# ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НЕФТЕГАЗОВЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ КИБЕРНЕТИКИ, ИНФОРМАТИКИ И СВЯЗИ

РЕФЕРАТ

на тему: «Современные правила игры в настольный теннис»

по дисциплине: «Физическая культура»

Выполнил: Бородкин М.

Тюмень 2010

Настольный теннис (Пинг-понг) — спортивная игра, основанная на перекидывании мяча ракетками через игровой стол с сеткой по определённым правилам, в которой целью игроков является достижение ситуации, когда мяч не будет отбит противником. Игра происходит на столе размером 2,74 метра (9 футов) на 1,525 метра (5 футов). Высота стола — 76 см (30 дюймов). Стол обычно сделан из ДСП или похожего материала и выкрашен в зелёный, тёмно-синий или чёрный цвет. Посередине стола находится сетка высотой 15,25 см (6 дюймов). При игре используются ракетки, сделанные из дерева, покрытого одним или двумя слоями специальной резины с каждой стороны. Мяч для настольного тенниса сделан из целлулоида. Размер мяча — 40 мм в диаметре, масса — 2,7 г. Мяч должен быть окрашен в белый цвет.

С 2007 года другой цвет шарика на международных соревнованиях не используется. Игра проходит между двумя игроками, либо между двумя командами из двух игроков. Каждый розыгрыш мяча заканчивается присвоением одного очка одному или другому игроку (команде). По современным международным правилам, установленным в 2001 году, каждая игра идёт до 11 очков, хотя игра до 21 очка все ещё популярна на непрофессиональном уровне. Матч состоит из нечётного количества игр (обычно пяти или семи). Теннисный стол — специальный стол, разделенный сеткой на две половины и предназначенный для игры в настольный теннис. Имеет размеры, являющиеся международным стандартом: Длина 274 см, ширина 152,5 см, высота 76 см.

Его игровая поверхность может быть из любого материала, но она должна обеспечивать одинаковый отскок по всей поверхности: не менее 25 см, но не более 30 см при падении на нее мяча ITTF три звезды с высоты 30 см. Стол имеет разметку — белую линию шириной 2 см вдоль каждой кромки. Игровая поверхность должна быть матовой, однородной темной окраски, она разделяется сеткой высотой 15,25 см на две половины. При игре используются ракетки, сделанные из дерева, покрытого одним или двумя слоями специальной резины с каждой стороны. Мяч для настольного тенниса сделан из целлулоида. Размер мяча — 40 мм в диаметре, масса — 2,7 г. Мяч должен быть окрашен в белый цвет. С 2007 года другой цвет шарика на международных соревнованиях не используется. Впервые название «пинг-понг» стало встречаться начиная с 1901 года (до этого в ходу были аналогичные по интонациям названия: Флим-Флам, Виф-Ваф а также Госсима). Джон Джаквес зарегистрировал придуманное название. Оно получилось из сочетания двух звуков: Пинг — звук, издаваемый мячом, когда он ударяется о ракетку, и Понг — когда мяч отскакивает от стола. В дальнейшем название было продано братьям Паркер. Настольным теннисом сегодня профессионально занимаются на всех континентах — 207 стран (на 2009 год) входят в ITTF. Особой популярностью настольный теннис пользуется в Азии, где проживают около 4 миллиардов человек. Начиная с 70-х годов XX века в женском настольном теннисе безоговорочно доминируют китайские спортсменки. Так с 1975 года женская сборная Китая всего один раз проигрывала чемпионат мира в командном зачёте (1991 год объединённой сборной Кореи).[2] В современном мужском настольном теннисе доминирование китайских атлетов не столь велико и с ними, помимо теннисистов из азиатских стран (Южной Кореи, Японии) успешно конкурируют европейские спортсмены (Швеция, Германия, Австрия). Китайские игроки повсеместно распространились по всему миру и играют, сменив гражданство, в сборных командах многих стран. Настольный теннис популярен и в Европе — на 2008 год 57 стран-участниц входят в Европейский союз настольного тенниса (ETTU). Сегодня более чем 40 миллионов игроков ежегодно принимают участие в официальных турнирах на всех континентах. Чемпионаты мира по настольному теннису превратились в огромные форумы, где одновременно выступают более 170 команд мужчин и женщин.

Чемпионаты мира ветеранов настольного тенниса, которые проводятся раз в два года, собирают более 3000 спортсменов — это сотни теннисных столов, установленных под одной крышей. Возрастные категории ветеранских соревнований: 40-49 лет, 50-59 лет, 60-64 года, 65-69 лет, 70-74 года, 75-79 лет, 80-84 года и старше 85 лет. В программе летних Олимпийских игр настольный теннис с 1988 года (Сеул, Южная Корея). В программу летних Паралимпийских игр настольный теннис был включён сразу же с первых стартов в 1960 году (Рим, Италия).

Партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи. Первый подающий обычно определяется жребием. Далее подающие чередуются каждые две подачи. В старой 21-очковой игре каждый подающий подавал 5 подач. В случае равного счёта 20-20 подача переходит к другому игроку (команде) после каждого розыгрыша до тех пор, пока отрыв не составит два очка. По современным правилам партия идет до 11 очков. При парной игре при переходе подачи игрок, принимавший мяч, становится подающим, а партнёр игрока, подававшего мяч становится принимающим. Игру (встречу) следует проводить до победы одного из игроков (команд) в большинстве из любого нечетного числа партий.

Подача в настольном теннисе производится согласно следующим правилам: Мяч должен быть подброшен вертикально вверх с открытой ладони не менее чем на 16 см, и от момента отрыва от ладони до соударения с ракеткой должен быть обязательно выше чем поверхность стола и за пределами концевой линии края стола. Подающий должен ударить по мячу так, чтобы тот ударился один раз на своей половине и хотя бы один раз на половине соперника. Подача должна выполняться так чтобы принимающий (принимающие в парной игре) и судья ясно видели все фазы подачи. Нельзя, к примеру, скрывать момент подачи рукой, в которой находится ракетка, телом или одеждой. Подача считается поданной, как только мяч оторвался от ладони подающего).

Если мяч зацепил при подаче сетку, но при этом все остальные правила были соблюдены, объявляется «переподача» — подающий должен повторить подачу. После успешной подачи все остальные удары должны быть сделаны так, чтобы мяч ударялся только на половине соперника.

Очки начисляются сопернику в том случае, когда игрок сделал одну из следующих ошибок:

-ошибка при подаче (например, мяч попал в сетку);

-неправильная подача (например, мяч не подкинут на 16 см);

-мяч при подаче ударился два раза на своей стороне;

-мяч попал на свою сторону после удара ракеткой;

-мяч был ударен дважды. Так как рука от запястья считается по правилам частью ракетки, если мяч попал по пальцам, а затем по ракетке, он считается ударенным дважды;

-мяч попал во что угодно, кроме ракетки, после отскока от стола (например, в пол или в игрока);

-мяч не попал по стороне соперника после удара;

-мяч был отбит до того, как ударился об стол;

-стол был подвинут или свободная рука коснулась стола;

-если при подаче мяч не попал в зону соперника, то очко достается сопернику (то есть мяч попал в ребро стола).

Вводится, если ни одна из сторон в текущей партии не набрала 9 или более очков в течение 10 минут. Активизация достигается введением правила 13 ударов, то есть после правильной подачи и 13 правильных возвратов, очко автоматически присуждается принимающему. Это вынуждает подающего завершать розыгрыш в свою пользу. После введения правила активизации игры, оно действует до конца данной встречи. При активизации игры каждый игрок должен подавать поочередно.

Следующие дополнительные правила используются при парной игре:

-стол разделен вдоль, белой полосой на зоны (две с каждой стороны). При подаче мяч должен удариться в правую зону своей половины и левую зону половины соперника, другими словами мяч должен быть подан по диагонали.

-партнёры должны отбивать мяч по очереди. Например, после того, как подающий подал мяч, и отбивающий его отбил, следующий удар должен быть произведён партнёром подающего, а следующий партнёром принимающего и т. д.