

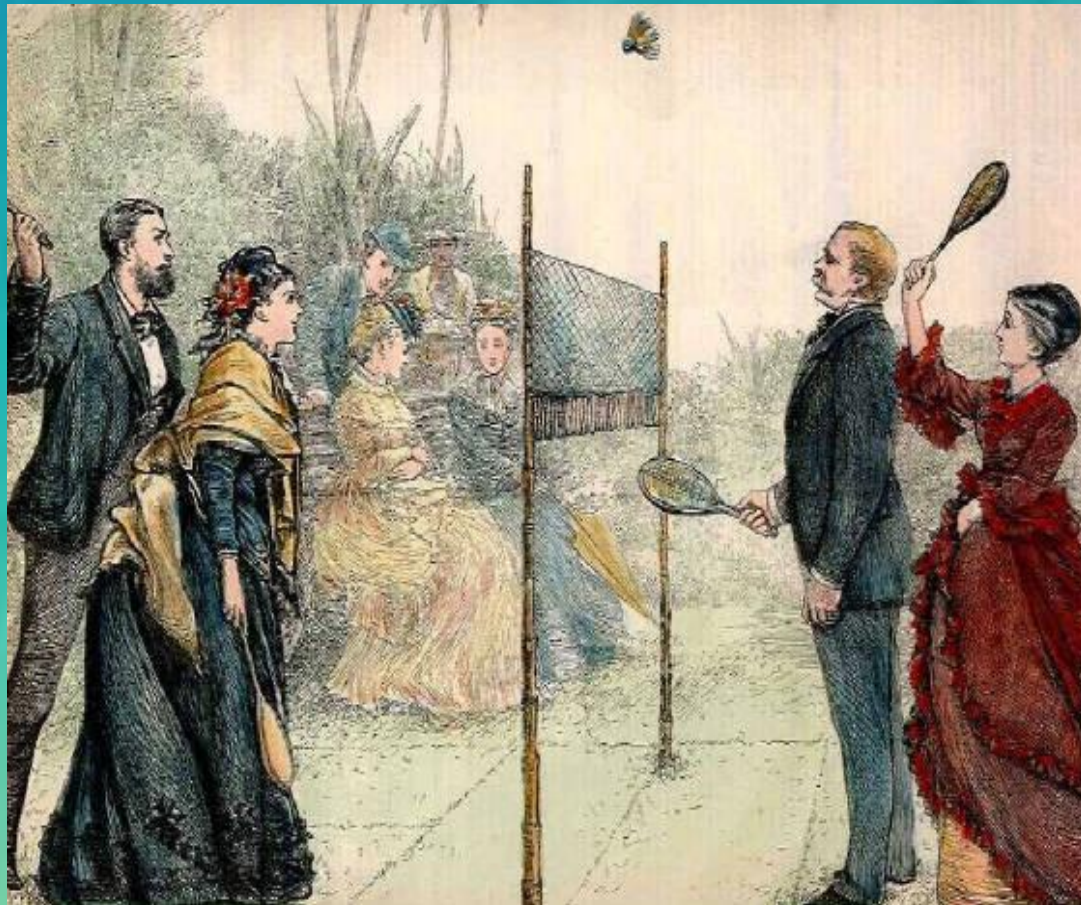
Бадминтон

Орлова И.Г.



Бадминтон

История возникновения



Бадминтон -одна из древнейших спортивных игр в мире. На сегодняшний день считается, что современный бадминтон берет свое начало от индийской игры "Пунае", в которую играли более трех тысяч лет назад, в Древней Греции, в Индии в Японии и др. странах. Правда, воланчик отбивали руками и ногами.

Деревянные ракетки придумали японцы.

Воланчики у японцев тоже были необычными. Их делали из вишен. В ягоду втыкали несколько гусиных перьев, после чего высушивали на солнце.



Современный бадминтон

Очень давно современный бадминтон, с ракетками и мячом с перьями, привез в Англию из Индии английский герцог Бофорт. Игру продемонстрировали публике, и она сразу приобрела многочисленных поклонников, получив название "бадминтон". Вскоре были изданы первые правила игры.

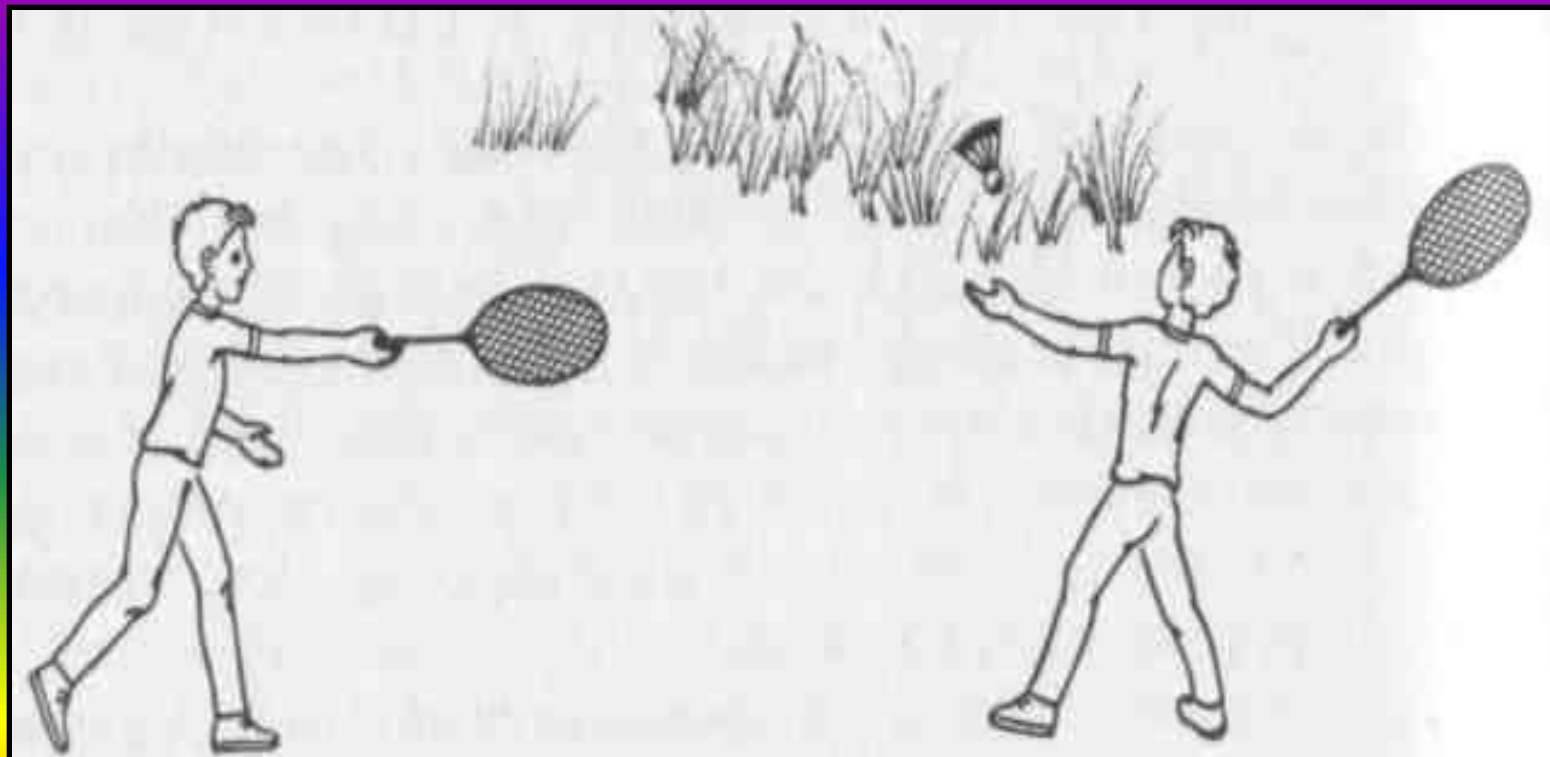
Первопроходец отечественного бадминтона



- *МАРКОВ Олег Михайлович*, (1921—2005) — первый государственный тренер СССР по бадминтону.
- Это он привез замечательную игру бадминтон в нашу страну из Китайской Народной Республики.
- Он явился инициатором и принял участие в разработке конструкции отечественной бадминтонной ракетки «Ласточка».



Бадминтон - спорт № 1
в отряде подготовки
космонавтов. «Люблю
играть в бадминтон, -
говорил Ю. А. Гагарин,
- это хорошая игра, она
дает основательную
нагрузку». Сильнейшие
клубные команды
страны ежегодно
разыгрывают почетный
приз – Кубок
Космонавтов.



Цель игры

Цель игры — не допустить падения волана на своей площадке и приземлять его на стороне противника.. Если один ребенок допустил ошибку (волан упал на его стороне, или он не перебросил его через сетку), то другой получает очко.

Игра продолжается до тех пор, пока один из играющих не наберёт 10-15 очков.

Инвентарь



Ракетки -
изготавливаются
из алюминия,
стали,
химических
сплавов,
углепластика и
даже титана.
Струны для
ракетки
изготавливаются
из
синтетического

Строение ракетки

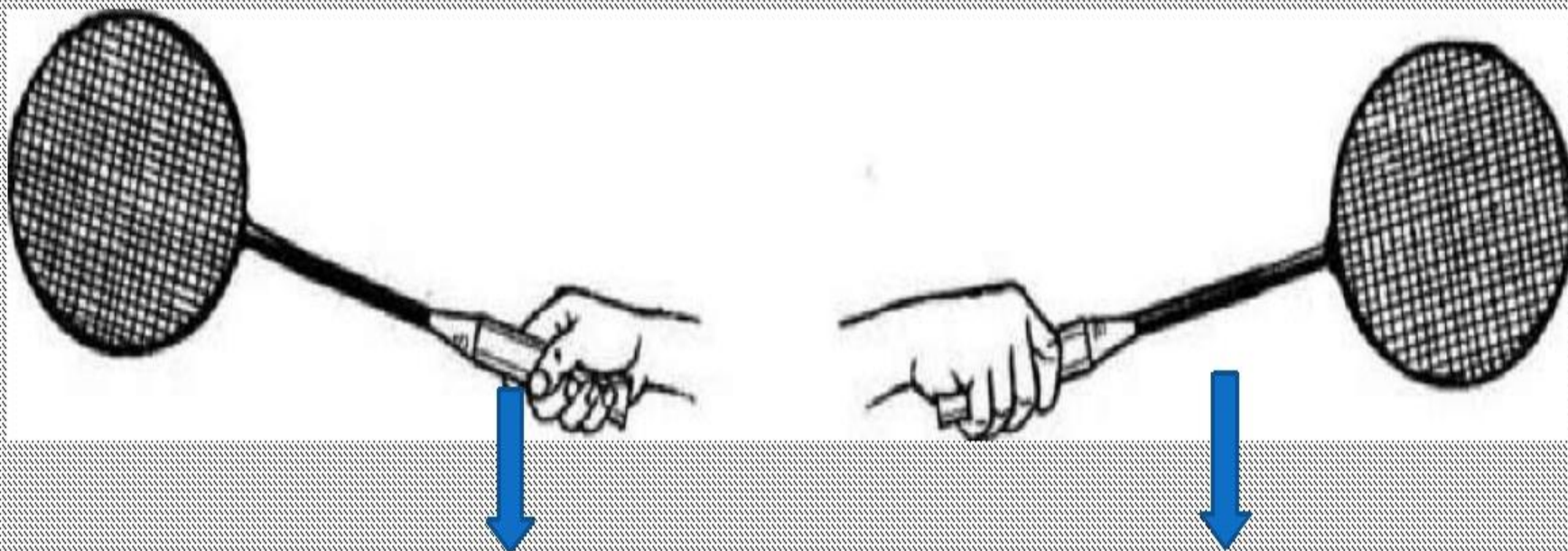


Головка ракетки

Ручка



Стороны ракетки



- Лицевая сторона
сторона

Тыльная

Волан

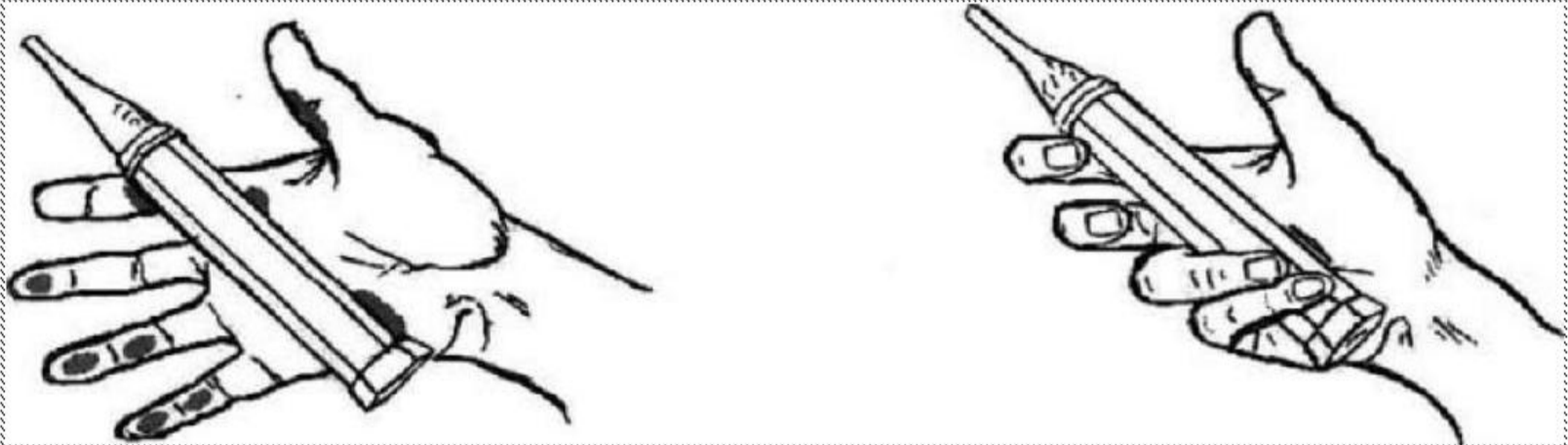


Волан - может быть сделан как из натуральных, так и синтетических материалов.

Головка натурального перьевого волана выполнена из пробки, покрытой оболочкой из тонкой кожи. Хвост волана состоит из 16 гусиных перьев. Чаще используется профессиональными спортсменами.

Пластиковые воланы используются для любительской игры или для тренировок .

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РАКЕТКУ



Ракетка в руке – это птичка в ладони, держите ее так, чтобы не задушить, но и не давите ей выпорхнуть. Ракетку держите в правой руке так, чтобы конец ручки упирался в основание ладони, большой палец слегка вытянут вперед и упирается в ручку ракетки.

Значение

Регулярные занятия бадминтоном улучшают состояние здоровья:

- являются профилактикой заболеваний сердца;
- укрепляют крупные группы мышц
- развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость, гибкость;
- являются полезной гимнастикой для глаз;
- повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий;
- ребенок учится согласовывать свои действия с действиями товарищей;
- воспитывают сдержанность, самообладание, ответственность, волю и решительность;
- снимают нервное напряжение, помогают свободному выражению эмоций;
- расширяют кругозор, пополняют и обогащают словарный запас такими словами, как «ракетка», «волан», «стойка» ;
- увеличивают продолжительность жизни;
- положительные эмоции.



От души рекомендую всем – играйте чаще!!!



Спасибо за внимание !!!