Теніс.

**Історія створення тенісу**

Середньовічне походження: Теніс має довгу історію, яка починається у Франції у 12-13 століттях. Перші версії гри називалися "jeu de paume" (з французької - "гра в долоню"), оскільки м'яч відбивали долонею без ракеток. Ця рання форма тенісу гралася переважно в закритих приміщеннях на невеликих кортах. Гравці використовували м'яч із шкіри, наповнений шерстю або волоссям.

Еволюція гри: З часом у гру почали використовувати ракетки, які спочатку виготовлялися з дерева, а пізніше покривалися струнами з кишок тварин. Гра залишалася популярною серед французької та англійської аристократії протягом кількох століть.

Модернізація тенісу в 19 столітті: Сучасний теніс виник у другій половині 19 століття в Англії. Гру в сучасному вигляді вперше стандартизував майор Волтер Вінгфілд у 1873 році, коли він запатентував свою версію гри під назвою "Sphairistikè", що з грецької означає "вміння грати з м'ячем". Вінгфілд розробив правила гри та організував перші змагання, популяризуючи нову гру на траві.

Зародження турнірів: У 1877 році в Англії пройшов перший Вімблдонський чемпіонат, який зараз є найстарішим і одним із найпрестижніших тенісних турнірів у світі. Цей турнір заклав основу для міжнародного поширення тенісу.

Міжнародне поширення: До кінця 19 століття теніс набув популярності не лише у Великобританії, але й у США, Франції та Австралії. У цих країнах почали проводитися свої національні чемпіонати, які згодом стали частиною турнірів Великого шолома.

**Теніс на Олімпійських іграх**

Дебют на Олімпіаді 1896 року: Теніс вперше був включений до програми перших сучасних Олімпійських ігор в Афінах у 1896 році. На перших Іграх змагалися лише чоловіки, і в турнірі взяли участь лише гравці з кількох країн. Першим олімпійським чемпіоном став ірландський тенісист Джон Піус Боланд, який представляв Велику Британію. Змагання проходили на ґрунтових кортах, і в перші роки теніс був невід’ємною частиною олімпійської програми.

Жіночі змагання та подальший розвиток: Жінки отримали можливість змагатися в тенісі на Олімпіаді 1900 року в Парижі. Цей крок став важливим для популяризації тенісу

серед жінок та зробив теніс одним із перших видів спорту, де жінки могли змагатися на Олімпійських іграх. На Іграх 1908 року було представлено більше змагань з тенісу, включаючи змішані парні змагання.

Виключення з програми: У 1924 році теніс був виключений з програми Олімпійських ігор через конфлікти між Міжнародним олімпійським комітетом (МОК) і міжнародними тенісними організаціями щодо статусу професійних гравців. Оскільки олімпійський рух зосереджувався на аматорах, а теніс поступово ставав професійним видом спорту, його було вирішено вилучити.

Повернення на Олімпійські ігри: Теніс повернувся на Олімпійські ігри через 64 роки, на Іграх 1988 року в Сеулі, після тривалих переговорів між МОК і Міжнародною тенісною федерацією. З цього моменту теніс став постійним видом олімпійської програми. Гравці, як аматори, так і професіонали, отримали право брати участь у турнірі, що підвищило престиж олімпійського тенісу.

Сучасні змагання: Сьогодні олімпійський теніс охоплює чоловічі та жіночі одиночні, парні, а також змішані парні змагання. Він є важливим етапом для гравців у їхній кар'єрі, а золоті медалі Олімпійських ігор вважаються одними з найбажаніших нагород. Серед найвідоміших олімпійських чемпіонів — Роджер Федерер, Рафаель Надаль, Андре Агассі, Серена Вільямс та Еліна Світоліна, яка виграла бронзову медаль на Олімпіаді 2020 року в Токіо.

Значення для спортсменів: Попри те, що турніри Великого шолома вважаються найбільшими змаганнями у тенісі, олімпійська медаль залишається особливою ціллю для багатьох гравців, оскільки вони можуть представляти свою країну та отримати міжнародне визнання.

**Відомі моменти в тенісі**

**1. Перший Вімблдонський турнір (1877 рік):**

Вімблдонський турнір, який відбувся в Англії у 1877 році, став першим великим тенісним змаганням у світі. Він заклав традиції, які зберігаються донині, зокрема біла форма гравців та гру на трав'яних кортах. Переможцем першого турніру став Спенсер Гор, вигравши одиночний титул.

**2. "Битва статей" (1973 рік):**

Одним із найбільш значущих моментів у тенісній історії стало протистояння між Біллі Джин Кінг та Боббі Ріггсом. Матч відбувся у 1973 році та став символом боротьби за рівність статей у спорті. Кінг, яка виступала за права жінок у тенісі, перемогла Ріггса з рахунком 6-4, 6-3, 6-3, що стало великою перемогою для жіночого спорту.

**3. Епічний фінал Вімблдону (2008 рік):**

Фінал Вімблдону 2008 року між Рафаелем Надалем і Роджером Федерером вважається одним із найкращих тенісних матчів в історії. Матч тривав понад 4 години та завершився перемогою Надаля з рахунком 6-4, 6-4, 6-7, 6-7, 9-7. Цей матч визначив нову еру у протистоянні двох найкращих гравців свого часу.

**4. Перша перемога Серени Вільямс на Вімблдоні (2002 рік):**

Серена Вільямс виграла свій перший титул на Вімблдоні у 2002 році, почавши домінування у жіночому тенісі, яке тривало більше двох десятиліть. Серена стала однією з найбільших легенд спорту, завоювавши велику кількість титулів Великого шолома та змінюючи саму культуру жіночого тенісу.

**5. Тріумф Роджера Федерера на Australian Open (2017 рік):**

Після довгого періоду без титулів на турнірах Великого шолома, Роджер Федерер у 2017 році виграв Australian Open, перемігши у фіналі Рафаеля Надаля в п'яти сетах (6-4, 3-6, 6-1, 3-6, 6-3). Ця перемога стала одним із найяскравіших повернень в історії тенісу та підтвердила статус Федерера як одного з найвеличніших гравців усіх часів.

**6. Олімпійська медаль Еліни Світоліної (2020 рік):**

Українська тенісистка Еліна Світоліна здобула бронзову медаль на Олімпійських іграх у Токіо 2020 року. Це був визначний момент не лише для українського тенісу, але й для Світоліної, оскільки вона принесла Україні одну з перших медалей в тенісі на Олімпіаді, перемігши у вирішальному матчі з рахунком 1-6, 7-6, 6-4.

**7. Тривалий матч на Вімблдоні (2010 рік):**

Матч між Джоном Існером та Ніколя Маю на Вімблдоні 2010 року увійшов в історію як найдовший матч, що тривав 11 годин і 5 хвилин та складався з 183 геймів. Рахунок фінального сету становив 70-68 на користь Існера. Цей епічний матч став символом стійкості та сили духу тенісистів.

Ці моменти підкреслюють багату історію тенісу та демонструють незабутні досягнення, які вплинули на розвиток спорту.

**Відомі українські тенісисти**

Україна має значну кількість талановитих тенісистів, які досягли міжнародного успіху та прославили країну на світовій арені.s

**1. Андрій Медведєв**

Андрій Медведєв – один із найуспішніших українських тенісистів у 1990-х роках. Він досяг фіналу Ролан Гаррос у 1999 році, де поступився Андре Агассі в п'яти сетах. Медведєв також виграв 11 титулів ATP у одиночному розряді і вважається піонером українського тенісу на світовій арені. Його виступи на турнірах Великого шолома привернули увагу до тенісу в Україні та стали прикладом для наступних поколінь.

**2. Олександр Долгополов**

Олександр Долгополов був провідним тенісистом України на початку 2010-х років. Він досяг свого найвищого рейтингу у кар'єрі — 13-го місця у світі — у 2012 році. Олександр виграв два титули ATP у одиночному розряді і став відомим своїм швидким і агресивним стилем гри. Його виступи в Австралії та США стали яскравими моментами його кар'єри, зокрема його вихід у чвертьфінал Australian Open у 2011 році.

**3. Еліна Світоліна**

Еліна Світоліна — одна з найуспішніших тенісисток в історії України. Вона досягала третього місця у рейтингу WTA і вигравала 17 титулів у одиночному розряді на турнірах WTA. Її найбільші досягнення включають перемогу на Підсумковому турнірі WTA у 2018 році та бронзову медаль на Олімпійських іграх 2020 року в Токіо. Світоліна регулярно досягала стадії чвертьфіналів та півфіналів на турнірах Великого шолома, що зробило її зіркою світового тенісу та іконою українського спорту.

**4. Сергій Стаховський**

Сергій Стаховський відомий своєю сенсаційною перемогою над Роджером Федерером у другому раунді Вімблдону 2013 року, коли він вибив легендарного швейцарця з турніру. Стаховський виграв 4 титули ATP у одиночному розряді та досягав 31-го місця у світовому рейтингу. Він вважався одним із найсильніших гравців України та часто був ключовим гравцем на Кубку Девіса.

**5. Леся Цуренко**

Леся Цуренко — відома українська тенісистка, яка досягала 23-го місця у рейтингу WTA. Вона виграла 4 титули на турнірах WTA та відзначилася своєю стабільною грою на різних покриттях. Цуренко регулярно брала участь у турнірах Великого шолома та досягала чвертьфіналів US Open у 2018 році.

**6. Даяна Ястремська**

Даяна Ястремська — одна з найперспективніших молодих тенісисток України. Вона виграла 3 титули WTA до 20 років і демонструє агресивний стиль гри з потужними ударами. Ястремська досягала 21-го місця у рейтингу WTA і залишається однією з майбутніх надій українського тенісу.

**7. Марта Костюк**

Марта Костюк — ще одна молода українська тенісистка, яка активно пробивається на міжнародній арені. Її зірковий злет почався на Australian Open 2018 року, де вона досягла третього раунду у віці всього 15 років. Костюк продовжує підніматися у рейтингу WTA і вважається однією з майбутніх зірок українського та світового тенісу.

Ці спортсмени не лише досягли успіху в міжнародних змаганнях, але й допомогли популяризувати теніс в Україні, надихаючи нові покоління тенісистів.

**Правила та спорядження в тенісі**

**Основні правила тенісу:**

Теніс — це гра, яка може відбуватися як на відкритому повітрі, так і в закритих приміщеннях. Гравці, або двоє в одиночному розряді, або чотири в парному, змагаються на прямокутному корті, розділеному сіткою посередині.

**1. Мета гри:**

- Мета гри — виграти більше сетів, ніж суперник. Для цього необхідно виграти окремі гейми, з яких складається сет.

- Сет складається з 6 або більше геймів. Щоб виграти сет, потрібно перемогти щонайменше в 6 геймах з різницею в 2 гейми.

**2. Подання:**

- Гра починається з подачі, яку виконує один із гравців. Подача виконується з-за задньої лінії, м'яч має вдаритися об площу подачі на протилежній стороні корту. Якщо подача успішна, розпочинається обмін ударами.

- Якщо подача вийшла за межі або в сітку, це вважається помилкою, і подаючий має другу спробу.

**3. Гейм:**

- Гейм складається з окремих розіграшів (поінтів). Гравці намагаються виграти поінти, коли суперник не може повернути м'яч у межах корту.

- Рахунок у геймі ведеться особливим чином: 15, 30, 40 і перемога. Якщо обидва гравці досягають рахунку 40-40, це називається «деюс», і для перемоги необхідно виграти два поінти підряд.

**4. Сет:**

- Для виграшу сета необхідно виграти 6 геймів, маючи перевагу в 2 гейми над суперником. Якщо рахунок у сеті стає 6-6, проводиться тай-брейк.

**5. Перемога в матчі:**

- Традиційно матчі можуть складатися з 3 або 5 сетів. У турнірах Великого шолома чоловічі матчі проводяться до трьох виграних сетів, тоді як жіночі — до двох.

**6. Правила подачі та гри:**

- Гравці повинні подавати по черзі кожен гейм. Після кожного другого гейму змінюються сторони корту. М'яч вважається «в грі», доки він не торкнеться сітки, не вийде за межі корту або не буде пропущений одним із гравців.

**Основне спорядження для тенісу:**

**1. Тенісна ракетка:**

- Основний інструмент для гри. Вона має каркас, сітку для ударів та ручку для тримання. Сучасні ракетки виготовляються з легких матеріалів, таких як карбон, та мають різні розміри й жорсткість для адаптації під стиль гравця.

**2. Тенісний м'яч:**

- Спеціальний м'яч із гумовим ядром, покритий фланелевим матеріалом. М'яч має стандартний розмір і вагу, визначені міжнародними стандартами, і використовується на всіх турнірах.

**3. Тенісний корт:**

- Прямокутний корт має розміри 23,77 м у довжину та 8,23 м у ширину для одиночних матчів (та 10,97 м для парних). Корт розділений сіткою висотою 0,914 м. Покриття корту може бути різним: трава, ґрунт, тверде покриття (хард), синтетичні матеріали.

**4. Одяг:**

- Гравці традиційно носять спеціальну спортивну форму, яка забезпечує комфорт під час гри. На деяких турнірах, як-от Вімблдон, є правило носіння білого одягу. Важливими також є спеціальні тенісні взуття, які забезпечують стабільність та захист суглобів під час швидких рухів на корті.

**5. Додаткове спорядження:**

- Багато гравців використовують різноманітні аксесуари: пов'язки на голову для поглинання поту, захисні окуляри від сонця, стрічки на зап'ястя та еластичні бандажі для підтримки суглобів.

**Суддівство та технічне забезпечення:**

**1. Судді:**

- Матчі контролюють арбітри та лінійні судді. Арбітр сидить на високому кріслі й оголошує рахунок, ухвалює рішення під час спірних моментів. Лінійні судді контролюють точність ударів і вказують на помилки.

**2. Hawk-Eye:**

- У професійному тенісі широко використовується система Hawk-Eye, яка допомагає визначати, чи м'яч потрапив у межі корту, особливо в спірних ситуаціях. Гравці можуть звернутися до цієї системи під час перегляду окремих рішень суддів.

**Перспективи тенісу в Україні**

Теніс в Україні має значний потенціал для подальшого розвитку, враховуючи кілька факторів:

**Зростання популярності спорту:**

Теніс стає все більш популярним серед молоді та дорослих. Змагання, тренування та виставкові матчі привертають увагу широкої аудиторії, що сприяє популяризації спорту.

**Покращення інфраструктури:**

В Україні спостерігається збільшення кількості тенісних кортів і академій, які пропонують якісні тренування для молодих спортсменів. Це створює умови для виховання нових талантів.

**Успіхи на міжнародній арені:**

Українські тенісисти, такі як Еліна Світоліна та Даяна Ястремська, вже досягли значних успіхів на міжнародних турнірах. Їхні досягнення слугують мотивацією для молодих гравців і підвищують інтерес до тенісу в Україні.

**Фінансова підтримка:**

Залучення спонсорів і державна підтримка можуть суттєво вплинути на розвиток тенісу в Україні. Це може включати фінансування інфраструктури, підготовку тренерів і проведення змагань.

**Міжнародні турніри:**

Проведення міжнародних турнірів в Україні, таких як ATP та WTA, сприятиме підвищенню профілю тенісу в країні і залученню уваги до українських гравців.

**Теніс для всіх:**

Розвиток програм для дітей та аматорів, а також інклюзивних ініціатив, які залучають людей з обмеженими можливостями до гри, може збільшити загальну популярність тенісу.

**Технологічний прогрес:**

Використання новітніх технологій, таких як аналітика даних та тренувальні платформи, може допомогти тенісистам покращувати свої результати і розвивати спортивні навички.

**Висновок**

Теніс — це не лише популярний вид спорту, але й важлива частина культурного життя України. Завдяки своїй історії, успіхам українських спортсменів та зростаючій популярності, теніс має великі перспективи розвитку в нашій країні.

Зростання інфраструктури, залучення молоді до спорту та підтримка з боку держави і спонсорів можуть суттєво вплинути на його подальший розвиток. Теніс здатен об'єднувати людей, формувати нові спортивні таланти і сприяти здоровому способу життя.

і

Сподіваємось, що в майбутньому ми побачимо ще більше досягнень українських тенісистів на міжнародній арені та їх внесок у популяризацію цього прекрасного виду спорту. Давайте разом підтримувати теніс в Україні та виховувати нове покоління спортсменів!