Modulo Badminton

Supporto alla didattica a distanza

F.I.Ba.
Federazione Italiana Badminton

INDICE

- Cenni storici
- Numeri del badminton
- Regole
- Tecnica e colpi base
- Salute e abilità motorie
- Contatti

Cenni storici

cenni storici

Il Badminton ha radici antichissime: le testimonianze storiche confermano l'esistenza fin dal I secolo A.C. di un antico gioco cinese in cui si usavano volani e rudimentali racchette.

cenni storici

Il gioco inizia a "volare" e diffondersi verso terre lontane raggiungendo il Giappone, l'India, il vecchio Siam, la Sumeria, fino a toccare la Grecia e poi arrivare in Inghilterra.

cenni storici

cenni storici

Il "volano" acquisisce dignità di disciplina sportiva nel 1860, nel castello inglese "**Badminton House**", luogo da cui la disciplina prende il nome e dove vengono codificate le regole.

THE MIDWINTER GAME OF BADMINTON.—Drawn by T. de Thulstrup.—[See Page 250.]

cenni storici

Nel **1934** viene fondata l'International Badminton Federation (IBF) i cui membri costituenti sono:

Canada,
Danimarca,
Inghilterra,
Francia,
Irlanda,
Olanda,
Nuova Zelanda,
Galles,
Scozia.

Dal 2007 l'IBF diventa **Badminton World Federation** (BWF).

OLIMPIADI

Dopo essere stato sport dimostrativo ai giochi olimpici di **Seul 1988** viene inserito nel programma olimpico a partire da **Barcellona 1992.**

cenni storici

click sul link per vedere il video

Un simpatico video del 1961 dell'Istituto Luce Cinecittà che racconta gli esordi del badminton in Italia.

Il badminton quasi tennis

cenni storici

Il Badminton compare in Italia negli anni '40. Nei primi anni '60, si comincia a diffondere anche se in maniera non omogenea.

Nel 2009, in occasione dei Campionati Europei Juniores, viene inaugurata la casa del Badminton italiano: il **PalaBadminton** - Centro Tecnico Federale di Preparazione Olimpica di Milano. Il centro ospita la Nazionale italiana.

La prima partecipazione ai Giochi Olimpici è stata a Pechino 2008 con l'atleta Agnese Allegrini, confermata anche a Londra 2012. A rappresentare l'Italia nei Giochi di Rio 2016 è stata l'atleta Jeanine Cicognini.

cenni storici

click sul link per vedere il video

Invitiamo a visionare qualche video su **YouTube** per farsi un'idea corretta di questo sport, che è molto diverso dal gioco da spiaggia che chiamiamo "volano". Questi sono alcuni emozionanti video che consigliamo:

2018 best view

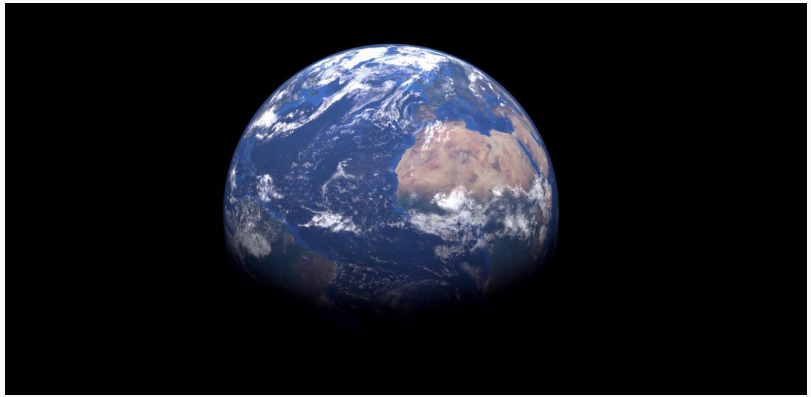
2018 top ten

2017 top 20

I numeri del badminton

i numeri

183



top
10

Il badminton è uno degli sport più popolari al mondo, soprattutto nel nord Europa e in Asia. Può contare su 183 associazioni affiliate alla federazione internazionale Badminton World Federation (BWF) ed è tra **i dieci sport più praticati al mondo**.

i numeri

i numeri

493 km/h

Un giocatore di badminton può percorrere più di

2 Km in una sola partita.

Un'ora di Badminton equivale a **4 ore** di Tennis !!!

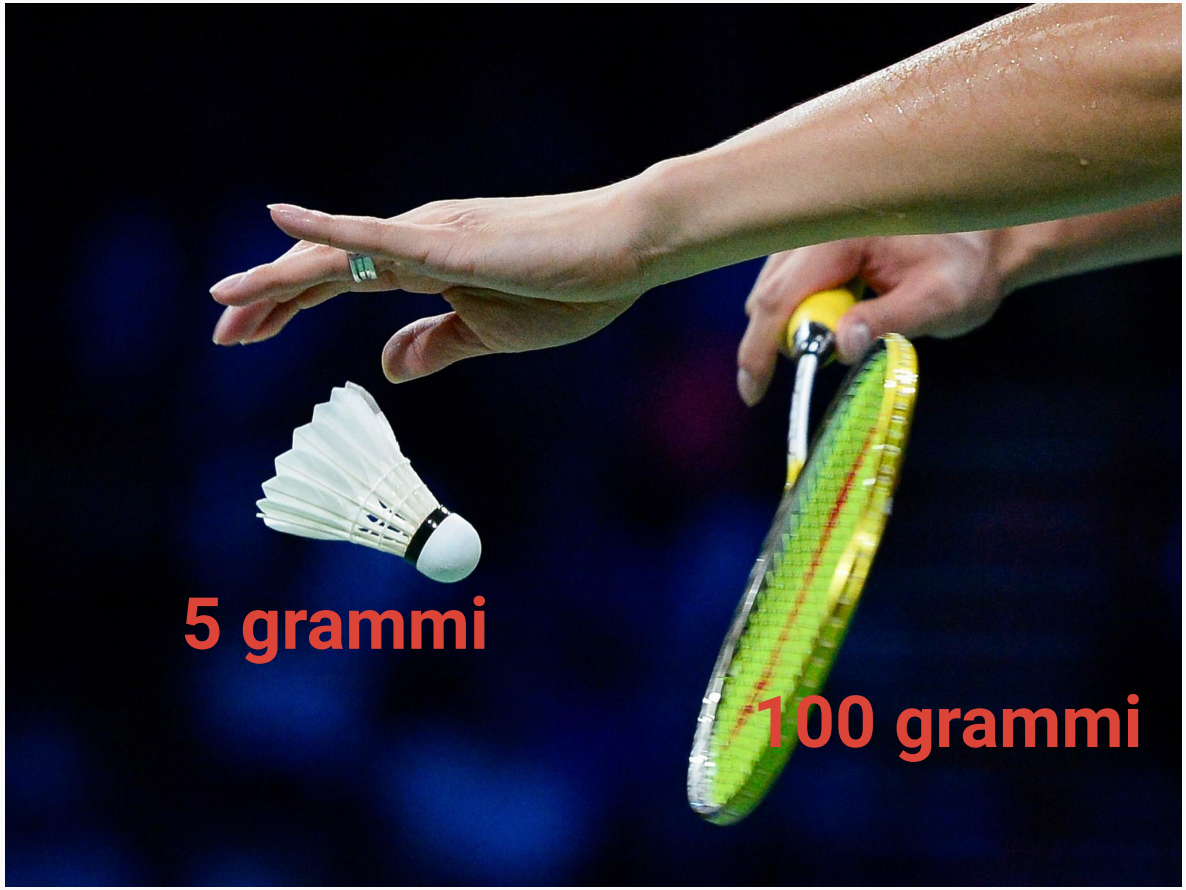
velocità

Ad alti livelli una partita dura circa un'ora ma si corre **3 volte più del tennis** e gli scambi sono **5 volte più intensi**. Il volano del badminton, su uno smash, può raggiungere i 493 km/h (il record per una pallina da tennis su battuta è di 263 km/h). È lo sport di racchetta più veloce al mondo.

racchetta e volano

Il volano pesa dai 4,74 ai 5,50 grammi ed è costruito con 16 penne, saldamente fissate su una semisfera di sughero.

La racchetta pesa circa 100 grammi.



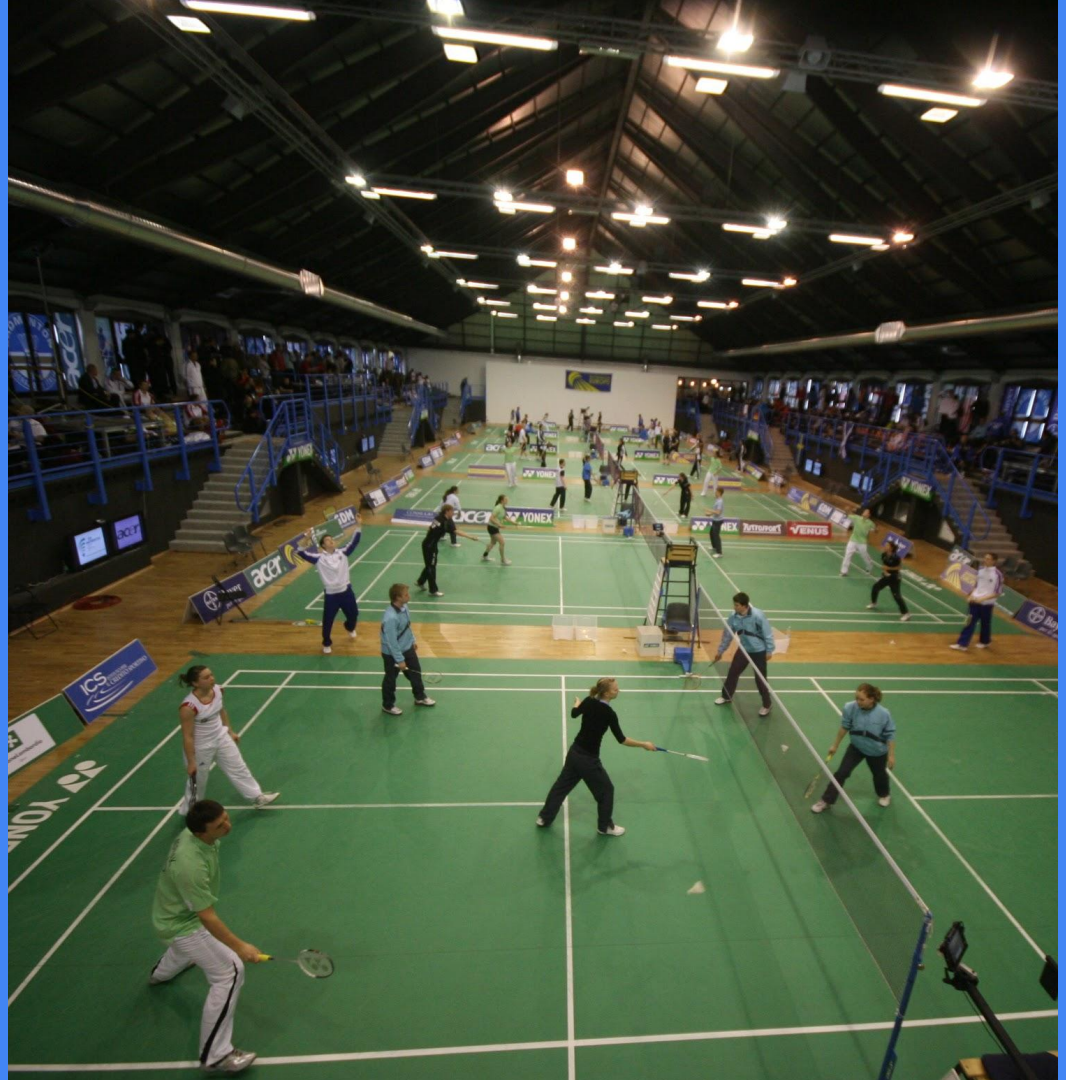
click sul link per vedere il video

la scienza del badminton

In questo video in inglese alcuni aspetti tecnico-scientifici del nostro sport:

Birdie In Flight: The Science of Badminton

Le regole



in generale

Il badminton si gioca al “volo” ed è permesso un solo colpo per mandare il volano nel campo avversario.

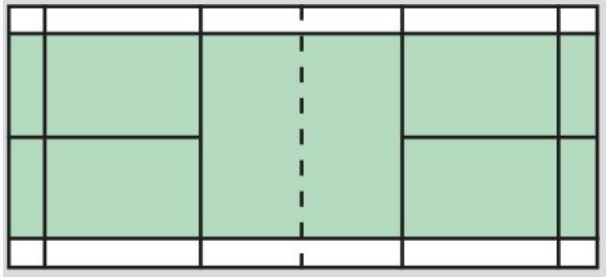
Lo scopo del gioco è guadagnare punti nei seguenti modi:

- far cadere il volano nel campo avversario;
- indurre l’avversario ad indirizzare il volano fuori dall’area di gioco valida (avversaria o propria);
- indurre l’avversario ad indirizzare il volano nella rete;

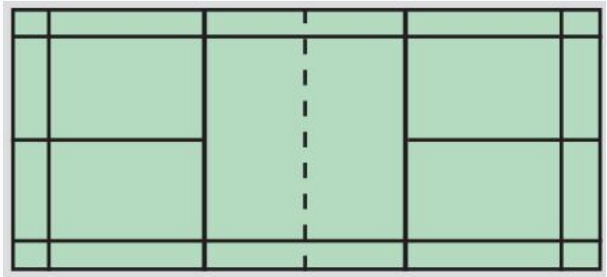
Le cinque discipline:

- singolo maschile
- singolo femminile
- doppio maschile
- doppio femminile
- doppio misto.

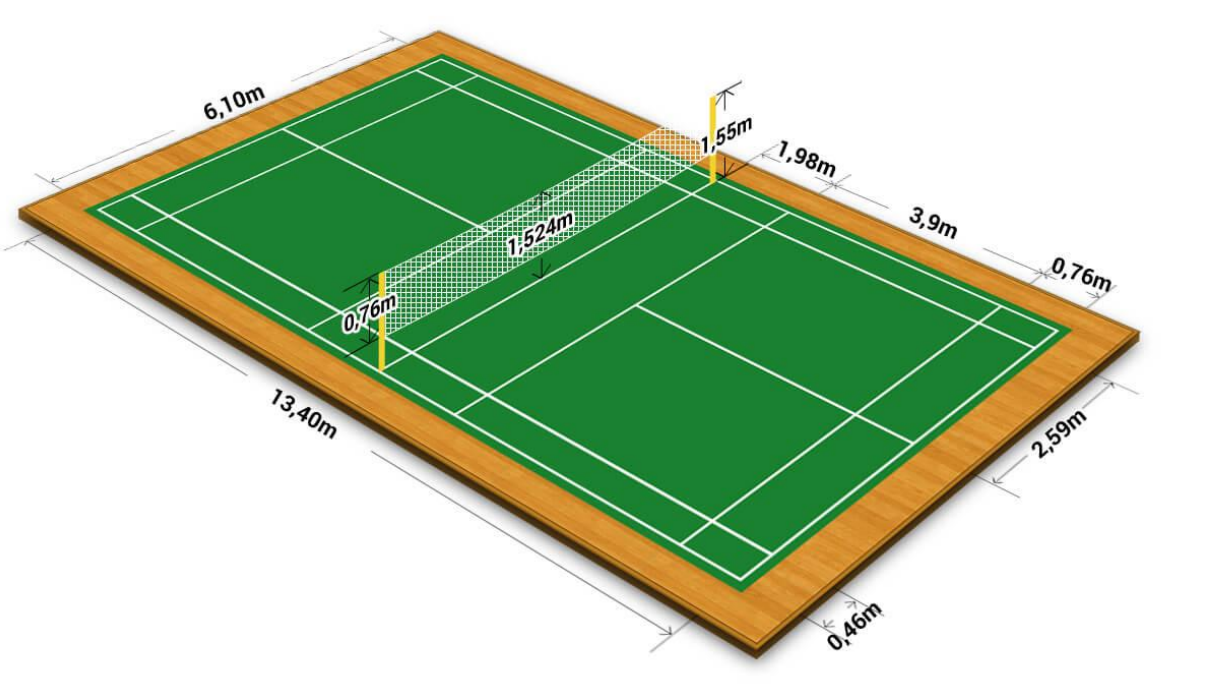
il campo



Area di gioco nel singolo.



Area di gioco nel doppio.

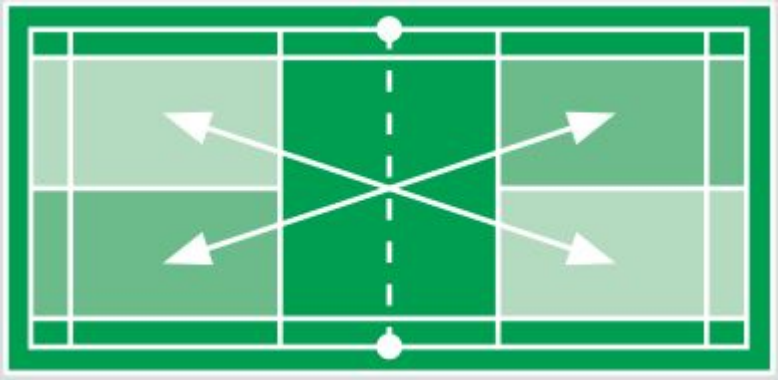


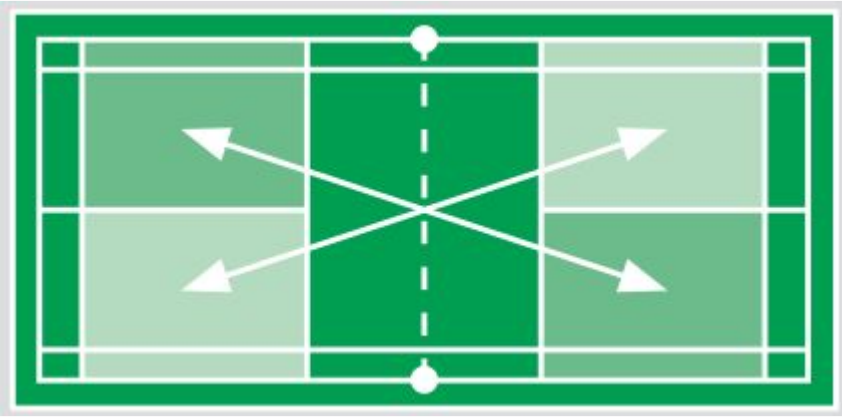
punteggio

- Si gioca al meglio di 3 set, sino a 21 punti per set.
- A 20 pari, il giocatore che guadagna 2 punti consecutivi, vince il set/partita.
- A 29 pari, il giocatore che arriva prima a 30, vince il set/partita.
- Il giocatore che vince il set serve per primo al set successivo.
- Ogni volta che si vince il punto si serve e i vincitori di uno scambio aggiungono un punto al proprio punteggio.

il servizio

Nel singolo il volano è servito diagonalmente nell’area di servizio avversaria (vedi le frecce bianche sotto).





Nel doppio il volano è servito diagonalmente nell’area di servizio avversaria, più corta ma più larga rispetto al singolo (vedi le frecce bianche sopra).

il servizio

Di norma il volano deve essere colpito sotto la vita (cintura) del servente e deve andare dal basso verso l'alto.
Ad alti livelli il regolamento stabilisce che deve essere colpito entro un'altezza massima di 1,15 metri.

Non vi è errore se durante il servizio il volano sfiora la rete e perciò non si ripete il servizio.

Comunemente si usa il servizio lungo di dritto nel singolo e quello corto di rovescio nel doppio.

Air Badminton … il badminton all’aperto

Il Badminton è praticabile anche all’esterno (pioggia permettendo). Questo consente di avere un distanziamento adeguato e di promuovere l'attività all'aria aperta utilizzando gli spazi esterni dell'edificio scolastico. I nuovi volani Air Shuttle, studiati appositamente per il gioco all’esterno, sono meno sensibili al vento.

air badminton

click sul link per vedere il video

Agosto 2020, alcuni giocatori della nazionale italiana badminton e parabadminton provano i nuovi volani Air Shuttle

Tutti fuori... per l'AirBadminton

Tecnica e colpi base

tecnica e colpi base

Clear
Colpo lungo e alto da fondo campo a fondo campo avversario. Il colpo più usato nel gioco moderno.

Drop
Da fondo campo all'area prossima alla rete.

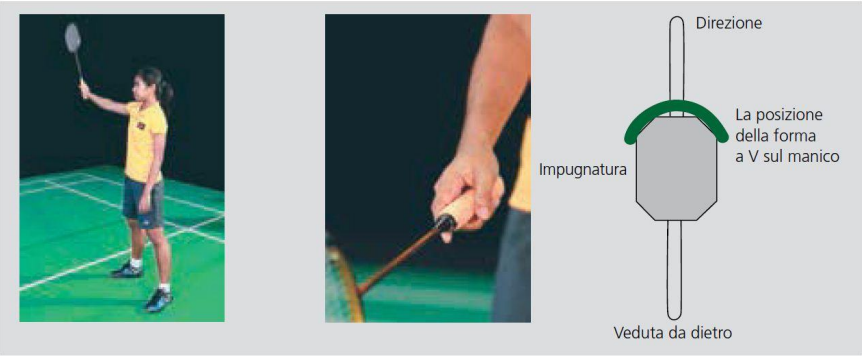
Net
Da rete a rete.

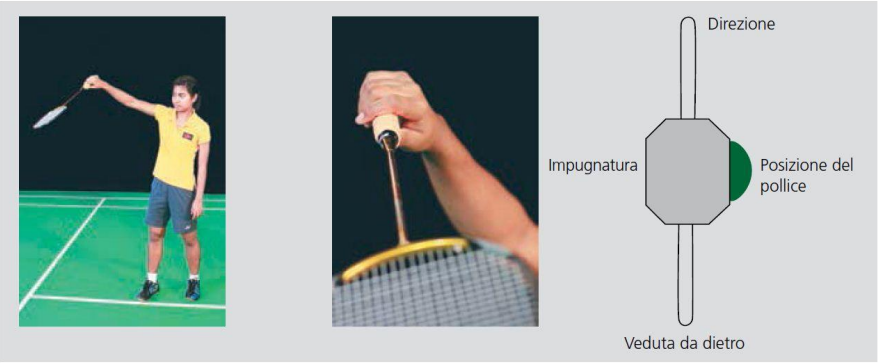
Lift
Colpo alto e profondo da rete o metà campo a fondo campo.

Smash
Colpo teso e potente da metà campo.

Come impugnare la racchetta

Queste sono le due posizioni base. Per entrambe la racchetta si tiene senza stringere il manico.





impugnatura a V

L'angolo tra l'indice e il pollice è allineato con lo spigolo della racchetta. Questa è l'impugnatura base, usata per quasi tutti i colpi.

impugnatura a pollice

Nel caso della battuta corta o di colpi di rovescio si ruota leggermente il manico in modo che il pollice sia allineato con il piatto della racchetta e possa aiutare nella spinta.

tecnica e colpi base

Un breve e simpatico video di sintesi sui colpi base, realizzato con la partecipazione di alcuni atleti della nazionale Italiana.

Badminton Italia

Da questa pagina è possibile vedere in modo dettagliato la tecnica di tutti i colpi:

video colpi badminton

click sul link per vedere il video

Salute e abilità motorie

Capacità e competenze

badminton a scuola

Il badminton è un ottimo sport scolastico, adatto sia per i ragazzi che per le ragazze e praticabile a tutte le età e livelli. Si tratta di uno sport sano, divertente e a basso impatto.
Le attività di badminton contribuiscono a sviluppare importanti abilità motorie per i ragazzi in età scolare:

- coordinazione oculo manuale;
- presa e lancio;
- stabilità ed equilibrio;
- velocità e agilità: l'abilità di cambiare velocemente direzione;
- salto e atterraggio;
- capacità decisionale / tattica.

alti livelli

Ad alti livelli questo sport richiede abilità fisiche, tecniche e capacità d'anticipazione straordinarie e tempi di reazione estremamente rapidi.
I giocatori di alto livello devono avere abilità fisiche, tra cui:

- resistenza aerobica;
- agilità;
- forza;
- potenza esplosiva;
- velocità;
- capacità decisionale.

Ai massimi livelli il badminton è uno sport molto tecnico che richiede coordinazione motoria, destrezza con la racchetta e precisione, inoltre è un gioco in cui la tattica è di fondamentale importanza.

salute e benessere

Il Badminton è uno sport classificato a bassissimo rischio di infortunio.

Per le sue caratteristiche è praticabile e salutare a tutte le età.

Anche in questo momento di emergenza COVID con pochi e semplici accorgimenti può essere praticato in sicurezza.

Parità di genere, integrazione e inclusione

Non essendo la forza un attributo primario di questo sport ragazzi e ragazze possono giocare e competere insieme a pari livello.

Anche i meno dotati a livello motorio, spesso allontanati dal campo durante le partite di altri sport, con questo gioco trovano spazio per esprimersi, entusiasmarsi ed emergere.

Para Badminton

Il Para Badminton farà il suo esordio nei prossimi Giochi Paralimpici di Tokyo.

Para Badminton

Video in inglese di introduzione al para badminton e alle sue diverse discipline

[Sport Explained: Para Badminton | Paralympic Games]

click sul link per vedere il video

Contatti

BADMINTON
F.I.Ba.
FEDERAZIONE ITALIANA
F.I.Ba.
Federazione Italiana Badminton

contatti

www.badmintonitalia.it

Dal sito della federazione (FIBa) potete cercare la società nella vostra zona:
http://badmintonitalia.it/federazione/societ%C3%A0-sportive.html

oppure trovare il referente federale per regione e provincia
http://badmintonitalia.it/federazione/organi-territoriali.html

in alternativa potete scrivere a:
federazione@badmintonitalia.it

ogni venerdì sera dalle 21 alle 22 webinar di badminton:
(D)istanti di B@dminton

A PRESTO E GRAZIE