

Wychowanie Fizyczne kl.45a dz.

Temat : Nauka sędziowania fragmentu gry rekreacyjnej (badminton)

Cele:

- popularyzacja zdrowego i aktywnego trybu życia poprzez grę w badminton,
- wprowadzenie zasad sportowej rywalizacji

Badminton jest dyscypliną halową. Gra odbywa się na boisku, które jest bardzo podobne do kortu tenisowego, ale różni się wymiarami. Jego rozmiar to **13,4 m** na **6,1 m**. Te liczby dotyczą meczu rozgrywanego w formule deblowej. Jeśli chodzi o grę indywidualną, to ma ona miejsce na polu węższym, które mierzy **5,18 m**. Siatka o szerokości **76 centymetrów** dzieli boisko do badmintonu na dwie połowy. Jest zawieszona na wysokości **1,55 m**.

Badminton nie jest grą skomplikowaną, dlatego jest bardzo popularna na całym świecie. To jeden ze sposobów na spędzanie wolnego czasu na świeżym powietrzu. Odbijanie lotki za pomocą raket poza boiskiem, np. w parku, nazywane jest kometką.

Gra w badminton opiera się na odbijaniu lotki. Każdemu zawodnikowi wolno zrobić to tylko raz na swojej połowie. Podstawowym wprowadzeniem lotki do gry jest serwis. Wykonuje go gracz, który wygrał poprzednią wymianę.

Mecz składa się z dwóch setów rozgrywanych do **21 punktów** - te są liczone identycznie jak w siatkówce. Punkty są zdobywane w momencie, w którym po zagranii jednej ze stron lotka dotknie podłoża lub wypadnie poza boisko i nie zostanie odbita przez przeciwnika. Jeśli grający osiągną wynik 20:20 to seta wygrywa ta strona, która jako pierwsza osiągnie przewagę dwóch punktów. Jeśli remis będzie utrzymywać się do stanu 29:29 to zwycięstwo w secie zapewni sobie ta strona, która jako pierwsza zdobędzie 30 punkt.

Badminton można podzielić na konkurencje indywidualne, tzw. **single** mężczyzn i kobiet, oraz gry deblowe. W tym typie badmintonu udział mogą wziąć pary jednej płci lub tzw. miksty, czyli kobieta i mężczyzna.

Aby móc sędziować taki mecz w szkole należy, znać dobrze przepisy gry. Wyżej w skrócie przedstawiłam zasady gry w badminton te najprostsze. Proszę zapoznajcie się z nimi, a jeżeli ktoś będzie zainteresowany dokładnymi przepisami to odsyłam na stronę Polskiego Związku Badmintonu.

Tam jest wszystko szczegółowo opisane. A jak macie jakieś pytania do tego tematu to proszę o informację na Li brusie albo mojej skrzynce pocztowej.