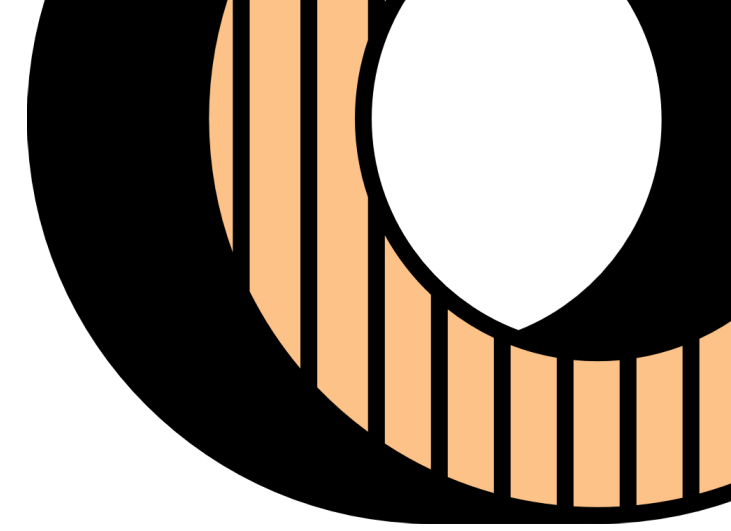


運動員布章 — 足毬





目錄

01

歷史

02

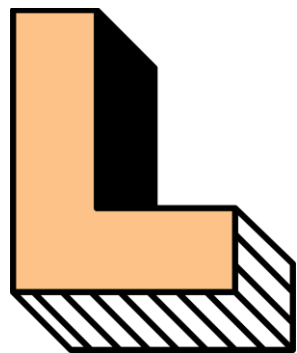
動作

03

規則

04

比賽賽制





歷史

- 從古代軍中遊戲『蹴鞠』中演變而來
- 1933年，在南京舉辦了第一次全國性足毬比賽
- 1936年，江蘇女運動員在德國柏林舉行之第十一屆奧運會作示範表演。
- 1999年，國際足毬聯合會正式成立
- 2000年，第一屆世界足毬錦標賽在匈牙利舉行



歷史(近代)



圍毬

- 一大班人圍成一圈，利用報紙及羽毛製成的足毬，一起作互相對踢的玩意。

花式足毬 (花毬)

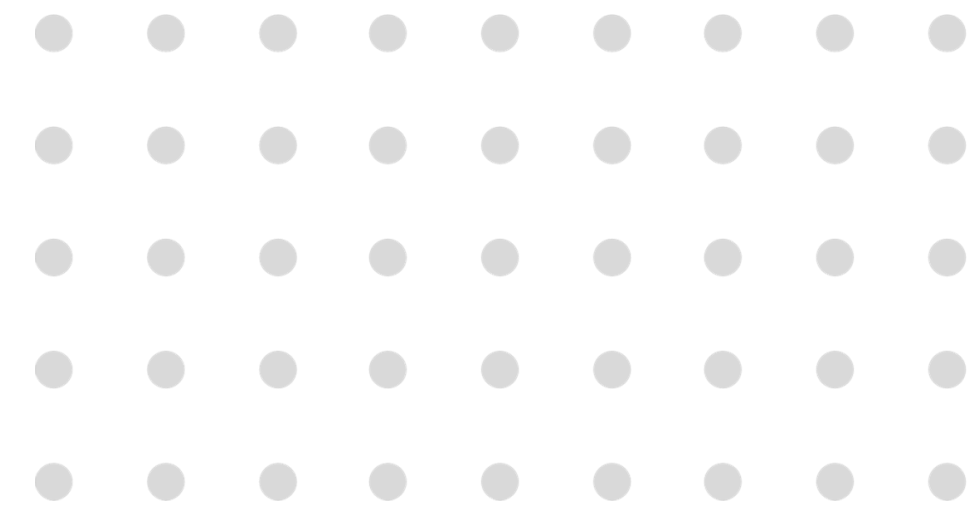
- 透過不同花式動作完成指定的要求，而當中的動作稱之為『套路』。

網毬

- 一種高度的競賽運動，當中包含足球的技術、羽毛球的場地、以及排球的規例



動作



盤

- 用腳內側向內抬起向上或向前踢毽子

繃

- 用腳面向前抬起踢毽子

拐

- 一腿向身體外側彎曲抬起，用腳外側向前踢毽子

磕

- 用膝蓋或大腿正面向上或向前踢毽子

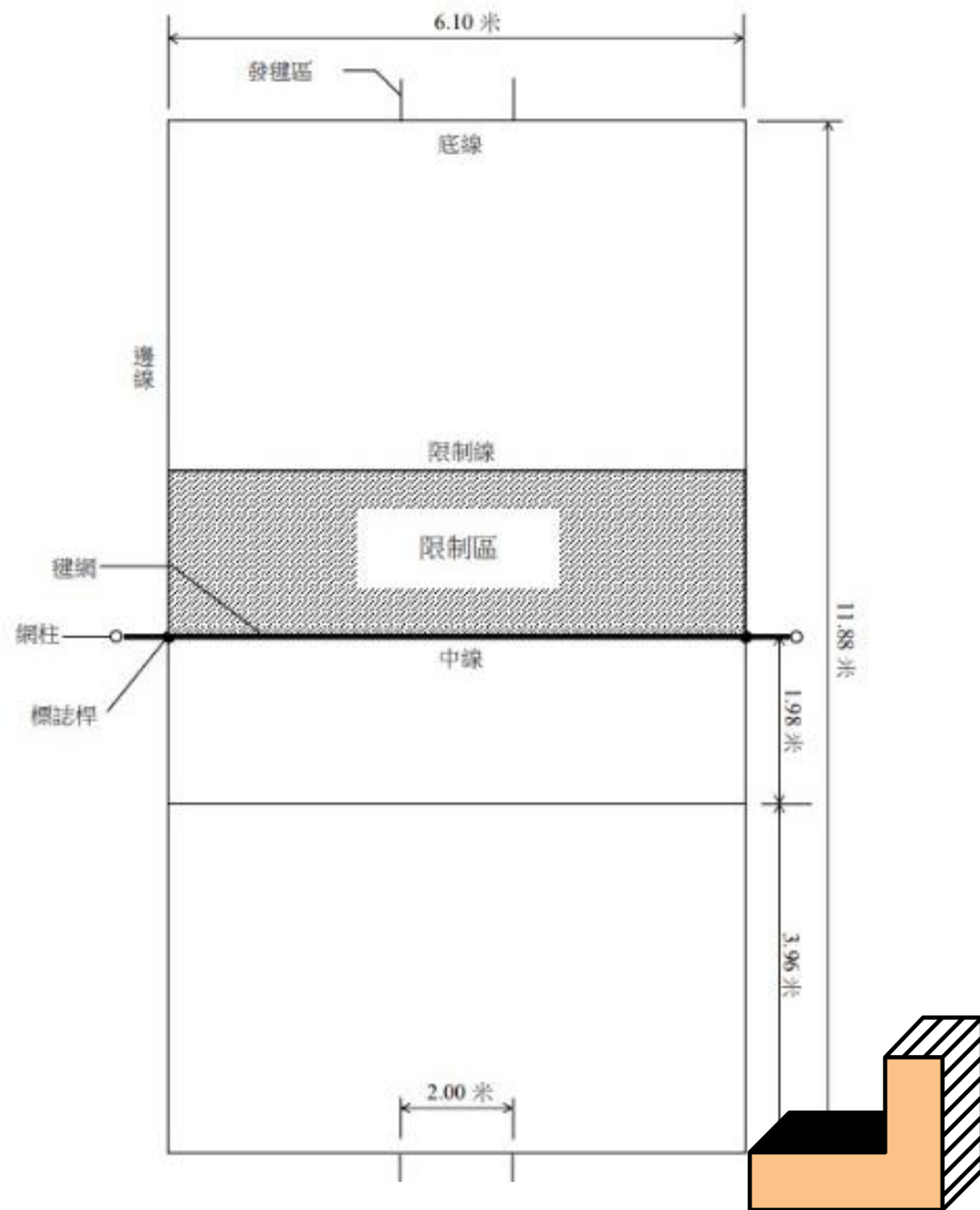
抹

- 一腿從支撐腿後面繞過，用腳內側或腳底踢毽子

被(音:杯)

- 一腿向身後擺動彎曲，用腳底向身前踢毽子





規則

一方隊伍只能連續擊球**4**次

隊員發球時，
不能踏及底線或發球區線及其延長線

球員**不能**用頭攻球，
但**限制線後**起跳攻擊**不在此限**

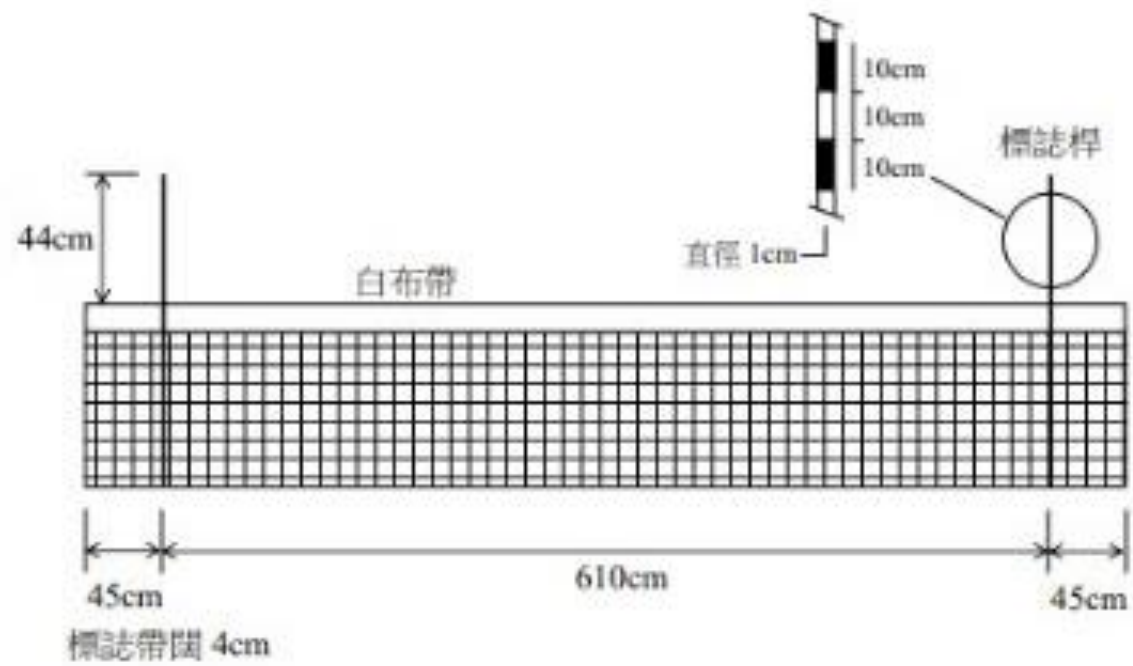


圖 B 球網

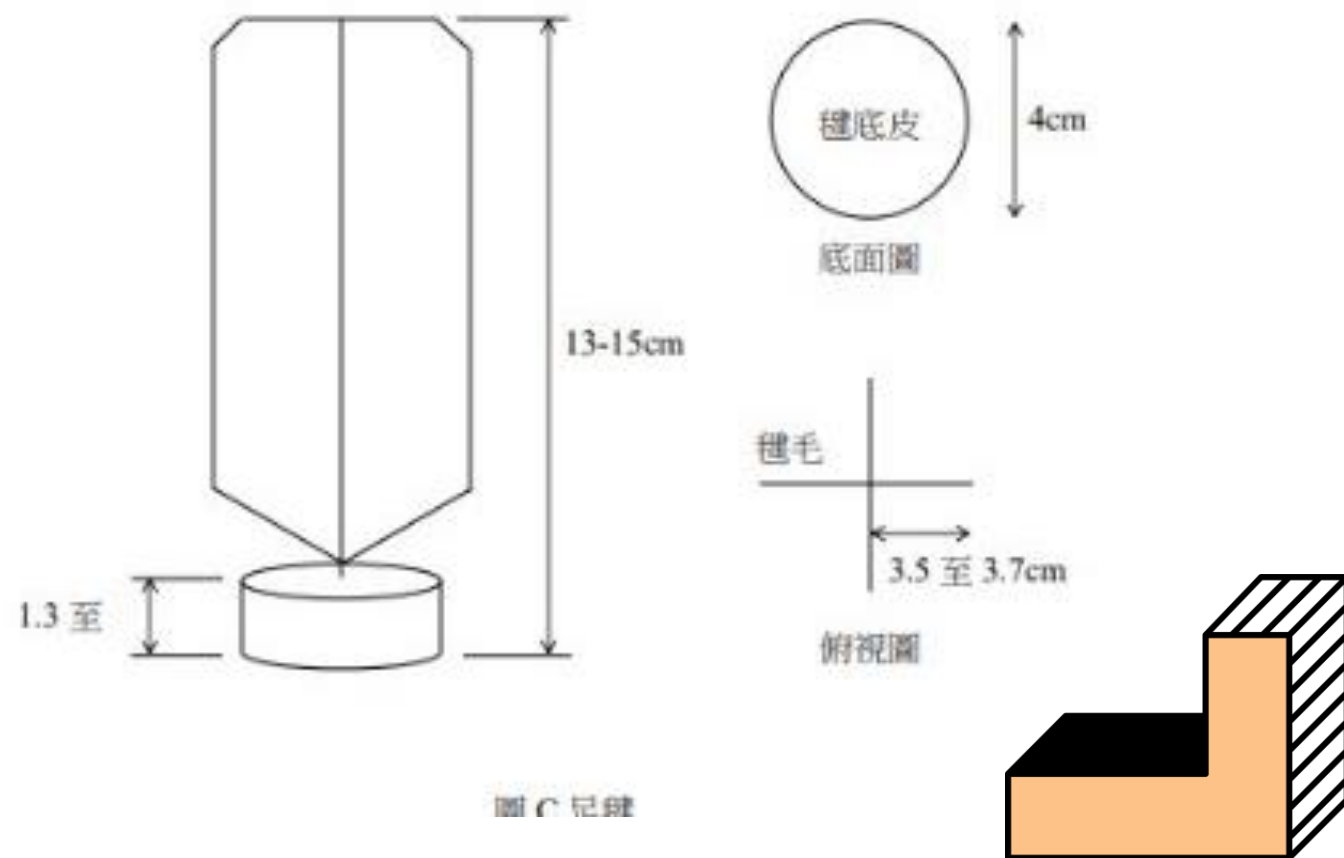


圖 C 球拍

規則



足毬不得明顯地
停留在毬員身體的任何部位



不能觸碰網(兩標誌桿以內)
任一位置



發毬延誤時間不能超過 5 秒鐘

比賽賽制

三局兩勝制
(每局21分)

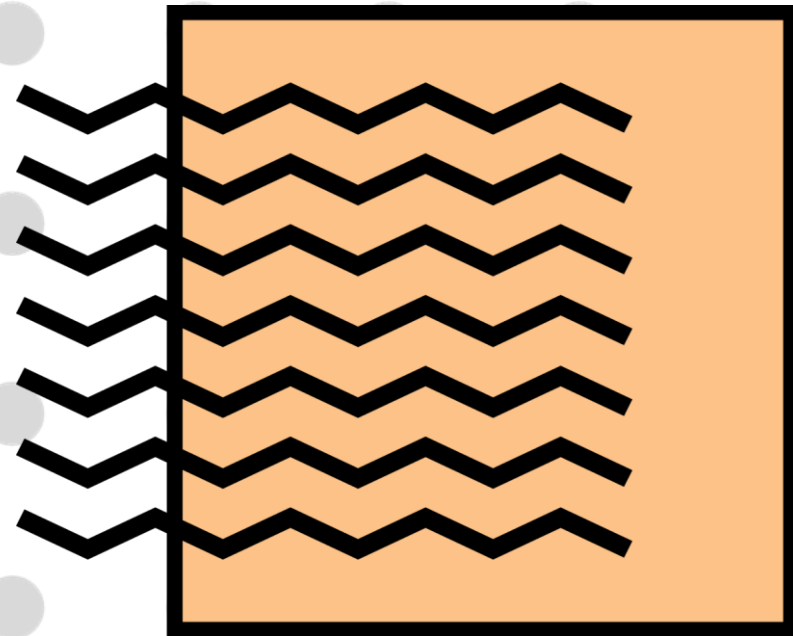
局末平分制

- 即若二十分平手

須其中一隊連勝兩分，方可贏得一局



THE BOYS' BRIGADE,
HONG KONG



THANK YOU

