



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E INOVAÇÃO

AGSE

AGÊNCIA PARA
A GESTÃO DO SISTEMA
EDUCATIVO



Desporto Escolar

BADMINTON

REGULAMENTO ESPECÍFICO

2026-2028



Ficha Técnica

Título

Regulamento Específico de Badminton 2026-2028

Data

Outubro de 2026

Edição

1.^a edição

Autoria

Agência para a Gestão do Sistema Educativo, I. P.

Coordenação

Unidade de Desporto Escolar

[Página eletrónica oficial](#)



Índice

Índice.....	3
Introdução.....	4
Capítulo I Caraterísticas da competição	5
Artigo 1º Escalões etários	5
Artigo 2º Tipologia das Provas, Formato de jogo e variantes da modalidade	6
Artigo 3º Instalações Desportivas/ Dimensões do espaço de prática	8
Artigo 4º Material e equipamento	10
Capítulo II Normas regulamentares	11
Artigo 5º Acreditação ou identificação	11
Artigo 6º Falta administrativa e Falta de Comparência	12
Artigo 7º Subidas de escalão	13
Artigo 8º Elegibilidade e participação de alunos federados	14
Capítulo III Regulamento técnico-pedagógico	15
Artigo 9º DE Jogar +	15
Capítulo IV Organização das provas e competições	22
Artigo 10º Procedimentos	22
Capítulo V Leis do Jogo/Ajuizamento e arbitragem/Cartão Branco	29
Artigo 11º Leis do Jogo (resumo)	29
Artigo 12º Ajuizamento e arbitragem	32
Artigo 13º Cartão Branco	33
Capítulo VI Badminton Adaptado	34
Artigo 14º Badminton Adaptado	34
Artigo 15º Considerações Finais	35
Anexos	36
Anexo 1 – Modelos de Quadros Competitivos.....	36
Anexo: 2 - BOLETIM DE CONSTITUIÇÃO DE EQUIPA.....	44
Anexo: 3 - BOLETIM DE ENCONTRO DE EQUIPAS.....	45
Anexo: 4 - BOLETIM DE ORDENAÇÃO DE EQUIPA	46
Anexo: 5 - BOLETIM DE PARTIDA	47
ANEXO 6 – BADMINTON ADAPTADO	48

Introdução

Este Regulamento Específico aplica-se a todas as competições de Badminton realizadas no âmbito do Regulamento Geral de Funcionamento do Desporto Escolar (RGFDE) e em conformidade com o estipulado no Regulamento de Provas e Competições do Desporto Escolar (RPCDE) e Regras oficiais da Federação Portuguesa de Badminton em vigor. Inclui, ainda, orientações pedagógicas para a prática do Badminton no âmbito do projeto «DE Jogar+». Pode, ainda, ser complementado pelo Regulamento de Prova da respetiva fase (Local, Regional e Nacional), a elaborar pela respetiva entidade organizadora.

O presente regulamento visa promover a prática do Badminton no Desporto Escolar de forma inclusiva, participativa e progressiva, através de experiências de iniciação, formação e competição adequadas aos diferentes projetos e atividades, em alinhamento com os Projetos Educativos das escolas e com a Estratégia Nacional para o Desporto Escolar 2026-2036, contribuindo para a formação integral dos alunos e para o seu desenvolvimento desportivo.

No projeto «DE Competição», as provas e competições constituem a expressão do trabalho pedagógico e desportivo desenvolvido de forma regular e continuada pelos Grupos-Equipa, valorizando a participação efetiva, o compromisso dos alunos e a identidade da escola. A participação competitiva pressupõe a integração efetiva dos alunos no respetivo Grupo-Equipa e a sua participação regular no processo de treino e preparação desenvolvido pela escola, nos termos do RGFDE e do RPCDE, não sendo permitida a inscrição de alunos exclusivamente para reforço competitivo pontual.

As regras oficiais da Federação Portuguesa de Badminton aplicam-se a todos os escalões, com a adaptação das regras às condições de realização das partidas, ao equipamento disponível e aos recursos humanos existentes nas escolas. Para os vários escalões aplica-se ainda o Regulamento Técnico Pedagógico exposto neste documento.

Capítulo I

Caraterísticas da competição

Artigo 1º

Escalões etários

1. Para efeitos de participação nas atividades e competições do Desporto Escolar, quando aplicável, os alunos enquadram-se por escalões etários, nos termos da tabela que se segue:

Tabela 1. Escalões etários.

ANO LETIVO ESCALÃO	2026/2027	2027/2028
	Ano de Nascimento	Ano de Nascimento
Infantil A (Sub 11)	2016 a 2018	2017 a 2019
Infantil B (Sub 13)	2014 e 2015	2015 e 2016
Iniciado (Sub 15)	2012 e 2013	2013 e 2014
Juvenil (Sub 18)	2009 a 2011	2010 a 2012
Júnior (Sub 21)	2005 a 2008	2006 a 2009

- Os alunos do escalão Infantil A (Sub 11) podem participar nas atividades de treino dos Grupos-Equipa (GE) do projeto «DE Competição», incluindo o exercício de funções de arbitragem e de aluno-dirigente exclusivamente no âmbito dos treinos, não podendo participar nas provas e competições deste projeto na qualidade de alunos-praticantes, juizes-árbitros ou alunos-dirigentes.
- Os alunos referidos no número anterior devem constar da ficha de inscrição do respetivo Grupo-Equipa, não sendo contabilizados para efeitos do número mínimo de alunos exigido para a sua constituição.
- Cada Grupo-Equipa (GE) terá de ter o número mínimo de 18 alunos inscritos, e o mínimo de 9 alunos do mesmo escalão e género, de acordo com o n.º 14 do artigo 20º do Regulamento Geral de Funcionamento do Desporto Escolar (RGFDE) 2026-2028.
- Cada Grupo-Equipa terá de ter, pelo menos, 2 alunos Árbitros inscritos.
- A inscrição de alunos em Grupo-Equipa de outros Agrupamentos de Escolas, Escolas não Agrupadas e Estabelecimentos de Ensino Particular e Cooperativo

(AE/EnA/EEPC), no âmbito dos projetos “DE Competição” e “DE Competição+”) depende da celebração de protocolo de cooperação entre o AE/EnA/EEPC de origem e o AE/EnA/EEPC de acolhimento.

7. Não é permitida a celebração de protocolo de cooperação para Grupo-Equipa na modalidade em que o aluno detenha filiação federativa.
8. Os Grupos-Equipa integrados no “DE Competição+” participam exclusivamente em competições federadas.

Artigo 2º

Tipologia das Provas, Formato de jogo e variantes da modalidade

1. Competição Individual/Pares
 - a) Cada Grupo/Equipa deverá apresentar, obrigatoriamente, em qualquer competição local, com exceção das provas de equipas:
 - b) Um número mínimo de 8 alunos praticantes a competir, pertencentes, pelo menos, a dois escalões ou géneros distintos;
Nota: Esta premissa pode ser ajustada ao formato competitivo utilizado em cada Coordenação Local do Desporto Escolar (CLDE), sendo obrigatoriamente definida em documento próprio, pela Coordenação Local, no início do ano letivo.
 - c) Pelo menos um Árbitro com formação realizada no âmbito do Plano Nacional de Formação de Juízes/Árbitros Escolares (PNFJAE) e devidamente inscrito nos Documentos de Gestão do Desporto Escolar (DGDE).
2. Modelo competitivo
 - a) O Modelo competitivo geral, de acordo com os diversos escalões e géneros é o seguinte:

Tabela 2. Modelo competitivo geral.

ESCALÕES	TIPOLOGIA DE PROVA
INFANTIS B – SUB 13	Singular Homem (masculino) - SH Singular Senhora (feminino) - SS

INICIADOS - SUB 15	Singular Homem – SH Singular Senhora - SS Par Homem - PH Par Senhora - PS Par Misto - PM
JUVENIS - SUB 18	Singular Homem - SH Singular Senhora - SS Equipa Masculina Equipa Feminina

Nota: No escalão de **Iniciados**, cada jogador poderá participar no máximo em duas provas num encontro/concentração local, regional ou nacional.

Por exemplo:

- Participar apenas numa prova (singulares ou uma das 3 provas de pares);
- Participar na prova de singulares e numa das provas de pares;
- Participar em duas provas de pares.

Nota: A utilização de volantes de penas nas Fases Regional e Nacional (meias-finais e finais), só se verifica como opção se houver mútuo acordo entre os adversários.

3. Competição de equipas (exclusiva do escalão de Juvenis)

a) Constituição da equipa:

- i. Cada equipa, em cada encontro, é constituída por 4 jogadores, obrigatórios, num máximo de 5 elementos. No boletim de inscrição, os cinco elementos devem estar ordenados pela sua classificação individual (ranking);
- ii. Um professor responsável pelo GE;
- iii. Um Árbitro com formação no âmbito do PNFJAE e inscrito nos DGDE.

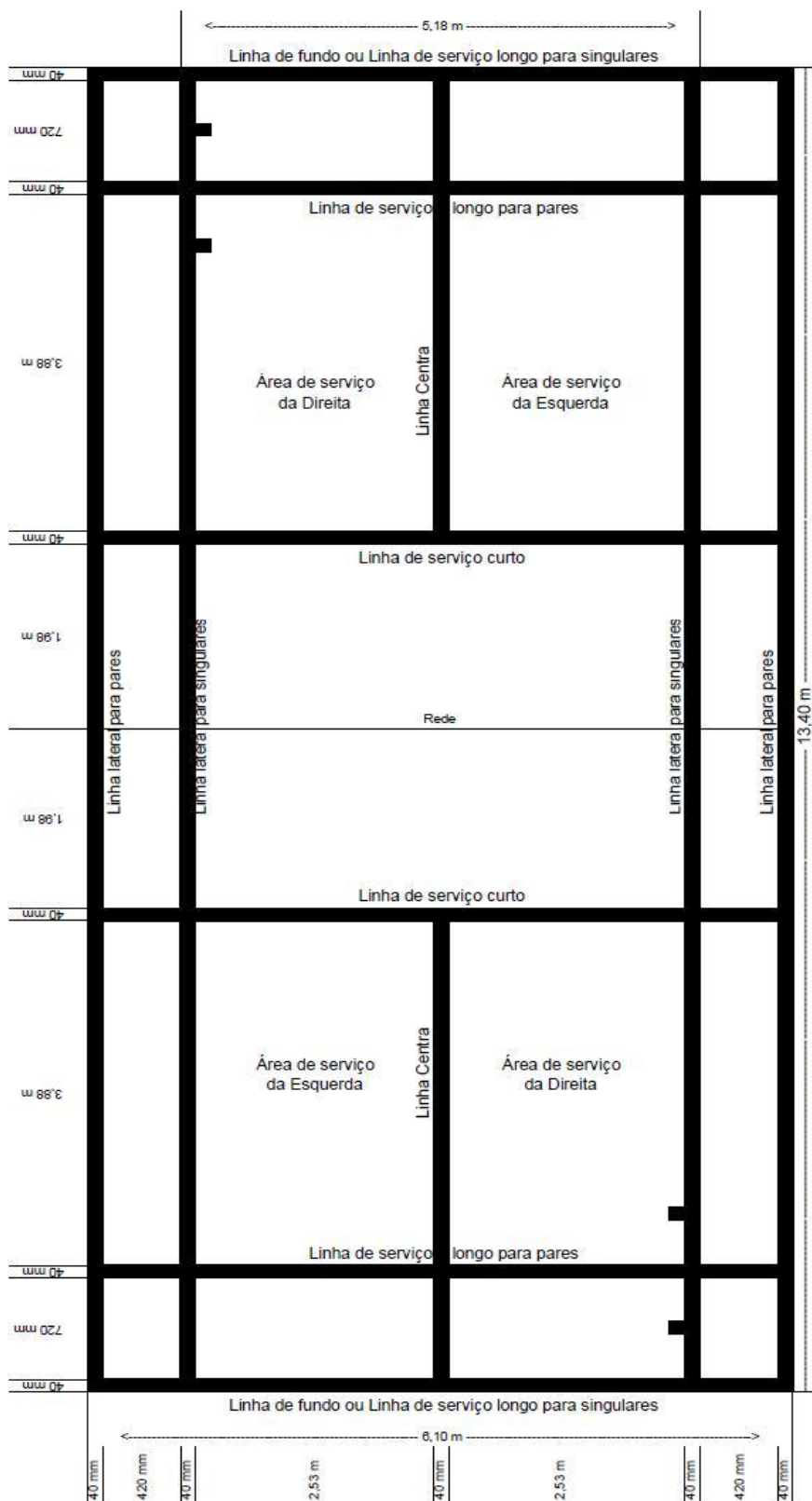
b) Substituições

- i. Após o início do encontro não poderá haver substituição dos jogadores apresentados. Em caso de lesão de um dos elementos, a equipa perde a partida ou as partidas em que esse jogador iria participar.
- ii. No encontro seguinte o jogador lesionado poderá ser substituído, sendo que, o jogador substituto deverá ocupar o seu lugar segundo a sua classificação ou ordenação de ranking. Este jogador não pode substituir na ordenação da equipa, um jogador com classificação acima da sua.

Artigo 3º

Instalações Desportivas/ Dimensões do espaço de prática

1. As instalações desportivas devem ser adequadas para a prática do Badminton, acautelando a boa visibilidade do volante, ausência de vento no recinto de jogos, e mantendo o espaço seguro para a competição. Neste sentido, a Organização deverá assegurar uma boa visualização do jogo no que se refere à excessiva luminosidade que possa prejudicar os praticantes.
2. As instalações desportivas para a realização de competições devem permitir a marcação de pelo menos quatro campos com as medidas oficiais e os distanciamentos previstos nas leis do jogo.
3. O recinto de jogo deve ter, sempre que possível, pelo menos 7,50 metros de altura praticável, sem objetos suspensos, com distâncias laterais de pelo menos 1,50 metros, e 2 metros na profundidade entre campos ou outros obstáculos.
4. Para as provas regionais e nacionais, caso existam, deverá haver algum cuidado na escolha dos equipamentos desportivos, de modo a dignificar a prática desportiva, privilegiando sobretudo os aspetos de segurança e higiene, ao mesmo tempo deverão possibilitar o desenvolvimento da prova com o ritmo necessário. Os pavilhões propostos pelas Coordenações Locais e Regionais do Desporto Escolar, coorganizadoras dos Campeonatos Nacionais, deverão ser do conhecimento prévio da Coordenação Nacional do Desporto Escolar e ter a sua aprovação.
5. O campo deverá ser um retângulo e disposto como consta na Figura 1 e com as medidas aí constantes, definidas por linhas de 40mm de largura.
6. As linhas devem ser facilmente distinguíveis e, de preferência, brancas ou amarelas.
7. Quando o espaço não permite a marcação de um campo de pares, pode ser marcado apenas para singulares.



8. Os postes deverão ter 1,55 metros de altura, contada a partir da superfície do campo e serem suficientemente fortes, de modo a permanecerem na vertical e manter a rede como prevê o regulamento, colocados sobre as linhas laterais.
9. Quando não é possível ter postes sobre as linhas laterais, deverá ser utilizado um método tal que indique a posição das linhas laterais, no ponto em que passam sob a rede, isto é, quer pelo uso de postes finos, quer por fitas de material com 40mm de largura, fixadas nas linhas laterais e erguendo-se até à tira de lona da rede, presos à sua malha.
10. A rede deverá ser feita de corda fina, de cor escura, de espessura constante e com a malha não inferior a 15mm e não superior a 20mm.
11. A rede deverá ter 760mm de profundidade e no mínimo 6,10 metros de largura.
12. A distância entre a superfície do solo e o topo da rede será de 1,524m ao centro do campo e 1,55m nos postes colocados sobre a linha lateral de pares.

Artigo 4º

Material e equipamento

1. O Volante deverá ser sintético de cor branca ou amarela, com cabeça de cortiça, fita azul (velocidade média): Victor Shuttle 2000; Yonex Mavis 600; Yonex Mavis 2000, ou ainda, um volante similar, indicado pela CNDE.
2. Nas fases finais Regionais e Nacionais poderão ser utilizados volantes de penas ou híbridos aprovados para as competições oficiais da Federação Portuguesa de Badminton. No entanto, utilização de volantes de penas ou híbridos nas Fases Regional e Nacional (meias-finais e finais), só se verifica como opção, e se houver mútuo acordo entre os adversários.
3. A superfície da raquete que bate o volante, deve ser plana e consistir num padrão de cordas cruzadas, presas a uma estrutura e/ou alternadamente entrelaçadas ou, sobrepostas, onde se cruzem. O padrão das cordas entrelaçadas deve ser geralmente uniforme e, em particular, não menos denso no centro do que em qualquer outra área.
4. A estrutura da raquete, incluindo a pega, não deverá exceder 680mm em todo o seu comprimento e 230mm em toda a sua largura.
5. O comprimento máximo total da cabeça da raquete não pode exceder os 290mm.

6. A superfície de cordas não poderá exceder os 280mm no seu comprimento máximo, nem os 220mm na sua largura máxima.
7. A raquete deve estar livre de objetos agarrados ou de protuberâncias, a não ser aquelas utilizadas única e exclusivamente para limitar, ou evitar, o gasto, o suor, a vibração, para distribuir o peso ou para ligar a pega, através de uma fita, à mão do jogador, desde que sejam razoáveis em tamanho e colocação para tais fins, bem como deve estar livre de qualquer artifício que torne possível a um jogador modificar materialmente a forma da raquete.
8. Em todas as provas os praticantes representantes do mesmo GE devem possuir equipamento igual, e, sempre que possível, com o nome ou logótipo da Escola e do Desporto Escolar.
9. Nas provas e/ou campeonatos escolares é vedada a todos os participantes a utilização de equipamento oficial de clube nacional ou estrangeiro.
10. Os jogadores deverão apresentar-se em campo com equipamento desportivo (do Desporto Escolar) adequado à prática do Badminton, respeitando sempre o seu traje regulamentar, isto é, calção/saia, camisa ou polo adequado, sem marcas ou fotos de dimensões superiores a 10 cm.
11. Nos jogos de pares as camisas ou polos de cada par são da mesma cor.
12. Não deverá ser permitido nas Fases Local, Regional e Nacional jogar de calças de fato de treino e camisolas atadas à cintura, nem calções desadequados como bermudas de praia.

Capítulo II

Normas regulamentares

Artigo 5º

Acreditação ou identificação

1. Antes do início de qualquer prova ou competição é obrigatória a acreditação e identificação dos alunos praticantes, árbitros, dirigentes, professores responsáveis pelos GE, professores ou técnicos acompanhantes, e restantes participantes, em data, hora e local definidos pela entidade organizadora.

2. Os procedimentos, horários e condições de acreditação são divulgados pela entidade organizadora juntamente com o programa da competição.
3. Nos Campeonatos/Provas Regionais Escolares e Campeonatos /Provas Nacionais Escolares, todos os praticantes acreditados devem aceitar as condições estabelecidas pela entidade organizadora, permanecendo na atividade desde o momento da acreditação até ao encerramento da mesma e participando em todos os momentos previstos no programa oficial, designadamente cerimónias e outras atividades indicadas.
4. O incumprimento do número anterior determina a aplicação das consequências previstas no n. 4.º do artigo 30.º do RGFDE 26-28, podendo implicar a possibilidade de participação e/ou a desclassificação.
5. Nas provas singulares ou pares a desclassificação aplica-se ao aluno praticante em incumprimento e/ou ao par em que ele participa. Nas provas de equipas, a desclassificação pode aplicar-se à equipa quando, na sequência da desclassificação de um ou mais participantes, esta deixa de reunir o número mínimo de 4 praticantes previsto no número 2 do artigo 2.º do presente regulamento.
6. Em todas as competições (locais, regionais ou nacionais) o professor responsável deve fazer-se acompanhar dos seguintes documentos:
7. documento de identificação dos alunos participantes;
8. ficha de inscrição do GE retirada dos DGDE, devidamente atualizada e autenticada pela direção dos AE/EnA/EEPC;
9. ficha de inscrição dos alunos árbitros retirada dos DGDE, devidamente atualizada e autenticada pela direção dos AE/EnA/EEPC;

Artigo 6º

Falta administrativa e Falta de Comparência

1. É considerada falta administrativa quando:
 - a) Um GE, nas jornadas/concentrações de Singulares/Pares realizadas na fase local, não se apresente com um número mínimo de 8 jogadores e pelo menos um Árbitro com formação, realizada no âmbito do PNFJAE e devidamente inscrito nos DGDE;

Nota: Esta premissa pode ser ajustada, ao formato competitivo utilizado em cada CLDE, sendo obrigatoriamente definida no início do ano letivo.

- b) Um GE, nas jornadas/concentrações de Singulares/Pares realizadas na fase local, não participe em dois escalões ou géneros distintos;
 - c) Nas competições de equipas, a equipa se apresenta com um número inferior a 4 jogadores, e/ou sem Árbitro, e/ou sem Professor responsável pelo GE.
 - d) O professor responsável pelo GE, não apresenta a documentação exigida para a Acreditação.
2. É considerada falta de comparência quando:
- a) O GE não comparece na prova;
 - b) O GE se apresenta fora do tempo regulamentar estipulado;
 - c) Os jogadores do GE, por sua opção, não realizam o jogo/prova.
 - d) O GE se apresenta sem o professor responsável ou de professor que o substitua.

Artigo 7º

Subidas de escalão

1. Em conformidade com o RPCDE 26-28, ao aluno praticante do Desporto Escolar apenas é permitida a participação em competições no escalão etário correspondente à sua idade ou no escalão imediatamente superior. O aluno mantém-se, até ao final do ano letivo, nesse escalão.
2. A decisão de subida de escalão deve respeitar o princípio do harmonioso desenvolvimento do aluno e implica que, no decorrer desse ano letivo, o aluno deixe de poder participar, em provas oficiais, no escalão correspondente à sua idade.
3. No escalão de Iniciado (Sub 15), a subida ao escalão imediatamente superior apenas é permitida aos alunos que se encontrem no último ano do escalão correspondente à sua idade.
4. No escalão de Infantil B (Sub 13), a subida ao escalão imediatamente superior é permitida aos alunos que se encontrem em qualquer um dos anos do escalão correspondente à sua idade.
5. Nos escalões Infantil A (Sub 11) e. Juvenil (Sub 18), não é permitida a subida ao escalão imediatamente superior.

6. A subida ao escalão imediatamente superior deve ser formalizada nos DGDE até 15 março, inclusive, do ano letivo em curso.

Artigo 8º

Elegibilidade e participação de alunos federados

1. A condição de aluno federado não constitui impedimento à participação nas provas e competições de Badminton do projeto «DE Competição».
2. A participação dos alunos federados deve compatibilizar-se com a criação de oportunidades efetivas de participação, progressão e sucesso desportivo para os alunos não federados.
3. Apenas podem participar, na qualidade de alunos-praticantes, nas provas e competições do projeto «DE Competição» os alunos devidamente inscritos no respetivo GE e que nele desenvolvam atividade regular ao longo do ano letivo, nos termos do RGFDE e do RPCDE, não sendo permitida a participação exclusivamente para reforço competitivo pontual.
4. Compete ao professor responsável pelo GE assegurar o cumprimento dos requisitos de elegibilidade e participação e o registo da condição de aluno federado ou não federado no processo de inscrição. Sempre que solicitado pela entidade organizadora, o AE/EnA/EEPC deve disponibilizar os elementos necessários à comprovação da integração efetiva e da participação regular dos alunos no Grupo-Equipa, nos termos do RPCDE.
5. A condição de aluno federado na modalidade de Badminton deve ser assinalada no boletim de jogo, de acordo com a informação constante do respetivo processo de inscrição, para efeitos de monitorização e análise da participação.

Capítulo III

Regulamento técnico-pedagógico

Artigo 9º

DE Jogar +

1. O DE Jogar+ tem como objetivo proporcionar a todos os alunos experiências desportivas de qualidade, inclusivas, diversificadas e motivadoras. As atividades pedagógicas devem contribuir para desenvolver a literacia física, a autonomia, o gosto pela prática e a confiança dos alunos, respeitando o seu ritmo de desenvolvimento e promovendo uma competição pedagogicamente significativa.
2. Princípios estruturantes do DE Jogar+:
 - a) Regularidade e Continuidade: prática sistemática distribuída ao longo da semana para consolidar hábitos de exercício físico.
 - b) Flexibilidade: modelo flexível na escolha das modalidades e no número de sessões por modalidades e adaptada à realidade da escola.
 - c) Proximidade: promoção de encontros/convívios/competição de proximidade com outros Agrupamentos de Escolas, Escolas não Agrupadas e Estabelecimentos de Ensino Particular e Cooperativo (AE/EnA/EEPC) e parcerias com associações locais, clubes, federações e outras entidades, de modo a enriquecer a oferta e contribuir para o desenvolvimento desportivo local.
 - d) Inclusão e Equidade: criação de uma cultura de remoção de barreiras físicas e atitudinais com a participação generalizada de todos os alunos, independentemente do seu nível de habilidade. Garantir que o programa se adapta ao aluno e não o inverso.
 - e) Modelo de implementação do badminton no DE Jogar+ por ciclo:
3. No sentido de proporcionar uma Competição Significativa, os desafios/atividades deverão estar adequados à fase de desenvolvimento, nível de competência e objetivos dos participantes, permitindo que a experiência competitiva contribua para a aprendizagem, motivação e desenvolvimento a longo prazo. Ou seja, a competição deve servir o desenvolvimento do praticante, e não o contrário.

CARACTERÍSTICAS DAS ATIVIDADES A DESENVOLVER	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver padrões motores básicos e a coordenação óculo-manual e espaço-temporal. - Desenvolver as atividades fundamentais para o badminton.
Desenvolvimento Técnico Específico	<ul style="list-style-type: none"> - Lançar por cima e por baixo, do lado direito e do lado esquerdo. - Controlo do volante, com e sem raquete. - Pegas da raquete. - Aprender o padrão de movimento correto dos batimentos básicos/fundamentais. - Introduzir uma maior variedade de batimentos. - Controlar a direção dos batimentos (diretos e cruzados). - Desenvolver a capacidade de fazer adaptações à pega (usar uma pega relaxada). - Movimentos básicos de badminton (afundo, chassé e rotação).
Desenvolvimento Físico	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de jogos divertidos integrando habilidades específicas de badminton. - Desenvolvimento de elementos básicos de agilidade, equilíbrio, coordenação e velocidade; - Integrar os movimentos base (correr, saltar, lançar, puxar, apanhar, bater e mudança de direção) com movimentos específicos de badminton.
Preparação Tática	<ul style="list-style-type: none"> - Criar e usar o espaço. - Conhecer a posição base através de jogos divertidos. - Tática de singulares (tais como o uso da profundidade e da largura do campo, etc.). - Tática de pares. - Posição base no jogo de singulares e pares. - Introduzir o conceito de bater o volante cedo/mais alto.
Habilidades Psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Competir com diversão. - Aprender as regras do jogo. - Aprender a imaginação e visualização mental. - Aprender a definir objetivos realistas. - Aprender a controlar os pensamentos. - Aprender a controlar a ansiedade através da respiração. - Relaxamento muscular.

3º Ciclo

CARACTERÍSTICAS DAS ATIVIDADES A DESENVOLVER	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Construir uma base aeróbia. - Aumentar o treino de força. - Aprofundar as habilidades específicas do badminton.
Desenvolvimento Técnico Específico	<ul style="list-style-type: none"> - Batimentos executados com movimento correto. - Aumentar a diversidade de batimentos. - Batimentos executados com batimentos mais curtos.
Desenvolvimento Físico	<ul style="list-style-type: none"> - Maior desenvolvimento da condição física. - Mudanças de direção rápidas, movimentos rápidos de pés, saltos, receção ao solo e recuperações rápidas.
Preparação Tática	<ul style="list-style-type: none"> - Antecipar respostas básicas. - Jogar com os seus pontos fortes. - Explorar os pontos fracos do adversário. - Desenvolver e entender a tomada de decisão.

Habilidades Psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Definição de objetivos. - Aprender a controlar os pensamentos. - Redirecionar os pensamentos negativos. - Aprender a concentrar-se.
---------------------------------	--

Ensino Secundário

CARACTERÍSTICAS DAS ATIVIDADES A DESENVOLVER	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Otimizar as habilidades específicas de badminton. - Desenvolver habilidades específicas de singulares e pares. - Otimizar a condição física.
Desenvolvimento Técnico Específico	<ul style="list-style-type: none"> - Preparação técnica específica para as diferentes variantes. - Desenvolvimento técnico específico em situações jogadas. - Autoanálise e correção. - Dar ênfase à qualidade e precisão dos batimentos.
Desenvolvimento Físico	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento da agilidade, equilíbrio, e coordenação através do trabalho de velocidade e de potência.
Preparação Tática	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver a tática específica para cada evento e melhorar a habilidade de implementar uma estratégia. - Melhorar o conhecimento dos seus pontos fortes assim como os dos seus adversários e construir uma tática de acordo com eles. - Analisar o jogo dos adversários.
Habilidades Psicológicas	<ul style="list-style-type: none"> - Melhorar as habilidades de relaxamento muscular. - Consistência.

Proposta metodológica da aprendizagem do badminton, fases de progressão do ensino:

FASE	OBJETIVO	EXERCÍCIOS
Relação CORPO-VOLANTE	Perceção do ponto de queda do volante	<p>O aluno só com volante:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lança o volante o mais longe possível (simulação do clear); - Lança o volante o mais alto possível; - Lança o volante para cima e apanha-o com joelho/pé/cabeça, etc.; <p>Dá toques no volante só com a mão direita, com a mão esquerda, ou com ambas;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dá toques no volante com todas as partes do corpo.
Relação com o OUTRO	Colocação do corpo para lançamento do volante e perceção das trajetórias curvas e tensas com o colega	<ul style="list-style-type: none"> - Lançar o volante à mão para o colega: por cima da cabeça (simulação do clear), pelo lado (altura da cintura, simulando um drive) de baixo para cima (simulação serviço/lob); - Jogar com o colega usando as mãos. <p>Estes exercícios podem ser realizados parados ou em deslocamento.</p>
Relação VOLANTE-RAQUETE	Coordenação espaço-temporal e coordenação óculo-manual; dar noções	<p>Explicar a pega universal e de esquerda.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transportar o volante na raquete com a palma da mão voltada para cima (direita) e para baixo (esquerda);

	das faces da raquete: palma da mão (direita) e costas da mão (esquerda)	<p>Igual ao anterior fazendo um circuito colocando obstáculos;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bater o volante o mais alto possível – toques altos (com pega de direita e de esquerda); - Bater o volante o mais baixo possível – pequenos toques (com pega de direita e de esquerda); - Bater o volante alternadamente toques altos e pequenos toques (com pega de direita e de esquerda); - Bater o volante acima da cabeça (com pega de direita e de esquerda); - Fazer uma ponte, batendo o volante por cima da cabeça de um lado para o outro (um batimento de direita e um batimento de esquerda); - Rodar o volante parado na raquete sem o deixar cair; - Recolher o volante do chão com a raquete (apanhar o lixo); - Lançar o volante para cima e amortecer o volante com a raquete sem deixar cair (voltar a panqueca); - Dar toques com pega de direita e esquerda à vontade; - Dar toques mudando a raquete de mão para mão; - Bater contra a parede (direita, esquerda e alternadamente).
Relação VOLANTE- RAQUETE- OUTRO	Conseguir bater o volante e mantê-lo no ar com o colega	<ul style="list-style-type: none"> - Bater o volante o mais alto possível alternadamente (uma vez cada um); - Bater o volante para o colega aproximando-se ou afastando-se do mesmo; - Bater o volante para o colega sentados no chão; - Bater o volante para o colega deitados no chão; - Em corrida lenta passar o volante ao colega a curta distância até ao final do pavilhão, regressando fazendo o mesmo a longa distância; - Bater à vontade o volante com o colega; - Bater o volante só por baixo; - Bater o volante só por cima (direita e esquerda), iniciando com serviço.
Relação VOLANTE- RAQUETE-OUTRO- CAMPO-REDE	Colocação de divisória e limitação do espaço	<p>Utilizando como divisória: banco sueco, traves, rede mais baixa e rede com altura normal:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bater à vontade o volante com o colega; - Bater o volante só por baixo (direita e esquerda); - Bater o volante só por cima (direita e esquerda), iniciando com serviço.

Sugestão de atividades a realizar no DE Jogar+:

Jogo do “Campo Dividido” (3x3 ou 4x4)

Descrição: A turma divide-se em equipas equilibradas que jogam em campos reduzidos, com a rede mais baixa e regras simplificadas (apenas contar pontos quando o volante cai dentro do campo).

Objetivo pedagógico: Desenvolver noções básicas de receção, devolução e ocupação do espaço.

Características: Coletivo, simplificado, lúdico, inclusivo, fomenta o trabalho em grupo.

Circuito de Estações de Badminton

Descrição: Estações com tarefas diferenciadas:

- batimentos contra a parede;
- jogo de alvos no chão;
- toques variados com troca de pares.

Objetivo pedagógico: Diversificar a prática, promovendo a repetição técnica em contextos lúdicos.

Características: Estruturada, diversificada, regular, adaptável às necessidades individuais.

“Caça ao Alvo” (equipas contra equipas)

Descrição: Colocam-se cones ou arcos no campo adversário. As equipas tentam acertar no alvo com o volante para marcar pontos.

Objetivo pedagógico: Desenvolver a precisão, noção de trajetória e coordenação óculo-manual.

Características: Lúdica, simplificada, fomenta o espírito de equipa, fácil de adaptar a todos os níveis.

Torneio de “Mini-Jogos” Rotativos

Descrição: em equipas de dois ou três elementos, jogam partidas rápidas (até 5 pontos) em campos adaptados, com rotatividade de equipas; Jogo da “volta à Europa”.

Objetivo pedagógico: Promover a aprendizagem das regras básicas, espírito competitivo saudável e inclusão.

Características: Regular, estruturada, simplificada, coletiva, fomentando a socialização.

“Badminton Cooperativo”

Descrição: em equipas de dois ou três elementos, manter o volante no ar o maior tempo possível, somando pontos a cada troca bem-sucedida. Variações: só usar batimentos altos, só curtos, com batimentos alternados de esquerda e direita, ...

Objetivo pedagógico: Estimular a cooperação, trabalho da coordenação psicomotora e cooperação em grupo.

Características: Inclusiva, lúdica, fomenta valores educativos, promove a participação coletiva.

“Carrossel” (Volta ao mundo)

Descrição: os alunos dispostos em fila, metade em cada meio campo (atrás da linha final), jogam, à vez, batendo o volante para o meio campo contrário e seguindo, pela direita, para o outro lado da rede. Quando um aluno perde a jogada, sai do jogo e regressa ao jogo quando este reiniciar, ou seja, quando apenas estiver apenas um jogador em jogo. Sempre que acaba uma jogada o jogo reinicia sempre com serviço. Pode ser criado um sistema de “vidas” (é eliminado após um determinado nº de falhas).

Objetivo pedagógico: Desenvolver a precisão dos batimentos, a leitura de jogo, os deslocamentos e a condição física.

Características: Inclusiva, lúdica, fomenta valores educativos.

Volei-Badminton

Descrição: 2 equipas (3 a 6 alunos) em vez do volante ser devolvido diretamente com apenas 1 batimento, a equipa pode dar até 3 toques entre colegas antes de enviar o volante por cima da rede (o mesmo jogador não pode bater o volante 2 vezes seguidas). Sempre que a equipa recetora ganha o serviço rodam no sentido dos ponteiros do relógio.

Objetivo pedagógico: Estimular a cooperação, trabalho da coordenação psicomotora e cooperação em grupo.

Características: Inclusiva, lúdica, fomenta valores educativos.

Exemplos de modelos de competição informais a implementar no DE Jogar+:

- Torneios Relâmpago por tempo (prova coletiva).

A dinâmica destes torneios depende do número de alunos e de campos existentes. Para um torneio de 20 minutos, cada aluno joga 5 minutos. Os participantes são numerados de 1 a 4.

O jogador n.º 1 joga com o jogador n.º 1 do outro grupo; o n.º 2 com o jogador n.º 2 e assim sucessivamente.

É registada a pontuação obtida por cada jogador, após o seu tempo de jogo.

O resultado da equipa obtém-se através do somatório dos pontos de cada um dos seus elementos.

Nota: Estes exemplos em que se verificam jogos reduzidos e jogos de equipa por tempo, são exemplos que poderão ser adaptados, numa dinâmica de motivação, uma vez que esse tipo de prática não se identifica com os princípios do jogo, que os alunos vão encontrar em competição formal complementada com convívios e torneios interescolar, a nível local.

O tipo de atividades a desenvolver deve ser ajustado ao nível de proficiência dos alunos.

Sistema de escadas

O sistema de escada é um tipo de competição que depende do nível dos jogadores. Os jogadores de menor nível têm a possibilidade de desafiar os jogadores classificados acima de si.

Se o jogador com menor nível ganhar, pode substituir o jogador a quem ganhou. Por exemplo o jogador D desafia o jogador A, e se ganha o jogador D, trocam de lugar.

1. Jogador A
2. Jogador B
3. Jogador C
4. Jogador D
5. Jogador E
6. Jogador F
7. Jogador G

1. Jogador D
2. Jogador B
3. Jogador C
4. Jogador A
5. Jogador E
6. Jogador F
7. Jogador G

8. Jogador H
9. Jogador I

8. Jogador H
9. Jogador I

Sistema de pirâmide

O sistema de pirâmide é um tipo de sistema de escada, mas com número diferente de jogadores em cada nível. Os jogadores podem:

- Desafiar outros jogadores dentro do mesmo nível (e o ganhador sobe);
- Desafiar jogadores no nível seguinte (e se ganham trocam de lugar, como no sistema de escada).

			JOGADOR A			
		JOGADOR B	JOGADOR C	JOGADOR D		
	JOGADOR E	JOGADOR F	JOGADOR G	JOGADOR H	JOGADOR I	
JOGADOR J	JOGADOR K	JOGADOR L	JOGADOR M	JOGADOR N	JOGADOR O	JOGADOR P

Capítulo IV

Organização das provas e competições

Artigo 10º

Procedimentos

Provas de Singulares e Pares

Na fase local a forma de competição a privilegiar corresponde à organização de provas em regime de concentração, abrangendo a maioria dos escalões etários/géneros, tendo a flexibilidade necessária de forma a adaptar-se às inscrições dos GE e às condições logísticas disponíveis.

As provas devem disputar-se, sempre que possível, no sistema misto. Deverá haver inicialmente uma fase de grupos, apurando posteriormente para uma fase posterior de eliminação à primeira derrota.

Em função do número de alunos praticantes inscritos em cada prova, sugere-se o seguinte quadro competitivo, podendo ser ajustado às condições físicas e materiais existentes no local de realização da competição:

Nº de Alunos	1ª Fase (Grupos) Composição dos Grupos	2ª Fase Play-Off
2	1 grupo (2 jogadores)	-----
3	1 grupo (3 jogadores)	-----
4	1 grupo (4 jogadores)	-----
5	2 grupos (3-2)	Play-off de 4 – 1.º e 2.º de cada grupo
6	2 grupos (3-3)	Play-off de 4 – 1.º e 2.º de cada grupo
7	2 grupos (4-3)	Play-off de 4 – 1.º e 2.º de cada grupo
8	2 grupos (4-4)	Play-off de 4 – 1.º e 2.º de cada grupo
9	3 grupos (3-3-3)	Play-off de 4 – 1.º de cada grupo e melhor 2.º
10	3 grupos (4-3-3)	Play-off de 4 – 1.º de cada grupo e melhor 2.º
11	3 grupos (4-4-3)	Play-off de 4 – 1.º de cada grupo e melhor 2.º
12	4 grupos (3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º e 2.º de cada grupo
13	4 grupos (4-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º e 2.º de cada grupo
14	4 grupos (4-4-3-3)	Play-off de 8 – 1.º e 2.º de cada grupo
15	5 grupos (3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e os 3 melhores 2.º
16	4 grupos (4-4-4-4)	Play-off de 8 – 1.º e 2.º de cada grupo
17	5 grupos (4-4-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e os 3 melhores 2.º
18	6 grupos (3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e os 2 melhores 2.º
19	6 grupos (4-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e os 2 melhores 2.º
20	6 grupos (4-4-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e os 2 melhores 2.º
21	7 grupos (3-3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e o 2.º melhor
22	7 grupos (4-3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e o 2.º melhor
23	7 grupos (4-4-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo e o 2.º melhor
24	8 grupos (3-3-3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
25	8 grupos (4-3-3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
26	8 grupos (4-4-3-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
27	8 grupos (4-4-4-3-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
28	8 grupos (4-4-4-4-3-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
29	8 grupos (4-4-4-4-4-3-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
30	8 grupos (4-4-4-4-4-4-3-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
31	8 grupos (4-4-4-4-4-4-4-3)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo
32	8 grupos (4-4-4-4-4-4-4-4)	Play-off de 8 – 1.º de cada grupo

Na 1ª fase (fase de Grupos) os pontos deverão ser atribuídos da seguinte forma:

- Vitória - 2 pontos;
- Derrota - 1 ponto;
- Falta de comparência – 0 pontos.

Em caso de igualdade após o término da fase de grupos os critérios de desempate deverão ser os seguintes:

	Situação de empate		Critério de desempate
1.	Dois jogadores/pares com o mesmo número de partidas ganhas.	➡	O vencedor da partida entre eles será o melhor classificado.
2.	Se três jogadores/pares ou mais ganham o mesmo número de partidas.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de jogos (sets) ganhos e perdidos, com o jogador/par com a melhor diferença positiva a ficar melhor classificado.
3.	Se ainda assim houver dois jogadores/ pares empatados.	➡	O vencedor da partida entre eles será o melhor classificado.
4.	Se houver três ou mais jogadores/pares que ganharam o mesmo número de partidas e se mantiverem empatados.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de pontos ganhos e perdidos, com o jogador/par com a melhor diferença positiva a ficar melhor classificado.
5.	Se ainda assim se mantiverem dois jogadores/pares empatados.	➡	O vencedor da partida entre eles ficará melhor classificado.
6.	Se três ou mais jogadores/pares ainda ficarem empatados.	➡	A classificação será estabelecida por sorteio.
7.	Se um jogador/par for impedido de completar as partidas do grupo, por doença, lesão, desqualificação, ou outra situação inevitável.	➡	Todos os resultados que o jogador/par obtiver são eliminados.

Deverá ser elaborado um ranking em cada uma das séries de cada CLDE, para cada uma das provas em disputa, que permita a posterior definição de apurados para a Fase Final CLDE, em função de um regime de quotas a definir pela CLDE.

O número de concentrações/encontros a realizar nesta primeira fase será definido por cada CLDE.

No final da primeira fase, cada CLDE realizará uma competição, em regime de concentração, para apurar o vencedor de cada uma das provas de forma a permitir a definição de apurados para as Fases Regionais, nos casos em que estas se realizam.

Nas Fases Regional e Nacional (caso existam), o sistema competitivo a utilizar será o sistema misto (1ª fase – grupos, 2ª fase – play-off). O número de grupos a criar será definido após a determinação, pela CRDE/CNDE, do número de participantes em competição e da definição de quotas por CLDE ou CRDE. Nestas fases, sempre que possível, deverá ser assegurada classificação do 1º ao último classificado, permanecendo todos os alunos/pares em competição até ao final da prova. Deverá ser elaborado pela organização dos Campeonatos Regionais/Nacionais um documento orientador da prova com pormenorização dos sistemas competitivos.

Provas de Equipas (Escalão Juvenil)

Na fase local a forma de competição a privilegiar corresponde à organização de provas em regime de concentração.

O sistema competitivo a privilegiar deverá ser o sistema misto (1ª fase – grupos, 2ª fase – play-off).

Na fase de grupos os pontos deverão ser atribuídos da seguinte forma:

- Vitória - 2 pontos;
- Derrota - 1 ponto;
- Falta de comparência – 0 pontos.

Em caso de igualdade após o término da fase de grupos os critérios de desempate deverão ser os seguintes:

	Situação de empate		Critério de desempate
1.	Duas equipas com o mesmo número de encontros ganhos.	➡	A vencedora do encontro entre elas será a melhor classificada.

2.	Se três ou mais equipas ganham o mesmo número de encontros.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de encontros ganhos e perdidos, com a equipa que apresentar a maior diferença positiva a ficar melhor classificada.
3.	Se ainda assim houver duas equipas empatadas.	➡	A vencedora do encontro entre elas será a melhor classificada.
4.	Se houver três ou mais equipas que ganharam o mesmo número de encontros e se mantiverem empatadas.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de partidas ganhas e perdidas, com a equipa que apresentar a maior diferença positiva a ficar melhor classificada.
5.	Se ainda assim originar duas equipas empatadas.	➡	A vencedora do encontro entre elas ficará melhor classificada.
6.	Se três ou mais equipas ganharam o mesmo número de encontros, e se se mantiverem empatadas.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de jogos ganhos e perdidos, com a equipa que apresentar a maior diferença positiva a ficar melhor classificada.
7.	Se ainda assim houver duas equipas empatadas.	➡	O vencedor do encontro entre elas ficará melhor classificada.
8.	Se três ou mais equipas ganharam o mesmo número de encontros e se mantiverem empatadas.	➡	A classificação será estabelecida pela diferença entre o total de pontos ganhos e perdidos, com equipa que apresentar a maior diferença positiva a ficar melhor classificada.
9.	Se ainda assim há duas equipas empatadas.	➡	A vencedora do encontro entre elas será a melhor classificada.
10.	Se três ou mais equipas ainda estão empatadas.	➡	A classificação será estabelecida por sorteio.
11.	Se uma equipa não completar todos os seus encontros no grupo.	➡	Todos os resultados dessa equipa serão eliminados.
12.	Se uma equipa é incapaz de completar uma partida num encontro.	➡	O resultado dessa partida será de 21-0, 21-0 com a finalidade de decidir a classificação no grupo.

Nas Fases Regional e Nacional, sempre que possível, deverá ser assegurada classificação do 1º ao último classificado, permanecendo todas as equipas em competição até ao final da prova.

Na competição de Equipas devem ser seguidas as seguintes orientações:

Cada encontro é constituído por cinco partidas, sendo obrigatório realizar todas as partidas do encontro, a menos que, por falta de tempo e por já não influenciar a classificação, a Organização decida dar o encontro por terminado.

As partidas serão disputadas à melhor de três jogos.

Cada jogador pode realizar no máximo duas partidas por encontro, uma de pares e uma de singulares.

Nas Fases Regional e Nacional, as Coordenações Locais e Regionais do Desporto Escolar devem, impreterivelmente, até uma semana antes das competições, enviar os rankings locais de singulares.

Os jogadores são ordenados pela sua ordem de Ranking, que deverá ser fornecida no início do torneio à entidade Organizadora e verificada por esta (Anexo n.º 4 deste Regulamento).

Os membros da equipa devem ser inscritos na ordem da sua classificação oficial e confirmados em acreditação (1 a 5). Em caso algum, a classificação dos cinco pode ser alterada na ordem de singulares.

No caso de não haver classificação oficial de jogadores, a sua ordem na equipa é a adotada desde o primeiro jogo que a equipa realizar, ou seguindo a ordenação que foi adotada no Campeonato Regional.

A equipa pode ser alterada no encontro seguinte, sendo respeitada a ordem de ranking.

A ordem das partidas tem de respeitar a seguinte sequência:

Ordem	Partida	Distribuição dos jogadores pelas partidas
1ª	Par nº1	O melhor jogador do ranking (dos quatro que vão jogar pares), relativamente à equipa apresentada no início do encontro, + outro jogador.
2ª	Par nº2	Outros 2 jogadores.
3ª	Singular nº1	Estes 3 jogadores têm obrigatoriamente de respeitar o ranking entre eles, ou seja, dos 3 jogadores selecionados

4ª	Singular nº2	para jogar singulares: o Singular nº1 é o que tem o melhor ranking dos 3; o Singular nº2 é o que tem o 2º melhor ranking dos 3; o Singular nº3 é o que tem o 3º melhor ranking dos 3.
5ª	Singular nº3	

Exemplos de distribuição dos jogadores pelas partidas a efetuar

<u>Situação 1 - Equipa constituída por 4 jogadores</u>
<ul style="list-style-type: none"> - O Par nº1 tem de ser constituído pelo 1º jogador do ranking com qualquer outro jogador da equipa. - O Par nº2 será constituído pelos outros dois jogadores da equipa. - Dos 4 jogadores que constituem a equipa, o professor escolhe os 3 que realizaram as 3 partidas de singulares, sendo que: o Singular nº1 é o jogador que tem o melhor ranking dos 3; o Singular nº2 é o que tem o 2º melhor ranking dos 3; o Singular nº3 é o que tem o 3º melhor ranking dos 3. (Por exemplo: se assim entender, o professor pode não seleccionar para as partidas de singulares o jogador com melhor ranking.)

<u>Situação 2 - Equipa constituída por 5 jogadores</u>
<ul style="list-style-type: none"> - O Par nº1 será constituído pelo jogador com melhor ranking, dos 4 seleccionados para jogar as partidas de pares, mais qualquer outro desses 4. - O Par nº2 será constituído pelos outros 2, dos 4 escolhidos para jogar as partidas de pares. - Dos 5 jogadores que constituem a equipa, o professor responsável escolhe os 3 que realizaram as 3 partidas de singulares, sendo que: o Singular nº1 é o jogador que tem o melhor ranking dos 3; o Singular nº2 é o que tem o 2º melhor ranking dos 3; o Singular nº3 é o que tem o 3º melhor ranking dos 3. (Por exemplo: se assim entender, o professor pode não seleccionar para as partidas de singulares o jogador com melhor ranking.)

O Boletim de Constituição de Equipa (Anexo n.º 2 deste regulamento) deverá ser entregue ao Juiz/Árbitro até 15 minutos antes do início de cada encontro.

está consignada no Regulamento Específico de Badminton.

As equipas são distribuídas por dois grupos assim organizados:

- Nos Campeonatos Nacionais, deve ser feito o sorteio dos grupos em que os cabeças de série de cada um são as equipas representantes das CRDE que disputaram a final dos nacionais do ano anterior (caso se tenha realizado);

- Nos Campeonatos Regionais, deve ser feito o sorteio dos grupos, em que os cabeças de série de cada um são as equipas representantes das CLDE que disputaram a final nos regionais do ano anterior (caso se tenha realizado);

- As duas equipas de uma CRDE/CLDE não podem estar no mesmo grupo.

Capítulo V

Leis do Jogo/Ajuizamento e arbitragem/Cartão Branco

Artigo 11º

Leis do Jogo (resumo)

Em todas as competições do Desporto Escolar 2026/27 serão, desde já, implementadas as alterações às regras aprovadas pela Federação Mundial de Badminton (BWF), para efetivação nas competições por si regidas, a partir de quatro de janeiro de 2027.

O Sorteio

Antes de começar a partida, os lados oponentes deverão realizar o sorteio e o lado vencedor poderá exercer o direito de escolha:

- Servir ou receber em primeiro lugar.
- Iniciar a partida de um lado ou do outro do campo.

O lado perdedor poderá exercer então o direito de escolher a opção restante.

Pontuação/Intervalo/Mudança de campo

As partidas de singulares, pares masculinos, pares femininos, assim como pares mistos são disputados à melhor de três jogos, a pontuação de cada jogo é de 15 pontos, com ponto direto, ou seja, pontos em todas as jogadas.

Quando a pontuação é de 14-14 o jogo é ganho pelo jogador ou par que primeiro consiga a vantagem de 2 pontos, até à pontuação de 20-20.

Quando o resultado é de 20-20, o jogo será ganho pelo jogador ou par que ganhar o ponto seguinte.

Um jogador ou par que ganhar um jogo começará a servir no jogo seguinte.

Quando a pontuação chega aos 8 pontos, há um intervalo de 60 segundos podendo o professor entrar no campo para orientar o seu jogador.

Entre jogos é permitido um intervalo de 120 segundos.

Nas partidas de pares haverá só uma mão no serviço. Isto é, um jogador de um par começa a servir e continuará a servir até perder ponto, e nesta situação o serviço passa para o par oponente.

Os jogadores devem mudar de campo:

No fim do primeiro jogo;

No fim do segundo jogo, se existir um terceiro;

No terceiro jogo, ou numa partida de um só jogo, quando o jogador que lidera a pontuação, atinja 8 pontos.

Explicação	Resultado	Campo		Posição do serviço	Servidor e receptor	Vencedor da jogada
Início do jogo	Zero iguais 0 - 0	C0	D1	Serviço do lado direito. A pontuação do lado que serve é par.	A0 serve para C0, A0 e C0 são servidor e receptor iniciais.	A0 e B1
A0 e B1 ganham um ponto. A0 e B1 mudam o lado do serviço. A0 volta a servir, agora do lado esquerdo. C0 e D1 mantêm os mesmos lados.	1 - 0	C0	D1	Serviço do lado esquerdo. A pontuação do lado que serve é ímpar.	A0 serve para D1	C0 e D1
C0 e D1 ganham ponto e o direito a servir. Ninguém muda de posição.	1 - 1	C0	D1	Serviço do lado esquerdo. A pontuação do lado que serve é ímpar.	D1 serve para A0	A0 e B1
A0 e B1 ganham um ponto e o direito de servir. Ninguém muda de posição.	2 - 1	C0	D1	Serviço do lado direito. A pontuação do lado que serve é par.	B1 serve para C0	C0 e D1
C0 e D1 ganham ponto e o direito a servir. Ninguém muda de posição	2 - 2	C0	D1	Serviço do lado direito. A pontuação do lado que serve é par.	C0 serve para B1	C0 e D1
C0 e D1 ganham um ponto. C0 e D1 mudam o lado do serviço. C0 serve do lado esquerdo. A0 e B1 não mudam de posição.	3 - 2	D1	C0	Serviço do lado esquerdo. A pontuação do lado que serve é ímpar.	C0 serve para A0	A0 e B1
A0 e B1 ganham um ponto e o direito de servir. Ninguém muda de posição.	3 - 3	D1	C0	Serviço do lado esquerdo. A pontuação do lado que serve é ímpar.	A0 serve para C0.	A0 e B1

Artigo 12º

Ajuizamento e arbitragem

A modalidade de Badminton integra o PNFJAE. O Regulamento de Funcionamento do Plano Nacional de Formação de Juizes-Árbitros Escolares (RFPNFJAE), aplica-se a todas as competições da modalidade de Badminton. Neste sentido, a seleção/participação do(s) aluno(s) árbitro(s) escolar(es) nas diferentes fases de competição regem-se pelos seguintes requisitos:

Na Fase Local: em todos os jogos da Fase Local cada GE tem de se fazer acompanhar no mínimo por um aluno árbitro, de acordo com o RPCDE, com a formação de Fase Escola PNFJAE (nível 1) concluída e devidamente inscrito nos DGDE. Caso não cumpra, ser-lhe-á averbada Falta Administrativa. Estes alunos também podem ser alunos praticantes, mas na concentração onde estão inscritos para as funções de árbitros, só podem exercer essas funções.

Na Fase Regional: os alunos árbitros selecionados pelos professores formadores regionais e convocados pelas CRDE/CLDE terão de ter a Fase Local (nível 2) de formação PNFJAE+ concluída. O número de árbitros a selecionar respeitará as quotas estabelecidas pela CRDE.

Na Fase Nacional: os alunos árbitros selecionados pelos professores formadores regionais e convocados pelas CRDE/CLDE terão de ter a Fase Regional (nível 3) de formação PNFJAE+ concluída. O número de árbitros a selecionar respeitará as quotas estabelecidas pela CNDE.

Equipa/professor responsável pela organização de competição (Juiz-Árbitro)

Principais atribuições:

Verificar se prova está em conformidade com o RGFDE e com o RPCDE em vigor, assim como, com este Regulamento Específico;

Identificar todos os jogadores em conformidade com RPCDE;

Verificar se os jogadores se apresentam devidamente equipados com o equipamento adequado à prática do Badminton (ver nº3 do artigo 4º deste regulamento);

Proceder ao sorteio dos quadros competitivos das diversas provas;

Nomear os árbitros;

Preencher os Quadros Competitivos e os Boletins de Partida;

Aplicar e fazer aplicar o Regulamento da Competição, Regulamento Técnico e Leis do Jogo;

Decidir sobre a interrupção e recomeço de qualquer partida, quando situações pertinentes o justifiquem;

Modificar a ordem e hora das partidas, quando julgue necessário, para bom andamento da competição, devendo avisar os jogadores;

Providenciar sobre os jogadores que pratiquem atos de indisciplina ou incorreção, agindo em conformidade com a situação;

Nas provas de equipas, compilar os quadros das partidas, com especificação dos resultados parciais e garantir a assinatura dos boletins de jogo pelos responsáveis das equipas.

Árbitros

Os Alunos/Árbitros deverão ter a formação PNFJAE para arbitrar a fase competitiva em que estiverem a participar e estar devidamente inscritos nos DGDE.

Para além de conhecer perfeitamente a Leis de Jogo, o árbitro, terá as seguintes atribuições:

Verificar se as redes e postes estão nas condições regulamentares;

Proceder ao sorteio do serviço, ou dos lados do campo;

Fazer aplicar as Leis de Jogo;

Anunciar a marcação dos pontos com voz clara, referindo sempre em primeiro lugar a marcação do servidor e se o serviço mudou de lado ou não;

Anunciar o resultado e a pontuação aos jogadores intervenientes, no final da partida;

Entregar o boletim de partida ao professor responsável pela organização (Juiz/Árbitro), devidamente assinado.

Artigo 13º

Cartão Branco

1. O Cartão Branco é um recurso pedagógico criado para promover os valores, a ética e o fair play no desporto e tem como objetivo reconhecer e valorizar comportamentos eticamente corretos e atitudes de fair play demonstrados por alunos e professores. A sua atribuição pode ser efetuada pelos juizes-árbitros,

professores responsáveis, coordenadores de modalidade e elementos da organização, sempre que observem uma conduta merecedora desse reconhecimento.

2. A atribuição do Cartão Branco rege-se pelo Regulamento do Cartão Branco/Fair Play do Desporto Escolar e, sempre que seja exibido, deve ser preenchido o respetivo formulário disponibilizado nos canais oficiais do Desporto Escolar.

Capítulo VI

Badminton Adaptado

Artigo 14º

Badminton Adaptado

O Badminton Adaptado está aberto a todos os GE de Desportos Adaptados – Badminton e aos GE de Badminton que tenham inscritos, alunos com limitações funcionais que não lhes permitem jogar a modalidade de forma regular e que estejam matriculados nos AE/EnA do ensino público e particular e nas EEPC. O Badminton Adaptado é regido por Regulamento Específico próprio (segue em anexo – Anexo 6), que se aplica a todas as competições de Badminton Adaptado realizadas no âmbito do Desporto Escolar e em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral do Funcionamento (RGFDE), Regulamento de Provas e Competições (RPCDE), Normas para a Organização de Provas Regionais e Nacionais e Regras Oficiais em vigor.

Nota: O regulamento de Badminton Adaptado será orientado para os alunos que necessitam de adaptações para competir na modalidade. Todos os alunos que tenham Limitações Funcionais, mas que a sua funcionalidade lhes permite participar nos GE e nas competições de Badminton regular em condições de equidade desportiva, devem fazê-lo.

Encontra-se aberta a possibilidade de se efetuar a inscrição de alunos do Badminton Adaptado, anexa ao GE de Badminton, sem quadro competitivo institucionalizado. A participação resume-se à fase local e em regime de concentração.

Nesta fase inicial de implementação do Badminton Adaptado pretende-se criar momentos de participação e competição para todos. Não estão previstas divisões por Classes Funcionais, deverá ser criado um “quadro competitivo” em que jogam todos

contra todos independentemente da sua limitação funcional. Assim, aconselha-se que numa perspetiva de inclusão, sejam realizados “quadros competitivos” conjuntos em que todos os alunos jogam com todos aplicando-se uma classificação final separada.

Artigo 15º

Considerações Finais

1. Em tudo o que não se encontre previsto no presente regulamento, aplica-se o disposto no RGFDE, no RPCDE e nos documentos orientadores emitidos pela UDE.
2. Em caso de conflito entre o presente regulamento, o RPCDE e o RGFDE 26-28, prevalece o disposto no RGFDE 26-28.
3. A resolução de dúvidas e casos omissos é da competência da Agência para a Gestão do Sistema Educativo, I. P. (AGSE), através da UDE.

Anexos

Anexo 1 – Modelos de Quadros Competitivos

Quadro Competitivo de 8 jogadores

- Sistema misto:

- 1ª fase - 2 grupos de 4 alunos (jogam todos contra todos);
- 2ª fase: - os 1ºs e 2º classificados de cada grupo apuram para um play-off de 4 jogadores, disputando do 1º ao 4º lugar (1º A – 2º B/ 2º A – 1º B);
 - os 3ºs e 4º classificados de cada grupo apuram para um play-off de jogadores, disputando do 5.º ao 8.º lugar (3º A – 4º B/ 4º A – 3º B).

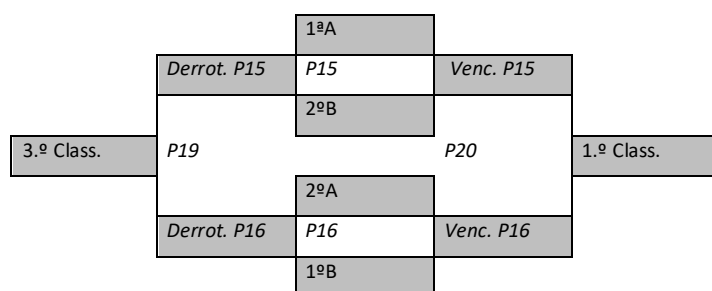
Fase de grupos

Grupo A	Grupo B
A1	B1
A2	B2
A3	B3
A4	B4

Play-Off – 1º ao 4º lugar

3º/4º

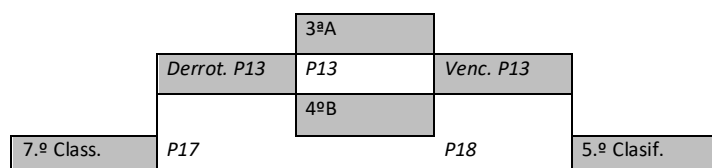
1º/2º



Play-Off – 5º ao 8º lugar

7º/8º

5º/6º



	4ºA	
Derrot. P14	P14	Venc. P14
	3ºB	

Quadro Competitivo de 12 jogadores

- Sistema misto:

- 1ª fase - 4 grupos de 3 alunos (jogam todos contra todos);

- 2ª fase: - os 1ºs e 2ºs classificados de cada grupo apuram para um play-off de 8 jogadores, disputando do 1º ao 8º lugar. (1º A – 2º D / 2º B - 1º C / 1º D - 2º C / 2º A – 1º B);

- os 3ºs classificados de cada grupo, apuram para um play-off de 4 jogadores, disputando do 9.º ao 12.º lugar. (3º A – 3º D/ 3º B – 3º C)

Fase de grupos

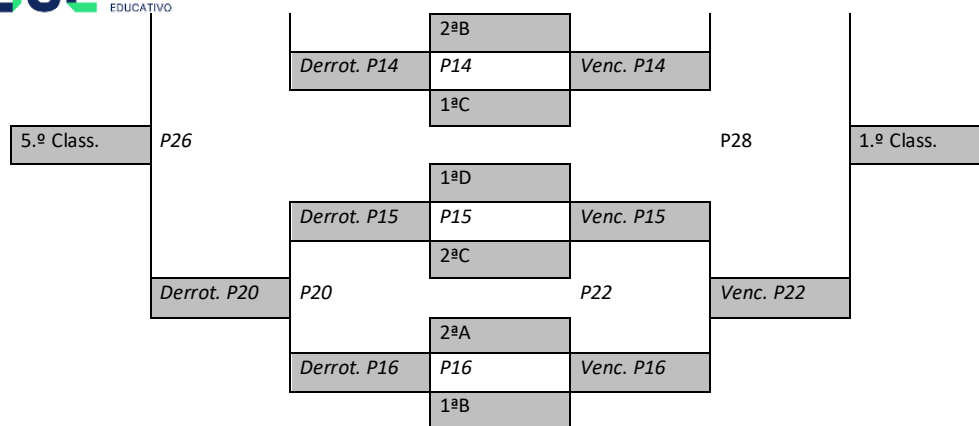
Grupo A	Grupo B	Grupo C	Grupo D
A1	B1	C1	D1
A2	B2	C2	D2
A3	B3	C3	D3

Play-Off – 1º ao 8º

5º/6º

1º/2º

		1ºA	
	Derrot. P13	P13	Venc. P13
		2ºD	
Derrot. P19	P19		P21
			Venc. P21



7ª/8ª

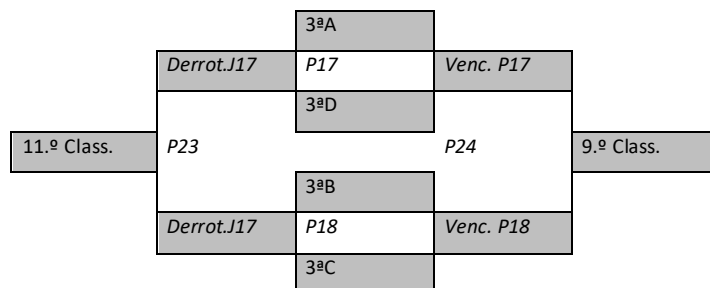
Derrot. P19	
P25	7.ª Class.
Derrot. P20	

3ª/4ª

	Derrot. P21
3.ª Class.	P27
	Derrot. P22

Play-Off – 9ºao 12º

11ª/12ª



9ª/10ª

Quadro Competitivo de 16 jogadores

- Sistema misto:

- 1ª fase - 4 grupos de 4 alunos (jogam todos contra todos);

- 2ª fase: - os 1ºs e 2ºs classificados de cada grupo apuram para um play-off de 8 jogadores, disputando do 1.º ao 8.º lugar. (1º A – 2º D / 2º B - 1º C / 1º D - 2º C / 2º A – 1º B);

- os 3ºs classificados de cada grupo, apuram para um play-off de 4 jogadores, disputando do 9.º ao 12.º lugar. (3º A – 3º D/ 3º B – 3º C)

- os 4ºs classificados de cada grupo, apuram para um play-off de 4 jogadores, disputando do 13.º ao 16.º lugar. (4º A – 4º D/ 4º B – 4º C)

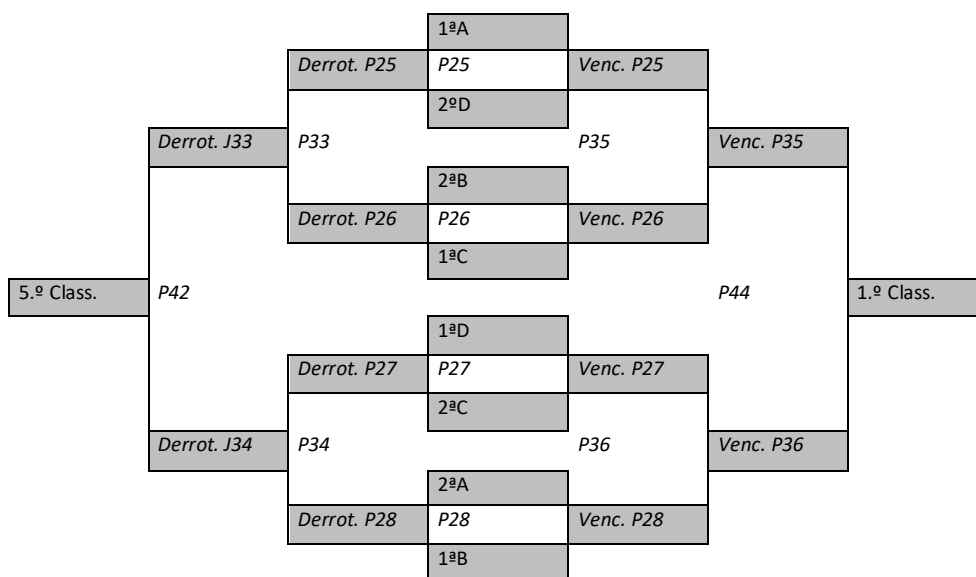
Fase de grupos

Grupo A	Grupo B	Grupo C	Grupo D
A1	B1	C1	D1
A2	B2	C2	D2
A3	B3	C3	D3
A4	B4	C4	D4

Play-Off – 1º ao 8º

5º/6º

1º/2º



P41	7.º Class.
Derrot. P34	

3.º Class.	P43
	Derrot. P36

Play-Off – 9.º ao 12.º

11.º/12.º

9.º/10.º

		3.ªA		
	Derrot. P31	P31	Venc. P31	
		3.ªD		
11.º Class.	P39		P40	9.º Class.
		3.ªB		
	Derrot. P32	P32	Venc. P32	
		3.ªC		

Play-Off – 13.º ao 16.º

15.º/16.º

13.º/14.º

		4.ªA		
	Derrot. P29	P29	Venc. P29	
		4.ªD		
15.º Class.	P37		P38	13.º Class.
		4.ªB		
	Derrot. P30	P30	Venc. P30	
		4.ªC		

Quadro Competitivo de 24 jogadores

- Sistema misto:

- 1ª fase - 8 grupos de 3 alunos (jogam todos contra todos);
- 2ª fase: - os 1.ºs e 2.ºs classificados de cada grupo apuram para um play-off de 16 jogadores, disputando do 1.º ao 16.º lugar. (1º A – 2º H / 1º B – 2º G / 1º C – 2º F / 1º D – 2º E / 1º E – 2º D / 1º F – 2º C / 1º G – 2º B / 1º H – 2º A);
- os 3.ºs classificados de cada grupo, apuram para um play-off de 8 jogadores, disputando do 17.º ao 24.º lugar. (3º A – 3º H / 3º B – 3º G / 3º C – 3º F / 3º D – 3º E)

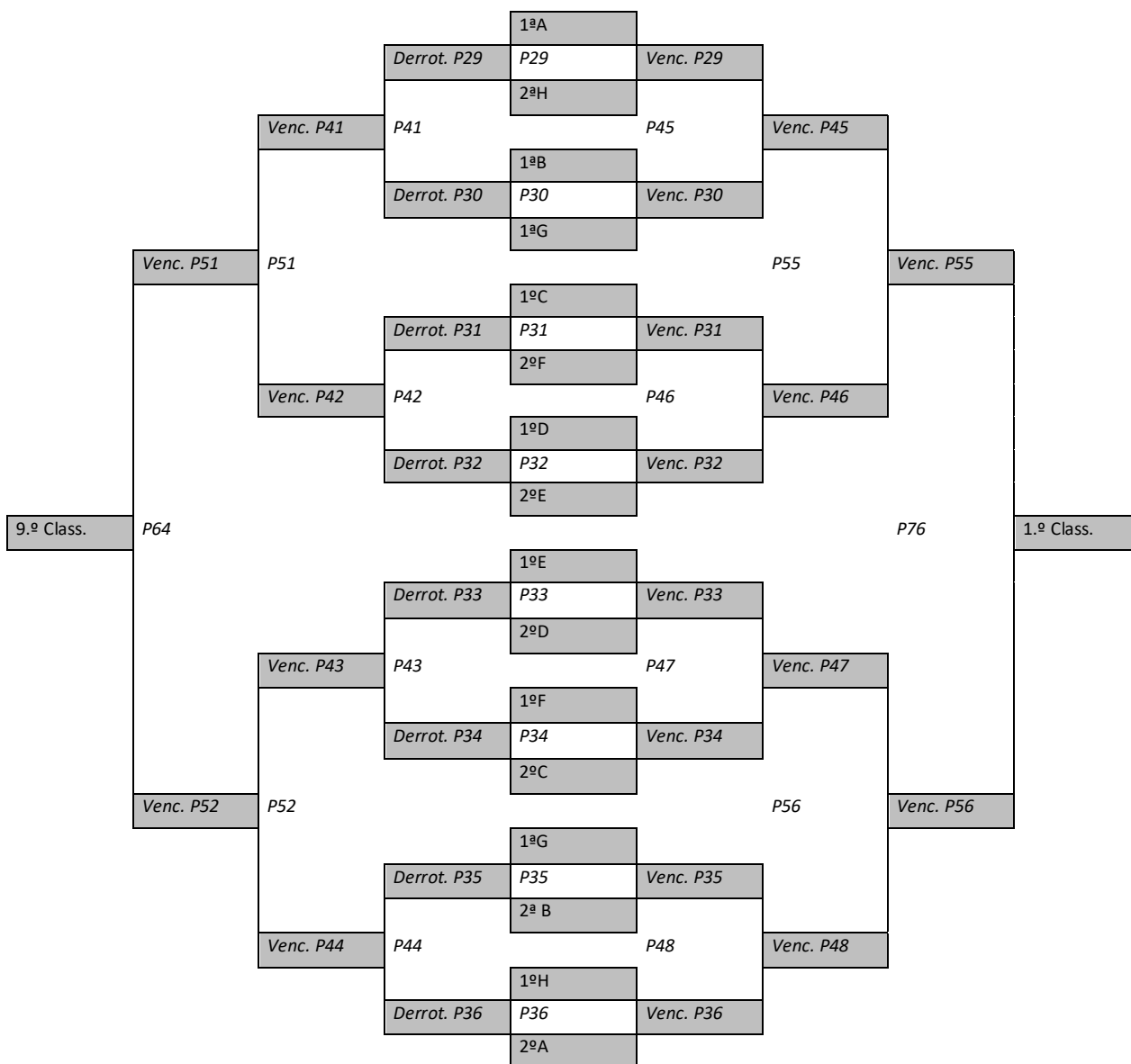
Fase de Grupos

Grupo A	Grupo B	Grupo C	Grupo D	Grupo E	Grupo F	Grupo G	Grupo H
A1	B1	C1	D1	E1	F1	G1	H1
A2	B2	C2	D2	E2	F2	G2	H2
A3	B3	C3	D3	E3	F3	G3	H3

Play-Off – 1º ao 16º

9º/10º

1º/2º



11º/12º

3º/4º

Derrot. P51

Derrot. P55

7.º/8.º

5.º/6.º

		Derrot. P45		
	Derrot. P53	P53	Venc. P53	
		Derrot. P46		
11.º Class.	P65		P66	9.º Class.
		Derrot. P47		
	Derrot. P54	P54	Venc. P54	
		Derrot. P48		

15.º/16.º

13.º/14.º

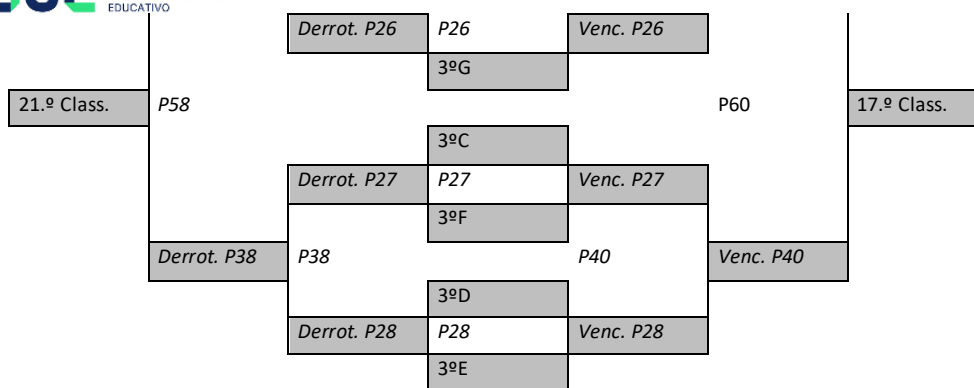
		Derrot. P41		
	Derrot. P49	P49	Venc. P49	
		Derrot. P42		
15.º Class.	P61		P62	13.º Class.
		Derrot. P43		
	Derrot.. P50	P50	Venc. P50	
		Derrot. P44		

Play-Off 17.º ao 24.º

21.º/22.º

17.º/18.º

		3.ªA		
	Derrot. P25	P25	Venc. P25	
		3.ªH		
Derrot. P37	P37		P39	Venc. P39
		3.ªB		



23º/24º

Derrot. P37	
P57	23.º Class.
Derrot. P38	

19º/20º

	Derrot. P39
19.º Class.	P59
	Derrot. P40

Anexo: 2 - BOLETIM DE CONSTITUIÇÃO DE EQUIPA

BADMINTON



COMPETIÇÃO: Local ☐ regional ☐ nacional ☐

LOCAL: _____

DATA: ____/____/____

PROVA: Equipas Masculinas ☐ equipas Femininas ☐

EQUIPA/ ESCOLA _____

NOME DOS JOGADORES		ALUNO(S) FEDERADO(S)
Par n.º 1:	&	&
Par n.º 2:	&	&
Singular n.º 1:		
Singular n.º 2:		
Singular n.º 3:		

* (para entregar 15 minutos antes do início do encontro)

ASSINATURA DO PROFESSOR: _____

Anexo: 3 - BOLETIM DE ENCONTRO DE EQUIPAS

BADMINTON



COMPETIÇÃO: _____

LOCAL: _____

DATA: ____/____/____

Equipas Masculinas ☐

Equipas Femininas ☐

ENCONTRO N.º _____ CAMPO N.º _____

A	B	1.º Jogo	2.º Jogo	3.º Jogo	Vencedor
EQUIPA - _____	EQUIPA - _____				
Par n.º 1 _____ _____	Par n.º 1 _____ _____				
Par n.º 2 _____ _____	Par n.º 2 _____ _____				
Sing. n.º 1 _____	Sing. n.º 1 _____				
Sing. n.º 2 _____	Sing. n.º 2 _____				
Sing. n.º 3 _____	Sing. n.º 3 _____				

NOTA: Identificar se o(a) aluno(a) é federado com "(F)" á frente do nome.

RESULTADO DO ENCONTRO:

A

B

--	--

EQUIPA VENCEDORA: _____

ASSINATURA DO CAPITÃO DA EQUIPA - A: _____

ASSINATURA DO CAPITÃO DA EQUIPA - B: _____

ASSINATURA DO ÁRBITRO: _____

Anexo: 4 - BOLETIM DE ORDENAÇÃO DE EQUIPA

BADMINTON



COMPETIÇÃO: Local ☐ Regional ☐ Nacional ☐

LOCAL: _____

DATA: ____/____/____

PROVA: Equipas Masculinas ☐ Equipas Femininas ☐

EQUIPA/ ESCOLA _____

Ordenação dos jogadores por ranking

NOME DOS JOGADORES	Federado*
Singular n.º 1:	
Singular n.º 2:	
Singular n.º 3:	
Singular n.º 4:	
Singular n.º 5:	

* assinalar com um (X) os alunos federados.

Este documento deverá ser entregue na reunião técnica, realizada antes do início da competição.

ASSINATURA DO PROFESSOR: _____

BADMINTON

Pontuação

Torneio: _____
Prova: _____
Data : ____/____/____
Partida nº: _____

•
•
•
•

Árbitro: _____
Início: _____
Final: _____
Duração: _____
Campo: _____

[illegible]

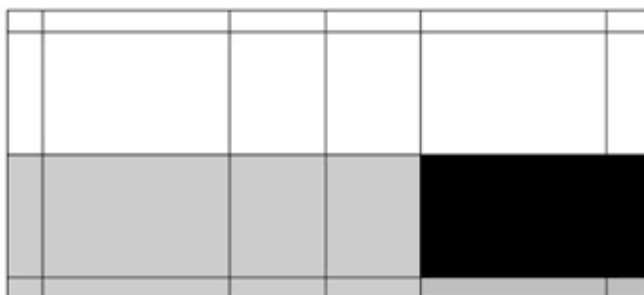
Árbitro: _____

ANEXO 6 – BADMINTON ADAPTADO

Divisões de jogo/Classes Funcionais

Na fase inicial de lançamento deste regulamento pretende-se criar momentos de participação e competição para todos. Assim, não estão previstas divisões de jogo devendo ser criado um quadro competitivo em que jogam todos contra todos independentemente da sua limitação funcional. Caso seja necessário, também é possível agregar vários escalões etários e ambos os géneros, tendo sempre a preocupação de que a competição não se revele demasiado desnivelada no que respeita às capacidades motoras e de interpretação do jogo.

O jogo desenrola-se em apenas metade do campo conforme imagem apresentada abaixo.



Legenda: ■ - Zona jogável do campo; ■ - Zona de serviço; □ - Zona não útil para jogar.

Divisão do Badminton Adaptado por Classes Funcionais:

É apresentado em anexo (Anexo 6.1) uma tabela com a descrição das Classes Funcionais.

Limitação Funcional Intelectual

I1 - Alunos com limitação intelectual.

I2 - Síndromes referentes à área intelectual.

Limitação Funcional Motora

I3 - Ambulantes - Os alunos que apresentam deficiência a nível motor participam todos na mesma divisão competindo entre si. Esta divisão congrega alunos pertencentes às Classes Funcionais: SU5; SL4; SL3, apresentadas no Anexo 6.1.

I4 - Em cadeira de rodas – alunos que se enquadram nas classes WH1 e WH2 apresentadas no Anexo 6.1.

I5 - Baixa Estatura - alunos que se enquadram nas classes SH6 apresentada no Anexo I.

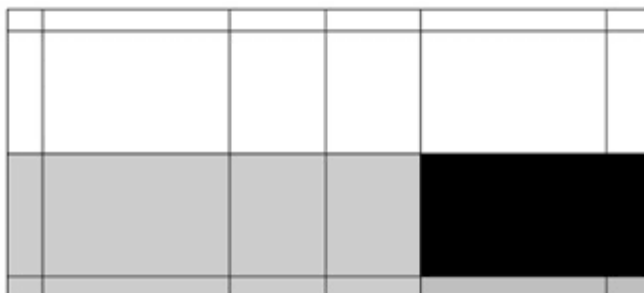
Nota: Não existe qualquer adaptação para alunos com deficiência auditiva, pelo que, estes alunos poderão participar integrados no quadro competitivo do Badminton regular.

Regulamento técnico-pedagógico

Adaptações do jogo de Badminton

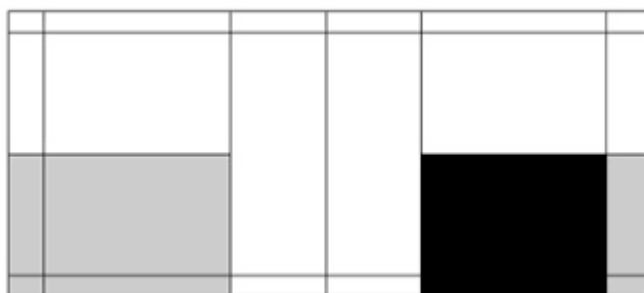
São aplicadas as regras formais do jogo de badminton, existindo apenas adaptações ao campo mediante a classe a que o aluno pertence:

- Nas divisões I1, I2 e I5 o campo de jogo é o mesmo do badminton formal.
- Na divisão I3 o campo de jogo será o seguinte:



Legenda: ■ - Zona jogável do campo; ■ - Zona de serviço; □ -Zona não útil para jogar.

- Na divisão I4 o campo de jogo será o seguinte:



Legenda: ■ - Zona jogável do campo; ■ - Zona de serviço; □ -Zona não útil para jogar.

ANEXO 6.1 – DIVISÕES/CLASSES FUNCIONAIS

Para Badminton		Jogo	Áreas importantes a considerar	Diferenças Técnicas	Diferenças Movimentação	Diferenças Táticas
LF Intelectual + Síndromes			Técnico Movimentação Tática			
SH6	São atletas de estatura pequena. Existe uma altura máxima e um comprimento máximo de braço. Homens- altura máx. – 145 cm; Comprimento braço máx. – 66 cm Mulheres – altura máx. 137 cm; Comprimento do braço máx. – 63 cm	Os jogos de singulares são feitos no campo normal de singulares.	Técnico Movimentação Tática	* A técnica mantém-se igual, no caso de nenhum dos lados dos membros superiores estar afetado; *Dependendo do tamanho do braço, pode ter de haver mudanças nos batimentos acima da cabeça.	*Os movimentos são os mesmos de jogadores convencionais; *Movimentos rápidos e com mais passos; *Muitos mergulhos.	*Não há tantos remates; *O jogo à rede é muito importante; *Identificar as dificuldades e fraquezas dos adversários ao nível técnico e da sua deficiência.
SL3	Jogadores com deficiência severa a moderada. Amputados acima do joelho numa perna ou dupla amputação abaixo dos joelhos Paralisia Cerebral (PC), Pólio, etc.	Os jogos de singulares são feitos em meio-campo, com a linha lateral de pares a ser fora no serviço.	Técnico Movimentação Tática	*A técnica é a mesma, no caso de nenhum dos membros superiores estar afetado	*Jogam em meio-campo *Diferentes jogadores > diferentes movimentações *O equilíbrio e a estabilidade estão afetados em todos os jogadores desta classe.	*As jogadas são longas *Usa-se muito a defesa de pares *Identificar as dificuldades e fraquezas dos adversários ao nível técnico e ao nível da sua deficiência.
SL4	Jogadores com deficiência ligeira nas pernas. Amputados abaixo do joelho numa perna; Forma moderada de PC	Os jogos de singulares são jogados no campo integral de singulares.	Técnico Movimentação Tática	*A técnica mantém-se igual, no caso de nenhum dos lados dos membros	*Jogam no campo inteiro; * A maioria tem os mesmos movimentos dos ditos normais,	* Identificar as dificuldades e fraquezas dos adversários ao nível técnico e ao nível da sua deficiência.

	Forma moderada de Pólio, etc.			superiores estar afetado.	com algumas exceções. *Equilíbrio e a estabilidade pode afetar alguns dos jogadores desta classe.	
SU5	Jogadores com deficiência nos membros superiores. Ligeira deficiência nos braços (quer seja o braço que segura a raquete ou não); PC que afete os membros superiores Amputação de um membro superior.	Não podem usar próteses no braço que não tem raquete. Os jogos de singulares são no campo normal de singulares.	Técnico Movimentação Tática	* A técnica mantém-se igual, no caso de nenhum dos lados dos membros superiores estar afetado. * Serviço	*Jogam em campo integral. *Na sua maioria têm os mesmos movimentos dos jogadores convencionais, com algumas exceções. *Equilíbrio e a estabilidade podem afetar alguns dos jogadores desta classe no lado em que não segura a raquete.	* Identificar as dificuldades e fraquezas dos adversários ao nível técnico e ao nível da sua deficiência.
WH 1 e 2	Jogadores em Cadeira de Rodas. Insuficiência motora em ambos os membros inferiores e algum comprometimento do tronco. (WH1) Insuficiência motora num ou ambos os membros inferiores com pouco ou nenhum comprometimento do tronco. (WH2)	Os jogos de singulares são feitos em meio-campo, com a linha lateral de pares a ser fora no serviço. Nota – A cadeira de rodas utilizada, por motivos de segurança, tem de ser uma cadeira de rodas desportiva.	Técnico Movimentação Tática	*Uso das mãos para o movimento e batimento, por vezes de forma simultânea *Rotação do tronco não é possível devido às limitações motoras, ombro e tronco devem ser incorporados na preparação e execução do batimento *Todos os batimentos requerem as mesmas	*Segurar raquete e roda *Capacidade de puxar/empurrar rodas dos dois lados *Controlo da roda *Uso do peso corporal para melhorar velocidade e travagem *Mexer mãos rapidamente de volta para as rodas para garantir boa recuperação	*Jogadas longas *Elevada percentagem de batimentos para o fundo do campo para criar abertura na parte da frente

				habilidades técnicas, mas sem o uso do core e membros inferiores.		
--	--	--	--	--	--	--