

# Настольный теннис

## Правила игры

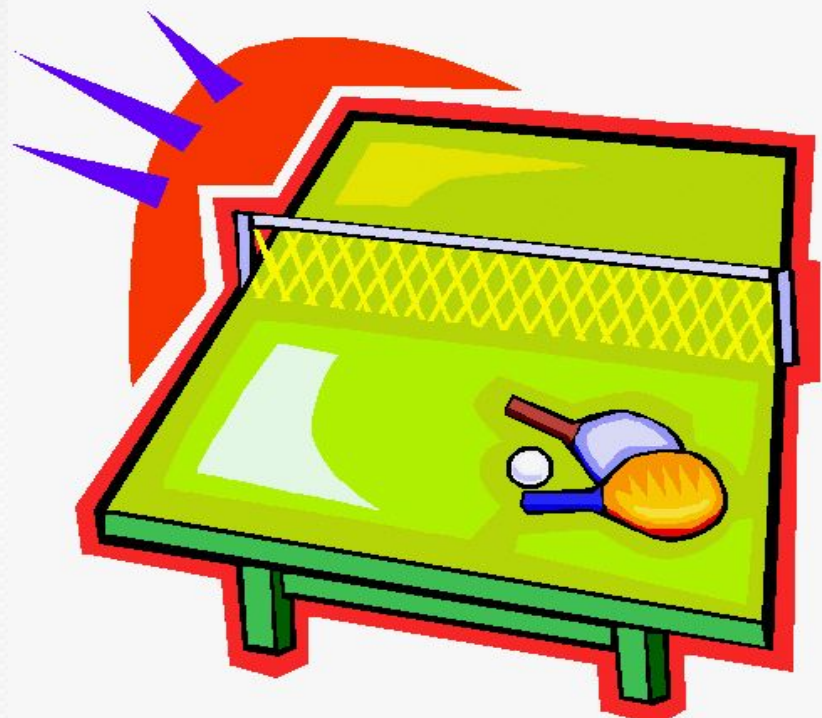


Выполнил:  
Учитель физической культуры  
МАОУ СОШ № 14  
им. А.Ф. Лебедева г. Томска  
Зехов Евгений Сергеевич

# Содержание



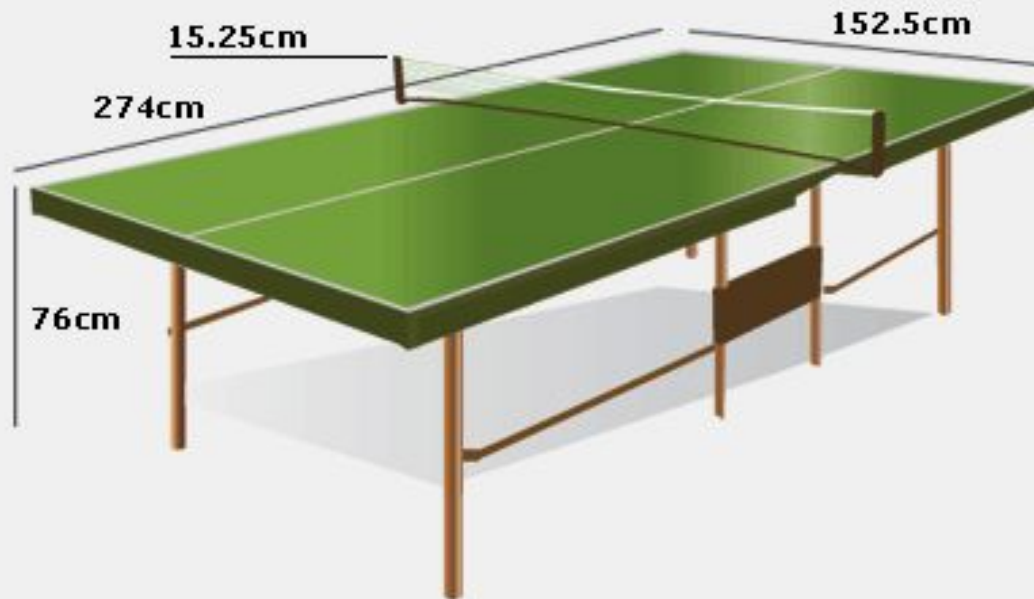
- Стол
- Комплект сетки
- Мяч
- Ракетка
- Определения
- Правильная подача
- Правильный возврат
- Порядок игры
- Переигровка
- Очко
- Партия
- Выбор подачи, приема и сторон
- Нарушение порядка подачи, приема или смены сторон



# Стол



Верхняя поверхность стола, называемая «игровой поверхностью», длиной 2,74 м и шириной 1,525 м, должна быть прямоугольной и лежать в горизонтальной плоскости на высоте 76 см от пола.



# Комплект сетки



Комплект сетки состоит из собственно сетки, подвешенного шнура и опорных стоек.

Сетку подвешивают на шнур, привязанный с каждого конца к вертикальной части стоек высотой 15,25 см; длина выступающих частей стоек не должна превышать 15,25 см в сторону от боковых линий.



# Мяч



Мяч должен быть сферическим, диаметром 40 мм.

Масса мяча должна быть 2,7 г.

Мяч должен быть изготовлен из целлулоида или подобной пластмассы белого или оранжевого цвета, матовым.



# Ракетка



Ракетка может быть любого размера, формы и массы, но ее лопасть должна быть плоской и жесткой.

По крайней мере, 85% лопасти по толщине должно быть из натурального дерева.



# Определения



- «Розыгрыш» - период времени, когда мяч находится в игре.
- «Переигровка» - розыгрыш, результат которого не засчитан.
- «Очко» - розыгрыш, результат которого засчитан.
- «Рука с ракеткой» - рука, держащая ракетку.
- «Свободная рука» - рука без ракетки.
- Игрок «ударяет» мяч, если он касается мяча своей ракеткой, держа ее рукой, или своей рукой (с ракеткой) ниже запястья.
- «Подающий» - игрок, который должен первым ударить по мячу в розыгрыше.
- «Принимающий» - игрок, который должен вторым

# Определения



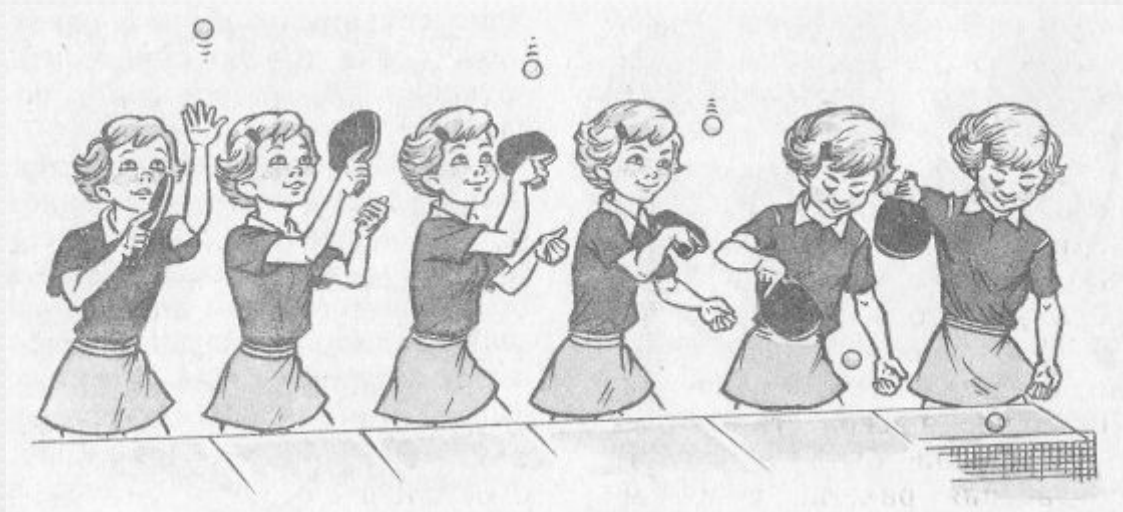
- «Судья» - лицо, назначенное контролировать встречу.
- «Судья-ассистент» - лицо, назначенное содействовать судье в принятии определенных решений.
- Понятие игрок «надевает или носит» включает в себя все, что на нем было надето или что он носил в начале розыгрыша.
- Мяч считается прошедшим «над или вокруг» комплекта сетки, если он пролетел как угодно, но не между сеткой и стойкой сетки или между сеткой и игровой поверхностью.
- «Концевую линию» следует рассматривать продолжающейся неопределенно долго в обоих



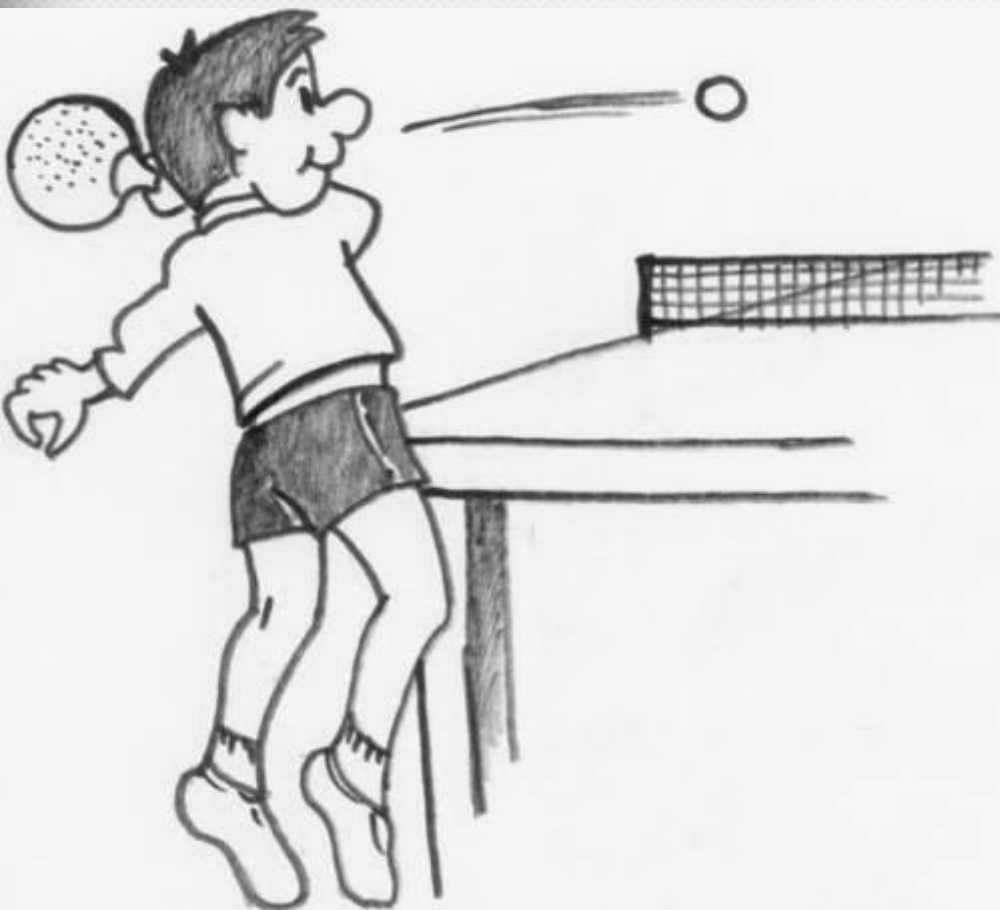
# Правильная подача



Подающий должен подбросить мяч только рукой так, чтобы мяч взлетел не менее чем на 16см после того, как он покинул ладонь свободной руки подающего и опустился, не коснувшись чего-либо до удара по нему ракеткой.



# Правильный возврат

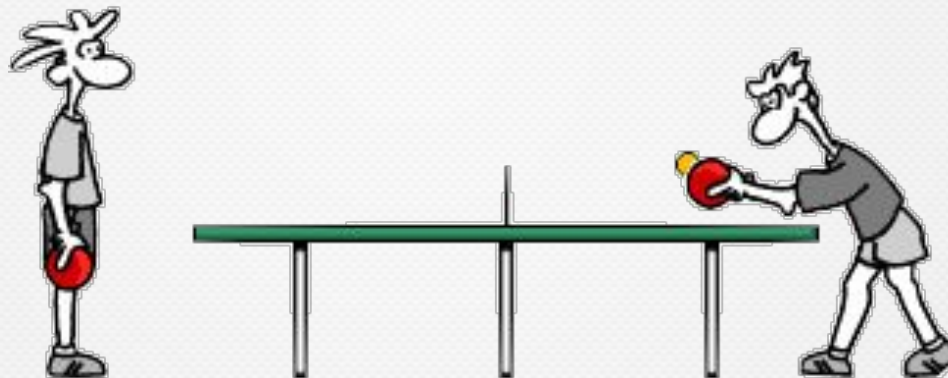


Поданный или возвращенный мяч следует ударить так, чтобы он пролетел над или вокруг комплекта сетки и коснулся (один раз) половины стола соперника сразу или после касаний комплекта сетки.

# Порядок игры



В одиночных встречах подающий должен первым выполнить правильную подачу, принимающий должен затем выполнить правильный возврат, после чего подающий и принимающий поочередно выполняют правильный возврат.



# Переигровка



Розыгрыш переигрывается, если:

при подаче мяч, пролетая «над или вокруг» комплекта сетки, коснется его (при условии, что во всех других отношениях подача выполнена правильно) или принимающий (или его партнер) помешает мячу;

Подача выполнена, когда принимающий (пара) не готов к приему мяча, при условии, что никто из принимающих не пытался отбить мяч;

Ошибка при выполнении правильной подачи, правильного возврата или какого-либо другого требования правил игры произошла помимо воли игрока;

Игра прервана судьей или судьей-ассистентом.

# Очко



Когда розыгрыш не переигрывается, игрок выигрывает очко, если:

его соперник не выполнил правильную подачу;

его соперник не выполнил правильный возврат;

после его правильной подачи или правильного возврата мяч до удара его соперника коснётся чего-либо, кроме комплекта сетки;

мяч, после того, как он был отбит соперником, пролетит над концевой линией стороны игровой поверхности данного игрока, не коснувшись ее;

его соперник мешает мячу;

его соперник ударяет мяч дважды подряд;

# Партия



Партию выигрывает игрок (пара), первым набравший 11 очков, если только оба игрока (пары) не набрали по 10 очков; в этом случае партия будет выиграна игроком (парой), который первым наберет на 2 очка больше соперника (парь



# Выбор подачи, приема и сторон



Право выбрать стартовый порядок подачи, приема и сторону определяют жребием; выигравший это право, может выбрать: подачу или прием первым, начать встречу на определенной им стороне стола.



# Нарушение порядка подачи, приема или смены сторон



Если игрок подает или принимает не в очередь, игра должна быть остановлена, как только ошибка обнаружена, а затем возобновлена с подачи и приема тех игроков, которым следовало подавать и принимать в соответствии с очередностью, установленной в начале встречи; в парных играх - в порядке очередности подач, определенных парой, получившей право первой подавать в партии, в течение которой обнаружена ошибка.

Если игроки не поменялись сторонами, когда им следовало это сделать, игра должна быть прервана судьей.





# СПИСОК ИСТОЧНИКОВ



- <http://tabletennis.hobby.ru/rules/index.shtml>
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?source=wiz&fp=0&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81&noreask=1&pos=6&lr=67&rpt=simage&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1021-fh-476-pd-1&img\\_url=http%3A%2F%2Fcs405928.vk.me%2Fg42369493%2Fd\\_8bbed04f.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?source=wiz&fp=0&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81&noreask=1&pos=6&lr=67&rpt=simage&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1021-fh-476-pd-1&img_url=http%3A%2F%2Fcs405928.vk.me%2Fg42369493%2Fd_8bbed04f.jpg)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B5%D1%80%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%B0&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fnews.bbcimg.co.uk%2Fmedia%2Fimages%2F41395000%2Fgif%2F\\_41395290\\_table\\_tennis2\\_416.gif](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B5%D1%80%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%B0&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fnews.bbcimg.co.uk%2Fmedia%2Fimages%2F41395000%2Fgif%2F_41395290_table_tennis2_416.gif)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%20%D1%81%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B8&fp=0&pos=16&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fimage.vcene.ua%2Fdata%2Fproducts%2F640946%2Fi-yashima-competition.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%20%D1%81%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B8&fp=0&pos=16&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fimage.vcene.ua%2Fdata%2Fproducts%2F640946%2Fi-yashima-competition.jpg)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%BC%D1%8F%D1%87&fp=0&pos=1&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fd.wikimart.ru%2Fce%2F9d%2Fb2aa32e9-4c0e-43da-9b47-8fce9d5aadd.jpeg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%BC%D1%8F%D1%87&fp=0&pos=1&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fd.wikimart.ru%2Fce%2F9d%2Fb2aa32e9-4c0e-43da-9b47-8fce9d5aadd.jpeg)

# СПИСОК ИСТОЧНИКОВ



- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0&fp=0&pos=3&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fpics.mobilluck.com.ua%2Fphoto%2Ftennis\\_rackets%2FGiantdragon%2FGiant\\_Dragon\\_Diamond\\_ND692\\_111642\\_175214.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0&fp=0&pos=3&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fpics.mobilluck.com.ua%2Fphoto%2Ftennis_rackets%2FGiantdragon%2FGiant_Dragon_Diamond_ND692_111642_175214.jpg)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?p=1&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0&fp=1&pos=58&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fsuperprices.ru%2Fpublished%2Fpublicdata%2FSUPERDVDPRICES%2Fattachments%2FSC%2Fproducts\\_pictures%2FHLA88R-1\\_thm.JPG](http://images.yandex.ru/yandsearch?p=1&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%80%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0&fp=1&pos=58&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fsuperprices.ru%2Fpublished%2Fpublicdata%2FSUPERDVDPRICES%2Fattachments%2FSC%2Fproducts_pictures%2FHLA88R-1_thm.JPG)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B0&fp=0&pos=19&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fbookz.ru%2Fauthors%2Fgalina-bar4ukova%2Fu4is\\_-ig\\_728%2Fany2fbimgloader15.png](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B0&fp=0&pos=19&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fbookz.ru%2Fauthors%2Fgalina-bar4ukova%2Fu4is_-ig_728%2Fany2fbimgloader15.png)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81&fp=0&pos=28&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fcs4228.vk.me%2Fg34088264%2Fa\\_d937b19d.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81&fp=0&pos=28&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fcs4228.vk.me%2Fg34088264%2Fa_d937b19d.jpg)

# СПИСОК ИСТОЧНИКОВ



- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=1&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img\\_url=http%3A%2F%2Fs5.rimg.info%2Fa5ad1d63a964388b78f5be1f48d49643.gif](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=1&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&img_url=http%3A%2F%2Fs5.rimg.info%2Fa5ad1d63a964388b78f5be1f48d49643.gif)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?p=1&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%81%D1%87%D0%B5%D1%82&fp=1&pos=44&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img\\_url=http%3A%2F%2Fthethaohanoi.com%2Fimages%2Fstories%2Fvirtuemart%2Fproduct%2Fbang-lat-so-%2520f505.gif](http://images.yandex.ru/yandsearch?p=1&text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D1%81%D1%87%D0%B5%D1%82&fp=1&pos=44&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img_url=http%3A%2F%2Fthethaohanoi.com%2Fimages%2Fstories%2Fvirtuemart%2Fproduct%2Fbang-lat-so-%2520f505.gif)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img\\_url=http%3A%2F%2Fpingpong.sourceforge.net%2Findexphp%2Fimages3.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img_url=http%3A%2F%2Fpingpong.sourceforge.net%2Findexphp%2Fimages3.jpg)
- [http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img\\_url=http%3A%2F%2Fpingpong.sourceforge.net%2Findexphp%2Fimages3.jpg](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%81%20%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F&fp=0&pos=6&uinfo=ww-1263-wh-682-fw-1038-fh-476-pd-1&rpt=simage&itype=gif&img_url=http%3A%2F%2Fpingpong.sourceforge.net%2Findexphp%2Fimages3.jpg)