# 乒乓球单、双打比赛细则

## 一、乒乓球单打比赛规则

1、练球。一场比赛开始前，运动员有权在比赛开始的球台上练球2分钟。

2、选择接、发球权。

每场比赛开始前，双方运动员用抽签（猜边）的方法决定选择发球、接发球的权利。猜中的一方有权选择优先接球或发球的权利，猜错则由对方决定。

3、合法发球。

 (1)发球时，球应放在不持拍手掌上，手掌应静止、张开、伸平、四指并拢，拇指自然张开。

 (2)发球员只能手向上抛球，不得使球旋转。发球时不得遮挡；并要求将球从手掌向上直抛，至少抛到离不持拍手手掌上16厘米。

 (3)发球时，乒乓球出手即有效。

 (4)球停留在静止的不持拍手掌上的最后一刻，直到发球时击球，不持拍手和球以及整个球拍，应始终高于球台水平面。

(5)当球从抛起的最高点降落时，发球员才能击球，并使球首先触及发球员台区，然后直接越过或绕过球网，触及接球员台区。

(6)发球时，乒乓球触网并落在接发球方桌面，发球无效，双方不得分，重新发球；

(7)比赛过程中，乒乓球触网为好球，此球有效；

4、每局比赛结束之后休息时间为一分钟；

5、下一局比赛开始时，双方交换场地与发球权；

6、当比赛双方达到2：2进行决胜局时，任何一方比分达到 5 分双方交换场地；

7、一局比赛中，先得11分的单打或双打运动员为胜方，但打到10平以后，先得2分者为胜方。

8、发球为两球换发制，当比分达到 10：10 时采用一球换发制，直至拉开两分差距决出胜负；

9、比赛之中以非握拍手接触桌面，对方得一分，此次对抗结束；

10、参赛双方放弃的，双方不得进入复赛，双方之一放弃的，放弃方不进入复赛。

## 二、乒乓球双打的比赛规则

1、双打比赛的接、发球权选择和合法发球规则与单打一致。

2、关于乒乓球台，双打时，各台区应由一条3毫米宽的白色中线，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。

3、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。在双打中，球应先后触及发球员和接发球员的右半区（即对角发球），乒乓球接触其他桌面区域（包括压线）为死球，对方得分。

4、在双打的第一局比赛中，先发球方确定第一发球员，再由先接发球方确定第一接发球员。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。

5、在双打中，每次换发球时，前面的接发球员应成为发球员，前面的发球员的同伴应成为接发球员。

6、双打时，运动员击球次序错误将失分。

7、比赛之中以非握拍手接触桌面，对方得一分，此次对抗结束；