

# Теннис

Основы и правила  
игры

Теннис

Илья Мельников

# **Теннис. Основы и правила игры**

«Мельников И.В.»

2012

## **Мельников И. В.**

Теннис. Основы и правила игры / И. В. Мельников — «Мельников И.В.», 2012 — (Теннис)

ISBN 978-5-457-14352-4

В этой книге Вы найдете понятия и термины, без которых не может обойтись профессиональный игрок, а также начинающий. Как правильно держать ракетку, подавать мяч и даже экипировка теннисиста имеют немаловажное значение. Основные правила тенниса помогут Вам с легкостью освоить эту увлекательную игру.

ISBN 978-5-457-14352-4

© Мельников И. В., 2012

© Мельников И.В., 2012

# Содержание

Теннисные термины и понятия	5
Площадка для игры в теннис	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# Илья Мельников

## Теннис. Основы и правила игры

### Теннисные термины и понятия

Несколько общих советов, пояснений и практических рекомендаций для тех читателей, которые пробуют или собираются попробовать свои силы в теннисе.

**Удар справа.** Удар, нанесенный после отскока мяча с правой стороны игрока.

**Удар слева.** Удар, нанесенный после отскока мяча с левой стороны игрока.

**Подача.** Единственный не зависящий от противника удар и первый из нападающих ударов. Наносится он над головой с помощью движения, которое позволяет мячу достичь квадрата на стороне противника с максимальной точностью и эффективностью.

**Удар с лета.** Удар, нанесенный до того, как мяч коснулся земли, то есть на лету.

**Выход к сетке.** После подачи или ударов, нанесенных по отскочившему мячу, игрок устремляется к сетке, чтобы иметь шанс перехватить мяч.

**Тактический выход к сетке.** Выход к сетке (без риска сорвать атаку) позволяет занять удобную позицию. Предполагается совершать выход к сетке в благоприятных условиях, когда есть возможность закончить розыгрыш мяча последующим ударом с лета. Своевременный выход к сетке мешает противнику, в свою очередь, овладеть позицией у сетки.

**Обводка.** Удар справа или слева из глубины корта, при помощи которого стараются обвести противника, подготовившегося ударить с лета. Это не всегда решающий удар, но он должен наноситься с целью создать максимальные трудности для противника, играющего у сетки.

Первая обводка, при которой соперник перехватил мяч, но не выиграл его, может считаться успешной. Действительно, следующая обводка может принести выигрышное очко. Если же и ее перехватит противник, оставаясь в трудной позиции, то последующая обводка может оказаться победной.

**Подрезка.** Удар выполняется справа и слева, как правило, коротким замедленным движением так, чтобы мяч попадал сразу за сеткой и как бы «умирал» на стороне противника. Этот удар достигает полного эффекта, если он выполняется неожиданно для соперника.

**Свеча.** Удар, выполненный справа или слева вверх таким образом, чтобы мяч прошел над головой играющего у сетки соперника и оказался для него недосыгаемым. Такую свечу считают атакующей. Свеча, при которой мяч послан достаточно высоко, что дает время выполнившему этот удар игроку занять удобную позицию на корте с целью перехвата инициативы в розыгрыше очка, считается защитой.

**Удар с полулета.** Как правило, этот удар не рекомендуется. Сторона, выполняющая его, получает плохую позицию, не удобную для нанесения уверенного удара справа, слева или с лета. Однако следует знать, как выполняется удар с полулета, чтобы не раздеться в критической ситуации. Удар наносится, едва мяч отскакивает от корта. Для его выполнения требуется особенно тщательный контроль за мячом.

**Темп.** Он может быть медленным или быстрым, но всегда преследует цель – сковать противника. Как правило, под термином «темп» подразумевается частый обмен ударами, наносимыми с большой силой, высокая интенсивность игры. Если, находясь у корта, вы слышите слова «какой темп!», это означает большую скорость полета мяча, живую мобильную игру.

Дроп-шоп. Слово английского происхождения, означающее «подрезка». Резаный удар выполняется движением ракетки к мячу сверху вперед-вниз, что придает ему вращение вокруг оси в обратную сторону по отношению к направлению полета мяча.

Крученный мяч. В противоположность резаному удару этот удар можно назвать «причесываемым». Ракетка подводится к мячу снизу и ударяет по нему в направлении «вперед-вверх», что придает мячу верхнее вращение вокруг оси. При резаном ударе мяч как бы парит в воздухе, при крученом – мяч словно притягивается землей.

Драйв – сильный удар с отскока, четко направленный, придающий мячу вращательное движение в направлении его полета.

Смеш. Удар, которым гасится, «убивается» мяч над головой.

Реверс. Смеш с левой стороны.

Кросс. Удар, которым мяч направляется через площадку по диагонали.

По линии. Удар, выполняемый по боковой линии площадки.

## Площадка для игры в теннис

Теперь познакомимся с тем, что такое теннисная площадка: какой она может и должна быть. Она может быть и для одиночной, и для парной игры поэтому, естественно, могут меняться ее размеры.

Итак, местом для игры в теннис служит ровная площадка, ограниченная линиями. Площадка для одиночной игры представляет собой прямоугольник 23,77 X 8,23 м; и для парной игры – 23,77 X 10,97 м. Ширина всех линий – 5 см. Линии входят в размеры площадки и полей подачи.

Сетки натягивают на столбы, высота которых 1,1 м. Высота сетки возле столба – 1,07 м, в центре площадки чуть ниже – 0,914 м. На этой высоте сетка удерживается специальной тесьмой, закрепленной в центре площадки.

Место для игры в теннис (корт) обносится специальной металлической сеткой, высота которой не менее 3 м. Вдоль боковой линии ограждение может быть ниже. Чтобы был хорошо виден мяч, на задних сторонах ограждения устанавливается фон: растущая за оградой зелень, навешанная на оградительную сетку плотная ткань, фанерные или деревянные щиты. Около каждой площадки должна быть судейская вышка, сиденье которой располагается на высоте около 2 м над уровнем площадки.

Площадки могут быть с разным покрытием. Для игры на открытом воздухе используют грунтовое, асфальтовое, деревянное, бетонное и травяное покрытия. В закрытых помещениях наиболее часто применяют деревянное, а также синтетическое, которое по своим свойствам похоже на травяное.

Травяные площадки широко распространены в Австралии. Узкая география этого вида покрытия, во многом объясняется тем, что уход за ним очень дорог; а функционируют травяные площадки в году непродолжительное время. Наиболее широко распространены у нас площадки с грунтовым покрытием. Большинство крупных турниров проводится на них. Для спортивных соревнований площадки с деревянным и асфальтовым покрытием применяются редко, но любители тенниса с удовольствием проводят тренировки именно на них.

Построить теннисную площадку довольно трудно: ведь поверхность ее должна быть идеально гладкой, а площадь для одного корта составляет 40 X 20 м. Чаще строят асфальтовую площадку. Место, где намечается ее строительство, выравнивают, покрывают слоем песка или щебня толщиной 5 – 7 см, после чего укатывают. На укатанную площадку наносят слой асфальта толщиной около 5 см. Очень важно, чтобы поверхность игровой площадки не имела вмятин, иначе мяч будет делать неправильный отскок, а после дождя в неровностях будут стоять лужи.

При постройке деревянного покрытия используют бруски или доски, которые укладывают на бетонные или деревянные чурки на высоте 30-40 см от земли, так, чтобы настил проветривался, иначе доски быстро придут в негодность.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.