

JOCS I ESPORTS DE PISTA DIVIDIDA: EL BÀDMINTON

Els jocs i esports de pista dividida són aquells en els quals cada jugador o equip té assignat una part del camp, que és prohibida per als jugadors adversaris.

*Poden ser **individuals**, com el cas del bàdminton i el tennis, o **col·lectius**, com el voleibol o les modalitats dobles d'aquests esports de raqueta.*

*Es caracteritzen perquè cada jugador o equip té **un torn per a interactuar** amb el baló o la pilota, el qual no pot alterar-se. Però es poden dominar aspectes del joc per dur la iniciativa.*

*El **bàdminton** és un esport de raqueta i pista dividida que consisteix a enviar un volant per damunt de la xarxa al camp de l'equip contrari, aconseguint punt quan l'oponent no aconsegueix tornar-lo o ho fa fora dels límits de la pista.*



HISTÒRIA

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.

L'origen del **bàdminton modern** és de 1873.

Una tarda, un grup d'oficials anglesos es trobava a la casa senyorial Badminton House (a Gloucestershire, Anglaterra), residència del Duc de Beaufort. Plovia i davant de la impossibilitat de sortir a l'exterior a practicar altres jocs decidiren jugar amb raquetes i amb un suro d'una botella de xampany en el qual clavaren diverses plomes. No se sap si el que feren va ser inventar un nou joc o practicar un denominat *poona* que havien après a l'Índia. Els convidats del duc van començar a referir-se al joc com "el joc de Bàdminton", i així va ser com el joc va prendre el nom de bàdminton.

3 Battledore and Shuttlecock.



El bàdminton s'origina abans que es creés, en 1873, el *sphairistike*, esport precursor del tennis.

En 1877 es publicaren les **primeres regles de joc**. Al principi, en cada equip jugaven tres, quatre i, fins i tot, cinc jugadors. Era molt popular als balnearis de la costa anglesa.

Posteriorment es va crear la Badminton Association of England, el 1893, i la Federació Internacional de Badminton (IBF), el 1934, i no va ser fins el 1977 quan se celebraren els primers Campionats Oficials del món.



Al final dels anys setanta el bàdminton es va introduir a Espanya a través de Galícia, des d'on es va estendre ràpidament.

Pel que respecta als Jocs Olímpics, forma part del programa de competicions com a esport d'exhibició als Jocs de Munic (1972) i Seül (1988).

La consagració definitiva del bàdminton culmina amb la **declaració d'esport olímpic** i la participació oficial als **Jocs Olímpics de Barcelona el 1992**.

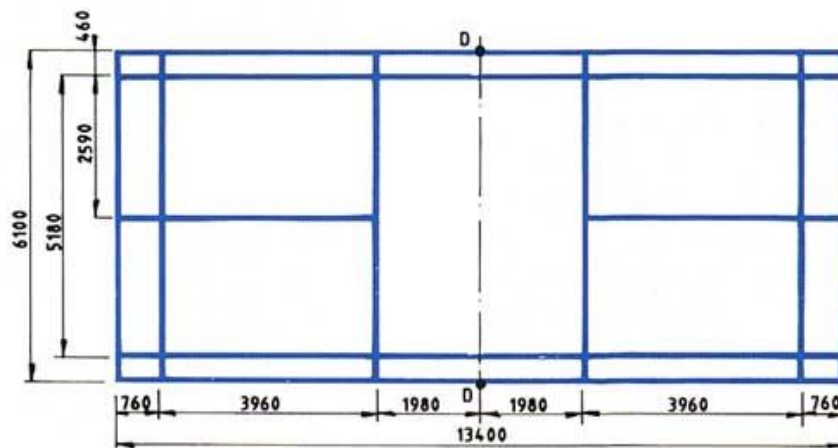
REGLES BÀSIQUES

Objectiu. Fer que el volant toqui el terra de la zona de joc contrària o que l'altre jugador o jugadors no el pugui tornar.

Modalitats. El partit pot ser d'individuals -masculí o femení-, dobles -masculins o femenins- o dobles mixtos.

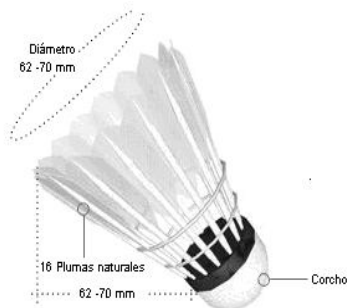
El terreny de joc. La pista fa 13,40 m. de llarg per 6,10 m. d'ample. Esta dividida en dues meitats iguals per la línia mitjana, sobre la qual es troba la xarxa. En funció de si el partit és individual o de dobles, s'utilitzen diferents zones, les quals inclouen les línies que les delimiten. Per al joc individual es tracen dues línies laterals, 42 cm. per dins de les línies de banda, que determinen la superfície de joc. Per al joc de dobles s'utilitza tota la pista.

En cada meitat es dibuixen una línia curta de servei, una línia llarga de servei per a dobles i una línia de fons (o línia llarga de servei per a individuals). Una línia central, que va des de la línia curta de servei fins a les línies llargues de servei, determina dos quadres de servei, el dret i l'esquerre. Per a aclarir-nos observem la representació del camp. (*Anota el nom de les línies*).



Xarxa i pals. La xarxa es troba a una altura d'1,55 m. i fa 0,76 m. d'amplària. Els pals requereixen un contrapès per a permetre que la xarxa es trobi tesada.

El volant. Pot ser de dos tipus, natural (de ploma) o sintètic (de plàstic i niló). El volant de ploma natural és per a competicions, costa més i dura menys. El volant de niló dura més i és més econòmic. Està format per:

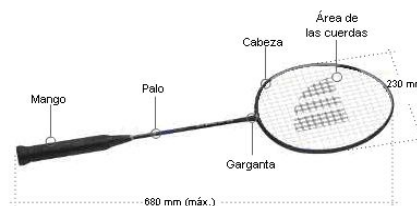


✓ **El suro:** és semiesfèric i forma el cap del volant. Pot estar recobert per cuir per a evitar que es trenqui. En la seva vora plana es col·loca una cinta de color que té una doble funció, subjectar el cuir i facilitar la visió del volant.

✓ **Plomes o estructura de niló:** formen un cilindre de menor a major diàmetre començant per la part inserida dins el suro. Quan és de plomes aquestes es troben unides per un fil gros.

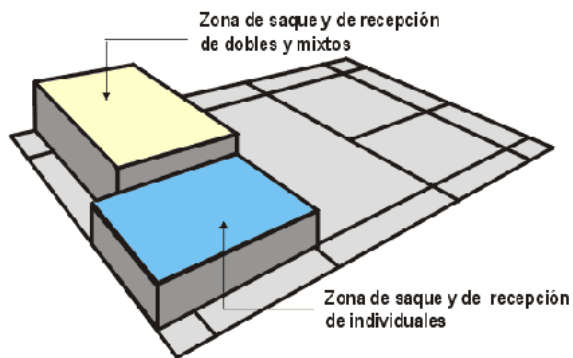
✓ **Cargol o vis:** augmenta el pes del volant. No és obligatori.

La raqueta. Sol ser metàl·lica o de fibra de carboni. Posseeix tres parts: l'empunyadura o mànec, tija i marc. Fa entre 68 cm. de llarg màxim i 23 cm. d'ample màxim. Al marc es troba el cordatge, que pot tenir distint grossor i tensió. L'empunyadura està recoberta pel grip, una cinta que evita que rellisqui.



El servei.

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



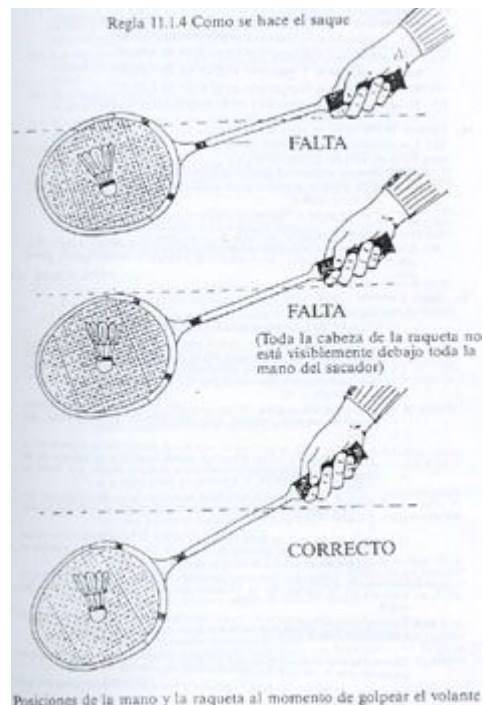
Durada. Els partits de bàdminton no tenen un temps determinat, guanya el jugador o els jugadors que demostren ser els millors en tres jocs. També es pot canviar el sistema de puntuació segons el torneig i el nombre de participants.

Puntuació. El 6 de maig de 2006 la Federació Internacional de Bàdminton va aprovar l'actual sistema de puntuació, nomenat "*3 x 21 rally point scoring system*". El jugador que guanya l'intercanvi de cops (*rally*) sumarà un punt (i el dret a fer el servei). S'aconsegueix punt si s'envia el volant al terra contrari i si aquell falla el servei o llança el volant a la xarxa o fora del camp. El primer que arribi a vint-i-un punts guanyarà un joc o set. En el cas d'empatar a vint, guanyarà qui tingui dos punts de diferència. Però si s'arriba a empat a vint-i-nou, guanyarà qui sumi el punt número trenta. El jugador que guanya un joc serà qui primer servirà en el següent.

També serà punt quan el volant resti enganxat a la raqueta del jugador adversari o quan aquest comet alguna de les següents faltes.

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 servei corresponent.
- Si en el moment del servei 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 o jugadora 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.



ACCIONS TÈCNIQUES

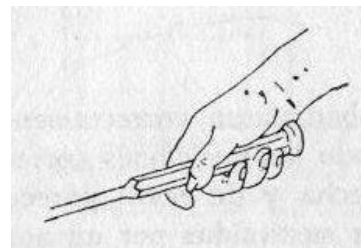
La tècnica del bàdminton es caracteritza per una gran precisió en l'execució dels moviments tècnics. Les tècniques bàsiques en bàdminton són:

□ Agafar i utilitzar 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.

Trobem distintes formes d'agafar la raqueta, malgrat que per a la iniciació ens interessa la presa universal, que permet executar tots els cops principals.

Per a realitzar-la correctament col·locarem la raqueta de manera que el cordatge es trobi perpendicular al terra. Els dits polze i índex han de formar una "V" sobre la part superior de l'empunyadura o mànec, i la resta de dits tancar-se sobre aquesta.



□ La posició de joc

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.

Afavorirà sempre els desplaçaments i gestos ràpids. Distingirem entre la posició bàsica i les posicions de recepció i defensiva.

La posició bàsica. És aquella en que el jugador espera el retorn del volant per part de l'adversari. Habitualment s'executa al centre del propi camp.

El jugador ha de col·locar-se orientat cap a la xarxa, amb les cames semiflexionades. La dreta, si és dextre, lleugerament avançada. El tronc es manté lleugerament inclinat cap endavant per a portar el pes del cos a les puntes dels peus. El braç executor (el que porta la raqueta) porta el colze lleugerament cap endavant, flexionat uns 90 graus, de forma que la mà resta a l'altura de la cintura, orientant la raqueta cap endavant.



La posició de recepció del servei. Habitualment, el jugador es col·loca al centre de la zona de servei, lleugerament a l'esquerra (si és dextre) per a disminuir la necessitat de colpejar de revés. La cama esquerra s'avança, el pes del cos es porta lleugerament cap aquesta cama i la raqueta s'eleva, quedant a mitja altura per davant del cos. En la modalitat de dobles el jugador es col·loca més avançat i amb la raqueta més alta.

La posició defensiva. S'adopta quan l'oponent ha realitzat un cop d'atac. El jugador es desplaça cap al fons de la pista i modifica la posició de base separant i flexionant més les cames. També inclina més el tronc cap endavant i baixa la posició del braç executor.

□ El servei

És una acció defensiva. Els dos serveis més bàsics són el curt i l'alt o llarg.

El servei curt. Busca una trajectòria que porti el volant prop de la xarxa i prop de la línia curta de servei.

El servei alt o llarg. Busca una trajectòria molt parabòlica. Intenta que el volant caigui perpendicular al terra, pròxim a la línia de fons.

En el joc d'individuals s'acostuma a utilitzar el llarg i, en canvi, en dobles predominen el curt i el que s'executa arran de xarxa.



En ambdós serveis el moviment consta de tres fases: la preparació, l'execució i la recuperació.

1. **La preparació.** Els peus es troben separats a l'amplària dels muscles, amb l'esquerra avançat si s'és dret. El pes del cos es troba sobre la cama endarrerida. El braç executor es troba semiflexionat darrere i l'altre braç estirat i avançat subjecta el volant amb el dit polze i índex.
2. **L'execució.** El braç executor realitza un moviment cap avall i endavant. El pes del cos es trasllada de darrere cap endavant, al mateix temps que hi ha una rotació del cos cap a l'esquerra. El volant se solta per a permetre el cap per davant del jugador i per davall de la cintura.
3. **La recuperació.** Es finalitza la rotació del cos a l'esquerra. La raqueta segueix el moviment fins restar elevada i en la part esquerra del cos.

□ Els cops

Colpejant el volant

Per a fer el cop amb precisió i efectivitat des de qualsevol costat del cos, s'han de tenir en compte 2 regles generals:

1. **Colpejar el volant el més aviat possible es pugui.**

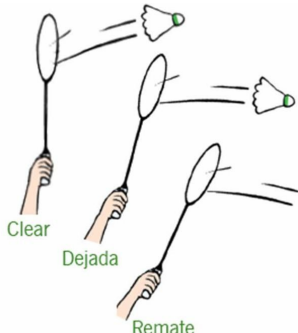
D'aquesta manera es redueix el temps de recuperació per a la resposta del contrari.

2. **Colpejar el volant el més alt possible.**

Mai hem de permetre que caigui si ha pogut ser agafat a major alçada. Tot llançament per damunt del nivell de la xarxa és, potencialment, un tir ofensiu; el tirs per sota del nivell de la xarxa són, per contra, bàsicament tirs defensius.

L'impuls per colpejar s'ha de fer amb un moviment de rotació de l'avantbraç, donant al volant la velocitat i la direcció final amb el joc del canell. Els **cops bàsics**; en funció de l'altura i la profunditat de la trajectòria del volant, són els següents (es poden executar de dreta o de revés):

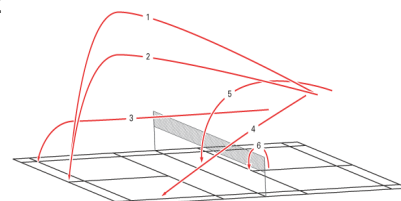
- **El cop de fons o drive.** És un cop d'atac que es realitza a una altura intermèdia (raqueta entre la cintura i el cap) i que busca imprimir al volant una trajectòria paral·lela al terra i pròxima a la xarxa, que obligui a una devolució defensiva del volant.
- **El globus o clear.** S'executa habitualment des del fons de la pista i imprimeix al volant una trajectòria alta intentant dirigir-lo cap al fons de la pista contrària. Pot realitzar-se de mà baixa o de mà alta.
- **La deixada o drop.** Es realitza generalment des del fons de la pista i de mà alta, busca imprimir al volant una trajectòria descendent de forma que passi prop de la xarxa i caigui el més pròxim possible a aquesta. Requereix gran precisió.
- **La rematada o smash.** Es realitza des de qualsevol lloc de la pista i sempre de mà alta. És un cop netament ofensiu. Busca imprimir al volant una trajectòria descendent, amb gran velocitat. Pot realitzar-se saltant, la qual cosa permet créixer la trajectòria descendent.



Qualsevol cop de mà alta (globus, deixada o rematada) té una execució semblant, no obstant, es diferencien en funció del lloc on contacta el volant amb la raqueta. Com més defensiu és el cop, més retardat serà el contacte.

Aquí podem veure alguns cops bàsics gràficament:

1. Clear (alt)
2. Clear (atac)
3. Drive
4. Rematada o smash
5. Drop
6. Deixada curta



TÀCTICA

El bàdminton, com a esport d'oposició amb tres modalitats, gaudeix d'un gran nombre de situacions tàctiques. La força, la resistència, el coratge, la voluntat de no donar mai un punt per perdut -en el joc d'individuals- i els sistemes de joc -en el de dobles- són les principals característiques que en cal destacar.

□ TÀCTICA EN ELS PARTITS INDIVIDUALS

Alguns dels principis tàctics fonamentals d'aquest esport són:

- **Ataca el revés.** Busca el revés de l'adversari ja que normalment aquest és de menor eficàcia.
- **Desplaça l'adversari.** Busca desplaçaments de l'adversari, tant endavant com cap enrere, com lateralment.
- **Evita la precipitació.** Espera el moment més oportú per a iniciar un atac definitiu.
- **Juga en paral·lel.** Els cops amb trajectòries paral·leles tenen menor dificultat que els encreuats i suposen menor temps de vol del volant.
- **Cobreix la zona més dèbil.** Aquesta zona és més vulnerable perquè som menys hàbils.

Els sistemes de joc pròpiament dits no existeixen perquè són individuals, malgrat que sí trobem algunes estratègies que l'esportista utilitza per a vèncer el contrari. Alguns d'ells són:

- **Quatre cantons.** Desplaçar l'adversari pels quatre cantons del camp, de vegades amb un ordre determinat. Busca produir un esgotament físic
- **Repeticions.** Jugar diverses vegades consecutives a la mateixa zona per a canviar bruscament a una altra zona del camp, normalment a la contraria. Busca evitar que l'oponent torni al centre després de cada cop.
- **Joc en paral·lel.** Utilitzar fonamentalment trajectòries paral·leles. Buscar donar poc de temps a l'adversari i assegurar el copo
- **Joc encreuat.** Utilitzar fonamentalment trajectòries encreuades. Pot tenir un efecte sorpresa.
- **Distància més llarga.** Buscar en cada cop el major desplaçament possible de l'adversari, en funció de la seva situació dins el terreny de joc
- **Punt dèbil.** Aprofitar al màxim un punt dèbil de l'adversari conegut prèviament.

□ TÀCTICA EN ELS PARTITS DE DOBLES

Els principis tàctics fonamentals són:

- **Ataca portant la iniciativa.** De forma compensada i evitant la precipitació.
- **Guanya la xarxa.** Ja que molts punts acaben en cops des d'aquesta.
- **Juga amb precisió i rapidesa.** Té una major importància que en la modalitat individual ja que el mateix terreny es troba ocupat per dues persones.
- **Canvia el joc** amb l'objectiu de provocar incertesa.
- **Juga cap a les zones vulnerables.** Aquelles de responsabilitat comuna.
- **Realitza un servei eficaç.** És fonamental ja que determina l'avantatge o desavantatge inicial.

En el joc de dobles s'ha de conèixer la parella a fons i repartir-s'hi les responsabilitats. Podem parlar també de sistemes de jocs bàsics ja que es tracta d'un petit equip. Existeixen tres sistemes bàsics de joc:

- **Costat-costat o en paral·lel.** Cadascú dels membres de la parella se situa en una meitat de camp, dreta i esquerra, ocupant-se d'aquesta. Els dos jugadors se situen al mateix nivell, i cadascun cobreix una meitat del camp. És un sistema defensiu.
- **Davant-darrere.** Semblant a l' anterior, 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.
- **Mixte en rotació.** Es tracta d'una combinació dels dos sistemes anteriors, disposant-se costat-costat en defensa i davant-darrere en atac.

POSSIBLES QÜESTIONS D'EXAMEN:

1. Dins de què grups d'esports està classificat el bàdminton? Quines característiques tenen aquests esports?
2. Explica breument l'origen del bàdminton modern.
3. Nomena 5 faltes que no han de cometre els jugadors durant un partit.
4. Què nom rep el sistema de puntuació? Explica'l breument.
5. Nomena i explica algun principi tàctic en el joc individual.
6. Nomena els cops bàsics i relaciona'ls segons la seva trajectòria en un dibuix.
7. Què regles fonamentals s'han de seguir a l'hora de colpejar el volant?
8. Quina és la diferència entre els diferents cops de mà alta?
9. Nomena i explica breument què posicions pot adoptar un jugador durant el joc.
10. Dibuixa un camp de bàdminton amb totes les seves línies (les de individual i les de dobles). Marca les zones de servei per un partit individual.