

毽球竞赛规则

第一章 比赛项目、场地、设备与器材

第一条 比赛项目

比赛设男、女团体（三人制），男、女单人，男、女双人，男女混合双人共七个项目。

第二条 场地

第一款 场地面积

1. 团体、双人和混合双人赛的赛场场地长 11.88 米，宽 6.10 米。
2. 单人比赛场地长 11.88 米、宽 5.18 米。
3. 场地上空 6 米以内（由地面计算）和场地四周 2 米以内不得有障碍物。

第二款 界线

比赛场地应按平面图（图 1）画出清晰的界线，各条界线宽 4 厘米，线的宽度包括在场地面积之内。较长的两条界线叫边线，较短的叫端线。连接场地两边线的中点与端线平行的线叫中线。中线将场地分为均等的两个场区。在中线两侧各画一条与中线平行的线叫限制线（此线包括在限制区内）。中线中点至限制线的外缘（远离中线端）的距离为 1.98 米。

第三款 发球区

距两端线中点两侧各 1 米处向场外各画一条长 20 厘米、

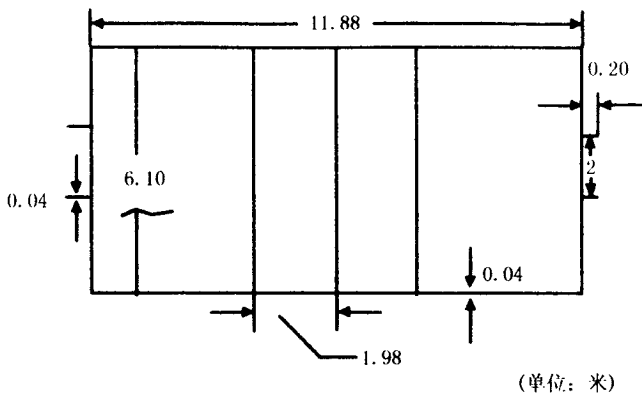


图 1

距端线 4 厘米并与端线垂直的短线叫发球区线（此线不包括在发球区内）。发球区线向后无限延长的区域叫发球区。

第四款 单人赛接发球有效区

单人赛的发球须落在接发球有效区内，即限制线与端线之间的区域（图 2）。

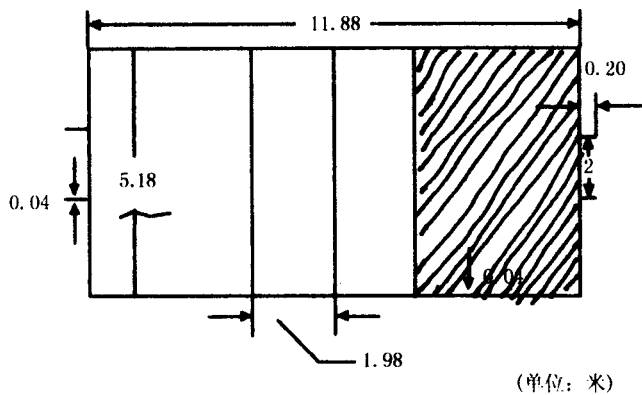


图 2

相距 6.10 米（单人赛为 5.18 米）。标志杆长 1.20 米、直径 1 厘米，用玻璃纤维或类似的材料制成。标志杆应高出球网上沿 44 厘米，并用鲜明对比的颜色画上 10 厘米长的格纹。

第四条 毽球

毽球由毽毛、毽垫等构成（图 4）。毽毛为四支桃红色鹅翎成十字形插在毛管内，每支羽毛宽 3.20 ~ 3.50 厘米。毽垫由上垫、下垫和毛管构成，均用橡胶制作。下垫和毛管连在一起，上垫套在毛管上。上垫和下垫中间套有由数层硬质薄形皮革或类似材料制成的垫圈。毽垫直径 3.80 ~ 4 厘米，厚 1.30 ~ 1.50 厘米，毛管高 2.50 厘米。

毽球的高度为 13 ~ 15 厘米。

毽球的重量为 13 克（ ± 0.5 克）。

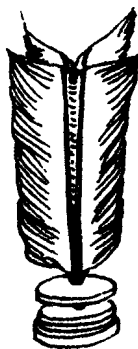


图 4

第二章 比赛队

第五条 比赛队的组成

第一款 团体赛（三人制）的比赛队由 6 人组成，上场队员 3 人，其中场上队长 1 人（左臂应佩带明显标志）。比赛前，各队应将参赛队员（包括替补队员）的姓名、号码登记在记分表上，未登记的队员不得参赛。

第二款 参加团体赛的人员可报名参加单人、双人、混合双人赛；参加双人和混合双人赛的队员经检录确认后，不得替换和变更。比赛中，某方队员因故不能继续参赛，则判该方失利。

第三款 教练员和替补队员应坐在指定的位置上。

第六条 队员的场上位置

第一款 团体赛的双方队员必须站在本方场区内。

站在靠近球网的两名队员从左至右分别为 3 号位和 2 号位队员，靠近端线的队员为 1 号位队员（图 5），场上队员的位置必须与登记的轮转顺序相符合。

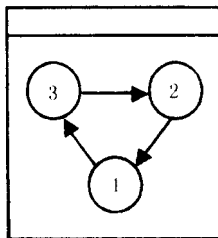


图 5

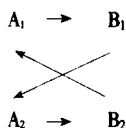
第二款 团体赛之外的各项比赛，其队员必须站在本方赛场场区内。

第三款 发球时的位置

1. 团体赛的发球一方，2、3号位队员在发球队员的前方，彼此间相距不得少于2米。球发出后，双方队员可以在本方场区内任意交换位置。

2. 双人、混合双人赛发球时，同队队员须在场区内，但不得有掩护动作。

3. 双人赛、混合双人赛的发球次序按 $A_1 \rightarrow B_1 \rightarrow A_2 \rightarrow B_2$ 的顺序发球，发出的球应落在对方场区内。



第七条 教练员和场上队长

比赛成死球时，教练员和场上队长有权请求暂停或换人。在暂停时间内，教练员可以进行场外指导，但不得进入场区。

第八条 服装

第一款 比赛队员应穿整齐划一的运动服和毬球鞋或运动鞋。

第二款 场上队员上衣的前后须有明显的号码，号码颜色须一致，并与上衣颜色有明显的区别。号码应清晰可见，背后的号码高20厘米，胸前的号码高10厘米、宽2厘米，同队队员不得使用重复的号码。队员不得穿戴任何危及其他队员的服饰。

第三章 比赛规则

第九条 比赛局数、得分、场区选择

第一款 各项比赛采用三局两胜每球得分制，团体赛每局 21 分，其他各项每局 15 分。

第二款 比赛前抽签获胜的一方选择一个场区或另一个场区；发球或接发球，第一局结束后双方交换场区和发球。

第三款 决胜局开始前，正裁判员召集双方队长重新选择场区或发球。决胜局比赛中，任何一队先得 10 或 8 分时两队应交换场区。交换时，不得进行场外指导。交换场区后，双方队员的轮转位置不得变换。经记录员查对后，由原发球队队员继续发球。如未及时交换场区，一旦裁判员或任何一方发现时，应立即交换，比分不变。

第十条 暂停与公共暂停

第一款 比赛成死球时，教练员或场上队长可以向裁判员请求暂停。

第二款 暂停时，教练员可以在场外进行指导，但场上队员不得出场，不得与场外其他任何人讲话，场外人员也不得进入场内。

第三款 每局比赛中，每队可以请求两次暂停，每次暂停时间不得超过 30 秒钟。某队在一局中请求第三次暂停，应判该队违

例并失 1 分。一局内，某方的暂停次数不得移至另一局使用。

第四款 单人比赛任何一方先得 8 分时，增加一次 30 秒的公共暂停，允许双方队员在场内休息，但不准场外指导。公共暂停不记录在双方暂停次数内。

第十一条 换人

第一款 团体赛允许换人。比赛成死球时，教练员或场上队长可以向裁判员请求换人。换人时，场外人员不得向场内队员进行指导，场内队员也不得离开场地。

第二款 每队每局换人不得超过三人次。

第三款 替补队员上场前，应在记录台附近作好准备，换人时不得超过 15 秒钟，否则判该队一次暂停。如该队在该局已暂停过两次，则判该队失 1 分。

第四款 教练员或场上队长请求换人时，应向裁判员报告下场和上场队员的号码。

第五款 比赛中因故被取消比赛资格的队员，不能继续参加该场比赛，可由替补队员替换。如某队在该局已换人三人次，或场外无人替换时，则判某队为负局。

第十二条 局间间隙

一局比赛结束，下局比赛开始前，中间最多可有 2 分钟时间供两队交换场区、换人和记录员登记号码，双方教练员在不影响上述工作进行的情况下，可进行场外指导。

第十三条 发球与接发球

第一款 发球

1. 各项比赛的发球队员须站在本方发球区内，用手持球，

将球抛起，用脚将球从网上踢入对方场区，使比赛进行。发球
队员必须在发球区内发球，在球发出后才能进入场区。

2. 团体赛发球时，2、3号位队员不得有任何掩护动作，
否则，判由对方得1分。

3. 比赛各局若出现20或14平，执行轮换发球法，即每
方轮发1分球。

第二款 单人赛接发球有效区

单人赛每次发球均应落在单人赛接发球有效区内，否则判
发球方失1分。

第三款 发球失误

发生下列情况之一时，即判发球失误并失1分：

1. 队员发球时，踏及端线或发球区线及其延长线；
2. 球未过网或触及标志杆；
3. 球从网下穿过；
4. 球从标志杆及其延长高度以外过网；
5. 球触及任何障碍物，或在进入对方场区前触及本队队
员；
6. 球落在界外；
7. 发球延误时间超过5秒钟；
8. 裁判员鸣哨后球坠落在地上。

第四款 重发球

发生下列情况之一时，须重发球：

1. 比赛进行中，球挂在网上（最后一次击球挂网除外）；
2. 比赛进行中，毽毛和毽垫在飞行时脱离；
3. 裁判员鸣哨之前发球；
4. 比赛进行中，其他人或物品入场区。

第五款 团体赛发球次序错误

1. 未按照记分表上登记的发球次序进行发球，叫做发球次序错误。

2. 发球队员击球的一刹那，裁判员发现该队发球次序错误，则判该队失分，并恢复正确位置。如犯规队已得分，取消该队因该次发球次序错误所得的分数。

第六款 团体赛接发球的位置错误

1. 接发球方队员的位置

①2、3号位队员至少有一只脚的一部分比1号位队员的双脚距中线更近。

②2、3号位队员至少有一只脚的一部分比1号位队员的双脚距左（右）边线更近。

2. 对位置错误的判罚

判位置错误方失1分。

队员恢复到正确位置。

第七款 拦击发球

发球时，当球的整体高于球网的上沿，接发球方在限制区内完成进攻性击球为拦击发球犯规。

第十四条 团体赛的轮转顺序

第一款 某队取得发球权时，先按顺时针方向轮转一个位置，然后由轮转到1号位队员发球。

第二款 新的一局开始前，可以变换本队队员的轮转顺序，并填好位置表（图6）交给记录员。

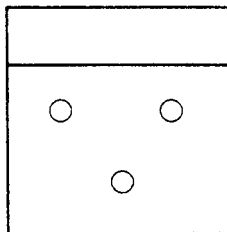
第三款 每局比赛结束之前，队员的轮转顺序不得调换。

第十五条 比赛进行中的击球与附加动作

第一款 团体赛每队在将球踢入对方场区前，在本方场区

第 局位置表

队名: _____



教练员: _____

图 6

最多只能有三人共击球四次，双人、混合双人赛为三人、三次击球过网，单人赛为二次击球过网。

第二款 一人次是指某队员触球次数，每名队员可触球一次也可以连续触球两次。

第三款 不得用手、臂触球，但防守队员在手臂自然下垂的前提下拦网时的手球不判违例。

第四款 球不得明显地停留在队员身体的任何部位。

第五款 违反第十五条第一至四款均为违例，判由对方得 1 分

第十六条 触网球

比赛进行中球触及两标志杆以内的球网为好球，球触标志杆为失误。

第十七条 触网

第一款 比赛进行中，队员身体任何部位触及两标志杆以内的球网，均为触网违例。

第二款 队员击球后，触及标志杆或标志杆以外的球网、网柱、网绳或其他物体，不判违例。

第十八条 进入对方场区和空间

第一款 过网击球为犯规。

第二款 比赛进行中，身体任何部位不得从网上标志杆以内区域进入对方场区的空间。

第三款 队员若用头攻球时，必须在限制线以外起跳，落地时两脚可落在限制线内。防守队员在限制区内，拦网时头部无意识触球过网不判违例。

第四款 比赛进行中，除脚以外，身体任何部位不得触及中线。脚不得完全越过中线。

第十九条 死球与中断比赛

第一款 球触地及违例为死球。

第二款 中断比赛：其他人或物品进入比赛场区；更换损坏的器材；运动员发生意外事故等。发生以上情况，裁判员应鸣哨，中断比赛。上述情况终结即鸣哨恢复比赛。

第二十条 计胜方法

第一款 各项比赛先得 21 或 15 分的队为胜一局；如比分是 20 或 14 平时，比赛应继续进行，直至某队领先 2 分，方为胜一局。

第二款 某局出现 20 或 14 平时则实行轮换发球法，即首先由有发球权一方发球，无论得、失分后，均由对方发球，依此类推，直至某队领先 2 分结束比赛。

第二十一条 判定和申诉

第一款 一场比赛中，正裁判员的判定是最终判决。

第二款 只有场上队长可以对裁判员的判罚当场提出询问或要求解释，正裁判员应及时予以解释。如有疑义，必须服从裁判，但可要求记录在案，并迅速恢复比赛。

第三款 比赛队必须服从裁判员的判决。对裁判员的判罚有争议，比赛结束后 30 分钟内可向仲裁委员会提出书面申诉，同时交纳申诉费 500 元。若获胜，申诉费如数退还；若败诉，则不退申诉费。

第四款 无正当理由迟到 15 分钟为弃权，无故停止比赛 5 分钟为弃权。

第四章 裁判员

裁判员首要条件是公正无私，进行裁判工作时要做到严肃认真，公正准确。

第二十二条 裁判员的组成

每场比赛应有正裁判员、副裁判员、记录员和记分员各一人，司线员两人。

第二十三条 裁判员的位置及其手势和旗示

第一款 正裁判员站在球网一端的裁判台上，他的视水平线必须高出球网上沿 45 ~ 50 厘米。

第二款 副裁判员站在球网另一端的场外，面对正裁判员。

第三款 记录员坐在正裁判员对面的记录台上。

第四款 记分员与记录员并排坐在记录台上。

第五款 两名司线员分别站在球场两端相对的一角、距球场 1 米的位置，各负责两条线（一条边线，一条端线），一根标志杆、一个发球区和单人赛接发球区。

第六款 裁判员的手势和旗示（图 7 ~ 36）。

第二十四条 裁判员的职责

第一款 裁判长

1. 在竞赛委员会领导下，全面组织裁判员学习规则、裁

判法及分配裁判员工作。



图 7



图 8



图 9



图 10