

排球运动小知识

- 体育运动知识丛书
- 李洪滨 编著
- 潘庆成



● 人民体育出版社

排球运动小知识

(体育知识丛书)

李洪滨 潘庆成 编著

人民体育出版社

排球运动小知识

(体育知识丛书)

李洪滨、潘庆成编著

人民体育出版社出版

北京昌平展望印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 $4\frac{24}{32}$ 印张 插页 80千字

1979年10月第1版 1979年10月第1次印刷

1989年8月第2版2次印刷

印数：1—4300册

ISBN7-5009-0345-6/G·330 定价：2.50元

出版说明

为了普及体育运动知识，进一步推动群众性体育运动的开展，我们组织编写了一套《体育知识丛书》。这套丛书以问答方式介绍各种主要运动项目的一般知识。在内容文字方面，力求做到通俗易懂，生动活泼，深入浅出，帮助广大读者了解体育运动的有关知识，更好地锻炼身体。

这本《排球运动小知识》是《体育知识丛书》中的一种，专门介绍有关排球运动方面的一般知识，是在1979年第一版的基础上根据排球运动的发展情况重新编写的。

目 录

- 你知道排球运动的起源和发展吗? (1)
- 为什么叫“排球”? (3)
- 排球运动是怎样传入我国的? (5)
- 旧中国排球运动的发展概况是怎样的? (7)
- 你知道解放区排球运动开展的概况吗? (9)
- 你知道新中国成立后排球运动的开展概况吗? (11)
- 国际排联是什么时候成立的, 我国是什么时候参加的? (14)
- 排球是怎样被列入奥运会正式比赛项目的? (16)
- 中国排球协会是什么时候成立的, 具体任务是什么? (17)
- 目前世界上有哪些大型排球比赛? (19)
- 你知道为我国夺得世界女排“五连冠”的球队成员都是谁吗? (21)
- 你知道夺得我国全运会排球比赛“四连冠”的是哪个队吗? (23)
- 你知道我国第一支参加国际排球比赛的队伍是怎样组成的吗? (24)
- 你知道排球比赛怎样进行吗? (26)
- 你知道排球运动有哪些特点吗? (28)
- 排球运动员需要哪些身体素质? (30)

- 比赛前排球运动员为什么需要做准备活动? (32)
- 排球比赛前应做哪些准备活动? (34)
- 你知道排球规则早期演变的概况吗? (36)
- 你知道排球场地、器材的名称和标准吗? (38)
- 正式大型国际排球比赛有哪些特别规定和要
求? (42)
- 排球比赛的用球有什么讲究? (44)
- 排球比赛时裁判人员是如何分工的? (46)
- 排球裁判员有哪些等级称号, 怎样才能获得这些称
号? (49)
- 你知道排球比赛是怎样进场、交换场区和退场的
吗? (52)
- 什么是“持球”? (54)
- 你知道排球场地每方场区实际有多大吗? (56)
- 你知道排球场上有几处是无限延长的吗? (57)
- “位置错误”是怎么回事? (59)
- 在比赛中, 场上队员可以互相交换位置吗? (62)
- 排球比赛时上场的队员不够六人行吗? (63)
- 排球比赛时常听到场上队员喊“X号位”, 这是怎
么回事? (64)
- 排球比赛时运动员用头顶球行吗? (66)
- 排球比赛时, 观众有时看到是压线球, 为什么裁判
员判为“界外球”? (67)
- 排球比赛时一个人连续打两下球, 或两个人同时打
一个球行吗? (69)
- 排球比赛时运动员在场外接球可以吗? (71)
- 排球比赛有双方犯规吗? (72)

你知道拦网技术发展的概况吗?	(73)
排球比赛时凡是触网都判犯规吗?	(75)
你知道双方在网上同时击球有哪些情况, 如何处理 吗?	(77)
拦网时, 球连续几次碰到拦网队员的手, 为什么裁 判员不判犯规?	(78)
什么是“过网击球犯规”和“过网拦网犯规”?	(79)
为什么有的网前队员不拦网也不扣球?	(80)
排球比赛的换人有哪些规定?	(82)
排球比赛时场上队长的任务有哪些?	(85)
排球比赛中常用的技术有哪些?	(87)
发球有哪些规定?	(89)
发球有哪些方法?	(91)
什么叫飘球?	(93)
为什么接球时会打“倒轮”?	(94)
初学打排球的人为什么容易挫手?	(95)
遇到挫手和扭脚应如何处理?	(96)
打排球对二传队员有些什么要求?	(98)
你知道垫球技术的发展过程吗?	(100)
为什么要滚动救球?	(102)
什么是“挡球”?	(103)
排球比赛时, 把球打在网子上怎么办?	(105)
“保护”是怎么回事?	(106)
排球比赛时, 场上为什么会出现“让球”和抢球” 的现象?	(108)
什么是“三差”进攻?	(110)
什么是“立体”进攻?	(112)

为什么拦网队员有时拦不到球?	(113)
什么叫“阵容配备”，有哪些配备方法?	(116)
什么叫“一攻”？什么叫“防反”？	(119)
接发球时有哪些站位形式?	(121)
对方进攻时应如何站位?	(124)
如何运用暂停与换人这两种手段?	(127)
怎样简便地画出排球场?	(130)
排球竞赛制度有哪几种?	(133)
排球比赛中两队胜负场数相同如何排名次.....	(136)
排球比赛时，裁判员的手势主要有哪几种，都表示 什么意思?	(138)
1984年第二十三届奥运会以后新的排球竞赛规则有 哪些修改，对技术、战术的发展有什么影响? ...	(140)
目前世界排球在进攻打法上有哪几种技术风格，国 际排球运动发展趋势如何?	(142)

你知道排球运动的起源和发展吗？

排球运动发展到今天已成为人们所喜爱的一项运动，目前世界上开展得相当普及。那么排球运动是怎样产生的，又是怎样发展起来的呢？

从现有的材料看，排球运动的产生要比足球、篮球、网球等稍晚些，起源于美国，是在十九世纪末叶作为一种游戏而出现的。

大约在1895年，美国麻省好利若（Holyke）城青年会的一个名叫威廉·莫根（William Morgan）的青年干事发明了排球，当时称之为“华利波”（Volleyball）。开始，人们是在篮球场中间挂起一个网子，玩的人不限，分站在网的两边，用篮球胆一类的东西托来托去，既没有打法的要求也没有规则方面的限制。后来，几经摸索改革，才具有了现代排球运动的雏形，同时对场上人数作出了规定，又增加了几条规则，逐渐使排球游戏成为一项运动而初具竞赛规模。据说美国在1895年就开始有排球比赛，大多采用五人制。1900年正式比赛规则问世，主要内容有：球落地算失误，21分为一局，下一局开始要交换场地等。排球运动的发展是与规则的不断完善分不开的。

根据记载看，排球运动是通过美国教会的传教活动和军

队的军事与战争等途径，传播到世界各地的，当然不排除其他交往方式传播的可能性。传入亚洲较早，据说1900年传入印度，1908年传入日本，1910年传入菲律宾。

欧洲传入排球比亚洲晚，传说1917年传入苏联、法国，1919年传入捷克斯洛伐克。苏联、东欧等国家排球开展得比较广泛，尤其是第二次世界大战以后排球水平提高很快。

排球传入亚洲是十六人制的，传入欧洲则是六人制的。所以亚洲比赛规则与欧洲、美洲在较长时间内有较大区别。

1947年在法国巴黎成立了国际排球联合会（FIVB），这对世界性排球运动的发展起了很大的推动作用。尤其是世界排球锦标赛、世界杯排球赛、奥运会排球赛以及世界青年排球锦标赛等更具有较大影响，目前国际排联的会员有160多个国家或地区，全世界约有六七千万人参加排球运动。随着排球运动在全世界的普及与提高，国际性排球比赛的交往越来越多，排球运动将向着更高水平的方向发展。

为什么叫“排球”？

事物的名称都有它的来历，体育运动的每个项目也都无例外。“排球”这个名称是怎么来的呢？

自从排球问世成为一项体育运动之后，就在世界各地流传开来。国际上叫做“Volley ball”，含有“空中飞球”的意思。排球运动刚传入我国时，是叫它的译音“华利波”。亚洲最早的排球是16人上场，4个人一排，站成4排进行比赛。因此有的人形象地称它为“排球”，也有叫它为“队球”的。到1930年我国统一称为“排球”，这个名称一直沿用至今。

排球运动从传入我国直到1917年都是采用“十六人制”进行比赛的。随着技术水平的发展和提高，“十六人制”的比赛已不适应需要，到1923年第六届远东运动会时，开始采用“十二人制”。1927年在上海举行的第八届远东运动会时，采用了“九人制”。“九人制”是九人为一方，分站成三排，每排3人。男子比赛网高为2.30米，场地为11米×22米；女子比赛网高为2米，场地为9米×18米。“九人制”排球运动曾在我国及亚洲地区流行了相当长的时期。解放后，为了加强同各国人民的友好往来和参加国际性竞赛活动，同时为了使身体得到全面的锻炼，更有效地增强人民体

质，我国开始推广“六人制”的排球运动。

目前国际上的排球竞赛已统一采用“六人制”，分前后两排，每排3人。

排球比赛的上场人数虽有上述变化，但队员在场上的站位至今还是成“排”的，因此，这项运动的命名还是形象、简明和比较适当的。



排球运动是怎样传入我国的？

关于排球运动传入我国的时间和途径目前尚有不同的说法。有的说1905年我国已有排球运动，最初是由广东华侨带回来的，首先在香港皇仁书院开展的；有的说1906年从印度传入中国的等等。不管哪种说法，都还缺乏确切的史料依据。

这里有一个历史事实，这就是从1840年以后，帝国主义列强用大炮打开了旧中国闭关自守的大门，采用了军事的、政治的、经济的和文化的各种侵略手段，使中国一步一步地沦为半殖民地和半封建的国家。作为文化教育的体育，也就伴随着帝国主义的文化入侵进入我国。我们探讨排球运动的传入问题时，上述事实是应当考虑的重要方面。当然还应看到有些爱国的民族主义者，为了富国强民的目的从国外学回了排球运动，也是其中的一种因素。

另一个历史事实是，1913年在菲律宾举行第一届远东运动会时，旧中国派了其他项目的运动员参加了比赛，而没派排球队参加。运动会上，应东道国的邀请，由我国田径运动员和足球运动员组成的临时排球队同东道国进行了比赛。可以看出在此之前我国就有了排球运动。并且1915年5月在我国上海举行第二届远东运动会时，我国正式派遣了男子排球

队参加了比赛，并获冠军。

根据历史资料，在1914年5月。我国已将排球列为正式比赛项目，不过那时的比赛只有男子队参加。我国女子参加排球比赛始于1921年广东省举办的第八届全省运动会，1924年第三届全国运动会时女子排球列为表演项目。

说起来，我国排球运动从传入到现在，至少已有八十年左右的历史了。



旧中国排球运动的发展概况 是怎样的？

排球运动传入我国后，由原来开始比较早的广东、上海一带，逐渐发展到福建、江西、天津和北京等沿海与内陆地区和大城市。

解放前我国排球以广东省开展的为最早也最好。著名的中国排球之乡——台山县在1914年就开展了排球运动。在1914年秋天广州的一些学校就举行过“华利波联赛”。1914年5月在北京天坛举行的第二届全国运动会上，已把排球列入正式比赛项目。1917年2月广东省第六届运动会把排球也列为正式比赛项目。1947年广东省第十五届运动会上有42个排球队参加比赛。

我国女子参加排球比赛是在1921年广东省第八届运动会上。1924年在武昌举行的第三届全国运动会时，把女子排球列为表演比赛项目，当时仅有湖南、湖北两个队参加。我国男子排球队在1915年参加了在上海举行的第二届远东运动会，胜了日本队、菲律宾队，第一次获得远东男子排球赛的冠军。我国女子排球队在1923年第一次派华南女队参加在日本大阪举行的第六届远东运动会，以后的各届远东运动会也派队参加，但从未获得过冠军。解放前我国女子排球开展的不普遍，水平很低。

我国解放前的排球运动技术水平有个由低向高的相应发展过程，而比赛制度与规则也有一个演变过程。从规则演变看，排球运动自传入到1919年是采用的“十六人制”进行比赛；1919年至1925年第四届至第七届远东运动会期间，男子队采用“十二人制”。到1927年的第八届远东运动会时开始采用“九人制”进行比赛。我国女子排球从1924年至1927年国内比赛都是采用“十二人制”，到1928年才改为“九人制”进行比赛。由1934年第十届远东运动会起，亚洲女子排球赛正式采用“九人制”。所以直到1949年我国解放前较长一段时间内都是采用“九人制”进行比赛，仅少数城市如上海、天津、北京等地才有“六人制”的排球活动。

从技术的发展看，自传入到1919年以前，主要还是处于发球与接发球游戏阶段。虽也扣球以远网、高网球为主，但没有拦网。在1919年至1925年期间有了上手传球，单手垫球，原始的鱼跃救球，扣球有了大抡臂和小抡臂动作，有了单人拦网，战术由中间攻转向两侧等。在1927年至1949年期间，由于规定有两次发球机会，出现了勾手大力发球，传球有明显提高，防守出现了各种摔救动作，有助跑的屈臂、抡臂与勾手扣球，有了“快板球”扣球，有了两侧掩护的二排队员扣球，有了三人的集体拦网。尽管我国排球运动在解放前技术战术水平较低，但也给解放后排球运动的发展，提供了继承与借鉴的宝贵经验，这是应当肯定的。

你知道解放区排球运动 开展的概况吗？

在中国共产党领导下的解放区，政治上民主，人民文化水平不断提高，体育活动也很活跃。当时在中央苏区，战士们自己动手修建球场，开展各式各样的体育活动，排球是大家喜爱的体育活动之一。1933年在瑞金叶坪练兵场上，举行了“中华苏维埃共和国第一次运动会”，毛泽东同志亲自担任总裁判员的工作。在这次运动会上，比赛的项目很多，排球比赛是其中之一。抗日战争时期，广大解放区军民，在党的领导、关怀下，积极参加各项体育活动。1942年2月25日，成立了我国历史上第一个红色体育组织“延安体育会”，领导当时延安的体育活动。在最艰苦的抗日战争岁月里，广大军民不但坚持开展体育活动，锻炼身体，而且在节假日，还经常举行体育竞赛活动。排球运动和其他许多体育运动项目在延安和各抗日根据地广泛地开展起来。

1942年在延安举行了“九一”运动会，由朱德同志担任会长并亲自致开幕词，大会总裁判是李富春同志，裁判委员会有徐向前、王震、徐特立等同志，资格审查委员会的主任是叶剑英同志。

在这次规模盛大的运动会上，延安的各个排球队间展开了竞赛，最后获得大会排球比赛的男子组冠军是“进战队”，