

羽球單打、雙打比賽規則

羽球比賽單打規則

1. 比賽開始時雙方以擲硬幣卜勝，勝方可選發球或選場地；負方則行使剩餘的選擇權。(備註：非正式比賽可用「向上拋球，看落地後球頭指向哪一方」或「猜拳」等方式決定球權)
2. 新制羽球比賽採「落地得分制」。意即，只要球落地，就一定有其中一方將拿到分數。
3. 當球落在對手場地的有效區域內(未出界)，則我方得分。反之，當球落在我方場地的有效區域內，則對手得分。
4. 發球方若 得分，則轉換發球區繼續發球。(由左至右或由右至左，依發球方目前的分數決定發球位置)；若接球方的分，則接球方得到一分並同時取得發球權。
5. 一場完整的比賽應採三戰兩勝制。每局 21 分。若雙方在將近終局時，同時拿到 20-20 的分數，則進入 DEUCE 規則 (任一方需取得兩分領先，才算得勝。例如：22-20、23-21、24-22)
6. 若比賽雙方持續 DEUCE 至 29-29 時，則先取得第 30 分者獲勝。
7. 第一局比賽結束後，雙方應交換場地，勝一局者，在次局比賽中為先發球方。
8. 若前兩局雙方各取得一勝一負，則進入決勝局(第三局)。決勝局中，任一方先得到 11 分時，雙方需互換場地，發球者繼續發球。

備註 A：如果球飛太高以至於觸碰到天花板，或是停留/卡在網子上，都屬於出界球。

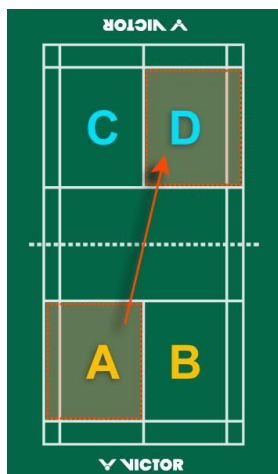
備註 B：正確發球動作可參考 VICTOR 羽球教室文章：羽球發球犯規介紹

羽球比賽雙打規則

1. 雙打比賽的得分原則基本上跟單打規則 3 是一樣的。
2. 雙打時，若我方獲得發球權時之分數為偶數(ex:0、2、4、6、8、10)，則由站在右發球區的球員發球，若分數為奇數(ex:1、3、5、7、9)則由站左邊發球區球員發球。
3. 發球後，若成功得分，則發球員需換至正確位置(依分數為奇數、偶數，站至左側或右側)，然後繼續發球。
4. 發球後，同隊的兩球員可以任意在自己的場地上移動。但重新開始一個發球/接發球的程序時，需站到正確的位置上。
5. 發球時，只有發球員斜對角的「接球員」可以接球。若接球員的隊友用球拍或身體任何部位觸碰到球，則算發球方得分。
6. 發球被接球員擊回後，則不再限制由特定球員擊球。

雙打發球說明範例：

比賽開始，"0-0"的狀況下...



● 說明：

因為發球方 A/B 的比數是零，所以由右邊的 A 先發球。同時，「發球員斜對角的球員為接球員」，所以應該由 C 負責接 A 的發球，方為有效擊球

正確發球員：A 正確接發球員：C

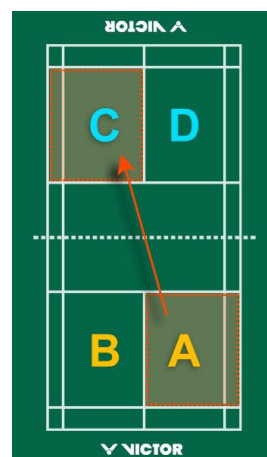
如果 A/B 得分，比數為"1-0"時...

● 說明：

因為剛剛 A 發球且得分了，所以由 A 繼續發球。

此時因為 A/B 的分數為 1，奇數，所以 A 需換至左側發球。

正確發球員：A 正確接發球員：D



羽球新制比賽規則

單打比賽：

1、每場比賽採取三局兩勝制；2、率先得到 21 分的一方贏得當局比賽；3、如果雙方比分打成 20 比 20，獲勝一方需超過對手 2 分才算取勝；4、如果雙方比分打成 29 比 29，則率先得到第 30 分的一方取勝；5、首局獲勝一方在接下來的一局比賽中率先發球；6、當一方在比賽中得到 11 分後，雙方隊員將休息 1 分鐘；7、兩局比賽之間的休息時間 2 分鐘。

雙打比賽特殊規則：

1、改雙發球權為單發球權；2、後發球線保留，現行規則適用；3、比賽開始前，雙方選手通過投擲硬幣方式確定由哪一方來選擇是先發球或後發球；場地沒有變化

比賽場地

單打:長 13.4 公尺寬為 5.18 公尺

雙打:長 13.5 公尺寬為 6.1 公尺的長方形場地

比賽規則

現代羽毛球賽分為男子單打 (Men's Singles)、女子單打 (Women's Singles)、男子雙打 (Men's Doubles)、女子雙打 (Women's Doubles) 及混合雙打 (Mixed-Doubles)，共 5 個單項。從 2006 年 5 月份的湯姆斯杯和尤伯杯

比賽開始已經更改為每球得分的 21 分制，通常採用 三局兩勝制，每局某方先到達 11 分時可休息 90 秒，第一局完和第二 局之間，第二局完和第三局之間可以有 2 分鐘的休息時間。

接發球

發球時，雙方球員必須站在對角的發球區 (Service Court)，兩腳 觸地，但不能踏及發球區的界線 (Boundary)。發球時球拍必須先擊 中球托部份，球要從低於發球員腰部的位置發出，而整個發球過程 中，球拍拍頭應指向下方。

* 單打比賽中，當發球方 (Service Side) 的得分為偶數時，球員應 站在右方發球區內準備發球或接發球。奇數時為左方發球區。 * 雙打比賽中，當發球方 (Service Side) 的得分為偶數時，由右方 球員站在右方發球區內準備發球或接發球。奇數時為左方球員發球。 發球後第一拍，只有接發球 (Return of Service) 的球員才可以擊 球，此後不限，直至其中一方犯規或球落地。

[新制]落點得分

得分

發球後，比賽便算正式開始，雙方球員交替擊球，直至一方犯規或球 落在其中一方的場區內。在 21 分制中採用每球直接得分的計算方法。 在得分的同時也相應獲得發球權，當連續得分的時候，球員在自己的 兩個發球區內交替發球。

違例

在發球後至死球 (Dead Bird) 前的「比賽進行時」中，接發球隊員 違例，則判發球方得分 (Point)。

1. 發球時擊球點高於腰部
2. 擊出的球落在有效區域以外，沒有過網或穿過球網或在網下進入 對方場區。
3. 過網擊球，不在自己的場區內擊球，即球員的球拍和身體進入對 方場區。
4. 持球，將球擊出前，球在拍上有停滯，或有拖帶動作。
5. 連擊 (Dribble)，同一球員連續擊球 2 次以上，或球過網前同隊 球員連續擊球。
6. 觸網，球員的球拍、身體或衣物觸網。
7. 阻礙對方合法擊球，或以其它行為故意騷擾對方球員。
8. 球接觸到場邊的物體牆壁或運動員的身體，或天花板。

心得

一開始的我對於打羽毛球總是沒規則的亂打，所以也不知道他的相關知識以及資訊；非常懵懵懂懂的誤闖進來，我起初只是為了簡單才選的，但沒想到要學的可多了；從基本的訓練開始練起，在練習過程遇到的困難等等.....相對的基礎也慢慢打起來了。

正手發球、反手發球、切球、平球、長球、高遠球、殺球.....，這些什麼專有名詞對我來說都是如此陌生，當聽到時就總覺得很驚訝；原來羽球也有一門學問在呀！

經過這一學期的訓練，讓我對羽球更感興趣了；熱愛揮球拍的快感，
流汗的滋味，這就是所謂的運動吧！

參考資訊

[http://blog.dhps.tp.edu.tw/gallery/2/%E7%BE%BD%E7%90%83%E6%96
%B0%E5%88%B6%E6%AF%94%E8%B3%BD%E8%A6%8F%E5%89%87.pd](http://blog.dhps.tp.edu.tw/gallery/2/%E7%BE%BD%E7%90%83%E6%96%
%B0%E5%88%B6%E6%AF%94%E8%B3%BD%E8%A6%8F%E5%89%87.pd)

f
_

http://www.victorsport.com.tw/coach_detail_5072.html