

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### «КАК НАУЧИТЬ ДЕТЕЙ ИГРАТЬ В БАДМИНТОН?»

#### История

Первый любительский корт был построен в 1873 году герцогом Бофортом, известным энтузиастом развития спорта и спортивных игр, в своей усадьбе Бадминтон-хаус в Англии. Также по его инициативе спустя 30 лет были опубликованы правила игры в бадминтон, по которым должны проводиться соревнования.

#### Правила

Смысл игры заключается в перебрасывании волана через сетку с помощью ракетки на сторону противника. Самое главное – чтобы волан коснулся земли на площадке. Если он упал за пределы поля, очко засчитывается сопернику. Участвует чётное количество игроков. Перед игрой бросают жребий для определения стороны поля и права первой подачи. После этой подачи игроки могут свободно передвигаться по всей площадке, но касаться сетки строго запрещено. Правила предполагают наличие специальной площадки с натянутой на середине сеткой, начисление игрокам очков и т.д.

Но получить удовольствие и пользу от игры в бадминтон можно и без соблюдения этих правил – главное, чтобы нашлась ровная площадка, а у игроков были ракетки и волан.

**Ракетки** изготавливают из дерева, углепластика, алюминия, титана – прочного материала, способного выдержать нагрузку от ударов. Деревянные заметно легче остальных, поэтому для детей они предпочтительнее. Также важно, чтобы не был смещён центр тяжести, а струны были хорошо и ровно натянуты. Рукоятка должна плотно и удобно прилегать к ладони. Оттого как вы будете держать ракетку, будет зависеть сила удара и его точность. Рукоятка берётся так, чтобы её конец не выступал из кулака, а обод был перпендикулярен полу. Рукоять сильно сжимать не надо.

Для того чтобы вес тела распределялся равномерно, на обе слегка согнутые ноги, корпус следует немного наклонить вперёд. У правши левая стопа (и наоборот) должна быть на несколько сантиметров выдвинута в сторону соперника. Важно, чтобы обе руки на протяжении всей игры были согнутыми, но не напряжёнными.

Воланы бывают перьевые и пластиковые. Перьевые используются в соревнованиях, так как их вес значительно меньше, а траектория полёта более точная. Перьевой волан изготавливается из 16 гусиных перьев и пробковой головки, обтянутой тонкой кожей. Пластиковый волан состоит из головки (пробкой или синтетической) и прикреплённой к ней «юбки». Такие воланы отличаются долговечностью и дальнострельностью.

### **Бадминтон для детей**

В этом случае правила простые:

- подойдёт любая ровная площадка;
- на чьей стороне упал волан, тому и засчитывается очко;
- подаёт тот, к кому ближе оказался воланчик.

#### *Литература:*

1. «Дошкольное воспитание» №7 2016 год.
2. Н.С.Голицына, Е.Е.Бухарова «Физкультурный калейдоскоп» (для дошкольников) Москва 2006 год.