

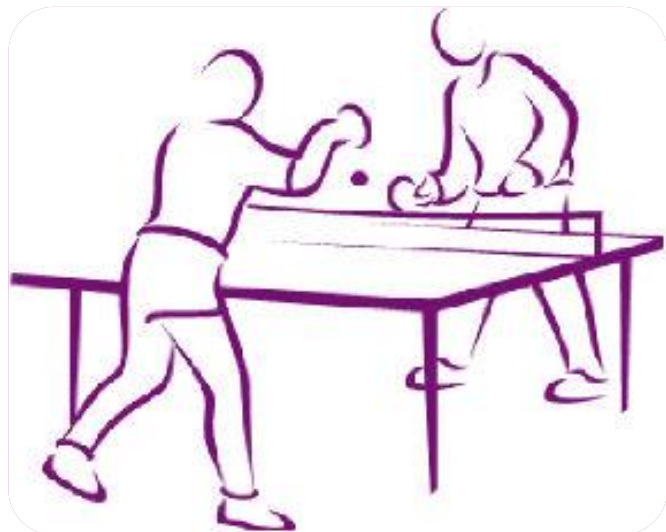
СОФИЙСКИ  
УНИВЕРСИТЕТ



„СВ. КЛИМЕНТ  
ОХРИДСКИ“  
ОСНОВАН 1888 г.

# ТЕНИС НА МАСА

**ТЕМА:**



**Същност, характеристика и история на спорта тенис на маса**

**гл.ас. Венелина Цветкова, доктор**

**СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ**  
ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТ



# СЪЩНОСТ И ХАРАКТЕРИСТИКА НА ИГРАТА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Тенисът на маса е занимателна общодостъпна спортна игра с малка пластмасова топка. Спортът се практикува без ограничения и от двата пола. Основните правила на играта са сравнително прости. Същността на играта се състои в прехвърлянето на топката през мрежата, чрез удар по нея с ракетата, в полето на опонента, непосредствено след първия ѝ отскок в собственото игрално поле. Допускането на грешки води до печелене на точка от страна на противника. Целта на играта е постигане на победа над опонента, чрез набиране на 11 точки преди него или постигане на две точки разлика при резултат 10:10. С това се печели една част (един гейм) от играта. За постигане на победа е необходимо спечелването на 3 от 5 части или 4 от 7 части, съобразно възприетия регламент и вида състезание.



# СЪЩНОСТ И ХАРАКТЕРИСТИКА НА ИГРАТА

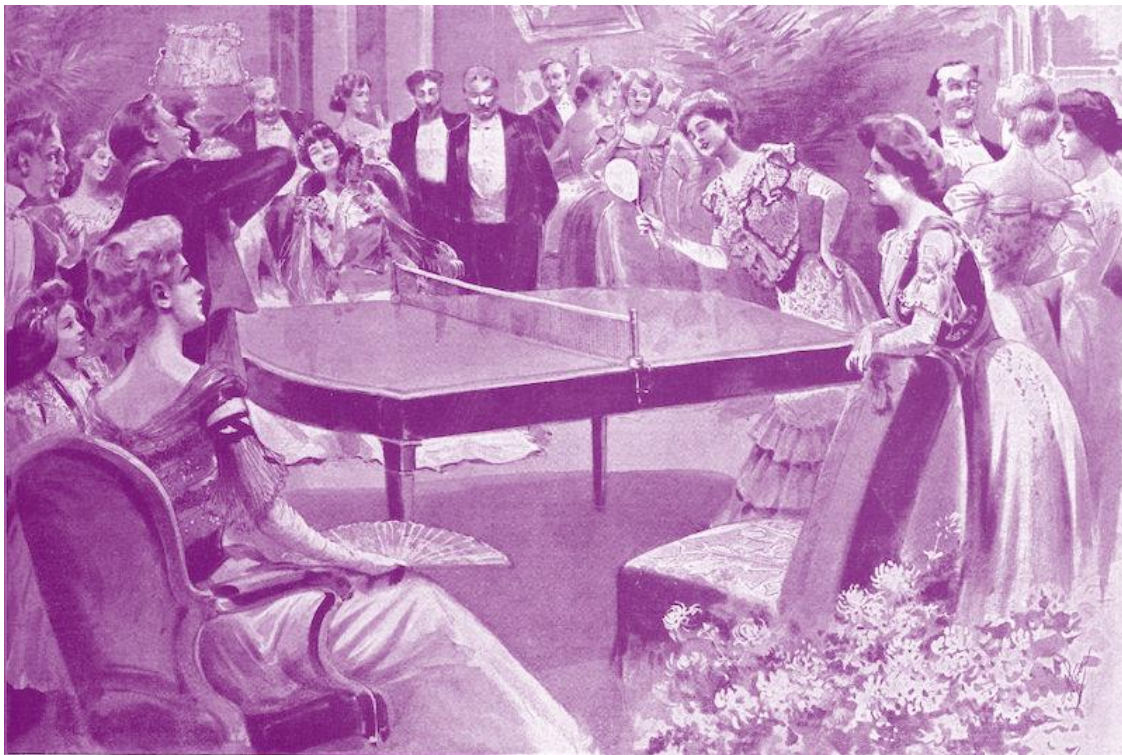
СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Тенисът на маса може да се играе в помещение или на открито, като сами избираме подходящ опонент и дозирането на натоварването. Практикуването ѝ под формата на емоционално развлечение и активен отдих допринася за укрепване на здравето, възстановяване на силите и поддържане на добро настроение. Многобройните изследвания върху системно практикуващите тенис на маса доказват, че се развиват двигателни качества: бързина, ловкост, гъвкавост, издръжливост и сила. Усъвършенстват се функционалните възможности на сърдечно-съдовата и дихателната система. Развива се чувството за ориентация, устойчивост на вниманието, съобразителност и други ценни психологически качества.



# ИСТОРИЯ НА ТЕНИСА НА МАСА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"



Играта се появява като модификация на тенис и бадминтон във втората половина на XIX век сред аристократичната общност в Англия. Най-ранният патент за игра на маса (№11037) е от 15.VII.1890 г. и принадлежи на англичанина Дейвид Фостер. Година по-късно Джон Джакес – известен производител на спортни екипи, регистрира игра с топка на маса под името “Госима”.





# ИСТОРИЯ НА ТЕНИСА НА МАСА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Играта се разпространява широко след като се налага името “пинг-понг” и най-важно – след въвеждане на целулоидната топка (Джеймс Гибс, 1890 г.). Името пинг-понг произлиза от имитацията на звука, издаван от удара по топката с дървената, покрита тогава с велур ракета, и масата. Чарлс Бартер патентира (№19070) игра на маса с правила от тенис на 4.XI.1891 г.



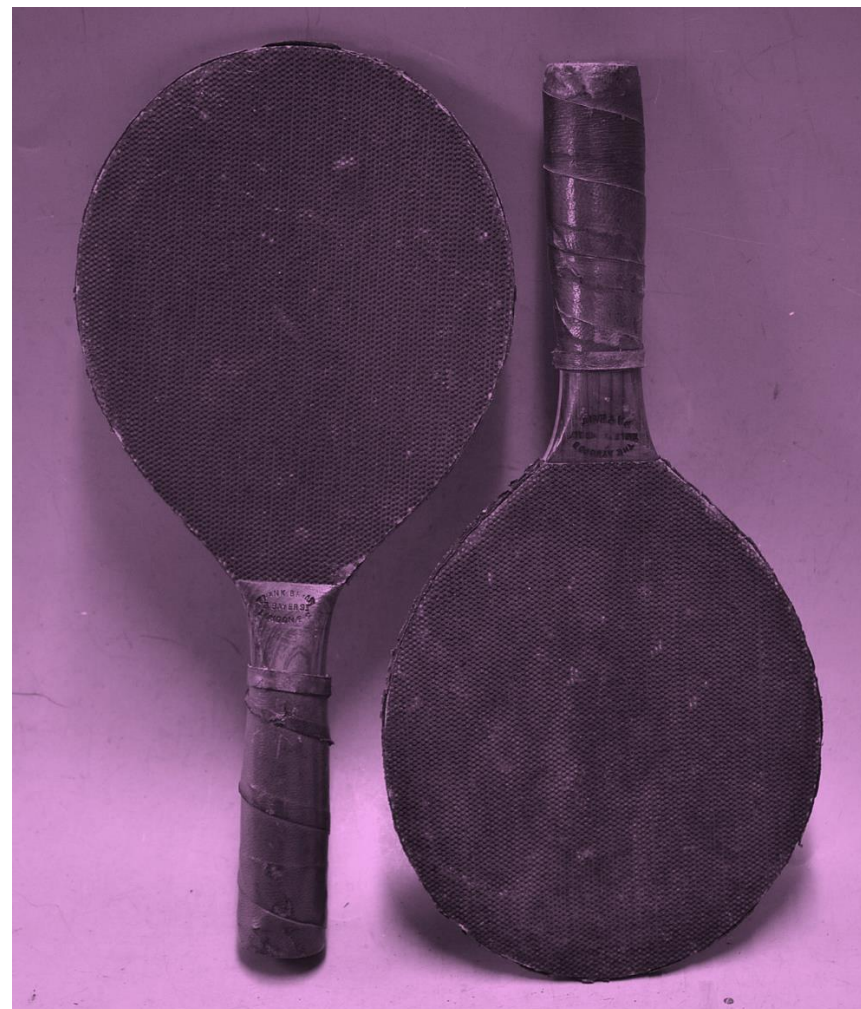


# ИСТОРИЯ НА ТЕНИСА НА МАСА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Първата ракета покрита с назъбената гума е патентирана от Франк Бриян през 1901 г. под името "Атропос" и получава широко разпространение. В началото на 1902 г. се обединяват Асоциацията по пинг-понг и Асоциацията по тенис на маса. Първ общоанглийски шампион е Р. Айлинг.

От Англия играта се пренася в САЩ (1887), Русия (1897), Германия, Унгария, Япония и др. Широкото разпространение на играта налага уеднаквяването на правилата в международен мащаб. През 1922 г. се правят съществени изменения в правилника.





# ИСТОРИЯ НА СВЕТОВНИТЕ ПЪРВЕНСТВА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Основаването на международната федерация по тенис на маса (ИТТФ) се осъществява на 15.I.1926 г. Първият конгрес на ИТТФ се провежда в Лондон на 12.XII.1926 г. по време на Първото световно първенство. Участват представители на 9 /девет/ държави: Австрия, Чехословакия, Дания, Англия, Германия, Унгария, Индия, Швеция и Уелс. Приемат се правилата и конституцията. За пръв председател е избран Айвор Монтегю (Англия), който регистрира рекордните 40 г. начело на ИТТФ и огромен принос за развитието на спорта в световен мащаб.

От 1926 г. до Втората световна война се провеждат 13 световни първенства и конгреси. През периода 1947-1957 г. световните първенства се провеждат ежегодно. От 1957 г. първенствата продължават да се организират през 2 години (нечетни години). От 1999 г. световните първенства се организират ежегодно: отборни първенства в четни години (2004 г., 2006 г., 2008 г. и т.н.), индивидуални първенства в нечетни години (2003 г., 2005 г., 2007 г. и т.н.)

Към настоящия момент в ИТТФ членуват 226 федерации.



# ИСТОРИЯ НА СВЕТОВНИТЕ ПЪРВЕНСТВА



СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

До 1952 г. на световните първенства най-успешно се представят унгарските състезатели. Освен тях в борбата за призовите места се включват и представителите на Англия, Чехия, Австрия, Румъния, а през 1936 г. и на САЩ. Първото участие на представителите на Япония е в Бомбай през 1952 г. и бележи нова страница в развитието на световната история за спорта тенис на маса. Състезателите печелят 4 от 7 световни титли (отборно жени, двойки жени, двойки мъже, индивидуално мъже). Китайските състезатели участват за първи път през 1953 г. (Букурещ). На световното първенство в Дортмунд (1959 г.) за първи път китаец става шампион. Останалите шест титли са завоювани от японските представители. Азиатската хегемония е налице и до днес.

държава/медали	златни	сребърни	бронзови	общо
Китай	145	103	159	<b>407</b>
Унгария	68	58.5	75.5	<b>202</b>
Япония	48	36	73	<b>157</b>





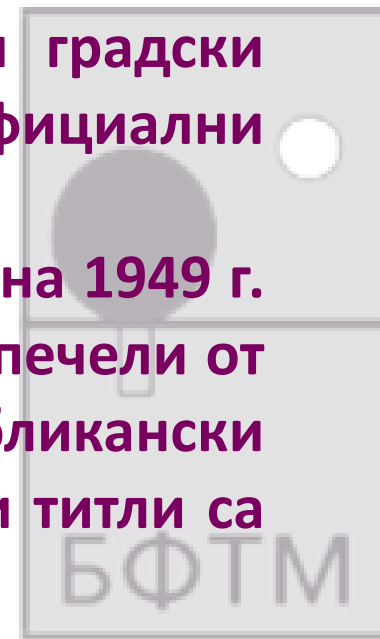
# ИСТОРИЯ НА ТЕНИСА НА МАСА В БЪЛГАРИЯ

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Пинг-понгът в България се “внася” около 1930 г. Появява се най-напред в чуждестранните колежи и клубове, църковния пансион, а след това намира място в клубове, училища и кафенета в големите градове. Играта бързо се развива и популяризира. През периода 1932-1936 г. се развива оживена състезателна дейност – вътрешни, междуклубни, междуградски и градски срещи. До 1944 г. са проведени само две държавни първенства, официални международни срещи не са организирани.

След 1944 г. тенисът на маса намира благоприятна почва . От края на 1949 г. датира и първото републиканско първенство – лично мъже, което се печели от Вл. Хаджистоянов. От тогава ежегодно се провеждат републикански първенства във всички дисциплини. Най-много републикански лични титли са спечелили Н. Хаджииванова (13) , Д. Гергелчева (10) и Ст. Шивачев (8).

През 1950 г. Българската федерация по тенис на маса /БФТМ/ е приета за член на ИТТФ. За първи път участваме в 22-рото световно първенство (1953 г., Букурещ) с отбори – мъже и жени.

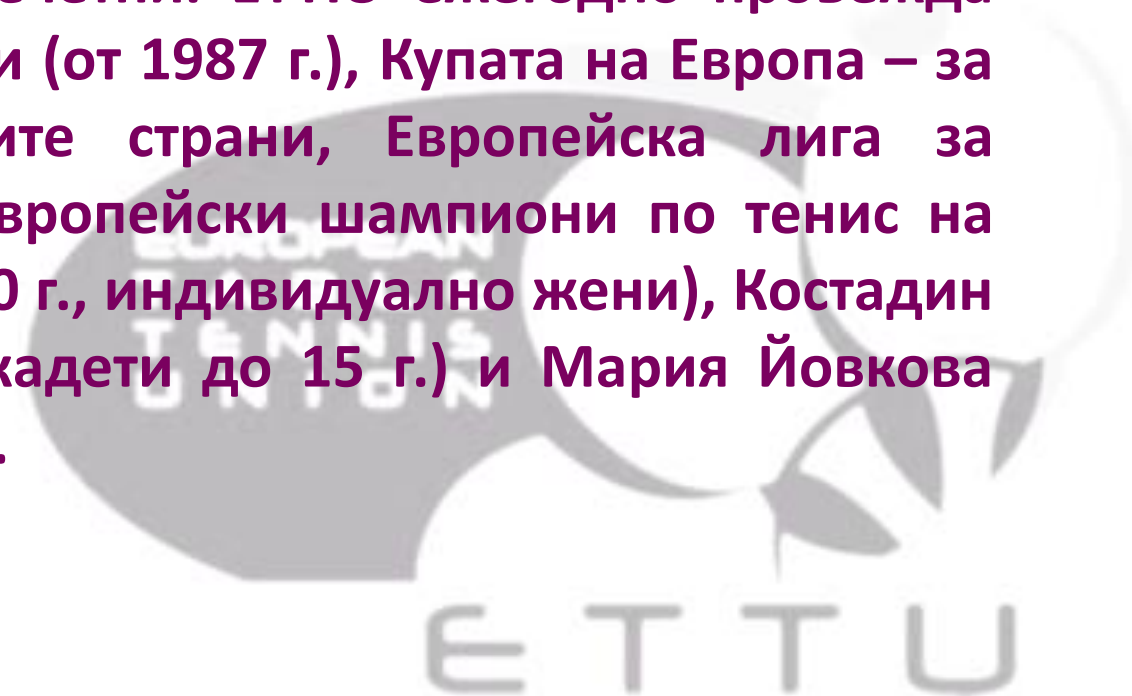




# ИСТОРИЯ НА ЕВРОПЕЙСКИТЕ ПЪРВЕНСТВА

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

Европейският съюз по тенис на маса (ЕТТЮ) е основан през 1958 г., когато се провежда и първото Европейско първенство в Будапеща. Днес в ЕТТЮ членуват 58 страни. Европейските първенства се провеждат на всеки две години до 2005 г., от 2007 г. стават ежегодни, а от 2016 г. се провеждат индивидуални първенства в четни години и отборни в нечетни. ЕТТЮ ежегодно провежда европейски първенства за юноши и девойки (от 1987 г.), Купата на Европа – за отборните клубни първенци на отделните страни, Европейска лига за националните отбори и др. Българите – европейски шампиони по тенис на маса са: Даниела Гергелчева (Гьотеборг, 1990 г., индивидуално жени), Костадин Ленгеров (Севиля, 1991 г., индивидуално кадети до 15 г.) и Мария Йовкова (Гимараеш, 2017 г., двойки девойки до 18 г.).





# ТЕНИС НА МАСА – ОЛИМПИСКИ СПОРТ

СОФИЙСКИ УНИВЕРСИТЕТ "СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ"

През 1977 г. МОК признава ИТТФ, а през 1981 г. на 84-тата сесия се решава тенисът на маса да бъде включен за първи път в програмата на XXIV летни олимпийски игри в Сеул през 1988 г.

Между участващите 48 жени от всички континенти е и Даниела Гергелчева. Тя преминава успешно "ситото" за първата квалификационна група, но тежкия жребий я противопоставя на осминафинал срещу китайска медалистка, от която губи с 1:3. Мариано Луков е между участващите 81 мъже на Първата олимпиада по тенис на маса, но още при първата фаза губи в предварителните квалификационни групи и отпада от по-нататъшно участие. Хегемонията на китайските състезатели и до днес е налице, въпреки ограничителните правила за брой представители от държава.

държава/медали	златни	сребърни	бронзови	общо
Китай	28	17	8	53
Южна Корея	3	3	12	18
Швеция	1	1	1	3



Техниката и тактиката на игра непрекъснато се развиват и обогатяват. Те са в пряка връзка с качеството на игралните съоръжения и най-вече материала, с който е обвита ракетата. Съществено влияние оказват и измененията в правилата на играта.

В началото, практикуващите са заставали в непосредствена близост до масата. Ударът по топката се е нанасял веднага след нейния отскок и с плоски удари се е прехвърляла в противниковото поле. Силните захлупващи удари са били рядкост.

С въвеждането на гумената покривка на ракетата (1902 г.) се увеличава контакта между ракета и топка и става възможно придаването на въртене. Изменя се траекторията на летежа на топката, появяват се различните „изтеглени“ и „засечени“ удари. Състезателите, играещи защита, се отдръпват назад от масата. Играта става по-динамична и интересна за зрителите. Световното първенство в Лондон през 1935 г. е наблюдавано от 10 000 души дневно. Това провокира вземането на решение за преименуване. Старият термин „пинг-понг“ се заменя с „тенис на маса“.





Съществуващите правила не регламентирали времето за игра. Постигат се своеобразни рекорди по време на световното първенство в Прага (1936 г.):

- финалната среща между мъжките отбори на Австрия и Румъния е прекратена в 2 часа през нощта, защото продължавала общо 12 часа и трябвало да се играе в 3 различни вечери.
- Ерлих (Франция) и Панет (Румъния) играят 2 часа и 12 мин за една точка. Топката е била прехвърлена повече от 9000 пъти над мрежата.
- Хагенауер (Франция) и Голдерберг (Румъния) регистрират най-продължителния мач от 10:00 до 17:30 часа.

В следващите години настъпват изменения – времето за игра се ограничава до 15 мин на част (гейм), забранява се предварителното въртене на топката с пръсти при изпълнение на начален удар, намалява се височината на мрежата (от 17 на 15.25 см), въвеждат се по тежки топки за игра и по-твърди маси. Промените са мощен тласък в развитието на нападателната игра.



Непрекъснатото противодействие между двата противоположни стила – нападение и защита, предизвиква тяхното усъвършенствие и развитие в диалектично единство.

С появата на ракетата тип „сандвич“ през 1956 г. се откриват нови големи технически възможности – с по-малък замах се нанасят силни удари и се придават изключително „силни“ въртеливи движения. В тази връзка през 1960 г. японците създават нов удар – топ-спин, който провокира намирането на различни начини за неговото противодействие. През 2000 г. диаметърът на топката се увеличи от 38 мм (тежаща 2,5 гр.) на 40 мм и 2,7 гр. От 2001 г. геймовете се играят до 11 точки с продължителност 10 мин, а началният удар се сменя на две точки и при изпълнението му е налице пълна видимост от страна на опонента (2003 г.). Тези революционни правила доведоха до намаляване продължителността на срещите, увеличаване психическото натоварване в игра, по-често предприемане на рисковани действия, по-малко отбелязване на директни точки от начален удар. Мотото на съвременната игра е **ТЕМПО И ВЪРТЕЛИВИ ДВИЖЕНИЯ.**



# ИЗПОЛЗВАНИ ИЗТОЧНИЦИ

1. Дряновски, Й., И. Коен. Тенис на маса. София, 1993 г.
2. [www.ittf.com](http://www.ittf.com)
3. [www.ettu.org](http://www.ettu.org)
4. <https://www.youtube.com/watch?v=p8Uav3RLr2k&feature=youtu.be> - Slideshow of antique Ping Pong collectibles

гл. ас. Венелина Цветкова, доктор

Департамент по спорт, катедра „Спортни игри и планински спортове“

[venelinac@uni-sofia.bg](mailto:venelinac@uni-sofia.bg)