

TENNIS

Ζερβουδάκης Μανώλης
του Α3

ΤΟ ΤΕΝΙΣ

Το Tennis ή αλλιώς αντισφαίριση είναι ένα άθλημα το οποίο πρωτοεμφανίστηκε τον 19^ο αιώνα. Η αντισφαίριση διαδόθηκε πρώτα σε όλο τον αγγλόφωνο κόσμο και μετά στις υπόλοιπες χώρες.

Το άθλημα αυτό παίζεται σε ένα γήπεδο με έναν διαιτητή και δύο παίκτες, τους οποίους διαχωρίζει το φιλέ.

Οι παίκτες λοιπόν προσπαθούν με έξυπνες κινήσεις να πάρουν πόντους από τους αντιπάλους τους.

Έτσι αυτός που θα έχει περισσότερους πόντους στο τέλος νικάει.



ΤΑ ΕΙΔΗ ΤΩΝ ΓΗΠΕΔΩΝ

- ▣ Πρώτη και πιο συνηθισμένη είναι η «τσιμεντένια» επιφάνεια η οποία αποτελείται από το φιλέ και έχει μπλε χρώμα. Συγκεκριμένα, αυτή θα συναντήσει κάποιος όταν θα αρχίσει να προπονείται.



- ▣ Ακολουθεί το γήπεδο που έχει χλοοτάπητα (γρασίδι). Αυτή η πράσινη επιφάνεια, η αλήθεια είναι, ότι έχει δυσκολέψει αρκετούς επαγγελματίες τενίστες που για πρώτη φορά προσπάθησαν να παίξουν σε αυτήν.



Και συνήθως έτσι γίνεται μετά τις προπονήσεις.

Τρίτη και τελευταία κατηγορία γηπέδων (και προσωπικά η αγαπημένη μου) είναι η «χωμάτινη» επιφάνεια. Η αλήθεια είναι ότι αυτή είναι η δυσκολότερη γιατί γλιστράει πολύ. Αυτό γίνεται γιατί το χώμα δεν είναι χώμα αλλά ένα είδος επεξεργασμένου τούβλου. Ένα ξακουστό χωμάτινο γήπεδο είναι αυτό του Rolan Garos, το οποίο απεικονίζεται στην κάτω αριστερά εικόνα.



ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

- ▣ Το τένις έχει πανεύκολους κανόνες τους οποίους κι ένα μικρό παιδί θα μπορούσε να καταλάβει. Αρχικά, στο τένις σκοπός του κάθε παίκτη είναι να νικήσει, και αυτό θα το κατορθώσει μόνο αν κερδίσει τους πόντους που του χρειάζονται. Αναλυτικότερα τώρα, εάν κάποιος δεν μπορέσει να ανταλλάξει μια μπαλιά αυτόματα, ο αντίπαλός του παίρνει έναν βαθμό που ισοδυναμεί με 15 πόντους και συνεχίζει με 30, 40 και τέλος αν ο αντίπαλος πάρει κι άλλον έναν κατακτά το «game». Για να τελειώσει ένας αγώνας χρειάζονται 3 sets των έξι game το καθένα. Δηλαδή 18 games.

ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ 2

- Αφού τελειώσει ένα game οι παίκτες έχουν το δικαίωμα να ξεκουραστούν, δηλαδή να πάνε στο μπάνιο να ενυδατωθούν ή και να αλλάξουν ρακέτα, αν είναι απαραίτητο. Το μπαλάκι το οποίο ανταλλάσσουν μεταξύ τους οι παίκτες δεν πρέπει να βγει έξω από τις γραμμές- λεπτομέρειες του γηπέδου και τους «διαδρόμους». Το παιχνίδι ξεκινά όταν ένας από τους δύο κάνει σερβίς.



Το σερβίς είναι μια κίνηση στην οποία ο τενίστας πετάει το μπαλάκι στον αέρα και μετά το χτυπά ενώ προσγειώνεται. Στο σερβίς πάντα η μπάλα πρέπει να χτυπήσει στο διαγώνιο κουτάκι της απέναντι πλευράς του αντιπάλου. Ο παίκτης που θα τη δεχτεί θα πρέπει να είναι σκυφτός με λυγισμένα γόνατα και στο κέντρο του γηπέδου, έτσι ώστε να μπορέσει να την χτυπήσει με ευκολία. Επίσης, στο τένις απαγορεύεται οι προπονητές να συμβουλευθούν του παίκτες τους. Διαφορετικά οδηγούνται έξω.



Ο Εξοπλισμός

▣ Για να συμμετέχει κανείς σε αυτό το κουραστικό άθλημα χρειάζεται:

▣ Ρακέτα



▣ Αθλητικά ρούχα



Εξοπλισμός 2

- ▣ Πιστεύω πως ένα σακίδιο είναι απαραίτητο για να μπαίνει η ρακέτα, η ζακέτα και ένα παγούρι με νερό και μερικά μπαλάκια.



Οι κινήσεις

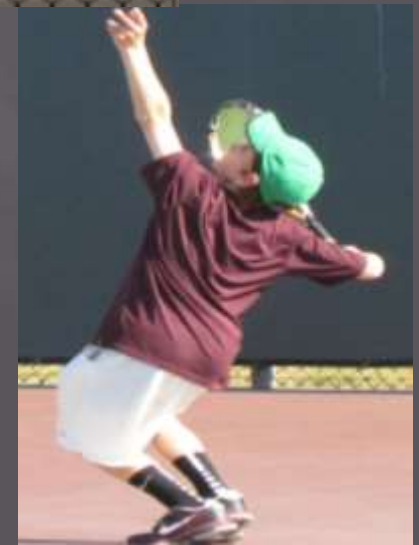
Ντράϊβ



Ρεβέρ



Σερβίς



ΟΙ ΚΙΝΗΣΕΙΣ 2

Σμας



Διάσημοι τενίστες

- ▣ Δυστυχώς, η Ελλάδα δεν έχει ακόμα μεγάλες επιτυχίες στον χώρο αυτό. Όμως, έχουμε τον Στέφανο Τσιτσιπά που τώρα είναι 6^{ος} στην παγκόσμια κατάταξη ανδρών και τη Μαρία Σάκκαρη, η οποία είναι 20^η στην κατάταξη των γυναικών.



Διάσημοι Τενίστες 2^ο μέρος

- ▣ Ο Rafael Nadal έχει καταγωγή από την Ισπανία. Έχει κερδίσει 13 φορές στο πρωτάθλημα του Roland Garros. Είναι 2^{ος} στην κατάταξη και το παρατσούκλι του είναι «ο βασιλιάς του χώματος».



- ▣ Ακολουθεί ο πολυσυζητημένος Roger Federer. Ο αθλητής αυτός έχει καταγωγή από την Ελβετία και είναι 5^{ος} στην κατάταξη αντρών. Έχει κατακτήσει 12 τίτλους στο Γουίμπλετον, 7 νίκες στο Αμερικάνικο Όπεν και μία κατάκτηση των 3^{ων} Grand Slam σε κάθε μία από τρεις διαφορετικές σεζόν (2004, 2006 και 2007).



- ▣ Συνεχίζουμε με τον Novak Djokovic. Ο συγκεκριμένος τενίστας έχει καταγωγή από τη Σερβία, επίσης είναι ο πρώτος και μοναδικός μέχρι στιγμής παίκτης στην ιστορία με τρεις συνεχόμενες κατακτήσεις του αυστραλιανού Όπεν. Αξίζει επίσης να αναφερθεί ότι πέρυσι όλη την χρονιά ήταν 1^{ος} στην παγκόσμια κατάταξη, ενώ τώρα είναι 3^{ος}.



- ▣ Τέλος, ο Alexander Zverev είναι ένας κορυφαίος τενίστας που κατάγεται από το Αμβούργο της Γερμανίας. Στα λίγα χρόνια της καριέρας του έχει καταφέρει να φτάσει σε πολλούς τελικούς και να κάνει αρκετές κατακτήσεις. Το αξιοσημείωτο στην υπόθεση είναι πως είναι ο νεότερος διεκδικητής και μόλις στην ηλικία των 20 αιτών έχει καταφέρει να ενταχθεί στους топ 20 της παγκόσμιας κατάταξης και σε κάθε λογής τουρνουά.



Τέλος-συμπεράσματα

- ▣ Τέλος, μπορώ να πω, ως παίκτης του τένις, το έχω λατρέψει γιατί χρειάζεται πολύ πάθος και αντοχές. Πιο συγκεκριμένα, θα έλεγα ότι σε αυτό το άθλημα υπερισχύουν η φυσική και σωματική δύναμη καθώς και η παρατηρητικότητα του καθενός, λόγω των γρήγορων εναλλαγών και χτυπημάτων.
- ▣ Από τα παραπάνω, λοιπόν, καταλαβαίνουμε ότι το τένις εκτός από άθλημα είναι και επάγγελμα και διασκέδαση αλλά και αγάπη.

Πηγές

- ▣ Wikipedia
- ▣ Προσωπικές γνώσεις και εμπειρίες