

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГАОУ ВО «КАЗАНСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ И БИОЛОГИИ**

Н.И. Абзалов, Р.Р. Абзалов, Р.А. Абзалов

**БАДМИНТОН.
ПРАВИЛА ИГРЫ**

Учебно-методическое пособие

КАЗАНЬ, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Возникновение и развитие бадминтона.....	4
Развитие международного бадминтона.....	5
Развитие российского бадминтона.....	6
Правила игры.....	8
Основные понятия.....	8
Терминология и основные удары в бадминтоне.....	8
Корт (площадка) и оборудование.....	12
Волан.....	14
Ракетка.....	15
Экипировка.....	16
Жеребьевка.....	17
Счёт.....	17
Смена сторон.....	17
Подача.....	18
Одиночная игра.....	19
Парная игра.....	19
Ошибки поля подачи.....	21
Нарушения.....	21
Спорный.....	22
Волан вне игры.....	23
Непрерывность игры, неспортивное поведение, наказания.....	23
Судьи.....	25
Травма или болезнь во время матча.....	26
Общая тактика игры в бадминтон.....	27
Атакующие действия игроков.....	29
Защитные действия игроков.....	31
Техника безопасности на занятиях бадминтоном.....	32

Возникновение и развитие бадминтона

Бадминтон – одна из древнейших игр нашей планеты. Существует множество версий по поводу ее происхождения. Некоторые вполне определенные факты говорят о том, что современный бадминтон развился из древней игры в волан. Еще два тысячелетия назад в волан играли взрослые и дети в Древней Греции, Китае, Японии, Индии, странах Африки. В Японии была распространена игра под названием «ойбане». Она заключалась в перекидывании деревянными ракеткам «волана», сделанного из нескольких перьев и косточки высушенной вишни. Во Франции подобная игра носила название «же-де-пом» (игра с яблоком). Английские средневековые гравюры на дереве изображают крестьян, перекидывающих друг другу волан. Играли в подобную игру и в России. Об этом свидетельствуют гравюры XVIII века.

В 1650 году королева Швеции Кристина для игры в «перьевой мяч» построила корт недалеко от Рояль Палас (Королевского дворца) в Стокгольме, где она играла со своими придворными и гостями из других стран. Корт до сих пор существует в столице Швеции и сейчас является собственностью церкви.

В Англии XIX века игра в волан особенную популярность приобрела в семье герцога Бофорта. Герцог был покровителем Ассоциации бадминтона, владельцем Фронт Холл, где и сейчас находится замечательная коллекция античных ракеток и воланов.

В 1860 году Исаак Спратт опубликовал книгу «Бадминтон – Батлдор – новая игра», где были описаны ее первые правила. Современный бадминтон индийского происхождения. Он берет свое начало от игры, которая в Индии носила название «роопа». Английские офицеры, служившие в Индии, увлеклись этой игрой и, вернувшись на родину, образовали в 1875 году офицерский клуб «Фолькстоун». Первым президентом Ассоциации бадминтона стал полковник Долби, принявший активное участие в создании новых правил, в основу которых легли правила игры «роопа». Некоторые их пункты сохранились и до настоящего времени. В Англии появились новые клубы. Игра

стала популярной и в окрестностях Лондона. А ее центром стало местечко Бадминтон, от которого игра с воланом и получила новое название.

В марте 1898 года состоялся первый официальный турнир по бадминтону, а 4 апреля 1899 года в Лондоне – первый всеанглийский чемпионат. В дальнейшем чемпионаты стали очень популярными в Англии. Количество клубов с 1901 по 1911 годы возросло в десятки раз. Бадминтон стал распространяться по всей Англии и за ее пределами.

Развитие международного бадминтона

5 июля 1934 года была создана Международная федерация бадминтона (ИБФ). Сейчас в ИБФ входит более 70 стран. Федерация организует различные соревнования, основным из которых считается Кубок Томаса (по имени бывшего президента ИБФ). Он разыгрывается с 1948 года среди национальных мужских команд. Этот турнир организуют один раз в три года. Команды-участницы разбиты на зоны. Победители зональных соревнований встречаются между собой, а победитель этого турнира в финальном матче встречается с обладателем приза. Подобный турнир среди женских команд, именуемый Кубком Убер в честь известной деятельницы ИБФ, проводится с 1956 года.

С 1968 года проводится личный чемпионат, а с 1972 года – командный чемпионат Европы. Встречи национальных сборных команд обычно состоят из одиночных, парных и смешанных игр. Кроме того, Международная федерация бадминтона постоянно организует и проводит официальные личные турниры, которые входят в международный календарь.

В 1977 году в шведском городе Мальме состоялся первый официальный чемпионат мира. В настоящее время бадминтон признан олимпийским видом спорта. В 1992 году состоялся его олимпийский дебют.

В последние годы сильнейшими игроками мира являются спортсмены Китая, Кореи, Дании, Индонезии.

Развитие российского бадминтона

На международной арене российский бадминтон заявил о себе сравнительно недавно, это связано с поздним вступлением нашей страны в мировое бадминтонное сообщество, а также с тем, что до 1992 года вид спорта не был олимпийским. Первые серьёзные достижения связаны с именем выдающегося игрока Андрея Антропова, который около 50 раз становился чемпионом СССР и России. На международной арене он завоевал целый ряд титулов на этапах Кубка Европы и мира, серебро и бронзу на чемпионатах Европы, бронзу в финале Кубка мира, а также 5-е место на Олимпийских играх, которое и сегодня остается лучшим достижением России на главных стартах четырёхлетия в бадминтоне. Систематические успехи пришли к российской сборной в последнее время.

В 2008 году на Олимпийских играх в Пекине приняли участие бадминтонисты из 50 стран, в 2012 году в Лондоне – из 57 стран. В Пекине бадминтонисты из 5 стран: Китай, Индонезия, Малайзия, Дания и Япония прошли квалификацию во всех пяти разрядах. В Лондоне бадминтонисты из 7 стран: Китай, Корея, Индонезия, Дания, Россия, Япония, Тайвань прошли квалификацию во всех пяти разрядах. Из Европы только две страны: Россия и Дания.

Традиционно самое большое количество медалей у команды Китая: в Пекине 3 золотых, 2 серебряных и 3 бронзовых, в Лондоне 5 золотых, 2 серебряных и 1 бронзовая. В Лондоне, впервые в истории завоевали олимпийские медали для своих стран Япония, Россия и Индия, а команда Индонезии впервые осталась без медали. Несмотря на ужесточения в правилах квалификации на Игры 2012 года Россия впервые в истории прошла отбор во всех пяти разрядах.

Если проанализировать бадминтон как олимпийский вид спорта, можно сказать следующее: 5 дисциплин в бадминтоне – это 5 комплектов медалей на Олимпиаде: 5 первых, 5 вторых и 5 третьих мест для командного зачета страны.

Соревнования по бадминтону на Олимпийских играх – личные, программа которых состоит из 5 дисциплин.

1. Мужской одиночный разряд – 3 медали.
2. Женский одиночный разряд – 3 медали.
3. Мужской парный разряд – 6 медалей.
4. Женский парный разряд – 6 медалей.
5. Смешанный парный разряд (микст) – 6 медалей.

Итого 24 медали: 8 золотых, 8 серебряных, 8 бронзовых.

Традиционно в сборной команде России результаты выше в парных категориях, чем в одиночных. Это связано в первую очередь с трудностями в селекции игроков-одиночников. Для высокого результата нужен спортсмен с высокими функциональными возможностями, с очень редким сочетанием высоких скоростно-силовых показателей и высокими показателями мышечного чувства, определяющего точность ударов. Также важны такие качества, как психологическая устойчивость, возможность ведения боя один на один с противником в условиях стресса и постоянной депрессии. Спортсмен-одиночник, другими словами «синглист», должен обладать большими аналитическими данными. Для парных категорий нужны спортсмены с высокими скоростными и силовыми показателями, высоким уровнем возбуждения нервной системы и самодисциплины. В настоящее время в сборной нет спортсменов с хорошими модельными показателями для одиночной категории. Есть талантливые спортсмены-одиночники в резерве юношеской сборной. В парной категории создалась хорошая конкуренция в каждом разряде, что должно дать нам высокий результат в ближайшие два года.

ПРАВИЛА ИГРЫ

(Информация, в основном, взята с официального сайта Национальной федерации бадминтона России - <http://www.badm.ru>)

Основные понятия

Спортсмен - любой человек, играющий в бадминтон;

Матч - основное соревнование в бадминтоне между соперниками друг против друга по одному или по два спортсмена с каждой стороны;

Одиночная игра - матч, в котором соревнуются два спортсмена друг против друга;

Парная игра - матч, в котором соревнуются по два спортсмена с каждой стороны;

Подающая сторона - сторона, выполняющая подачу;

Принимающая сторона - сторона, отражающая подачу;

Розыгрыш - последовательность одного или более ударов, начинающихся с подачи до тех пор, пока волан не выйдет из игры;

Удар - направленное к волану движение ракетки.

Терминология и основные удары в бадминтоне

Для удобства обучения в бадминтоне и восприятия тех или иных технических элементов и действий игрока на площадке, применяется специальная терминология, которая постоянно совершенствуется и обновляется.

При обучении игровым действиям на корте используют понятия зон и половина площадки:

1. Передняя зона - пространство между плоскостью сетки и плоскостью, проходящей параллельно сетке через переднюю линию подачи;

2. Средняя зона - пространство между плоскостями, параллельными сетке, проходящими через переднюю и заднюю линии подачи;

3. Задняя зона - пространство между плоскостями, параллельными сетке, проходящими через заднюю линию подачи и заднюю линию площадки.

4. Половина площадки (левая, правая) - пространство между плоскостями, перпендикулярными плоскости сетки, проходящими через левую (правую) боковую и центральную линии.

Удары в бадминтоне и траектории полета волана.

Траектории полета волана.

Высокая - восходящая траектория с завершением в задней зоне площадки.

Высокая атакующая - волан пролетает на минимальной высоте над принимающим игроком и опускается в задней зоне площадки.

Плоская - волан летит над сеткой и опускается в заднюю зону площадки.

Нисходящая - траектория, по которой волан летит сверху вниз, пролетая непосредственно над сеткой, и опускается в среднюю или заднюю зону площадки.

Полуплоская - траектория, по которой волан некоторую часть пути летит параллельно плоскости площадки, пролетая непосредственно над сеткой, и опускается в среднюю зону площадки.

Короткая - траектория, по которой волан летит в переднюю зону принимающего игрока.

Удары из передней зоны.

Откидка - удар открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, который затем летит по высокой траектории.

Атакующая откидка - удар открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, который затем летит по высокой атакующей траектории.

Сметание - атакующий удар, выполняемый сверху по волану, находящемуся на уровне кромки сетки, движением ракетки справа налево при ударе открытой стороной ракетки и слева направо при ударе закрытой стороной.

Толчок - удар, выполняемый открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки, поступательным движением ракетки по направлению полета волана.

Подставка - удар, выполняемый открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, без придания волану вращения.

Подрезка - удар, выполняемый открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, путем придания вращения волану вокруг его вертикальной оси.

Подкрутка - удар, выполняемый открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, путем придания вращения волану вокруг его горизонтальной оси.

Перевод - косой вдоль сетки - удар, выполняемый открытой и закрытой стороной ракетки по волану, находящемуся на уровне кромки сетки и ниже, при котором волан летит вдоль сетки. Удары из средней и задней зоны площадки.

Высокий - волан летит по восходящей траектории и опускается за принимающим. Его часто используют, чтобы выиграть время в трудной ситуации и успеть занять удобную позицию в центре поля.

Высокий атакующий - волан пролетает над принимающим игроком на минимальной высоте, недоступной для отражения и опускается за ним. Применяется такой удар при подготовке атаки. Часто выполняется с паузой при замахе и является одним из эффективнейших ударов в бадминтоне, если надо заставить соперника отойти к задней линии.

Плоский - волан летит некоторую часть пути параллельно плоскости площадки, как правило, почти над сеткой, а затем, постепенно снижаясь, падает в задней зоне площадки. Применяется часто в парных играх как подготовительный удар при переходе от защиты к нападению, а также для того, чтобы заставить сдвинуться противника из центральной позиции в сторону.

Смеш (атакующий удар) - волан летит по нисходящей траектории с высокой скоростью. Этот удар имеет две разновидности: смеш - удар определенной силы и скорости и полусмеш - удар со средней скоростью полета и силой. По длине полета, когда волан падает ближе к передней зоне, его называют коротким и, когда волан падает в задней части площадки, длинным. Выполняется этот удар в завершающей стадии атакующих действий, и, как правило, этим ударом заканчивается тактическая комбинация из других ударов.

Короткий - волан летит в зону сетки принимающего игрока. Различают два типа таких ударов:

А) короткий-близкий, выполняемый мягко с пассивным движением кисти, и Б) короткий-быстрый, выполняемый активным движением кисти, как правило, подрезая волан сбоку.

При этом волан отпускается от сетки несколько дальше, но достигает цели гораздо быстрее. Эти удары заставляют соперника сдвигаться к сетке и допускать ошибки в передней зоне площадки. Кроме того, они подавляют активные действия противника, заставляют сыграть его снизу и использовать малоэффективные ответные удары.

Блокирующий - ответ на быстро летящий волан, как правило смеш, выполняется как подставка. Волан направляется в переднюю зону площадки на сетку или как сильный удар волан направляется в среднюю и заднюю зону площадки.

Кроме того, в практике бадминтона используются *дополнительные понятия*.

Нефронтальные удары - это удары по волану, пролетающему выше справа и слева от игрока.

Они составляют основную часть ударов.

Фронтальные удары - это удары в передней зоне у сетки. Выполняются они в основном с использованием предплечья и кисти, как правило, в парных играх игроками, стоящими у сетки.

Удары открытой и закрытой стороной ракетки (справа и слева по отношению к вертикальной оси тела) могут выполняться как по восходящей, так и по нисходящей траектории.

Корт (площадка) и оборудование

1. Корт (площадка) для парных и одиночных игр должен быть прямоугольным, размеченным линиями и шириной 40 мм, как показано на рисунке 2.

2. Линии, должны быть легко различимы, предпочтительно белого или желтого цвета.

3. Все линии есть часть тех площадей игрового поля, которые они ограничивают.

4. Стойки для крепления сетки должны быть высотой 1,55 м от поверхности корта. Они должны иметь достаточную прочность, чтобы оставаться вертикальными и удерживать сетку в натянутом состоянии. Опоры стоек не должны находиться на игровом поле.

5. Стойки устанавливаются на боковых линиях для парной игры, как показано на рис. 1, независимо от того, проводится ли одиночная или парная игра.

6. Сетка изготавливается из тонкого корда темного цвета и одинаковой толщины, с ячейками от 15x15 мм до 20x20 мм.

7. Ширина сетки по вертикали – 760 мм, длина по горизонтали – не менее 6,1 м.

8. Верхний край сетки обшивается лентой белого цвета шириной 75 мм сложенной пополам, внутри которой пропускается шнур.

9. Шнур должен иметь достаточную длину и прочность, чтобы обеспечить натяжку сетки на уровне стоек.

10. Верхний край сетки в центре корта должен быть на высоте 1,524 м от его поверхности и на высоте 1,55 м над боковыми линиями для парной игры.

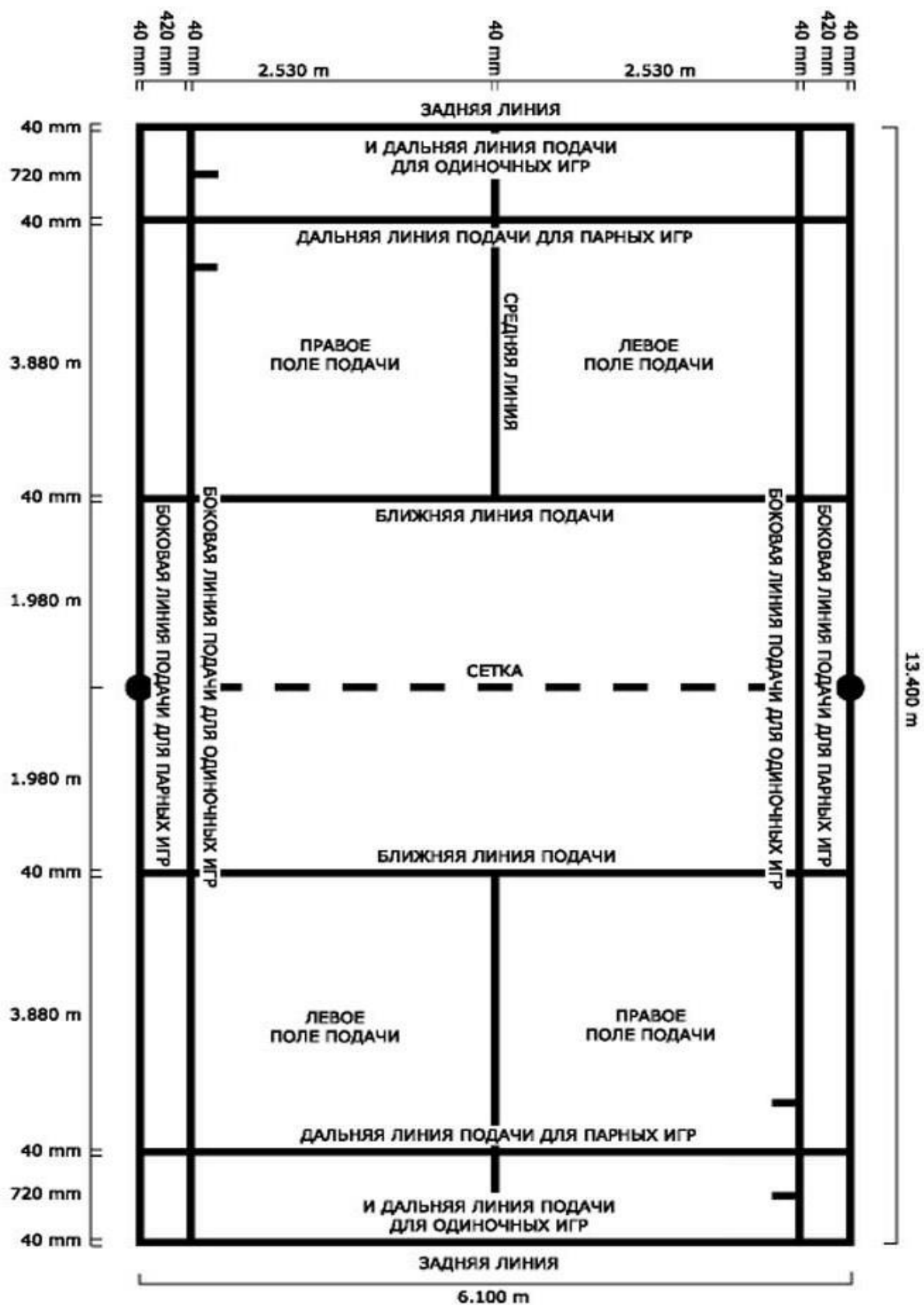


Рис. 1. Разметка корта для парной и одиночной игры

Примечание: Длина корта по диагонали для одиночной игры – 14,366 м

Длина корта по диагонали для парной игры – 14,723 м

11. Не допускается просвета (зазора) между боковой частью сетки и стойкой. Если возможно, сетку следует притянуть к стойкам по всей ширине.

12. Если невозможно разметить корт одновременно, как для парной, так и для одиночной игры (рис. 1.), корт может быть размечен только для одиночной игры. Задние линии корта становятся дальними линиями подачи, а стойки, или матерчатые ленты, их заменяющие, шириной 40 мм, располагаются на сетке вертикально над боковыми линиями.

13. Судейская вышка устанавливается у корта (площадки) посередине, как продолжение сетки, так, чтобы судья находился на расстоянии 0,5 – 1 м от стойки. Высота сиденья вышки от пола – не менее 1,55 м и не более 1,70 м.

Волан

1. Волан изготавливается из натуральных и (или) синтетических материалов. Независимо от материала, полетные характеристики волана должны быть близки к характеристикам натурального перьевого волана с пробковой головкой, обтянутой тонкой кожей.

2. Перьевого волан.

2.1. Должен состоять из 16 перьев, закрепленных в головке.

2.2. Перья должны быть одинаковой длины от 62 мм до 70 мм, которая измеряется от кончика пера до верха головки.

2.3. Концы перьев должны образовывать окружность диаметром 58 - 68 мм.

2.4. Перья прочно скрепляются ниткой или другим подходящим материалом.

2.5. Головка должна быть 25 - 28 мм в диаметре и переходить книзу в полусферическую форму.

2.6. Волан должен иметь вес 4,74 – 5,50 грамм.

3. Неперьевого волан.

3.1. Натуральные перья заменяются синтетическими материалами, имитирующими оперение.

3.2. Головка, размеры и вес волана должны отвечать требованиям, указанным в п.п. 2.2., 2.3., 2.5. и 2.6. Ввиду отличия плотности и характеристик синтетических материалов от натуральных, допускаются отклонения от указанных величин до 10%.

Ракетка

1. Размеры ракетки не должны превышать 680 мм в длину и 230 мм в ширину. Ракетка состоит из основных частей и показанных на рис. 2.

1.1. Рукоятка – часть ракетки, предназначенная для удерживания её спортсменом.

1.2. Струнная поверхность есть часть ракетки, предназначенная для удара по волану.

1.3. Головка удерживает струнную поверхность.

1.4. Стержень соединяет рукоятку с головкой.

1.5. Переходник (при наличии) соединяет стержень с головкой.

1.6. Должна быть свободна от прикреплённых предметов и выступов, кроме тех, которые используются специально для ограничения или предотвращения износа и разрыва струн, или уменьшения вибрации, или для изменения баланса, или для прикрепления рукоятки к руке спортсмена, и которые имеют разумные размеры и расположение на рукоятке;

1.7. Должна быть свободна от любых приспособлений, которые делали бы возможным для спортсмена существенно изменять конфигурацию ракетки.

2. Струнная поверхность:

2.1. Должна быть плоской и состоять из пересекающихся струн, попеременно переплетённых в местах пересечения; она должна быть однородной и, в частности, не менее частой в центре, чем в других зонах;

2.2. Должна быть не более 280 мм в длину и 220 мм в ширину, однако, струны могут быть продолжены через область, которая в иных случаях относится к переходнику, при условии, что:

2.2.1. Этот отрезок составляет не более 35 мм в ширину;

2.2.2. Общая длина струнной поверхности не превысит 330 мм.



Рис. 2. Ракетка для игры в бадминтон

Экипировка

Федерация регулирует все вопросы, касающиеся использования для игры всех видов воланов, ракеток или экипировки, соответствующих спецификации. Это регулирование может происходить по инициативе самой Федерации или по предложению любой заинтересованной группы, включая спортсменов, судей, производителей инвентаря, региональных спортивных федераций или их членов.

Жеребьевка

1. Перед началом матча проводится жеребьевка; сторона, выигравшая жребий, может выбрать между п.п. 1.1. и 1.2.:

1.1. Подавать или принимать подачу;

1.2. Начинать игру на одной или другой стороне корта.

2. Сторона, проигравшая жребий, после этого, делает оставшийся выбор.

3. Участникам, перед началом матча, предоставляется время для разминки – 2 мин.

Счёт

1. Матч проводится до выигрыша двух геймов из трёх.

2. Гейм выигрывает сторона, первой набравшая 21 очко (кроме случаев, предусмотренных в (п.п. 4. и 5.).

3. Стороне, выигравшей розыгрыш, засчитывается очко. Сторона выигрывает розыгрыш, если соперник допускает ошибку или если волан вышел из игры, коснувшись поверхности корта на стороне соперника.

4. При счёте «20-20» сторона, первая получившая преимущества в два очка, выигрывает гейм.

5. При счёте «29-29» сторона, выигравшая 30-е очко, выигрывает гейм.

6. Сторона, выигравшая гейм, первой подает в следующем гейме.

Смена сторон

1. Спортсмены должны поменяться сторонами:

1.1. По окончании первого гейма;

1.2. После окончания второго гейма (если предстоит третий гейм);

1.3. В третьем гейме, когда одна из сторон наберет 11 очков.

2. Если смена сторон своевременно не произведена, то она делается сразу же, как только это обнаружено, в момент, когда волан находится вне игры. При этом текущий счёт сохраняется.

Подача

1. При правильной подаче:

1.1. Никакая из сторон не должна допускать чрезмерной задержки выполнения подачи, когда подающий и принимающий спортсмены готовы к подаче;

1.2. Любая задержка вовремя движения ракетки вперед во время подачи (п.2.), считается ошибкой (фолт);

1.3. Подающий и принимающий должны стоять в пределах диагонально расположенных полей подачи (рис. 2.), не наступая на линии, ограничивающие эти поля;

1.4. Какая-либо часть обеих ступней подающей и принимающей должна оставаться в контакте с поверхностью корта в неподвижном положении от начала подачи (п. 2.) до совершения подачи (п.3.);

1.5. Ракетка подающего должна первоначально коснуться головки волана;

1.6. Весь волан должен находиться ниже 1,15 м от поверхности корта в момент удара по нему ракеткой;

1.7. Движение ракетки подающего спортсмена должно продолжаться только вперед от начала подачи (п.2.) до ее завершения (п.3.);

1.8. Волан должен быть направлен по восходящей линии от ракетки подающего до пересечения им верхней кромки сетки, так, чтобы, если он не будет отражен, то упадет в соответствующее поле подачи (т.е. в пределах ограничивающих его линий или на них);

1.9. Подающий не промахнулся по волану.

2. Когда спортсмены заняли свои позиции, первое движение вперед головки ракетки подающего спортсмена есть начало подачи.

3. После начала подачи (п.2.) она считается совершенной, если волан был ударен ракеткой подающего или подающий промахнулся по волану.

4. Подающий не должен подавать пока не подготовился принимающий, но последний считается готовым к приему, если он сделал попытку отразить поданный волан.

5. В парных играх, во время подачи (п.2., п.3.), партнеры подающего и принимающего могут занимать любые позиции, не перекрывающие видимость принимающему или подающему противоположной стороны.

Одиночная игра

1. подача и приём подачи.

1.1. Спортсмены должны подавать (и принимать) со своего правого поля подачи, когда подающий не имеет очков или имеет четное количество очков.

1.2. Спортсмены должны подавать (и принимать) со своего левого поля подачи, когда подающий имеет нечетное количество очков.

2. Порядок игры и позиции на корте.

В розыгрыше волан должен отражаться поочередно подающим и принимающим до тех пор, пока волан не выйдет из игры.

3. Счет и подача.

3.1. Если подающий выигрывает розыгрыш, ему засчитывается очко. Затем он снова подаёт, но с другого поля.

3.2. Если розыгрыш выигрывает принимающий, ему засчитывается очко и он становится новым подающим.

Парная игра

1. подача и прием подачи.

1.1. Спортсмены подающей стороны должны подавать со своего правого поля подачи, когда подающая сторона не имеет очков или имеет чётное количество очков.

1.2. Спортсмены подающей стороны должны подавать со своего

левого поля подачи, когда подающая сторона имеет нечётное количество очков.

1.3. Спортсмен принимающей стороны, который подавал последним, остается на том же поле, с которого подавал; его партнер – на соседнем поле.

1.4. Спортсмены не должны менять свои поля до тех пор, пока они не выигрывают очко на своей подаче.

1.5. подача, независимо от того, какая сторона подает, должна быть произведена с поля, соответствующего счету подающей стороны, за исключением случая, описанного в (п. Ошибки поля подачи).

2. Последовательность отражения волана и позиции на корте.

В розыгрыше, после отражения подачи принимающим, волан отражается тем или другим спортсменом подающей стороны с любой позиции на своей стороне сетки, а затем тем или другим спортсменом принимающей стороны, и так далее до тех пор, пока волан не выйдет из игры (п. Волан вне игры).

3. Счёт очков.

3.1. Если подающая сторона выигрывает розыгрыш, ей засчитывается очко, затем она (тот же спортсмен) подаёт с другого поля.

3.2. Если розыгрыш выигрывает принимающая сторона, ей засчитывается очко, она становится подающей стороной.

4. Последовательность подач.

В любой игре право подавать переходит последовательно:

4.1. От первого подававшего, который начал игру с правого поля подачи;

4.2. К партнеру начально принимавшего; подача должна быть произведена с левого поля подачи;

4.3. К партнеру первого подававшего;

4.4. К первому принимавшему;

4.5. К первому подавшему и т.д.

5. Ни один спортсмен не должен подавать не в очередь, принимать не в очередь или принимать две подачи подряд в одном и том же гейме, кроме случаев, предусмотренных (п. Ошибки поля подачи).

6. Любой спортсмен стороны, выигравшей гейм, может подавать первым в следующем гейме, также как любой спортсмен проигравшей стороны может принимать первым.

Ошибки поля подачи

1. Ошибка поля подачи является совершенной, если спортсмен:

1.1. Подает или принимает не в очередь;

1.2. Подает или принимает не из надлежащего поля подачи.

2. Если была сделана ошибка поля подачи, то она не исправляется и игра в этом гейме продолжается с новой расстановкой спортсменов.

Нарушения

Нарушение («фолт») имеет место, если:

1. Подача совершена не по правилам.

2. Во время подачи волан:

2.1. Попадает в сетку и повисает на её верхней кромке;

2.2. Перелетев сетку, застревает в ней;

2.3. Будет отбит партнёром принимающего.

3. Во время игры волан:

3.1. Падает вне пределов корта (т.е. не на или в пределах граничных линий);

3.2. Не перелетает через сетку;

3.3. Касается потолка или стен зала;

3.4. Касается тела или одежды спортсмена;

3.5. Касается любого предмета или лица, находящегося вне корта;

3.6. Будет пойман и задержан на ракетке, а затем брошен при совершении удара;

3.7. Будет отбит дважды последовательно одним и тем же спортсменом двумя ударами. Однако, не считается ошибкой, если волан, ударится о головку и струнную поверхность ракетки при одном ударе;

3.8. Будет отбит спортсменом и его партнером последовательно;

3.9. Коснется ракетки спортсмена и не продолжит движение в направлении поля соперника.

4. Во время игры спортсмен:

4.1. Касается сетки или стоек ракеткой, телом или одеждой;

4.2. Вторгается на сторону соперника поверх сетки ракеткой или телом. Бьющий, однако, может сопровождать волан ракеткой над сеткой в направлении удара, если первоначальный контакт ракетки с воланом был на стороне бьющего;

4.3. Вторгается на сторону соперника под сетку ракеткой или телом так, что помешает сопернику или отвлечет его;

4.4. Создает помеху сопернику, т.е. мешает ему произвести удар по волану, находящемуся выше уровня сетки;

4.5. Намеренно отвлекает соперника любыми действиями, например, выкриками или жестами;

5. Повинен в нарушениях, предусмотренных в п. Непрерывность игры, неспортивное поведение, наказания.

Спорный

1. «Спорный» объявляется судьей на вышке.

2. Перед объявлением «спорного» объявляется команда «Стоп».

3. «Спорный» назначается, если:

3.1. Подающий подает прежде, чем будет готов к приему принимающий;

3.2. При подаче одновременно нарушат правила подающий и принимающий;

3.3. Во время игры, волан:

3.3.1. Зацепляется за сетку и повисает на её верхней кромке;

3.3.2. Пролетев над сеткой, застревает в ней;

3.3. Разрушается и головка полностью отделяется от остальной части волана;

3.4. По мнению судьи на вышке, игра была прервана или спортсмен был отвлечен тренером соперника;

3.5. Судья на линии не видел, а судья на вышке не в состоянии принять свое решение;

3.6. В любой непредвиденной ситуации.

4. Если назначен «спорный», розыгрыш с момента последней подачи не засчитывается, и подававший спортсмен повторяет подачу.

Волан вне игры

Волан считается вне игры когда:

1. Он ударяется о сетку или стойку и начинает падать к поверхности корта на стороне спортсмена, выполнившего удар;

2. Он коснётся поверхности корта (в пределах ограничивающих его линий или вне их);

3. Объявлен «спорный», «стоп» или зафиксировано нарушение («фолт»).

Непрерывность игры, неспортивное поведение, наказания

1. Игра должна продолжаться непрерывно от первой подачи до завершения матча, исключая случаи, предусмотренные в п.п. 2. и 3.

2. Перерывы.

Перерывы должны быть разрешены во всех матчах:

2.1. Не более 60 секунд в течении каждого гейма, когда счет у какой-либо из сторон достигнет 11 очков;

2.2. Не более 120 секунд между первым и вторым геймами и между вторым и третьим геймами;

3. Временная остановка игры.

3.1. Когда имеют место обстоятельства, не зависящие от спортсменов, судья на вышке может приостановить игру на такое время, какое он сочтет необходимым.

3.2. В особых случаях Главный судья может приостановить игру.

3.3. Если игра приостановлена, достигнутый счет должен сохраняться и игра должна быть возобновлена с этого счета.

4. Задержка в игре.

4.1. Игра ни в коем случае не должна приостанавливаться для того, чтобы дать возможность спортсмену восстановить силы или дыхание или получить совет.

5. Советы и выходы спортсменов с корта.

5.1. Только когда волан вне игры, спортсмену разрешается получать советы во время матча.

5.2. Никто из спортсменов не имеет права покидать корт во время матча без разрешения судьи на вышке за исключением перерывов, указанных в (п. Перерывы).

6. Спортсмен не имеет права:

6.1. Намеренно вызывать задержку или приостановку игры;

6.2. Умышленно изменять форму волана с целью изменить скорость его полета;

6.3. Вести себя оскорбительно;

6.4. Совершать другие не спортивные поступки.

7. Пресечение нарушений:

7.1. Судья на вышке должен пресекать любые нарушения;

7.1.1. Вынесением предупреждения нарушителю с показом желтой карточки;

7.1.2. Объявлением «фолт» нарушителю с показом красной карточки, если он уже имеет предупреждение (т.е. желтую карточку);

7.1.3. Объявлением «фолт» нарушителю с показом красной карточки в случае грубого нарушения или нарушения п. Перерывы Правил;

7.2. При объявление «фолт» какой-либо из сторон по п. 7.1.2. или 7.1.3. Правил, судья на вышке должен немедленно доложить Главному судье, который имеет право дисквалифицировать нарушителя.

Судьи

1. Главный судья несет полную ответственность за проведение турнира или другого соревнования, частью которого является матч.

2. Судья на вышке, если он назначен, ответственен за проведение данного матча, состояние корта и за обстановку вокруг него. Судья на вышке подотчетен Главному судье.

3. Судья на подаче фиксирует нарушения, допущенные подающим, если таковые имеют место.

4. Судья на линии определяет, упал ли волан в пределах или за пределами линии, за которыми он следит.

5. Решения всех судей окончательны по тем игровым моментам, за которые данный судья ответственен, за исключением момента, в котором:

5.1. По мнению судьи на вышке, судья на линии сделал ошибку, в этом случае судья на вышке может отменить решение судьи на линии;

5.2. На том корте, где действует Система Контрольного Просмотра (JRS), она может быть использована для решения по любой линии объявлением «челендж».

6. Судья на вышке обязан:

6.1. Придерживаться Правил игры, в частности, определять «спорный», предупреждение и «фолт», когда они имеют место;

6.2. Принимать решения в спорных ситуациях, если таковые будут, до следующей подачи;

- 6.3. Чётко и громко информировать спортсменов и зрителей о ходе матча;
- 6.4. Назначать и освобождать судью на подаче и судей на линии, после консультации с Главным судьей;
- 6.5. Принимать решения по вопросам компетенции отсутствующих судей;
- 6.6. Принять собственное решение или назначить «спорный» если кто-либо из других судей на корте не в состоянии принять решение;
- 6.7. Фиксировать и сообщать Главному судье обо всех случаях, касающихся п. Непрерывность игры, неспортивное поведение, наказания;
- 6.8. Передавать Главному судье все неудовлетворительные апелляции только по вопросам Правил игры в бадминтон (эти апелляции должны быть сделаны до выполнения следующей подачи или, если это конец матча, прежде чем апеллирующая сторона покинет корт).

Травма или болезнь во время матча

1. Травма или болезненное проявление во время матча требуют заботливости и гибкости. Судья на вышке должен определить серьезность проблемы как можно скорее и вызвать Главного судью, если это необходимо, Главный судья решает кого вызвать на корт- врача или любых других лиц. Врач должен осмотреть спортсмена и сообщить ему о серьезности повреждения или болезни. Оказание помощи не должно быть поводом для чрезмерной задержки игры. Врач может быть вызван для нанесения спрея только один раз для конкретного игрока за матч, за исключением перерывов.

2. Если есть кровотечение, игра должна быть приостановлена до тех пор, пока оно не будет остановлено или пока не будет соответствующим образом обработана и защищена рана.

3. Если необходимо, в случае травмы, болезни или других непредвиденных ситуаций Главный судья должен спросить у спортсмена: «Отказываетесь ли Вы продолжать игру?», и, если он это подтвердит, объявить:

«... (фамилия спортсмена) отказывается от продолжения игры», затем «Матч выиграл..... (фамилия спортсмена/ команда соответственно ...(счет))».

Общая тактика игры в бадминтон

Игру можно разделить на подачу и приём подачи, на атаку и защиту.

Подача и приём подачи. Низкая короткая подача к центральной линии (к центру). Подающий должен уметь подавать справа и слева.

Эта подача предоставляет принимающему игроку мало времени, так как волан пролетает короткое расстояние, но, с другой стороны, для приёма подачи нет необходимости преодолевать большие расстояния, так как волан подается почти рядом с принимающим игроком. При этом ограничивает угол приёма подачи, т. е. при любом варианте, теоретически, отражённый волан проходит пределах досягаемости подающего игрока и его партнёра.

Приём подачи. Если волан принимается, ниже уровня окантовки сетки, принимающий подачу может применять следующие ответные удары:

- в тело игрока, подающего подачу, или по углам сетки, заставляя противников сдвигаться к боковым линиям:

- низкая скрытая «свеча», которая обычно подается глубоко под удар противников слева.

Если волан принимается на уровне окантовки сетки или выше окантовки, принимающий может применять следующие ответные удары:

- флеш (атака стрелой);

-удар толчком в полполя площадки, к боковым линиям, заставляя противника:

а) поднять волан вверх;

б) освободить часть площадки от защиты;

в) создать сомнение в том, кому из противников (подающему или его партнеру) следует играть в создавшейся ситуации;

г) играть высокую «свечу» назад - удар в правую часть тела подающего партнёра и тем самым или сразу же выиграть или вынудить подающего партнёра выполнить стеснённый удар.

Низкая подача к боковой линии. Эта подача может быть одним из вариантов вышеуказанной подачи, она заставляет принимающего отойти от своего основного положения в сторону площадки. При этой подаче можно послать волан подальше от ракетки принимающего, при которой довольно трудно отразить волан. Но в то же время эту подачу трудно подать точно и трудно обмануть принимающего. Кроме того, принимающий может более активно сделать ответный удар в открытое место вдоль линии и резко по диагонали. Более уверенно эта подача играется в левую половину площадки, так как волан приходится принимать слева и наиболее вероятный ответный удар последует под более сильный удар подающего или его партнера справа.

Приём короткой подачи к боковой линии.

При приёме такой подачи следует воспользоваться открытыми углами площадки как по прямой линии подающего, так и по диагонали в крайний левый угол площадки противника. Следует выждать и определить, куда перемещается противник, и в соответствии с этим ударить волан в правую или в левую сторону площадки.

Щелчок-подача (лёгкая или хлесткая подача).

Эта подача применяется как вариант подачи в парной игре для того, чтобы сместить игрока, принимающего подачу, назад и устранить угрозу преобладания противника на сетке, вынудить соперника, ввиду неожиданности, произвести слабый ответный удар или выполнить высокий защитный удар. Можно сразу же выиграть очко, так как противник не успевает отойти назад и произвести удар. Эта подача может производиться к центру и к боковой линии.

При приёме подачи в центре ограничивается угол ответного удара, и создаются затруднения в возвращении игрока к сетке.

При приёме волана у боковой линии принимающий игрок уходит очень далеко от сетки, от своего центрального места. В то же время некоторые игроки

хорошо освоили ответный удар на эту подачу в крайний задний правый угол площадки подающего и имеют достаточно времени для своего возвращения в центральное место.

Отражение щелчка-подачи при подаче к центру.

Если принимающий своевременно отойдёт к месту парашютирования волана, то он сможет выполнить атакующий удар - смеш по центру в ноги или в тело подающего игрока. Если принимающий несколько задержится, то он должен играть укороченный по центру или быструю «свечу» в левый угол площадки подающего игрока.

Если же принимающий игрок переместится в точку удара поздно, то надо играть высокую защитную «свечу», чтобы иметь время для возвращения в центральное положение. Во всех случаях, когда подача идёт низко над сеткой, то атакующий удар - смеш не выполним, поэтому лучше играть укороченные удары или глубокие (защитные) «свечи» подальше от партнёра подающего игрока.

Атакующие действия игроков

Применяется между задней линией подачи и задней линии площадки в следующие удары:

1. Медленный укороченный удар играть в центр, провоцируя несогласованность среди противников. Можно также играть к более медлительному или к более способному противнику.

2. Атакующая свеча должна игратьсь довольно низко, но не должна быть она перехвачена и направляется в левую сторону площадки, или ближе к медлительному и менее сильному партнеру противника в ожидании укороченного удара.

3. Полусмеш или смеш с подрезкой должен направляться точно и под таким углом, чтобы обеспечить непрерывную атаку.

Все три удара выполняются с целью выигрыша, или заставить противника ошибиться или поднять волан над сеткой.

Для проведения атаки между задней и передней линиями подачи и ее поддержания выполняются следующие удары:

1. Смеш в правую часть тела ближайшего игрока или в место свободное от противника. При выполнении удара смеш необходимо ожидать диагональных ударов и всегда учитывать угол вероятного ответа на смеш. При ударе в тело игрока надлежит вынуждать его к ошибке, стараться выполнять диагональные удары с обычным замахом вправо или влево. При смеше уметь изменять скорость и направление полета волана.

2. Плоские удары стараться выполнять, как указано ранее, но остерегаться при этом перехватывания волана, так как при таком перехвате возможная потеря атаки.

3. Укороченные удары и атакующие быстрые «свечи» применяются как обманные, неожиданные, случайные.

Между линией передней зоны и сеткой игроку всегда нужно держать ракетку вверх на высоте окантовки сетки (кромки сетки) и выполнять следующие удары:

1. Волан необходимо посылать лёгким ударом, слегка касаясь его. Волан должен быть направлен или в тело противника, или на свободное место. В этом случае более крутой угол ответного удара важнее, чем скорость, поскольку быстрый плоский удар или может попасть на ракетку противника, или вылетит за линии площадки.

2. Ракетка удерживается в руке ослабленной хваткой, волан посылается вяло и так, чтобы он падал почти вертикально вниз, как можно ближе к сетке на стороне противника.

Примечание.

При выполнении диагональных смешей (косых смешей) и укороченных ударов по диагонали надо помнить, что волан летит дольше времени. Сила удара и скорость волана несколько уменьшаются, и это дает противнику возможность подготовиться для отражения атаки и выбора места, куда может

быть отражён волан (свободное место на площадке). Диагональные (косые) удары следует выполнять тогда, когда на площадке противников образовалось свободное от защиты место. Не следует применять диагональные и плоские удары у сетки в том случае, когда противнику их легко перехватить.

Защитные действия игроков

Между задней линией площадки и линией задней зоны единственным защитным ударом из этой зоны является «свеча». Если потеряно равновесие, то «свеча» должна быть прямая, далёкая и очень высокая, чтобы иметь время занять основную защитную позицию в середине площадки.

Между задней и передней линиями подачи защитные действия от атакующего удара - смеша или плоского удара противника выполняются следующими ударами:

1. Скрытой «свечой», при этом «свеча» должна быть достаточно высока, чтобы избежать её перехватывания, и различной по направлению, чтобы атакующий удар - смеш передвигался из одной стороны площадки в другую.

2. Укороченными ударами в разные углы сетки или в полполя быстрыми ударами (плоскими диагональными) или ударами в тело противника, пробившего плоский удар - смеш.

3. Подставкой (лёгким ударом) в ответ на плоский удар - смеш. Для выполнения этих ответных защитных ударов необходимо занимать место, приближённое к сетке, высоко удерживать ракетку и перехватывать воланы над сеткой, движением кисти направлять волан или круто вниз в тело противника, или направлять волан на свободное место.

Отражение толчка-удара при атаке противника производится следующими ударами:

1. Если волан на высоте окантовки сетки, применяется ответный толчок волана.

2. Если волан ниже уровня окантовки, то проводится очень аккуратная подставка.

Защита между линией передней зоны и сеткой когда волан принимается с самого пола. В этом случае следует выполнить скрытую «свечу», но довольно высокую, чтобы иметь время для восстановления равновесия.

Если же игрок находится в равновесии, то надо играть «свечу» так, чтобы её не мог перехватить противник, но при этом направлять свечи в разные стороны к боковым линиям площадки, вынуждая противника сделать ошибку.

Если волан принимается у самой окантовки сетки, то надо выполнять удар в один из углов площадки, не поднимая волан вверх.

Техника безопасности на занятиях бадминтоном

1. Общие требования безопасности на занятиях по бадминтону.

Для занятий бадминтоном спортивная площадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности:

- стойки для игровой сетки надежно закреплены и находятся в устойчивом состоянии;

- площадка должна быть чистой и освещаться согласно нормам, так чтобы свет не ослеплял занимающихся во время выполнения упражнений;

- площадка должна быть расположена так, чтобы расстояние от задней линии до стены или трибуны не менее 1,5 метра, а от боковой линии до стены или трибуны не менее 1 метра. Высота потолка не менее 7-8 метров.

К занятиям допускаются студенты:

- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- волосы аккуратно подобрать с помощью резиночки;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения педагога;

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

-знать и соблюдать простейшие правила игры;

-знать и выполнять настоящую инструкцию.

2. Требования безопасности перед началом занятий по бадминтону.

Студент должен:

- под руководством педагога подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

- проверить надёжность крепления сетки и стоек для игры в бадминтон;

- провести разминку под руководством педагога.

3. Требования безопасности во время занятий по бадминтону.

- Не выполнять упражнения без предварительной разминки.

- Не выполнять упражнения сломанной ракеткой и разорванным воланом.

- При выполнении прыжков и соскоков с гимнастических скамеек приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

- Педагог должен стоять так, чтобы было обеспечено безопасное расстояние от его ракетки до студентов.

- Во время разучивания ударов сверху и с боку, которые выполняют обучающиеся с ракетками или другими предметами, расстояния между ними должно быть не менее 2-2,5 метра в зависимости от антропометрических данных студента.

- Не выполнять упражнения с ракеткой при влажных ладонях.

- При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

- Перед выполнением упражнений по метанию мяча или волана необходимо следить, нет ли рядом людей в секторе метания.

- Не производить метания без разрешения педагога, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

- Не находиться в зоне метания, не ходить за воланами или мячом без разрешения педагога.

4. При выполнении упражнений в движении обучающийся должен:

- избегать столкновений с другими обучающимися, «перемещаясь спиной» смотреть через плечо;
- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны площадки (зала).

5. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Обучающийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность педагога (тренера);
- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению педагога поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

6. Требования безопасности по окончании занятий.

Обучающийся должен:

- под руководством педагога убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;

- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

- тщательно вымыть лицо и руки с мылом или принять душ.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.