



# BADMINTON



- Badminton je **nejrychlejším** raketovým sportem – rychlost smeče přesahuje i 300km/hod; neoficiální světový rekord drží malajský deblový specialista Tan Boon Heong, který při testování nových raket zasměčoval rychlostí 421km/hod.
- Badminton je pátým **nejpopulárnějším** sportem na světě – s více než 200 miliony hráči na celém světě (157 národních federací sdružených ve BWF na 5 kontinentech)



- 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:

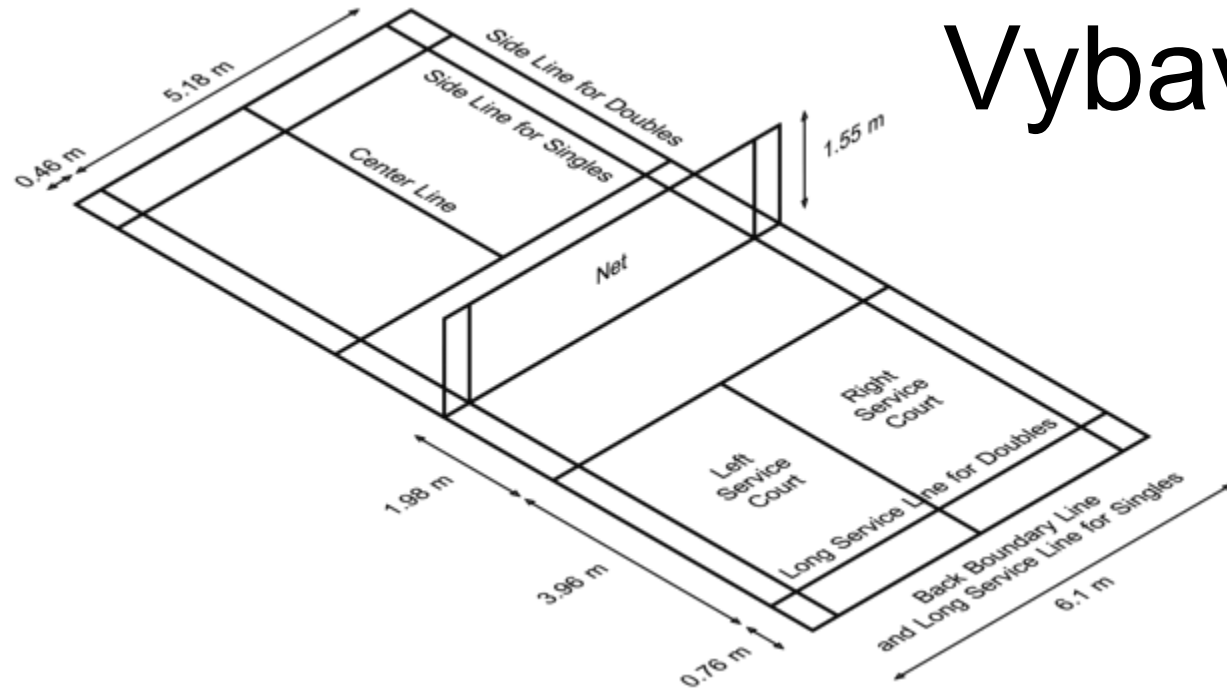
- Extraliga
- I. liga (východ, západ)
- II. liga (oblastní soutěže)
- III. liga (krajské soutěže)
- IV. liga (městské soutěže)

# 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.***



# 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:

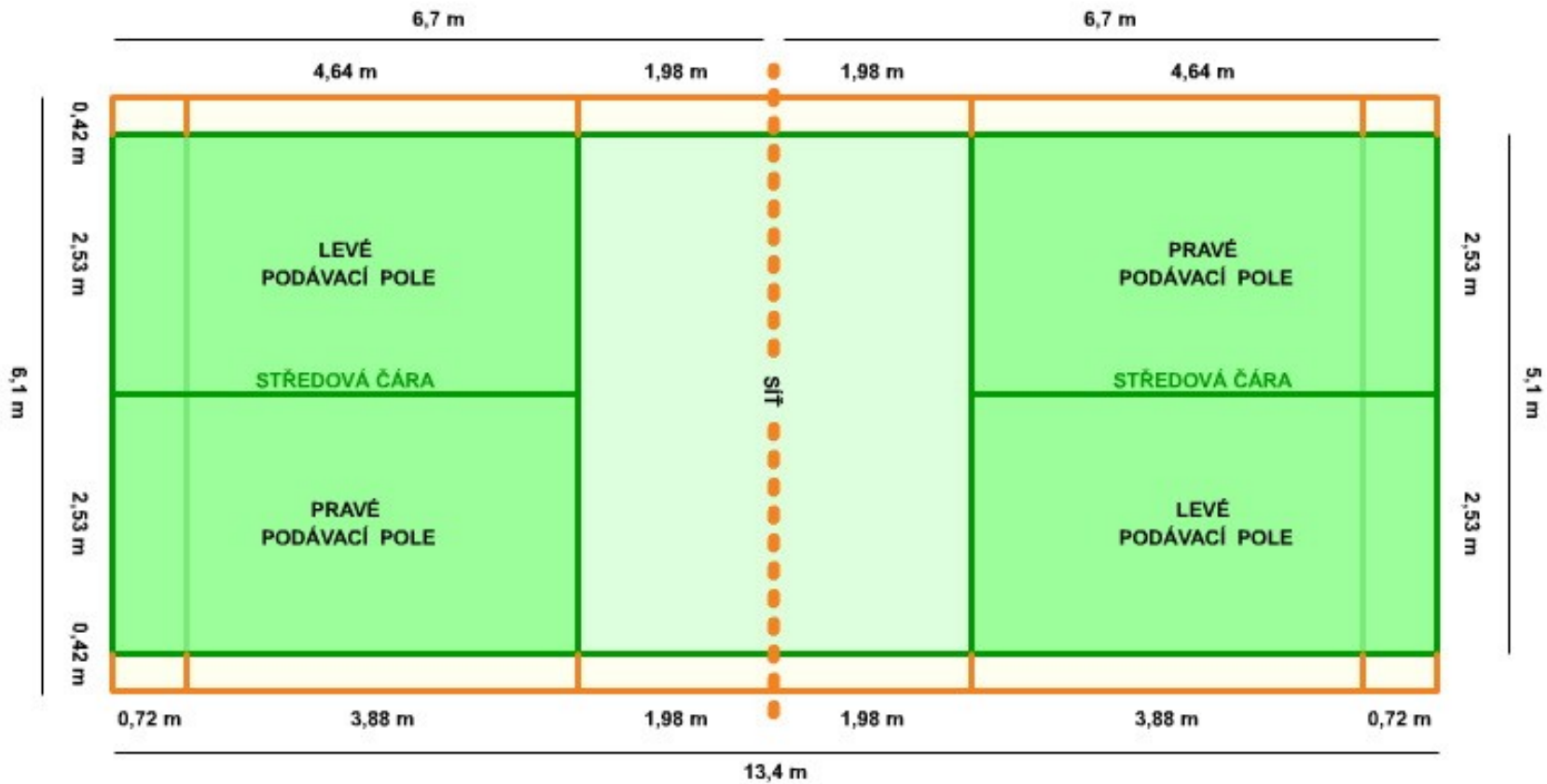
- mohou být buď plastové, nebo péřové
- pro výuku doporučujeme míčky plastové (jsou odolnější, déle vydrží)
- důležitý je výběr míčků: rychlost, kvalita – správné letové vlastnosti
- 3 rychlosti: červený, modrý a zelený proužek



# 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.



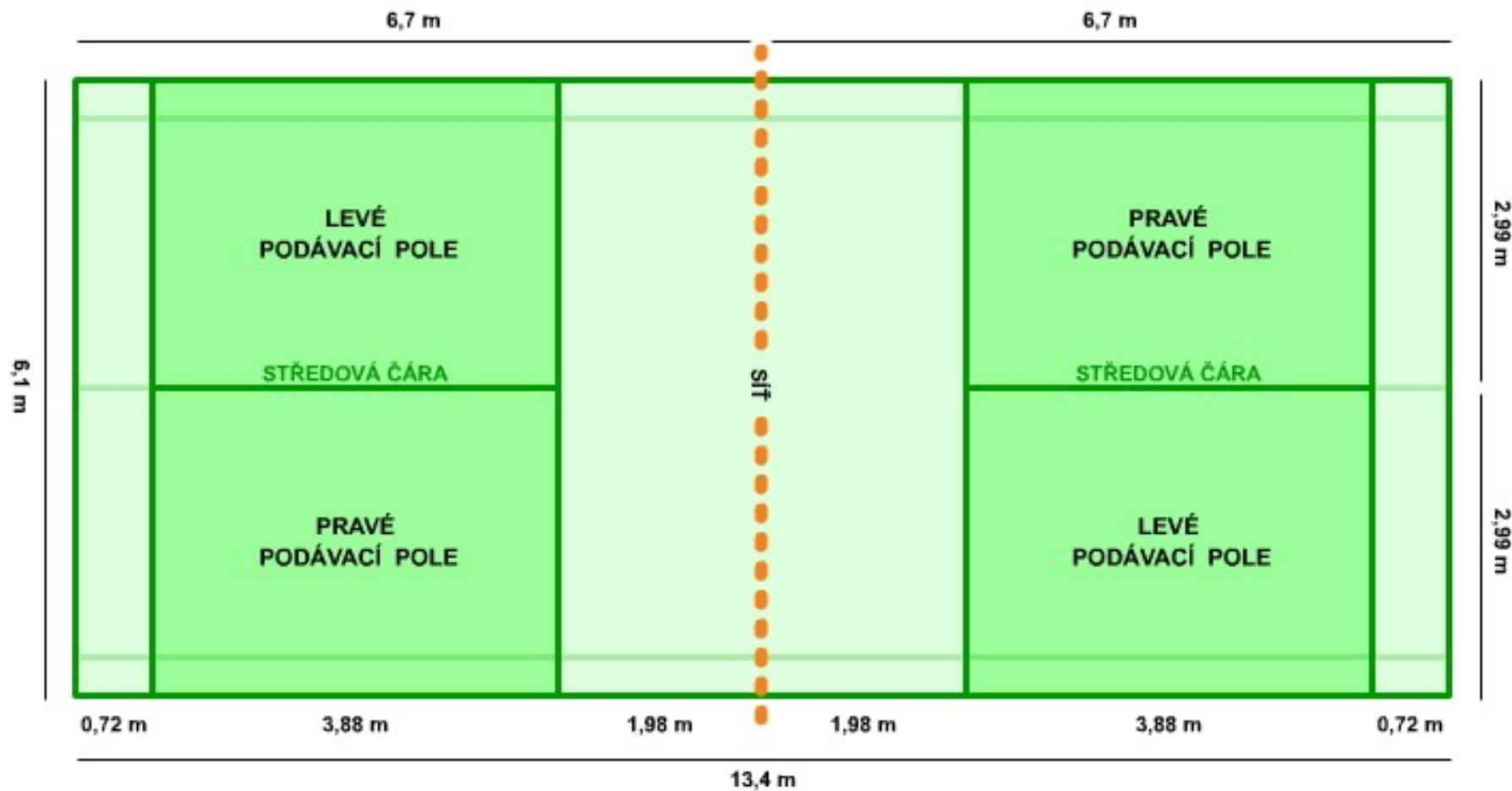
tloušťka čar je 0,04 m



prostor pro podání



hrací plocha



tloušťka čar je 0,04 m



prostor pro podání



hrací plocha

- hráčská inteligence
- anticipace
- anticipace
- cit pro hru
- schopnost koncentrace

**PSYCHICKÉ**

- specifické úderové dovednosti: podání, klír, drop, smeč, „kratás“, drajv, obrana
- specifický pohyb po kurtu

**TECHNICKÉ**

- somatotyp: převaha mezomorfní složky

**SOMATICKÉ**



- analytické schopnosti
- výběr optimálního řešení
- strategie

**TAKTICKÉ**

- rychlost (reakční, akční)
- síla (explozivní)
- vytrvalost (aerobní, anaerobní)
- koordinace (orientační, diferenciační, synaptická, adaptační)
- flexibilita kyčelního a ramenního kloubu

**KONDIČNÍ**

- regenerace
- kvalita sportovního náčiní (míček, raketa)

**OSTATNÍ**

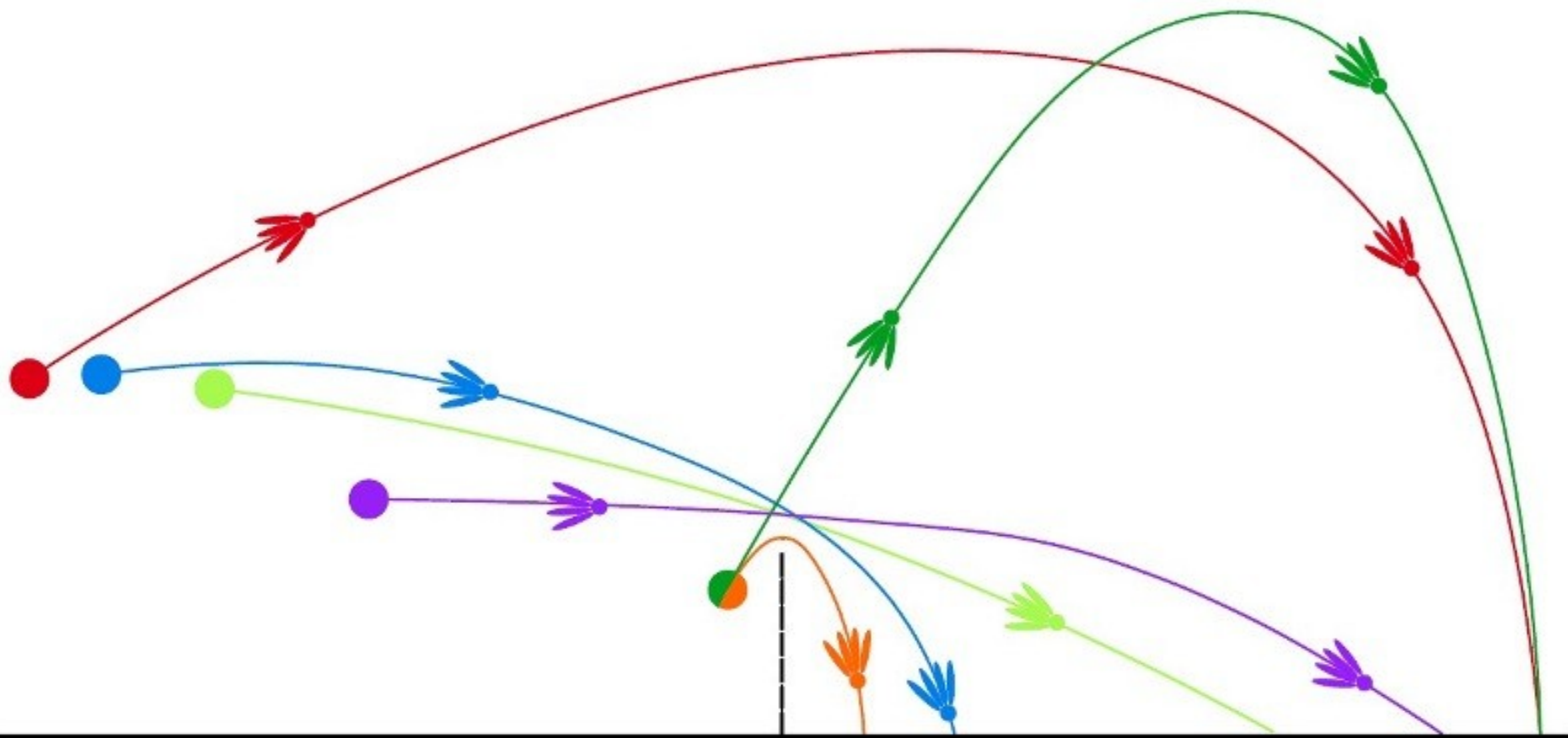
# ZÁKLADY TECHNIKY

---

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



# BADMINTONOVÉ ÚDERY



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

# 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)



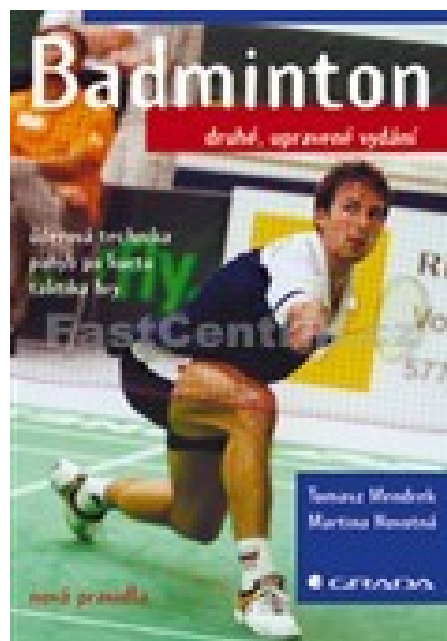
# BADMINTON ve školní TV – hodina



- úvod: říct žáků co bude cílem hodiny
- zahřátí (rozcvička a rozehrávka na kurtech)
- opakování z předchozí hodiny
- hlavní téma: nový úder (např. lob)
- hry
- zklidnění
- ukončení (zhodnocení hodiny)



# 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?





**SPEEDMINTON**

# SPEEDMINTON

- založen v roce 2002 v Německu (fun sport)
- sport bez hranic, bez sítě, bez jakýchkoli prostorových omezení
- je hra, kterou můžete hrát kdykoli a kdekoli – na pláži, v parku, na tenisovém kurtu a dokonce i v noci



# SPEEDMINTON

- fun & freestyle
- hra venku
- hra v hale
- noční hra
- blackminton

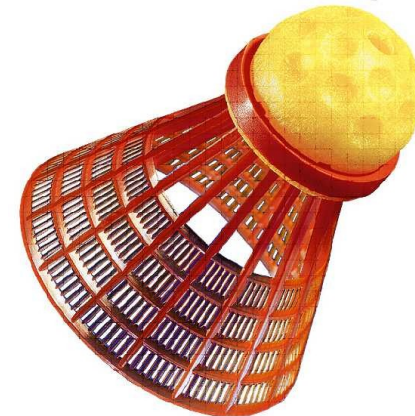
# SPEEDMINTON - pravidla

- Zápas je na tři vítězné set (best of three).
- Hra končí když jeden z hráčů dosáhne 16 bodů.
- Pokud mají oba hráči shodně 15 bodů a více hra pokračuje dokud jeden z hráčů nedosáhne dvoubodového rozdílu.

# SPEEDMINTON – pravidla - podání

- Hráči losují o první podání.
- Potom se hráči střídají po třech podáních.
- Každé podání se počítá (beze ztrát).
- Pokud je shodné skóre 15: 15 podání se střídá po každém bodu.
- Při podání si můžeš zvolit pole z kterého podáváš, buď z vnitřku hracího pole a podání musí být spodem nebo za zadní čárou kde můžeš podávat nad hlavou.
- Strana která prohrála set v následujícím začíná podávat.

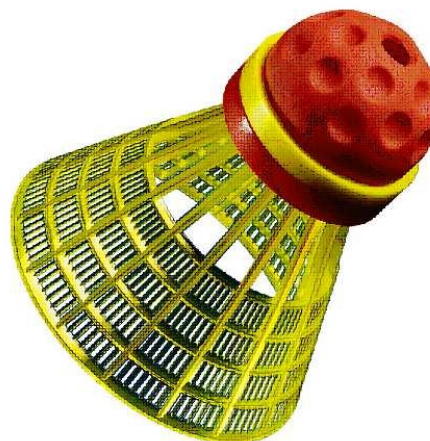
# VYBAVENÍ



FUN Rychlost až 260 km/hod



MATCH Rychlost až 290 km/hod



# SPEEDMINTON – pravidla - chyby

Body jsou udělovány v následujících případech:

- špatné podání
- speeder (hrací míček) se dotkl země
- speeder přistál v hracím poli nebo na čáře a nebyl vrácen
- speeder přistál mimo hrací pole
- hráč se dotkl dvakrát speederu při jednom úderu
- kontakt speederu s tělem hráče
- pokud hráč vrátil speeder, který letěl mimo hrací plochu pokračuje se ve hře

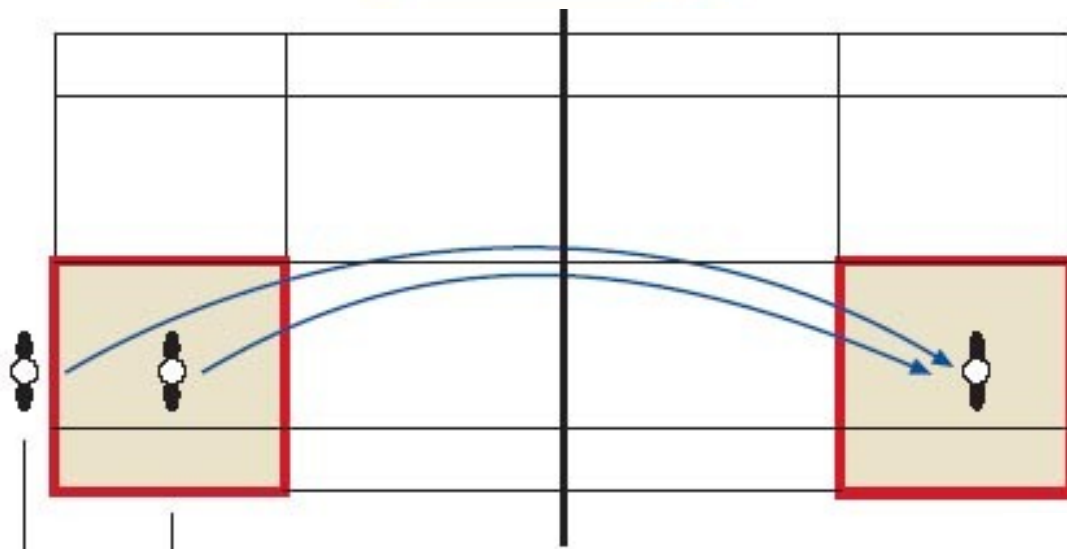
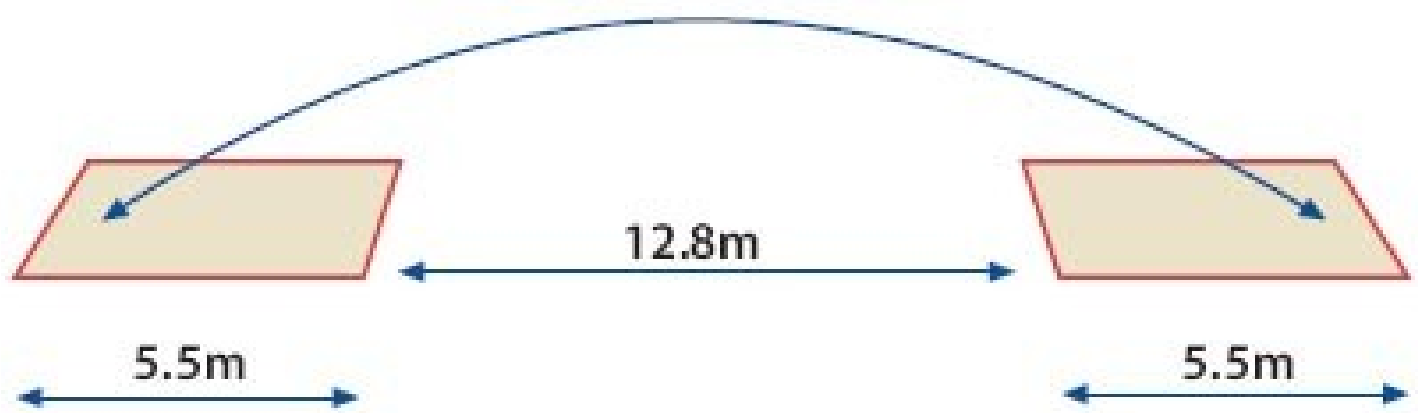
# SPEEDMINTON - pravidla

## Změna stran

- Hráči mění strany po každém setu aby zajistili stejné hrací podmínky (světlo, vítr apod.).
- V případě pátého setu si hráči mění strany jakmile jeden z nich dosáhne 8 bodů.

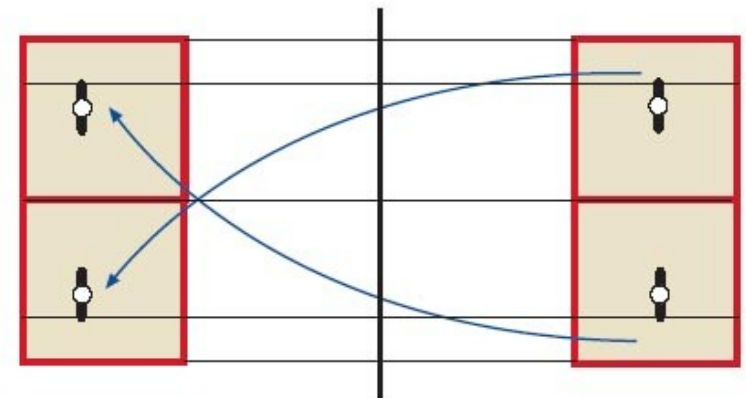
## Hrací pole

- Pro závodní hraní je rovněž vhodný tenisový kurt který snadno upravíme pomocí gumových pásů tzv. SPEED LINES viz obrázek.



Service hip level

Service hip level  
or from overhead



# VĚKOVÉ KATEGORIE

- U 14
- U 18
- dospělí
- veteráni (od 35 let ženy, muži od 40 let)



# DISCIPLÍNY

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

# SOUTĚŽE

Jednotlivci:

- Mistrovství světa
- Mistrovství Evropy
- World Series
- International Series



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

Česká asociace speed badmintonu

[www.isbo-speedbadmitnon.com](http://www.isbo-speedbadmitnon.com)



International Speed  
Badminton Organisation

**Děkuji za pozornost.**

[bernacikova@fsps.muni.cz](mailto:bernacikova@fsps.muni.cz)