



北京市高等教育精品教材立项项目

陆卫平 主编

排球竞赛与裁判方法



北京航空航天大学出版社

内容简介



北京市高等教育精品教材立项项目

排球竞赛与裁判方法

陆卫平 主编

北京航空航天大学出版社

内 容 简 介

排球竞赛与裁判方法的理论与实践对于指导人们有效地组织排球赛事和成功地参加排球比赛都有着重要的意义。本书主要对排球竞赛的特点与价值,排球竞赛的组织与编排,制定排球竞赛规程的内容与方法,排球规则的演变与发展,排球裁判员运用规则的基本原则,以及排球裁判方法的教学与实践等方面进行详细的阐述。

本书可作为体育院校师生的教材,并可作为广大排球工作者的学习参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

排球竞赛与裁判方法/陆卫平主编. —北京:北京航空航天大学出版社,2009.6

ISBN 978-7-81124-614-8

I. 排… II. 陆… III. ①排球运动—竞赛规则②排球运动—裁判法 IV. G842.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 016697 号

排球竞赛与裁判方法

陆卫平 主编

责任编辑 王 实

*

北京航空航天大学出版社出版发行

北京市海淀区学院路 37 号(100191) 发行部电话:010-82317024 传真:010-82328026

http: www.buaapress.com.cn E-mail:bbhpress@263.net

北京市媛明印刷厂印装 各地书店经销

开本:787×960 1/16 印张:8.5 字数:190 千字

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷 印数:3 000 册

ISBN 978-7-81124-614-8 定价:19.00 元

前 言

排球运动有百余年的发展历史,目前已有五大洲的 210 多个国家或地区开展了排球运动。在排球运动这个大家庭中,6 人制排球已成为全世界最具影响力的运动项目之一;沙滩排球是奥运会中唯一在沙地上进行的运动项目;坐式排球是残奥会的正式比赛项目;软式排球被教育部列入 21 世纪《九年义务教育全日制中、小学体育与健康教学大纲》。虽然各种排球运动的形式相似,但在参赛人数、基本技术、比赛方式和一些自然条件方面却有根本的区别,所以在规则阐述、裁判技巧、比赛程序以及环境条件要求等方面都有所不同。只有充分认识各种排球运动的不同特点,才能使更多的人体验到排球运动所带来的快乐,更好地推动排球运动的进一步普及与发展。

本教材编写的指导思想是,坚持集科学性、知识性和实用性于一体,力求既突出重点,又概括全面;既侧重普及,又兼顾提高。书中内容涉及排球竞赛的组织与实施、竞赛与编排方法、规则的演变与发展、竞赛规程的制定,以及排球规则和裁判方法在比赛实践过程中的实际案例,可供体育院校师生和广大排球工作者学习和参考。

《排球竞赛与裁判方法》由首都体育学院主持编写,陆卫平担任主编,参加编写的人员有潘迎旭(第一章、第二章)、陆卫平(第三章、第四章)、安琪(第五章、附录)、印明(第六章)和蒋理(第七章)。

本教材在编写过程中,参阅并引用了兄弟院校的有关教材和资料,在此一并表示感谢。

由于我们对排球竞赛与裁判方法的理论研究还不够深透,参编人员水平与经验有限,因此,书中可能还存在一些不尽如人意的地方。在此,恳请读者批评指正。

编 者

2008 年 12 月

目 录

第一章 排球竞赛概述.....	1
第一节 排球竞赛的概念.....	1
第二节 排球运动形式及其竞赛方法.....	1
一、以竞技性为主的排球运动形式及其比赛.....	1
二、以娱乐性为主的排球运动形式及其比赛.....	4
第三节 排球竞赛的特点和价值.....	7
一、排球竞赛的特点.....	7
二、排球竞赛的价值.....	7
第二章 排球竞赛的组织与实施.....	9
第一节 排球竞赛的组织机构及其职责.....	9
一、排球竞赛的组织机构.....	9
二、排球竞赛组织机构的职责.....	9
第二节 排球竞赛秩序册和有关竞赛表格的设计与编印.....	10
一、排球竞赛秩序册.....	10
二、赛前训练表.....	10
三、排球竞赛有关文件、表格的印制.....	12
四、排球竞赛常用表格.....	12
第三节 做好排球竞赛的管理工作.....	20
一、排球竞赛场地与器材的准备.....	20
二、排球竞赛工作中的管理和教育.....	20
三、世界排球主要赛事及竞赛方法.....	20
四、世界沙滩排球主要赛事及竞赛方法.....	21
第三章 排球竞赛规程.....	23
第一节 制定排球竞赛规程的依据和原则.....	23

一、制定排球竞赛规程的依据	23
二、制定排球竞赛规程的原则	23
第二节 制定排球竞赛规程的内容	24
第三节 排球竞赛规程示例	26
第四章 排球竞赛方法	31
第一节 循环法	31
一、单循环法	31
二、双循环法	35
三、分组循环法	35
第二节 淘汰法	37
一、单淘汰竞赛方法	37
二、双淘汰竞赛方法	38
三、淘汰赛的编排方法	39
第三节 混合法	42
第四节 排球竞赛成绩与名次的确定	43
第五章 排球规则的演变与发展	45
第一节 第一部排球比赛规则	45
第二节 早期排球规则发展简况	46
第三节 国际排球联合会(FIVB)成立后规则的发展	47
第四节 近年排球规则重大改革及现行规则	49
一、近年来规则修改的主要条款	50
二、新规则的实施对排球运动的影响	50
三、国际排联近期试行并即将执行的新规则	52
第六章 排球规则的教学与实践	53
第一节 排球比赛的特性	53
第二节 排球比赛的场地和器材	53
一、规则条款	53

二、教学重点	57
三、实例分析	58
第三节 比赛参加者	58
一、规则条款	58
二、教学重点	60
三、实例分析	60
第四节 比赛方法	62
一、规则条款	62
二、教学重点	65
三、实例分析	65
第五节 比赛行为	66
一、比赛的状态与击球	66
二、球网附近的球与球网附近的队员	68
三、发 球	70
四、进攻性击球	72
五、拦 网	73
第六节 比赛间断与延误比赛	75
一、比赛间断	75
二、不符合规定的请求与延误比赛	78
三、例外的比赛间断	79
四、局间休息与交换场区	81
第七节 后排自由防守队员	81
一、规则条款	81
二、教学重点	82
三、实例分析	82
第八节 参赛者的行为	83
一、规则条款	83
二、教学重点	84
三、实例分析	85
第九节 沙滩排球与 6 人排球竞赛规则的主要区别	85

第七章 排球裁判法的教学与实践	92
第一节 排球比赛中裁判员的作用	92
第二节 排球裁判员运用规则的基本原则	92
第三节 排球裁判员的临场判断与配合	92
一、裁判员与工作程序	92
二、裁判员的权力与职责	93
三、裁判员之间的配合	101
四、网上球的判断及处理方法	104
五、裁判员手势的运用	107
第四节 沙滩排球裁判员的主要职责及工作方法	109
一、沙滩排球第一裁判员	109
二、沙滩排球第二裁判员	110
三、沙滩排球记录员	110
四、沙滩排球司线员	120
附录 排球比赛中常用英语单词	121
参 考 文 献	128

第一章 排球竞赛概述

第一节 排球竞赛的概念

排球竞赛是指参与比赛的双方运动队在裁判员的主持下,遵照规则,在由球网分开的特定场地区域内,以战胜对手、争取胜利为直接目标而进行的比赛。

从上述概念中可以看出,排球竞赛是由比赛参加者、比赛目标、比赛场地、比赛规则和裁判员五个要素构成的。具体如下:

(1) 比赛参加者是排球竞赛的主体,每个运动员和运动队分别承担着不同的任务,组成一个整体共同参与一场竞技较量。

(2) 参赛双方均以战胜对手、争取胜利为直接目标,赋予比赛竞争性。

(3) 比赛场地是运动员展开较量的舞台,只有进入比赛场地才能参与比赛,成为竞技者。

(4) 排球比赛受排球竞赛规则的严格约束。

(5) 裁判员是比赛活动的组织者、竞技规则的执法者、比赛结果的判定者。

第二节 排球运动形式及其竞赛方法

一、以竞技性为主的排球运动形式及其比赛

(一) 6人制排球及其比赛

排球运动在诞生之初并没有规定比赛的上场人数,双方可在赛前临时商定,只要双方人数对等即可。随着比赛规则的逐步完善,每队上场6人的规定于1918年被确定下来。此后,美国一直实行6人制排球,传入欧洲的排球运动也是6人制的,而亚洲的排球发展则经历了16人制、12人制、9人制和6人制的演变,我国是在新中国成立后才逐步采用和推广6人制排球的。目前,6人制排球是世界上最为普遍的排球运动形式。6人制排球既可在室内进行,也可在室外进行,它需要顽强的竞技精神和精确的团队协作,兼具速度感、刺激性和爆发式动作,能够充分展示参与者自身的能力、精神、美感和创造力,是高度与力量、速度与技巧、全面与变化的完美结合,适合终生参与。

6人制排球比赛每队上场6人,1、5、6号位为后排队员,2、3、4号位为前排队员,同排以及同列队员之间各自有位置限制。6人制排球比赛采用5局3胜制,胜3局的队胜1场。比赛

采用每球得分制,接发球队胜 1 球时得 1 分并获得发球权,同时队员沿顺时针方向轮转一个位置。每局(决胜局第五局除外)先得 25 分并同时领先对手 2 分的队胜 1 局。当比分为 24 : 24 时,比赛继续进行直至某队领先 2 分(26 : 24、27 : 25…)为止。决胜局,先得 15 分并同时领先对手 2 分的队获胜。当比分为 14 : 14 时,比赛继续进行至某队领先 2 分(16 : 14、17 : 15…)为止。比赛场区为 18 m×9 m 的长方形。球由柔软皮革或合成革制外壳及橡皮或类似质料的球胆构成,颜色为一色的浅色或彩色。球的周长为 65~67 cm,质量为 260~280 g,气压为 0.30~0.325 kg/cm²(294.3~318.82 hPa)。球网高度男子为 2.43 m,女子为 2.24 m。比赛的击球动作有持球、连续击球、四次击球和借助击球等限制。

(二) 沙滩排球及其比赛

沙滩排球起源于 20 世纪 20 年代的美国加利福尼亚州的圣·莫尼卡海滩。沐浴在阳光和海风中,头顶蓝天,脚踩柔沙,随着在空中舞动的排球不停地跳跃、奔跑、滚翻……,沙滩排球这一既能竞技,又能休闲、娱乐和健身的活动形式,以其自身特有的魅力,赢得了越来越多的人的青睐。沙滩排球于 1996 年首次成为奥运会正式比赛项目,迄今为止共举办过 4 届奥运会沙滩排球比赛,均获得了极大成功。

正式的沙滩排球比赛每队由两名运动员组成,没有替补队员,也不允许教练员场外指导,队员无场上位置限制,但有发球顺序的要求。比赛的目的是将球击过球网,使其落在对方场区内,并阻止对手达到同一目的。每队可击球 3 次(包括拦网触球)将球击回对方场区。比赛场地包括比赛场区和无障碍区。比赛场区为 16 m×8 m 的长方形,场地边线外和端线外的无障碍区至少为 5 m、最多为 6 m,比赛场地上空无障碍空间的高度至少为 12.5 m,界线宽为 5~8 cm。比赛场地应是水平的沙滩,沙子的深度至少为 40 cm,并不得有石头、壳类等可能伤害运动员的杂物。沙滩排球的外壳由柔软和不吸水的材料制成,内装橡胶或类似材料制成的球胆,颜色是黄色、白色、橙色和粉红色等明亮的浅色。球的周长为 66~68 cm,质量为 260~280 g,气压为 0.175~0.225 kg/cm²(172~221 hPa)。

正式的沙滩排球比赛采用 3 局 2 胜制,先胜 2 局的队赢得比赛的胜利。比赛采用每球得分制,第一、二局先得 21 分(决胜局 15 分)的队获胜,但每局都必须领先对手 2 分以上才能获胜。由于沙滩排球是一项室外运动,考虑到阳光、风向和风速等自然条件会对运动员的技战术发挥产生一定的影响,比赛中每当双方比分累积达到 7 分(第一、第二局)或 5 分(第三局),以及 7 分或 5 分的倍数时,双方需马上交换场地,以保证比赛条件的公平。比赛过程中,每队每局最多可请求一次暂停,时间为 30 s(秒钟)。第一局和第二局比赛中,当双方比分累积为 21 分时,有一次 30 s 的技术暂停。比赛中,受伤队员可请求一次 5 min(分钟)的受伤暂停,但每名队员在每场比赛中只有一次请求受伤暂停的机会。比赛中,局与局之间的时间间隔为 1 min。沙滩排球比赛中,运动员除不能持球、连续击球和四次击球外,也不能张开手指进行吊球,队员用上手传球完成进攻性击球时传球轨迹必须垂直于双肩连线。

(三) 坐式排球及其比赛

坐式排球运动最早于 1956 年在荷兰出现。荷兰军队的伤员协会组织伤残军人进行体育活动时,将当时在其国内开展的拳球(fist ball)运动和排球运动巧妙地结合起来,发明了适合残疾人活动的体育项目——坐式排球。1975 年,荷兰人第一次组织了坐式排球比赛,制定了简易的比赛规则,对原来排球场地、球网的高度等进行了缩小和降低,同时明确规定了上场比赛的人数,使之适合残疾人坐在地面上进行比赛。此后,经过不断的摸索和实验,逐渐完善了比赛规则,将坐式排球比赛发展成为适合残疾人进行的体育比赛。1980 年,男子坐式排球首次作为正式比赛项目进入残奥会。2004 年在希腊雅典举行的第 12 届残奥会上,首次将女子坐式排球列为正式比赛项目。

坐式排球比赛场地分比赛场区和无障碍区,其场区为 $10\text{ m} \times 6\text{ m}$ 的长方形。比赛场地边线外无障碍区宽度至少为 4 m ,端线外宽度至少为 6 m ,比赛场地上空无障碍空间的高度至少为 10 m 。比赛场地的地面只能是木质或合成物质的,必须平坦,不得有任何可能伤害队员的隐患,不得在粗糙、湿或滑的场地上进行比赛。比赛场区和无障碍区分别为两种不同的颜色。场区上所有的界线为白色,宽为 5 cm 。比赛用球的外壳由柔软的皮革或合成革制成,内装橡胶或类似质料制成的球胆,颜色是一色(浅色)或彩色。球的周长为 $65 \sim 67\text{ cm}$,质量为 $260 \sim 280\text{ g}$,气压为 $0.30 \sim 0.325\text{ kg/cm}^2$ ($294.3 \sim 318.82\text{ hPa}$)。球网架设在中线上空,其高度男子为 1.15 m ,女子为 1.05 m 。

坐式排球比赛每队由 12 名队员组成,两队各派 6 名队员在由球网分开的场地上进行比赛。场上 6 名队员中可以包括最多一名“最低限度的残疾”队员。比赛的目的是各队遵照规则,将球击过球网,使其落在对方场区的地面上而防止球落在本方场区的地面上。每队可击球 3 次(拦网触球除外),将球击回对区。比赛由发球开始,发球队员击球使球从过网区飞至对区,比赛由此连续进行,直至球落地、出界或某一队不能合法地将球击回对区为止。

坐式排球比赛采用 5 局 3 胜制,胜 3 局的队胜 1 场。比赛中某队胜 1 球,即得 1 分(每球得分制)。接发球队胜 1 球时得 1 分,同时获得发球权,队员按顺时针方向轮转一个位置。每局比赛先得 25 分并同时领先对手 2 分的队胜 1 局。当比分为 $24:24$ 时,比赛继续进行直至某队领先 2 分($26:24$ 、 $27:25\cdots$)为止。决胜局,先得 15 分并同时领先对手 2 分的队获胜。当比分为 $14:14$ 时,比赛继续进行至某队领先 2 分($16:14$ 、 $17:15\cdots$)为止。坐式排球比赛方式与 6 人制排球比赛方式基本相同,同样有连击、持球、四次击球和借助击球等限制,但同时坐式排球比赛也有自己的特殊规定,例如:在比赛过程中,运动员需要坐在地上进行比赛,其臀部必须保持与地面接触,不允许站立和行走。在不妨碍对方完成技术动作的情况下,允许队员的手和脚越过中线。

根据竞赛任务和竞赛规模的不同,以竞技性为主的排球运动形式及其比赛可以分为综合性运动会中的排球比赛,以及锦标赛、联赛、杯赛、邀请赛、选拔赛、检查赛、表演赛和友谊赛等不同形式。

二、以娱乐性为主的排球运动形式及其比赛

(一) 软式排球及其比赛

软式排球 20 世纪 80 年代诞生于日本,90 年代初传入我国并逐步得到推广,是一项娱乐性和健身性较强的新兴的排球活动形式。软式排球分充气式和免充气式两大类,我国生产的软式排球主要是免充气式的。因球体柔软、质量相对较轻、击出的球飞行速度较 6 人制的硬式皮制排球慢,所以不易挫伤手指,也不易落地,玩起来既安全又有趣,不受年龄、性别、体质和技术水平的约束,受到越来越多中小学生的喜爱。

正式的软式排球比赛分为 A 制(4 人)和 B 制(6 人)。A 制比赛中,1 号位为后排队员,2、3、4 号位为前排队员;B 制比赛中,1、5、6 号位为后排队员,2、3、4 号位为前排队员。A 制比赛场区为 $16\text{ m} \times 9\text{ m}$ 的长方形,四周至少有 3 m 宽的无障碍区,从地面向上至少有 7 m 高的无障碍空间。B 制比赛场区为 $18\text{ m} \times 9\text{ m}$ 的长方形,四周至少有 3 m 宽的无障碍区,从地面向上至少有 7 m 高的无障碍空间。成人比赛所用球的周长为 $65 \sim 67\text{ cm}$ 、质量为 $220 \sim 240\text{ g}$,青少年比赛所用球的周长为 $63 \sim 65\text{ cm}$ 、质量为 $200 \sim 220\text{ g}$ 。成人比赛球网高度男子为 2.35 m 、女子为 2.20 m ,青少年比赛的网高可适当降低。

软式排球比赛采用 3 局 2 胜制和每球得分制。发球队胜 1 球即得 1 分,同时获得发球权。每次换发球时发球队员按顺时针方向轮转一个位置。前两局,先得 25 分并同时超过对方 2 分以上的队胜一局。当比分为 $24:24$ 时,比赛继续进行直至某队领先对方 2 分为止,没有最高分限。决胜局,先得 15 分并同时超过对方 2 分以上的队胜该局。当比分为 $14:14$ 时,比赛继续进行直至某队领先 2 分为止,没有最高分限。决胜局比分到 8 分时双方交换场区。

(二) 9 人制排球及其比赛

亚洲的排球运动发展,在 6 人制之前曾经历过 16 人制、12 人制和 9 人制。我国从 1951 年起为适应国际比赛的需要正式推广和采用了 6 人制排球运动,但 9 人制排球自 1927—1951 年在我国流行了 24 年之久,有着广泛的群众基础。直到今天,我国的一些沿海地区,特别是一些“排球之乡”,仍然有不少爱好者参加 9 人制排球活动。我国妇女与日本妇女之间也经常开展 9 人制排球活动,并以此作为国际交流的一种形式。

9 人制排球比赛是双方各上场 9 名队员,在一个 $22\text{ m} \times 11\text{ m}$ (女子比赛场地为 $18\text{ m} \times 9\text{ m}$) 的场地上进行的集体攻防对抗运动。场上队员分 3 排站立,一般前排中是二传手,左、右两名队员为快攻手和拦网手;二排中为快攻手、强攻手兼接应二传手,二排左、右两名队员一般为强攻手;后排的 3 名队员均为防守队员。比赛中,进攻主要采用快球掩护下的各种战术。防守一般采用 3 人集体拦网,二排中的队员跟进保护,后排 3 名队员分区防守的阵形。

正式的 9 人制排球比赛采用 5 局 3 胜制,比赛采用每球得分制,以某队先得 21 分并领先对方 2 分(如 $21:19$ 、 $24:22$ …)以上为获胜,无最高分限。

9 人制排球比赛的突出特点是队员在比赛中场上位置不轮转,也无固定位置,不分前、后

排,无位置错误,只按事先排定的发球顺序依次发球,任何队员都可以在任何高度进行进攻性击球和拦网。因此,对参与者技术的全面性要求不高,更多的是要求参与者具有技术特长。发球队员有两次发球机会,第一次发球失误,还可以再次发球。持球和连击尺度放宽,但不鼓励捞、捧和携带球等动作。球网高度男子为 2.30 m,女子为 2.10 m。比赛场区内无中线和进攻线。

(三) 妈妈排球及其比赛

妈妈排球开始于日本的名古屋,因参加者多为孩子的妈妈而得名。1979 年 6 月,名古屋妈妈排球队访问我国,介绍并表演了这种娱乐排球。从此,妈妈排球在我国也逐渐开展起来。1987 年 5 月,在上海举办了全国首届妈妈排球邀请赛,江苏、山东、上海、原国家体委 4 支妈妈排球队参加了比赛。目前,妈妈排球已经成为中日女排元老队员一项传统的友好交流活动。

妈妈排球主要采取 9 人制排球的打法和规则进行比赛。

(四) 小排球及其比赛

小排球又被称为迷你排球(mini volleyball)。大约在 20 世纪 60 年代初,前民主德国的教练员在推广儿童排球的活动中创造了“小排球”,并取得了较好效果。此后,小排球活动在世界各国普遍开展起来。1975 年在瑞典,1979 年在意大利,1982 年在阿根廷,相继召开了国际小排球讨论会。目前,意大利、德国、日本、墨西哥、匈牙利、美国、加拿大、中国和保加利亚等国都广泛开展了小排球运动,国际排联已将其与学校排球运动一起列入现代排球的发展规划中,并设有专门的小排球委员会分管这项少年儿童喜爱的活动。国际排联小排球委员会为便于更好地进行国际交流和更广泛地开展 9~12 岁少年儿童的排球活动,于 1971 年统一了小排球比赛的规则。

我国一直重视小排球活动,不少中小学校都有开展小排球活动的传统。小排球活动给少年儿童带来了欢乐。少年儿童参加小排球活动,既能增强体质,促进生长发育,又能培养对排球运动的兴趣,养成团结、互助的良好习惯和勇敢、顽强的优良品质,促进少年儿童身心的健康成长。同时,开展小排球活动也有利于发现、培养和选拔竞技排球运动的人才。

1973 年,我国由原国家体委审定出版了《9~12 岁小排球规则》,主要包括:

(1) 比赛场区 16 m×8 m,男、女网高均为 1.9 m 或 2 m(少年组男子 2.24~2.30 m,女子 2.00~2.10 m),距中线 2.5 m 处设有扣球进攻限制线,将场地分为前场区和后场区。

(2) 正式比赛采用 5 局 3 胜制,一般比赛采用 3 局 2 胜制。先得 11 分并超过对方 2 分以上的队为胜 1 局。决胜局中任何一队先得 6 分时双方交换场区。

(3) 获得发球权以后,队员要按顺时针方向轮转位置,轮转方法同 6 人制排球。

(4) 球的制作同一般排球,球的周长为 58~60 cm、质量为 200~220 g(少年组球的周长为 61~64 cm,质量为 230~250 g)。

(5) 发球有两次机会,第一次失误,可再发一次。

(五) 气排球及其比赛

气排球是我国土生土长的一项群众性排球活动。1984年,呼和浩特铁路局为了开展老年人体育活动,在没有规则限制的情况下,组织离退休职工用气球在排球场上进行游戏。由于气球过轻且易爆,他们将两个气球套在一起打,最后又改用儿童软塑球。后来,组织者参照6人排球竞赛规则制定了简单的比赛规则,并将这种活动形式取名为气排球。1991年,在北京举行的全国铁路老年体育工作会议决定在全国铁路老年人中推广气排球活动。火车头老年体育协会依据排球规则,编写了第一本《气排球竞赛规则》,并在上海特制了比赛用球。1992年3月,在石家庄举办了第一期全国铁路气排球学习班。同年11月,在武汉举行了首届全国铁路老年人气排球比赛,共有7支男队和6支女队参加比赛。1993年3月,火车头老年人气排球协会在北京正式成立。同年7月,全国铁路第2届老年人气排球比赛分别在齐齐哈尔市和锦州市举行。

与普通排球比赛相比,气排球比赛由于对运动的技巧性要求降低,比赛中球的飞行速度减慢,来回球的次数增加,击球花样增多,使得初学者对球的恐惧感消失,因而大大提高了气排球比赛的趣味性、吸引力和可观赏性,尤其适合老年人健身和少年儿童娱乐的需要。

气排球比赛每队上场5人。比赛用球由软塑料制成,球的颜色为黄色。球的质量为100~150 g,周长为79~85 cm。气排球比赛场地为12 m×6 m的长方形,比赛网高男子为2 m、女子为1.8 m。气排球的打法和比赛记分方法均与6人制排球基本相同。

(六) 墙排球及其比赛

墙排球是一种利用墙壁反弹作用的新型室内排球活动,具有墙球、排球和室内英式足球的特点。墙排球对人的反应灵敏性和技术技巧性要求较高,有助于锻炼人们的思维,玩起来精彩有趣,适宜在俱乐部、度假村和宾馆等地开展。

墙排球运动是在一个长为12.2 m、宽为6.1 m、顶高为6.1 m的长方形玻璃房间内进行的,双方各上场2名、3名或4名队员进行对抗。墙排球的规则以6人制排球为基础,球网高度男子为2 m、女子为1.8 m,网长到墙球场的两侧。场区内在距离中线的中心线为2 m处有一条进攻线,把场区分为前场区和后场区。球的质量为255~285 g,比排球质地软。比赛中,球过网前双方各有3次击球的机会,队员利用墙的反弹,将球通过侧面墙壁撞击进入对手的场地,可以使球上升、下落或旋转,比赛者可以运用对准墙角击球给对手制造麻烦。但一次击球连续撞击两面墙为失误,球撞天花板或底线墙为出界。比赛中有“一次发球得分轮转”(即发球得分后队员不得连续发球,应换下一人发球)的规定。进攻时,队员必须在距中线的中心线2 m的进攻线后将高于球网上沿的球击入对方场区。

(七) 雪地排球及其比赛

雪地排球是美国滑雪胜地开展的一项排球活动。人们在-15℃的高山雪地,头戴滑雪帽,身穿滑雪服,在雪野中跳跃扣杀,翻滚扑救,其乐无穷。

雪地排球的比赛方法与6人制排球比赛方法相似,比赛时,双方各上场3名队员,每局先

赢得 7 分的队为胜队。

第三节 排球竞赛的特点和价值

一、排球竞赛的特点

(一) 参赛目标的竞争性

在排球比赛中,参赛双方均以战胜对手、争取胜利为直接目标。为了实现这个直接的目标,比赛双方充分运用身体、技术、战术、智能和心理等方面的能力进行激烈的竞争,使得比赛充满了竞争性。

(二) 竞赛条件的公平性

参加排球比赛的双方是在同一块场地上,使用同样的比赛器材,遵循同样的规则和竞赛制度进行同场竞技比赛的,因此,最大限度地保证了竞赛条件的公平性。

(三) 竞赛规则的制约性

在比赛中,为了实现战胜对手、争取胜利的目标,比赛双方可以充分发挥运动员身体、技术、战术、智能和心理等方面的能力,但必须在竞赛规则的限定下完成。因此,排球竞赛具有竞赛规则的制约性。

(四) 竞赛过程及结果的随机性

在每球得分制的排球比赛中,为了实现战胜对手、争取胜利的目标,参赛双方除需要充分发挥自身的身体、技术、战术、智能和心理能力以外,还要面对来自对手的各方面挑战,比赛的进程和最终结果通常是无法在赛前准确预料的,只能由双方的临场发挥决定,竞赛过程及结果具有极大的随机性。

(五) 竞赛信息的扩散性

在一场排球比赛中,除参赛的双方运动员外,还有裁判员、观众、竞赛管理者、新闻媒体和赞助商等相关利益群体的密切参与。赛事基本信息和比赛结果将不可避免地在相对广阔的范围内被迅速扩散和传播,有利于排球运动的开展和排球文化的传播。

二、排球竞赛的价值

排球竞赛是排球运动发展过程中不可缺少的重要内容,是排球教学与训练的重要组成部分,同时也是宣传、普及和提高排球运动水平的有效措施之一。

(一) 竞技价值

排球竞赛是运动员竞技能力的较量。运动员通常都以取胜为参赛目标,在比赛中都会全力以赴,力求最大限度地发挥自身所具有的各种竞技能力,包括体能、技能、心理能力与智能。

（二）健身价值

运动员在排球竞赛中都要承受较大的运动负荷,当然也就对自身的机体施加了相应的刺激,促进了机体的不断强壮。群众性健身体育活动中排球竞赛的健身价值就更加突出。

（三）观赏价值

无论是优秀运动员参加的排球赛事,还是排球爱好者组织的竞赛,都有着很高的观赏性。在排球运动百余年的发展历程中,形成了自身的项目特点。人们在观看排球竞赛时,看到运动员完成各种运动技巧,会受到美的熏陶,得到美的享受。

（四）商业价值

在现代社会中,体育与经济的关系日益紧密。在这一大趋势下,排球竞赛的商业价值也在许多方面、许多场合表现出来。从历史的角度看,体育竞赛的功能主要体现在促进人类和平,更新传统观念,推进经济发展,丰富文化生活等方面。在人类进入 21 世纪的今天,体育竞赛对社会的经济发展和丰富大众的文化生活将起到越来越重要的作用。

（五）宣传价值

排球竞赛具有蓬勃的生命力。运动员在排球比赛中风格各异的表演,比赛双方激烈的角逐对抗,竞赛结果的不确定性,都会引发观众情绪的起伏激荡。2004 年,中国女排在雅典奥运会上团结拼搏,决赛中上演大逆转,以 3 : 2 战胜俄罗斯队,又一次夺得奥运会冠军,亿万观众观看了这场比赛的电视转播。人们关心着明星的表演,关注着比赛的结果,这就为传播媒介的宣传提供了广阔的市场。

第二章 排球竞赛的组织与实施

第一节 排球竞赛的组织机构及其职责

一、排球竞赛的组织机构

竞赛组织者在组织排球竞赛时,首先应依法或按照有关规定成立相应的组织委员会,使之成为即将举办的排球竞赛的权利机构,并在其领导下推动和保障各项竞赛工作的顺利进行。根据竞赛计划的设想和要求,组织委员会可以有不同的规模和形式。大型排球竞赛的组织机构如图 2-1 所示,而一般学校或基层单位的排球竞赛组织委员会则可以根据情况适当精简。

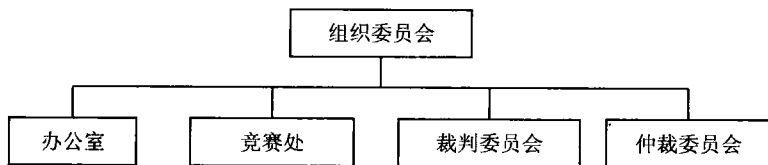


图 2-1 排球竞赛组织委员会结构

在采用主客场制组织比赛时,应成立两个层次的组织领导机构:一是成立联赛组织委员会;二是各承办单位成立赛区委员会。

二、排球竞赛组织机构的职责

(一) 组织委员会

组织委员会(简称组委会)是排球竞赛的最高领导机构,对竞赛进行决策、组织和控制。由于排球竞赛涉及人、财、物及信息等方面,所以组委会在实施领导中应以调动人的积极性、做好人的工作为根本,并注意掌握运动竞赛复杂、竞争及多变的特点,善于在动态中做好组织和管理工作。

组委会的主要职责包括:

- (1) 听取、讨论并通过竞赛计划及各部门工作的实施方案。
- (2) 商议并批准竞赛经费的预算和决算方案。
- (3) 讨论并处理竞赛过程中发生的重大问题。
- (4) 审议并通过竞赛工作中的奖惩提案。
- (5) 听取、讨论并通过竞赛总结工作报告。