

Tenis stołowy – zasady gry w debła

Debel (w wolnym tłumaczeniu gra podwójna) jest to mecz tenisa stołowego, w której gra się z partnerem przeciwko drugiej drużynie składającej się z 2 osób znajdujących się po przeciwnej stronie stołu. Zasady są w miarę proste :).

Serwis w deblu

Serwujemy podzucając piłkę prostą dłonią na wysokość powyżej 16cm i serwujemy od prawej strony stołu do lewej (po przekątnej) w taki sposób, by piłeczka miała swoje pierwsze odbicie w naszej części stołu, a następne za siatką po przekątnej części stołu.

Gra w debła – zasady

Grę rozpoczynamy serwisem, następnie od razu po serwisie następuje zmiana zawodnika, który rozgrywa następną piłeczkę. Po odbiciu znów następuje wymiana i tak jest cały czas dopóki jedna ze stron nie zdobędzie punktu.

Założmy, że nazwiemy graczy A, B, X i Y. A jest sparowany z B, a X z Y. A serwuje do X, więc kolejność gry wygląda tak: $A \rightarrow X \rightarrow B \rightarrow Y$, a serwis przebiega następująco : $A \rightarrow X \rightarrow B \rightarrow Y$ do $X \rightarrow B \rightarrow Y \rightarrow A$ i tak dalej.

W drugiej części meczu kolejność kolejność rozgrywania zmienia się. Np. $A \rightarrow X \rightarrow B \rightarrow Y$ zamieni się w $X \rightarrow A \rightarrow Y \rightarrow B$, lub $Y \rightarrow B \rightarrow X \rightarrow A$, zależnie od tego, kto pierwszy w drugiej parze serwował (X czy Y).

Kiedy jedna z par osiągnie przewagę 5 punktów w rozstrzygającym secie, to kolejność serwującego i odbierającego się zmienia. Z przykładowo $A \rightarrow X \rightarrow B \rightarrow Y$ do $A \rightarrow Y \rightarrow B \rightarrow X$.

Punktacja w deblu

Jest taka sama jak przy grze single. Do 11 punktów z 2 punktami przewagi.

Ważne: w deblu, aby po swoim odbiciu piłeczki w miarę szybko trzeba opuścić pole gry (przesunąć się w miejsce takie, aby nasz partner mógł się przygotować do swojego odbicia i zagrać swoją piłeczkę), co pozwoli na bardziej efektywne zagranie.

Początki gry w debła nie są proste, dlatego warto na początku skupić się na ćwiczeniach, które pomogą w treningu. Te praktyczne zadania można wykonywać w 2 osoby.

Pierwszym ćwiczeniem, które na pewno ułatwi rozpoczęcie gry jest serwis po przekątnej stołu i rozgrywki piłki dowolnie. Takie zadanie uczy nas prawidłowego rozegrania, skupienia i gotowości do gry w każdej chwili.

Kolejnym ćwiczeniem jest gra w “bieganego”, który uczy nas wejścia do gry w czasie meczu debła.

Warto pomyśleć też nad częstymi treningami z partnerem, abyśmy mogli poznać i dowiedzieć się czegoś o jego mocnych i słabych stronach. Przy takim układzie

możemy trenować nasze wady i doskonalić zalety, co wiąże się z poprawą naszych umiejętności ?

Warto dodać, iż ważnym elementem w deblu są relacje pomiędzy partnerami w grze. Przy negatywnych stosunkach nasza gra będzie chaotyczna i nie będziemy współpracować, co pomoże przeciwnikom w zwycięstwie. Dlatego kluczowa jest częsta rozmowa, wymiana spostrzeżeń, także przekazanie wad czy chwalenie zalet. Sądzę, że nauka gry przy tylu wskazówkach nie będzie taka trudna, lecz łatwa i przyjemna!

Stanisław Antkowiak