



# BADMINTON



# ÚVOD

---

- dynamická hra
- rychlé změny směru
- rychle se rozšiřující mezi veřejností
- badminton = hra pro každého („hobby“)
- vhodné jako rekreační sport pro širokou populaci – prevence zdraví

# POPULARITA BADMINTONU

---

- badminton je pátým **nejpopulárnějším** sportem na světě – s více než 200 miliony hráči na celém světě
- badminton je **nejrychlejší** raketovým sportem – rychlost smetče přesahuje i 300km/hod (závodní badminton)

- indická hra „Poona“, do Evropy přivezl koncem 19. století anglický důstojník. Na svém sídle Badminton House uspořádal v roce 1873 první turnaj.



- Olympijskou premiéru badmintonu na OH 1992 v Barceloně sledovalo u televizních obrazovek více než 1,1 miliardy lidí.
- V 60. letech 20. století se dostává badminton do ČSSR.
- V současné době registruje Český badmintonový svaz (ČBaS) 4 500 hráčů sdružených ve 150 oddílech.

# VĚKOVÉ KATEGORIE

- U 13
- U 15
- U 17
- U 19
- dospělí
- veteráni (od 35 let)

# DISCIPLÍNY

- dvouhra mužů
- dvouhra žen
- čtyřhra mužů
- čtyřhra žen
- smíšená čtyřhra (mix)

Družstva: 8 zápasů: 3x DM, 1x DŽ, 2x ČM,  
1x ČŽ, 1x MIX

# SOUTĚŽE

## Jednotlivci:

- Mistrovství světa, Mistrovství Evropy
- Super Series
- Grand Prix Gold
- Grand Prix
- International Challenge
- International Series
- Future Series

## Družstva:

- Thomas Cup, mezinárodní soutěž družstev mužů - obdoba tenisového Davis Cupu
- Uber Cup, mezinárodní soutěž družstev žen
- Sudirman Cup, mezinárodní soutěž smíšených druž

# SOUTĚŽE - ČR

## Jednotlivci:

- Mistrovství ČR
- Grand Prix A
- Grand Prix B (pouze dospělí)
- Grand Prix C
- Grand Prix D

## Družstva:

- Extraliga
- I. liga (východ, západ)
- II. liga (oblastní soutěže)
- III. liga (krajské soutěže)
- IV. liga (městské soutěže)

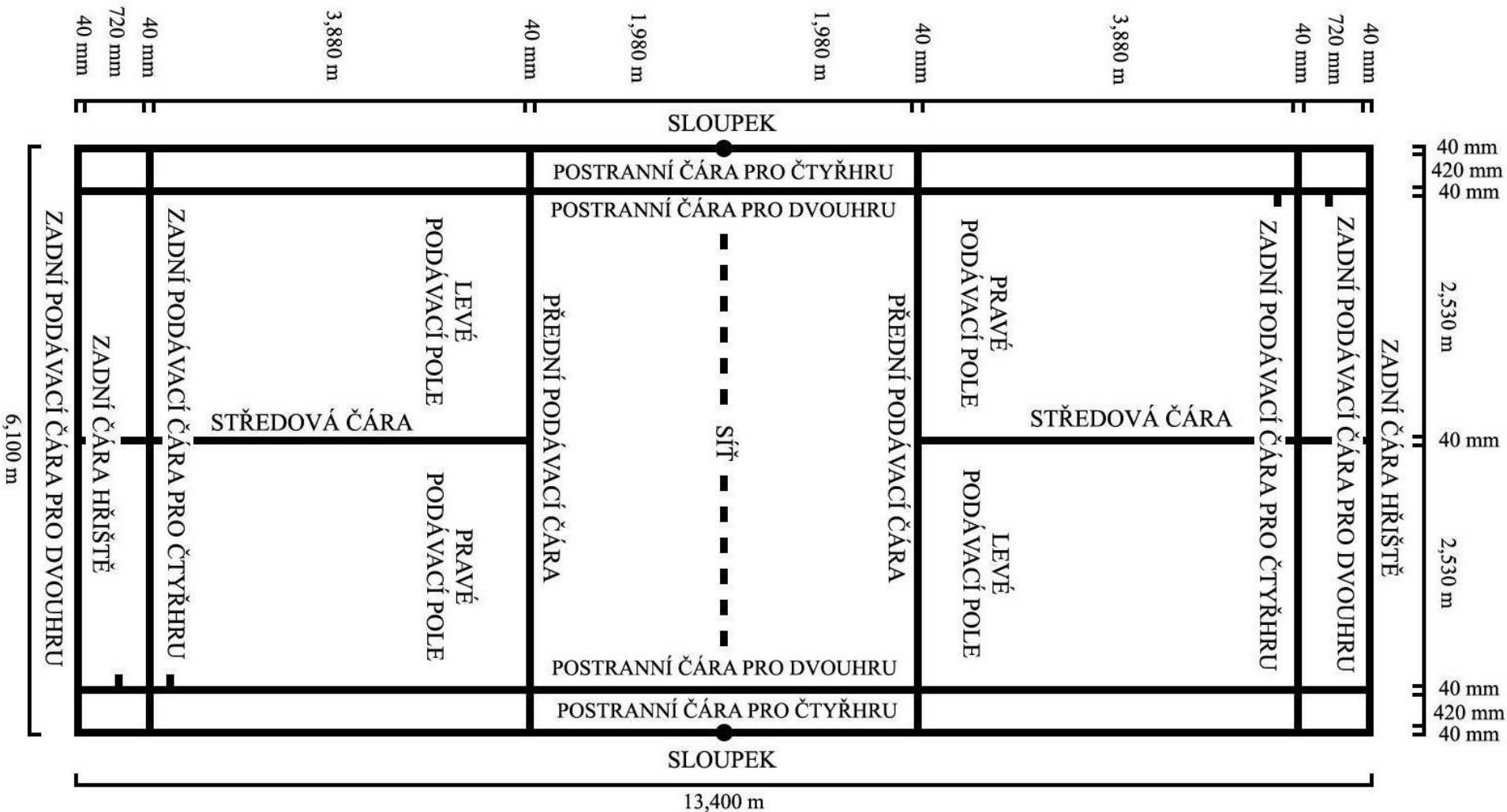


# PRAVIDLA

---

- K 01.01.2006 změna pravidel a hlavně **systemu počítání** (zatraktivnit hru, zrychlit, zpřehlednit, zjednodušit a udělat přitažlivější pro diváky).
- **Zápas** se hraje na **dva** vítězné sety. Ve všech disciplínách vítězí strana, která jako první získala **21** bodů.
- Za stavu **20:20** strana, která první dosáhne **dvoubodového** vedení, vyhrává set. Za stavu **29:29** strana, která získá **30**.bod, vyhraje set.

# KURT



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost



Jihomoravský kraj

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

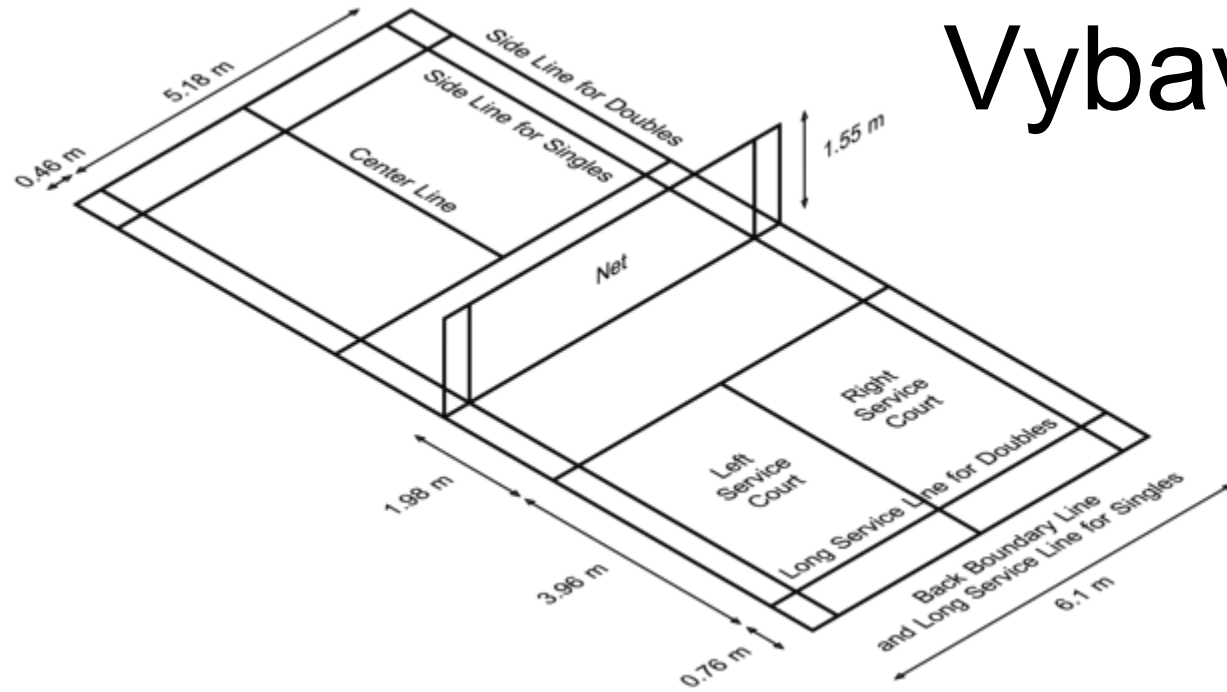
---

# KURT

---



# Vybavení



Badmintonový kurt (novylon)

# BADMINTON – VHODNÉ VYBAVENÍ

---

## RAKETY:

- mohou být z různých materiálů
- pro výuku doporučujeme rakety lehké a pružné (lepší manipulace, odehrání míčku)
- důležitý je výběr rakety: hmotnost (pod 100g, bez krčku, pružnost, pevný výplet – aby se míček nedostal mezi struny)



# BADMINTON – VHODNÉ VYBAVENÍ

---

## MÍČKY:

- mohou být buď plastové, nebo péřové
- pro výuku doporučujeme míčky plastové (jsou odolnější, déle vydrží)
- důležitý je výběr míčků: rychlost, kvalita – správné letové vlastnosti
- 3 rychlosti: červený, modrý a zelený proužek



# BADMINTON – VHODNÉ VYBAVENÍ

---

- Dejte si pozor při koupi míčků, bohužel se v obchodních sítích vyskytuje hodně nekvalitních míčků, které nesplňují základní letové vlastnosti.
- Je důležité, aby míček měl korkovou hlavičku a kvalitní plastovou sukénku.
- Proto doporučujeme vybavení nakupovat ve specializovaných prodejnách nebo si tam nechte alespoň poradit.
- Cena kvalitního plastového míčku se pohybuje asi od 40 Kč/kus. Míček musí při letu držet směr.

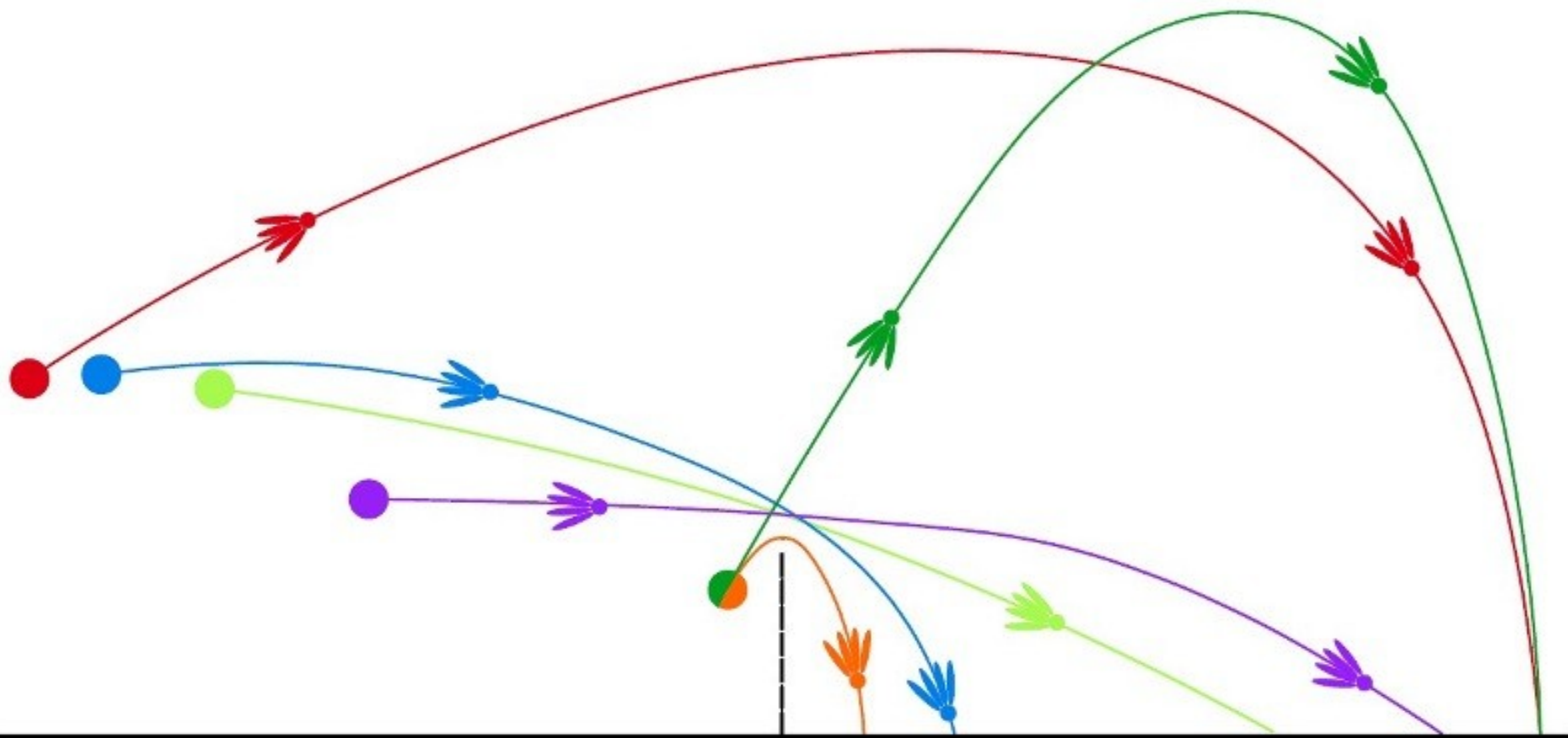
# ZÁKLADY TECHNIKY

---

- Naučit držení rakety.
- Naučit podání.
- Základní pohyb po kurtu – výpad na pravou.
- Rotace předloktí.



# BADMINTONOVÉ ÚDERY



● KLÍR    ● DROP    ● SMEČ    ● DRAJV    ● LOB    ● KRAŽAS

# UČENÍ NOVÉHO ÚDERŮ

- pedagog ukáže a popíše úder
- žáci zkouší úder bez míčku na místě (pedagog opravuje)
- multifeeding z místa (nahazování míčků)
- multifeeding s pohybem
- nácvik úderu ve dvojici
- jednoduchá kombinace
- složitější kombinace
- zápas (bonusové body za ukončení výměny nově naučeným

# BADMINTON ve školní TV – bezpečnost a prevence poranění



- prostředí: tělocvična, hala (bez překážek)
- podlaha zametená
- vhodná obuv (nesmí klouzat)
- rakety (nosit a pokládat opatrně)
- míče (raketa nahoře, možné poranění oka)
- rozcvička



# BADMINTON ve školní TV – hodina



- úvod: říct žáků co bude cílem hodiny
- zahřátí (rozcvička) honičky
- hry s míčkem bez rakety
- hry s raketou i míčkem (pinkání, štafety)
- badmintonová cvičení
- zápasy formou soutěží
- zklidnění
- ukončení (zhodnocení hodiny)



# BADMINTON jako REGENERACE

---

- doplňkový sport téměř pro všechny „neraketové“ sporty
- lze zvolit formu hry s nízkou intenzitou
- psychické odreagování od stereotypu (zábavné hry)
- pozor jednostranná zátěž !

# DALŠÍ MATERIÁLY

## ELPORTÁL



**Mendrek, T., Novotná, M. Badminton. Praha: Grada, 2007.**



[www.czechbadminton.cz](http://www.czechbadminton.cz)



[www.badec.cz](http://www.badec.cz)



Raketové sporty (badminton, squash) ve školní TV. A proč ne?

# KONTAKT

---

---

bernacikova@fsps.muni.cz



Jihomoravský kraj

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ