**تحقیق در مورد ورزش بدمینتون + قوانین آن**

ورزش بدمینتون از جمله ورزش‌هایی است که طرفداران زیادی در میان جوانان توانسته است به خود جذب کند. مبدا ورزش بدمینتون را کشور هند می‌ دانند. ورزش بدمینتون را قبلا با نام Poona می شناختند. نحوه کلی انجام این ورزش به شکلی است که آن را با توپ پردار و راکت بدمینتون در یک سالن مخصوص باید انجام داد. افرادی که قصد انجام ورزش بدمینتون را دارند باید سرعت عمل بالایی داشته باشند. زدن ضربه محکم به توپ بدمینتون سبب می‌ شود که سرعت حدود ۳۰۰ کیلومتر در ساعت به خود بگیرد. افسران ارتش انگلیسی که در کشور هند قرار داشتند این بازی را به کشور خود انتقال دادند. هر شخصی قادر است این بازی راکتی را انجام دهد.

**ورزش بدمینتون چیست؟**

ورزش بدمینتون یک ورزش مفرح بوده که با استفاده از راکت و توپ پردار باید آن را انجام داد. در میان بازی‌ های راکتی، بدمینتون را سریع‌ ترین بازی می‌ دانند. افرادی که قصد انجام این بازی را دارند باید از سرعت عمل و عکس العمل بسیار بالایی داشته باشند. با وجود ابعاد کوچک زمین بدمینتون باید بدانید گاهی اوقات در طی یک مسابقه ورزشکار حدود ۲ کیلومتر را باید با سرعت زیاد طی کند. خاستگاه این ورزش کشور هندوستان است. افسران ارتش انگلیس هنگامی که در کشور هند ماموریت داشتند، این ورزش را به کشور خود انتقال دادند.

**تاریخچه ورزش بدمینتون**

همانگونه که عنوان کردیم کشور هند را به عنوان مبدا ورزش بدمینتون می‌ شناسند. در عین حال باید بدانید که از قرن‌ ها پیش در کشور چین یک بازی وجود داشت که در آن افراد به توپی در هوا ضربه می‌ زدند. مردم اروپا نیز در حدود ۴ قرن پیش یک ورزش با این ساختار انجام می‌ دادند. هنگام استقرار افسران انگلیسی در کشور هندوستان تغییرات گسترده‌ ای برای بازی بدمینتون ایجاد کردند. این بازی به سرعت توانست شهرت خود را افزایش دهد. خیلی زود و در اوایل سال ۱۸۷۰ ورزش بدمینتون یک رقابت جذاب در میان کشورهای مختلف جهان تبدیل شد.

نخستین بار در سال ۱۸۷۳ در طی برگزاری یک مهمانی یک دوک انگلیسی رسما پیشنهاد داد که این بازی برگزار شود. بدین ترتیب نخستین بازی پونا برگزار شد و توانست میان طبقه مرفه جامعه انگلیس گسترش یابد. جالب است بدانید با توجه به نام محل زندگی دوک انگلیسی، ورزش پونا به بدمینتون تغییر نام یافت.

**نحوه انجام بازی بدمینتون**

بازی بدمینتون را می‌ توان دو نفره یا چهار نفره انجام داد. نحوه انجام این بازی به شکلی است که هر بازیکن باید با کمک راکت بتواند توپ را به زمین حریف پرتاب کند. هنگامی امتیاز برای تیم شما ثبت می‌ شود که توپ پردار به زمین حریف برخورد نماید. هر تیمی که بتواند دو گیم ۱۵ امتیازی را به دست بیاورد برنده این بازی است. این ورزش در المپیک به عنوان یکی از جذاب‌ ترین ورزش‌ ها همواره مورد توجه قرار دارد. یادآور می‌ شویم که برای بازی انفرادی ورزشکاران باید ۱۱ امتیاز جهت برنده شدن بازی کسب کنند.

**قوانین بازی بدمینتون**

آشنایی با قوانین ورزش بدمینتون نیز خالی از لطف نیست.

زمین بازی بدمینتون شکل مستطیل دارد. خطوط زمین بازی ۴۰ میلی‌ متر عرض دارند. نحوه کشیدن زمین بازی باید به شکلی باشد که به سادگی ورزشکار بتواند خطوط را تشخیص دهد. به همین علت معمولا از رنگ زرد یا سفید برای کشیدن خطوط استفاده می‌ کنند.

وزن توپ بدمینتون بین ۴.۷ گرم تا ۵.۵ گرم است.

نحوه تهیه و تولید این توپ به گونه‌ ای است که از مواد مصنوعی یا طبیعی استفاده می‌ کنند. یک لایه چرمی بر روی چوب پنبه سر توپ قرار گرفته می‌ شود.

زمینی که برای انجام بازی انتخاب می‌ شود باید دارای سقفی حداقل ۱۲ متری باشد.

میزان نورپردازی زمین بازی بدمینتون نیز به شکلی است که نیاز به ۱۰۰۰ لوکس نورپردازی خواهید داشت. با توجه به اینکه باید در فضای زمین نور یکپارچه انتشار یابد، این میزان از ضروریات است.

جنس راکت بدمینتون فلزی بوده و قسمت‌ های دیگر آن صفحه راکت، سه راهی، میله و دسته هستند.

شروع بازی را داور با استفاده از سکه قرعه کشی می‌ کند.

زمین بازی بدمینتون باید بدون هیچگونه ساختار اضافی باشد. موانع نباید برای ورزشکاران مزاحمت ایجاد کنند.

**امتیازات گیم ها**

همانگونه که عنوان کردیم بازی بدمینتون می‌ تواند به صورت انفرادی یا تیمی دو نفره برگزار شود هر فرد یا هر تیم که بتواند دو گیم از سه گیم را برنده شود، به عنوان برنده بازی معرفی خواهد شد.

در پایان گیم اول زمین بازیکنان تعویض می‌ شود. پیش از شروع گیم سوم و هنگامی که در گیم آخر امتیازها در ۱۱ برابر باشند نیز تعویض زمین صورت خواهد گرفت.

**نحوه سرویس بدمینتون و خطاهای آن**

نحوه سرویس زدن بدمینتون به گونه‌ ای است که زننده سرویس و گیرنده آن در داخل محوطه به صورت مورب و بدون تماس با خطوط قرار خواهند گرفت. از زمان شروع سرویس تا مرحله اجرای ضربه، پای بازیکنان در حالت ثابت با زمین در تماس است.

زدن سرویس خارج از نوبت خطا محسوب می‌ شود. سرویس زدن در زمین اشتباه و یا دریافت کردن آن نیز خطا است.

اگر در محوطه سرویس خطا انجام گیرد، سرویس اصلاح شده و امتیازات دست نخورده باقی می‌ مانند.

زننده سرویس نمی‌ تواند قبل از اعلام آمادگی گیرنده اقدام به زدن سرویس نماید.

**خطاهای بازی بدمینتون**

به مانند ورزش‌ های دیگر این ورزش نیز دارای خطاهایی است که امتیاز را می‌ تواند به حریف بدهد. از جمله خطاهای ورزش بدمینتون می‌ توان گزینه‌ های زیر را نام برد.

درست نزدن سرویس

عبور کردن توپ از داخل تور

ورود توپ خارج از محوطه بازی

افتادن توپ به زمین قبل از عبور از تور

برخورد لباس ورزشکار یا راکت وی با تور

ضربه زدن به توپ در زمین حریف

اگر دو بار توسط بازیکن به توپ ضربه زده شود.

اگر قبل از اینکه گیرنده سرویس آمادگی دریافت داشته باشد سرویس زده شود.

اگر در حین بازی کله توپ از پرک آن جدا شده یا توپ کاملا خرد شود.

بازیکن نباید بدون اجازه داور زمین را ترک کند.

با وجود اینکه تعداد داوران در بازی‌ های بین‌ المللی و رسمی ۱۰ نفر باید باشد ولی امکان برگزاری بازی با ۴ داور خط نیز وجود دارد.

بازیکن متخلف با کارت زرد مشکی و قرمز جریمه می‌ شود.

اگر بازیکن تخلف و رفتار غیر ورزشی خود را تکرار کند، کارت قرمز گرفته و سرداور می‌ تواند با کارت مشکی وی را اخراج کند.

**ورزش بدمینتون برای کودکان**

ورزش کردن می‌ تواند ضامن سلامتی و نشاط باشد. یکی از ورزش‌ های مفرح برای کودکان، بدمینتون است. این ورزش را می‌ توانید در منزل با فرزندان خود انجام دهید. انجام این ورزش موجب می‌ شود که انرژی کودکان تخلیه شود. برای انجام این بازی تنها نیاز به توپ بدمینتون و دو راکت دارید.