

羽球簡介

羽毛球是一項隔著球網，使用長柄網狀球拍擊打平口端紮有一圈羽毛的半球狀軟木的室內運動。依據參與的人數，可以分為單打與雙打。

相較於性質相近的網球運動，羽毛球運動對選手的體格要求並不很高，卻比較講究耐力，極適合東方人發展。自 1992 年起，羽毛球成為奧運會的正式比賽項目。

羽球發展史



古代類似羽毛球的運動

羽毛球運動的前身是板羽球(但現在羽毛球和板羽球已發展成不同的兩種球類運動)，也就是使用木板拍打紮有羽毛的球體（類似毬子），並讓它避免落地的遊戲，已有近二千年的歷史，在古代歐洲、中國、日本都可以看見它的身影。其中源自古希臘的一種板羽球，更發展出將實木板拍改為木製外框，並在中間綁著緊繃的羊皮，因具彈性而更容易拍打。這種遊戲曾向東方傳播至古代印度，並遠達暹羅、中國與日本等地。然而這類遊戲的目的都只是讓球儘量保持在空中而不落地，與現代羽毛球運動的精神大異其趣。

19 世紀中葉，印度西部的浦那出現了現代羽毛球運動，當時是以地名「浦那（Poona）」來稱呼這種運動。駐在當地英國人頗為喜愛這種新運動，因而將它傳回英國本土。1873 年，在英國格洛斯特郡的伯明頓莊園舉行了一場公開表演，引起許多人的注意，並逐漸傳播

開來。後來人們便以該場表演的莊園名稱「伯明頓（Badminton）」來稱呼這項運動，然而在華語地區該名稱並未普及，而是依球具而稱之為「羽毛球」運動。

早期的英國羽毛球運動仍然使用來自印度的不成文規則，但因不夠嚴謹而經常引發爭議。1887年，「巴斯羽毛球俱樂部」加以研究改良，完成了第一部書面羽毛球運動規則。

1893年，英國羽毛球協會成立，重新修訂並統一了羽毛球比賽的規則。1934年，第一個世界性的羽毛球組織—國際羽毛球聯合會在英國成立。1981年與成立於1978年的世界羽毛球聯合會合并，名稱仍為國際羽毛球聯合會。2006年9月24日，國際羽毛球聯合會改名為羽毛球世界聯合會，目前共有159個會員國或地區。

羽球比賽規則

現代羽毛球賽分為男子單打、女子單打、男子雙打、女子雙打及混合雙打，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從舊制15分(發球得分制)更改為新制21分(落地得分制)，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。



球具

羽毛球

羽毛球由16根羽毛及球托組成。羽毛長62—70毫米，以鵝毛或鴨毛為主，頂端圍成圓形。球托直徑25~28毫米，重量4.74—5.5克，底部為半球體。

羽毛球拍的長度不得大於680毫米，拍面的長度應低於290毫米，寬度低於230毫米。

場地

標準的羽毛球場為長方形，長度13.4米，寬度6.1米，天花板的高度應大於6.1米。羽毛球場的網柱必須固定在地面上，有效高度為1.55米。球網頂部至地面的高度為1.524米。

場地線寬 40 毫米，須用白色或黃色的顏料畫出，並在球場的邊線及底線以外分別要留出 1 米和 2 米以上的安全空間。

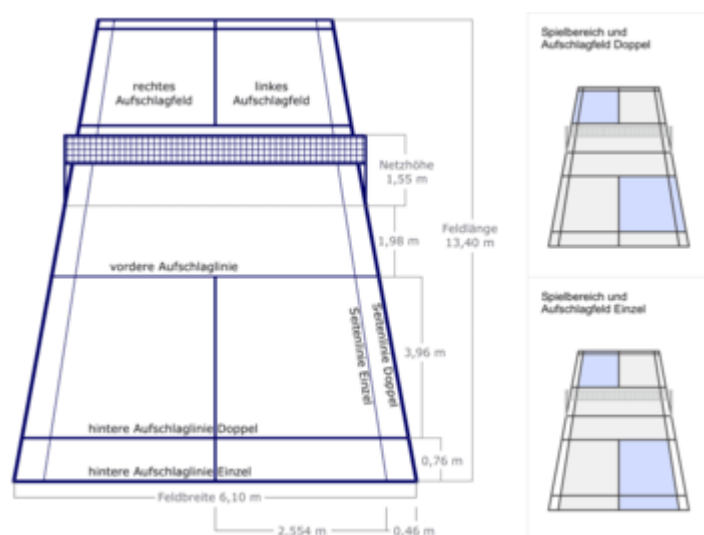
羽毛球球網用深色纖維製成，網孔大小 15—20 毫米，球網長 6.10 米，寬 0.76 米。

邊線：

- 單打邊線為場地內邊線
- 雙打邊線為場地外邊線

底線：單、雙打的底線均為最外側的底線。

發球與接發球



發球時，雙方球員必須站在對角的發球區，兩腳觸地，但不能踏及發球區的界線。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，只有接發球的球員才可以擊球，此後不限，直至其中一方犯規或球落地。

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。每

局雙方打到 20 平手後，一方連續得 2 分即算該局獲勝。比分並非無限延長，先取得 30 分者則為勝方。

在舊制（15 分制）比賽裡，只有發球方才能得分。單打比賽發球方若未得分，改由對方取得發球權重新發球。雙打比賽發球方兩位選手均有發球權，第一位發球員若未得分，改由第二位發球員重新發球；第二位發球員若未得分，則改由對方取得發球權重新發球。當比賽雙方打成 13 平、14 平，先獲 13 或 14 分的一方，有權決定雙方加打 5 分或 3 分（女單出現 9 平或 10 平時，可分別要求加打 3 分或 2 分）。

違例

在發球後至球落地前的「比賽進行時」中，接發球隊員違例，則判發球方得分。

1. 發球高度：擊球時，羽毛球任何部份高於腰線，（腰線是發球者最低肋骨位置的水平伸延線）。
2. 發球擊球時，球桿指向並非向下。
3. 發球擊球時，沒有擊中羽毛球底部。
4. 出界：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。
5. 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。
6. 持球：將球擊出前，球在拍上有停滯，或有拖帶動作。
7. 連擊：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。
8. 觸網：球員的球拍、身體或衣物觸網。
9. 阻礙對方合法擊球，或以其它行為故意騷擾對方球員。
10. 球接觸到場邊的物體牆壁，例如：天花板。

資料來源：維基百科