

БОЛЬШОЙ ТЕННИС



ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

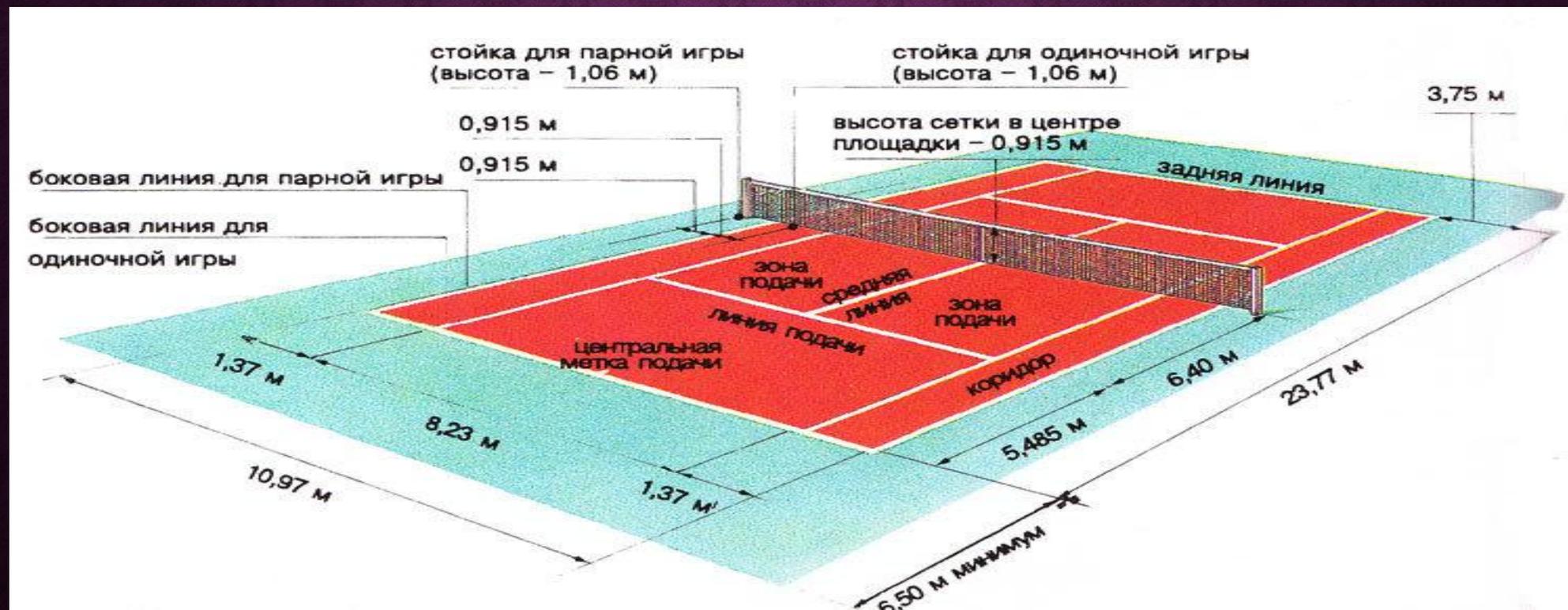


Позже ладонь сменили перчатки, на смену перчаткам пришли специальные биты, а уже потом появились ракетки.

Предшественником тенниса принято считать французскую игру «жё-де-пом» (фр. jeu de paume, дословно игра ладонью). В отличие от современного тенниса в жё-де-пом играли в закрытых помещениях и ладонью.

ТЕННИСНЫЙ КОРТ

Стандартный размер теннисного корта составляет 23,77 метра в длину и 8,23 метра в ширину (10,97 м для парной игры). Площадь теннисного корта составляет порядка 196 м². Для устройства теннисных кортов, предназначенных для проведения соревнований необходима площадь равная 668 м². Корт имеет прямоугольную форму с ровной поверхностью с нанесенной на неё разметкой:



ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ БОЛЬШОГО ТЕННИСА

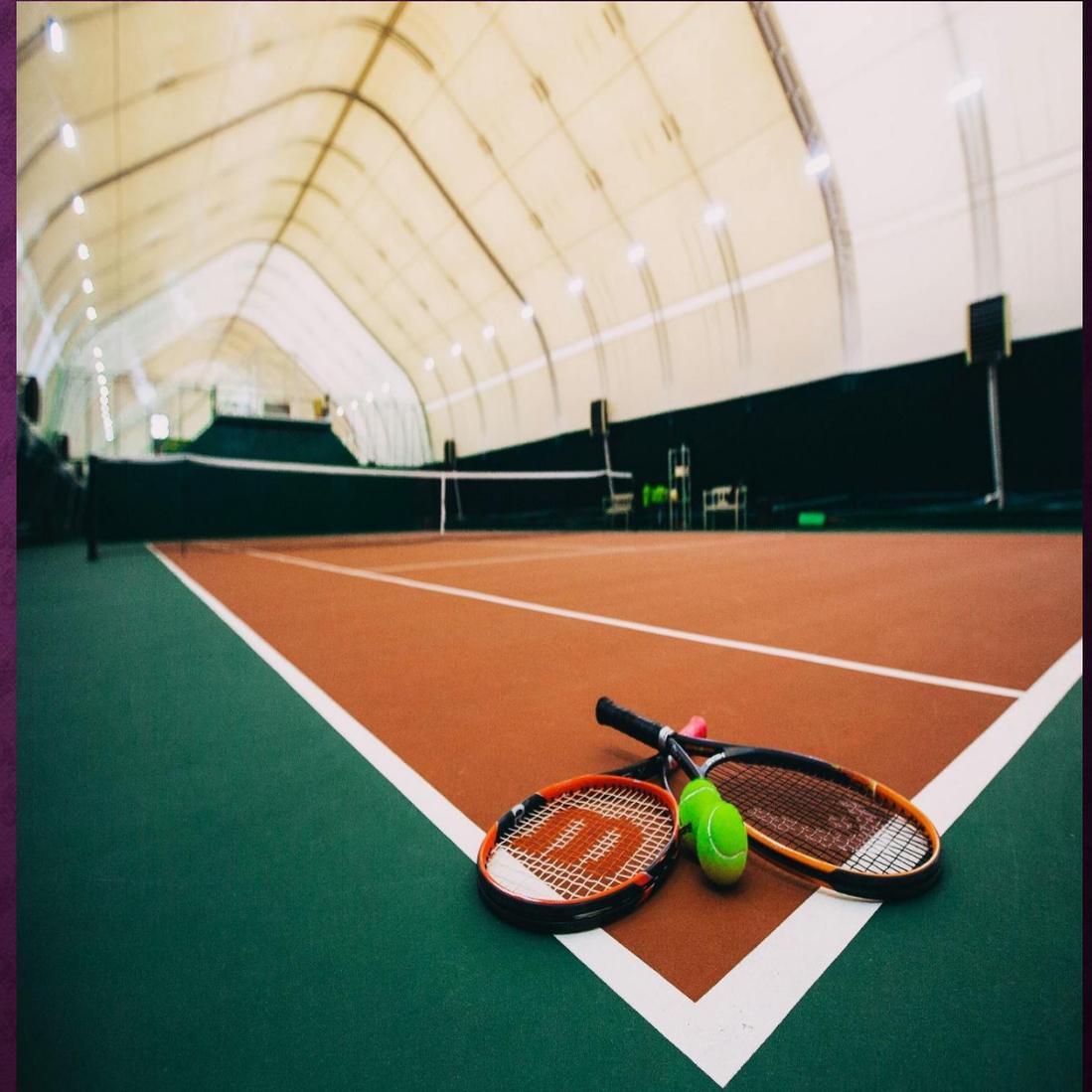
Длина ракетки не должна превышать 73,66 см. Ширина ракетки не должна превышать 31,75 см. Размер струнной поверхности ракетки, то есть внутренний размер (до обода) — 29,21 см в ширину и 39,37 см в длину.



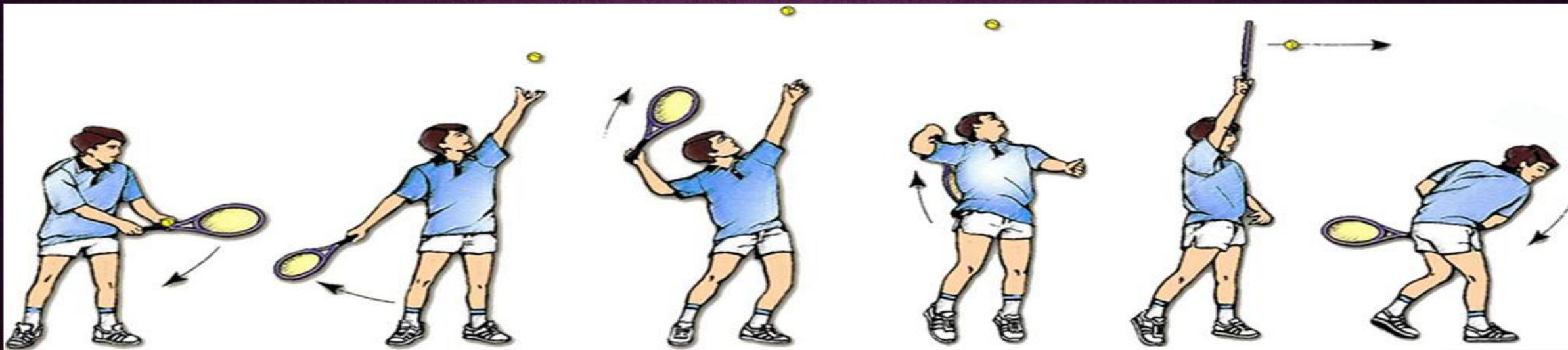
Для игры используется полый резиновый мяч желто-белого цвета. Снаружи мяч покрыт пушистым войлоком для придания определённых аэродинамических свойств.

ПРАВИЛА ИГРЫ В БОЛЬШОЙ ТЕННИС

- Линия разметки считается полем. Если мяч попал в нее, он засчитывается.
- Поддача должна быть отбита после отскока от корта, а в игре можно отбивать и с лета.
- Если теннисист в процессе розыгрыша коснется рукой или другой частью тела сетки, то мяч не засчитывается.
- Если мяч задел сетку при подаче, то он не засчитывается. Если же мяч задевает сетку в процессе розыгрыша, то засчитывается.



ТЕХНИКА ПОДАЧИ



Совершая подачу строго запрещается:

- Перемещаться по корту или каким бы то ни было другим образом менять собственное местоположение.
- Заступать за пределы зоны подачи. В противном случае игрока будут ждать санкции.
- Подавать прямо. В большом теннисе подача обязательно должна быть по диагонали.

Подача считается не поданной если:

- Было нарушено одно или несколько правил подачи.
- Мяч после подбрасывания упал.
- Мяч задел сеточный столб до того момента, как попал на территорию противника.
- Попадание мяча в напарника при условии, что играется парный гейм.

ФОРХЕНД

При подходе к мячу последний шаг игрок делает левой ногой, после чего правой рукой выполняет петлеобразный замах, который должен быть свободным. Левая рука при этом в основном опущена вдоль тела. Во время удара корпус движется навстречу сетке. Игрок вкладывает в форхенд всю силу своего тела.



БЭКХЕНД

Перед исполнением бэкхенда игрок поворачивается правым плечом к противнику и располагает правую ногу параллельно сетке. Левая нога при этом должна быть немного согнута в колене. Ракетку следует держать левой рукой, а правая тем временем исполняет функцию поддерживающей. Обе руки обычно согнуты в локтях, но не касаются корпуса. Удар производится всем телом. Корпус разворачивается в сторону сетки.



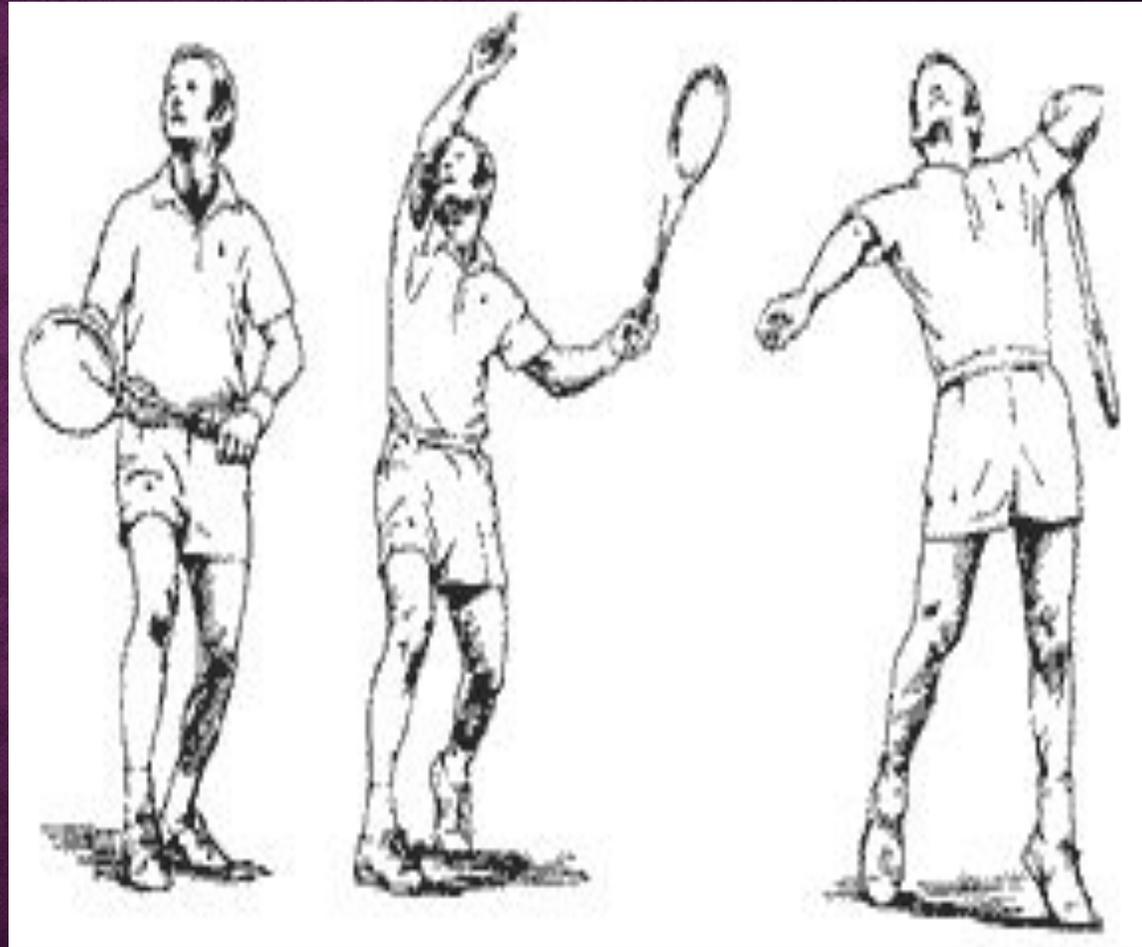
УДАР С ЛЕТА

При исполнении правой рукой необходимо вес перенести на левую ногу. Соответственно если левой, то вес на правую ногу. Ракетку нужно держать не расслабленно, а максимально жестко. Перед подготовкой к замаху нужно окончательно понять траекторию полета мяча.



СМЭШ

- При выполнении правая рука отводится за спину и выполняется сильный замах. Удар производится сверху вперед и вниз. Если смэш выполняется правой рукой, то вес переносится на левую ногу. Аналогично и для левой руки. Если перед самым ударом еще и оттолкнуться от земли опорной ногой, но мяч получит дополнительный импульс мощности и ускорения.



СЛАЙС

Техника исполнения
слайса такая же, как и
при исполнении
бэкхенда, только удар
наносится по
траектории вперед и
вниз.



СВЕЧА

Исполняется такой удар довольно просто. Замах делается снизу-вверх по дуге. Главное не промахнуться мимо корта, когда исполняешь свечу, поэтому силу надо рассчитать верно. Свеча считается сложной в исполнении.

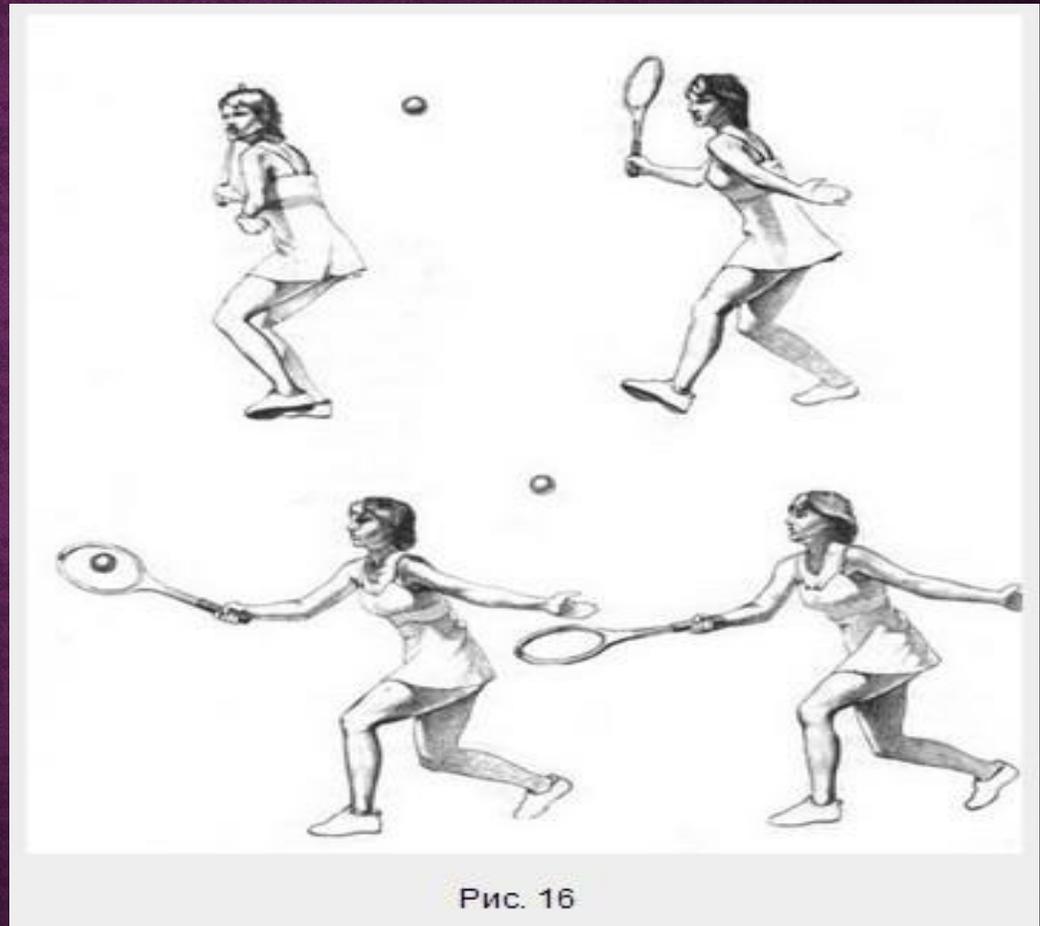


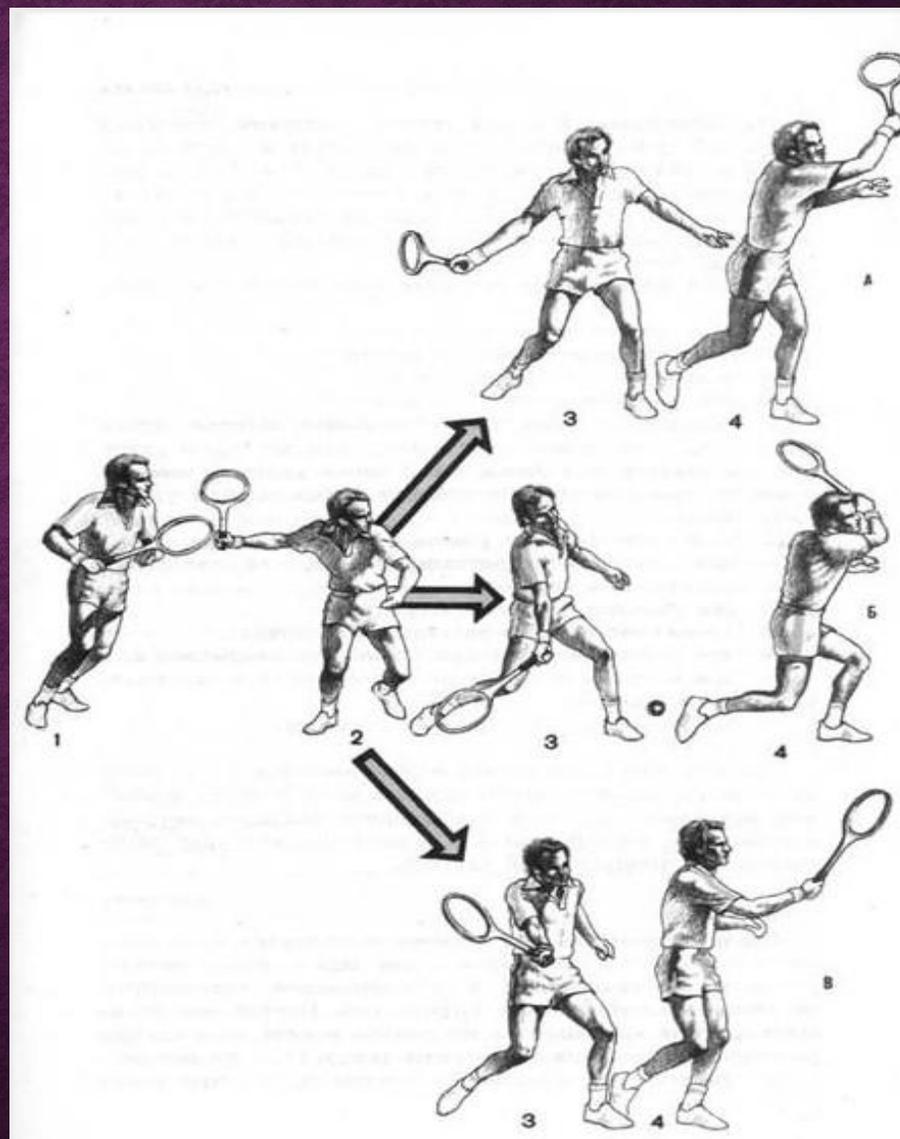
Рис. 16

ОБВОДЯЩИЙ УДАР

Суть обводящего — направить мяч в пустой угол корта, чтобы при этом противник стоя у сетки не смог дотянуться до мяча ракеткой. Поэтому мячу должно быть придано вращение.

Если обводящий выполняется правой рукой, то вес должен быть перенесен на левую ногу.

Ракеткой делается петлеобразный замах. Удар по мячу совершается вращательным движением.



ТУРНИРЫ ПО БОЛЬШОМУ ТЕННИСУ



Турниры подразделяются на:

1. одиночные
2. парные
3. смешанные

Большого Шлема (Grand Slam).
Их всего четыре в сезоне.
Australian Open проводится на харде, Rolland Garros на грунте, Wimbledon на траве и US Open снова на харде.



ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ



В программу Олимпийских игр теннис был включен в 1896 года.

С 1896 года проводились первенства среди мужчин, а с 1900 года - среди женщин.

Однако в дальнейшем, в 1928 году теннис как вид спорта, ставший профессиональным, был исключен МОК из программы олимпийских соревнований и несколько десятилетий отсутствовал на Играх Олимпиад.

Лишь в 1968 году в Мехико во время Игр XIX Олимпиады состоялся показательный теннисный турнир

