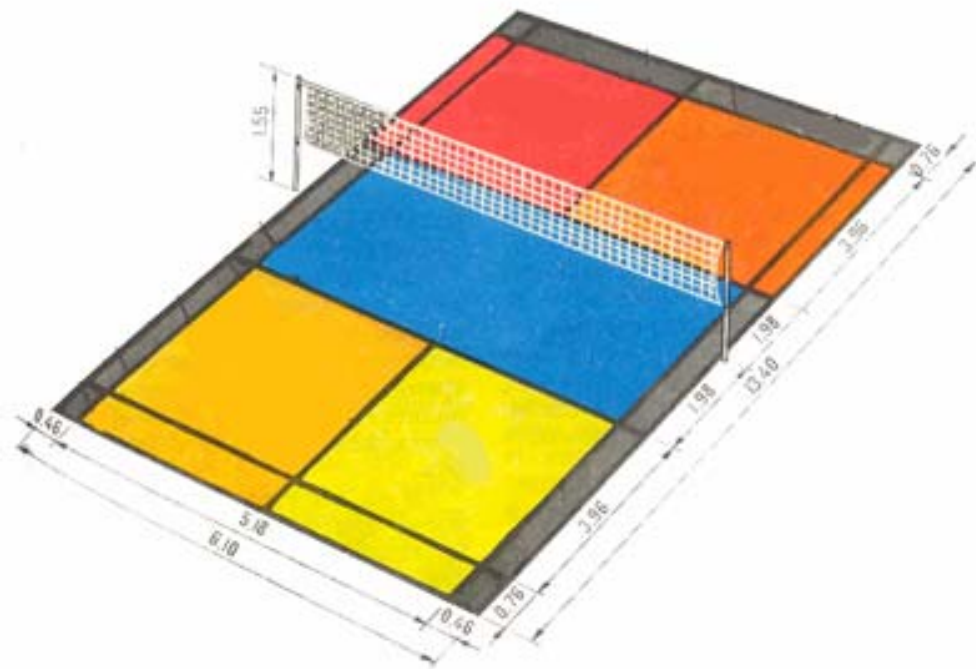


# BADMINTONS LATVIJĀ, EIROPĀ, PASAUĻĒ

Mūsdienu sabiedrības dzīves neatņemama sastāvdaļa ir sports. Badmintons ir viens no tiem sporta veidiem, kuriem ir būtiska nozīme cilvēka veselības uzlabošanā, fiziskajā attīstībā un sagatavotībā, garīgajā, sociālajā, radošajā attīstībā, izglītošanā un sabiedrības integrācijā.

Badmintons ir aizraujoša, dinamiska sporta spēle, kuru spēlē ar raketēm un spalvu bumbiņām samērā nelielā (13,40 X 6,10 m dubultspēlei, 13,40 X 5,18 m vienspēlei) taisnstūrveida laukumā (skat. 1.att.) viens pret vienu (vienspēlēs) vai divi pret divi (dubultspēlēs) pār 1,55 m augstumā novietotu tīklu. Bumbiņa visu laiku jāatsit no gaisa, tai nedrīkst ļaut pieskarties zemei. Tāpēc spēles temps ir ļoti ātrs un prasa lielu piepūli un sasprindzinājumu no sacensību dalībniekiem un badmintonistiem jābūt fiziski, psiholoģiski, tehniski un taktiski labi



**1. att. Badmintona spēles laukums**

sagatavotiem.

Izteiksmīgi badmintona spēli raksturojis Starptautiskās badmintona federācijas bijušais prezidents Džordžs Tomass (Anglija): “Pats interesantākais badmintonā ir tas, ka spēle pēc dalībnieku vēlēšanās var būt gan vienkārša, gan sarežģīta. Ja spēlētāja piepūli piecu setu tenisa

spēlē trīskāršosim, mēs gūsim priekšstatu par enerģiju, kas nepieciešama badmintonistam”.

Interesanti, ka badmintona bumbiņa lidojuma ātruma ziņā ieņem otro vietu starp pārējo sporta veidu bumbiņām. Pirmajā vietā atrodas golfa bumbiņa, kura, teicama meistara rokas raidīta, var lidot ar ātrumu 330 km stundā, bet tā tomēr nav jāatvairā pretiniekam. Labākie badmintonisti bumbiņu raida ar ātrumu 265 km stundā. Jāpiebilst, ka futbola bumbas vidējais ātrums ir 100 km, bet tenisa bumbiņas – līdz 245 km stundā.

Sporta badmintons ir iekarojis lielu popularitāti visā pasaulē. Tas tiek oficiāli kultivēts 154 pasaules valstīs, kas ir Starptautiskās badmintona federācijas (IBF) biedri uz 2004.gadu, un ir iekļauts Olimpisko spēļu programmā kopš 1992.gada. Badmintona popularitāti var izskaidrot ar spēles vienkāršo organizāciju, kas neprasa daudz vietas un dārgu aprīkojumu.

Badmintons attīsta tādas īpašības kā ātrumu, spēku, izturību, veiklību, lokanību, acumēru, precizitāti, uzmanību, reakciju, uzvaras gribu, taktisko domāšanu, un prasa no spēlētāja nepārtrauktu pilnveidošanos. Dubultspēlēs attīstās biedriskums, kolektīvās spēles iemaņas un radošā māka veidot skaistas un atjautīgas taktiskās kombinācijas.

Badmintona priekšrocības:

- Šis sporta veids ir ļoti demokrātisks un pieejams visu vecumu un spēles līmeņu spēlētājiem. Badmintona pamatus var sākt apgūt jau no 3 gadu vecuma (“Bērnu badmintona programma”) un turpināt spēlēt līdz sirmam vecumam (salīdzinot, piemēram, ar bobsleju vai mākslas vingrošanu, kur pārsniedzot vecumu, sporta veids vairāk nav pieejams);

- Daudz pilnvērtīgāk var izmantot sporta zāles iespējas (līdzīgas kā vairumā Latvijas skolu), kurās var izvietot 4-8 badmintona spēles laukumus un vienlaicīgi nodarboties 16-32 sportisti (atšķirībā no tenisa, kur tādā pašā sporta zālē var sportot tikai 4-8 cilvēki);

- Spēlējot “hobija” līmenī, ļoti viegli apgūstams (salīdzinot ar tenisu) un interesants, kā arī efektīvs (no fiziskās slodzes viedokļa) sporta veids;

- Profesionālā līmenī – viens no fiziski, tehniski, taktiski un psiholoģiski grūtākajiem sporta veidiem;

- Treniņu nodarbības un sacensības notiek abu dzimumu sportistiem kopā (pretēji kā boksā vai mākslas vingrošana);

- Sagatavošanās posms universāls un daudzpusīgs (Latvijas jaunie badmintonisti regulāri izcīna godalgotās vietas valsts un rajona mēroga sacensībās vieglatlētikā, kā arī ir savu vispārīglītojošo skolu izlašu dalībnieki basketbolā, futbolā u.c.);

- Nav bīstams sporta veids. Ļoti reti traumatisma gadījumi (pretēji kā kalnu slēpošanā vai tehniskajos sporta veidos);

- Nav iespējama un nenotiek dopinga un aizliegtu stimulatoru lietošana (pretēji kā vieglatlētikā, slēpošanā, riteņbraukšanā, kur, kā nevienam nav noslēpums, nav iespējama pasaules klases rezultātu sasniegšana nelietojot aizliegtas vielas);

- Badmintons ir tāds sporta veids, ar kuru var nodarboties visu gadu.

Badmintona trūkumi un faktori, kas traucē tā attīstību Latvijā:

- Pilnvērtīgi var spēlēt tikai sporta zālēs, jo brīvā dabā traucē vējš, saule;

- Salīdzinoši dārgs un ātri plīstošs spēles inventārs;

- Reklāmas un popularitātes trūkums Latvijā un citās Eiropas valstīs. Badmintona sacensības netiek rādītas Eirosport un citos TV kanālos, izņemot Āzijas valstu un Krievijas, Dānijas un Norvēģijas TV;

- Profesionālu treneru un speciālistu trūkums Latvijā.