



短期体育干部训练

乒乓球初级裁判员教材

中华人民共和国体育运动委员会体育学校司编著

短期体育干部訓練

乒乓球初級裁判員教材

中華人民共和國体育运动委员会
体育学校司編著

人民体育出版社

統一書号：7015·533

短期体育干部訓練
乒乓球初級裁判員教材

中華人民共和國体育运动委员会
体育学校司編著

*

人民体育出版社出版

北京體育部路

(北京市書刊出版業營業許可證出字第〇四九号)

北京崇文印刷厂印刷

新華書店發行

*

787×1092 1/32 24千字 印張 $1\frac{12}{32}$

1958年1月第1版

1958年1月第1次印刷

印数：1—21,200

定价〔8〕0.15元

責任編輯：尙久瑩 封面設計：喜 棟

前 言

(一) 为了解决短期干部訓練教学上的需要，我們根据一九五六年四月頒發的业余初級指導員訓練班乒乓球运动教学大綱，編寫了这本教材。

(二) 各地体委、工会以及厂礦、企業、机关、学校、农村等基層單位訓練体育積極分子、培养乒乓球运动初級指導員，可根据此教材進行教学，學員也可以把它做为學習材料。

(三) 我們在編寫教材的同时，对原教学大綱，也做了一些修改。現將大綱附于教材的后面，以供教学上的参考。

(四) 本教材的教学时数，可根据大綱中所規定的教学时数進行。

(五) 由于初次編寫这种教材，缺乏經驗，加以時間緊迫，未能广泛地征求各方面的意見，缺点和錯誤的地方定会不少，希望各地多多提出意見，以便今后补充和修改。

中華人民共和國体育运动委员会体育学校司

一九五七年八月·北京

目 录

一、体育协会一般知識.....	1
二、劳卫制一般知識.....	5
三、裁判員和运动員等級制度.....	9
四、乒乓球規則和裁判方法.....	15
五、裁判實習.....	27
六、教学要点及注意事項.....	28
附：一、乒乓球記分表、团体比賽記分表	30
二、业余初級裁判員訓練班乒乓球运动教学大綱	32

一、体育协会一般知識

(一) 基层体育协会的性质和任务

基层体育协会是根据自願原則建立起來的群众业余体育团体，是各產業（職業）系統的体育协会的基層組織。这就是說：群众自願地組織起來，按照章程的規定選出自己的領導機構——理事会，利用業余時間，有領導地進行體育工作，帶動更多的人參加體育活動，這樣的組織就叫做体育协会。加入体育协会完全是自願的，不能強迫命令，因为只有根据自願原則，才能使体育协会真正成為群众自己的組織，才能使會員自覺地遵守协会的章程，執行协会的決議。

基層体育协会的任务是：吸引和組織人民群众参加体育运动，鍛煉身体，增強體質，并通过体育运动，对群众進行共產主义教育，培养他們成为身体健壯，劳动積極的公民，为建設和保卫社会主义祖国，貢獻最大的力量。

(二) 基层体育协会的組織領導

機構和工作內容

會員大会或會員代表大会是基層体育协会的最高权力机关，大会的任务是：選舉理事会，討論和批准理事会的工作計劃和總結報告，審查經費預算，批准关于會員的处分，頒

發勞卫制証章、証書。

理事会人数由會員大会或會員代表大会決定，任期一年。理事会直接組織和領導体育协会的全部活动。理事会选出体育协会的主席、副主席和秘書。

理事会是一个工作機構，下設运动部、群众体育部、劳卫制工作部、总务部等進行工作，各設部長一人，分別由理事兼任，必要时可設副部長。

各部的工作內容如下：

1. 运动部：

- (1) 組織运动竞赛，訓練运动队和等級運動員；
- (2) 举办体育訓練班和講習会，訓練業余指導員和裁判員，并監督他們的工作；
- (3) 协同医療機構進行医务監督；
- (4) 統計运动成績和等級運動員的人数。

2. 群众体育部：

- (1) 發展會員，進行体育运动的宣傳教育工作；
- (2) 按期收会費；
- (3) 負責組織不屬於其他各部的群众体育活动（如开展广播体操，举办旅行、參觀、野营、行軍等）；
- (4) 統計參加群众体育活动的人数。

3. 劳卫制工作部：

- (1) 領導劳卫制的訓練和測驗工作；
- (2) 訓練有关劳卫制的測驗人員、技術指導員和鍛煉小組長；
- (3) 搜集和編寫劳卫制的宣傳資料；

(4) 統計參加勞卫制鍛煉、測驗的人數和達到各級標準的人數。

4. 总务部:

(1) 編制預算，管理會費及其他經費收支；

(2) 在行政、工会和青年团組織的帮助下，組織义务劳动、修建运动場地；購置运动設備；保管并修理运动場地及各种运动器械。

总之，基層体协理事会和各个部門的工作，必須适应各个單位的实际需要。根据基層的情况，目前体育活动基礎較差的体协，可以先根据活动开展的情况，設立几个單項运动队進行工作；体育活动基礎較好的体协，可以建立各种單項运动部，或在运动部下設單項运动小組。选拔各种單項运动爱好者（一般应是运动隊長和鍛煉小組長）担任工作，集中領導各个單項运动队的訓練、竞赛、場地分配等工作。理事会的一些理事也应根据各个人的不同爱好和特長，分別領導各項运动部的工作。

(三) 体育协会会员的权利、义务

1. 會員的权利:

(1) 有选举权和被选举权；

(2) 对体育协会的工作提出批評和建議；

(3) 使用体育协会的公共体育設備和器材；

(4) 代表本协会参加竞赛和体育表演等活动。

2. 會員的义务:

- (1) 經常参加体育鍛煉，不断提高运动技术水平；
- (2) 積極参加劳卫制鍛煉，爭取通过劳卫制标准；
- (3) 努力提高政治覺悟，爭取成为生产、工作、学习和遵守紀律的模范；
- (4) 按时繳納会費。

各級体育协会必須尊重和保障章程中規定的会員的權利，每一个会員都要認真地履行自己的义务。只有这样，体育协会才能充分發揮作用。

(四) 基层体育协会的基本工作方法

要做好基層体育协会的工作，必須在党的領導下，依靠基層工会（或行政）的具体領導和青年团組織的密切配合，充分發揮会員的積極性和創造性。理事会的工作計劃和經費預算应报請工会委員會審查批准，并征求青年团組織的意見，还要通过会員討論，广泛地吸收群众的意見。計劃执行的情况，要經常地向工会和团組織彙報。工作中的重大問題，如体育活动的時間問題等，必須提請工会來解决。随时注意会員的思想情况和参加活动的情况，了解群众的要求，听取群众的意見，不断地改進工作。因此，应加強对各个車間（部門、系班、生產隊）体育組織的領導，帮助解决工作中的困难，建立必要的會議、彙報制度。运动隊長和鍛煉小組長是基層体育协会的骨干，要不断提高他們的工作能力，充分地依靠他們，放手讓他們工作，并通过他們，保證領導和群众的联系。

二、劳卫制一般知識

(一) 劳卫制的目的和任务

劳卫制是我国“劳动和卫国”体育制度的簡称，它是根据苏联体育工作的先進經驗和我国的具体情况制定的，是一种科学的和富有爱国主义思想的体育制度。它是我国体育制度的基礎。

劳卫制的目的是要增進劳动人民的健康，使我們的身体得到全面發展，更好地参加社会主义建設和保卫祖国的各項工作。

(二) 劳卫制的組成和內容

劳卫制是根据循序漸進地全面發展體能的原則制定的，它由以下三个級別組成：

1. 劳衛制少年級：它的任务是全面發展少年的體能，促進他們身体的正常發育，培养他們系統地参加体育运动的兴趣。它的对象是13—15歲的少年。

2. 劳衛制一級：它的任务是保証全面發展青年和成年人的體能，引導他們積極地参加体育运动。它的对象是初参加劳卫制的16歲以上的青年和成年人。根据不同年齡人的生理特点，又分为男女各四組，其中男子18—30歲、女子18—25歲兩組的标准最高，因为这个歲数的人，身体已經發

育到最好的程度。

3. 劳卫制二級：它的任务是進一步全面發展青年和成年人的体能，并且提高運動員的技术水平。它的对象是已达到劳卫制一級标准的青年和成年人。它根据不同年齡人的生理特点，又分为三組，其中男子17——30歲，女子17——25歲兩組的标准訂得最高。

参加劳卫制的人应当参加规定的項目標准的測驗，并听“中国的体育运动”和“卫生常識”等專題报告。

(三) 劳卫制的优越性

1. 具有明確的目的性和鮮明的爱国主义思想。劳卫制的任务，就在于使每个参加的人通过全面鍛煉，养成一副强健的体魄，更好地進行積極的、創造性的劳动，把我国建設成为一个偉大的社会主义国家，并能够勇敢地保卫祖国，战胜任何敢于侵犯我們的敌人。因此它就把体育运动和国家的社会主义建設更緊密地联系起來，这样也就会推动我們为了崇高的理想去積極地、自覺地参加体育运动。

2. 劳卫制的鍛煉是全面的，它可以全面地發展我們的身体各部分，可以訓練我們的速度、灵敏、力量、耐久力以及培养跑、跳、投擲、攀登、游泳、射击等实用技能。这样的全面鍛煉所收到的效果，当然远不是進行任何單項运动所能够得到的。

劳卫制也是提高各項运动技术的基础，一个運動員必須進行身体全面訓練，才能提高技术水平。所以，我國的运动

員等級制度，規定了運動健將、一級、二級運動員都要達到勞衛制二級及格標準，三級運動員要達到勞衛制一級及格標準，少年級運動員要達到勞衛制少年級標準，這是很重要的。

3. 勞衛制對不同的性別、不同年齡和不同體育運動基礎的人，根據循序漸進的原則，提出了不同的要求，這就符合了我們的身體發展的規律，符合了體育鍛煉的科學要求。

4. 勞衛制的項目多樣化，又簡單易行，標準也不高，不管少年、青年、成年、男的、女的，都可以按照適合自己的級和組，參加鍛煉。同時，它又對參加的人提出了明確的要求，達到要求後，給予國家制發的証章、証書，這樣就使這一制度更加為廣大群眾所歡迎，也就擴大了體育運動的群眾性。

(四) 勞衛制的測驗

1. 什麼人可以參加勞衛制測驗：

凡身體無嚴重疾病，並能經常依照勞衛制項目標準進行鍛煉的人，都可以參加勞衛制測驗。但是，在參加各個項目測驗時，凡是對這些項目沒有經常訓練者；或在訓練過程中身體有不良反應者；或在測驗時期身體狀況不正常者，基層體育組織、體育教員、醫務人員、裁判員、小組長、運動隊長都有責任，也有權力暫時不讓他參加這些項目的測驗。

2. 勞衛制測驗應按下列規定進行：

(1) 在運動會上進行，但項目和要求等都要符合勞衛制標準。

(2) 按照勞衛制的项目專門組織測驗，但這種測驗也應尽可能以比賽形式來進行，以便獲得好的成績。

3. 測驗的期限：

勞衛制測驗的最長期限規定如下：

(1) 勞衛制少年級：13至15歲整個時間；

(2) 勞衛制一級：一年；

(3) 勞衛制二級：一年半。

勞衛制測驗不及格的项目，在測驗期限內可以補測。

總之，勞衛制測驗是一項細致的組織工作，必須有計劃地結合運動季節經常進行，并須加強組織、思想領導和安全教育，做好必要的物質準備是很重要的。

(五) 勞衛制証章、証書獲得者的 權利和義務

為了表揚勞衛制測驗及格的人在體育鍛煉上所表現的愛國主義精神，鼓勵我們更好地堅持鍛煉，國家體委規定發給及格少年級、一級和二級的人以各該級的証章一個、証書一張，這說明我們的身体已經獲得較全面的鍛煉，為勞動和衛國準備了一定的身体條件。因此，我們除了享受獲得証章、証書的權利以外，要很好地執行我們應盡的義務。

1. 獲得勞衛制証章、証書的人，享有下列權利：

(1) 參加從基層到全國性的體育比賽的優先權；

(2) 進專業體育學校和業余體育學校的優先權；

(3) 享受當地體育部門和所屬體育組織所規定的權利。

2. 獲得勞衛制証章、証書的人有下列義務：

(1) 努力提高自己的政治覺悟，響應國家的一切號召，積極參加建設和保衛祖國的各種工作，爭取成為勞動和衛國的模範；

(2) 積極參加體育運動，提高自己的運動技術水平；

(3) 經常向群眾宣傳體育運動，並協助進行各項運動的訓練和測驗工作；

(4) 注意保存並愛護証章、証書，不借給他人。

三、裁判員和運動員等級制度

(一) 裁判員等級制度

1. 制定裁判員等級制度的重要意義

裁判人員的水平和運動技術的提高有着密切的關係，優秀的裁判員能夠幫助運動員充分發揮技術，進行嚴格而正確的訓練；如果裁判工作不好，就會限制運動技術的正常發展和成績提高。當前我國還存在着裁判員量少質弱的情況，因此，加緊培養裁判人員，努力提高裁判水平，是我國體育工作中一項重要工作。裁判員等級制度就是為了完成這項任務的重要措施之一，它能鼓勵現有的裁判人員，積極學習，努力提高裁判水平，並團結更多的體育積極分子來擔任裁判工作，擴大裁判員的隊伍，滿足日益增多的競賽活動的要求，使運動員的技術得到充分的發揮。

從1956年公布試行裁判員等級制度以來，到1957年先後

批准了國家級裁判156名，1級裁判811名，2級裁判2.861名，3級裁判11,775名。

2. 裁判員等級制度的劃分及其條件，經何機關批准授予

裁判等級劃分為四級，即國家裁判、一、二、三級裁判。各級裁判員必須是中華人民共和國公民，工作積極，作風良好，並須具備下列條件：

(1) 國家級裁判：

①精通業務，有5年以上實際裁判經驗，具有該項運動裁判的全面能力，能在全國競賽會中擔任裁判長以上職務的；

②具有訓練各級裁判員的工作能力。

(2) 一級裁判：

①業務熟練，有3年以上實際經驗，在全國競賽會中能擔任主要裁判，或在省（市）自治區及相當於省（市）自治區級競賽會中擔任裁判長以上職務者；

②具有訓練二級以下裁判員的工作能力。

(3) 二級裁判：

①具有兩年以上正式競賽裁判經驗；

②能擔任市級或不低於市級競賽會中的主要裁判。

(4) 三級裁判：

①球類（籃球、排球、足球、乒乓球）裁判必須具有10場以上正式競賽裁判經驗，其他運動項目裁判不得少於5次正式競賽裁判經驗，或裁判訓練班畢業考試及格；

②能擔任市級以下正式競賽會中的裁判。

各級裁判員等級稱號的批准授予程序是這樣的：

①國家裁判員由中華人民共和國體育運動委員會批准授予。

②省、自治區體育運動委員會批准授予一級裁判員稱號，但亦可批准授予二級裁判員稱號（或委託專區體育運動委員會批准授予二級裁判員稱號）。

③中央直轄市體育運動委員會批准授予一、二、三級裁判員稱號，三級裁判員可委託區體育運動委員會批准授予。

④省轄市體育運動委員會批准授予二、三級裁判員稱號，個別城市受省體育運動委員會委託可以批准授予一級裁判員稱號。

⑤縣（市）體育運動委員會批准授予三級裁判員稱號。

3. 各級裁判員的權利、義務、獎勵與處分

（1）權利：

- ①執行規則上所賦予的權利；
- ②按照等級參加相應的和下級的競賽裁判工作；
- ③佩帶等級証章；
- ④享受參觀競賽活動的優待辦法。

（2）義務：

- ①不斷提高自己政治理論水平及社會主義覺悟；
- ②精通本項競賽規則，監督對規則執行的情況；
- ③積極參加裁判工作。國家級裁判及一、二級裁判，每年執行裁判工作：籃球、排球、足球、乒乓球等球類不少於15場，其它項目不少於3次。三級裁判員參加裁判工作的

次數，由各省、市根據具體情況規定；

④成為運動員的模範，並向運動員進行共產主義道德品質教育；

⑤受護等級証章、証書。

(3) 獎勵：

①國家級裁判員工作確有顯著成績，由中華人民共和國體育運動委員會發給榮譽証章與証書或其它獎品；

②一級以下裁判員工作上確有顯著成績，由批准授予稱號的體育運動委員會酌情給以獎勵。

(4) 處分：

①犯有嚴重錯誤損害裁判員名譽的，撤銷等級稱號；

②犯罪者，褫奪稱號。

(二) 運動員等級制度

1. 制定運動員等級制度的重要意義

運動員等級制度是我國體育運動中的基本制度之一，它是在勞衛制的基础上，為了吸引更多的體育愛好者，進一步加強身體全面發展與鼓舞廣大運動員經常地按着一定的標準進行鍛煉，不斷地提高技術水平，推動我國體育運動的發展。它具有推動群眾性體育活動的作用，但更主要的作用是促進我國運動技術水平不斷的提高。

從1956年公布試行運動員等級制度以來，截至1957年5月止，全國共批准了等級運動員4萬多名，其中運動健將103名，一級運動員264名，二級運動員3,882名，三級運動員28,668名，少年級運動員7,427名。