

乒乓球

正式特奥运动规则将规范所有的特奥运动乒乓球比赛。作为一项国际性的比赛项目，本章所列之规则即是以国际乒乓球联合会（International Table Tennis Federation，简称ITTF）和国家主管团体（National Governing Body，简称NGB）的乒乓球规则为制定基础的规则并补充之。在某些情况下，本章内容会以FIBA的规则作为强调或说明。

特殊奥林匹克运动乒乓球赛所采用的比赛规则是以ITTF和NGB的比赛规则为其主要基础。国家及/或州级的特奥成员，可采用相应于其国家主管团体的比赛规则。若该规则与特奥运动规则之乒乓球规则冲突时，应遵循特奥运动规则的规定。

A 节——比赛项目

1. 单打
2. 双打
3. 混双
4. 轮椅乒乓球赛
5. 个人技术赛
6. 融合运动（UNIFIED SPORTS）双打
7. 融合运动（UNIFIED SPORTS）混双

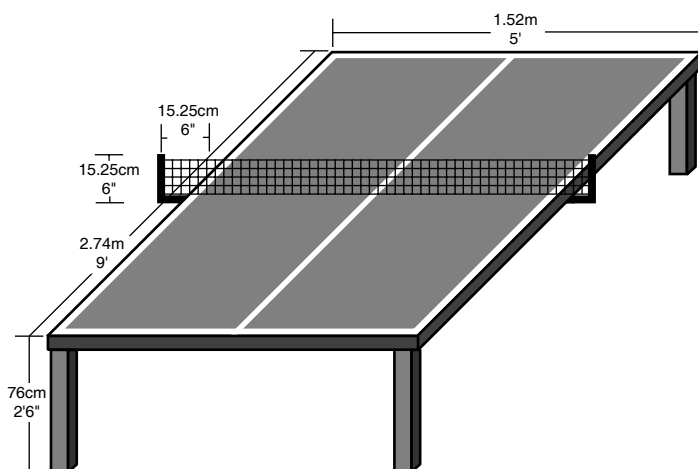
下列竞赛为低能力水平的运动员提供了甚具意义的比赛机会。

8. 定点发球
9. 执拍拍球
10. 回球

B 节——器械与设施

1. 球台

- a. 球台应为与水平面平行的长方形，长 2.74 米（9 英尺），宽 1.525 米（5 英尺）。球台的上层表面，叫做“比赛台面”，应距离地面 76 厘米（2 英尺 6 英寸）高度。
- b. 球台的比赛台面可用任何材料制作，但必须满足当球从台面上空 30.5 厘米（12 英寸）自由落下后，反弹高度在 22 厘米（8 3/4 英寸）至 25 厘米（9 3/4 英寸）之间。比赛表面边缘应有 2 厘米（3/4 英寸）宽的白色边线。两端的线称为端线，两侧的线称为边线。
- c. 双打时，各台区应由一条 3 毫米（1/8 英寸）宽的白色中线，划分为两个相等的“半区”。中线与边线平行，并应视为右半区的一部分。
- d. 比赛台面应包括台面的上边缘，但不包括比赛台面边缘以下的侧面部分。
- e. 图示



2. 球网装置

- 球网与台面垂直，与端线平行，将比赛台面分成两块相等的台区。
- 球网应悬挂于一根细绳上，绳两端系在高 15.25 厘米（6 英寸）的直立网柱上。
- 包括悬挂部分，网长为 183 厘米（6 英尺），整个球网的顶端距台面为 15.25 厘米（6 英寸）。整个球网的底边应尽量贴近比赛台面，其两端应尽量贴近网柱。
- 球网及其装置应包括球网、悬网绳、网柱及将它们固定在球台上的夹钳部分。

3. 球

- 球应为圆球体，直径为 40 毫米（1.57 英寸）。
- 球重 2.7 克。
- 球应采用赛璐珞或类似的塑料制造，呈无光泽的白色或橙色。

4. 球拍

- 球拍的大小，形状和重量不限。
- 底板可以采用木质，但应厚度均匀，平整且坚硬。
- 底板厚度至少应有 85% 的天然木料。
- 加强底板的粘合层可用诸如碳纤维，玻璃纤维或压缩纸等纤维材料，每层粘合层不超过底板总厚度的 7.5% 或 0.35 毫米。
- 用来击球的拍面应用一层颗粒向外的普通颗粒胶覆盖，连同粘合剂厚度不超过 2 毫米（1/16 英寸），或用颗粒向内或向外的海绵胶覆盖，连同粘合剂，厚度不超过 4 毫米。
- 覆盖物应覆盖整个拍面，但不得超过其边缘。靠近拍柄部分以及手指执握部分可不予以覆盖，也可用任何材料覆盖，且被认为是拍柄部分。
- 比赛开始时及比赛过程中运动员需要更换球拍时，必须向对方和裁判员展示他将要使用的球拍，并允许其检查。

球拍两面不论是否有覆盖物，必须无光泽，且一面为鲜红色，另一面为黑色。拍身边缘上的包边应无光泽，不得呈白色。由于意外的损坏、磨损或褪色，造成拍面的整体性和颜色上的一致性出现轻微的差异，只要未明显改变拍面的性能，可以允许使用。

5. 定义

- 回合：球处于比赛状态的一段时间。

- b. 重发球：不予判分的回合。
- c. 一分：判分的回合。
- d. 执拍手：握住球拍的手。
- e. 不执拍手：不握住球拍的手。
- f. 击球：用握在手中的球拍或执拍手手腕以下部位触球。
- g. 阻挡：对方击球后处于比赛状态的球，未越过比赛台面或其端线，便触及本方运动员或其穿戴的任何物品。
- h. 发球员：在一个回合中首先击球的运动员。
- i. 接球员：在一个回合中，第二个击球的运动员。
- j. 裁判员：被指定管理一场比赛的人。
- k. 运动员穿或戴的任何物品，包括他在一个回合开始时穿或戴的任何物品。
- l. 球从突出台外的球网装置之下或之外经过，或回击的球越过球网后又回弹过网，均应视作已越过或绕过球网。
- m. 球台的端线包括端线两端的无限延长线。

C 节——比赛规则

1. 单打和双打基本规则

a. 一局比赛

1) 在一局比赛中，先得 11 分的一名或一对运动员为胜方；若双方 10 平后，先多得 2 分的一名或一对运动员为胜方。

b. 一场比赛

1) 一场比赛采用奇数胜出制。

c. 发球、接发球和方位的选择

1) 选择发球、接发球及方位应由掷硬币抽签来决定。

2) 中签者可以选择以下中的一项：

a) 中签者选择先发球或先接发球，未中签者选择先在某一方位

b) 中签者选择先在某一方位，未中签者选择先发球或先接发球。

c) 在双打比赛中，先发球方确定第一发球员。

i) 在第一局比赛中，先接发球方确定第一接发球员。

ii) 在以后的各局比赛中，第一发球员确定后，第一接发球员应是前一局发球给他的运动员。

d. 交换方位

1) 一局中，在某一方位比赛的一方，在该场下一局应换到另一方位。在决胜局中，一方先得 5 分时，双方应交换方位。

e. 比赛次序

- 1) 在单打中, 首先由发球员合法发球, 再由接发球员合法还击, 然后两者交替合法还击。
- 2) 在双打中, 首先由发球员合法发球, 再由接发球员合法还击, 然后由发球员的同伴合法还击, 再由接发球员的同伴合法还击, 此后, 运动员按此次序轮流合法还击。

f. 交换发球权

- 1) 在获得每 2 分之后, 接发球方即成为发球方, 依此类推, 直至该局比赛结束, 或者直至双方比分都达到 10 分或实行轮换发球法, 这时, 发球和接发次序仍然不变, 但每名球员每轮只发 1 分球。
- 2) 双打
 - a) 第一个两分应由发球方所确定的球员发球, 由相应的接球方球员接球。
 - b) 第二个两分应由第一个两分的接球员发球, 由第一个两分发球员的同伴接球。
 - c) 第三个两分应由第一发球员的同伴发球, 由第一接球员的同伴接球。
 - d) 第四个两分应由第一个两分的接球员的同伴发球, 由第一发球员接球。
 - e) 第五个两分应由第一个两分的发球员发球, 依此类推, 直至该局比赛结束, 或者直至双方比分达到 10—10。
 - f) 双打比赛的每一局, 开始的接球顺序应与上一局相反。
- 3) 比分达到 10—10 以后, 发球和接发次序仍然不变, 但每名球员每轮只发 1 分球。
- 4) 一局中首先发球的一方, 在该场下一局应首先接发球, 直到比赛结束。

g. 发球、接发球次序和方位的错误

- 1) 运动员应交换方位而未交换产生错误时, 裁判发现后应立即暂停比赛, 并让运动员交换方位。
- 2) 发球、接发球次序错误, 裁判发现后应立即暂停比赛, 并按该场比赛开始时确立的次序, 按场上比分由应该发球或接发球的运动员发球或接发球
- 3) 在任何情况下, 发现错误之前的所有得分均有效。

h. 合法发球

- 1) 发球时, 球应放在不执拍手的手掌上, 手掌张开、伸平手指并拢, 大拇指任意。
- 2) 从抛球前球静止的最后一瞬间到击球时, 不执拍手和球拍应高于台面的水平面之上。
- 3) 发球员须用手将球几乎垂直地向上抛起, 不得使球旋转, 并使球在离开不执拍手的手掌之后上升不少于 16 厘米 (6 英寸)。
- 4) 当球从抛起的最高点下降时, 发球员方可击球, 使球首先触及本方台区, 然后越过或绕过球网装置, 再触及接发球员的台区。
- 5) 在双打中, 球应先后触及发球员和接发球员的右半区。
- 6) 如果运动员在发球时, 球拍未能触及球, 将被判失一分。
- 7) 在球被抛起之后, 发球员的不执拍手必须马上从发球员身体和球网之间的空间区域离开击球时, 球应在发球方的端线之后, 但不能超过发球员身体(手臂、头或腿除外)离端线最远的部分。
- 8) 发球员发生明显没有按照合法发球规定的发球动作时, 无须警告, 直接被判失一分。
 - a) 当场上有副裁判员时, 如果裁判员质疑发球员某个发球动作的正确性, 一场比赛中此现象第一次出现时, 裁判员可以警告发球员而不予判分。在同一场比赛中, 如果运动

员发球动作的正确性再次受到怀疑，不管是否出于同样的原因，不再警告直接判失一分。

- b) 动员因身体伤病而不能严格遵守合法发球的某些规定时，可由裁判员做出决定免于执行，（但须在赛前向裁判员说明）。

h. 合法还击

- 1) 对方发球或还击后，本方运动员必须击球，使球直接越过或绕过球网装置，或触及球网装置后，再触及对方台区。
- 2) 如果对方发球或还击后，回球必须依靠自身力量越过球网后运动员才能击球，使球直接接触及对方台区。

i. 比赛状态

- 1) 从抛球前球静止的最后一瞬间起，球即处在比赛状态，直到当球触及除了比赛台面、球网装置、握在手中的球拍或执拍手手腕以下部分以外的任何物体，或到该回合被判得分或重发球为止。

j. 重发球

- 1) 出现下列情况应判重发球
 - a) 如果发球员发出的球，在越过或绕过球网装置时触及球网装置，此后成为合法发球或被接发球员或其同伴阻挡。。
 - b) 裁判员认为，在接发球员或同伴未准备好时，或均没有击球企图的情况下发球员将球发出。
 - c) 裁判员认为，由于发生了运动员无法控制的干扰，而使运动员未能合法发球、合法还击或遵守规则。
 - d) 裁判员须纠正比赛次序或方位错误而暂停比赛。
 - e) 裁判员质疑发球员发球动作的正确性而发出警告导致暂停比赛。
 - f) 裁判员认为比赛环境受到干扰，以致该回合结果有可能受到影响。

k. 失一分

- 1) 除被判重发球的回合，下列情况运动员失一分：
 - a) 运动员未能合法发球。
 - b) 运动员未能合法还击。
 - c) 运动员阻挡。
 - d) 运动员使用不符合规定的拍面击球。
 - e) 运动员或他穿戴的任何物件在比赛过程中移动台面。
 - f) 运动员不执拍手在比赛过程中触及了比赛台面。
 - g) 运动员或其穿戴的任何物件在比赛过程中触及球网装置。
 - h) 双打时，运动员击球次序发生错误。

2. 轮椅乒乓球比赛的特殊规则

- a. 所有选手必须坐在轮椅上进行比赛。
 - 1) 可以使用任意尺寸、材质的座垫，或者是由泡沫和橡胶合成的座垫。
 - 2) 轮椅无需带有靠背。

- b. 球台对运动员轮椅的正常合法移动不得有任何障碍物。
- c. 发球后，接发球员应合法还击。然而，如果接发球员在球未越出端线前或在其台面内两次弹击比赛台面之前击球，该发球应判为合法发球，且不需重发球。
 - 1) 发球时，一级二级运动员不需要将球用不执拍手向上抛起。这两个级别的运动员可以使用任何方式向上抛球。虽然不考虑方式，但是不得发旋转球。发球方仍须由裁判判断其发球的合法性。
- d. 轮椅运动员在比赛中用不执拍手触及比赛台面，不扣分；在台面未移动的情况下，选手在击球时不得用不执拍手支撑于台面上。
- e. 运动员的脚和脚凳在比赛期间不得触及地面。
- f. 运动员在比赛期间不能明显离开座垫。
- g. 在双打比赛中，球可越过接发球员的右半区的边线。发球员应合法发球，接发球员应合法接发球，之后一方的任一球员均可击球。球员的轮椅不能超过中线的延长线。如超过，判对方得一分。

3. 个人技术赛

a. 手抛球

- 1) 运动员用单手或双手向空中抛球，共 30 秒。运动员用手抓或拍到球均得一分。如果球失去控制，给其另一球继续比赛。

b. 执拍拍球

- 1) 运动员执拍向空中击一次球得一分，共 30 秒时间。如果球失去控制，给其另一球继续计数。

c. 正手击球

- 1) 运动员站在球台的一侧，另一名（发球员）球员站在另一侧。共 5 球，发球员将球投到运动员的正手位。运动员每次将球回击到发球员的台面上得 1 分。球必须触及台面才算得分。运动员将球击入任何一个发球区得 5 分。

d. 反手击球

- 1) 除了发球员将球投向运动员的反手位，其余程序与正手击球相同。

e. 发球

- 1) 运动员在球台左右两半个区各发 5 个球。运动员将球击入相应的发球有效区得一分。

f. 总分

- 1) 运动员的总分是将其个人技术赛的五个项目的分数累加而得。

4. 融合运动双打和混合双打

- a) 每支融合运动双打队伍应包含一名运动员和一名伙伴。
- b) 每支队伍应自行决定其发球次序。

下列竞赛为低能力水平的运动员提供了甚具意义的比赛机会。

5. 定点发球

- a. 运动员在球台左右两个半区各发 5 个球。运动员将球击入相应的发球有效区得一分。

6. 执拍拍球

- a. 运动员执拍向空中每拍一次球得一分，共 30 秒时间。
- b. 如果球失去控制，裁判给其另一球，继续计数。
- c. 运动员共有两次 30 秒的比赛机会。两次中得分较高的一次记为分数。

7. 回球

- a. 接球员与裁判员站在球桌的一边，发球员站在球桌对面。
- b. 发球员将球投向接球员的正手位。
- c. 接球员将球回击到发球员一侧的台面上得一分。球必须触及台面才能记分。如果球弹网后回到接球员一侧的台面，不得分。
- d. 接球员将球击入任何一个发球有效区得 5 分。在此情况下，原本将球击到发球员侧的一分不另外记入。
- e. 接球员共回 5 个球。
- f. 满分为 25 分。