



## CURSO DE APERFEIÇOAMENTO TÉCNICO DO BADMINTON PARANAENSE 2010

DIAS 29, 30 E 31 /01/2010



*Santa Mônica*  
CLUBE DE CAMPO

Prezados participantes do Curso de Aperfeiçoamento Técnico do Badminton Paranaense 2010, o curso se iniciará na sexta-feira à noite com o Árbitro Internacional Rodrigo Wang, o qual abordará temas relacionados a arbitragem e regras do jogo. No Sábado e no Domingo, o Professor Pedro Chen realizará o curso de técnicas do badminton – teoria e prática. Durante o curso do Prof. Pedro Chen, o Sr. Rodrigo Wang observará, em momentos oportunos, situações de jogo relacionadas à regra e comportamento em quadra abordadas na sexta-feira.

Aqueles que não efetuaram o pagamento das suas inscrições, deverão fazê-lo com o Alceu Cruz na sexta-feira no início do curso.

Quanto a hospedagem, o Professor Elizeu solicitou informações aos participantes de fora de Curitiba. Aqueles que não enviarem até as 14 horas da quinta-feira, dia 28/, a BFP não se compromete em conseguir alojamento.

Também solicitamos que os interessados em participar confirmem a sua participação até as 16 horas da quinta-feira, para que possamos imprimir as apostilas.

O local do curso será no Ginásio Principal onde tradicionalmente ocorrem as competições de badminton no Santa Mônica Clube de Campo.

### **Programação**

**Dia 29/01, Sexta-feira, período da noite: 18:30 às 21:30 hs**

**Arbitragem e Regras do Jogo**

**Instrutor: Árbitro Internacional Rodrigo Wang**

---

**Dia 30/01, Sábado de Manhã: 9:00 às 12:00 hs**

**Abordagem Teórica, data show**

**Instrutor: Professor Pedro Chen**

### **Tópicos Principais**

**1) Quadra e Peteca**

**2) Empunhadura**

Grip, Forehand Grip, Backhand Grip, opções de Grip,  
Quando usar forehand e backhand

**3) Trabalho dos pés - footwork**

Posições, opções de footwork em rallies, defesa, drives

**4) Ataque e defesa**

Golpes  
Ação do golpe na peteca  
Clear Forehand  
Drop  
Drive  
Net  
Smash

**5) Posicionamento**

Áreas críticas de jogo  
Onde atacar ou defender  
Serviço Simples  
Recepção Simples  
Posicionamento Simples  
Serviço Duplas  
Recepção Duplas  
Posicionamento Duplas

**6) Diagnóstico do Estado de Saúde e Nível da preparação do Atleta**

**7) Análise das Capacidades Físicas (determinantes e condicionantes) na Preparação Física dos Jogadores de Badminton**

**8) Como melhorar o treinamento?**

Aprendizagem dos alunos

Metodologia de ensino

Planejamento das aulas,

Organização da turma,

**9) Técnicas de Lançamento das Petecas**

**10) O que Direcionar no Treinamento**

**11) Análise dos jogadores**

**12) Considerações finais**

**Dia 30/01, Sábado de Tarde: 13:30 às 19:00 hs**

**Abordagem Prática com treinadores e atletas**

**Instrutor: Professor Pedro Chen**

**Tópicos Principais**

- 1) Demonstração Prática dos temas abordados na teoria**
- 2) Jogos com atletas e professores, realizando-se análises técnicas e táticas**

**Dia 31/01, Domingo, período da manhã: 9:00 às 12:30 hs**

**Abordagem Prática com treinadores e atletas**

**Instrutor: Professor Pedro Chen**

**Tópicos Principais**

- 1) Continuação dos jogos com atletas e professores, realizando-se análises técnicas e táticas.**

**Ao final do curso, os participantes serão convidados a participar de uma recreação de badminton no Parque Barigui, no período da tarde, caso o tempo esteja bom.**