

# МОЯ ЛЮБИМАЯ ИГРА – БАДМИНТОН.

Разработал: ученик 8 класса

Александров Артем

Принял: Генералова А. Х.

# ЧТО ТАКОЕ БАДМИНТОН

Бадминтон — вид спорта, заключающийся в перекидывании через сетку игрового снаряда под названием волан с помощью ракеток. Олимпийский вид спорта с 1992 года. Бадминтон — вид спорта, заключающийся в перекидывании через сетку игрового снаряда под названием волан с помощью ракеток. Олимпийский вид спорта с 1992 года. В бадминтон играют два человека друг против друга или две команды из двух человек. Игра проходит на площадке, разделённой сеткой. Противники располагаются на противоположных сторонах площадки. Цель игры — перекинуть волан через сетку так, чтобы тот коснулся земли на половине противника в пределах площадки.

Это одна из самых древних игр на Земле. В 14 веке японцы играли деревянными ракетками и воланом, сделанным из плода вишни. Брали вишенку, вставляли в неё пять-шесть гусиных перьев и засушивали на солнце.

Началу современного бадминтона положил 1872 год. В этом году герцог Бофорт привез из Индии ракетки и мячи с перьями в своё поместье Бадминтон в Глостершире.

Сильнейшими спортсменами в этом виде спорта являются китайские, корейские, индонезийские бадминтонисты.

## ИНВЕНТАРЬ

- ▶ Ракетка Первоначально ракетки изготавливались из дерева. Современные ракетки изготавливаются из различных материалов: от углепластика до алюминия, стали и титана. Благодаря им снаряд выдерживает натяжение струн и нагрузку ударов. Ракетки для профессиональных игроков, как правило, выполняются из композиционных материалов на основе углеволокна и с применением встроенных конструктивных элементов из других материалов. Ракетки для любителей и новичков часто можно отличить по наличию «тройника» — визуально заметного Т-образного узла в месте соединения стержня и рамки обода. В среднем масса ракетки составляет 70-100 граммов.





## ВОЛАН

Воланы существуют двух типов: пластиковые (синтетические) и перьевые (натуральные). Профессиональные спортсмены тренируются и играют только перьевыми. Пластиковые воланы предназначены в основном для любителей. Они имеют чуть другую траекторию полета, но зато намного дольше служат. Это особенно актуально для игроков любительского класса. Т.к. они достаточно часто неровно (ободом ракетки) бьют по волану, и перьевой волан от таких ударов очень быстро выходит из строя. Пластиковый волан состоит из головки (пробковой или синтетической) и прикрепленной к ней пластиковой «юбки».

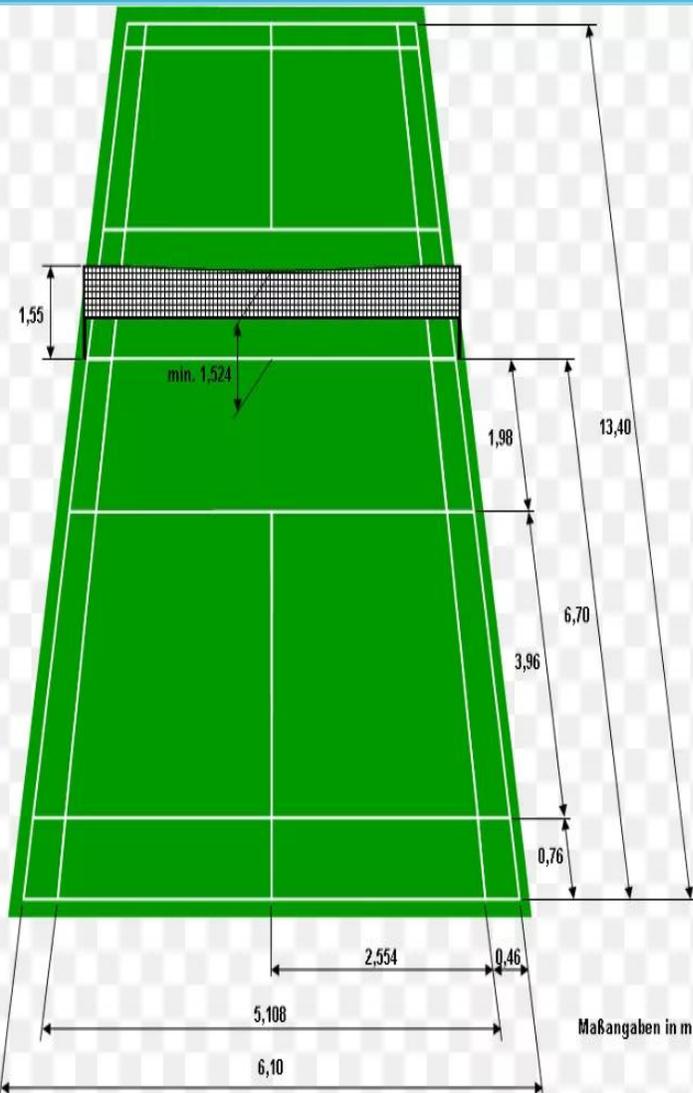
# ВОЛАН



Перьевой волан изготавливается из 16 гусиных перьев и пробковой головки, обтянутой тонкой лайковой кожей. Перья вклеиваются в отверстия по окружности головки, обвязываются нитками, нитки также проклеиваются. Вес волана около 5 граммов. По скорости различают три типа волана: медленные, средние и быстрые. Скорость волана можно определить по цвету окантовочной ленты на головке волана. Зеленая соответствует – медленному волану, синяя – среднему, а красная – быстрому. Пластиковые воланы выпускают в основном белые и желтые. Желтые воланы лучше использовать в залах с плохим освещением, волан в этом случае лучше видно. Перьевой волан изготавливается из 16 гусиных перьев и пробковой головки, обтянутой тонкой лайковой кожей. Перья вклеиваются в отверстия по окружности головки, обвязываются нитками, нитки также проклеиваются. Вес волана около 5 граммов. По скорости различают три типа волана: медленные, средние и быстрые. Скорость волана можно определить по цвету окантовочной ленты на головке волана. Зеленая соответствует – медленному волану, синяя – среднему, а красная – быстрому. Пластиковые воланы выпускают в основном белые и желтые. Желтые воланы лучше использовать в залах с плохим освещением, волан в этом случае лучше видно.

# КОРТ

Ширина одиночной площадки - 5.18 м  
Ширина парной площадки - 6.10 м  
Длина площадки - 13.40 м  
Корт должен быть прямоугольным, размеченным линиями шириной 40 мм. Стойки должны быть высотой 1,55 м от поверхности корта и должны оставаться вертикальными. Сетка должна быть шириной 760 мм и длиной не менее 6.1 метра. Верхний край сетки должен быть на высоте от поверхности корта 1,524 м в центре корта и 1,55 м над боковыми линиями для парной игры. Одним из элементов игры является площадка.



# ПРАВИЛА ИГРЫ В БАДМИНТОН

Подача производится из правой и левой зоны подачи в зависимости от счета. Волан должен лететь по диагонали в зону подачи соперника. Подача по правилам производится снизу вверх, волан при этом в момент подачи должен находиться ниже уровня нижнего ребра, а вся голова ракетки должна быть ниже кисти, которой держат ракетку.

Нарушение имеет место, если: во время подачи волан: попадает в сетку и повисает на её верхней кромке; перелетев сетку, застревает в ней; во время игры волан: падает вне пределов корта; пролетает сквозь сетку или под ней; не перелетает через сетку; касается потолка или стен зала; касается тела или одежды игрока; во время игры, игрок: касается сетки или стоек ракеткой, телом или одеждой; вторгается на сторону соперника поверх сетки ракеткой или телом; намеренно отвлекает соперника любыми действиями, например, выкриками или жестами.

Перед объявлением «спорного» объявляется команда «Стоп». «Спорный» назначается, если: подающий подает прежде, чем будет готов к приему принимающий; при подаче одновременно нарушат правила подающий и принимающий; во время игры, волан: зацепляется за сетку и повисает на её верхней кромке; пролетев над сеткой, застревает в ней.

Волан считается вне игры когда: - он ударяется о сетку или стойку и начинает падать к поверхности корта на стороне игрока, выполнившего удар; - он коснётся поверхности корта (в пределах ограничивающих его линии или вне их) - объявлен «спорный», «стоп» или зафиксировано нарушение.

# ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ВЛИЯНИЯ БАДМИНТОНА НА ЗДОРОВЬЕ

Занятия бадминтоном позволяют разносторонне воздействовать на организм человека, развивать силу, выносливость, координацию движения, улучшать подвижность в суставах, воспитывать волевые качества. Бадминтон приносит пользу и глазам, а точнее, дарит им полезную гимнастику, заключающуюся в слежении за полётом волана.

Если Вы хотите избавиться от лишнего веса, тогда бадминтон – это то, что поможет Вам достичь своей цели, это и есть лучшая аэробика для похудения и оздоровления.

Бадминтон отлично повышает общий тонус организма, данный вид спорта хорошо снимает напряжение и стресс, улучшает выносливость и реакцию. Более того, играя в бадминтон можно усовершенствовать свое мышление – буквально за считанные секунды приходится находить единственно верное решение. Любите игру, играйте в бадминтон – и вы сохраните своё здоровье.

## СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!