



運動推介 劍擊

提起「劍擊」，總想起劍手一身英姿颯爽的服飾裝備，或是雙方在賽道上短兵相接的激鬥場面。然而，對於劍擊運動的歷史和賽規，你又知道多少？



劍擊的起源與發展

劍擊運動歷史悠久，源於古時的歐洲，由士兵接受的劍術訓練演變而來。根據文獻，首部有關劍擊技術的著作由西班牙人撰寫，故西班牙被視為現代劍擊運動的發祥地。在14世紀末，劍擊隨着西班牙的軍事拓展，流傳至歐洲各地。到19世紀後期，世界各地紛紛成立劍擊協會。1896年，

首屆現代奧運會舉行，劍擊是比賽項目之一，其普及程度可見一斑。

劍擊的種類

經過幾個世紀的發展，劍擊已成為專門的運動，按照所用的劍種分為三類：

花劍

通常為初學者練習所用的劍，是3種劍中最輕的。以劍尖攻擊對方頸部以下至大腿以上的部份及背部而得分。花劍比賽中若雙方同時擊中對手，擁有攻擊優先權的一方，即先出劍攻擊而擊中者得分。被攻擊者須先做出有效抵擋動作後再進攻擊中才算有效得分。

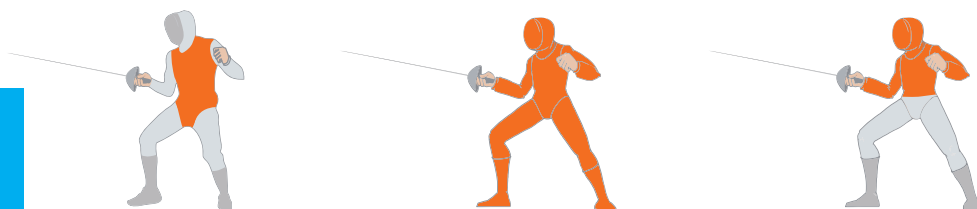
重劍

是3種劍中最重的一種。劍尖可攻擊對手的全身各部份，沒有限制。因此重劍攻擊範圍亦較廣。在重劍比賽中，如雙方同時擊中對手的有效部份，雙方均取得分數。在沒有攻擊優先權的情況下，出劍及擋劍同樣重要。

佩劍

它與另外兩種劍的最大分別，是佩劍可以劍刃的部分得分，因此選手需更好的保護手指；而一般的動作與攻擊通常亦較另外兩種迅速及激烈。佩劍得分的有效部位包括腰部以上身體、面罩及手臂。佩劍比賽亦講究擊中優先權，若兩人差不多同時互相擊中對方，裁判會以攻擊優先權的規則來決定得分誰屬。

橙色部分為有效攻擊得分範圍：

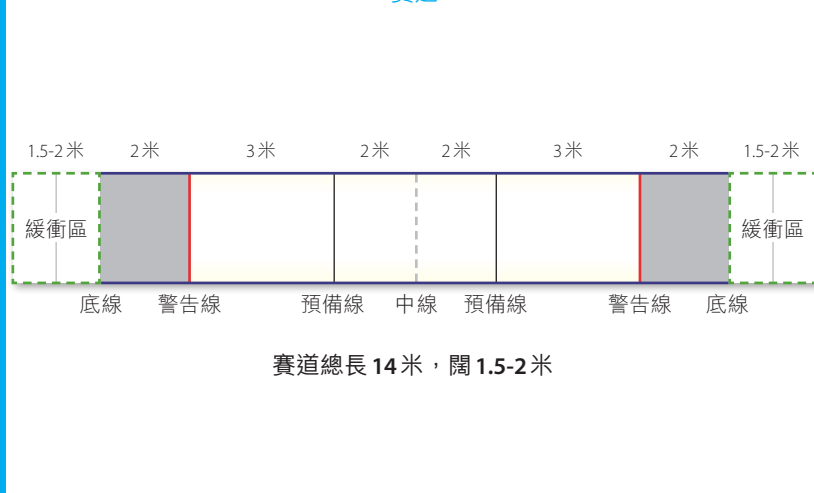




劍擊比賽

劍擊比賽氣氛熾熱，刺激萬分，如了解比賽的基本資料和規則，更能投入其中。

賽道



裝備



賽規

劍擊個人賽，先以小組循環形式作比賽，小組中有 5 至 7 個劍手，他們要在 3 分鐘內先取得 5 分為勝。其後會按名次進行直接淘汰賽，每場賽事分 3 局進行，每局 3 分鐘，局間有 1 分鐘休息時間。其中一名劍手先擊中對手 15 劍，或者於比賽時間內擊中對手較多次數便獲勝。

比賽時間結束時，如果出現雙方平分，比賽會加時 1 分鐘，並採用「即時死亡賽制」，即最先擊中對手的一方為之獲勝。並於加時前雙方會進行抽籤，以決定如果加時賽中雙方都未得分，那誰會是勝者。

團隊賽事方面，會採用直接淘汰賽制來決定勝負。對賽的每隊由 3 位主要劍手組成，另加 1 位後備劍手。每場比賽以每局 3 分鐘及 5 劍為限，一共 9 局。3 位主要劍手輪流比賽，先取得 45 分的隊伍為勝。

至於傷殘人士的輪椅劍擊比賽賽規基本上是相同，同樣有分花劍、重劍和佩劍 3 種。最大的分別是劍手的輪椅是會固定在場地，比賽時劍手只能夠自由移動他們的上半身。

電子裁判方法

在擊劍比賽中應用了先進的電子設備，亦稱裁判器；兩方運動員的劍分別裝有紅光和綠光探測器，當劍手擊中對方，電子儀器可判定有效和無效擊中。若攻擊有效，裁判器就會亮起得分一方的燈。若攻擊無效，則會亮起白燈。

香港劍擊運動的發展及推廣

香港劍擊運動在第二次世界大戰後漸漸萌芽。1945 年二戰結束後，回流的留學生把劍擊引進香港，其後亦有英軍參與。1949 年，香港業餘劍擊總會（即香港劍擊總會前身）成立，後期更加入國際劍擊協會和英聯邦劍擊協會。在 1953 年的港、澳、日三角劍擊賽中，香港劍手大獲全勝，劍擊運動在港更受注目。其後，劍擊開始植根校園，學界於 1960 年開始舉辦校際劍擊比賽，參賽者來自多間學院。劍擊在港穩步發展，香港劍擊隊近年的國際賽成績相當不俗，在 2010 年廣州亞運會和 2014 年仁川亞運會中，分別取得 2 銀 5 銅及 8 銅的佳績。

劍擊講求體能、反應、技巧、應變及專注，並對訓練平衡、發展手眼協調及應變的能力大有幫助。在劍擊比賽當中，亦可以訓練獨立應戰和面對勝敗的心理素質。香港劍擊總會致力推動本地劍擊運動發展。該會獲康樂及文化事務署資助成立社區體育會，定期舉行劍擊訓練班，讓普羅大眾有機會參與劍擊運動。

如有興趣參加劍擊課程，可瀏覽香港劍擊總會網頁 (www.hkfa.org.hk) 或致電 2504 8106 向職員查詢。



資料來源

香港劍擊總會
<http://www.hkfa.org.hk>