posibles zonas de devolución están mediatizadas por la consecución del ataque.
- *Devolución de un servicio corto*: Ataque al cuerpo del servidor, ataque a las líneas laterales, globos a las esquinas e la zona trasera del campo o dejada en red.
- *Devolución de un servicio largo*: Remate al cuerpo del servidor, dejada paralela, remate paralelo o fondo.

Formaciones básicas, áreas de responsabilidad y zonas vulnerables

- Formación defensiva: Cada jugador se sitúa en una mitad de la pista y se encarga de los volantes que vayan a su mitad.
- Formación atacante: Uno se sitúa en la zona delantera de la pista y se encarga de los volantes cercanos a la red, el otro jugador se sitúa en la zona trasera y se encarga de los volantes que sobrepasan a su compañero.
- Transición ataque–defensa

Distintas situaciones en juego impiden a una pareja mantener un ataque continuo, por lo que se ven relegados a ejecutar golpes defensivos, alternando de la formación atacante a la defensiva.

Transición con un globo

Cuando la pareja que defiende realiza una dejada en red, un empuje o una defensa corta el jugador de la pareja que ataca al cual le llega el golpe atacante, cubriendo su área de responsabilidad, ejecuta un globo y se abre a cubrir la mitad de pista desde donde ha realizado el golpe. Su compañero se abre a cubrir la mitad de pista contraria.

Transición con fondo

Cuando la pareja que defiende realiza una defensa tensa, el jugador de la pareja que ataca al cual llega el golpe atacante cubriendo su área de responsabilidad, ejecuta un fondo y se abre a cubrir la mitad de pista desde donde ha realizado el golpe. Su compañero se abre a cubrir la mitad de pista contraria.

- Desplazamiento de ayuda para zonas vulnerables

Ayuda en defensa

El pasillo imaginario que se crea entre los jugadores en formación defensiva es la zona más vulnerable tácticamente, ya que provoca confusión en las decisiones de ambos por ser un área de responsabilidad común.

El jugador situado a la diagonal del volante se coloca en posición más cercana a la red que su compañero (por

tener una zona de responsabilidad en red más amplia) e invadiendo la mitad de pista de su pareja, ayudando a éste en aquellos volantes rematados cercanos al centro del campo, para que el jugador en posición paralela solo tenga que preocuparse de los volantes rematados a su cuerpo, que por trayectoria son los que más velocidad llevan.

- **Táctica del dobles mixto: servicio y recepción**

- Trayectoria del servicio y zonas de devolución

Servicio

Las trayectorias son las mismas que en dobles masculinos y femeninos, pero la discutible ventaja hombre-mujer (tecnofísica) favorece tácticamente el servicio alto sobre la mujer con el objetivo de llevar a la mujer a la zona trasera del campo.

Devolución

Las zonas de devolución son las mismas que en dobles masculino y femenino, pero la devolución de la mujer de un servicio largo debe favorecer tácticamente a la pareja en la transición hacia un remate paralelo, dejada paralela o fondo diagonal.

- Formaciones básicas, áreas de responsabilidad y zonas vulnerables

Formación defensiva

Cada jugador se sitúa en una mitad de la pista, pero siempre el hombre paralelo al volante y la mujer en diagonal, responsabilizándose él de los volantes que vayan a su mitad y al fondo de la mitad de la pista de la zona de la mujer. Ella se encargará sólo de los volantes en red y defensa de su mitad.

Formación atacante

La mujer se sitúa en la zona delantera de la pista y se responsabiliza de los volantes cercanos a la red, el hombre se sitúa en la zona trasera y se responsabiliza de los volantes que sobrepasen a su compañera.

- Desplazamientos de transición entre formación defensiva-atacante

Las transiciones se realizan igual que en dobles masculino y femeninos, pero como hemos mencionado en el apartado anterior cambia la posición final de defensa y ataque con las áreas de responsabilidad para el hombre y la mujer.

- **ALGUNOS DATOS SOBRE EL BÁDMINTON**

1.- 131 países, entre ellos España, son miembros de la I.B.F. (International Badminton Federation).

2.- El bádminton es el deporte de raqueta más rápido del mundo: un volante puede salir de la raqueta a una velocidad aproximada de 200 mph (unos 320 km/h). Eso sí, esta velocidad únicamente se alcanza cuando se realiza un "smash" en torneos de alto nivel.

3.- Un jugador de bádminton puede recorrer más de una milla (cerca de 2 kilómetros) en un partido.

- 4.- Los mejores volantes están hechos con las plumas del ala izquierda de una oca o ganso.
- 5.- El mayor volante del mundo se encuentra en los jardines del museo de Kansas City. Este es 48 veces mayor de lo normal... ¡18 pies mas alto y 5000 libras mas pesado!.
- 6.- La "Thomas Cup", el campeonato mundial masculino, ha sido ganada solo por 3 países, desde que comenzó en 1948 – Malasia, Indonesia y China–.
- 7.- Solo en 1957, 1960 y 1963 la "Uber Cup", el campeonato mundial femenino, no fue ganada por un país asiático, sino por EE.UU.
- 8.- Paul Newman, Maradona o Nick Faldo son algunos de los famosos que practican el bádminton.
- 9.- El bádminton se convirtió en juego olímpico en 1992.
- 10.- Más de 1.1 billones de personas presenciaron por T.V. la presentación olímpica del bádminton.
- 11.- China e Indonesia poseen el 70% de las victorias de todas las pruebas organizadas por la I.B.F.
- 12.- *Tenis Vs Bádminton*: Las estadísticas no mienten. La velocidad y resistencia requerida por el bádminton son mucho mayores que las del resto de los deportes de raqueta. En 1985, en un campeonato de tenis, Boris Becker venció a Kevin Curren por 6–3, 6–7, 7–6 y 6–4; ese mismo año, en el campeonato mundial de bádminton, Han Jian venció a Morten Frost por 14–18, 15–10, 15–8. Las siguientes estadísticas se extrajeron de estos partidos:

	<i>Tenis</i>	<i>Bádminton</i>
Tiempo	3 horas y 18 minutos	1 hora y 16 minutos
Bola/Volante en juego	28 minutos	37 minutos
Intensidad del partido	29 %	48 %
Intercambio de golpes	524	1623

TRABAJO DE EDUCACIÓN FÍSICA: BÁDMINTON

JAVIER ANAYA Y JAVIER VALDERRAMA – 1ºB

El Bádminton Pag. 9

El Bádminton Pag. 22

