



# Проект

**По дисциплине:** теория и методика спортивных игр

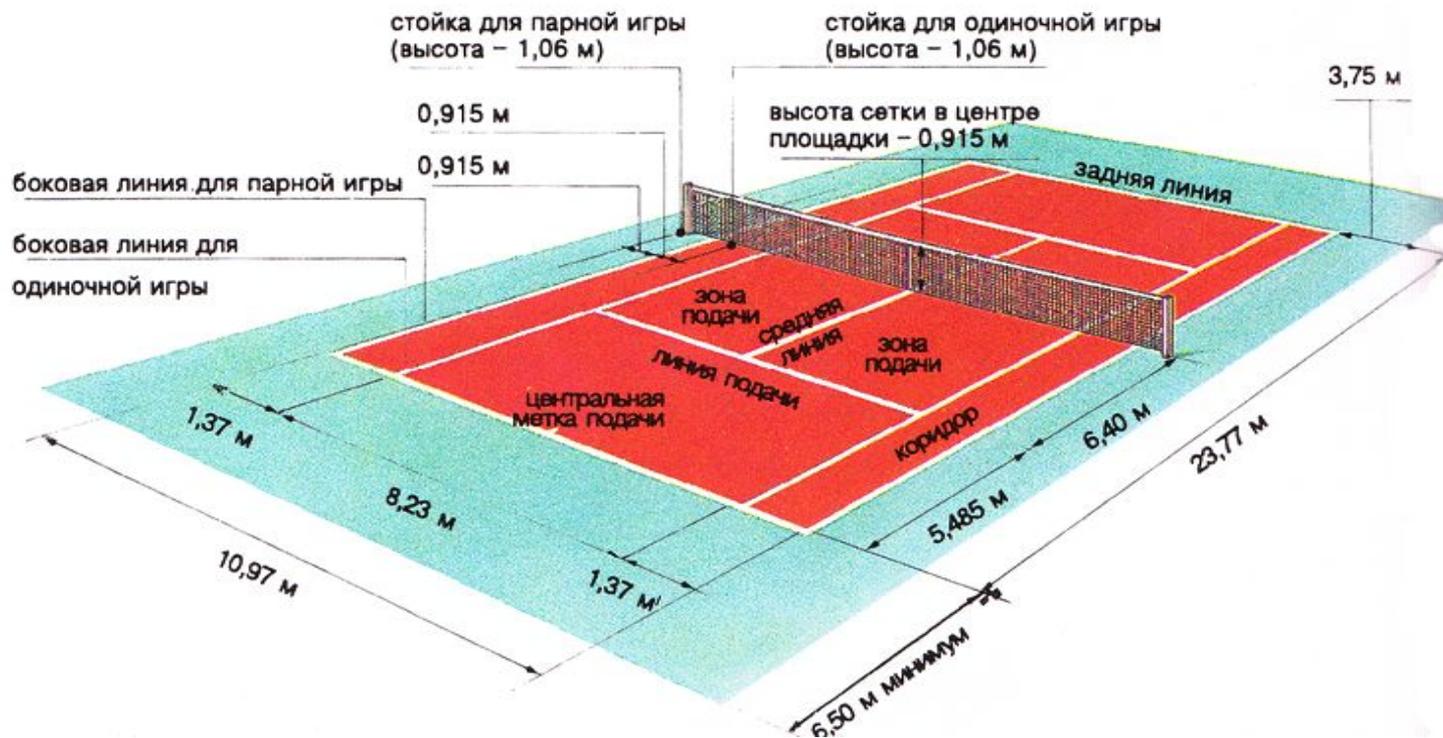
**Тема:** материально-техническое обеспечение  
игры в большой теннис и экипировка



Выполнил(а):  
студент(ка) 3 курса КТМФВ  
заочного обучения, группы № 3212  
Русакова Арина Алексеена

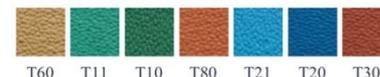
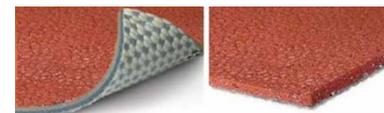
**Большой теннис** – игра, в которую играют двое (или четверо – в парном теннисе) человек с ракетками и мячиком, игра проходит на открытом или закрытом корте, который поделен сеткой на две части.

**Корт** (англ. *court*, от лат. *cohors* — огороженное место) — ровная, прямоугольная площадка для игры в теннис.



# ВИДЫ ПОКРЫТИЙ ТЕННИСНЫХ КОРТОВ:

- травяные;
- грунтовые;
- хард (корты с твёрдым покрытием);
- ковровые;
- бетонные;
- паркетные;
- асфальтные;
- деревянные;
- резиновые.



# Ракетки дл.

## тенниса:

- из дерева;
- из графита;
- из титана;
- из алюминия;
- из керамики.



- размер «головы» ракетки (её основная часть) позволяет либо превосходно контролировать мяч (средний размер), либо увеличить силу удара и избегать невынужденных ошибок (большой игровая поверхность).
- чем больше толщина обода, тем сильнее получается удар (варьируется от 1.8 до 3 см).
- **вес ракетки влияет на силу удара. Почти все ракетки весят 310-320 гр, а некоторые и 280 гр. Чем легче ракетка, тем проще её играть, но приходится прилагать больше усилий, чтобы удар был сильным.**
- если голова ракетки перевешивает (имеет баланс в «голову») это позволяют увеличить мощность удара; ракетки, сбалансированные в сторону ручки, подходят игрокам с вариативной игрой, имеющих в арсенале множество приемов и ударов.
- **длина ракетки соответствует 68,5 см, однако чем длиннее ракетка, тем легче дотянуться до мяча, и удар получается сильнее. Однако для этого необходимо обладать высоким**



# Мячи для тенниса.

зелено-желтого цвета,

размер 6,35-6,67 см.

весят 56,7-58,5 гр.

состоят из двух основных частей: внутреннего резинового ядра (сшитого из двух полусфер) и внешнего покрытия из ткани.

Толщина и плотность мяча должны соответствовать определённому виду покрытия корта.



# Одежда для мужчин майка;

-специальный  
теннисный костюм  
включает в себя:  
джемпер, безрукавку,  
брюки-саксы,  
тенниску, теннисную  
кепку, носки из  
плотного материала,  
которые должны  
хорошо обогреть ногу



# Одежда для женщин:

- футболка;
- спортивная юбка;
- теннисное платье;
- полоска для волос или теннисная кепка.



**Обувь – кроссовки**

**-удобные;**

**-фиксировать ноги игрока;**

**Подошва должна быть**

**твердой, сделанной из**

**сплошного материала,**

**сгибаться только в**

**носке.**

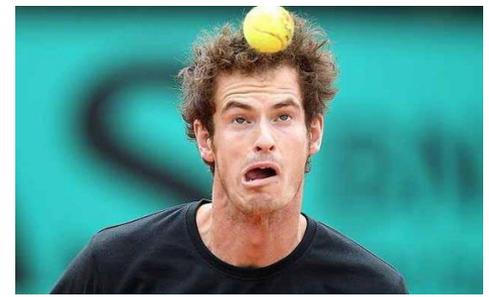
**Основное требование – это**

**влагостойкость и одновременно**

**возможность пропускать возду**

**специальную антибактериальную**





Спасибо за  
внимания!

