

小球教程： 乒乓球、羽毛球、网球

XIAOQIU JIAOCHENG
PINGPANGQIU YUMAOQIU WANGQIU

邵明虎◎主 编
俞慧燕 冯英歌◎副主编



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

小球教程： 乒乓球、羽毛球、网球

XIAOQIU JIAOCHENG
PINGPANGQIU YUMAOQIU WANGQIU

主 编◎邵明虎

副主编◎俞慧燕 冯英歌

编 委◎黄福挺 徐 坚 许利群

邱辉明 邢 琦 刘海洋



北京师范大学出版集团
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PUBLISHING GROUP
北京师范大学出版社

《小球教程：乒乓球、羽毛球、网球》

编 委 会

主 任：李立敏

副主任：赵 军

委 员：俞慧燕 颜飞卫 邢 琦 朱建清 胡 湖
周 晖 许利群 蔡 勇 黄福挺 邵明虎
冯英歌 邱辉明 陈燮轲 王 盛 徐 坚

主 编：邵明虎

副主编：俞慧燕 冯英歌

编 委：黄福挺 徐 坚 许利群
邱辉明 邢 琦 刘海洋

前 言

乒乓球、羽毛球和网球，俗称“三小球”，是我国普及程度高、群众基础广泛的三个运动项目，一直深受高校师生的喜爱。由于“三小球”在技术特点上的共性以及近些年我们以“三小球”教师为团队开展了一系列的教研教改项目，因此，将三者结合既符合三者内在的联系和规律，同时也是改革成果的展现。

本书根据“三小球”运动的自身规律，围绕参与运动、愉悦身心这个核心，体现“以学生为本”的理念，突出学生的主体地位。内容上以基本目标（入门）和发展目标（提高）为主线，形式上围绕所学内容增加了“知识窗”等信息；同时，考虑到学生已有的知识结构，在力求知识性、趣味性、可读性和应用性的基础上，突出了学生自学、自练的内容，增加了教学与训练方法以及错误纠正，使教材更具针对性，更加贴近学生的学习，终生受益，使其学以致用。

本书可作为普通高等院校公共体育以及体育院、系教材，也适合广大的大、中、小学体育教师、教练员、运动员参考与阅读。

由于编写时间仓促，限于我们的业务水平，书中错误或不当之处在所难免，敬请同行和读者赐教。

编 者

2012年6月

目 录

第一编 乒乓球

第一章 乒乓球运动概述	3
第一节 乒乓球运动的起源与发展	3
第二节 中国乒乓球运动发展的概况	6
第三节 乒乓球运动的三大赛事	8
第二章 乒乓球运动基本理论知识	11
第一节 场地与设备	11
第二节 常用术语	13
第三节 技术要素	15
第三章 乒乓球基本技术	17
第一节 握拍法	17
第二节 准备姿势与基本步法	18
第三节 反手基本技术	21
第四节 正手基本技术	23
第五节 发球与接发球技术	25
第六节 搓球	29
第四章 乒乓球中高级技术	32
第一节 正手类中高级技术	32
第二节 反手类中高级技术	35
第三节 乒乓球中高级战术	36
第四节 乒乓球双打	39

第五章 乒乓球比赛规则、裁判法与编排方法	42
第一节 乒乓球比赛规则	42
第二节 乒乓球比赛裁判法	46
第三节 乒乓球比赛编排方法	50

第二编 羽毛球

第六章 羽毛球运动概述	55
第一节 羽毛球运动的起源	55
第二节 国内外羽毛球运动的发展	56
第三节 国内外羽毛球赛事介绍	57
第七章 羽毛球运动基本理论知识	61
第一节 常用术语	61
第二节 击球技术要素	65
第三节 影响击球质量的基本因素	69
第四节 击球技术动作基本结构	73
第五节 羽毛球用品常识	74
第八章 羽毛球基本技术	79
第一节 握拍法	79
第二节 发球与接发球	82
第三节 击球技术	94
第四节 基本步法	123
第九章 羽毛球基本战术	129
第一节 单打战术	129
第二节 双打战术	131
第十章 羽毛球比赛规则与裁判法	134
第一节 羽毛球比赛规则	134
第二节 羽毛球比赛裁判法	139
第十一章 羽毛球比赛编排方法	151
第一节 比赛的组织	151
第二节 比赛的办法	153
第三节 比赛的编排	163

第三编 网 球

第十二章 网球运动概述	171
第一节 网球运动的起源与发展	171
第二节 中国网球运动的发展	173
第三节 世界网球运动的重要组织与赛事	175
第十三章 网球运动基本理论知识	180
第一节 网球场地区	180
第二节 常用术语	182
第三节 基本步法	184
第十四章 网球基本技术	187
第一节 握拍的基本方法	187
第二节 正手击球	191
第三节 反手击球	197
第十五章 网球中高级技战术	206
第一节 网球的中高级技术	206
第二节 网球的基本战术	216
第十六章 网球比赛规则、裁判法与编排方法	230
第一节 网球比赛规则	230
第二节 网球比赛裁判法	235
第三节 网球比赛编排方法	243
第十七章 运动损伤与保健	248
第一节 运动损伤的一般处理方法	248
第二节 常见运动损伤处理	251
第三节 养生与保健	255
参考文献	258

第一编 乒乓球

乒乓球运动自诞生到现在已经有 100 多年的历史了，在发展过程中各国的争先、博弈，促进了乒乓球技术的进步。乒乓球运动在中国也得到了极大地发展，中国乒乓球队不仅获得了大量的大赛奖牌，而且涌现出许许多多的世界冠军。乒乓球运动在中国的发展不仅表现在国际大赛中取得了优异成绩，还表现在男女老少的共同参与，几乎在每一座城市都会有规模大小不同的乒乓球培训班和健身场所。这是一项集竞技、娱乐、健身、交际等为一体的运动，因此受到广大群众的喜爱，大学生们也不例外。

本编共分 5 章：第一章是乒乓球运动概述，使学生们了解乒乓球运动的起源与发展以及中国乒乓球运动发展的概况和一些重大赛事。第二章介绍了乒乓球运动的基本理论知识，为学习乒乓球的专项技术打下基础。第三章介绍了乒乓球的各项基本技术。第四章是乒乓球高级技术的介绍。第五章介绍了乒乓球比赛规则和裁判法，使学生们熟悉乒乓球比赛的整个流程，最终能够胜任基层乒乓球比赛的裁判工作。

第一章 乒乓球运动概述

乒乓球运动不受年龄、性别、身体状况的限制，只要愿意就可以参与，因此这是一项深受广大群众喜爱的体育运动。经常参加乒乓球运动，不仅可以锻炼身体协调性和灵活性，而且还有利于人们改善心血管系统的机能。除此之外，乒乓球运动还可以作为社会交往的手段，促进交流，使得本来素不相识的人们成为朋友。新中国成立后，中国乒乓球运动水平迅速提高，在国际上处于绝对领先地位，因此，乒乓球被称为中国的“国球”。本章首先介绍乒乓球运动的起源和发展状况，随后介绍中国乒乓球运动的发展状况和乒乓球运动的三大赛事。

第一节 乒乓球运动的起源与发展

.....

一、乒乓球运动的起源

乒乓球运动创始于英国，并由网球运动派生而来。大约在 19 世纪后半叶，由于受到网球运动的启示，在一些英国大学生中流行着一种极类似现在乒乓球的室内游戏，叫做“Goossime”或“Flim-Flam”。当时还没有统一规则，有 10 分、20 分为一局的，也有 50 分或 100 分为一局的，发球时，可将球直接发到对方台面，亦可把球先发至本方台面再跳至对方台面。所用器材也和今天的大不一样，球拍是空心的，用羊皮纸贴成，形状为长柄椭圆形。为了不损坏家具，在橡胶或软木实心球外，往往包一层轻而结实的毛线。有时，在饭桌上支起网来打；有时索性就在地板上用两个椅子当做支柱，中间挂起网来打。

大约在 1890 年，一位名叫詹姆斯·吉布(James Gibb)的英格兰人到美国旅行时，偶然发现了一种用赛璐珞制成的空心玩具球，弹跳力很强。于是，他就将这种球稍加改进后，逐步在英国和世界各地推广起来。也许因为此球在桌上打来打去发出“乒乒乓乓”声音的缘故，英国一家体育用品公司首先用“Ping-Pong(乒乓)”一词作为广告上的名称。就这样，乒乓球才开始得此绘声之名。

由于第一次世界大战的爆发，使原已在欧洲得到了较好开展的乒乓球运动不得不停顿了一个时期。20 世纪 20 年代后，在蒙塔古等人的推动下，曾一度被冷落的乒乓球运动才又重新在英国活跃起来，并组织了一些由各地选手参加的全英乒乓球赛。1926 年，由于发现了“Ping-Pong”一词是商业注册名称，而且原英国乒乓球协会也缺乏代表性，因此便解散了原组织，重新成立了“Table

Tennis(桌上网球)”协会。“桌上网球”这个名字一直沿用了数十年，国际乒联至今还采用着这个名字。汉语的乒乓球是从声音上得名的，但将其翻译成英文时，仍为“Table Tennis”。

二、世界乒乓球运动发展的几个时期

世界乒乓球运动从第一届(1926)世乒赛发展到至今，经历了以下几个重大发展阶段。

(一)第一阶段：欧洲乒乓球运动的优势期(1926—1951)

在这一阶段，乒乓球运动才刚刚起步，所使用的器材还比较原始，主要是用木制材料做成，技术打法也比较简单，而且速度慢、旋转弱。直到胶皮拍的问世，技术上才有了发展，由于胶皮拍有摩擦力，可以使乒乓球的旋转增强，削球打法便应运而生。这一阶段，乒乓球运动的主要优势在欧洲。除美国选手取得8个冠军外，其余冠军均由欧洲选手所获。

削球打法的特点是失误少、回合多，又因为当时没有时间规则的限制，常常会出现“马拉松”式的比赛。例如，第十届乒乓球世锦赛奥地利队对罗马尼亚队的男子团体决赛中，双方队都派出了3名削球手出阵，由于水平相当，从上午战至次日凌晨3点半，前4场比赛为2：2平，第二天比赛仍不分胜负，等第三天战完9场比赛，奥地利队才艰难地以5：4获胜，共持续了31个小时之多，创下了世乒赛纪录。

这种“马拉松”式的比赛，毫无观赏性可言，比赛时间过长，比赛过程缺乏变化，让观众感觉无比乏味。为此，国际乒联代表大会上各国会员一致同意对比赛器材和规则进行修改。球台由146.4厘米加宽至152.5厘米；球网由17厘米降至15.25厘米；比赛改用硬球，并限制了比赛时间(3局2胜的比赛不得超过1小时，5局3胜的比赛不得超过1小时45分钟)，这些改革为乒乓球运动的发展起到了非常积极的作用。

(二)第二阶段：日本队称雄世界乒坛(1952—1959)

虽然日本乒协很早就加入了国际乒联，但直到1952年才首次参加第19届世乒赛。可让人大吃一惊的是，凭借着海绵球拍和直拍快攻打法，初试牛刀的日本队就获得了男子单打、男子双打、女子团体和女子双打4项冠军，这也促使世界乒坛的优势由欧洲的削球转到了亚洲的攻球。

这一时期共举行了7届世乒赛，冠军共有49个，其中日本队获得了24个冠军。特别是1954年第21届世乒赛上，日本队双获男、女团体世界冠军；1959年第25届世乒赛上，日本队获得了6项冠军。在这一时期，日本凭着扎实的基本功、顽强的意志和勇于创新的精神称霸世界乒坛。

当时,海绵拍的出现曾引起许多人的反对,直到1959年,国际乒联才通过了对球拍规格化的决定:运动员只准使用木拍、胶皮拍、海绵胶拍(海绵上覆盖一层颗粒胶,颗粒可向里或向外,总厚度不得超过4毫米,其中颗粒胶的厚度不得超过2毫米)。

(三)第三阶段:中国崛起,东亚屹立(1959—1969)

1959年,中国运动员容国团在第25届世乒赛上,为中国夺得了第一个男子单打的世界冠军;1961—1969年,共举行了5届世乒赛,中国队参加了第26届、27届和28届世乒赛,共夺得冠军11个,占全部金牌数的52%。具有“快、准、狠、变”独特风格的中国直拍近台快攻打法比日本的进攻型打法又向前发展了一步,这种打法成为世界上最先进的打法,代表了世界乒乓球技术的新潮流。

20世纪60年代初,日本大学生中西义治创造了弧圈球技术。由于处于初级阶段,这项技术仅对削球打法显示了优势,对快攻型的打法并未显示出很大的威力。然而,弧圈球技术的诞生对世界乒乓球运动的发展起到了重要的促进作用。

(四)第四阶段:欧洲复兴,欧亚对抗(1971—1979)

20世纪70年代,世界乒乓球技术的发展突飞猛进。欧洲选手经过近20年的努力,创造了“弧圈结合快攻”和“快攻结合弧圈”两种新型打法,从而走上了复兴之路。第31届世乒赛上,瑞典选手本格森连续战胜中国队和日本队的强手,夺得了男子单打世界冠军;第32届世乒赛上,瑞典男队又夺走了亚洲保持了20年之久的团体冠军;第33届世乒赛上,男单决赛在两名欧洲运动员之间展开;第35届世乒赛上,男团冠军被匈牙利队所获。这一阶段共有35个冠军,中国队仅获16.5个金牌。弧圈球打法使世界乒乓球运动有了更快的发展。

(五)第五阶段:“中国打世界”、“世界打中国”(1981—2008)

1981年第36届世乒赛上,中国队囊括了7项冠军和5个单项的亚军,创下了世界乒乓球历史的新纪录。在此后的3届世乒赛上,中国队每届又都取得了6项冠军。“世界打中国”的局面开始形成。

20世纪80年代至90年代中期,中国男队曾走入困境,女队也遭到了困扰。第41届、42届、43届世乒赛上,男团、男单冠军都为欧洲选手所获;女队在第41届世乒赛上,失去了冠军的宝座;第42届世乒赛上,女单只有高军一人进入了半决赛,这是14年以来中国女队第一次女单未进入决赛;1995年第43届世乒赛上,中国队又一次囊括了7个项目的全部金牌;在之后几届世乒赛上,中国队也连续获得了很好的成绩;在第26届、27届、29届奥运会上,中国队又包揽了乒乓球全部项目的金牌,形成了“中国打世界”和“世界打中国”的新局面。

第二节 中国乒乓球运动发展的概况

1904年，乒乓球运动从日本传入中国，之后在北京、天津、青岛、上海和广州等地迅速开展起来；1935年，中华全国乒乓球协进会成立；1935年1月，国际乒联主席蒙太古曾电邀中国加入国际乒联，并参加第9届世乒赛，由于中国经费问题未能实现。

新中国成立后的1952年10月，在北京举行了第一次全国乒乓球比赛；同年，中国加入了国际乒联；1953年，中国乒乓球队正式进入世界乒坛；1956年以后，国内每年定期举办一次全国比赛。

回顾中国乒乓球运动的发展历程，大体可分为以下六个阶段。

一、第一阶段：起步(1953—1957)

1953年，中国第一次参加第20届世乒赛，男队被评为一级第10名，女队被评为二级第3名。第21届、22届世乒赛，中国队皆未参加。1956年，中国参加了第23届世乒赛，男队被评为一级第6名，女队被评为一级第11名，在这届世乒赛上，显示了中国直拍快攻打法的优越性，但也暴露了技术上很多的问题。1957年，中国队参加了第24届世乒赛，男队被评为一级第4名，女队被评为一级第3名。

二、第二阶段：腾飞(1959—1965)

1959年第25届世乒赛上，容国团为中国夺得了第一个男子单打世界冠军。1961年第26届世乒赛上，中国队获得了男团、男单、女单3项冠军，还获得了4项亚军和8个第3名。这一时期，中国的直拍近台快攻打法十分先进，代表着世界乒乓球技术的新潮流，中国正式开始步入世界乒乓球强国之列。

第27届、28届世乒赛上，中国队也取得了很好的成绩。国际舆论普遍认为中国是“世界头号乒乓球国家”，称乒乓球是中国的“国球”。1961—1965年，是中国乒乓球运动的第一次高峰，中国直拍快攻和削球打法都取得了很好的成绩。

三、第三阶段：重整旗鼓(1971—1979)

正当中国乒乓球事业蒸蒸日上，“文化大革命”爆发了，使中国的乒乓球事业受到了巨大的冲击。中国未能参加第29届、30届世乒赛。第31届世乒赛上，中国队艰难地夺得了男子团体、女单、女双和混双冠军；第32届世乒赛

上,中国队取得了男、女单打和混双3项冠军;第33届世乒赛上,中国队只获得男、女团体冠军;第34届世乒赛上,中国队获得了男、女团体、男双和女双4项冠军;第35届世乒赛上,中国女队在所有参赛项目上皆获冠军,引起了世界乒乓球界的很大震动。

四、第四阶段:又创辉煌(1981—1987)

1981年第36届世乒赛上,中国队获得了7项冠军和5项亚军,创造了新纪录。在之后3届世乒赛上,中国队每届均获得6项冠军。此时期是中国乒乓球运动的第二次高峰。

这一时期中国乒乓球队的成绩很好,原因还在于中国队敢于大胆启用新人。第36届世乒赛上,中国队上场的3名队员的平均年龄只有20岁,其中蔡振华和谢赛克均为第一次参加世乒赛;第37届世乒赛男团决赛,第一次参加世乒赛的江嘉良,分别战胜了瑞典的瓦尔德内尔和阿佩伊伦,为中国男队获得冠军立下了汗马功劳;第38届世乒赛上,中国队的陈新华、陈龙灿也表现十分突出,二人与江嘉良合作,在团体决赛中以5:0战胜了瑞典队;第39届世乒赛上,中国男队又一次以5:0战胜了瑞典队。中国女队在这一阶段也是由新老交替的李惠芬、焦志敏、戴丽丽组成,最后以3:0战胜了由梁英子、玄静和组成的韩国队。

五、第五阶段:新程(1988—2008)

1988年第24届奥运会上,乒乓球被正式列为奥运会比赛项目。中国乒乓球队在本届奥运会上获得了男双和女单的两枚金牌。

欧洲运动员经过一段时间的磨炼,在技术打法上也更加全面。第40届、41届、42届世乒赛上,中国男队失去了团体和单打冠军的奖牌;女队在第41届、42届世乒赛上成绩不佳,男、女队均走入困境。1993年末1994年初,中国乒协专门举办了全国乒乓球重点省市男队主教练和业余体校教练员的研讨班,这次会议,对中国乒乓球运动的发展起到了十分重要的影响。

1995年第43届世乒赛上,中国队获得7个项目的全部金牌,终于走出了低谷,迎来了乒乓球运动的第三次高峰;第46届世乒赛上,中国队又第三次实现了7个冠军的大包揽;第47届世乒赛执行了11分新赛制和无遮挡发球,中国队在本届世乒赛上又获得了4项冠军;第48届、49届世乒赛上,中国男、女队又取得了很好的成绩。

面对国际乒联的三项重大改革,对中国队来说是一次很严峻的考验。新规则的变化,需要我们不断学习,不断创新新的技术,才能保持世界领先地位。

六、第六阶段：养狼计划(2009—至今)

在很长一段时间内，世界乒坛都在呼吁中国乒协要负起一个乒乓球大国的责任，更多地为推广乒乓球运动在世界上的普及和发展、帮助其他协会提高乒乓球水平作出贡献。在2009年3月举行的中国乒协换届大会上，蔡振华就提出中国乒协要和国际乒联加强合作，帮助其他乒协加大培养后备人才的力度，甚至可以提供中国乒乓球的一些成果，与世界分享。

2009年3月，新任中国乒协主席蔡振华在上任之际提出了“养狼计划”，主要方式是让更多教练和球员出国去交流，或让外国选手到中国来训练，帮助他们提高水平，缩小与中国选手的差距。在第50届世乒赛备战期间，中国乒协曾主动派人去充当波尔、萨姆索诺夫、苏斯等主要对手的陪练。经过无数次国际大赛夺冠后，中国乒乓球已然跳出了过分计较得失的小格局，考虑更多的是乒乓球这项运动在世界范围内的发展和推广。可以预见，世界乒乓球运动的发展将拉开新的篇章。

第三节 乒乓球运动的三大赛事

.....

一、世界乒乓球锦标赛

世界乒乓球锦标赛是国际乒乓球联合会主办的一项最高水平的世界乒乓球大赛，具有广泛的影响。1926年12月，在国际乒联正式成立的同时，第1届世界乒乓球锦标赛在英国伦敦举行。实力雄厚的匈牙利队获得了当时所设的男子团体、男子单打、男子双打、女子单打和混合双打5个项目的全部冠军。1928年第2届世乒赛增设了女子双打比赛，1934年第8届世乒赛又增设了女子团体比赛。1928—1939年、1947—1957年，世乒赛每年举行一次。从1959年的第25届开始，改为每两年举行一次。

从第1届世乒赛到1951年的第18届世乒赛，欧洲运动员占有绝对优势，获得了绝大多数冠军。加上后来夺得的冠军，匈牙利队获得的冠军总数为73个，其中有9个是与其他国家的选手合作夺得的。从1959年容国团为中国夺得第一个世界冠军到第51届(2011)世乒赛结束，中国共获得116.5个世乒赛冠军。

世界乒乓球锦标赛共设7个奖杯，包括斯韦思林杯、考比伦杯、圣·勃莱德杯、盖斯特杯、伊朗杯、波普杯和赫杜塞克杯。

(一) 乒乓球男子团体冠军杯——斯韦思林杯

1926年12月,在首任国际乒联主席伊沃·蒙塔古的母亲斯韦思林夫人的图书馆举行了第一次国际乒联全体会议,此次锦标赛的赞助人——斯韦思林夫人捐赠了一只大奖杯,名为“斯韦思林杯”,作为男子团体赛的优胜奖杯。该奖杯是从蒙塔古家存放银器的仓库里选出来的。

(二) 乒乓球女子团体冠军杯——考比伦杯

从1934年第8届世界乒乓球锦标赛开始,增设女子团体赛项目。这届比赛在法国巴黎举行,法国乒协主席马赛耳·考比伦先生捐赠了以他的名字命名的奖杯,作为女子团体赛的优胜奖杯。

(三) 乒乓球男子单打冠军杯——圣·勃莱德杯

弗·佩里是英国著名网球和乒乓球运动员,他在1929年举行的第3届世界乒乓球锦标赛上获得男子单打冠军。当时英国的克·乌德科克先生为赞扬佩里取得的成就,并表彰培养佩里的乒乓球俱乐部,捐赠了以佩里所在的圣·勃莱德乒乓球俱乐部命名的奖杯,作为男子单打比赛的优胜奖杯。

(四) 乒乓球女子单打冠军杯——盖斯特杯

1931年第5届世界乒乓球锦标赛在匈牙利首都布达佩斯举行,当时匈牙利乒协主席吉·盖斯特先生捐赠了以他的名字命名的奖杯,作为女子单打比赛的优胜奖杯。

(五) 乒乓球男子双打冠军杯——伊朗杯

1947年第14届世界乒乓球锦标赛在巴黎举行,伊朗国王捐赠了以伊朗国王命名的奖杯,作为男子双打比赛的优胜奖杯。

(六) 乒乓球女子双打冠军杯——波普杯

1948年第15届世界乒乓球锦标赛在伦敦举行,当时国际乒联名誉秘书伟·杰·波普捐赠了以他的名字命名的奖杯,作为女子双打比赛的优胜奖杯。

(七) 乒乓球混合双打冠军杯——赫杜塞克杯

由捷克斯洛伐克乒协秘书赫杜塞克先生捐赠,故以其名命名。

二、奥运会乒乓球比赛

1988年,乒乓球第一次作为正式项目出现在第24届奥运会的赛场上。至今,在奥运会的赛场上已经连续进行了6届奥运会的乒乓球比赛。

奥运会乒乓球赛每隔4年举行一次,原设有4个比赛项目:男子单打、女子单打、男子双打、女子双打。在2004年雅典奥运会举办期间,国际乒联官员们与各方进行了广泛的交流,为了增加比赛的精彩程度,国际乒联提出以团体取代双打,而国际奥委会只提出了一条要求,即严格按照罗格主席“奥运会瘦

身”计划办事，不能增加比赛人数，否则该提议将不会获得通过。因此，国际乒联精心制订了“团体入奥”的计划，提出了多种比赛模式，希望能有 12~16 支球队参加。

2004 年雅典奥运会期间，国际乒联主席沙拉拉宣布，他已经同国际奥委会主席罗格以及众执委们进行过会晤，大家一致同意在不增加参赛人数的情况下，在 2008 年奥运会上以团体比赛取代双打比赛。该项提议已经在 2005 年 10 月 27 日国际奥委会在新加坡的会议上获得了批准。

三、乒乓球世界杯

1980 年 5 月由香港乒乓球总会举办了第 1 届世界杯男子单打比赛，此后每年举行一届。起初，乒乓球世界杯只设男子项目，由 16 名世界高手参赛，后来又增设了男子团体比赛。

乒乓球世界杯为世界乒乓球三大赛事之一，次于世锦赛和奥运会。它包括男、女单打及男、女团体共 4 项赛事；但由于公开赛的兴起，世界杯团体比赛参赛人数越来越少，国际乒联迫不得已已在 1995 年第 6 届结束后中止了该项赛事。2007 年，由于许多国家的乒联提议要恢复世界杯团体比赛，国际乒联恢复了这一比赛。

【复习与思考】

1. 简述世界乒乓球运动发展的几个阶段，并思考其形成的原因？
2. “养狼计划”对世界乒乓球运动的发展将起到怎样的作用？对中国乒乓球运动将会产生哪些影响？
3. 为什么中国队能够长期占据世界乒坛绝对领先地位？