

# 手球竞赛规则

# 1982



中华人民共和国体育运动委员会审定

# 手球竞赛规则

• 1982 •

人民体育出版社

# 手 球 竞 赛 规 则

• 1982 •

中华人民共和国体育运动委员会审定

人民体育出版社出版

宣武印刷厂印刷 新华书店北京发行所发行

787×1092毫米 1/32 20千字  $1\frac{8}{32}$ 印张

1956年8月第1版 1982年5月第6版 1982年7月第9次印刷

印数：124,801—132,800册

统一书号：7015·2028 定价：0.13元

## 说 明

本书是根据国际手球联合会制定的《手球比赛规则》(1981年版本)编印的,章节体例等都是原来的样式,文中的“1:1”是指第一章第一条,“5:10”是指第五章第十条,“6:2 c”是指第六章第二条c款,其余类推。

## 目 录

|              |    |
|--------------|----|
| 手球规则概论       | 1  |
| 第一章 比赛场地     | 2  |
| 第二章 比赛时间     | 6  |
| 第三章 球        | 7  |
| 第四章 队员       | 8  |
| 第五章 守门员      | 10 |
| 第六章 球门区      | 11 |
| 第七章 接触球      | 13 |
| 第八章 接触对方     | 14 |
| 第九章 得分       | 15 |
| 第十章 开球       | 16 |
| 第十一章 边线球     | 17 |
| 第十二章 球门球     | 17 |
| 第十三章 任意球     | 18 |
| 第十四章 罚球      | 20 |
| 第十五章 争球      | 21 |
| 第十六章 掷球      | 22 |
| 第十七章 处罚      | 23 |
| 第十八章 裁判员     | 27 |
| 第十九章 记录员和计时员 | 29 |
| 附：裁判员手势图     | 32 |

## 手 球 规 则 概 论

手球运动是最快速的集体比赛项目之一，它要求队员有充沛的体力、充足的力量、较快的速度，以及熟练的技术和队员之间的默契配合。

手球运动要求人体各个部位都参加到运动中去，例如：腿脚要移动、奔跑，躯干要堵截防守，手臂要不断地掷球，大脑要积极地思考，总之要求整个身体协调地活动起来，这对增进人体的心肺功能以至全部内脏器官，都有积极的作用。

从技术观点来看，手球运动对运动员和教练员都提出多方面的要求。剧烈的手球比赛，对个人和集体的技术、战术、身体素质、意志品质和团结、合作与配合都是严峻的考验。

球类运动为广大群众所喜爱，手球特别吸引青少年。因此，手球运动的历史几乎在全世界都是同学校体育活动紧密联系在一起。由于手球场地较小，器材简单，它是作为一个典型的学校体育项目开始的，而且一年四季都可以开展。近年来，手球已作为一项高质量的体育竞赛活动，从室外发展到室内。尽管室内场地越来越多，但不等于说手球运动现在不能在室外开展了。开展手球运动的条件可灵活掌握，因此这个项目在全世界日趋普及。

手球比赛是以射中对方球门多的一方为胜，是一项典型的进攻性比赛。观众总喜欢多次看到射门。在比赛中，坚强的防守也是手球比赛的特点之一，但是这种防守只是作为强

有力的快速进攻的基础。

手球规则的基本宗旨，就是让双方有机会真正打出水平而不伤害对方的身体。因此，制订一套有利于发挥技、战术水平的规则，对手球运动是非常重要的。另一方面，比起其它体育项目来，手球裁判员应更多地考虑这样一个事实：即手球是一个真正的“战斗性项目”。手球比赛速度快，身体接触频繁，队员可以用身体阻挡对方，这些特点无疑增加了裁判工作的困难。正因为如此，懂得一般的体育道德标准，特别是手球运动的道德标准，这对运动员、教练员和领队来讲是绝对必要的。比赛要求他们理解全部规则的精神实质，并遵守这些规则。裁判员必须努力加深对此项运动、对各队不同打法和各种技术战术的理解，并在了解的基础上获得“本能感觉”，以便在主持比赛时灵活运用。

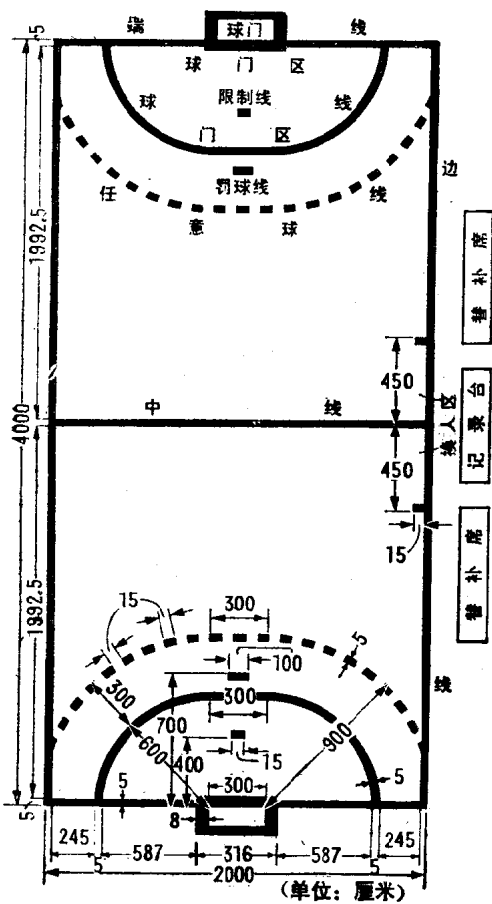
所有参加手球比赛的运动员、教练员、领队和工作人员以及观众，对比赛的健康发展都同样地负有责任。

让我们在体育运动精神的基础上，在尊重对方的基础上，进一步认识比赛规则、原理和特点，为促进现代手球这个激动人心的运动项目的健康发展作出贡献！

## 第一章 比赛场地

1:1 标准场地为长方形(图一)，边线长 40 米，球门线长 20 米，由平行于球门线的中线分成的两个半场和两个球门区组成(参阅 1:3)。场地大小不得以任何方式加以改变，而使一方从中取利。

注：如有可能，场外应有一定的安全区，离边线至少 1 米，







离球门线至少2米。

- 1:2 球门(图二)。**每个球门必须位于各自球门线的中央,球门由两根垂直于地面、高2米的立柱构成,两根立柱内沿之间的距离为3米,与场角等距。球门柱应稳固地置于地面,并由一根水平横木连接。球门柱的后沿应与球门线的外沿齐平。球门柱和横木的横断面为8×8厘米,用木料、轻金属或化学合成材料制成,四面均应漆成与底色有明显对比的相间色带,球门柱和横木连接处应漆成同色的“⌐”形,组成“⌐”形的每个长方形色带长28厘米。所有其它长方形色带均为20厘米。

球门应缚挂一张使掷入球门的球不会立即弹出的网。

- 1:3 球门区的画法是:**在距球门线6米并与球门线平行处画一条3米长的线段,该线段的两端与两条边线等距。以球门内沿外角为圆心、以6米为半径画出两条90度弧线与3米线段的两端和球门线相接,这条完整的线就叫作球门区线,线的外沿以内为球门区。

- 1:4 任意球(9米)线**是一条虚线,实线和实线间的距离均为15厘米。任意球线距球门区线3米,并与球门区线平行。

- 1:5 每半场各画一条**位于两边线中央、距球门线7米并与之平行的线段,长1米,为罚球线。

- 1:6 每半场各画一条**位于两边线中央、距球门线4米并与之平行的线段,长15厘米,为限制线(4米线)。

- 1:7 连接两条边线中点的线**为中线。

- 1:8 在中线两侧4.5米处,**从边线向场内各画一条与边线垂直的线,长15厘米,两线间为换人的出入区。

**1:9** 场内各线均为 5 厘米宽(参阅 1:10), 并应清晰可见。各线应包括在所形成的场区内。

**1:10** 球门柱之间的线宽 8 厘米, 和球门柱同宽, 比球门线宽出的 3 厘米伸入比赛场区内。

## 第二章 比赛时间

**2:1** 18 岁或 18 岁以上男女队的比赛时间应为两个 30 分钟, 中间休息 10 分钟。如果双方队长同意, 裁判员可以缩短休息时间。

**2:2** 当场上裁判员鸣哨开球时, 比赛时间即开始。当计时员发出比赛时间终了的音响信号时, 比赛时间即终止。

**2:3** 下半时比赛双方交换场地。

**2:4** 比赛时间是否中断和在什么时候中断, 以及在什么时间重新开始, 均由裁判员决定, 并在必须停表和重新开表(暂停时间)时, 用信号通知计时员。

如果对比赛计时发生争执, 由主裁判一人决定确切的比赛时间。

注: 最好使公用计时钟, 但只有在能由计时台控制的情况下才能使用; 否则, 计时员应使用座钟或腕表。

计时员只能在裁判员示意暂停时“停表”, 也只能在裁判员鸣哨恢复比赛时“开表”(参阅 16:3)。裁判员以三声短哨和前臂做出“T”形(停表)手势, 向计时员示意停表。

**2:5** 如果在上下半时比赛时间即将终了前宣判任意球或罚球, 计时员应在掷发并已确定罚球结果之后, 发出该

半时结束的信号(参阅 19:5)。

- 2:6** 如果裁判员确认计时员对上半时计时过多,应将下半时相应缩短。

如果裁判员确认计时员提早结束了比赛,可以重新开始该半时的比赛,补足不够的时间

- 2:7** 如果在正常比赛时间结束时双方打成平局,而竞赛规程又要求决出胜方,则应在休息 5 分钟后进行决胜期的比赛。双方通过掷币的方法决定选择场区或开球,随后连续进行两个 5 分钟的比赛(没有中间休息)。此规定适用于各类运动员。

如果在决胜期后仍是平局,则应在休息 5 分钟后进行第二个决胜期的比赛。比赛前应重新进行掷币,并接着进行两个 5 分钟比赛,中间不休息。

如果第二次决胜期后仍是平局,应按竞赛规程决出胜方。

### 第三章 球

- 3:1** 球必须是颜色一致的圆形,外壳由结实的皮革或化学合成材料制成,表面不应发亮、光滑。

- 3:2** 在比赛开始时,男子用球周长应为 58—60 厘米,重 425—475 克;女子用球周长应为 54—56 厘米,重 325—400 克。

- 3:3** 每场比赛必须有两个符合标准的球,以供使用。

- 3:4** 比赛开始后,要更换业经选定的球时必须有充足的理由。

**3:5** 只有标有国际手联正式标志的球，才能用于国际联赛和国际比赛(国际手联章程第九章)。

## 第四章 队 员

**4:1** 一个队由 12 名队员组成(其中 2 名守门员)。比赛时，场上必须自始至终使用 1 名守门员。

上场队员任何时间不得超过 7 人，即 6 名场上队员和 1 名守门员。其他队员为替补队员。只允许替补队员和被罚出场队员加上 4 名随队工作人员留在替补区内(图三)。

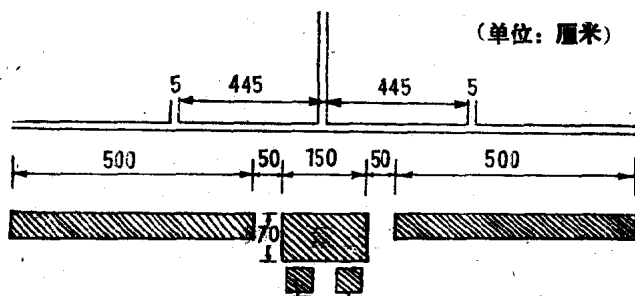


图 三

随队工作人员中的一人，应作为该队负责人登记在记分表内，只有此人可以和比赛工作人员讲话。

**4:2** 比赛开始时，每方上场队员不得少于 5 人，其中一人必须是记录表上注明的守门员。

在比赛的任何时间里，每方队员最多可增至 12 人。即使某方减员至 5 人以下，比赛仍可继续进行。

- 4:3** 记分表已予登记并在比赛开始时到场的队员才有权参加比赛。一个有权参加比赛的队员,可随时从本方换人区上场。在比赛开始后到达场地的队员,只有在计时员或记录员告知“有权参加比赛”后方可参加比赛。

如果无权参加比赛的队员进入场地,应判给对方一次任意球,并取消该队员比赛资格(参阅 17:5、17:6)。

- 4:4** 替补队员可不通知计时员随时进入比赛,只要被替换队员已经离开场地即可进场(参阅 4:5)。此规定也适用于替换守门员。所有队员都应在本方换人区内进出场地。

注:任何其他人员进入比赛场区之前,都必须得到裁判员的许可。

- 4:5** 换人违例应判罚任意球,在替补队员上场地点掷发。此外,违例队员还应被判罚出场 2 分钟(参阅 17:3b)。如果换人违例发生在比赛中断期间,违例队员应判罚出场 2 分钟,并按原来中断比赛时的判罚掷球,重新开始比赛。

换人违例时,如果违例一方未掌握球,而对方有明显的得分机会时,则计时员不应立即发出违例信号。应在不再有明显的得分机会时立即停止比赛,适时地对违例队员进行判罚,然后由控球队在比赛中断时球的所在地点掷发任意球或以当时所判罚的掷球恢复比赛。

如果换人违例时或随后还带有非体育道德行为,则应酌情加重处罚(参阅 17:5e、17:7)。

- 4:6** 同队的场上队员都应穿统一服装,并应同对方相区别。守门员的服装应与比赛双方其他队员包括对方守门员的服装有明显区别(参阅 18:3)。

队员的号码为1—20号，1号、12号、16号为守门员的号码。队员背后应有至少20厘米高的号码，胸前的号码至少10厘米高。号码的颜色必须同服装颜色有明显区别。队员必须穿运动鞋。

禁止佩戴手镯、手表、戒指、项链、无架或无边眼镜，以及其它可能危害队员安全的物品(参阅18:3)。不符合这些要求的队员，在未摘掉违章物品以前，不得参加比赛。

双方队长均须佩戴与上衣颜色不同的约4厘米宽的臂章。

## 第五章 守 门 员

**5:1** 守门员决不能替换场上队员，但场上队员可以替换守门员。如果场上队员要替换守门员，必须报告记录员(参阅19:2d)。替换守门员的场上队员在经过换人区之前，必须更换服装(参阅4:6)。

注：担任守门员的场上队员，可随时再次担任场上队员。

**允许守门员：**

**5:2** 在球门区内做防守动作时，用身体任何部位接触球。

**5:3** 在球门内持球任意活动(但应参阅16:3b)。

**5:4** 不持球离开球门区并在比赛场区内参加比赛。

离开球门区的守门员，则要遵守场上队员的规则。当守门员身体的任何部位接触球门区线以外的地面时，即被认为已离开了球门区。

**5:5** 如果在球门区内进行防守时未能完全控制住球，可以离开球门区在比赛场区内再次争夺球。

### 不允许守门员：

- 5:6 进行防守时危及对方(参阅 8:4、6、8、10、11)。
- 5:7 控制球后故意使球越过本方球门线(任意球)。
- 5:8 持球离开球门区(任意球)。
- 5:9 掷出球门球后，在球接触其他队员以前，于球门区外再次触球(任意球)。
- 5:10 在球门区内接触球门区线外地面上静止或滚动的球(任意球)。
- 5:11 将球门区线外地面上静止或滚动的球拿进球门区(罚球)。
- 5:12 持球重新进入球门区(罚球)。
- 5:13 当球正向球门区外滚动或停留在球门区内时，用脚或膝关节以下部位接触球(任意球)。
- 5:14 在对方罚球时，球离开罚球队员手之前接触或越过守门员限制线(4米线)或其任何一侧的延长线(参阅 14:8)。

注：只要守门员有一只脚踏在守门员限制线(4米线)后的地面上，就允许他的另一只脚或身体的其它任何部位在空中越过该线。

## 第六章 球 门 区

- 6:1 只允许守门员进入球门区(参阅 6:3)。当场上队员身体的任何部位接触了球门区内的地面，就被认为进入球门区(球门区包括球门区线)。
- 6:2 对进入球门区的队员应判罚如下：
  - a 持球进入球门区时，判罚任意球(参阅 13:1c)。



b 不持球进入球门区，但为本人或本队取得利益时，判罚任意球(参阅 13:1c、6:2c)。

c 防守队的队员进入球门区，在防守持球进攻队员取得利益时，判罚球(参阅 14:1c)。

**6:3** 场上队员当球离手后在球门区内结束其动作，但未给对方造成不利，则不应判罚。

如果防守队员因试图防守而进入球门区，但未给对方造成不利，也不应判罚。

**6:4** 球在球门区内属于守门员，场上队员不得接触在球门区地面上静止、滚动或由守门员掌握的球(参阅 13:1c)。当球位于球门区上空时，可以争夺。

**6:5** 当球进入球门区内，守门员应以球门球将球投入比赛。

**6:6** 如果防守队队员在防守动作中接触到球，然后球又立即被守门员得到，或者停留在球门区内，则比赛应继续进行。

**6:7** 如果队员故意使球进入本方球门区，裁判员应按下列规定处理：

a 如果球体全部进入球门，则判对方得分。

b 如果守门员接触了球，而球并未全部进入球门，则判罚球(参阅 14:1a)。

c 如果球停留在球门区内或直接越出球门外的球门线，则在距离掷球地点最近的任意球线外掷发任意球(参阅 13:1e)。

d 如果球横过球门区后再进入比赛场区，但未触及守门员，则比赛应继续进行。

**6:8** 从球门区返回到比赛场区的球，仍处于比赛状态。