

PING PANG QIU
GUI ZE RU MEN
DAO DU



乒乓球

规则入门
导读

张瑛秋 / 编著

北京体育大学出版社

乒乓球规则入门导读

张璞秋 编著

北京体育大学出版社

策划编辑 李 建
责任编辑 刘文娟
审稿编辑 李 建
责任印制 陈 莎

图书在版编目(CIP)数据

乒乓球规则入门导读/张瑛秋编著. - 北京:北京体育
大学出版社,2006.6

ISBN 7-81100-418-6

I. 乒… II. 张… III. 乒乓球运动-裁判法-基本
知识 IV. G846.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 097906 号

乒乓球规则入门导读

张瑛秋 编著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 9

2006年6月第1版第1次印刷 印数 5400册

定 价 20.00元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

作者简介



女 汉族 1964年10月出生
副教授 硕士研究生导师，乒乓球国际级裁判员、乒乓球国际级裁判长。1984年毕业于北京体育大学体育系，获学士学位；1995年毕业于北京体育大学研究生部运动训练（乒乓球）专业，获硕士学位；2002年毕业于北京体育大学研究生部体育教育训练学（生长发育与运动员选材）专业，获博士学位。不但多次圆满地完成了国际A级赛事和国内顶尖赛事的裁判员工作，而且还圆满地完成了第16届亚洲乒乓球锦标赛和2004年中国国际青少年公开赛的裁判长工作。在筹备天津世乒赛期间，完成2项国际乒联课题；国际乒乓球比赛报名系统及抽签系统，并在第12届亚乒赛和第43届世乒赛上使用，受到国内、外各界人士的一致赞誉。其中《国际乒乓球比赛报名系统的研制》获国家体委科技进步三等奖。出版译著一本，专著两本，多次参加亚科会、大科会、国际乒联科学报告会、全国体育科学报告会及其二级学会的论文报告会，入选和在各级刊物上发表论文近50篇，完成国家级、省部级课题9项。

前 言

进入新世纪后，国际乒乓球比赛规则发生了非常大的变化。2000年10月将乒乓球比赛中一直使用的直径为38毫米的乒乓球改为直径为40毫米的大球，2001年9月1日将原来乒乓球的21分赛制改为11分赛制，2002年9月1日起实行新的发球规定，也叫无遮挡发球。充分的体现了国际乒乓球联合会在改革上的力度，其目的就是为了更好的促进乒乓球运动在全世界范围内的发展。

体育运动的实践证明：竞赛是向世人展示该项目，以促进其发展的最佳途径，而裁判员是否能保证执法的公平性、准确性、艺术性是竞赛成功与否的关键。因此，每位裁判员都必须认真学习规则，及时掌握规则的变化，从而有效的促进乒乓球运动在全世界范围内推广，使世界乒乓球人口不断扩大。

本书仅仅是对《乒乓球竞赛规则》的学习体会和经验总结，希望能够得到广大乒乓球爱好者的帮助。谢谢大家的支持！

作者
2005. 3



目 录

第一章 竞赛规则	(1)
第一节 乒乓球比赛的物质条件	(1)
一、球 台	(1)
二、球网装置	(6)
三、球	(8)
四、球 拍	(10)
五、比赛的条件	(16)
六、裁判员用具	(20)
第二节 乒乓球比赛规则中的基本概念	(23)
一、定 义	(23)
二、合法发球	(27)
三、合法还击	(36)
四、比赛次序	(38)
第三节 乒乓球比赛的胜负机制	(38)
一、重发球	(38)
二、1 分	(41)
三、一局比赛	(45)
四、一场比赛	(45)
五、一次比赛	(45)
第四节 乒乓球比赛中机会均等原则的体现	(45)
一、发球(或接发球)和方位	(45)
二、纠正错误	(47)
第五节 轮换发球法	(49)



第六节 比赛官员	(52)
一、中立裁判制	(52)
二、裁判长	(52)
三、裁判员	(54)
四、申 诉	(57)
五、更换裁判员	(60)
六、裁判人员的基本表现	(61)
七、裁判员的服装	(62)
第七节 乒乓球比赛的管理	(62)
一、报 分	(62)
二、器 材	(72)
三、练 习	(76)
四、间 歇	(78)
五、计 时	(85)
六、服 装	(86)
七、广 告	(93)
第八节 纪 律	(95)
一、场外指导	(95)
二、不良行为	(100)
第九节 双打裁判知识	(108)
一、发球区的规定	(108)
二、发球次序的规定	(109)
三、击球次序的规定	(115)
四、双打判罚的规定	(116)
第十节 团体比赛	(117)
一、团体比赛的形式	(117)
二、团体比赛程序	(118)
三、团体比赛记分表(以五场三胜制为例)	(120)



四、团体比赛记分表的填写方式	(120)
第十一节 裁判员临场操作程序	(125)
一、入场前的准备工作	(125)
二、裁判员到达场区	(127)
三、赛前的准备工作	(128)
四、一场比赛开始时的工作	(128)
五、一局比赛开始时的工作	(129)
六、比赛进行中的工作	(129)
七、一局比赛结束时的工作	(130)
八、一场比赛结束时的工作	(130)
九、比赛后的工作	(130)
十、比赛完毕——裁判员离场	(130)
十一、总 结	(131)
第十二节 裁判员操作程序	(131)
第二章 竞赛组织	(140)
第一节 抽 签	(140)
一、抽签的任务	(140)
二、抽签的目的	(140)
三、抽签的原则	(141)
四、抽签前的准备工作	(146)
五、抽 签	(164)
六、变更抽签	(165)
第二节 编 排	(169)
一、编排的任务和目的	(169)
二、编排的原则	(170)
三、编排的基本要求	(174)
四、编排工作的主要内容	(187)
五、编排的技巧及实例	(203)



第三节 循环赛	(210)
一、定义	(210)
二、单循环赛的抽签	(211)
三、单循环赛的编排	(219)
四、单循环赛名次的确定	(231)
第四节 单淘汰赛	(239)
一、定义	(239)
二、单淘汰赛的抽签	(240)
三、单淘汰赛的编排	(263)
第五节 单淘汰赛与循环赛的衔接	(265)
一、佩奇制	(265)
二、抽签入位	(265)
三、赛前确定位置	(270)
第六节 单淘汰赛中的附加赛	(271)
一、附加赛比赛表格的画法	(271)
二、附加赛比赛场数和轮数的计算	(271)
第七节 双淘汰赛	(272)
一、定义	(272)
二、轮数和场数的计算	(272)



第一章 竞赛规则

第一节 乒乓球比赛的物质条件

乒乓球比赛的物质条件包括球台、球网装置、球、球拍及比赛条件等。在比赛中比赛器材的合法性首先由裁判员进行检查，一旦发现或怀疑其合法性时，裁判员应立即报告裁判长，有关比赛器材的合法性和可接受性的裁决最终由裁判长认定。

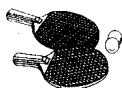
一、球台

球台的上层表面，叫比赛台面。比赛台面应为与水平面平行的长方形，包括球台上面的边缘，不包括上面边缘以下的侧面，长 2.74 米，宽 1.525 米，离地高 76 厘米。沿每个 2.74 米的比赛台面边缘各有一条 2 厘米宽的白线，叫边线；沿每个 1.525 米的比赛台面边缘各有一条 2 厘米宽的白线，叫端线；一条与边线平行将球台划分为两个相等“半区”的 3 毫米宽的白线，叫中线。

比赛台面可以用任何材料制成，应具有一致的弹性，即当标准球从离台 30 厘米高处落至台面时，弹起高度应约 23 厘米；比赛台面应呈均匀的暗色，无光泽。

比赛台面由一个与端线平行的垂直的球网划分为两个相等的台区，各台区的整个面积应是一个整体。

双打时，各台区应由一条 3 毫米宽的白色中线，划分为两个相等的“半区”。中线与边线平行，并应视为右半区的一部分。



在国际 A 级赛事和洲际赛事中，球台必须是由国际乒联批准的品牌和型号；国内举办的全国运动会、城市运动会、乒协杯及全国锦标赛等大型比赛的球台必须是中国乒协批准的品牌和型号。

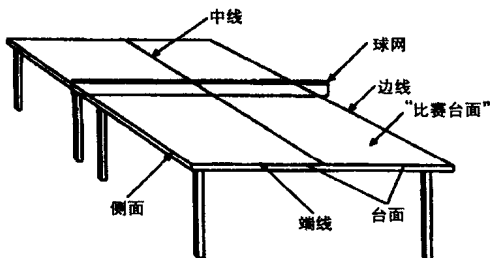


图 1-1 乒乓球台

裁判员在临场时需要把握好的问题有：

1. 准确判断擦边球。规则规定：比赛台面不包括球台台面的垂直侧面。因此当球击中台面边缘时，裁判员必须迅速的根据球运行的轨迹准确的判断出球击中的是比赛台面还是球台的侧面。如果球击中的是比赛台面，则此球为好球，击球的运动员得一分；如果球击中的是球台的侧面，则此球出界，击球的运动员失一分。此类球不能正确判罚常常引起运动员之间或运动员与裁判员之间的争议。例如：某届全运会团体比赛，此类球就出现在赛点上，如果球擦边，两队打平，胜负难定，如果球擦侧面，山东队则输掉比赛，裁判员判定此球为侧面，山东队提出抗议，但未果。赛后观看录像准确的显示，此球擦边，但由于乒乓球比赛没有实行仲裁录像制，对于事实问题裁判员为最终裁决者，因此可以说，裁判员的错判导致了比赛的错误结果，给运动员和运动队都带来了较大的损失。但如何来判定此类球呢？简单的办法是：首先看运动员的击球点，如果运动员的击球点在球台的两条边线之内，球从球台内飞出，球一般不可能击中比赛台面的侧



面，此类球一旦擦边就是好球；其次看球擦边后的运行轨迹，如果球擦边后向上弹起，球为好球，裁判员报“擦边”；如果球擦边后向侧面或向下弹起，则球击中比赛台面以下的侧面，裁判员报“侧面”。

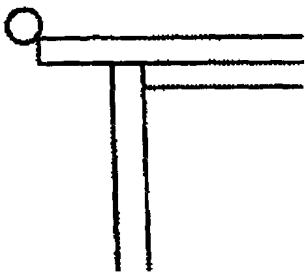


图 1-2 擦边球

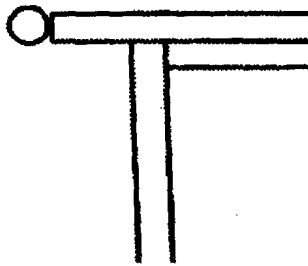


图 1-3 侧面

2. 准确判断双打比赛时发球错区。双打比赛中运动员发球时球必须首先触及本方球台的右半区，然后越过或绕过球网，触及对方运动员的右半区，中线属于右半区，否则接发球员得一分。这就要求裁判员或助理裁判员必须能够准确判定运动员发出的球是否符合规则的规定，尤其是球触及中线附近时，因为这与擦边不同，擦边时回合往往自动中断，而发球错区却必须由裁判员或助理裁判员中断比赛，因此，难度较大。双打比赛中运动员发球时，裁判员和助理裁判员必须注意力集中，不仅仅要注意运动员发球动作是否合法、球是否擦网，还要注意运动员发出的球是否错区，如果裁判员的裁判椅高度不够，为了能准确的判断发球是否错区，裁判员必须站着执法。一旦发现运动员发球错区，裁判员或助理裁判员必须立即叫停，中断比赛，判接发球员得一分。裁判员或助理裁判员的任何犹豫和迟疑都不利于执法，甚至会造成争执。

若比赛球台超过一张时，裁判长在布置球台时应注意：

1. 任何一张球台的照明度都应一致，并符合规程的有关



规定。

2. 比赛球台的放置应根据场地的条件、参赛队的多少及比赛时间的长短随时进行调整,但应在便于裁判员执法的前提下,把握好以下几个原则:

(1) 为便于工作人员和运动员在场内行走,每张球台都应有自由出人的通道,每个通道的距离应在1米至2米之间,1.5米最好。通道应尽量围着体育馆的四周,在场地的中心位置最好不要留有通道,以免闲杂人员站在那里看球,影响整个场地的秩序。

(2) 比赛球台应并排放置,尽量不要使球台与球台的两端相对,因为这样放置球台,球易进入相邻的球台,造成外界球入场,此时为了不影响本回合的结果,裁判员一般都会暂停比赛,当处理完之后再重新开始比赛。如果这类事件经常发生既会影响运动员的比赛情绪,也会影响比赛的连续性。

(3) 便于观众观看比赛。一般来讲,边线一侧对着看台有利于观众观看比赛,因为,运动员站在端线一侧,左右移动会遮挡观众的视线,而从边线一侧看去,观众会感到很舒服,特别是主席台,一般不仅边线对着主席台,还应让副裁判的翻分器对着主席台,以便于贵宾观看比赛时能及时了解场上的情况。

(4) 便于电视转播的工作人员工作。现代竞技体育的开展很大程度上依靠电视转播的推动,因此,裁判长应在不影响比赛顺利进行的前提下尽可能的为电视转播提供方便。

(5) 方便运动员比赛。由于乒乓球比赛每打一个回合,运动员都要拣球,因此决赛的场地也不是越大越好,因为场地越大,运动员拣球时所消耗的体力就越大。所以,决赛时可适当放大比赛场地,并在挡板外面再放置一层挡板,以便于运动员拣球。

当使用两张球台进行比赛时,常用的摆放方法有(图1-4、图1-5):

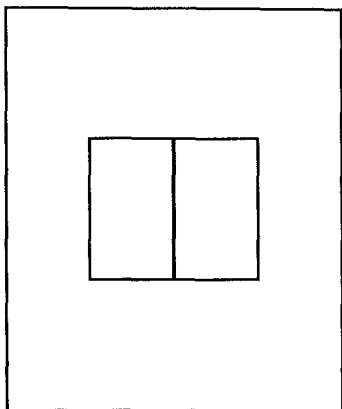


图 1-4

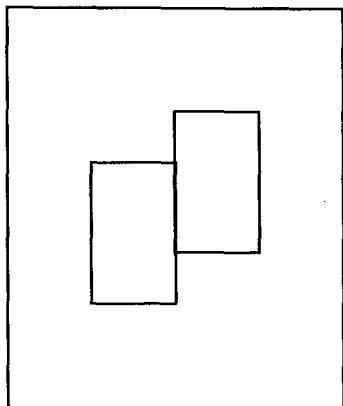


图 1-5

当使用四张球台进行比赛时，常用的摆放方法有：
 图 1-6 的摆放方法不利于南北方向的观众观看比赛；图 1-7 的摆放方法中间球台的球易进入两边球台的场地，影响比赛。因此，如果南北方向的观众席较少，或进场观看比赛的观众不多，东西看台完全可以容纳的话，最好采取图 1-6 的摆放方法。

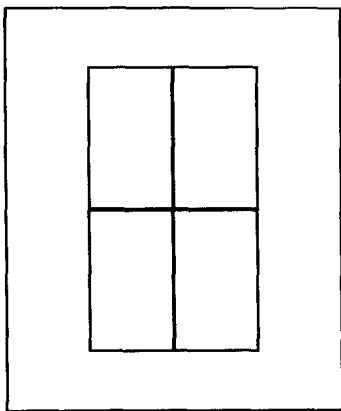


图 1-6

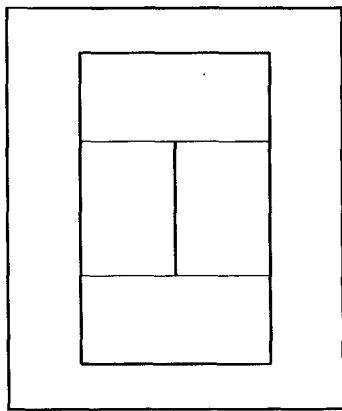
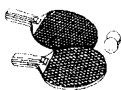


图 1-7



当使用六张球台进行比赛时，常用的摆放方法有：

图 1-8 的摆放方法适合纵轴较长的长方形体育馆，且便于主席台的贵宾和东西看台的观众观看比赛，但同样存在着图 1-7 的问题；图 1-9 的摆放方法适合于方形的体育馆，但最好不要把端线对着主席台，以便于贵宾观看比赛。

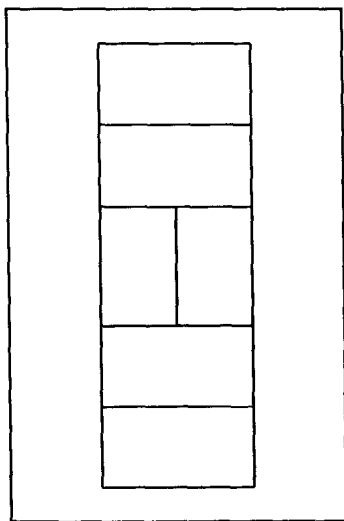


图 1-8

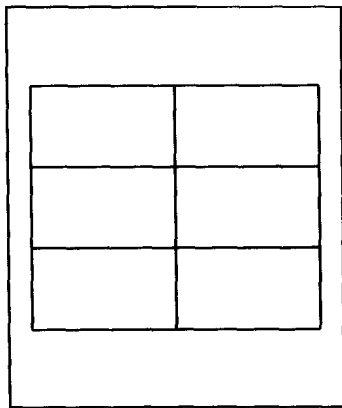


图 1-9

总之，裁判长应根据原则合理的摆放球台和开放通道，以保证比赛的顺利进行。

二、球网装置

包括球网、悬网绳、网柱及将其固定在球台上的夹钳部分。整个球网的顶端距离比赛台面 15.25 厘米。整个球网的底边应尽量靠近比赛台面，其两端应尽量贴近网柱。

裁判员每场比赛开始时或比赛中任何时候判运动员犯规，此犯规包括：“台面移动”、“运动员穿或戴的物品触及球网”、“运



动员因击打球网而被判行为犯规”或任何可能造成球网的高度发生变化时，裁判员应及时检查球网的高度和弹性。检查球网的高度时应使用量网器，至少从网与球台两条边线和中线的接触点三点进行丈量。

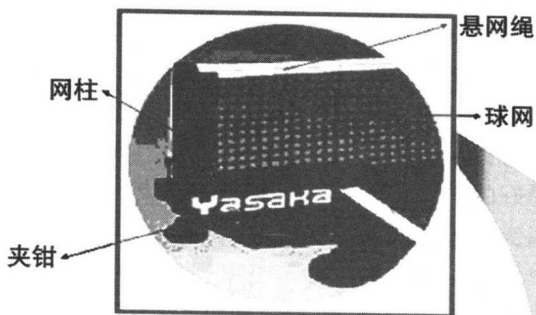


图 1-10 球网装置

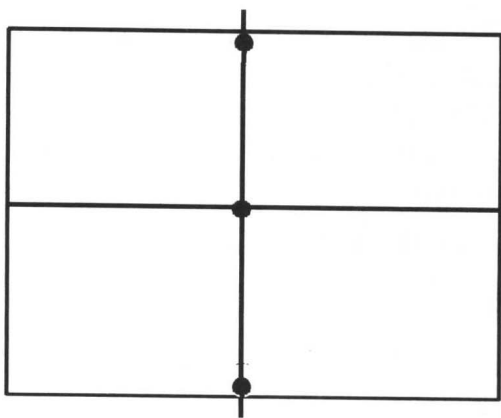


图 1-11 丈量球网的方法



根据规则，球网装置中的夹钳部分虽然与球台接触，并且占据球台整体面积的一部分，但它却属于球网，如果处于比赛状态的球触及此部分，应被视为擦网，而不能算击中比赛台面。2002年1月在天津举行的国际裁判长考试中有一道这样的题：一名运动员击球后，球停止在球网的立柱上，不再运动，作为裁判员你如何处理？因为根据规则此球并没有脱离比赛状态，而此球以什么样的方式结束比赛状态还是未知数，虽然在比赛中此球发生的概率极小，但一旦发生，你将如何处理，规则并没有明确的规定。被动的等待显然并不可取，因为不知道何时才能借助外力产生结果。最好的办法可能就是由裁判员结束比赛，判此球为重发球，虽然因为处于这样状态的球成为合法还击的球的概率要小于失误的概率，对一方运动员并不公平，但也没有其他更好的办法解决这一问题。如果比赛中A运动员合法还击后，球触网后又落在了比赛台面上属于球网装置的夹钳上，此时如果对方运动员触球，应判对方运动员失一分，因为夹钳属于球网装置，此时击球，运动员阻挡。

此外，若将悬网绳换成金属丝或塑料绳，由于其拉力与悬网绳不同，将会改变球网的弹性，使球在触及球网后的反弹性发生变化，所以金属丝或塑料绳不能用于正式比赛。现行的比赛规则对球网的颜色不像对球或球台的颜色一样，没有提出任何要求，但目前用于比赛的球网却没有多少变化，大多是与比赛台面的颜色近似，无光泽，球网的上边缘为白色。

三、球

1. 球应为圆球体，直径为40毫米。
2. 球重2.7克。
3. 球应用赛璐珞或类似的塑料制成，呈白色，橙色，且无光泽。目前国际乒联规定正式比赛用球的颜色只能是白色或橙