

简明网球规则图解

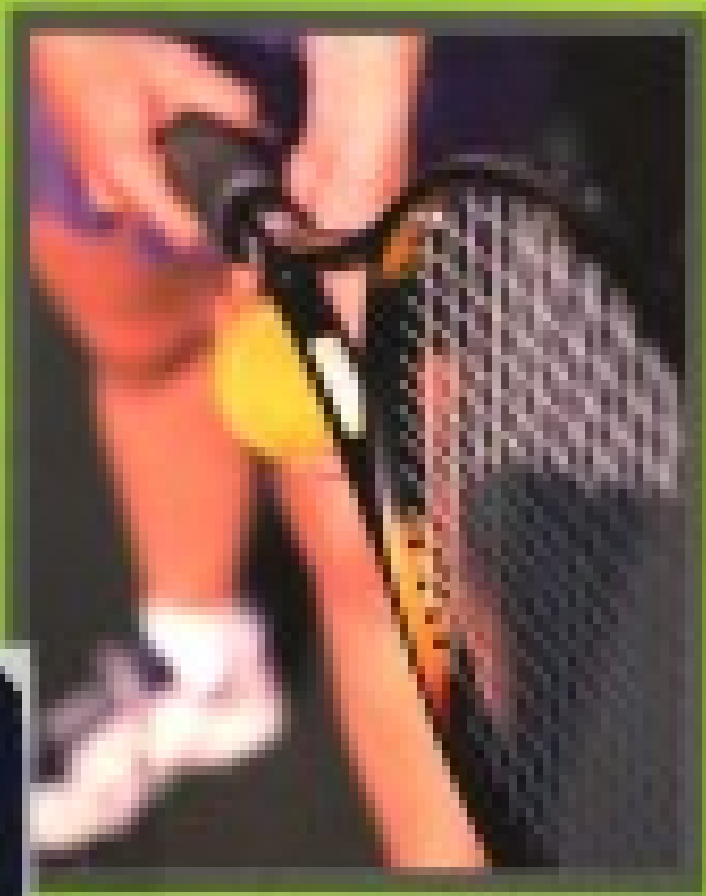
[日] 成美堂出版社编 赵振平/译



人民体育出版社

简明网球规则图解

【美】迈克尔·史密斯著 曲继华、李娜译



人民体育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

简明网球规则图解 / 日本成美堂出版社编; 赵振平译.

北京: 人民体育出版社, 2004

ISBN 7-5009-2592-1

I. 简… II. ①日… ②赵… III. 网球运动 - 运动技术 IV. G845.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 024249 号

*

人民体育出版社出版发行
化学工业出版社印刷厂印刷
新华书店经销

*

787×960 32 开本 5.25 印张 94 千字
2004 年 12 月第 1 版 2004 年 12 月第 1 次印刷
印数: 1 - 5100 册

*

ISBN 7 - 5009 - 2592 - 1 / G · 2491

定价: 19.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号 (天坛公园东门)

电话: 67151482 (发行部) 邮编: 100061

传真: 67151483 邮购: 67143708

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

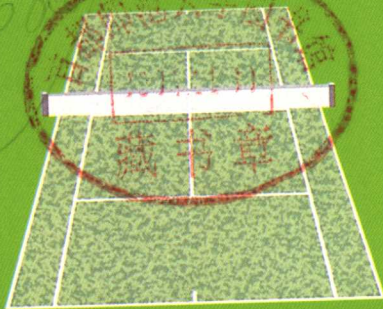
G845.4/1

简 明

网球规则图解

[日] 成美堂出版社 编

赵振平 译



人民体育出版社

首都师范大学图书馆



21665985

CONTENTS

目 录

第一章 比赛与场地 (10)

单打场地 (12)

双打场地 (14)

场地的种类 (16)

得分与失分 (22)

胜一盘 (26)

比赛的胜与负 (28)

决胜局计分方法 (30)

首先发球权的决定方法 (38)

比赛时间 (40)

比赛中的违规行为 (42)

第二章 发球与接发球 (44)

发球的顺序 (46)

双打的发球顺序 (48)

发球失误 (50)

脚误 (脚犯规) (52)

发球实战规则 (54)

R3D 43/10

发球知识	(60)
接发球位置	(66)
双打接发球位置	(68)
接发球的实战规则	(70)
接发球的知识	(72)

第三章 击球

击球简说	(80)
击球的实战规则	(82)
击球知识	(96)
单打的击球	(102)
双打的击球	(104)
混合双打的击球	(106)

第四章 器具与服饰

比赛服装	(110)
允许佩带物	(114)
球的知识	(116)

球拍的知识	(118)
球拍的维修保养	(124)
比赛与球鞋	(126)

第五章 比赛与礼仪风度 (130)

球员自裁制	(132)
比赛的礼仪风度	(136)
裁判员的职责与分工	(142)

网球专用语 (146)

场地	(147)
技术	(150)
伤病	(155)
球拍及握拍法	(155)
规则及其他	(156)
其他	(162)

附：英文缩写及四大网球公开赛简介 ... (163)



序言

只有熟知规则，磨练技术，才能充分享受到网球的乐趣。当一个人对网球产生兴趣之后，他会进一步去追求胜利，不断进取；而当他追求并体验到胜利的愉悦时，他会更加感到网球其乐无穷。不少网球爱好者都觉得自己对网球有“瘾”——为什么会上“瘾”呢，网球有那么大的魅力吗？是的，网球的确有魅力。

在一对一的单打中，双方相互朝着对方难接球的区域进攻，运用技术斗智斗勇，每打中一板或救起一个险球时，那种享受、那种乐趣简直难以用语言表达；在双打中，每个人都要与同伴密切合作，制定出共同的作战方案，并各负其责，相互弥补，一边交谈一边比赛，更是其乐融融。

不分男女，也不论年龄，大家一旦来到网球场，便会一起分享网球的快乐——通过打球广交朋友，这也是网球的魅力之一。

当人们打完网球大汗淋漓之时，每个人都会感受到全身心的畅快，得到极大的满足。有人形容网球运动可以起到“对心灵按摩”的作用。这难道不是网球的魅力吗？





自我裁判，比赛轻松、愉快

网球比赛，除正式联赛、锦标赛外，大多数情况下都是参赛者自己给自己当裁判。属于自己半场的球由自己当裁判，属于对方半场的球则由对方当裁判。当球落在不易判定的地方时，通常应做出有利于对方的裁判。自己当裁判的重要原则是要有风度，当对方判定有误时，自己即使不服气，也不应红着脸去争执，而应把心思用在下一球上。这其实是很多人之所以能成为网球高手的秘诀。



有关赛事，如何知晓

从日本网球协会公认的正式锦标赛、联赛到各地区主办的各种类型的比赛有许多，这些比赛计划，在网球杂志等一些媒体上大都有详细的介绍，如时间、地点、主办者等，如果你想参加比赛，可以直接询问主办单位。

其参赛费用，如果是单打比赛，每天需交约5千日元；如果是双打则约需8千日元。

网球运动的起源

据说自12世纪起，在法国曾流行过一种以“手掌击球”的游戏，这个游戏被认为是现代网球运动的源头——当初人们是用手掌击球，后来改为戴手套击球，再后来则改为用木制的拍子击球，直至逐渐演变为现代的以网线穿成的球拍击球。可以说，网球运动是由“手掌击球”发展演变而来的一项体育运动。

第一章

比赛与场地

- 单打场地
- 双打场地
- 场地的种类
 - 土场 · 草地场 · 混合场地
 - 硬场地 · 室内场地
- 得分与失分
- 胜一盘
- 比赛的胜与负
- 决胜局计分方法
- 首先发球权的决定方法
- 比赛时间
- 比赛中的违规行为





网球场地的尺寸世界通用

要以身体的感觉记住场地的大小

场地尺寸：23.77m × 8.23m

单打场地纵线（边线）长 23.77m，横线（端线）长 8.23m。

网球场尺寸的大小，不论参赛者的性别、年龄有何不同，也不论是超级职业比赛还是各地区举行的业余比赛，其场地规格是世界统一的。

球网中央高度为 0.914m

挂在网柱两端的高度应为 1.07，球网的高度，单、双打是相同的。

球网要挂好，网与网柱、地面之间不得出现空隙。

网柱设在场地两边线的外侧

为架挂球网，在两边设立网柱。网柱的高度为 1.07m，设在距两条边线 0.914m 处的外侧。

在场地中央的一条与边线平行的线是中线，而与球网平行的两条线称为发球线。中线与发球线将场地分成四个相等的区域，称为发球区。发球时，必须发至对角线的发球区内，否则为发球失误。（参照 P46 ~ 48）

Singles court

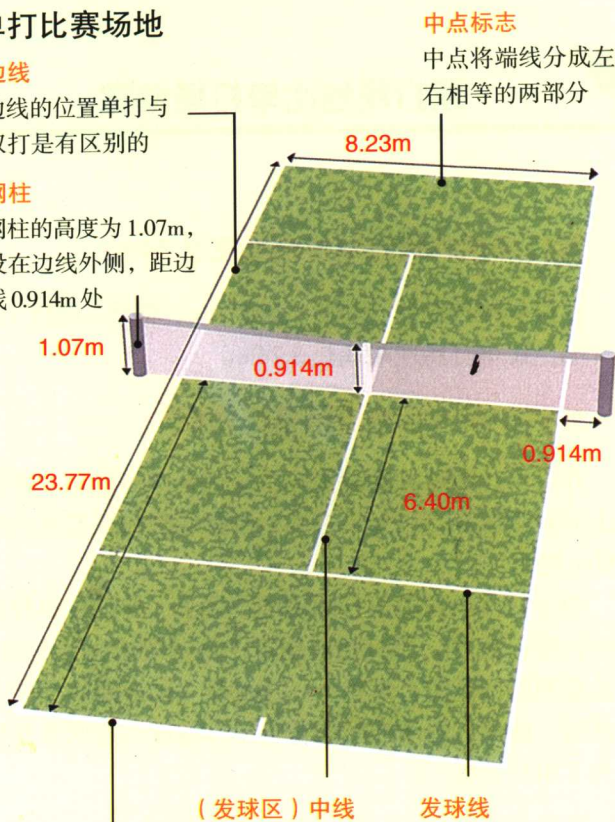
单打比赛场地

边线

边线的位置单打与双打是有区别的

网柱

网柱的高度为 1.07m，设在边线外侧，距边线 0.914m 处



端线

发球时，如脚踏在此线上为发球失误（参照 P52）

（发球区）中线

其作用与发球线一样，发球时如球落于中线之外，为发球失误

发球线

发球时如球落于对方一方场地的这条线之外，为发球失误（参照 P50）



双打场地比单打场地宽

双打场地端线比单打端线宽 2.74m

双打场地的纵线(边线)长 23.77m; 横线(端线)长 10.97m, 比单打场地端线长 2.74m。

如何在双打场地进行单打比赛?

在日本, 网球场的设置几乎全部是双打场地, 在场地同时画有双打线和单打线。单打线画在双打线内侧 1.37m 之处。

由于网柱设在为双打而用的位置上, 如果在双打场地进行单打比赛, 单打边线附近的网高则会低于标准, 因此必须对网高进行调整——用两根 1.07m 高的支柱支撑球网, 使单打边线处网高符合单打标准(这两根支柱称为“单打支柱”)。