

## 10 ЗАПОВЕДЕЙ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА.

- 1. Первая и наивысшая заповедь - любовь к игре.** Полюби играть в настольный теннис. Только страстное увлечение и ничто другое не сможет так вдохновлять на борьбу и достижение новых побед. Любовь требует верности, поэтому будь верен и да воздастся тебе по твоей преданности игре.
- 2. Уважайте себя.** От этого зависят ваши отношения с тренером, соперниками и другими игроками. «Как хотите, чтобы с вами поступали, так и вы поступайте...», - это древнее высказывание как нельзя лучше показывает тактику отношений, и в игре её следует применять.
- 3. Не делайте для себя кумиров и идолов в виде ракетки - талисмана или «везучего» мячика.** При каких-то непредвиденных обстоятельствах мячик может сломаться, ракетка затеряться и этот фактор придаст вам только неуверенность в игре. Инвентарь - это всего лишь средство для достижения поставленной цели.
- 4. Учиться, учиться и ещё раз учиться.** Никогда не допускайте мысли, что достигли высот. Научитесь давать реальную оценку своим способностям, опыту и неустанно стремитесь к новым достижениям.
- 5. Будьте находчивы и изобретательны.** Это очень важно в особо рискованные моменты игры. Проявляйте гибкость змеи во время атаки соперника. Находите пути загнать его в тупик и победить.
- 6. Честная игра.** Не стоит выворачиваться из-за «чирка», неправильной подачи или искать ещё какой-то «незамеченный фокус», ради очка. Настоящая слава достаётся честным игрокам.
- 7. Соперника нужно изучить до начала игры.** Какая его тактика, слабости, сильные стороны - всё это должно быть вам известно. Будьте проницательны.
- 8. Проиграть - значит получить урок.** Относитесь к проигрышу именно так, чтобы не пострадала ваша самооценка, и вы могли подняться к новым вершинам.
- 9. Игра - это подарок.** Получайте от игры максимум удовольствия, тем более что она того стоит. Никакой враждебности и цинизма. игре должно быть хорошее настроение.
- 10. Правила игры для вас, как закон Моисеев для иудеев.** Выучите их, исполняйте их и поощряйте к этому других. Играть не по правилам не в вашей компетенции. Исполняйте эти заповеди, тогда