

# Теннис

Одиночная  
и  
парная  
игра

**Илья Валерьевич Мельников**  
**Теннис. Одиночная**  
**и парная игра**  
**Серия «Теннис»**

*Текст предоставлен автором*  
*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=3297055](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3297055)*

**Аннотация**

Одиночная игра в теннис и парная игра – это два разных вида игры в теннис, которые еще включают в себя различные стили. Выбрать стиль который лучше подходит Вам, а также блеснуть своими навыками, как в одиночной, так и парной игре поможет информация изложенная в данной книге.

# Содержание

Теннисные термины и понятия	4
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Илья Мельников**

## **Теннис. Одиночная и парная игра**

### **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, приготовившегося 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 недосягаемым. Такую свечу считают атакующей. Свеча, при которой мяч послан достаточно высоко, что дает время выполнившему этот удар игро-

ку 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.

# 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.