



Badminton

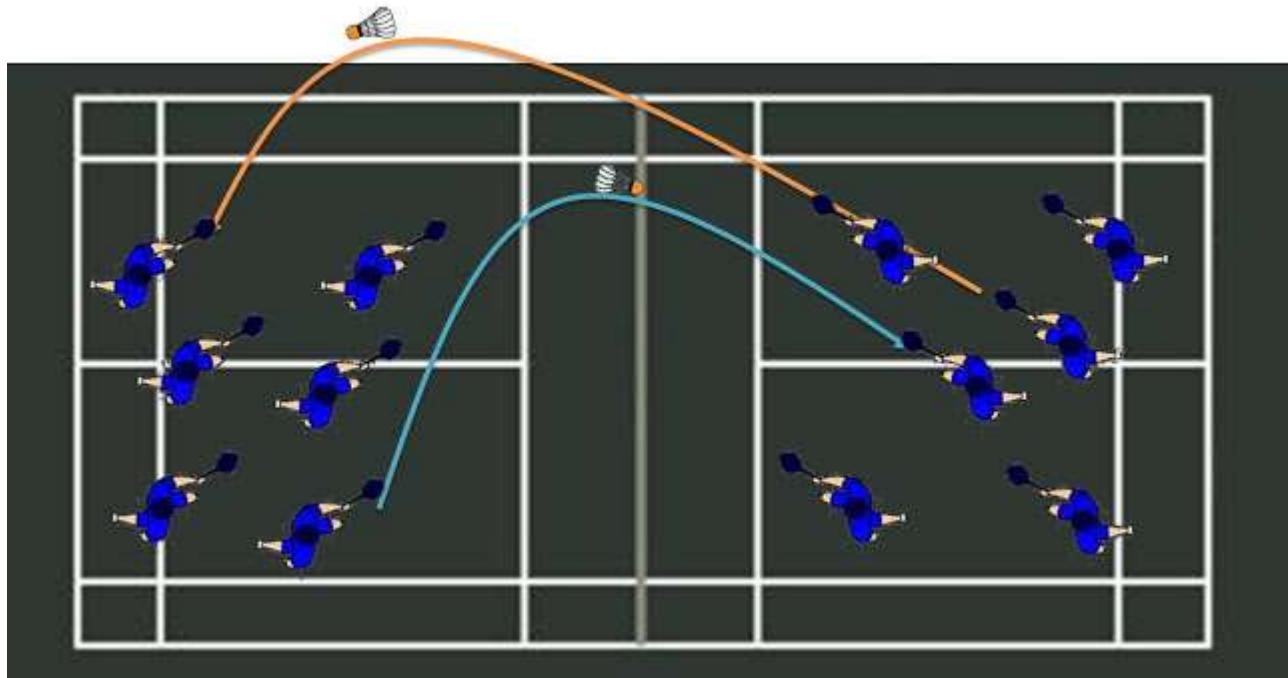
# Badminton – Caderno II



## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

- 403842 -

### Badminton - Jogos Lúdicos 1



#### Explicação:

6 alunos em cada 1/2 campo, cada aluno com uma raquete.

Inicia-se com um aluno a servir de cada lado, o objetivo é manter ambos os volantes no ar o maior número de tempo, todos os alunos cooperam para o mesmo objetivo. Quando ambos os volantes estiverem no chão, sai a equipa que deixou cair o primeiro volante.

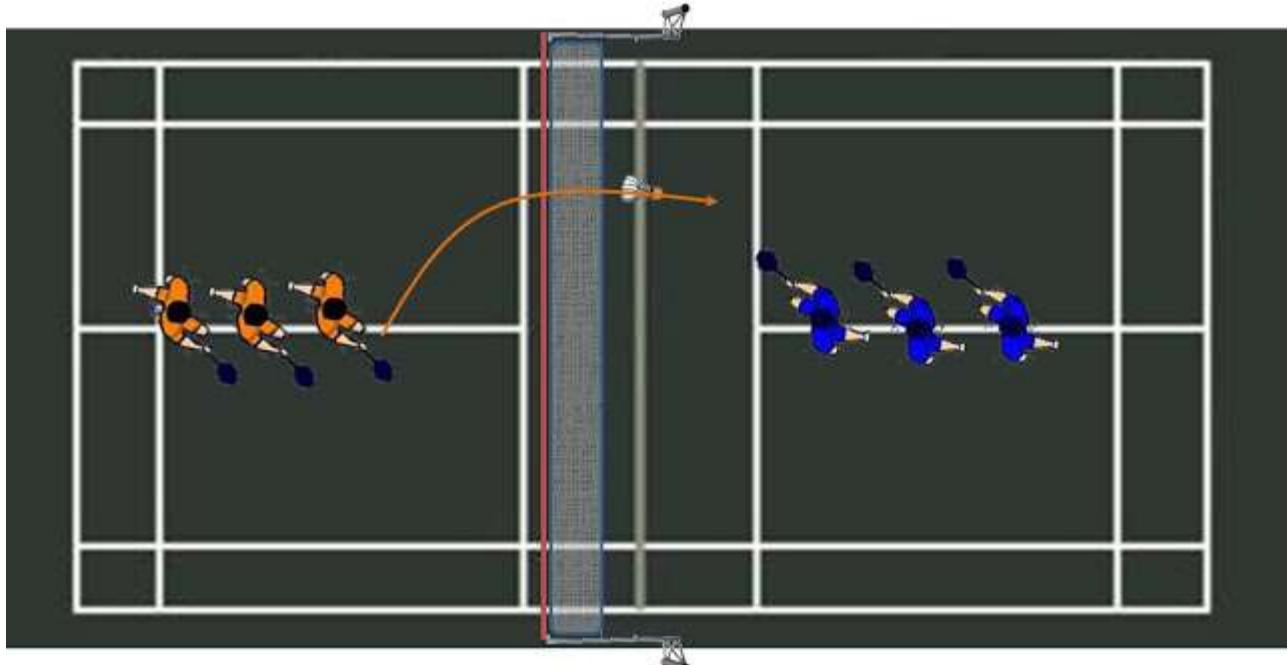
#### Alternativas:

1. Se tiver mais que um campo pode-se fazer uma competição entre campos.
2. Professor pode aumentar o número de volantes em sustentação
3. Competição - ganha 1 ponto a equipa que conseguir colocar os 2 volantes no chão da equipa contrária

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

#### Badminton - Jogos Lúdicos 2 (Clear/Lob)



##### **Explicação:**

Alunos distribuídos em colunas com mostra a figura. O campo é o limite.

**1** - Objetivo - Manter a sustentação do volante em Clear. Deslocar-se de acordo com a trajéctoria do volante de forma a bater em Clear.

Quem bate vai para o fim da sua fila ( ou para a fila contrária (opção Prof.))

##### **Alternativa para a motivação**

A equipa que mais "clear" fizer, em 5', ganha.

**2** - Objetivo - Manter a sustentação do volante em Lob. Deslocar-se de acordo com a trajéctória do volante de forma a bater em Lob.

Quem bate vai para o fim da sua fila ( ou para a fila contrária (opção Prof.))

##### **Alternativa para a motivação**

A equipa que mais "Lob" fizer, em 5', ganha.

**3** - Objetivo - Contar o número de vezes que o volante cai no chão ( até aos 11, 15, 21 (opção Prof)). Ganha a equipa que menos vezes deixou cair o volante no seu campo.  
Quem bate vai para o fim da sua fila. Só pode bater uma vez (na sua vez).

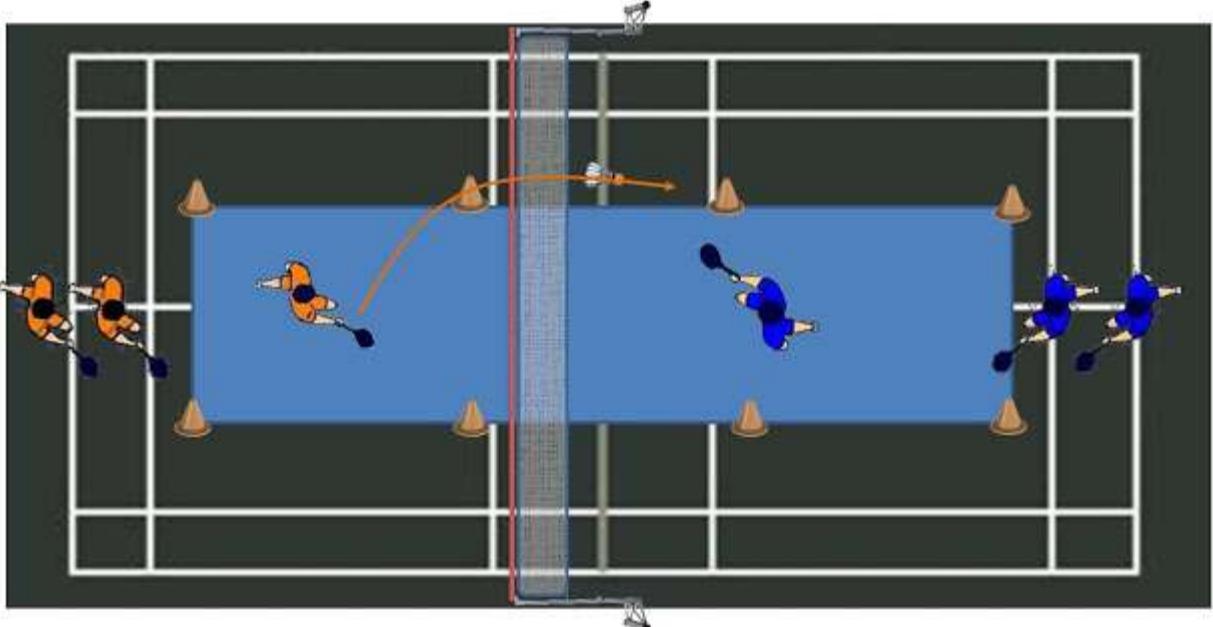
Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton, Clear, Deslocamentos, Lob

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

#### Badminton - Jogos Lúdicos 3

### Jogo do Elimina



#### **Explicação:**

Campo delimitado

Dois grupos de alunos opositores

Cada aluno bate o volante para o campo oposto alternadamente. Após bater vai para o fim da fila.

Aluno que coloque o volante fora da área delimitada é eliminado

Aluno que falhe o volante e este caia na área delimitada é eliminado.

Apenas pode dar um toque na sua vez.

Ganha a equipa que no jogo 1x1 elimine todos os adversários.

#### **Alternativa:**

Jogam 1x1 até que o volante caia no chão (fora/dentro do campo) ou até que um deles cometa falta.

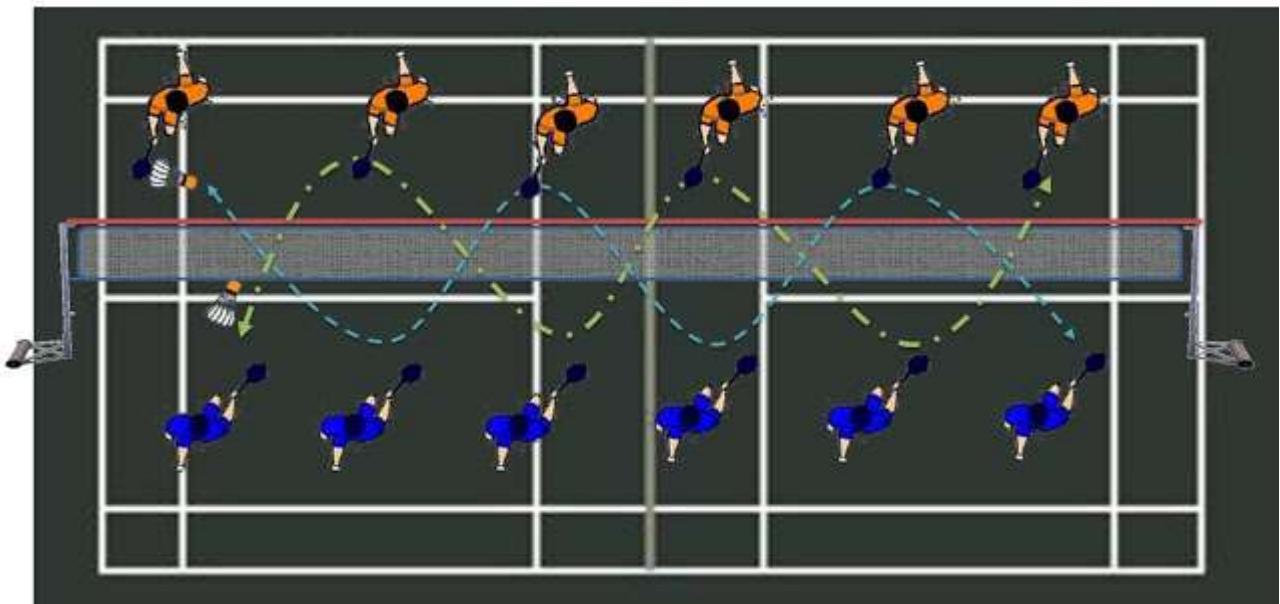
Aluno vencedor mantém-se no campo. O opositor é eliminado e entra um jogador novo para disputar o jogo

Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton, Clear, Lob, Serviço

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

#### Badminton - Atividade Lúdica 4



##### **Explicação:**

2 grupos de alunos de número variado, colocados frente a frente, ao longo do campo  
Os dois primeiros alunos de cada grupo possuem um volante.

Cada aluno bate o volante em diagonal para o aluno que está de do outro lado da rede e em frente ao seu colega do lado.

Objectivo é que o volante se desloque (vá e venha) sempre em diagonal. O último aluno devolve-o ao que lhe passou, mantendo a sequência.

Se o volante cair no chão deverá ser colocado em jogo através de serviço.

O tempo do exercício fica ao critério do professor, de acordo com o sucesso ou insucesso dos seus alunos.

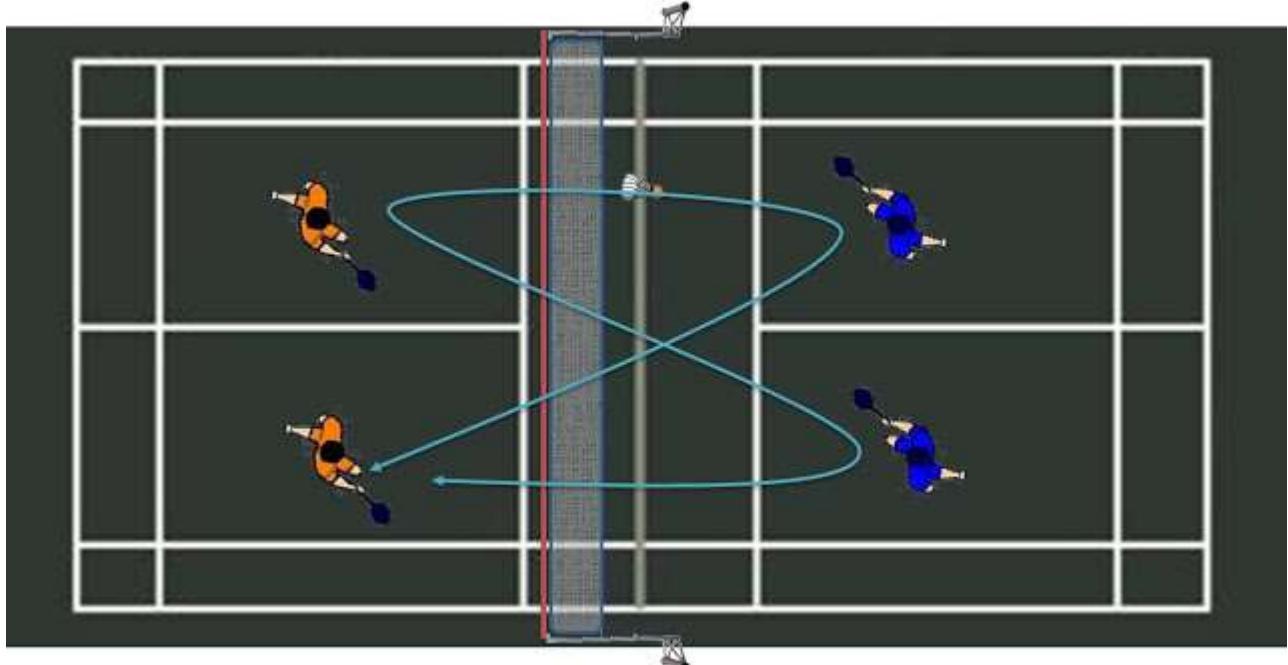
##### **Alternativas:**

1. A equipa que conseguir completar um ciclo, sem que o volante caia no chão, ganha um ponto. No final determina-se a equipa vencedora.

Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton, Clear, Lob, Serviço

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Actividade Lúdica 5 - Clear / Lob /Serviço**



**Explicação:**

Exercício de Cooperação

2 alunos por equipa, cada um numa zona de serviço.

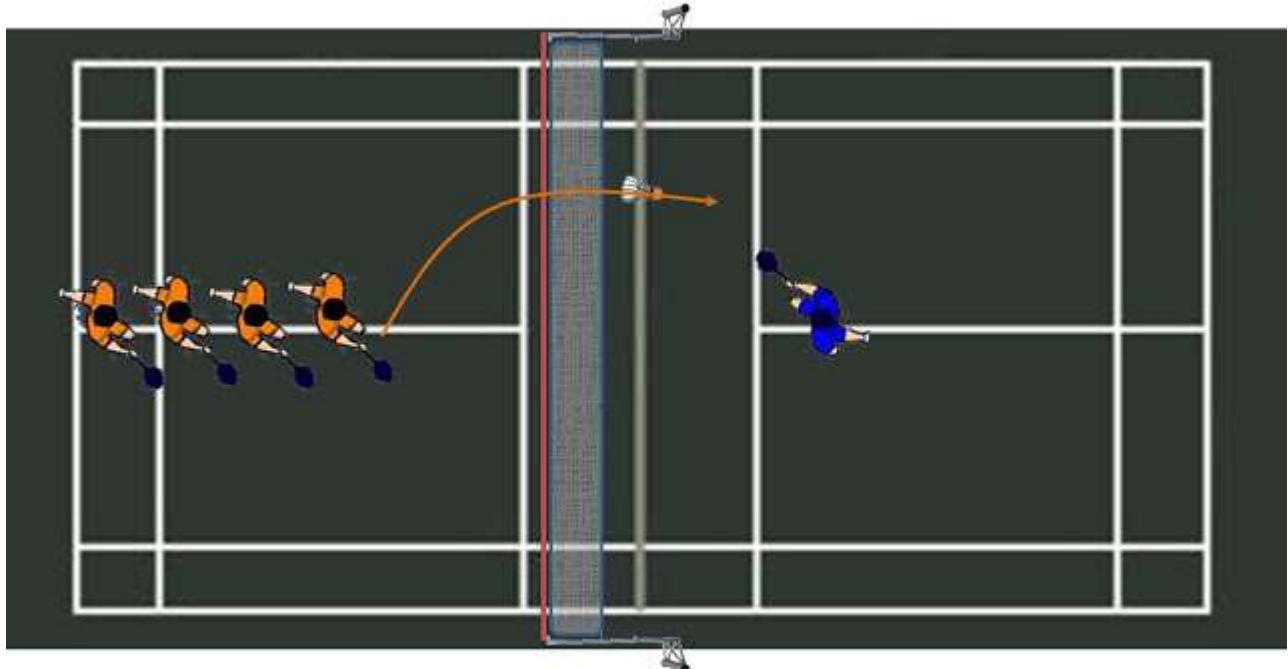
Serviço em diagonal.

Quem recebe o serviço coloca o volante no seu colega da frente, que por sua vez o coloca no campo contrário em diagonal e este devolve-o para a sua frente descrevendo um 8  
Sempre que o volante cai, o aluno responsável coloca-o com serviço.

Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton, Clear, Lob, Serviço

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Atividade Lúdica 6 - 1 X Todos**



**Explicação:**

Joga-se no campo de singulares

Uma coluna de alunos todos com raquete batem alternadamente o volante tentando destronar o "Rei".

Após baterem vão para trás da fila.

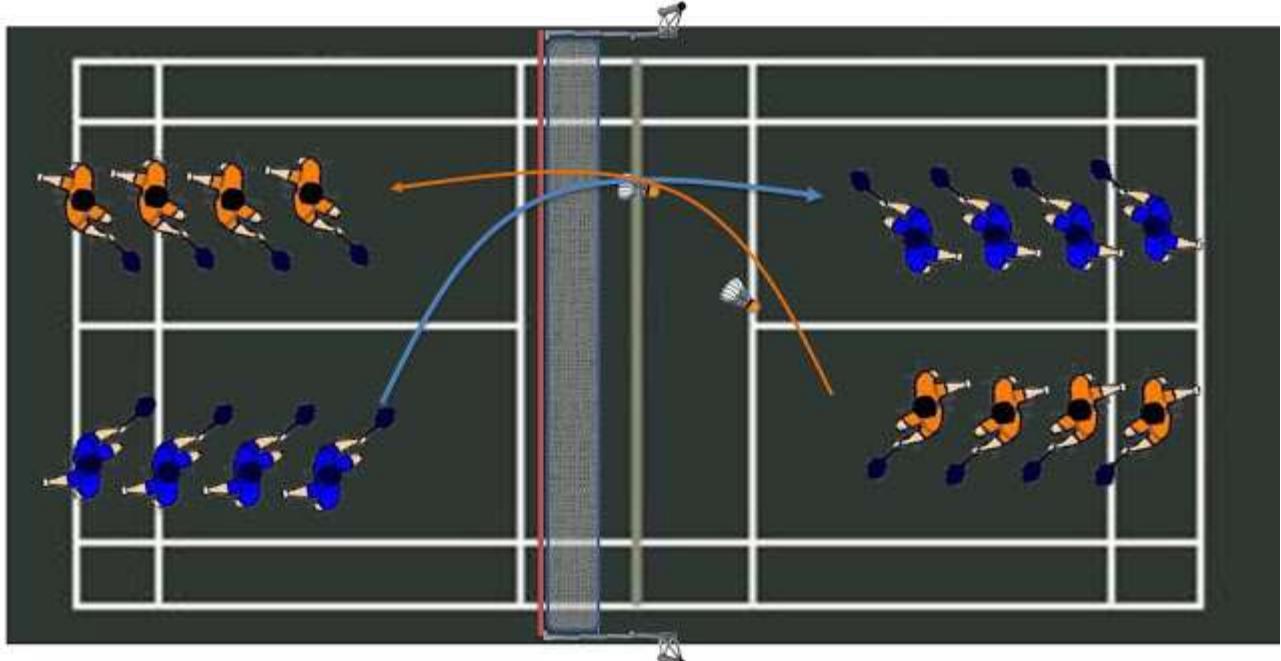
O aluno que conseguir colocar o volante no chão do campo do Rei, vai para o seu "Posto"

Se o "Rei" na tentativa de resposta a um batimento colocar o volante para fora do campo adversário, troca com o aluno que colocou o volante em situação de difícil resposta.

Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Atividade lúdica 7 - Jogo Elimina Cruzado**



**Explicação:**

4 grupos de alunos - cada 2 frente a frente.

Jogam jogo de eliminar batendo o volante sempre cruzado.(azuis contra azuis, laranjas contra laranjas).

Não podem colocar o volante fora de campo (linha de 1/2 campo longitudinal / linha lateral de pares e linha final).

Se falham o batimento são eliminados.

**Sugestão:** após o primeiro jogo as equipas vencedoras jogam entre si.

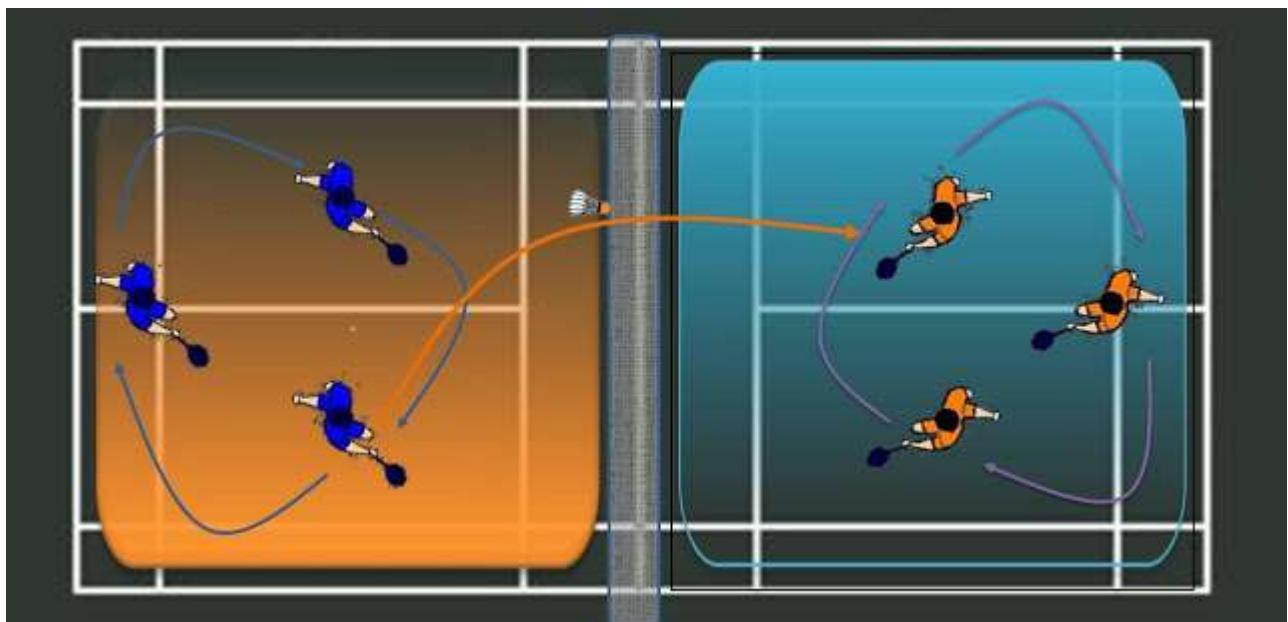
Etiquetas: Actividade lúdica, Badminton

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

#### Badminton - Volminton - Atividade Lúdica 8

#### VOLMINTON



#### Organização

- campo de badminton
- 3 jogadores de cada lado
- cada jogador com uma raquete
- 1 volante

#### Descrição

O VOLMINTON joga-se num campo de Badminton , utilizando as linhas laterais do jogo de pares e as linhas finais.

As equipas são formadas por 3 jogadores

Os alunos dispõem-se em triângulo no campo de badminton, um jogador na área de serviço par, outro na área de serviço ímpar e o terceiro ao fundo partilhando ambas as áreas. A área comum da frente pode ser jogada por qualquer dos alunos da frente após o serviço

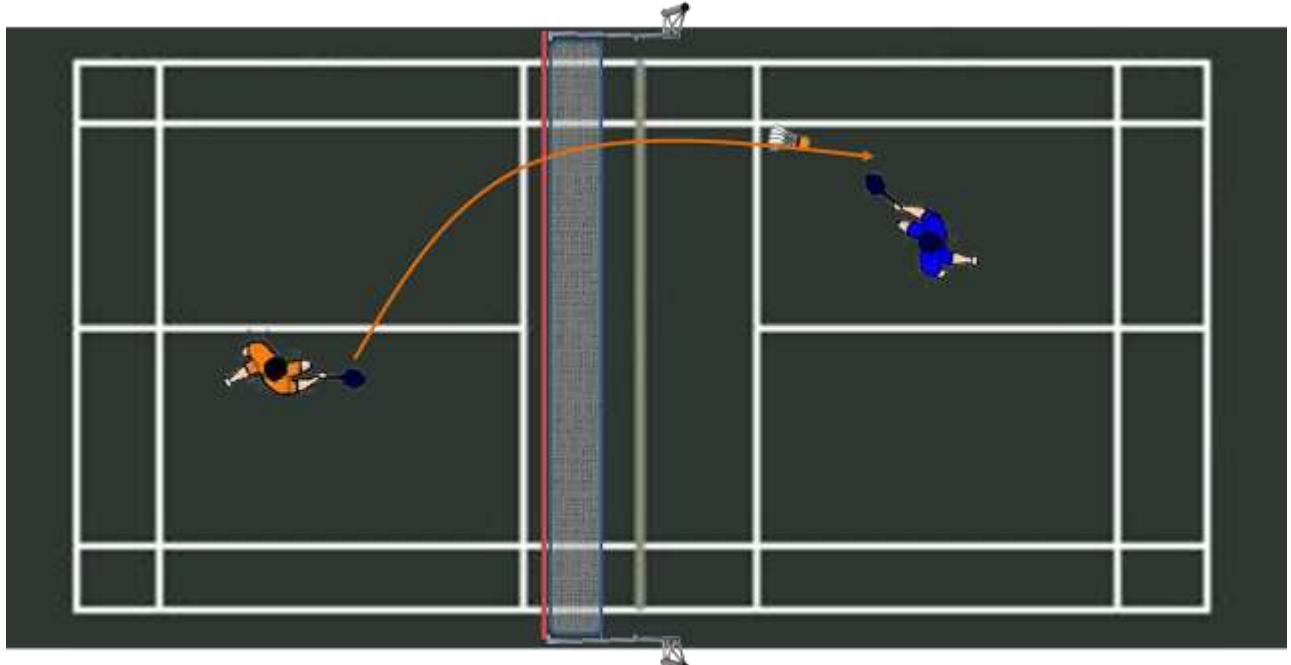
- No início do jogo a posse do volante é sorteada.
- Respeitam-se as regras de badminton para o serviço.
- Serviço par, lado direito
- Serviço ímpar, lado esquerdo
- Serviço tem que ser cruzado e colocado na área correspondente ao serviço de pares.
- O serviço só pode ser recebido pelo aluno que estiver colocado na área correspondente
- Jogador do fundo de campo, não pode responder ao serviço
- Sempre que uma equipa marca ponto e ganha a posse do volante, os jogadores rodam uma posição (como no voleibol)
- Serve o jogador que estiver na área correspondente à pontuação da equipa

## ESCOLA SECUNDÁRIA C/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

- Se durante a posse do volante a equipa que serve marcar ponto, quem vai efetuar o novo serviço é o jogador colocado na outra área de serviço, sem rotação (e assim sucessivamente até à perda da posse do volante)
- Cada equipa apenas pode fazer um batimento por jogada.
- Só se roda quando a equipa ganha ponto e serviço = "**posse de volante**"
- O serviço é alternado enquanto a equipa mantiver o direito de servir
- O jogador do fundo ("0") deverá ter sempre os pés atrás da linha dos pés dos avançados
- O jogador do fundo = posição "0"
- O jogador avançado da esquerda = posição "1"
- O jogador avançado da direita = posição "2"
- A rotação é feita no sentido dos ponteiros do relógio - 0->1->2->0...
- O jogo termina aos 21 pontos com diferença de 2 até a um máximo de 29 pontos

### Badminton - Jogo Singulares Condicionado



#### **Explicação:**

Jogo de singulares em que apenas é permitido 1 tipo de batimento.  
Por cada batimento não permitido será descontado 1 ponto ao total acumulado.  
Se a sua pontuação for "0", mantém-se o "0".

#### **Situação 1**

Jogo singulares em que o único batimento possível é o Lob.  
Obrigar os alunos a múltiplos deslocamentos para bater sempre o volante em Lob.

#### **Situação 2**

Jogo singulares em que o único batimento possível é o Clear.  
Obrigar os alunos a múltiplos deslocamentos para bater sempre o volante em Clear.

#### **Alternativa:**

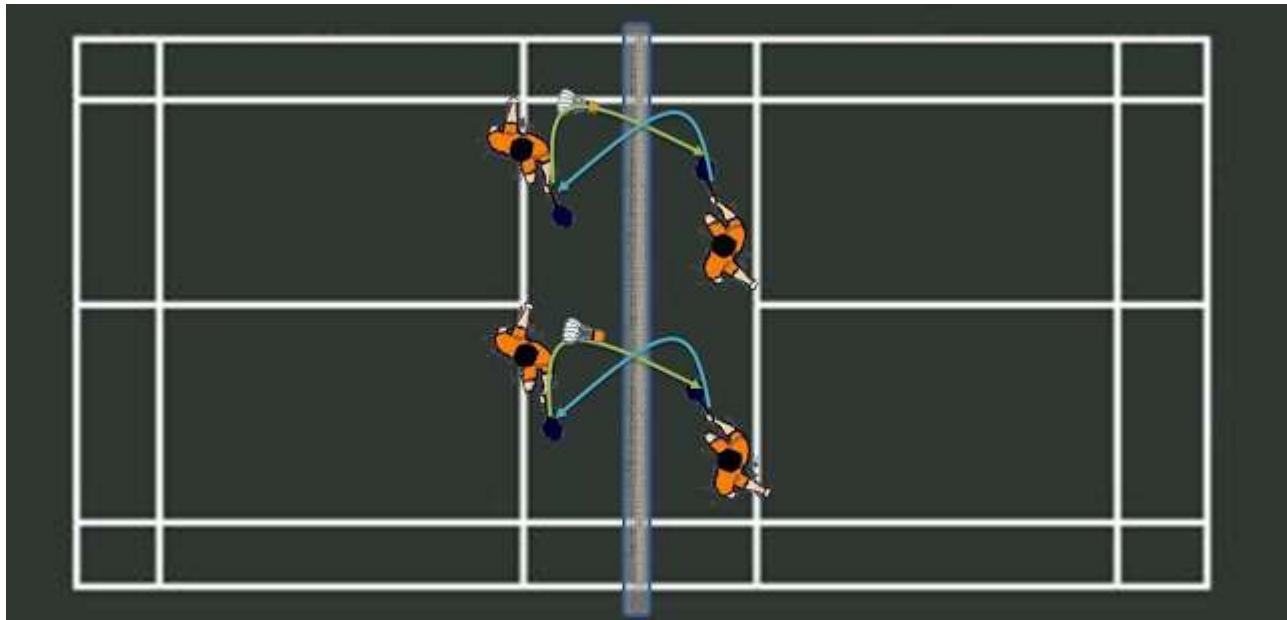
Em ambas as situações possibilitar o uso do Amorti

Etiquetas: **Badminton, Clear, Lob**

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

- 403842 -

### Badminton - Encosto



#### **Explicação:**

Alunos frente a frente, fora da área de Serviço.

Realizam encosto.

Na fase inicial um dos jogadores faz apenas encosto de esquerda e o outro faz apenas encosto de direita.

Trocam ao sinal do professor, rodando o corpo.

#### **Alternativa:**

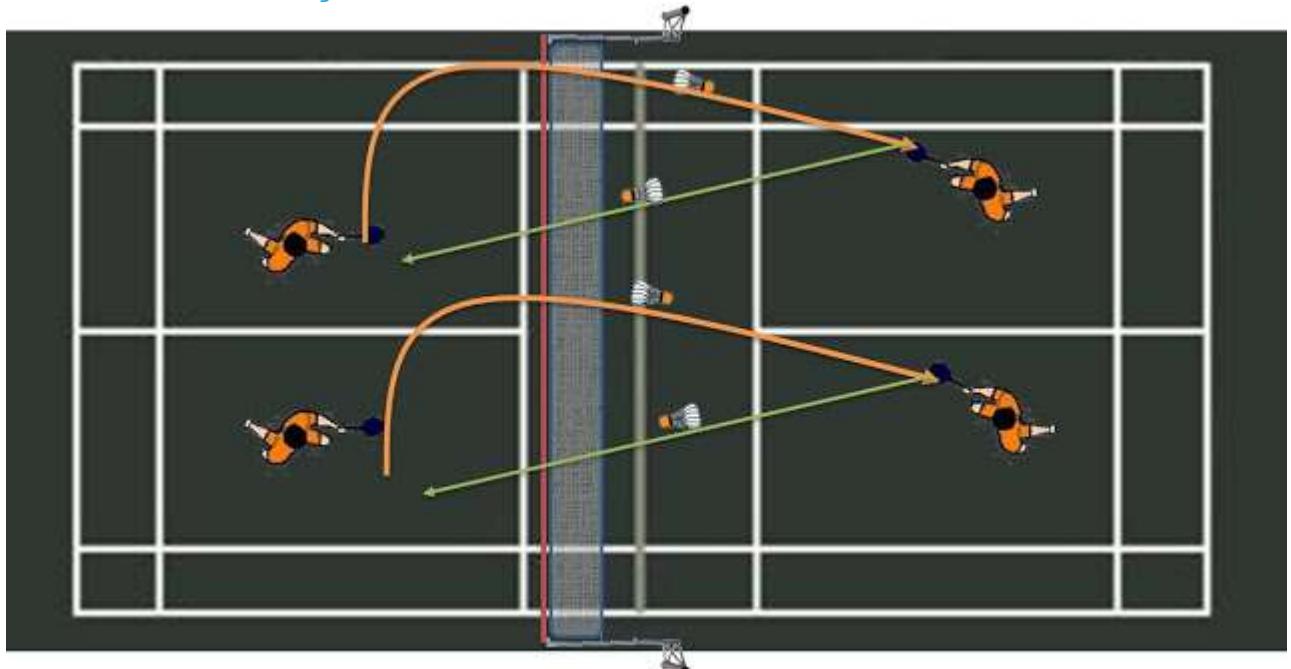
1. Ambos fazem encosto de direita/esquerda.
2. Se os jogadores dominarem a técnica fazem o encosto de direita ou esquerda de acordo com a trajetória do volante, deslocando-se no espaço.

Etiquetas: **Badminton, Encosto**

## ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ

### - 403842 -

#### Badminton - Serviço, Remate, Lob



#### **Explicação:**

2 alunos em cada meio campo, frente a frente.

O exercício inicia-se com serviço para remate do Jogador adversário

Os alunos devem manter a sequência;

- Serviço
  1.     Remate
  2.     Lob
  
- Repete 2,3, até que o volante caia no solo.

Remata sempre o mesmo (11 vezes e troca)

Se não for possível responder em Lob ao remate adversário, deixar cair o volante e reiniciar com Serviço. O objetivo do exercício é trabalhar o remate

#### **Alternativa:**

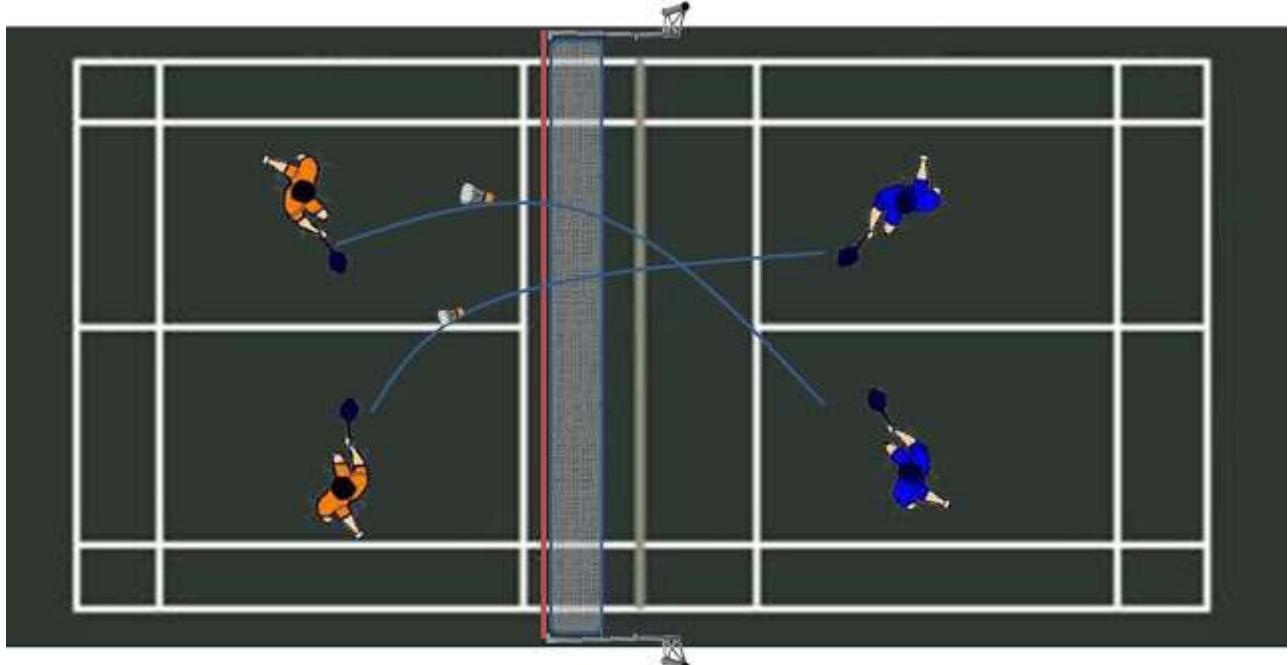
Quando os alunos já dominam os gestos técnicos podemos com este exercício colocá-los a fazer Remate alternado com a seguinte sequência.

- Serviço
  1.     Remate
  2.     Lob
  3.     Lob
  
- Repete 2,3,4 até que o volante caia no solo.

Etiquetas: Badminton, Lob, Remate

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Batimento de direita e esquerda**



**Explicação:**

4 alunos em cada campo. 1 em cada zona de serviço.

Alunos do lado Par (direita), batem o volante sempre cruzado com batimento (Clear, Lob) de direita.

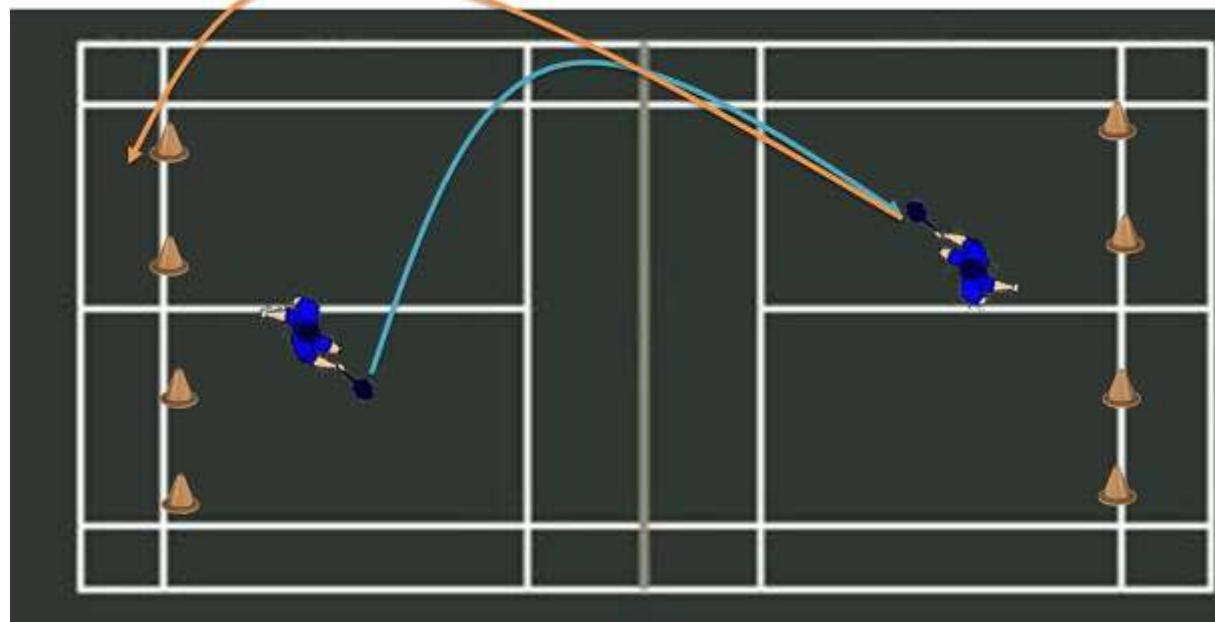
Alunos colocados no lado Impar (esquerda) batem o volante cruzado com batimento (Clear, Lob) de esquerda

Ao fim de 5' trocam de zonas e de tipo de batimentos

Etiquetas: Badminton, Clear, Lob, Serviço

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Serviço longo para Clear/Lob defensivo**



**Explicação:**

Dois alunos, um de cada lado do campo

Jogador da Esquerda executa serviço longo

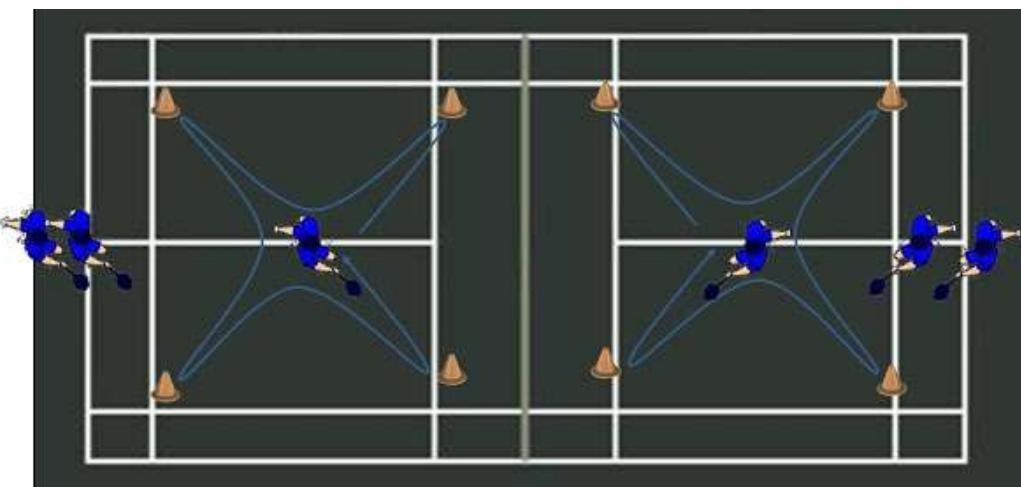
Jogador da direita em posição de espera no 1/4 de campo correspondente. Responde em Clear ou Lob defensivo, para o fundo de campo (para trás dos mecos).

Trocam de funções.

Etiquetas: Badminton, Clear, Lob, Serviço

**ESCOLA SECUNDÁRIA c/ 3º CICLO DA LOUSÃ**  
**- 403842 -**

**Badminton - Deslocamentos**



**Explicação:**

Aluno colocado na zona central do campo.

Ao apito do professor, o aluno desloca-se a um dos mecos, tocando-o com a raquete e regressa à posição central mantendo o enquadramento. Repete a ação para os 4 mecos podendo a ordem ser aleatória. Ao terminar regressa à fila e entra um novo aluno para executar a tarefa.