**表1：中国乒协积分自估评测表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **级别** | **具备的技术水平** | **对应积分** |
| 1 | 刚开始打乒乓球。 | 400 |
| 2 | 很有限的打球经验,主要练习能够打到球。 | 600 |
| 3 | 需要打球经验,有明显的击球弱点,能打一些和平球，发一些和平球。 | 800 |
| 4 | 开始学习判断球的旋转,对球的控制能力弱，能打一些速度、力量一般的球。 | 1000 |
| 5 | 能协调地回击中速球,能简单的使用搓、推、挡、攻等各种击球方法, 但缺乏较好方向性、力度和旋转的控制，能发一些有力度和旋转球。 | 1200 |
| 6 | 对来球的旋转性和方向性有一定的判断, 球的控制能力有提高, 能较熟练的使用搓、推、挡、攻等各种击球方法，发球有一些落点、旋转、速度的变化。 | 1400 |
| 7 | 正反手击球较稳定,方向感较好.基本掌握前冲弧圈球、高吊弧圈球的区别，对不同打法有一定的了解，熟练掌握3套以上的发球方法，接发球判断较好。 | 1600 |
| 8 | 熟练运用击球力量、速度、旋转的变化,开始注意步法, 了解反胶、长胶、生胶、正胶的不同特点。 针对不同的对手采用不同的战术打法,回球落点好。能连续进攻，已经形成自己的打法特点。利用发球为自己创造进攻机会或直接得分。 | 1800 |
| 9 | 有很好的球感、手感和判断力,经常能在比赛中打出精彩的对攻回合球来.经常使用摆、晃、切、挑、挤、弹、抹、快带等技术，能迅速洞悉对手的弱点，及时调整战术，发挥自己的特长和优势。 | 2000 |
| 10 | 形成了以速度、技巧、力量和顽强作风作为取胜法宝的风格.在比赛中变化不同的战术,在有压力的情况下仍能稳定地发挥水平，曾接受过一定专业训练，参加过省级水平的比赛。 | 2200 |
| 11 | 经过专业强化训练,参加国家级水平的比赛,并有专业定义的运动员级别。 | 2400 |
| 12 | 参加规模较小的世界范围内的锦标赛,有合适的机会便会跃升到13。 | 2600 |
| 13 | 世界级选手,经常参加国际级的比赛,主要收入来自于比赛的奖金。 | 2800 |
| 14 | 世界三大赛男子单打冠军 | 3000 |