



ಕ್ರೀಡಾಲೋಕಕ್ಕೆ ಸ್ವಾಗತ

ಕ್ರೀಡೆ ಇಲ್ಲದ ಜೀವನ ಕೀಟ ತಿಂದ ಹಣ್ಣಿನಂತೆ.

ಪಿಪಿಟಿ ತಯಾರಿಕೆ: ಹೆಚ್.ಟಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಮೈಸೂರು,
ಮೊ.ನಂ. 8762855289 / 9740139217

ಹೆಚ್.ಟಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಮೈಸೂರು.

ಬಾಲ್ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್

I. ಇತಿಹಾಸ ->

ಇದು ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದ ಕ್ರೀಡೆ.ತಮಿಳುನಾಡಿನ
ತಂಜಾವೂರಿನ ರಾಜಮನೆತನದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿ. ಶ.

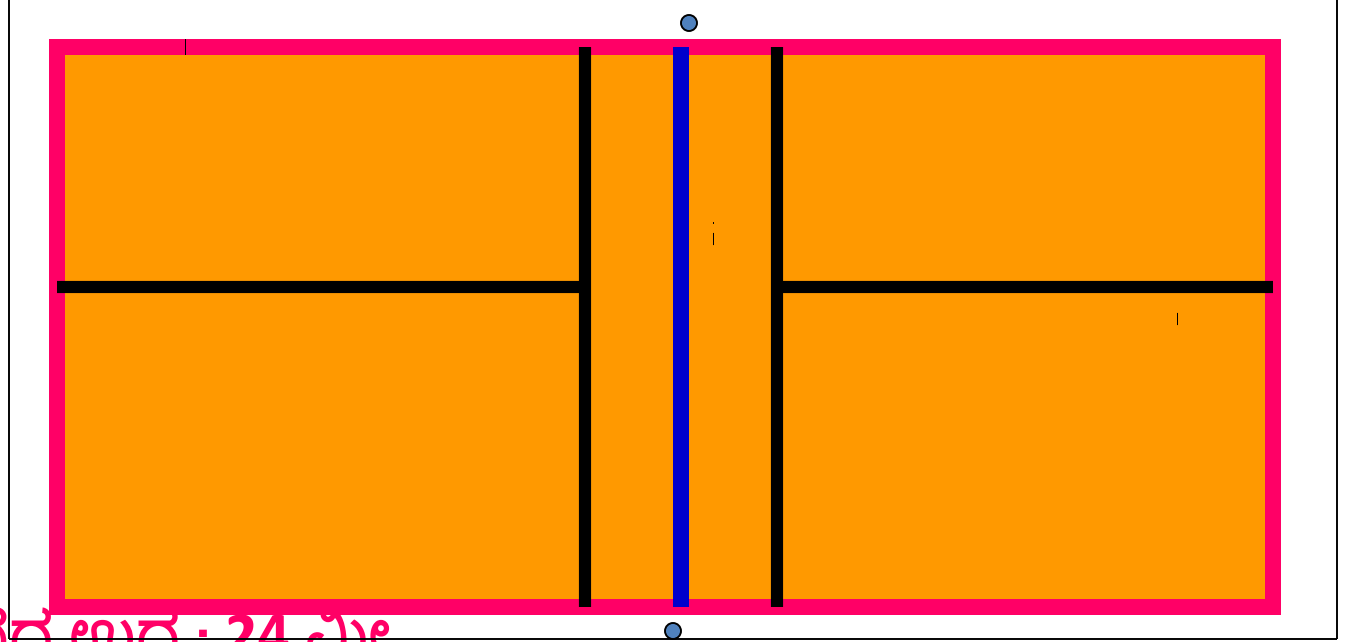
1856 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು.

II. ಫೆಡರೇಷನ್ ಸ್ಥಾಪನೆ.

- **18** ರಾಜ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಕ್ರಿ. ಶ. **1954**
ರಲ್ಲಿ->

“ಬಾಲ್ ಬ್ಯಾಡ್ಮಿಂಟನ್ ಫೆಡರೇಷನ್
ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ” ಸ್ಥಾಪನೆ.

III. ಅಂಕಣದ ಪರಿಚಯ ಹಾಗೂ ಅಳತೆಗಳು.



- ಮೈದಾನದ ಉದ್ದ : 24 ಮೀ.
- ಮೈದಾನದ ಅಗಲ: 12 ಮೀ.
- ಮೈದಾನದ ಎರಡೂ ಬದಿಗೆ - 1 ಮೀ ಕ್ರೀಸ್ ಲೈನ್.
- ಅಂಕಣಗಳು-> "ಎಡ" ಮತ್ತು "ಬಲ" .
- ಗೆರೆಯ ದಪ್ಪ : 5 ಮೀ.ಮೀ.
- ಸೈಡ್‌ಲೈನ್‌ನಿಂದ ಕಂಬಕ್ಕಿರುವ ಅಂತರ ;75 ಸೆಂ.ಮೀ.
- ಗೆರೆಗಳು :1-ಮಧ್ಯ 2 -ಕ್ರೀಸ್ 3- ಸೆಂಟರ್ 4- ಕೊನೆಯ ಗೆರೆಗಳು

IV. ಉಪಕರಣಗಳ ಪರಿಚಯ.

A. ಬಾಲ್ ->

● ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ಉಣ್ಣೆಯಿಂದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ

● ತೂಕ-22 ರಿಂದ 23 ಗ್ರಾಂ.

● ವ್ಯಾಸ: 5 ಸೆಂ.ಮೀ.ನಿಂದ 5.5 ಸೆಂ.ಮೀ.



B. ಬ್ಯಾಟ್ (RACKET).

- ತೂಕ : 200 ಗ್ರಾಂ ನಿಂದ 250 ಗ್ರಾಂ.
- ಉದ್ದ : 63 ಸೆಂ .ಮೀ ನಿಂದ. 70 ಸೆಂ.ಮೀ
- ಚೆಂಡು ಹೊಡೆಯುವ ಭಾಗ : 20 ರಿಂದ 22 ಸೆಂ ಮೀ.
ಅಗಲ.
- ಚೆಂಡು ಹೊಡೆಯುವ ಭಾಗದ ಉದ್ದ : 24 ರಿಂದ 27
ಸೆಂ.ಮೀ

C. ಬಲೆ. (NET)

ಉದ್ದ -> 13. 50 ಮೀ.

ಅಗಲ-> 1.00 ಮೀ.

ಎತ್ತರ-> ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ->183 ಸೆಂ ಮೀ.

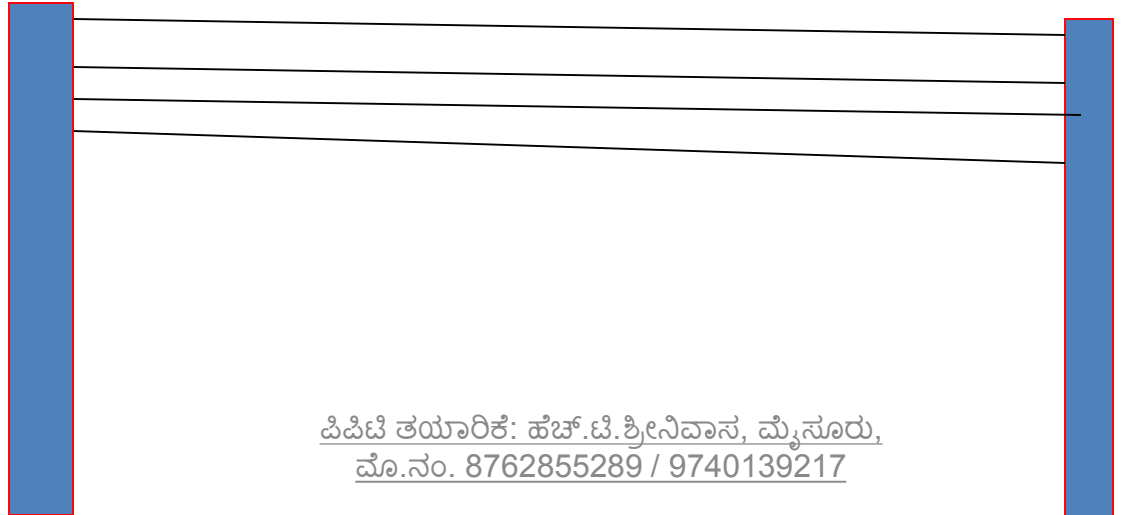
ಅಂಚಿನಲ್ಲಿ->185 ಸೆಂ ಮೀ.



D. ಕಂಬಗಳು

● ಎತ್ತರ -> 2 ಮೀ

● ಪ್ರತಿ ಸೈಡ್ ಲೈನಿನ ಮಧ್ಯ ಬಿಂದುವಿನಿಂದ →
0.75 ಮೀ ಹೊರಗಡೆ ನೆಡಬೇಕು.



V. ಆಟಗಾರರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಪೋಜಿಷನ್.

✚ -> ಪ್ರತಿ ತಂಡದಲ್ಲಿ -10 ಜನ.

✚ -> ಅಂಕಣದ ಒಳಗಡೆ - 5 ಜನ.

✚ -> ಮುಂದೆ - 2 ಜನ. ಮಧ್ಯ-
1 ಹಿಂದೆ - 2

✚ -> ಪ್ರತಿ ಸೆಟ್‌ಗೆ- 2 ಬದಲಿ
ಜನ ಆಟಗಾರರನ್ನು
ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು.



VI. ಒಂದು ಪಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೆಟ್‌ಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹಾಗೂ ಅಂಕಗಳು.

- -> ಒಟ್ಟು ಮೂರು ಸೆಟ್‌ಗಳು.
- -> ಎರಡು ಸೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ಗೆದ್ದವರು, ವಿಜಯಶಾಲಿಗಳು.
- -> ಪ್ರತಿ ಸೆಟ್‌ನಲ್ಲಿ 29 ಅಂಕಗಳಿರುತ್ತವೆ.

VII. ಪಂದ್ಯದ ತೀರ್ಪುಗಾರರು.

ರೆಫರಿ -> 1

ರೇಖಾ ತೀರ್ಪುಗಾರರು -> 2 ಅಥವಾ ಹೆಚ್ಚು

ಸ್ಕೋರರ್ -> 1

VIII. ಕ್ರೀಡಾ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು.

A. ಸರ್ವಿಸ್: ->

1. ... ಸರಳ ಸರ್ವಿಸ್.

2 ... ಸ್ಟಿನ್ ಸರ್ವಿಸ್ .

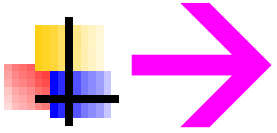
3 ... ಹೈಸ್ಟಿನ್ ಸರ್ವಿಸ್ .

B. ರಿಸೀವಿಂಗ್. (Receiving)

1. ... ತಲೆ ಮೇಲಿನ ಪಾಸ್ .
2. ... ಮುಂಗೈ-ಹಿಂಗೈಯಿಂದ ಚೆಂಡನ್ನು ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವುದು.
3. ... ಕೆಳಗೈಯಿಂದ ಹಿಂದಿರುಗಿಸುವುದು .



C. ಡ್ರಾಪಿಂಗ್.



ಈ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಮುಂದಿನ ಮತ್ತು ಮಧ್ಯಮ ಆಟಗಾರರು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಎದುರಾಳಿ ತಂಡದ ಮುಂದಿನ ಆಟಗಾರರು ನೆಟ್ಟಿನಿಂದ ಹೆಚ್ಚಿನ ದೂರದಲ್ಲಿ ಅಂದರೆ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಆಟ ಆಡುವಾಗ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಮುಂದಿರುವ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಚೆಂಡನ್ನು “ಡ್ರಾಪ್” ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಚೆಂಡು ನೆಟ್ಟಿನ ಬಳಿಯೇ ಎದುರಾಳಿಯ ಅಂಕಣದಲ್ಲಿ ಬೀಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

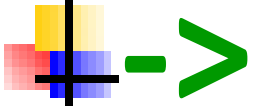
D. ಸಾತ್ಯಶಿಂಗ್.

ಸಾತ್ಯಶಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧ :->

1. -> ಸ್ಟಿನ್ ಸಾತ್ಯಶಿಂಗ್.

2. -> ಡೈರೆಕ್ಟ್ ಸಾತ್ಯಶಿಂಗ್.


E.ಪ್ಲೇಸ್ಮಂಟ್.



ಆಟಗಾರ ಎದುರಾಳಿ ಕಣದಲಿ ಖಾಲಿ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಚೆಂಡನ್ನು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ಎದುರಾಳಿ ಆಟಗಾರರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಾರದಂತೆ ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಚೆಂಡನ್ನು ಆ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸುವುದನ್ನು

“ ಪ್ಲೇಸ್ಮಂಟ್ “ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

IX. ರಾಷ್ಟ್ರಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ ತಂಡದ ಸಾಧನೆ.

 -> ಮಹಿಳಾ ತಂಡ : ಸತತವಾಗಿ 33 ವರ್ಷ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಗಳಿಸಿ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿದೆ.

 -> ಪುರುಷರ ತಂಡ : 2007 ಮತ್ತು 2008 ರಲ್ಲಿ 2 ಬಾರಿ ಪ್ರಥಮ ಮತ್ತು ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ದ್ವಿತೀಯ ಸ್ಥಾನ ಗಳಿಸಿದೆ.

X. ಪ್ರಸಿದ್ಧ ರಾಷ್ಟೀಯ ಆಟಗಾರರು.

✚ -> ಶ್ರೀಮತಿ : ಬಿ ಜಯಮ್ಮ.

✚ -> ಶ್ರೀಮತಿ : ಶಕುಂತಲಾ.

✚ -> ಶ್ರೀ.ಎನ್. ಎಲ್. ನಾರಾಯಣ.

✚ -> ಶ್ರೀ. ಮಹಾದೇವಗೌಡ.
(ಮುಂದುವರೆದಿದೆ)

ಶ್ರೀ. ಜಿ.ಬಿ. ನಾಗರಾಜ್.

ಶ್ರೀ. ಸುದರ್ಶನ್.

ಶ್ರೀ.ವಿಕ್ಟರ್.

ಶ್ರೀ. ಹೆಚ್. ಡಿ. ಸುಧಾಕರ್.

XI. ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳಿಗೆ ನೀಡುವ ಪ್ರಶಸ್ತಿಗಳು.

- -> ಅರ್ಜುನ್ ಪ್ರಶಸ್ತಿ.
- -> ಏಕಲವ್ಯ ಪ್ರಶಸ್ತಿ.
- -> ಸ್ವಾರ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ. (ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ)
- -> ಸ್ವಾರ್ ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ. (ಪುರುಷರಿಗೆ)

ವಂದನೆಗಳೂ ಂದಿಗೆ.....



BadmintonScreensaver

ಪಿಪಿಟಿ ತಯಾರಿಕೆ: ಹೆಚ್.ಟಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ, ಮೈಸೂರು,
ಮೊ.ನಂ. 8762855289 / 9740139217