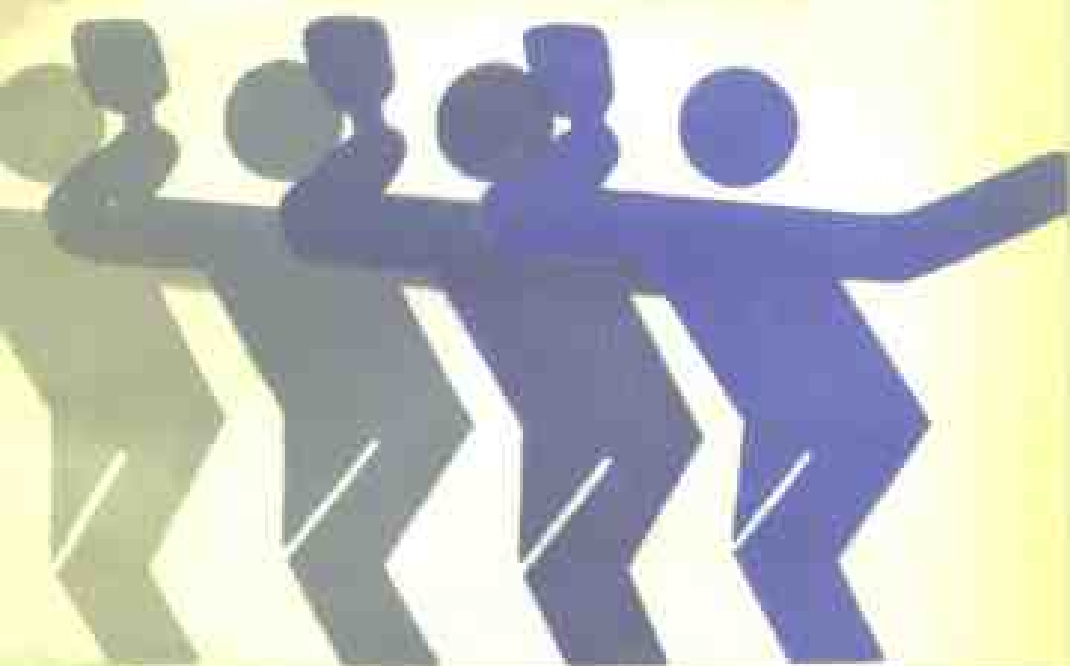




乒乓

百科知识

人民体育出版社

76457

G846

2

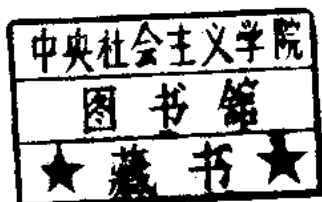
乒乓百科知识

苏丕宪 编著
苏丕仁
苏丕信



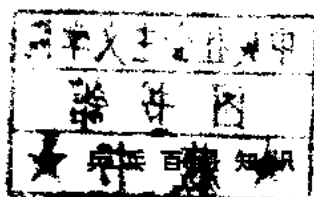
200077772

DI58/07



人民体育出版社

责任编辑：马光泓



苏丕光
苏丕仁 编著
苏丕信

人民体育出版社出版

北京印刷二厂印刷

新华书店北京发行所发行

*

727 × 1092毫米 32开本 7.25印张 150千字

1990年9月第1版 1990年9月第1次印刷

印数：1—8 000册

*

ISBN 7-5009-0483-5/G·457 定价：3.40元

内 容 提 要

本书执科学性、通俗性及趣味性之笔，以问答的形式，比较全面、系统、有针对性地介绍了乒乓球运动的方方面面。书中不仅收集了一些鲜为人知的乒坛趣闻，而且不少观点还颇具见解，是一本可读性较强、有一定参考价值的读物。

目 录

一、世界乒乓球运动

1. 你了解国际乒联吗? (1)
2. 世乒赛诞生于何日? 发展状况如何? (5)
3. 乒乓球运动始于何时? (7)
4. 为什么第11届世乒赛没有女子单打冠军? (8)
5. 第一次重要的比赛规则修改在何时? (9)
6. 比分最少的一场比赛出现在哪届世乒赛
中? (9)
7. 发球时抛球不许带旋转的规定是怎样产
生的? (10)
8. 胶皮拍比海绵拍的年龄大多少? (10)
9. 乒乓球最早的商业专利权登记号码是多
少? (12)
10. 世界上最早成立的乒乓球组织是哪家? (12)
11. 世界上最早的乒乓球杂志创刊于何时? (12)
12. 世界上哪一位乒乓球运动员的体重最重? (12)
13. 参加世乒赛的运动员中谁的年龄最大? (13)
14. 参加世乒赛的运动员中谁的年龄最小? (13)
15. 世界上哪个国家荣获世界冠军的次数最

- 多?(14)
16. 哪个女运动员获得世界冠军的次数最多?(14)
17. 哪个男运动员获得世界冠军的次数最多?(14)
18. 世乒赛在哪个洲、哪国举办的次数最多?(15)
19. 在亚洲哪个国家参加世乒赛的资格最老?(15)
20. 在亚洲哪个国家获得世界冠军的次数最多?(15)
21. 乒乓球是何时跻身奥运会的?(15)
22. 你知道亚欧乒乓球对抗赛的情况吗?(16)
23. 你了解世界杯乒乓球赛吗?(17)
24. 亚乒联盟是何时成立的?(17)
25. 亚洲杯乒乓球赛产生于何时?(18)

二、中国乒乓球运动

1. 你知道我国最早的乒乓球游戏吗?(19)
2. 乒乓球运动是怎样传入中国的?(19)
3. 乒乓球运动在旧中国的地位如何?(20)
4. 团体冠军能三队同获吗?(21)
5. 中国最早成立的乒乓球组织和第一支女子乒乓球队产生于何时?(21)
6. 你了解中国乒乓球协会吗?(22)
7. 中国第一个夺得世界冠军的是谁?(23)
8. 中国第一个获得女子世界冠军的是谁?(24)
9. 第一个在国外邮票画面上出现的中国运动员是谁?(25)
10. 中日乒乓球选手竞技往来始于何时?(25)
11. 中国乒乓球运动员何时开始与欧美选手接触?(25)

12. 海峡两岸乒乓选手同台竞技始于何时?(26)
13. 解放前我国曾出版过哪些乒乓球杂志和
书籍?(26)
14. 解放后我国已出版了哪些乒乓球书籍?(27)
15. 你知道解放后我国与外国的首次乒乓交
往吗?(32)
16. 我国邮票发行公司为乒乓球运动专门
发行了哪些纪念邮票?(32)
17. 我国发行过特制的乒乓球纪念信封吗?(35)
18. 你知道在我国隆重举行的第26届世乒赛
的盛况吗?(35)
19. 中国乒协批准了哪些人为我国第一批国
家级教练员?(36)
20. 我国首批成为国际级乒乓球运动健将的运
动员都是谁? 入选标准是什么?(37)

三、基本理论与基本知识

1. 何谓乒乓球技术的基本原则?(38)
2. 何谓击球的技术质量?(40)
3. 乒乓球的飞行弧线由哪些要素组成? 影
响乒乓球飞行弧线有哪些因素?(40)
4. 如何运用乒乓球的飞行弧线来增加击球
的威胁性?(41)
5. 如何正确理解乒乓球运动的速度?(42)
6. 怎样提高击球速度?(43)
7. 何谓乒乓球运动的力量? 怎样加大击球
力量?(43)
8. 何谓击球部位?(44)

9. 怎样才能把乒乓球拉(搓)得更转?(45)
10. 何谓击球时间?(46)
11. 何谓击球点?(47)
12. 何谓拍面角度?(47)
13. 何谓乒乓球运动的基本功?(49)
14. 如何判断来球?(49)
15. 何谓乒乓球运动员的反应?(51)
16. 乒乓球运动员的反应有多快?(52)
17. 球触拍瞬间的时间究竟有多短?(53)
18. 扣杀时的球速与弧圈球的最高转速是多
少?(53)
19. 何谓乒乓球运动的击球节奏?(54)
20. 我国为什么要提倡快攻打法?(55)
21. 我国快攻型打法的技术风格是什么?(55)
22. 我国削中反攻型打法的技术风格是什么?(56)
23. 怎样分析乒乓球运动中的技术动作?(57)
24. 什么叫上旋、下旋、侧旋和侧上旋、侧
下旋?(58)
25. 为什么接弧圈球横握拍比直握拍容易些?(60)
26. 摩擦球越薄, 球就越转吗?(60)
27. 非持拍手有何作用?(61)
28. 近台快攻的动作是越小越好吗?(63)
29. 为什么回接下旋球时容易下网, 而接弧
圈球时又容易出界?(63)
30. 为什么使用长胶、生胶或防弧球拍打球
不易吃对方旋转?(64)
31. 为什么用推侧旋的方法就容易接弧圈球?(65)

32. 为什么对搓中有时会出现上旋球?(67)
33. 为什么攻球时用力大小相同, 仅因拍面
角度不同, 球的飞行距离就不一样呢?(68)
34. 高抛发球威力大吗?(68)
35. 横握拍好, 还是直握拍好?(69)
36. 乒乓球技术的发展与工具的改革有何关
系?(70)
37. 你知道双打的技术特点吗?(73)
38. 国际乒联如何评选世界乒乓球优秀选手?(74)
39. 世乒赛设有哪些主要比赛项目?(75)
40. 你知道世乒赛的几种奖杯吗?(75)
41. 每届世乒赛的时间有规定限制吗?(76)
42. 世乒赛有何奖励办法?(76)
43. 现在世界上流行的球拍有几种? 各具什
么特点?(77)
44. 现代乒坛有几种主要打法类型?(79)
45. 目前最常见的发球有多少种?(80)
46. 乒乓球运动中的基本球路有几条?(82)
47. 男子团体赛中存在数学问题吗?(83)
48. 乒乓球台为什么要呈暗绿色?(84)
49. 怎样排团体比赛阵容?(85)
50. 何谓“安慰赛”?(88)
51. 何谓“元老杯”赛?(89)
52. 何谓1/8决赛、1/4决赛、半决赛和决赛?(89)
53. 打乒乓球的运动量究竟有多大?(89)
54. 乒乓球运动员在一场比赛中需挥多少次
球拍? 需移动多远距离?(90)

55. 乒乓球运动员为何有臂围之差? (91)
56. 手臂粗的人打球力量就大吗? (92)
57. 打乒乓球个儿多高好? (93)
58. 在高原地区打乒乓球和平原地区有何
不同? (94)

四、技术、战术、训练和比赛

1. 什么叫发球抢攻? (95)
2. 什么叫接发球抢攻? (95)
3. 什么叫侧身攻球? (96)
4. 什么叫快推、加力推和减力挡? (96)
5. 何谓快点? (98)
6. 何谓“拱”球? (99)
7. 什么叫“摆短”、“盖”、“带”、“挤”? (99)
8. 抓好前三板球技术的含义是什么? (100)
9. 放高球的特点和作用是什么? (101)
10. 弧圈球有几种? 各具什么特点? (101)
11. 快攻球和弧圈球的区别在哪里? (102)
12. 怎样接弧圈球? (103)
13. 什么叫对推变线? (105)
14. 什么叫打中路? (106)
15. 什么是好落点? (106)
16. 发长球和发短球的动作区别在哪里? (108)
17. 抬肘式的正手攻球动作错在哪里? (108)
18. 直握拍在回接左右两边来球时, 握拍的
手指有变化吗? (110)
19. 用相似动作发出不同旋转球的奥妙何在? (110)
20. 怎样判断对方发球的旋转? (111)

21. 发球的旋转和球触拍的位置有关系吗?(113)
22. 正手攻球时为什么不能两脚平站?(114)
23. 反手推挡时为什么要提倡左脚稍向前站?(114)
24. 正手攻球有哪些易犯的错误动作?(115)
25. 反手攻球有哪些常见的错误动作?(115)
26. 反手推挡有哪些易犯的错误动作?(116)
27. 削球有哪些最常见的错误动作?(116)
28. 拉弧圈球有哪些错误动作?(117)
29. 搓球有哪些常见的错误动作?(118)
30. 快攻时为什么一定要有摩擦球的动作?(118)
31. 攻球力量不大怎么办?(119)
32. 为什么准备姿势身体重心不能放在脚后
跟上?(120)
33. 为什么乒乓球运动员在移步救球时不能
象短跑运动员那样奋力疾跑?(121)
34. 如何计算一堂课的实际打球时间?(121)
35. 什么叫单线练习和复线练习?(122)
36. 什么叫“死线活练”?(122)
37. 什么是多球训练?(123)
38. 多大年龄开始进行乒乓球的专项训练为
好?(124)
39. 如何使少年运动员正确掌握基本动作?(125)
40. 少年运动员的训练应注意些什么?(126)
41. 怎样对初学打乒乓球的儿童少年进行
教学?(128)
42. 初学基本动作时为什么常会伴有多余动
作?(130)

43. 如何利用计分法提高训练效果?(130)
44. 儿童比赛改用矮球台有什么好处?(134)
45. 双打应怎样配对?(134)
46. 乒乓球运动员在确定打法类型时, 应如何结合自身的身体素质和性格等特点?(136)
47. 比赛中总用自己的特长技术好吗?(136)
48. 比赛时过分紧张怎么办?(137)
49. 为什么练习和比赛技术发挥不同?(138)
50. 如何培养乒乓球运动员的竞技状态?(139)
51. 组建乒乓球队为什么要配备各种打法类型?(140)
52. 乒乓球运动训练前应做好哪些准备活动?(141)
53. 乒乓球运动员需要进行哪些身体训练?(143)
54. 乒乓球运动员一天训练几个小时为好?(145)
55. 乒乓球运动员的身体哪些部位容易劳损? 怎样防治?(146)

五、竞赛规则与裁判

1. 什么是规则的作用和精神实质?(149)
2. 怎样才算具备了参加世乒赛的报名资格?(149)
3. 一个国家或地区最多可有多少人报名参加世乒赛?(149)
4. 世乒赛报名日期有何规定?(150)
5. 世乒赛中团体赛采用什么竞赛方法?(150)
6. 世乒赛中五个单项采用什么竞赛方法?(151)
7. 世乒赛团体赛中一队一天最多赛几场? 单项比赛时一人一天最多赛几场?(152)
8. 你了解国际乒联关于球拍、发球、跺脚

- 的新规定吗?(152)
9. 什么叫单循环赛?(153)
 10. 单循环赛的比赛顺序怎样确定?(153)
 11. 单循环赛的轮数和场数怎么计算?(154)
 12. 几个队比赛成绩相等时, 用什么办法决定名次?(154)
 13. 什么叫单淘汰赛? 单淘汰比赛的总场数怎么计算?(155)
 14. 什么叫双淘汰赛? 双淘汰赛的表格如何制定?(156)
 15. 乒乓球比赛采用什么计分方法?(156)
 16. 什么叫“种子”选手? 怎样产生“种子”?(157)
 17. 什么叫“轮空”?(157)
 18. 男、女团体赛双方阵容排列的规矩是什么?(158)
 19. 何谓“轮换发球法”?(159)
 20. 单打和双打有什么不同的具体规定?(159)
 21. 标准乒乓球台应为多长、多宽、多高? 球台的弹性标准是什么?(160)
 22. 规则中对球网与网柱有哪些规定?(161)
 23. 正式比赛场地的照明标准应为多大? 灯应该吊多高?(161)
 24. 乒乓球比赛的场地应为多大?(162)
 25. 运动员可以任意选用球拍吗?(162)
 26. 什么是标准球?(163)
 27. 比赛前的练习时间有规定吗?(163)

28. 正式比赛对运动员的服装有何要求?(163)
29. 比赛中球拍坏了可否调换?(164)
30. 发球时将球抛歪了算失分吗?(164)
31. 发球时球尚未触拍就落地了算失分吗?(165)
32. 比赛中外界球进入比赛场地怎么办?(165)
33. 比赛中发现运动员的方位或发球次序错了怎么办?(165)
34. 比赛中用手指将球击回行吗?(166)
35. 比赛中球在空中碰及障碍物怎样处理?(166)
36. 越网击球行吗?(166)
37. 什么叫“拦击”?(166)
38. 什么叫“阻挡”?(167)
39. 什么叫一个“回合”?(167)
40. 比赛进行中球坏了怎么办?(167)
41. 比赛中球拍脱手应如何处理?(167)
42. 球拍脱手后球拍将球碰过去行吗?(168)
43. 比赛中运动员可以改变握拍法或变换握拍手吗?(168)
44. 比赛中运动员可以冲上球台击球吗?(168)
45. 比赛中裁判员出示蓝牌意味什么?(169)
46. 运动员何时才能接受场外指导?(170)
47. 球一擦台边就算好球吗?(170)
48. 击球从网底绕过至对方台面算失分吗?(170)
49. 如何处理运动员在比赛中的突发事件?(171)
50. 一场比赛需要几名裁判员? 他们各自的职责是什么?(171)
51. 裁判长的职责是什么?(173)

52. 什么叫临场裁判的“一贯制”、“半贯制”?.....(174)
53. 临场裁判的步骤与方法是什么?.....(174)
54. 裁判员各种手势的含义是什么?.....(178)
55. 裁判员怎样报比分?.....(180)
56. 如何记忆双打比赛中的发球、接发球次序?.....(180)

六、其它

1. 何时开始在世乒赛上使用优胜者的国旗和国歌?.....(184)
2. 你听说过机器人打乒乓球吗?.....(184)
3. 你听说过乒乓球科学实验室吗?.....(185)
4. 怎样粘合球拍?.....(185)
5. 怎样保护乒乓球拍?.....(187)
6. 你会挑选乒乓球吗?.....(188)
7. 怎样使乒乓球比较耐用?.....(188)
8. 怎样修补坏乒乓球?.....(189)
9. 你知道发球机和它的效能吗?.....(189)
10. 你知道“红双喜”乒乓球牌名的由来吗?.....(191)
11. 你见过涂有多种色彩的乒乓球吗?.....(191)
12. 乒乓球能够探铀矿吗?.....(192)

七、资料

1. 历届世界乒乓球锦标赛成绩.....(193)
2. 历届世界乒乓球锦标赛时间、地点.....(202)
3. 历届世界杯乒乓球赛成绩、时间、地点.....(204)
4. 历届亚洲乒乓球锦标赛成绩、时间、地点.....(210)
5. 历届亚洲杯乒乓球赛成绩、时间、地点.....(212)
6. 中国历届全国乒乓球赛成绩、时间、地点.....(212)

一、世界乒乓球运动

1. 你了解国际乒联吗？

国际乒乓球联合会 (International Table Tennis Federation)，简称国际乒联。它由各国和地区的乒乓球协会组成，是世界最大的单项体育组织之一。1926年12月在英国伦敦成立，总部设在英国东苏塞克斯郡的里斯廷斯。

国际乒联的职责是：维护现行的乒乓球规则；制定章程、纪律规程、比赛规则和国际比赛规程；监督世界锦标赛团体赛和个人赛；协调各协会之间以及协会同其它团体的关系；推广世界范围的乒乓球运动，提高技术水平，发扬运动员以及各协会之间的友好互助精神；维护国际乒联的原则等。

国际乒联的主要活动是：每隔两年委托一个成员协会主办一届世界乒乓球锦标赛，并在举行该届世乒赛的同时、同地，举行代表大会。每一个正式会员协会在代表大会上享有两票表决权。

国际乒联的领导机构为：一名主席（现由日本的荻村伊智朗担任），一名第一副主席（现由瑞典的罗·哈马隆特担任），一名名誉司库（现由联邦德国的汉·基塞克担任），六名副主席（分别代表非洲、亚洲、欧洲、拉丁美洲、北美洲和大洋洲）。理事会由代表大会选举产生，任期两年。代表大会休会期间，由理事会和各委员会进行工作。日常工作由主席、第一副主席、名誉司库和秘书长主持。另外，还

设有七个专门委员会：

一、分级分组委员会

其职责为：

(一) 准备名次名单，供参加洲以上公开赛单打时排种子选手使用；

(二) 世乒赛后公布各名次名单，最迟不迟于下届世乒赛抽签前一个月公布最后一次名次名单；

(三) 自收到报名表时起，为世乒赛双打准备种子名单；

(四) 就未参加上届世乒赛、根据实力已申请在最低级别以上某一级内的任何队的名次，向执委会提出建议；

(五) 就有无种子排列，或把选手分配到各单项预选赛阶段的问题，向世乒赛组织者提出意见。

二、设备委员会

其职责为：

(一) 就有关设备、比赛条件向理事会提出建议；

(二) 起草有关设备、比赛条件的技术规程和指导性文件；

(三) 对提交批准的设备进行检验或安排检验，并向理事会作出推荐；

(四) 同技术委员会合作，就有关设备和比赛条件事宜通知世界比赛的主办单位。

三、医务委员会

其职责为：

(一) 就有关乒乓球运动的医务、生理卫生等事宜向理事会提出建议；

(二) 为运动员、训练人员和工作人员准备有关乒乓球