

# БАДМИНТОН

## 1. Спортивная подготовленность

**Упражнение 1.** Выполнение подач (20 подач). **Высокая подача.** Для выполнения данного упражнения в задних углах площадки наносится разметка квадрата размером 50x50 см. Абитуриент выполняет 5 подач из левой и 5 подач из правой половин площадки. Считается количество попаданий волана в квадрат. При этом экзаменационная комиссия оценивает высоту выполнения подачи. **Короткая подача.** Для выполнения этого теста на площадку наносится разметка квадрат размером 25x25 см в углу на пересечении передней линии подачи и средней линии. Абитуриент выполняет 5 подач из правого и 5 подач из левого угла площадки. Считается количество попаданий воланом в мишень.

**Упражнение 2. Выполнение ударов (20 ударов). Высокий удар.** Для выполнения этого теста на площадку наносятся линии параллельно боковой линии на ширине 0,5 м от боковой линии. Производится по 5 высоких подач в задние углы площадки. Испытуемый должен произвести высокий удар, и волан должен приземлиться в зону между боковой линией и линией, нанесенной на площадку. **Смэш.** Проводится аналогично предыдущему, зона приземления волана такая же. Комиссии необходимо уделять внимание скорости полета волана. Перед ударом испытуемый находится в игровом центре.

**Упражнение 3. Прием подачи в переднюю зону.** Партнер производит короткую подачу по 5 раз в правую и левую зоны. Из 5 подач в каждую половину площадки: две необходимо принять в ближний передний угол (ПУ), две по прямой в среднюю зону (СЗ) и пятую - в диагонально расположенный задний угол (ЗУ).

## 2. Физическая подготовка

**Челночный бег 6X5 м.** Упражнение выполняется на одиночной площадке для игры в бадминтон. Испытуемый стоит в основной стойке бадминтониста на боковой линии. По зрительному сигналу бежит до противоположной боковой линии, касаясь ее одной ногой. Ускорение повторяется непрерывно 6 раз.

## 3. Специальные требования

Игра на счет (2 гейма). Абитуриентам необходимо продемонстрировать умение выполнять технико-тактические действия в игровых условиях.

| Баллы | Спортивная подготовленность       |                                   |                                   | Физическая подготовка |         |
|-------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|---------|
|       | Упражнение 1<br>(юноши и девушки) | Упражнение 2<br>(юноши и девушки) | Упражнение 3<br>(юноши и девушки) | юноши                 | девушки |
|       |                                   |                                   |                                   |                       |         |
| 20    | 20                                | 20                                | 10                                | 9,00                  | 11,00   |
| 19    | 19                                | 19                                | 9                                 | 9,02                  | 11,02   |
| 18    | 18                                | 18                                | 8                                 | 9,04                  | 11,04   |
| 17    | 17                                | 17                                | 7                                 | 9,06                  | 11,06   |
| 16    | 16                                | 16                                | 6                                 | 9,08                  | 11,08   |
| 15    | 15                                | 15                                | 5                                 | 9,10                  | 11,10   |
| 14    | 14                                | 14                                | 4                                 | 9,12                  | 11,12   |
| 13    | 13                                | 13                                | 3                                 | 9,14                  | 11,14   |
| 12    | 12                                | 12                                | 2                                 | 9,16                  | 11,16   |
| 11    | 11                                | 11                                | 1                                 | 9,18                  | 11,18   |
| 10    | 10                                | 10                                | 10                                | 9,20                  | 11,20   |
| 9     | 9                                 | 9                                 | 9                                 | 9,22                  | 11,22   |
| 8     | 8                                 | 8                                 | 8                                 | 9,24                  | 11,24   |
| 7     | 7                                 | 7                                 | 7                                 | 9,26                  | 11,26   |
| 6     | 6                                 | 6                                 | 6                                 | 9,28                  | 11,28   |
| 5     | 5                                 | 5                                 | 5                                 | 9,30                  | 11,30   |
| 4     | 4                                 | 4                                 | 4                                 | 9,32                  | 11,32   |
| 3     | 3                                 | 3                                 | 3                                 | 9,34                  | 11,34   |
| 2     | 2                                 | 2                                 | 2                                 | 9,36                  | 11,36   |
| 1     | 1                                 | 1                                 | 1                                 | 9,38                  | 11,38   |
| 0     | 0                                 | 0                                 | 0                                 | 9,40                  | 11,40   |

| Баллы | Специальные требования  |   |
|-------|---|---|
|       | Техника игры  | Тактика игры  |
| 10    | Выполнение атакующих действий в зону 1 м от боковой линии           | Розыгрыш комбинации завершающейся смэшем в 3 действия (3-4 раза)                |
| 9     |   |   |
| 8     | Прием подачи в зону 1 м от боковой линии                            | Розыгрыш комбинации с переводом волана от сетки на заднюю линию (1-2 раза)      |
| 7     |   |   |
| 6     | Выполнение атакующих действий в СЗ корта                            | Розыгрыш комбинации: перевод волана из одного дальнего угла в другой (1-2 раза) |
| 5     |   |   |
| 4     | Прием подачи в центр корта  | Розыгрыш комбинаций с изменением длины траектории волана                        |
| 3     |   |   |
| 2     | Выполнение большинства технических приемов с существенными ошибками | Выполнение большинства тактических приемов с существенными ошибками             |
| 1     |   |   |
| 0     | Ошибочное выполнение всех технических приемов                       | Ошибочное выполнение всех тактических приемов                                   |