

El bàdminton

HISTÒRIA DEL BÀDMINTON

Els antecedents del bàdminton se situen a la Xina, fa més, de dos mil anys, encara que hi ha qui atribueix els seus inicis al joc d'indiaca que practicaven els inques.

Les primeres referències fiables parteixen de la poona, joc practicat a l'Índia que els militars anglesos van importar a Anglaterra el 1783. Un volant improvisat amb un tap de xampany i unes plomes va servir per distreure en un dia plujós un grup de militars que es trobaven a Badminton House (Anglaterra). Les primeres regles del bàdminton es van publicar el 1877, i posteriorment es va crear la Bòdminton Association of England el 1893 i la Federació Internacional de Bàdminton (IBF) el 1934.

Al final dels anys setanta el bàdminton es va introduir a Espanya a través de Galícia, des d'on es va estendre ràpidament. La consagració definitiva del bàdminton culmina amb la declaració d'esport olímpic i la participació oficial als Jocs Olímpics de Barcelona el 1992.

EL REGLAMENT

- Terreny de joc: Les dimensions del camp són 13,44 m x 6,10 m, amb una xarxa al mig de la pista d'1,55 m d'alçària. En funció de si el partit és individual o de dobles, s'utilitzen diferents zones, les quals inclouen les línies que les delimiten.
- Modalitats: El partit pot ser d'individuals (masculí o femení, dobles (masculins o femenins) o dobles mixtos.

Els partits d'individuals s'inicien amb una sacada des de l'àrea de servei dreta fins a l'àrea diagonalment oposada. Cada jugador només disposa d'un servei per jugada i, si el guanya, continuarà amb la sacada, que farà canviant de zona. Quan la puntuació és parella, se serveix de la banda dreta i, quan és imparella, de la banda esquerra.

En el partits de dobles cada equip té dret a dues sacades, una per a cada jugador, excepte a l'inici del set.

- Durada: Els partits de bàdminton no tenen un temps determinat, guanya el jugador o els jugadors que demostren ser els millors en tres sets.
- Puntuació: Només es comptabilitza el punt quan el guanya el jugador que té la sacada en el seu poder. Si no té la sacada i guanya el punt, li serveix per recuperar-la.

El set dels partits d'homes és a quinze punts i cal guanyar-lo amb un avantatge de tres. En cas d'empat a tretze, el jugador que hi ha arribat primer pot optar a un desempat a cinc punts.

Si arriben a catorze punts empatats, l'opció de desempat serà de tres punts.

El set dels partits de dones és a onze punts i cal guanyar-lo amb un avantatge de dos. En cas d'empat a nou, la jugadora que hi ha arribat abans té l'opció a desempatar a tres punts. Si arriben a deu punts empatades, l'opció per desempatar el partit serà de dos punts.

Els partits es disputen a dos sets guanyats; en cas d'empat a un es disputa un tercer set. En aquest set de desempat es canvia de camp al punt vuit en homes i al punt sis en dones.

- Faltes: A continuació enumerem algunes de les accions que són considerades com a faltes en el joc del bàdminton:

- Servir per damunt de la cintura o si el cap de la raqueta, en colpejar, és per sobre de la mà que la sosté.
- Si en servir, el volant cau fora de l'àrea de sacada corresponent.
- Si en el moment de la sacada el servidor o el que resta són fora de l'àrea que els correspon.
- Si durant el joc el volant cau fora del camp.
- Si es colpeja el volant en camp contrari.
- Si durant el joc un jugador toca la xarxa o els pals que l'aguanten.
- Si el volant queda atrapat a la xarxa o a la raqueta d'un dels contrincants.
- Si es colpeja el volant dues vegades consecutives en el mateix camp.
- Si un jugador incorre en obstrucció.

LES ACCIONS TÈCNIQUES

- Com agafar la raqueta: Cal agafar-la amb fermesa, amb la mínima tensió, fins una mica abans de rebre el volant, moment en el qual agafarem la raqueta molt fort i, després de l'impacte, ens tornarem a relaxar.
- Posició bàsica: El bàdminton és un joc molt ràpid, per això és imprescindible tenir els peus a la mateixa altura, el pes repartit en les dues cames, lleugerament flexionades, el tronc inclinat cap endavant, la raqueta a l'altura de les espatlles, i ocupar el mig del camp per poder desplaçar-nos-hi amb els mínims passos possibles i arribar a tots els cops.

- Sacada: És una acció defensiva però sense la qual no podem fer punts. Pot ser llarga o curta. En el joc d'individuals s'acostuma a utilitzar la llarga i, en canvi, en dobles predominen la curt i la que s'executa arran de xarxa.
- Cops bàsics: L'impuls per colpejar s'ha de fer amb un moviment de rotació de l'avantbraç, donant la velocitat i la direcció final amb el joc del canell.

Hi ha cinc cops bàsics que es poden executar tant de dreta com de revés; són els següents:

- El clear. Cop que es du a terme des del fons del camp propi buscant el fons del camp contrari
- La deixada. Cop de precisió amb l'objectiu de fer caure el volant al costat de la xarxa del camp contrari.
- El lob. Cop defensiu que s'efectua a prop de la xarxa i en el qual es dirigeix el volant alt i al fons del camp contrari.
- El drive. Cop de trajectòria llarga i horitzontal.
- La rematada. Cop ofensiu de trajectòria descendent i ràpida amb l'objectiu d'aconseguir guanyar el punt.

LES ACCIONS TÀCTIQUES

En el joc de dobles s'ha de conèixer la parella a fons i repartir-s'hi les responsabilitats. S'hi utilitzen tres sistema de joc, que us descrivim a continuació:

- Endavant – enrere. Un jugador se situa a prop de la xarxa, i l'altre, enrere. El que està més avançat ha de ser molt tècnic i un bon defensor, i el que hi ha més enrere ha de ser potent i un bon atacant.
- En paral·lel. Els dos jugador se situen al mateix nivell, i cadascun cobreix una meitat del camp. És un sistema defensiu.
- Mixt. Es tracta d'una combinació dels dos sistemes anteriors. En atac s'utilitza el sistema endavant – enrere, i en defensa, el paral·lel.