

总序

Introduction

《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》提出,要贯彻落实习近平总书记关于教育、体育的重要论述和全国教育大会精神,把学校体育工作摆在更加突出的位置,构建德智体美劳全面发展的教育体系。学校体育是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程,是加快推进教育现代化、建设教育强国和体育强国的重要课程。

体育课程是以锻炼身体为目的,通过合理的体育教育和科学的体育锻炼,达到增强体质和提高体育素养为主要目标的必修课程,是学校课程体系的重要组成部分,是高校体育工作的中心环节。体育课程是寓身心和谐发展、思想品德教育、文化科学教育、生活与体育技能教育于身体锻炼并有机结合的教育过程;是实施素质教育和培养全面发展人才的重要途径。体育教材承载着传授运动技能、传播健康理念、弘扬体育文化的重要职能,是达成体育教学目标的重要载体。我国的体育教材应扎根中国、融通中外,充分体现思想性、教育性、创新性、实践性,根据学生的年龄特点和身心发展规律,围绕课程目标和运动项目特点,精选教学素材,丰富教学资源。教材是课程的支撑,编写本系列教材是为了更好地增强学生的运动技能,同时培养学生的创新能力。

本系列教材编写的原则主要有如下三个。第一,实践性原则,这是“教与用”、“学与用”、理论与实践紧密结合的具体体现,选择课程领域最新研究成果且实用价值高的理论、技术、方法和技能等,学生能学以致用,紧密联系实际,解决实际问题,提高运动技能。第二,创新性原则,对原有的知识加以更新、改造、转化、组合等,形成新的理论体系和方法体系,为教师提供高质量的教学素材,激发学生的学习兴趣。教材除了应注重内容新颖外,还应重视教材版式的创新,加强配套教材的建设,从而全面体现创新性原则。第三,发展性原则,教材体现一定的前瞻性,契合现代社会发展的进程。同时,贯彻发展性原则应从学科自身不断发展、前沿知识不断涌现等方面着手,发挥教材对学生潜在发展性的促进作用。

本系列教材编写的基本要求如下。第一,政治方面。教材编写符合党和国家的方针政策,不得泄露国家机密,涉及有关宗教、民族和港澳台等敏感问题的表述,务必与国家现行政策保持一致。第二,学术方面。教材并非学术专著,对于学术界有争议的学术观点慎重对待,应以目前通行说法为主。注意文献的参考与借鉴,避免在知识产权方面存在纠纷。

本系列教材的定位与特色如下。第一,融入思政教育,高度重视学生思想道德的培养,使得运动技能教学和思想政治教育良好契合,也能够保障技能教学从“约束”到“教



化”的转变,消除学生对思政教育的抵触心理,客观积极地面对教材中的思政教育,体现出“意志品质锻炼、道德行为养成”的特色。第二,教材采用纸质版本与数字多媒体有机结合的形式,内容新颖,表述生动形象,具有动态性、实践性与互动灵活性的特色。第三,教材更具系统性。教材除了介绍规范的技术动作外,还融入了深刻的体育价值内涵,这些体育项目的意义不仅仅是为了强身健体,而是为了增强体育综合素养。

本系列教材将按照四大板块进行规划和编写。第一板块:体育与健康基础知识,主要让学生了解体育知识,具备体育健康素养;第二板块:运动技能教学及训练,包括篮球、足球、网球、乒乓球、户外、瑜伽、龙舟等项目的教学与训练。第三板块:身体素质教学,让学生在学运动技能的同时,进一步提升身体素质,促进身体健康;第四板块:“双健”教程,把体育“育体”“育心”深入课程,使学生通过体育锻炼不仅拥有强健的体魄,而且具有健全的人格。

体育具有深厚的文化底蕴和丰富的精神内涵。体育“从求生存到塑文化”的发展史,是人类从“自然人生”向“文化人生”演进的过程。以身体为载体、以运动为形式是体育项目的特点,体育教材是传承体育文化的重要载体,希望通过本系列教材能让更多的学生掌握好运动技能,促进身心和谐发展。

华中科技大学出版社

前言

Foreword

网球起源于西方宫廷贵族,引入中国亦有 100 余年历史,一直被认为是“贵族”运动。近年来,我国社会经济快速发展,人民生活水平不断提高,人们参加体育运动的愿望不断增强。在此背景下,网球运动在中国得到了迅速的发展,逐渐以平民化的方式进入人民群众的生活。尤其是各种大型国际网球赛事在中国落地,对网球运动的普及起到了推波助澜的作用。通过近距离观摩有突出特点和强势统治力的代表性球员的表演,感受独特的网球魅力,能够进一步吸引更多的爱好者投身网球运动。在各级网球协会的努力下,通过开放网球场、推广业余赛事、普及网球培训等措施,网球运动在中国开展得如火如荼。

作为一项集智慧、力量、速度、灵敏、协调为一体的综合性体育项目,网球运动是深受高校青年学子青睐与追捧的球类运动之一。目前,中国的大部分高校都应学生之需,开设了网球课程。尽管越来越多的大学生选择网球课程以体验网球带来的快乐和激情,但由于网球运动的进入门槛比较高,从接触网球到真正掌握网球运动技术需要付出很多的努力、汗水和耐心,需要时间的沉淀和基础的累积,因此若要达到一定技能和竞技水平,需要持之以恒,必须不断地学习领会网球基础理论知识,练习网球技战术,提高身体素质,发展体能。

随着科技的进步和网球理念的发展,网球技术也在不断地优化和完善,网球教材需要更新换代,推陈出新,以适应网球运动发展的规律。因此,一本适用的网球教材将能指导网球课程学习者更加稳定地掌握网球技术,达到事半功倍的效果。

本教材专门为高校教师、大学生和网球爱好者量身定制,具有课内学习和课后指导价值、线上线下融合的优势,在吸收现有各种教材优点的基础上,突出网球教学的特点,力求实用为主,注重介绍网球的各项动作要领和练习的方法手段。全书特点鲜明:①全面性。本教材内容丰富,不仅包括网球运动相关的理论知识、网球运动技战术以及练习方法和训练技巧、网球竞赛规则,还具有网球运动防护康复方面的内容,可帮助读者打下扎实的技术基础。②针对性。结合自身的情况,每位学习者可按不同需求,有针对性地学习书中内容,以培养良好的运动习惯。③简洁性。以言简意赅的文字和语言表达方式清晰呈现出每一个练习方法和训练手段,可使练习者准确而迅速地学习到有关要领。④可视性。本教材结合技术要领,除了有动作示范图片外,还制作了精美的技术动作视频和体能练习视频,读者可通过手机扫描二维码随时观看视频内容,可视性强,学习起来更直观、便捷。



本教材共分十八章,由华中科技大学栾丽霞教授担任主编,并负责全书的统稿。张凯、张朝轶、周奕妙担任副主编,具体编写分工如下:

- 第一章 网球运动概述 沈跃进
第二章 网球运动指南 张 凯
第三章 网球运动原理 张 凯
第四章 网球教学理论 栾丽霞
第五章 网球初级技术教学 栾丽霞
第六章 网球中级技术教学 栾丽霞
第七章 网球高级技术教学 栾丽霞
第八章 网球基本战术教学 栾丽霞
第九章 网球水平提高的综合内容 栾丽霞
第十章 网球运动的训练工作 高建辉
第十一章 网球运动的指导工作 高建辉
第十二章 网球运动的训练方法 张朝轶
第十三章 网球运动损伤及其防治 张 凯
第十四章 网球运动的营养补充 张 凯
第十五章 网球运动的竞赛组织 李 萍
第十六章 网球运动的竞赛规则 李 萍
第十七章 网球竞赛的裁判工作 李 萍
第十八章 网球竞赛的编排方法 张 凯
附录 张 凯
动作示范和视频制作 周奕妙、席亚辉 史发琳
配套训练数字资源 王 锋

其中,第九章为选学内容。此外,孙静、李志、郑君怡老师参与了本教材框架内容、写作要点、技术视频制作方案等专题研究,参加了技术动作拍摄和初稿校对等工作。

希望本教材能够为高校网球教师、网球培训机构从业者提供系统的理论指导和借鉴;能够帮助广大学生和网球爱好者掌握网球运动的精髓,并指导自己快速高效地提高网球技战术水平。最后,衷心地感谢各位专家、同行和朋友在本教材编写过程中的帮助和指导!对本教材引用、参考的相关国内外文献和资料的作者致以诚挚的敬意和感谢。由于编者的水平有限,书中的疏漏和不妥之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

编 者

二〇二〇年九月

第一章 网球运动概述	/ 1
第一节 网球运动的起源与发展	/ 1
第二节 国际网球组织与赛事	/ 3
第三节 网球运动在中国	/ 9
第四节 网球运动的特点与作用	/ 11
第五节 网球的分支项目	/ 13
第二章 网球运动指南	/ 15
第一节 网球运动的学习	/ 15
第二节 网球场地	/ 18
第三节 网球用品的挑选	/ 19
第四节 网球行为规范	/ 22
第三章 网球运动原理	/ 25
第一节 网球的性能及受力后的状态	/ 25
第二节 网球飞行的原理	/ 27
第三节 网球拍的性能对击球的影响	/ 31
第四节 不同类型网球场地的特性对击球的影响	/ 34
第五节 击球的原理	/ 35
第六节 控球能力与控球节奏	/ 43
第四章 网球教学理论	/ 45
第一节 网球教学的原则	/ 45
第二节 网球教学的方法	/ 47
第三节 网球教学的组织与实施	/ 51
第四节 网球教学文件的制定	/ 53
第五章 网球初级技术教学	/ 56
第一节 正手击球	/ 56
第二节 反手击球(双手)	/ 60
第三节 底线抛击球	/ 63
第四节 小场地击球	/ 64
第五节 网球游戏	/ 69
第六章 网球中级技术教学	/ 72
第一节 正手击球	/ 72



第二节	反手击球(双手)	/ 74
第三节	反手击球(单手)	/ 77
第四节	正手截击球	/ 81
第五节	反手截击球	/ 84
第六节	发球	/ 87
第七节	底线击球	/ 92
第七章	网球高级技术教学	/ 97
第一节	高压球	/ 97
第二节	挑高球	/ 100
第三节	反手削球	/ 103
第四节	放小球	/ 104
第五节	凌空击球	/ 107
第八章	网球基本战术教学	/ 111
第一节	现代网球战术的特点	/ 111
第二节	制订和运用网球战术的原则与时机	/ 112
第三节	单打战术	/ 114
第四节	双打战术	/ 118
第五节	发球战术	/ 122
第六节	心理战术	/ 124
第七节	网球技术组合练习	/ 127
第八节	网球战术组合练习	/ 129
第九章	网球水平提高的综合内容	/ 135
第一节	网球水平提高的因素	/ 135
第二节	网球技术运用的特点与要求	/ 138
第三节	网球潜能的开发	/ 145
第四节	网球运动学习方式	/ 147
第五节	控球与球感训练	/ 149
第十章	网球运动的训练工作	/ 156
第一节	网球运动训练任务与内容	/ 156
第二节	网球运动训练的原则	/ 157
第三节	网球运动训练的组织	/ 158
第四节	网球训练计划的制定	/ 159
第五节	训练案例	/ 160
第十一章	网球运动的指导工作	/ 162
第一节	网球运动指导工作的意义	/ 162
第二节	网球比赛前的准备	/ 162
第三节	网球比赛中的临场发挥	/ 164
第四节	网球教练在比赛中对规则的运用	/ 165
第五节	网球比赛后的总结	/ 166
第十二章	网球运动的训练方法	/ 167
第一节	网球运动的身体素质训练	/ 167

第二节	网球运动的心理素质训练	/ 178
第十三章	网球运动损伤及其防治	/ 181
第一节	网球运动损伤治疗原则	/ 181
第二节	网球运动常见损伤及治疗	/ 183
第三节	网球场上的安全保护	/ 191
第十四章	网球运动的营养补充	/ 193
第一节	网球运动与营养素补充	/ 193
第二节	网球运动者身体机能与营养补充	/ 197
第三节	网球比赛前、中、后营养的补充	/ 198
第十五章	网球运动的竞赛组织	/ 203
第一节	竞赛的组织工作	/ 203
第二节	竞赛制度与编排方法	/ 205
第十六章	网球运动的竞赛规则	/ 206
第一节	场地与设备	/ 206
第二节	比赛计分方法	/ 208
第三节	比赛中的规则	/ 209
第四节	信任制比赛规则	/ 217
第五节	网球比赛运动员行为准则	/ 220
第十七章	网球竞赛的裁判工作	/ 223
第一节	裁判长和赛事监督的职责	/ 223
第二节	裁判组长的工作职责	/ 224
第三节	主裁判员的职责和工作程序	/ 225
第四节	网球比赛中的辅助裁判	/ 227
第五节	网球裁判员的行为准则	/ 229
第十八章	网球竞赛的编排方法	/ 230
第一节	单淘汰制编排方法	/ 230
第二节	循环赛制	/ 232
第三节	混合赛制	/ 232
第四节	制定竞赛规程和赛程表	/ 233
第五节	业余网球比赛的组织	/ 235
附录		/ 239
附录 A	《网球裁判规则》常用术语	/ 239
附录 B	网球裁判员常用术语	/ 241
附录 C	网球运动组织竞赛常用术语	/ 243
附录 D	网球技战术常用术语	/ 244
参考文献		/ 246



第一章

网球运动概述

第一节 网球运动的起源与发展

一、网球运动的起源

关于网球运动的起源,众说纷纭。相对集中的观点是网球运动起源于12—13世纪法国的修道院。当时,僧侣们经常玩一种游戏:在空地上,两人之间横拉一根绳子,然后用手掌来回击打一种用布卷成的球。由于这项活动最初既没有球网也没有球拍,因此被称为掌球戏。

也有人认为,网球运动的起源应追溯到“百年战争”(1337—1453年英法两国战争)以前,在法国民间流行的一种叫“海欧·德·巴乌麦”的球类游戏。这种游戏由两人参与,每人各执一个球拍,在球场的周围筑有围墙,球撞到墙上后被弹回来,而后过网。无论是使用的场地和器具,还是进行游戏的方法,这种游戏均与现代网球运动有许多相似之处,因此,有人把它看作是网球运动的初始形态。

14世纪中叶,法国的一位诗人把这种游戏介绍到法国宫廷中,作为皇室贵族男女的消遣。当时玩这种游戏是在宫廷内的大厅,没有网也没有球拍,球是用布卷成球形后用绳子绑成,场地中间架起一条绳子为界,利用两手作球拍,在绳的两边将球丢来丢去。当时,这种游戏法语叫作“Tenez”,英语叫作“Take it! Play!”,意即:“抓住!丢过去”,今天的“网球(Tennis)”一词即来源于此。不久,两手击球被木板球拍击球所代替。16世纪初,这项游戏渐渐流出宫廷之外,很快便传播到各大城市,伴随着游戏的传播,用具也得到了改良。球制造得更耐用了,拍子由木板改为羊皮纸板,拍面面积加大,握柄也加长了,场地中间的绳子上增加了无数下垂的短线,球从绳子下面经过时,可以明显地发觉。后来该游戏被法国国王路易斯下令禁止,并规定这是宫廷中的特权游戏。

到了17世纪初,场地中间不再用绳帘,而改用小方格的网,拍子也改用穿线的网拍,轻巧且富有弹性。当时玩这种游戏时,球场旁边常放置一个金色容器,每次比赛完毕,观众将金钱投入该容器中作为对胜利者的奖励。这种奖励方法起初的用意很好且金钱数目较小,后来却渐渐演变成为一种赌博的形式,而且越赌越大,甚至有人因此倾家荡产。于是,法国国王遂下令禁止再玩此类游戏,这是18世纪初期网球运动衰败的主要原因。

在1358—1360年间,这种球类游戏从法国传到了英国。英国国王爱德华三世对该球类游戏特别感兴趣,下令在宫内建造一处室内球场。从此,网球运动开始在英国流行,成为英国上流社会的一种娱乐活动,从而有了“贵族运动”的雅称。这期间流行的主要是室内网球。直到1793年9月29日,在英国的一份《体育运动》杂志上,才有了“场地网





球”的叫法。

二、网球运动的发展

近代网球运动始于1873年。被称为近代网球创始人的英国的温菲尔德少校将这项古老的宫廷游戏移到了室外,他把古式网球与羽毛球运动有机地结合起来,创立了草地网球,并于同年12月的一次游园会上,将草地网球作为娱乐活动介绍给大家,使之得到迅速传播。同年还出版了一本叫《草地网球》的小册子,对这种活动进行了宣传和推广。此后网球便成为一项室内、室外都能进行的体育运动。

温菲尔德推行的草地网球在许多方面与现代网球不同。他最初设计的球场形状像一只沙漏,球场中间狭窄处宽6.80米,两端宽9.10米,两边线长18.28米,网中央高1.42米,网柱高1.52米;记分采用羽毛球的记分法,15分为一局。

1874年,美国的玛丽·奥特布里奇女士在百慕大度假时观看了英国军官的网球比赛后,对这项体育运动颇感兴趣,于是将此项运动带到了纽约。

1875年,随着参与网球运动人数的增多,位于伦敦郊外温布尔登的全英槌球总会,设置了几片网球场,供其会员使用。1877年,该会更名为全英槌球和草地网球总会,并修改了网球规则,将球场改为长23.77米,宽8.23米,发球线距离球网7.92米,网中央高0.99米。同年7月,全英槌球和草地网球总会首次举办了全英草地网球男子单打锦标赛,即温布尔登网球赛。这标志着现代网球运动的开始。

1881年,美国成立了世界上第一个全国性的网球协会,即美国全国草地网球协会(“全国”于1920年取消)。同年8月31日至9月3日,该协会在罗得岛纽波特港举行了第一届美国草地网球的男子单打和男子双打锦标赛,采用了温布尔登的比赛规则。参加比赛的有26人,单打冠军是理查兹·西尔斯(他连得7年冠军);双打冠军是克拉克与泰勒。1887年,该协会开始举行美国草地网球女子单打锦标赛;1890年举行美国草地网球女子双打锦标赛;1892年举行美国草地网球混合双打锦标赛。

当时的美国总统西奥多·罗斯福非常喜爱网球运动,他不仅积极支持修建网球场、举行网球比赛,而且还经常邀请他的朋友到白宫球场上打网球,因此,有人称他的内阁为“网球内阁”,而美国的网球运动得到了空前的发展。在两次世界大战中,全世界的网球比赛都停赛了,唯有美国的没有停下来。相反,美国的网球运动还出现了高峰,在鼎盛时期有4000多万人参与网球运动。直到今天,美国的网球运动始终处于世界领先地位,优秀的网球明星层出不穷。

1878年以后,草地网球由英国传至全球,如加拿大(1878年)、斯里兰卡(1878年)、瑞典(1879年)、印度(1880年)、日本(1880年)、澳大利亚(1880年)和南非(1881年)。当时,爱好网球运动的人士绝大多数出自富裕的家族。他们有条件在自家的草坪上随时设置网球场,作为他们社交活动的场所。

在19世纪90年代中期,现代网球运动进入了初步发展的阶段,许多国家和地区设立了网球协会,除英国外,加拿大、澳大利亚、南非、法国、德国、意大利、美国等国相继组织了各类网球赛事,网球运动成为国际性的运动项目。

1913年,在法国首都巴黎,由12个国家参与并成立了网球运动的最高组织——国际网球联合会。它的成立为网球运动的发展开辟了更加广阔的道路。

1927年,英国首创了无缝网球,球速在这一时期变得更快了。

第二次世界大战后,网球运动不再只是有钱人的专利,开始平民化。从20世纪30年代到60年代初,世界性的网球锦标赛只有业余选手参加,直到1968年,温布尔登网球锦标赛开始接受职业选手参赛,才开启了网球运动的新纪元。此后,网球运动的发展一日千里。球拍的更新使木质球拍和金属球拍成为历史,取而代之的是以碳纤维或其他化合物制成的新型球拍。

20世纪70年代以后,网球运动又得到了进一步的发展。网球运动发展较快的主要原因有:第一,允许职业选手参加温布尔登网球锦标赛,开创了职业网球巡回赛的先河,取消了职业选手与业余选手的界限,增加了比赛的激烈程度,从而促进了运动员技术水平的提高,吸引了广大网球爱好者观看、评论网球比赛并积极地参与该项运动。第二,科技创新在球拍等器材制造中的应用,促进了器材的发展与生产,运动员的技术水平也得到了提高,从而促进了网球运动的发展。

1972年,国际男子职业网球协会(Association of Tennis Professionals, ATP)成立。

1973年,国际女子职业网球协会(Women's Tennis Association, WTA)成立。

1896年至1924年,草地网球曾先后七次被列为奥运会正式比赛项目。后因国际奥林匹克委员会与国际网球联合会在业余运动员定义上的分歧,奥运会网球比赛项目一度被取消。直到1988年第24届奥运会,网球才又被重新列为正式比赛项目。

进入20世纪90年代后,网球运动得到更为快速的发展,并具有以下几个特点:一是普及性越来越高,网球运动以其独特的魅力赢得了越来越多的爱好者。国际网球联合会现有的注册会员有210个,其中145个为正式会员,65个为无表决权的联系会员。二是竞技水平越来越高,随着竞技水平的提高,比赛也越来越激烈。三是器材的改革,尤其是球拍的不断创新,使网球运动向着力量型、速度型方向发展。四是职业化、商业化,随着网球各种大赛奖金的不断提高,网球的职业化、商业化程度越来越高。

综上所述,网球运动的起源与发展可以用四句话来概括:孕育在法国,诞生在英国,开始、普及和形成以及高潮在美国,现在盛行在全世界。

第二节 国际网球组织与赛事

目前,国际网球组织机构主要有国际网球联合会(International Tennis Federation, ITF)、国际男子职业网球协会(ATP)和国际女子职业网球协会(WTA),由这三大国际网球机构组织的不同等级、不同年龄的各类网球赛事贯穿整个年度,如戴维斯杯网球锦标赛(即国际男子网球团体赛)(Davis Cup)、联合会杯网球赛(即国际女子网球团体赛)(Fed Cup)、四大网球公开赛、大师赛、大奖赛、挑战赛、卫星赛以及青少年网球赛、世界青年杯赛、世界大学生运动会网球比赛等国际赛事等。三大国际网球组织机构共同遵循一个赛程安排计划,并相互协调各项工作。

一、国际网球组织机构

(一) 国际网球联合会(ITF)

1913年3月1日,由澳大利亚、比利时、法国、荷兰、俄罗斯、南非、瑞士等12个国家的网球协会代表在巴黎成立了ITF。ITF主要负责国际网球大赛的事务性工作,协调和推进各国网球协会做好本地区网球运动的普及,以及制定、修改和实施网球规则。除此





之外,ITF 还为发展中国家提供网球教练、裁判等方面的培训;协调各国青少年、成年和老年网球比赛,促进世界网球运动的发展。

(二) 国际男子职业网球协会(ATP)

ATP 成立于 1972 年,总部设在美国的佛罗里达,是世界男子职业网球运动员的自治组织机构。ATP 设有一个执行委员会主席和一个董事会,董事会由退役球员或现役球员组成。其主要任务是协调职业运动员和赛事之间的伙伴关系,负责组织和管理工作选手的积分、排名、奖金分配,以及制定比赛规则和审定运动员参赛资格等。每年 ATP 在世界近 40 个国家举办有 80 多项赛事。

(三) 国际女子职业网球协会(WTA)

WTA 成立于 1973 年,总部设在佛罗里达的圣彼得斯堡,协会由一位执行委员会主席和一个董事会来管理,成员多数是现役球员以及一些高级顾问,主要负责世界女子职业球员的相关事务。每年 WTA 在世界上 20 多个国家举办有 60 多项赛事。

二、三大网球机构组织的网球赛事

(一) ITF 赛事

(1) 大满贯赛事,由 ITF、ATP、WTA 共同主办。

- ① 澳大利亚网球公开赛;
- ② 法国网球公开赛;
- ③ 温布尔登网球公开赛;
- ④ 美国网球公开赛。

(2) ATP 世界巡回赛总决赛(旧称世界大师杯赛)由 ATP、四大满贯赛事和 ITF 共同主办。

(3) 团体赛事。

- ① 戴维斯杯网球锦标赛(国际男子网球团体赛);
- ② 联合会杯网球赛(国际女子网球团体赛);
- ③ 霍普曼杯男女混合团体赛。

(4) 奥运会网球赛、亚运会网球赛。

(5) 巡回赛(奖金在 2.5 万美元以下的赛事)。

女子有奖金为 1.5 万、2.5 万、6 万、10 万美元的巡回赛,男子有奖金为 1.5 万、2.5 万美元的巡回赛。

(6) 男、女青少年赛事。

(7) 中国网球公开赛。

(二) ATP 赛事

(1) 大满贯赛事。由 ITF、ATP、WTA 共同主办。

(2) ATP 世界巡回赛总决赛。

(3) 大师系列赛(9 站)(奖金数额以 2018 年为例)。

第 1 站:印第安维尔斯大师赛,美国加州印第安维尔斯,硬地,总奖金 791 万美元。

第 2 站:迈阿密大师赛,美国佛罗里达州迈阿密,硬地,总奖金 699 万美元。除四大网球公开赛外,其他赛事的奖金数额无法与之相比,因此被称为“第五大公开赛”。

第3站:蒙特卡洛大师赛,摩纳哥蒙特卡洛,红土,总奖金430万欧元。

第4站:马德里大师赛,西班牙马德里,红土,总奖金640万欧元。

第5站:罗马大师赛,意大利罗马,红土,总奖金450万欧元。

第6站:加拿大大师赛,加拿大蒙特利尔和多伦多轮换,硬地,总奖金295万美元。

第7站:辛辛那提大师赛,美国俄亥俄州辛辛那提,硬地,总奖金295万美元。

第8站:上海大师赛(ATP 1000大师赛之一),中国上海,硬地,总奖金353.16万美元。

第9站:巴黎大师赛,法国巴黎,室内硬地,总奖金282.8万美元。

(4) 国际网球系列赛。有59站ATP巡回赛,根据奖金数额的不同,从高到低分为多个级别的比赛,最低级别的比赛是奖金为5万美元的挑战赛。

(三) WTA 赛事

1. 大满贯赛事

由ITF、ATP、WTA共同主办的四大满贯赛事。

2. WTA 冠军锦标赛

世界女子单双打年终总决赛,由WTA、四大公开赛赛会和ITF共同主办。

3. WTA 巡回赛

WTA巡回赛与ATP巡回赛类似,分为五个级别的赛事,分别为:①大满贯赛事(2000分);②皇冠赛(1000分);③超五赛(900分);④顶级赛;⑤巡回赛。

三、国际重大网球赛事

(一) 澳大利亚网球公开赛(简称澳网)

澳网是四大公开赛中最新创建的赛事,始于1905年(女子为1922年),1968年正式成为公开赛,但它又是每年最早开始的大满贯赛事。

作为每年年初(1月的最后两个星期)举办的首项大满贯赛事,澳网在举办时间上占尽了先机,不论是选手、组织者还是球迷都对它寄予厚望。但澳网举办的时候,正是澳大利亚一年之中气候最恶劣的季节,炎热无比。拥有1.5万个座位的罗德·拉沃尔球场很好地解决了这个问题,球场内的温度可由计算机控制,可伸缩式的屋顶能在15分钟内将球场所由露天转为半室内。更让澳大利亚人引以为豪的是,耗资6500万澳元,拥有1万个座位、安装有可伸缩顶棚的墨尔本多用途球场(海信球场)于2001年也投入澳网比赛。这使得墨尔本公园网球中心成为世界上唯一拥有两个可伸缩顶棚的网球场。2018年,澳网的赛事总奖金已高达5500万澳元。

澳网有着自身独特的个性,它浸润着一个民族的精神,来到墨尔本的人很快就会被它那特殊的风格所感染。友善、清新、真诚、包容、热情,是澳网的典型风格。

(二) 法国网球公开赛(简称法网)

法网与温网一样,是世界网坛享有盛名的传统比赛。通常在每年5月至6月举行,是继澳网后,第二个进行的大满贯赛事。2018年总奖金已达到3920万欧元。此赛事创始于1891年,女子项目始于1897年。最初,大赛只限本国人参加,1925年后对外开放,成为公开赛。法网自开赛以来,已走过了100多年,除了两次世界大战被迫停赛11年外,每年一届的赛事一直延续到今天。





法网的赛场设在巴黎罗兰·加洛斯球场,这座球场建成于1928年,以为国捐躯的民族英雄罗兰·加洛斯的字命名。球场建筑古典优雅,别具一格,在一丛丛栗树枝叶的掩映下,红土和白色看台交相辉映,处处显得优雅浪漫。自从它成为法网赛场后,一直是世界各地网球选手的向往之地。

在罗兰·加洛斯的慢速红土球场上,一场比赛打上4个小时是司空见惯的事。这就需要参赛选手除了有高超的技术外,还要有惊人的毅力和顽强的斗志,如此才能获得最后的成功。

在1989年的法网比赛中,17岁的美籍华裔选手张德培爆出20世纪80年代最大冷门,先后击败斯蒂芬·埃德伯格和伊万·伦德尔,成为法网历史上最年轻的单打冠军。他也是第一位获此殊荣的亚裔选手。

(三) 温布尔登网球公开赛(简称温网)

温网是近代网球史上最早出现的赛事,它始于1877年,1884年设立了女子项目,作为最古老和最有声望的赛事,温网具有永恒的魅力。它的首次正式比赛为全英草地网球锦标赛,在全英草地网球和门球俱乐部位于伦敦西南部的温布尔登总部举行;1905年起正式成为公开赛。开赛时间固定在每年6月或7月,奖金总额逐年增加,2018年已达到3400万英镑。温网给人的感觉是雅致而有风度的,青绿的草地和庄重的氛围使赛场有一种神圣的感觉。草地球场比赛节奏快速而多变,加上在可容纳1.5万名观众的中央球场比赛,参赛运动员必定会承受很大的压力,只有在体力、精神、技术等方面做好最充分的准备才有可能登顶温网。

(四) 美国网球公开赛(简称美网)

6 首届美国网球公开赛于1881年在罗德岛新港举行,该赛事的女子项目设立于1887年。赛事每年一次,通常在8月底至9月初举行。1968年后成为公开赛,是一年中最后举行的大满贯赛事。

美网的赛场设在纽约皇后区的美国网球总会国立网球中心,该中心的中央球场可容纳近8万名观众,仅中央看台就可容纳6000名观众。由于美网的地位和高额奖金,每年都能吸引众多世界网球高手的参加。2018年,美网总奖金已高达5300万美元。

与其他大满贯赛事相比,美网有其自身的特点:热情、奔放、充满激情,恰似纽约城的缩影,观众们观看比赛时的疯狂,就像是在过盛大的节日。美网比赛时正是炎热的夏季,而且蓝色的硬地球场球速很快,在这样的条件下比赛,对选手的体力和意志力都是严峻的考验。

(五) ATP世界巡回赛总决赛

ATP世界巡回赛总决赛旧称网球大师杯赛,也是世界男子网坛的顶级赛事,于每年年底举行。1999年12月9日,世界网坛三大组织——ATP、四大满贯赛会和ITF共同宣布,ATP年终总决赛和男子大满贯杯赛将不再继续而是将此两项赛事合二为一,成为网球大师杯赛。参赛者原为年终世界排名前8位的选手,从2000年起,由于ITF的加入,对确定参赛者的方式做了调整,规定8位选手中的7位是当年大师杯赛举行前,世界排名第1~7位的选手,他们将自动获得大师杯赛的参赛权,而第8个名额给予当年获得大满贯冠军而排名不在前7位但进入前20位的球员,如果超过一名球员符合上述条件,则以世界排名较高者优先。如果大满贯的冠军都排在世界前7位,则最后1个名额留给



该年 ATP 排名第 8 位的选手。

大师杯赛赛制是先分组循环决出小组前两名,然后进行交叉半决赛争夺决赛权,最后决出冠军的。即 8 位选手抽签进入红、蓝两组,由各小组进行单循环赛决出前两名,再由红组第 1 名与蓝组第 2 名、蓝组第 1 名与红组第 2 名交叉进行半决赛,胜者争夺大师杯赛桂冠。其奖金由出场费、每赢一场的奖金、决赛获胜奖金、一场未输的冠军奖金等组成,其积分根据所得名次获得。

2000 年,首届大师杯赛在葡萄牙首都里斯本的大西洋体育馆举行(室内硬地),冠军是巴西的库尔腾。2001 年,第二届大师杯赛在澳大利亚悉尼举行(室内地毯),冠军为澳大利亚的休伊特。2002 年,第三届大师杯赛在我国上海新落成的国际展览中心举行,休伊特蝉联冠军和世界年终第一。2003 年和 2004 年的比赛在休斯敦举行,费德勒以不败战绩连续两届在休斯敦获得冠军。2005 年、2006 年和 2007 年的比赛都设在中国上海,2005 年的冠军是纳尔班迪安,费德勒蝉联了 2006 年和 2007 年的冠军,三届亚军分别是费德勒、布雷克和费雷尔。2008 年,历史上最后一届大师杯赛再度落户上海,冠军是德约科维奇。2009 年起,网球大师杯赛更名为 ATP 世界巡回赛总决赛且移师英国伦敦。

(六) WTA 年终总决赛

WTA 年终总决赛是每年一度的国际女子网球年终总决赛,是群英荟萃的顶级赛事。只有年终世界排名前 16 位的单打选手和排名前 8 位的双打配对选手能自动获得参赛资格。

首届赛事始于 1972 年,当时由世界排名前 8 位的选手参赛,奖金为 10 万美元,创造了当时女子赛事奖金额的最高纪录。

1974 年,赛事从已举办了两届的洛顿室外泥地球场,迁移到了洛杉矶的室内网球馆进行。参赛选手名额也由 8 名增加到 16 名。

1977 年,这项赛事首度与纽约麦迪逊中心花园网球馆结缘。

1978 年,比赛再次易地举行,西迁至加利福尼亚奥克兰体育场。

1979 年,著名化妆品公司“雅芳”成为 WTA 主要赞助商,在该公司的要求下,比赛重新回迁到麦迪逊中心花园网球馆。

从 1979 年到 2000 年的 22 年中,WTA 冠军锦标赛与麦迪逊中心花园网球馆结下了不解之缘。奖金总额也增加到了 200 万美元。

从 2001 年起,为了扩大女子赛事在全球的影响力,以及配合女子网坛的主要赞助商——Sanex 运动装备公司拓展欧洲市场的需要,WTA 冠军锦标赛移师德国慕尼黑的奥林匹克体育馆,奖金总额提高到 300 万美元。

在近几年举办地相继落户多哈、伊斯坦布尔后,2014—2018 年,WTA 年终总决赛已连续 5 年落户新加坡。2018 年 1 月 18 日,中国深圳获得 2019—2028 年 WTA 年终总决赛的主办权,2020 年,受新冠肺炎疫情影响,该赛事停办一年。

(七) 戴维斯杯网球锦标赛

一年一度的戴维斯杯网球锦标赛(以下简称戴维斯杯)是国际男子网球团体赛的顶级赛事。首场戴维斯杯赛始于 1900 年在波士顿举行的英国和美国之间的友谊赛,美国队以 5:0 获胜。之后,又有比利时、法国等国家加入了戴维斯杯,赛制确定为挑战赛制,即上届冠军直接进入决赛,另一决赛名额由各参赛队伍决出。

随着参赛队伍的增多,出现了区域赛,并于 1972 年废除了挑战赛制,赛制改变为由



16 个最强的国家队组成世界组进行比赛。世界组设立 8 个种子队,捉对厮杀后,前 8 强争夺戴维斯杯。1981 年,在世界组和按地域划分的区域组之间建立了升降级制。由世界组首轮告负的 8 支球队和欧洲区、美洲区、亚大区(亚洲和大洋洲)各区前 2 名进行预选赛,4 支胜利队伍进入下一年度戴维斯杯世界组的比赛,负者则降级到区域赛。比赛共进行三天,第一天进行两场单打,第二天进行双打,第三天再进行两场单打,根据胜利场次决定胜负。

区域赛,又根据每个国家上届的成绩分成 A 组和 B 组,名次高者为 A 组,各组之间也实行升降级制。现在,每年报名参加戴维斯杯的国家多达 130 多个,这使得戴维斯杯赛成为体育竞赛赛事中规模最大的年度赛事之一,受到世人极大关注。

(八) 联合会杯网球赛

联合会杯网球赛(以下简称联合会杯)是每年一度的国际女子网球顶级团体赛事。1963 年,为纪念国际网球联合会成立 50 周年,一项比肩戴维斯杯的国际女子网球团体赛(联合会杯)诞生了,16 支球队参加了首届比赛。在伦敦女王俱乐部进行的决赛中,美国队击败澳大利亚队荣获冠军。

1980 年,联合会杯首次获得日本 NEC 公司的赞助,比赛从此开始设立奖金。

1992 年,随着报名参加联合会杯的国家增多,国际网联推出了地区资格赛制,即除了将上届前 16 名的国家队作为世界组外,其他国家队按欧洲区、美洲区和亚大区(亚洲和大洋洲)进行地区资格赛(采用分组循环、交叉淘汰制),获地区赛前 2 名的国家队进入世界组外围赛,与当年世界组首轮负队进行预选赛,胜者进入下一年度世界组的比赛。

为适应世界女子网球运动的变化,更好地推动女子网球运动的发展,联合会杯的赛制也进行了多次调整。从 2001 年起,进入决赛周的 8 个国家队先进行分组循环赛,获小组前 2 名的队伍进入半决赛。半决赛采用交叉淘汰制,胜者争夺联合会杯。由于取消了对上届冠军队伍保留直接进入前 4 名的特权,因此比赛可以在更公平的环境下进行。

目前,联合会杯已成为与戴维斯杯齐名的赛事,受到普遍欢迎。

(九) 中国网球公开赛

中国网球公开赛是除四大网球公开赛外项目设置最为齐全的比赛,于每年的 10 月举行,目前还属于二级赛事。中国网球公开赛的目标就是要与四大公开赛比肩,成为国际上具有体育品牌效应的第五大网球公开赛。首届中国网球公开赛于 2004 年 10 月进行,总奖金超过 110 万美元,吸引了 300 多名世界职业网球选手参赛。2018 年,中国网球公开赛的总奖金创历史新高,突破了 1000 万美元,其中,女子赛事总奖金为 629 万美元,男子赛事总奖金为 291 万美元。

四、ATP 排名体系

ATP 在世界网坛建立了举足轻重的“最佳 14 项积分体系”,即一名选手的计算机积分排名,由过去 52 周里成绩最好的 14 项比赛的积分和击败较高排名选手的奖励分相加而成。ATP 对各类赛事的排名积分,以及对低排名选手击败高排名选手的奖励分值都做了详细的规定。如:获四大网球公开赛的冠军可得 760 分;奖金总额 5 万美元挑战赛的冠军可得 60 分,等等。这一相对复杂和严密的排名体系,对世界职业网球运动的蓬勃发展起到了不可磨灭的作用。它鼓励选手积极参赛,使选手可以根据自身技术特点、状态情况等灵活地选择合适的赛事,因而得到职业选手们的认同。

但是,这一看似理想的体系,也暴露了不尽完善的一面。1999年,卡费尔尼科夫六连败后,反而登上世界第一的宝座,这一事例将最佳14项积分体系推向了一个无比尴尬的境地,使网球迷们一头雾水。由此,排名体系的变革被提上了议事日程。

2000年1月1日,ATP开始实行酝酿已久的新排名体系。它以“18项积分制”为核心内容,规定从2000年赛季开始,所有男子网球职业选手的排名积分都从0开始,也就是说,无论是1999年年终排名第一的阿加西,还是年终排名很后的任何选手,都将在同一起跑线上起跑。除了每项比赛种子位置和参赛资格确认与以前52周的积分有关外,选手无须考虑上一年成绩的好坏。一位选手在一个赛季的积分取决于18项赛事。其中,四大公开赛和九项大师系列赛事球员必须参加,球员在这13项核心赛事上所得的积分将占到总积分的70%,另外的30%则是球员在他所参赛的成绩最好的5项ATP巡回赛中获得的积分,两项积分相加即为个人的年终积分。年终积分最高者成为当之无愧的世界第一。

第三节 网球运动在中国

一、中国网球运动的发展历程

网球运动于1885年前后由英、美、法等国传教士和商人带入我国,最初只在一些教会学校里的传教士中开展,后来在北京、上海、广州等大城市和一些通商口岸城市中相继开展。

在第八届远东运动会上,以邱飞海、林宝华为主力的中国网球队曾获得冠军,当年,邱飞海还打进温布尔登网球赛第二轮。1935年,侨居印度尼西亚的许承基回国后赴美参赛,在1937—1939年间,曾获英国伯明翰杯赛冠军,且进入世界排名前十之列。

战火纷飞的革命年代,在环境艰苦的延安,共产党人也拿起球拍享受网球运动带来的乐趣,甚至还产生了不少网球高手。这种在今天看来都很前卫和时髦的体育运动,改变了人们对共产党人沉闷、呆板的一贯看法,它从侧面体现了一个政党的开放、有活力,勇于接受新事物、善于吸纳人类一切文明成果的勇气和智慧。

1949年后,中国的网球运动和其他体育运动项目一样,在起点低、基础差、交流少的情况下得到了空前的发展。1953年,天津举行了包括网球在内的全国球类运动会,1956年举行了全国网球、羽毛球锦标赛,并成立了中国网球协会。后来,定期举行全国网球等级联赛,并实行升降级制度,还举办了全国网球单项比赛、全国青少年网球比赛。1958年,我国首次派代表团参加了在伦敦举行的温布尔登网球赛,并取得了较好的成绩。从此,全国网球队多次参加亚洲网球锦标赛、亚洲运动会、世界大学生运动会等,并取得了较好的成绩。20世纪80年代,越来越多的人喜欢上这项运动,一些大城市开始建造网球中心,大多数高校建造了网球场,群众性的网球运动也轰轰烈烈地开展起来。

老一辈革命家陈毅元帅和贺龙元帅都很喜欢打网球。有资料记载,1952年,陈毅由沪调京,在青岛小住,每日都到当时的金口路网球场身着短衣短裤上阵挥拍,认真击球,且每球必争,直到汗流浹背。吕正操上将从战争年代开始就酷爱网球运动。吕老的“行军装备”中就有网球和球拍,休息时在打麦场上拉开网子就打。他80岁高龄以后,每周还要坚持打上三四次网球,82岁高龄时还参加了在杭州举行的全国比赛,直到90岁他





还在坚持打球。由此看来,吕老的健康长寿和他常年坚持网球锻炼有着一定的联系。北京元老网球协会会长白介夫说,根据他的实践及专家论证,在所有的体育项目中,网球是最适合老年人的一项运动。同是隔网运动,乒乓球、羽毛球的频率太快,老年人适应不了,而网球可快可慢,老年人可以承受。可以说,新中国成立后,领导干部对网球运动的支持和带动,对中国网球运动的发展起到了十分重要的作用。

20世纪80年代以来,我国网球运动水平提高幅度较快。在1986年第10届汉城亚洲运动会的网球比赛中,我国选手李心意获女子单打冠军。在1990年第11届北京亚洲运动会的网球比赛中,我国运动员获得了三块金牌(男子团体冠军、潘兵获男子单打冠军、夏嘉平和孟强华获男子双打冠军)、三块银牌和一块铜牌。女子队参加1991年联合会杯网球团体赛,在58个参赛队中进入16强;李芳的网球国际排名从200位跃升到155位;夏嘉平参加世界大学生运动会网球比赛获得男子单打冠军……这些成绩说明我国网球运动有了长足的进步,令人鼓舞。

到了21世纪,中国女子网球选手更是在世界网坛大放异彩。

2004年雅典奥运会,李婷和孙甜甜夺得女子双打冠军。

2006年澳大利亚网球公开赛,郑洁和晏紫夺得女子双打冠军。

2011年1月27日,年度首个大满贯赛事澳大利亚网球公开赛在墨尔本进行了女单半决赛的争夺。武汉姑娘李娜(华中科技大学校友)经过三盘苦战后,最终以3:6、7:5和6:3逆转战胜了当时世界第一的丹麦名将沃兹尼亚奇。这是李娜首次闯进大满贯决赛,她也因此创造了中国网球选手在大满贯赛事中的最佳战绩,也是亚洲选手第一次闯入大满贯决赛。

2011年6月4日,法网女单决赛在罗兰·加洛斯体育场举行,由当时世界排名第五的中国选手李娜迎战世界排名第四的意大利选手斯齐亚沃尼。最终李娜以6:4和7:6,直落两盘战胜斯齐亚沃尼,夺得法网女单冠军,成为亚洲登顶网球大满贯赛事的第一人。

2014年1月25日,31岁334天的李娜在澳网折桂,超越名宿玛格丽特-考特,成为澳网年龄最大的女单冠军,她也成了亚洲首位两夺大满贯冠军的球员。

二、中国大学生网球赛事

经教育部中国大学生体育协会决定并批准,中国大学生体育协会网球分会于1994年成立。中国大学生体育协会网球分会,是全国高等院校群众性体育团体,是中国大学生体育协会的分支机构之一。中国大学生体育协会网球分会前身为全国高校网球协会,从1989年开始,相继在上海大学(1989年)、广州中山大学(1991年)和上海大学(1992年),举办过三届网球邀请赛。此时,网球运动已广受大学生青睐。

由中国体育协会网球分会举办,各高校承办的全国大学生网球锦标赛是我国高等院校最高级别的网球赛事,简称大网赛。比赛通常分为甲、乙、丙三个组别,甲组为未享受高考体育加分的本科生,乙组为享受高考体育加分的本科生,而丙组为现役或退役运动员,比赛设有男子单打、女子单打、男子双打、女子双打、男子团体、女子团体的比赛,参赛运动员通常是来自本科院校、专科院校,以及体育类院校等的在校大学生。比赛场地一般为高校网球场,比赛时间不固定。

1994年,第一届全国大学生网球锦标赛(简称大网赛)暨全国高校校长网球比赛在