

د. حسين علي حسين

لعبة تنس الطاولة ونشأتها :

لقد نشأت لعبة تنس الطاولة وولدت من رحم لعبة التنس وكانت تلعب باستخدام كرة مطاطية أو كرة مصنوعة من الخشب اللين الفليني على طاولة الطعام أو طاولة الكتب، وتستعمل فيها مضارب من دون تحديد أنواعها ، وأصبحت لعبة تسلية في كثير من المنازل في انكلترا ، وفي سنة ١٨٩٠م أحضر اللاعب البريطاني (جيمس جيل) بطل المسافات الطويلة من الولايات المتحدة الأمريكية كرة مصنوعة من مادة السليلود استعملت كلعبة للأطفال حيث أصبحت بعدئذ بديلة لكرات الطاولة بمختلف أنواعها، ونظرا للصوت التي تحدثه الكرة أثناء ارتطامها بسطح الطاولة والمضرب فأنها سميت باسم (البنج بونج) تشبيها بصوتها ، وسميت فيما بعد بكرة تنس الطاولة ، وفي أثناء هذه المدة تزايد عدد الأشخاص الذين يمارسون هذه اللعبة تدريجيا وانتشرت بصورة بطيئة باعتبارها لعبة تسلية^(١).

ويانتشار لعبة تنس الطاولة في كافة أنحاء العالم الآن فإنه لم يعد هدفها هو الترويح و التسلية بل تطورت أهدافها حيث أصبحت لعبة رياضية لها قواعدها وأصولها و قوانينها التي تتعدل من وقت لآخر تمشيا مع تطور متطلبات اللعبة ومهاراتها .

إن لعبة تنس الطاولة لعبة شعبية تتلاءم بدنيا ونفسيا مع كل سن وجنس ، فهي لعبة لكل من يريد أن يتعلمها وأن يمارسها من دون جهود كبيرة وأحمال عالية ، وتكسب هذه اللعبة فوائد جسمانية متعددة ، فهي تساعد على اكتساب المرونة والرشاقة الجسم وترفع من كفاءة الأجهزة الحيوية و التآزر السمعي و البصري ، ومن مميزاتها أيضا أنها تساعد على تركيز الانتباه وتزيد

١- بيتر سمبسون ، (ترجمة محمد عبد الحميد الدوري)، كرة الطاولة الناجحة، بغداد : مطبعة حسام،

القدرة على التلبية واتخاذ قرارات سريعة على وفق ما يتطلبه الموقف ، كل هذا يمدنا بمهارات تفيدنا في حياتنا اليومية فضلا عن فوائدها الترويحية إذ تبعث على السرور و المرح والحيوية و النشاط وتحقق حتى لمن يشاهدها متعة استثارة حسية كبيرة.

التجهيزات و المعدات :

١- الطاولة

أ- تكون الطاولة مستطيلة الشكل ٢,٧٤ م في الطول ١,٥٢٥ م في العرض وكما يجب أن يكون سطحها العلوي (سطح اللعب) مرتفعا عن سطح الأرض محمولا على أرجل طول كل منها ٧٦ سم .

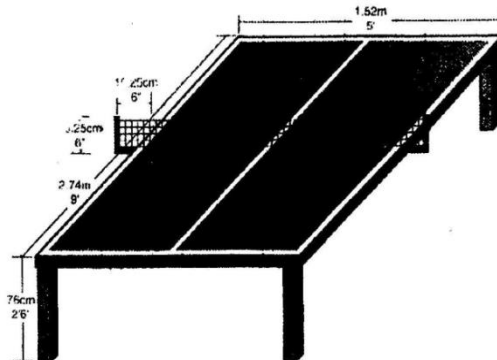
ب- تصنع الطاولة من أي مادة تؤدي إلى ارتداد الكرة لمسافة علوية لا تقل عن ٢٢ سم عند إسقاط الكرة من ارتفاع ٣٠,٥ م على سطحها ، يحد أطراف سطح الطاولة خط أبيض عرضه ٢ سم، و الخطوط المرسومة على نهايات الطاولة يشار إليها بالخطوط الجانبية.

ب- بالنسبة للزوجي فان سطح اللعب يجب أن يقسم إلى أقسام بواسطة خط وسط أبيض بعرض ٣ ملم (١/٨) بوصة متوازيا مع الخطوط الجانبية . يجب اعتبار خط الوسط كجزء من كل نصف ملعب أيمن .

ج- يضم سطح اللعب الأطراف العليا للطاولة ، ولكن ليس جوانب أعلى الطاولة تحت الأطراف

شكل (١)

الطاولة و قياساتها القانونية



٢- الشبكة

أ- يقسم سطح اللعب إلى ملعبين متساويين بالحجم بواسطة شبكة رأسية تمتد بمحاذاة خطوط النهاية.

ب- يتم تعليق الشبكة بواسطة حبل مشدود عند كلا الطرفين بعارضتين رأسيتين يبلغ ارتفاع كل منهما ٢٥, ١٥ سم.

ج- يبلغ طول الشبكة بعارضتيها ١٨٣ سم ويبلغ ارتفاع قمتها على كامل امتداد طولها ٢٥, ١٥ سم.

تتكون مجموع الشبكة من الشبكة، وتر التعليق، عارضتا الارتكاز بما فيها الكابلات التي تربطها بالطاولة.

٣- الكرة

تكون الكرة بقطر ٤٠ ملم و وزن ٧, ٢ جرام و مصنوعة من مادة بلاستيكية أو السليلويد و لونها أبيض أو أصفر .

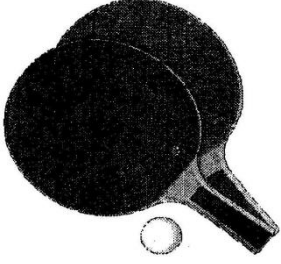


٤- المضرب :

أ- يمكن أن يكون من أي حجم أو شكل أو وزن .

شكل (٢)

ب- هيكل المضرب يكون مصنوعا من الخشب على أن يكون منتظم السمك ،
مسطحا و صلبا



ت- يجب أن يكون ٨٥ % على الأقل من سمك الهيكل مصنوعة من الخشب الطبيعي .

ث- الطبقة اللاصقة بداخل هيكل المضرب يمكن تقويتها بمادة مصنوعة من الألياف الكربونية أو الألياف الزجاجية ، أو الورق المضغوط ، على أن لا يتجاوز سمكها عن ٧,٥ % من السمك الإجمالي أو ٠,٣٥ ملم .

ج- يتم تغطية وجه المضرب بطبقة مطاطية ذات حبيبات بارزة للخارج بسمك إجمالي شاملا المادة اللاصقة لا يزيد على ٢ ملم أو حشوة مطاطية ذات حبيبات للداخل أو للخارج بسمك لا يزيد عن ٤ ملم .

ح- تمتد المادة المغطية لحواف المضرب و لا تتعداها ، فيما عدا أقرب جزء من اليد الممسوكة بأصابع اللاعب ، إذ يمكن تركه غير مغطى أو تغطيته بأي مادة ويمكن اعتباره جزءا من اليد

د- سطح المادة المغطى لجانب المضرب أو إذا كان غير مغطى يجب أن يكون من مادة غير لامعة ، أحمر براق و أسود من الجانب الآخر ، أي تقليم حول المضرب يكون من مادة غير لامعة ، ولا يسمح بأن يكون أي جزء من أجزائه أبيض اللون ، يمكن أن يحدث تجاوز طفيف بالنسبة لاسمرار السطح أو توافق الألوان في حالات التلف العارض .