

Regulament la tenis de masa

Regulamentul oficial al Sporturilor Special Olympics va governa competițiile de tenis de masa Special Olympics. Ca program internațional de sport, Special Olympics a creat aceste reguli pornind de la Regulamentul la tenis de masa al Federației Internaționale de Tenis de masa (ITTF) și regulamentele emise de Federația Română de Tenis de masa. Regulamentul ITTF și cel al Federației Române de Tenis de masa va fi aplicat exceptând situațiile când acesta se află în conflict cu Regulamentul oficial al Sporturilor Special Olympics. În acest caz se va aplica Regulamentul oficial al Sporturilor Special Olympics.

SECȚIUNEA A – COMPETIȚII OFICIALE

1. Simplu
2. Dublu
3. Dublu mixt
4. Intreceri în scaune cu rotile
5. Intreceri pe abilități individuale
6. Dublu – Sporturi unificate
7. Dublu mixt – Sporturi unificate

Pentru sportivii cu un nivel al abilităților mai scăzut, următoarele probe creează o atmosferă competițională semnificativă:

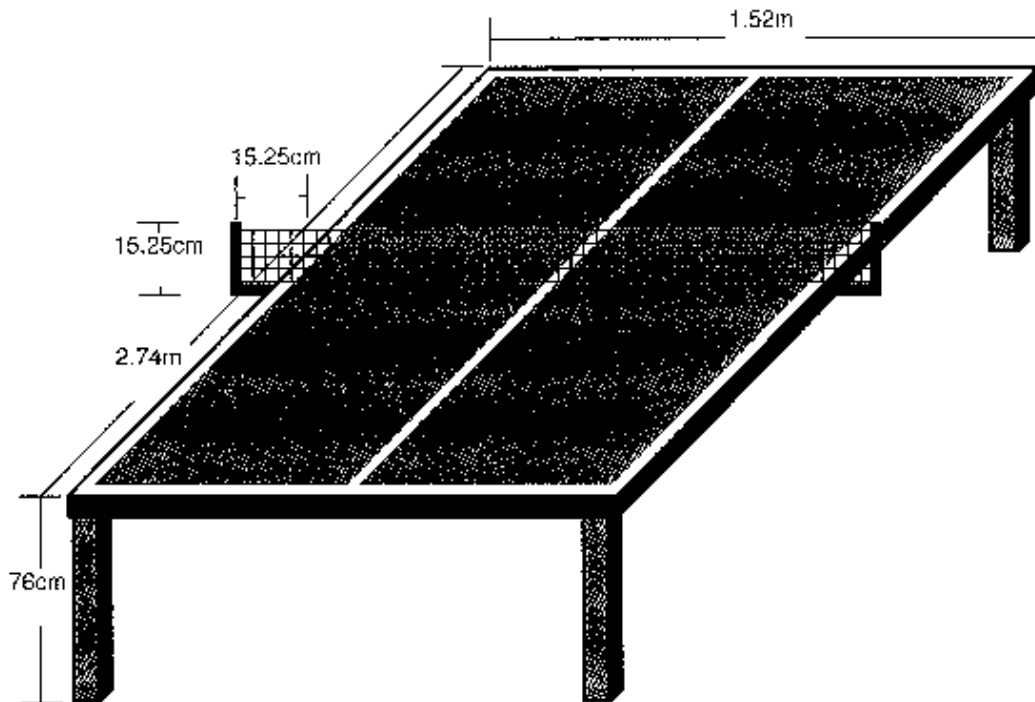
8. A servi la un punct fix
9. A bate mingea pe paleta
10. A lovi mingea

SECȚIUNEA B - FACILITATI SI ECHIPAMENT

1. Masa

- a. Masa trebuie să fie dreptunghiulară, să aibă 2.74m lungime și 1.525m lățime, iar înălțimea între suprafața plană, denumită și suprafața de joc și sol să fie de 76cm.
- b. Poate fi construită din orice material, care să nu permită ca o minge standard aruncată de la o înălțime de 30.5 cm să sara mai puțin de 22cm și mai mult de 25cm. O linie albă, lățime de 2cm va marca marginile mesei. Liniile situate pe lățime se vor numi linii de capăt, iar liniile situate pe lungime vor fi linii de margine.
- c. Pentru dublu, suprafața de joc va fi împartită în două jumătăți printr-o linie de centru lățime de trei milimetri, care este paralelă cu liniile de margine; linia de centru va fi considerată ca fiind componenta a fiecărei dintre cele două jumătăți.
- d. Suprafața de joc include marginile mesei, dar nu include suprafața situată mai jos de margini.

e. Diagrama



2. Fileul

- a. Suprafata de joc va fi impartita in doua jumatati de un fileu vertical care este paralel cu liniile de capat.
- b. Fileul va fi sustinut de doua coarde care sunt pozitionate la marginile mesei avand o inaltime de 15.25cm.
- c. Fileul, incluzand aici si suspensiile, va avea o lungime de 183cm, iar inaltimea deasupra suprafetei de joc va fi de 15.25cm. Fileul va fi pozitionat perpendicular pe masa, atingand-o pe toata latimea sa, iar capatul fileului va fi fixat de cele doua coarde.
- d. Pentru montarea fileului este nevoie asadar de fileu, suspensii, coarde si carlige cu care acesta sa poata fi fixat de masa.

3. Mingea

- a. Mingea va fi sferica cu diametrul de 40mm.
- b. Mingea trebuie sa cantareasca 2.7g.
- c. Mingea va fi confectionata dintr-un material plastic, fiind alba sau portocalie si mata.

4. Paleta

- a. Paleta va fi de orice marime, forma sau greutate.
- b. Paleta va fi confectionata din lemn, avand o grosime egala ea va fi plata si rigida.
- c. Cel putin 85% din grosimea paletei va fi confectionata din lemn natural.

- d. Un strat adeziv din interiorul paletii poate fi intarit de fibre de carbon sau de sticla, de hartie comprimata, dar nu poate fi mai gros de 7.5% din toata grosimea paletii.
- e. Acea parte a paletii care este folosita pentru a lovi mingea, va fi acoperita cu un strat din cauciuc cu pustule orientate in afara, avand grosimea nu mai mare de 2mm sau un strat din cauciuc cu pustule orientate in interior avand grosimea nu mai mare de 4mm.
- f. Stratul de cauciuc nu va dapasi marginile paletii. Manerul paletii nu va fi acoperit de acest strat de cauciuc, dar poate fi folosit un alt material care sa permita manevrarea mai usoara a paletii.
- g. La startul fiecarui meci, sau ori de cate ori unul dintre competitori isi schimba paleta el trebuie sa arate noua paleta oponentului si arbitrului lasandu-i pe acestia s-o examineze.
- h. Suprafata materialului care acopera paleta sau partea paletii care ramane neacoperita vor fi mate, avand culoare rosie deschisa pe o parte si fiind neagra pe cealalta parte; orice ajustare facuta la marginea paletii va fi facuta dintr-un material cu suprafata mata si nu alba. Daca paleta se deformeaza, iar suprafata ei isi pierde din uniformitate, culorile devenind sterse, ea poate fi folosita in continuare atata timp cat modificarile nu sunt majore si nu afecteaza calitatea jocului.

5. Definitii

- a. Repriza se refera la perioada de timp in care mingea este in joc.
- b. Primul serviciu este o repriza al carei rezultat nu este scorat.
- c. Punct este o repriza al carei rezultat este punctat.
- d. Mana cu paleta este mana folosita pentru a manui paleta.
- e. Mana libera este mana care nu foloseste paleta.
- f. Un jucator loveste mingea daca o atinge cu paleta tinuta in mana sau cu mana cu paleta mai jos de incheietura.
- g. Un jucator obstructioneaza mingea daca el sau orice alt lucru pe care il poarta sau il are asupra lui o atinge inainte ca aceasta sa fi ptruns in jumatatea sa de teren si sa atinga o data masa.
- h. Jucatorul aflat la serviciu este cel care loveste pentru prima data mingea la inceputul unei reprize.
- i. Jucatorul care primeste este cel care loveste mingea imediat dupa jucatorul aflat la serviciu.
- j. Arbitrul este persoana desemnata sa controleze meciul.
- k. Vestimentatia si tot ceea ce jucatorul are asupra lui se mentin de la inceputul pana la finalul meciului.
- l. Linia de capat se intinde pe o suprafata neprecizata in ambele directii.

SECTIUNEA C – REGULILE COMPETITIEI

1. Reguli de baza pentru partide de simplu si dublu

- a. Un joc

- 1) Un joc va fi castigat de acel jucator sau pereche care acumuleaza primul/prima 11 puncte, exceptie facand situatiile cand ambii jucatori sau ambele perechi au acumulat 10 puncte. In acest caz, castigatorul va fi acel jucator sau acea echipa care a obtinut cu doua puncte mai mult decat adversarul sau.
- b. Un meci
- 1) Un meci este castigat de cel mai bun dintr-un numar par de jocuri.
- c. Alegerea jumatatii de masa si a celui care serveste primul
- 1) Alegerea jumatatii de masa sau a celui care serveste primul in cadrul meciului se va decide dandu-se cu banul.
 - 2) Cel care a castigat in urma datului cu banul, va putea alege intre:
 - a) Sa inceapa el meciul sau el sa primeasca, iar cel care a pierdut va alege jumatatea de masa pe care va disputa initial jocul.
 - b) Sa-si aleaga jumatatea de masa pe care vrea sa inceapa jocul, iar cel care a pierdut va alege daca sa serveasca el primul sau sa primeasca.
 - c) La dublu, perechea care castiga dreptul de a incepe prima va decide care partener va servi dintai.
 - i) In primul joc al meciului perechea opusa va decide cine va primi primul.
 - ii) In jocurile urmatoare ale meciului, perechea care serveste isi va alege jucatorul care va servi si atunci cel care primeste primul va corespunda automat cu cel care serveste primul.
- d. Schimbarea jumatatii de teren
- 1) Jucatorul care initial a inceput jocul intr-o anumita parte a mesei de joc, va continua sa joace cel de-al doilea joc al meciului in cealalta parte a mesei. La ultimul joc posibil al meciului jucatorii sau perechele isi vor schimba locul la masa de joc cand unul dintre jucatori sau perechi obtine un scor de 5 puncte.
- e. Ordinea de joc
- 1) La simplu, cel care serveste trebuie sa aiba un serviciu bun, cel care primeste trebuie sa paseze corespunzator si apoi alternativ cei doi trebuie sa-si paseze corect unul altuia.
 - 2) La dublu, cel care serveste trebuie sa aiba un serviciu bun, cel care primeste trebuie sa paseze corespunzator, apoi partenerul celui care a servit trebuie sa paseze, iar partenerul celui care a primit sa paseze si el urmand ca alternativ cei patru trebuie sa-si paseze corect unii altora.
- f. Schimbarea serviciului
- 1) Dupa fiecare doua puncte obtinute, jucatorul sau echipa care au primit vor deveni cei care vor servi si tot asa pana la finalul jocului, exceptand situatia cand ambii jucatori sau ambele perechi au acumulat 10 puncte si atunci intra in actiune o alta structura a jocului (secventa de servire si primire se vor desfasura la fel, doar ca ele vor alterna dupa fiecare punct castigat si nu dupa doua ca si pana in acel moment).
 - 2) Dublu

- a) Primele cinci servicii vor fi initiate de acel partener din cadrul echipei desemnat pentru a servi spre partenerul desemnat pentru a primi din echipa adversa.
 - b) Urmatoarele cinci servicii vor fi initiate de cel care in serviciile anterioare a primit si vor fi orientate spre cel care initial a servit.
 - c) Cel de-al treilea set de cinci servicii vor fi initiate de partenerul celui care a servit in primul set de cinci si vor fi interceptate de partenerul celui care initial a primit.
 - d) Cel de-al patrulea set de cinci servicii vor fi initiate de cel care in serviciile anterioare a primit si vor fi orientate spre cel care initial a servit.
 - e) Cel de-al cincilea set de servicii se va desfasura asemenea primului set de cinci servicii, si tot asa pana la finalul jocului sau pana se ajunge la un scor de 20-20.
 - f) In fiecare joc de dublu, ordinea initiala a celui care primeste trebuie sa fie opusa celei din jocul precedent.
- 3) Cand se ajunge la scorul de 10-10, secventa de servire si primire va fi aceeasi, dar fiecare sportiv va servi pe rand pana la finalul jocului.
 - 4) Jucatorul din echipa care serveste primul, va fi cel care va primi primul in secventa urmatoare si tot asa pana la finalul meciului.
- g. Nereguli in ceea ce priveste servirea, primirea si schimbatul locului la masa
- 1) Daca din greseala jucatorii nu si-au schimbat locul la masa atunci cand ar fi trebuit, se vor lua masuri imediat ce greseala a fost descoperita, iar locul la masa va fi schimbat.
 - 2) Daca din greseala un jucator serveste sau primeste cu toate ca nu el urma sa realizeze aceasta secventa, atunci jocul se va opri si se va realiza corect servirea si primirea de catre persoanele care trebuie sa faca acest lucru conform regulilor initial stabilite.
 - 3) In orice circumstanta, toate punctele obtinute inainte de a fi descoperita greseala vor fi validate.
- h. Un serviciu bun
- 1) Serviciul va incepe cu mingea aflata in mana libera a jucatorului, care trebuie sa fie stationara, deschisa si plata cu degetele impreunate si degetul mare liber.
 - 2) Mana libera si mana in care se gaseste paleta trebuie sa fie deasupra mesei de joc, din momentul in care mingea este stationara si pana cand este lovita pentru inceperea serviciului.
 - 3) Cel care serveste va arunca apoi mingea in sus, folosindu-se doar de mana astfel incat sa se ridice vertical la o inaltime de 16 cm fata de punctul initial.
 - 4) In timp ce mingea coboara pe traiectoria ei, cel care serveste o va lovi astfel incat sa atinga mai intai propria suprafata de teren, dupa care trecand peste fileu sa atinga si suprafata de teren a adversarului.
 - 5) La dublu, punctele de contact ale mingii cu suprafata de teren vor fi succesiv pe partea dreapta atat a celui care serveste cat si a celui care primeste.

- 6) Dacă încercând să servească un jucător esuează în a atinge mingea, atunci el va pierde un punct.
- 7) Servirea mingii se poate face din spatele liniei de capăt, sau a unei linii imaginare, dar nu va fi făcută niciodată mai în spate de corpul, mâna sau piciorul celui care servește.
- 8) Dacă se încalca regulile necesare pentru asigurarea unui bun serviciu nu se va da nici un avertisment, iar adversarul va primi un punct în defavoarea celui care nu a respectat regulamentul.
 - a) Excepție fac situațiile când arbitrul are dubii în ceea ce privește corectitudinea/incorectitudinea unor acțiuni ale jucătorilor, atunci el întrerupe jocul și-i avertizează pe cei care au greșit fără a acorda un punct adversarilor. Dacă în cadrul aceluiași meci se repetă unele acțiuni a căror corectitudine este incertă, adversarul jucătorului care a greșit va primi un punct.
 - b) Atunci când participanții au unele dizabilități fizice nu se insistă atât de mult pe respectarea strictă a metodei de servire.
- i. O minge bună
 - 1) După ce a fost servită, mingea va fi lovită în așa fel încât să atingă suprafața de teren a adversarului, după ce a trecut peste sau a atins fileul.
 - 2) Dacă după ce a fost servită, mingea se va lovi de fileu și se va întoarce în propria suprafață de joc, poate fi lovită astfel încât să lovească direct suprafața de joc a oponentului.
- j. Mingea în joc
 - 1) Mingea este în joc din ultimul moment în care este staționară în mână jucătorului până când proiectată în joc atinge orice altceva și nu suprafața de joc, fileul, mâna cu paleta sau mâna cu paleta mai jos de încheietura.
- k. Un prim serviciu
 - 1) O competiție devine un prim serviciu în următoarele situații:
 - a) Dacă mingea servită trece peste sau atinge fileul nefiind un un serviciu bun sau obstructionat de partenerul său;
 - b) Dacă se servește atunci când în opinia arbitrului, cel/cei care trebuie să primească nu este pregătit să primească mingea și în consecință nu încearcă să o lovească.
 - c) Dacă în opinia arbitrului încercarea jucătorilor de a face un serviciu bun sau de a respecta regulamentul este împiedicată de alți factori care nu pot fi controlați de jucători.
 - d) Dacă este întreruptă în vederea corectării unor greșeli în ceea ce privește ordinea de joc sau locul jucătorilor la masă.
 - e) Dacă este întreruptă în vederea avertizării jucătorilor asupra unor posibile greșeli.
 - f) Dacă condițiile de joc sunt perturbate într-o manieră care în opinia arbitrului poate afecta rezultatul competiției.
- l. Pierderea unui punct
 - 1) Exceptând situațiile când competiția este un let, jucătorul va pierde un punct în următoarele situații:

- a) Daca el/ea esueaza in a face un serviciu bun.
- b) Daca el/ea esueaza in a returna o minge.
- c) Daca el/ea obstructioneaza traiectoria mingii.
- d) Daca el/ea loveste mingea cu acea parte a paletei care are o suprafata neregulamentara.
- e) Daca el/ea sau obiectul de vestimentatie pe care il poarta sau orice altceva poseda asupra sa misca suprafata de teren atata timp cat mingea este in joc.
- f) Daca mana libera atinge suprafata de joc atata timp cat mingea este in joc.
- g) Daca el/ea sau obiectul de vestimentatie pe care il poarta sau orice altceva poseda asupra sa atinge fileul cat timp mingea este in joc.
- h) In dublu daca jucatorii lovesc mingea nerespectand secventa de servire.

2. Competitia abilitatilor individuale

- a. Batai ale mingii pe masa
 - 1) Sportivul foloseste o singura mana sau ambele maini pentru a salta mingea pe masa timp de 30 de secunde. Sportivul poate prinde sau lovi mingea obtinand un punct de fiecare data cand mingea ii atinge mana. Daca sportivul pierde controlul mingii, i se ofera acestuia o alta minge, iar numaratoarea continua.
- b. Batai ale mingii pe paleta
 - 1) Sportivul obtine un punct de fiecare data cand reuseste sa loveasca mingea cu paleta timp de 30 de secunde. Daca sportivul pierde controlul mingii, i se ofera acestuia o alta minge, iar numaratoarea continua.
- c. Lovirea mingii
 - 1) Sportivul sta pe marginea jumatatii sale de masa avand un alt jucator pe partea opusa. Avand un total de cinci mingii, cel care serveste le arunca spre jucator. Sportivul primeste cate un punct pentru fiecare minge pe care reuseste s-o returneze la cel care i-a servit-o initial. Mingea trebuie sa atinga masa pentru a putea fi considerata ca punct. Sportivul primeste cinci puncte daca atinge cadrul de serviciu.
- d. Revers
 - 1) Acelasi procedeu ca la lovirea mingii doar ca cel care serveste ii arunca mingea la rever.
- e. Serva
 - 1) Sportivul serveste cinci mingii din partea dreapta a mesei si cinci mingii din partea stanga a mesei. Fiecare minge care cade in cadrul de serviciu ii va aduce jucatorului un punct.
- f. Scorul final
 - 1) Scorul final al competitiei va insuma punctele obtinute de sportiv la fiecare dintre cele cinci probe mentionate mai sus.

3. Dublu si dublu mixt – Sporturi Unificate

- a) Fiecare echipa care participa la sporturile unificate va fi formata dintr-un sportiv si un partener.
- b) Fiecare echipa va hotara de una singura care este ordinea in care vor servi.

Pentru sportivii cu un nivel al abilitatilor mai scazut, urmatoarele probe creaza o atmosfera competitionala semnificativa:

4. A servi la un punct fix

- a. Sportivul serveste cinci mingii din partea dreapta a mesei si cinci mingii din partea stanga a mesei. Fiecare minge care cade in cadrul de serviciu ii va aduce jucatorului un punct.

5. Batai ale mingii pe paleta

- a. Folosind paleta, sportivul incearca sa loveasca mingea de cat mai multe ori timp de 30 de secunde.
- b. Daca sportivul pierde controlul mingii, i se ofera acestuia o alta minge, iar numaratoarea continua.
- c. Sportivul are la dispozitie doua reprize de cate 30 de secunde. Cel mai bun scor obtinut intre scorurile celor doua runde va fi luat in considerare.

6. A returna mingea

- a. Sportivul sta la o margine a mesei iar in partea opusa se gaseste un oficial care ii serveste sportivului mingii.
- b. Sportivul primeste un punct daca reuseste sa returneze mingea in suprafata de joc a oficialului. Mingea trebuie sa atinga masa pentru ca jucatorul sa primeasca un punct. Daca mingea loveste fileul si cade in suprafata de joc a sportivului atunci acesta nu primeste nici un punct.
- c. Sportivul primeste cinci puncte daca loveste mingea in cadrul de serviciu. In acesat situatie jucatorul nu mai primeste si acel punct pe care l-ar fi primit in mod normal daca ar fi returnat mingea in jumatatea de teren a oficialului.
- d. Sportivul incearca sa returneze in total cinci mingii.
- e. Scorul maxim care poate fi obtinut este de 25 de puncte.