



## 桌球

新竹教育大學  
許建民



## 壹、前言

- 桌球是球類之中最迷你的一種，不但體積小，重量也輕，所以移動非常快速，球路變化多端，不但經濟實惠，而且沒有年齡和性別的限制。
- 桌球因為輕且小，又以磨擦力極大的橡皮拍面擊球，因而可產生各種不同方向與速度的旋轉。

## 貳、起源與發展

- 桌球運動是從中世紀網球運動發展出來的，因此被稱為“table tennis”，即桌上網球，簡稱桌球。
- 這項運動起源於十九世紀後半，英國有一些大學生在室內模仿網球的打法，以餐桌當球檯，糕皮紙貼成球拍，並用軟木或橡膠製成的球，在桌上打來打去，作為雨天時克難的消遣活動。
- 早期使用木板拍，只是將球擋來擋去。後發明膠皮拍，以削球為主的歐洲佔有優勢。

- 1890年，英格蘭人詹姆斯·吉布從美國帶回一種做玩具的賽璐珞球，人們用它來替代原來的軟木或橡膠球，比賽時，改用牛皮製的球拍，發現這樣不但打起來輕快有力，且球拍擊球碰檯後，還會發出“乒乓”的聲音，所以將這項運動稱為乒乓球。
- 1902年，英國的庫特發明了橡皮顆粒拍，使桌球的技術大幅提升，並更具精彩度。

## 參、內行看門道

### • (一)球桌

#### 商品特色：

- 1.適合青少年使用，桌腳可依身高做4段升降調整
- 2.國際標準規格274長\*152.5寬\*76cm高
- 3.4段升降可調式高度：76、72、68、64cm，適合搭配教學使用
- 4.桌面厚19mm採用歐美進口桌球專用藍色高級密迪板精製
- 5.桌框以50\*25mm鐵框強固保護，耐撞擊不變型
- 6.桌腳採用39\*39mm鋼管，前後一體同型，經雙重烤漆處理
- 7.2" 萬向式球型滑輪，附固地鎖盤，可適用各種不平面



### • (二)球拍



- (三)球

球為直徑40公釐的圓球體，重量為2.7公克。



## 桌球規則

- (四)比賽規則(舊制)

- 比賽分為單打、雙打兩種。
- 勝負：先取得21分的一方獲得優勝。但當雙方比數到達20：20時，必須有一方連續取得2分才算優勝
- 局數：多採三戰兩勝或五戰三勝制。
- 比賽：雙方猜拳決定何者先擁有發球權。在裁判的指示下，由具發球權的一方進行正規的發球。一方發球5次後，換邊發球、攻守交替，以此方式進行比賽。至於場地交換，是在有一方得10分時才進行換場。

- 雙打：雙打的比賽規則大致和單打相同，由參賽的4名選手交互對打。要注意的是，這4個人的發球和接球的順序，千萬不能攪亂，若弄錯順序，便形成失誤。其接發球順序為：先由發球員做有效發球，次由接發球員做有效回擊，繼由發球員的同伴做有效回擊，序由接發球員的同伴做有效回擊，此後雙方球員依此次序輪做有效回擊。

- (五)比賽規則(新式)

- 在一局比賽中，先得11分的一方為勝方；10平後，先多得2分的一方為勝方。
- 一場比賽，單打的淘汰賽採用七局四勝制(國內多為五局三勝)，團體賽中的單打或雙打採用五局三勝制。
- 在獲得2分後，接發球方變為發球方，依此類推，直到該局比賽結束，或直至雙方比分為10平，或採用輪換發球法時，發球和接發球次序不變，但每人只輪發1分球。
- 在雙打中，每次換發球時，前面的接發球員應成為發球員，前面的發球員的同伴應成為接發球員。
- 在一局比賽中首先發球的一方，在該場比賽的下一局中應首先接發球，在雙打比賽的決勝局中，當一方先得5分後，接發球一方必須交換接發球次序。

- [世界桌球團體錦標賽莊智淵vs南韓](#)
- [世界桌球團體錦標賽莊智淵vs馬龍](#)

Company  
LOGO

# Thank You!

