

Спортивная игра «Бадминтон»

Понятие

Бадминтон - спортивная игра с воланом и ракетками, насыщенная разнообразными движениями и комбинациями.

Цель игры

не допускать падения волана на своей площадке и приземлять его на стороне противника. Простота правил, даёт возможность играть на любой и ебольшой площадке, лужайке, пляже и т. п.

Возраст

В ДОУ знакомство и обучение с элементами спортивной игры «Бадминтон», начинается со старшего дошкольного возраста.

Игры с воланом

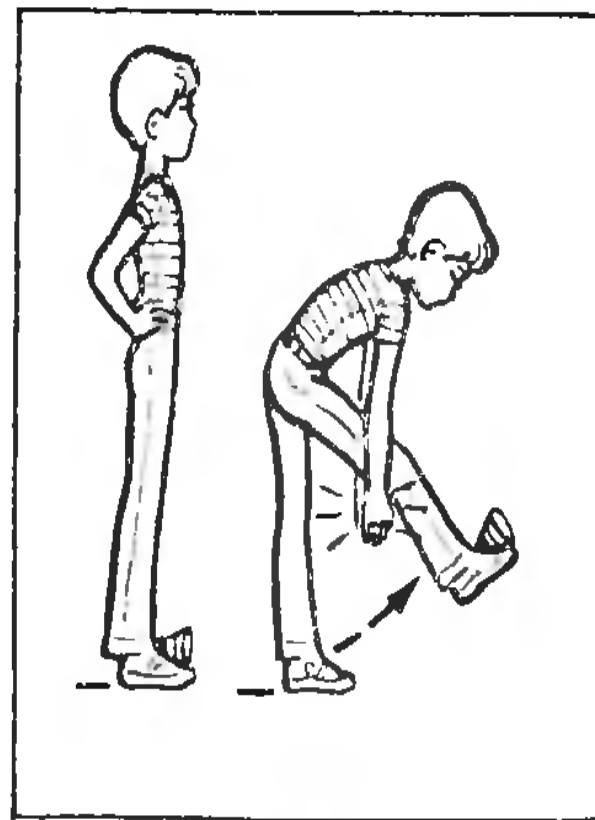
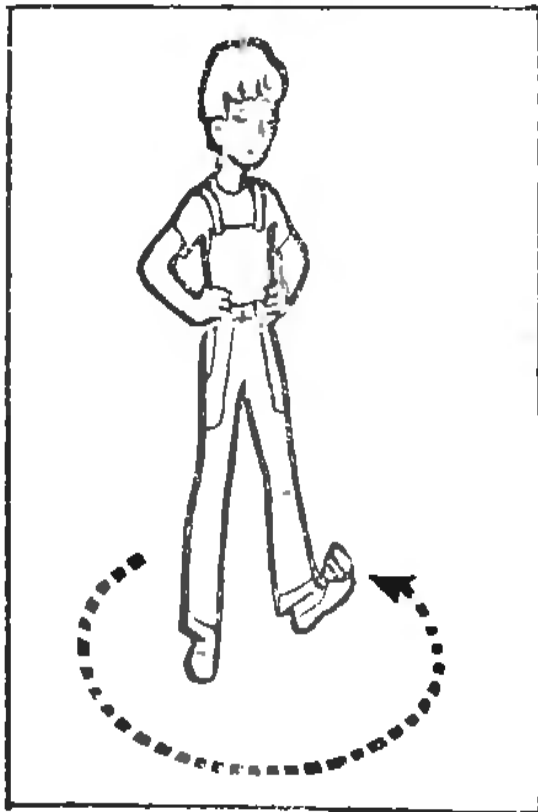
Развивают , быстроту, согласованность движений.

Волан можно изготовить из бутылочных пробок и птичьих перьев (если нет покупного). Вес волана 4,5 — 5,2 г.

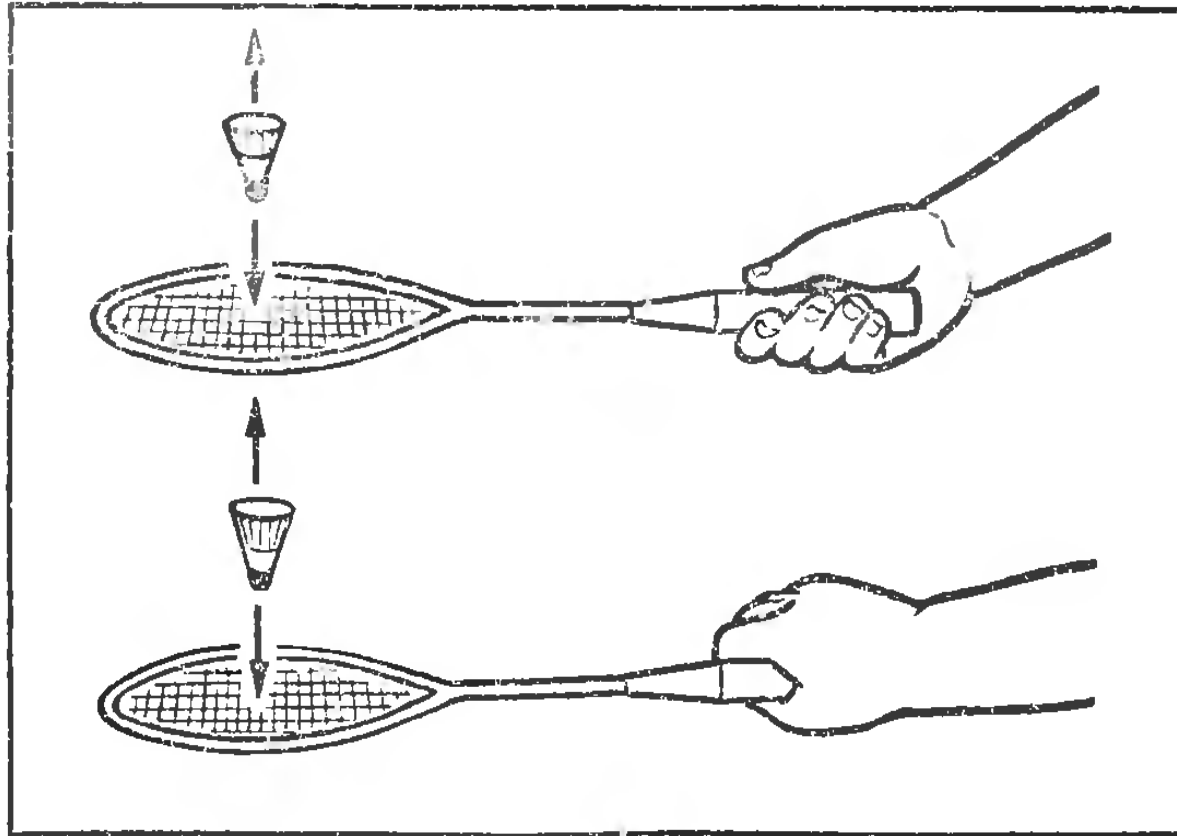
Ракетки

Вес ракетки для малышей не должен превышать 135 г. Размеры ракетки: детской — длина 56 см, длина головки 24 см, ширина головки 18 см, юношеской — длина 61 см, длина головки 27 см, ширина головки 18 см.

Упражнения с воланом



Подбей волан



Отрази волан

