

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

الجامعة المستنصرية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التس

اعداد

ا.د غادة محمود جاسم

ا.م.د ماهر محمد اسماعيل

م.م زينه وجدان جبار

٢٠٢٤م

تاريخ لعبة التنس _ اهداف اللعبة _ متطلبات اللعبة:-

تاريخ لعبة التنس :

إن أصل نشأة اللعبة يرجع إلى قدماء المصريين ثم انتشرت بعد ذلك إلى اليونانيين والرومانيين القدماء ، وانتقلت بعدها إلى انكلترا وفرنسا ومن ثم إلى دول أخرى ، وان أغلبية الآراء تؤكد على إنها فرنسية وعرفت في حدائق فرنسا في القرن الثالث عشر ، وكانوا مبدئيا يلعبونها باليد العادية ، ثم بالكفوف في اليد ، وبعدها بواسطة لفافات في اليد ، ثم ببضعة لفافات ثم بالمضرب وذلك قبل أن يخترع المضرب في القرن التاسع عشر ، إذ أنها كانت تلعب في العراء ثم في ملاعب مبنية وكانت تلعب على طريقتين ، الأولى في العراء ويسمونها لونج بوم (أي اليد الطويلة) والثانية داخل الملاعب وتسمى شورت بوم أي (اليد القصيرة) ولقد استخدمت في اللعبة الكرات المصنوعة من القماش والأوتار ، ثم تطورت هذه الكرات وأصبحت تصنع من الجلود المحشوة بالشعر النسائي ، وان تاريخ لعبة التنس فيها غموض لهويتها ولكن أغلبية الآراء تتفق على أنها فرنسية الأصل وكان اسمها (judu panme) أي لعبة اليد ومازالت اللعبة تحتفظ ببعض المصطلحات الفرنسية مثل (deuse) المستعملة حالياً. أما بالنسبة لظهورها في انكلترا ، فقد دخلت في بداية القرن الثالث عشر ثم أصبحت من الألعاب الشائعة في عهد الملك هنري الثالث كما أن بعض ملوك انكلترا اتخذوها هواية لهم (هنري الخامس ثم السادس ثم هنري السابع) وكانت تلعب في الأماكن المغلقة ثم انتقلت إلى الهواء الطلق. أما بالنسبة لاسم اللعبة فقد كانت تسمى (sphairis tike) وهو اسم إغريقي ثم جاء رجل انكليزي يدعى الماجور والتر ونجفيلد فأعطاها اسمها الحالي (Lawn Tennis) أو تنس الملاعب الخضراء وفي عام ١٨٧٣ بدأ تاريخ لعبة التنس الحديث .

وفي عام ١٨٨١ تم تأسيس الاتحاد الأمريكي للعبة للتنس حيث اخذ على عاتقه وضع قواعد لكيفية احتساب النقاط بالإضافة إلى تحديد حجم الكرة والمضرب وأبعاد الملعب ، وتعتبر بطولة ويمبلدون التي تقام سنويا في انكلترا على ملاعب العشب الأخضر من أقدم البطولات الرئيسية حيث بدأت عام ١٨٧٧ ، كما أقيمت أول بطولة فرقية للرجال باسم (كاس ديفيز) في عام ١٩٠٠ وقد ازداد عدد ممارسي هذه اللعبة في شتى أنحاء العالم ، وتعد

أهم المباريات لدولية التي تقام سنويا في هذه اللعبة بطولة ويمبلدون وبطولة الولايات المتحدة واستراليا المفتوحة وهامبورغ وفرنسا المفتوحة .

وفي عام ١٩١٢ تأسس الاتحاد الدولي للتنس وكان مقره انكلترا وبمرور الزمن ازداد عدد الدول المنتمية له وذلك نتيجة انتشار اللعبة وازدياد عدد ممارسيها حتى أصبحت على ماهية الآن كما زاد عدد ممارسي اللعبة في شتى أنحاء العالم بسبب اهتمام دولهم للعبة.

أما لعبة التنس عربيا فكانت ممارستها مقتصرًا على طبقة معينة وهي طبقة الأغنياء ثم أخذت بالانتشار تدريجيا وتأسست لها اتحادات ، إذ دخلت اللعبة في مصر عام ١٩١٠ ثم تم تشكيل أول اتحاد لها عام ١٩١٥ ، ثم شهد في عام ١٩٧٤ تأسيس الاتحاد العربي للتنس الذي ساهم في تطوير وانتعاش اللعبة عن طريق إقامة البطولات المختلفة بين الأقطار العربية المنضوية للاتحاد .

أما في العراق فقد كانت لعبة التنس تمارس من قبل الرعايا الأجانب وعلى نطاق ضيق حتى أواخر الثلاثينيات ، حيث بدأ ممارسة اللعبة عدد من ضباط الجيش العراقي فضلاً عن الضباط الانكليز المتواجدين في العراق وفي عام ١٩٦٠ تأسس الاتحاد العراقي للتنس الذي أبدى جهودا مثمرة باتجاه ازدهار اللعبة وتشجيع ممارستها وإقامة البطولات المحلية المختلفة ، والمشاركة في العديد من البطولات الدولية باستمرار وفي مختلف الفئات العمرية ولحد يومنا هذا .

- أهداف لعبة التنس:

تعد لعبة التنس من الألعاب الرياضية المهمة التي تؤدي دورا أساسيا في إعداد الفرد بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا من خلال تنمية وتطوير قدراته وإمكانياته للمشاركة الايجابية في خدمة المجتمع . وان كثرة المشاركين واتساع قاعدة اللعبة تعد إحدى الجوانب التي تعكس مقدار قيمتها ، ومن أهم أهداف لعبة التنس هي :

- ١ - تعطي لممارسيها النشاط والحيوية من خلال اكتساب الصحة العامة .
- ٢- إنها تطور اللياقة البدنية للفرد
- ٣- تنمي وتقوي العلاقات الاجتماعية بين اللاعبين عند ممارستها باستمرار
- ٤ - تنمية المهارات الحركية الأساسية كالجري والقفز والتوازن) .
- ٥ - يعمل على تطوير الأجهزة الوظيفية للجسم .
- ٦ - تعمل على كسب الثقة بالنفس وتشجيع الميل إلى التنافس .
- ٧- تعمل على تحمل المسؤولية واحترام الآخرين على قوانين اللعبة .
- ٨- إنها وسيلة ممتعة لقضاء وقت الفراغ وتبعث السرور في نفوس ممارسيها .