

## 特 性

软式排球是两队在由球网分开的场地上进行比赛的集体项目。它可以有多种比赛方式 以适应各种不同性质、不同层次比赛的需要 从而不断推动此项运动的广泛开展。

软式排球如同室内六人制排球一样 主要是用手或手臂进行击球 身体其他任何部位也可击球。

比赛的目的是各队遵照规则 将球击过球网 使其落在对方场区内 而阻止其落在本方场区内的地面上。每队可击球三次 拦网时除外 将球击回对方场区。

比赛由发球开始 发球队员击球使其从网上飞至对区。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。

正式比赛分为 A制(四人)和 B制(六人)采用三局两胜制、每球得分制。发球队胜一球即得 1分 并继续发球 接发球队胜一球即得 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。

# 第一部分 比赛

## 第一章 器材与设备

### 1 比赛场地

比赛场地包括比赛场区和无障碍区及无障碍空间。

#### 1.1 面积

A 制 比赛场区为长 16 米、宽 9 米的长方形。其四周至少有 3 米宽的无障碍区。从地面向上至少有 7 米高的无障碍空间 (图 1)。

B 制 比赛场区为长 18 米、宽 9 米的长方形。其四周至少有 3 米宽的无障碍区。从地面向上至少有 7 米高的无障碍空间。

#### 1.2 比赛场地的地面

比赛场地的地面必须平坦、水平 并且划一 不得有任何可能造成伤害队员的隐患 不得在粗糙、湿或滑的地面上进行比赛。

#### 1.3 场地上的画线

1.3.1 两条边线和两条端线划定了比赛场区。

1.3.2 所有的界线宽 5 厘米。颜色必须区别于场地地面。

### 1.3.3 界线

两条边线和两条端线划定了比赛场区。边线和端线都包括在比赛场区的面积之内。

### 1.3.4 中线

中线在网下连接两条边线的中点。中线的中心线将比赛场区分为长 8 米、宽 9 米 A 制 或长 9 米、宽 9 米 (B 制) 的两个相等的场区。

### 1.3.5 进攻线

每个场区各画一条距离中线中心线 3 米的进攻线 标出了前场区。

在每条进攻线边线两侧画五段长 15 厘米、宽 5 厘米，并间隔 20 厘米的虚线 虚线总长 1.75 米。

## 1.4 区和区域

### 1.4.1 前场区

中线与进攻线之间为前场区。前场区被认为是向边线外无限延长的 直至无障碍区的边沿。

### 1.4.2 发球区

发球区宽 9 米 位置在端线后 (不包括端线) 端线后各画一条长 15 厘米、垂直并距离端线 20 厘米的短线 两条短线之间的区域为发球区 短线宽度包括在发球区之内。

发球区的深度延至无障碍区的终端。

### 1.4.3 换人区

两条进攻线的延长线之间、记录台的一侧边线外的范围为换人区。

## 1.5 温度

温度必须适合于室内外比赛。

## 1.6 照明度

照明度在离比赛场区地面 1 米高处测量应为 800 ~ 1200 勒克斯。

## 2 球网和网柱

### 2.1 球网高度

2.1.1 球网架设在中线上空 高度为男子 2.35 米、女子 2.20 米。青少年组球网高度可适当降低。

2.1.2 球网的高度应用量尺从场地中间丈量 球网两端 边线上空 的高度必须相等 并不得超过规定网高 2 厘米。

### 2.2 构造

球网为黑色 宽 1 米、长 9.50 ~ 10 米 网眼直径 10 厘米。

球网上沿的全长缝有 7 厘米宽的双层白帆布带。带子的两端留有小孔 用绳索穿过小孔系在网柱上使网上沿拉紧。

用一根柔韧的钢丝穿过帆布带 拉紧网上沿固定在网柱上。

球网下沿用绳索穿起并拉紧 固定在网柱上

### 2.3 标志带

两条宽 5 厘米、长 1 米的白色带子为标志带 分别系在球网两端 垂直于边线。标志带被认为是球网的一部分。

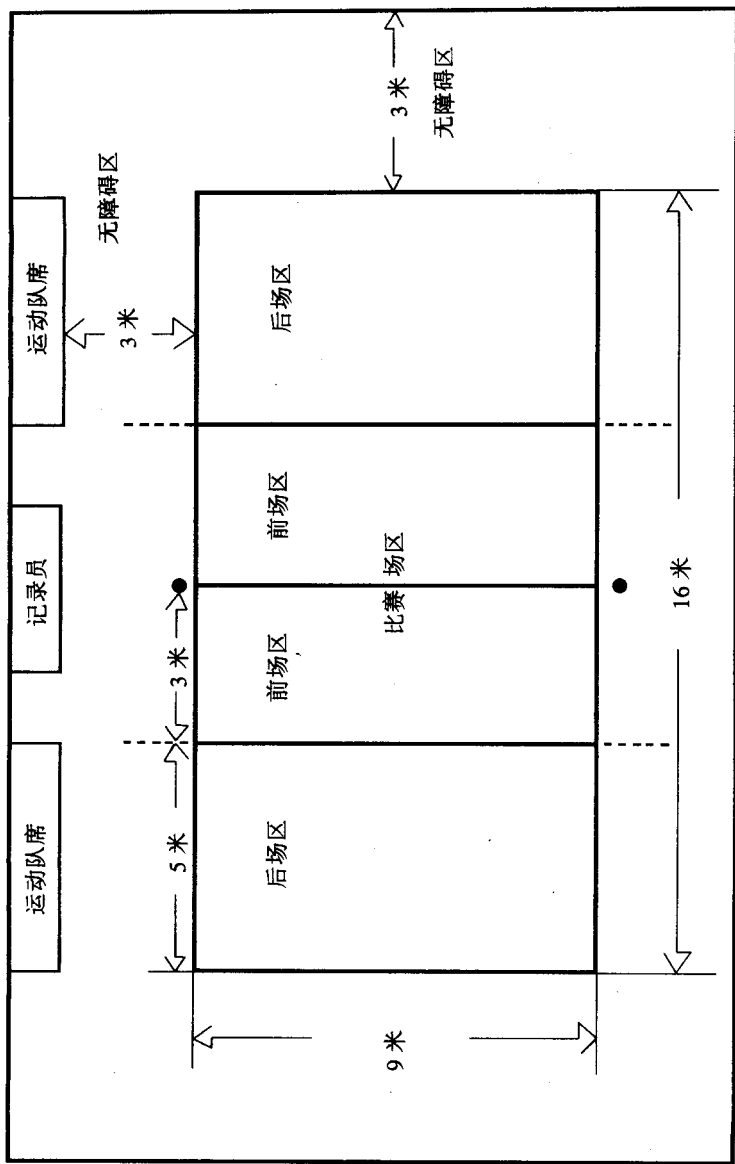


图 1 A 制比赛场地图

## 2.4 标志杆

标志杆是有韧性的两根杆子 长 1.80 米 直径 10 毫米 由玻璃纤维或类似质料制成。

两根标志杆分别设置在标志带外沿球网的不同两侧。

标志杆高出球网 80 厘米。高出部分每 10 厘米应涂有明显对比的颜色 最好为红白相间。

标志杆被认为是球网的一部分 并视为过网区的边界。

## 2.5 网柱

2.5.1 网柱架设在两条边线外 0.5~1 米处 高 2.55 米 最好可以调节高度。支架球网的网柱为两根。

2.5.2 网柱应光滑并无拉链。一切危险设施或障碍物都必须排除。

# 3 球

## 3.1 特性

球是圆形的 由柔软的材料制成 能适应室内外比赛。颜色 应是浅色。

圆周 成人组，65~67 厘米 青少年组，63~65 厘米。

重量 成人组，220~240 克 青少年组，200~220 克。

## 3.2 统一性

在一次比赛中所用的球 其特性 包括圆周、重量及牌号等都必须是一致的。

国内正式比赛所用的球必须是中国排球协会批准或指定的球。

## 3.3 球的弹性

比赛用球应当有一定的弹性 其标准为 在 2 米高处自由落下反弹高度不低于 50 厘米。

## 第二章 比赛参加者

### 4 比赛队

#### 4.1 队的组成

4.1.1 一个队由 8 名队员组成。A 制上场比赛的为 4 名队员，B 制上场比赛的为 6 名队员。可设 1 名教练员，1 名领队。

#### 4.1.2 队长

队长应在记分表上注明。

4.1.3 只有登记在记分表上的队员才可参加比赛。教练员和队长在记分表上签字以后 已登记在记分表上的队员名单不得更改。

#### 4.2 比赛队的位置

4.2.1 比赛时 替补队员应坐在他们场地一侧的球队席上或在准备活动区内 教练员、领队和其他成员也应坐在球队席上，但可暂时离开。球队席设在记录台的两侧、无障碍区之外。

4.2.2 只有队的成员才允许在比赛中坐在球队席上并参加赛前的准备活动。

4.2.3 替补队员可以在以下区域做无球的准备活动：

- 4.2.3.1 比赛中 在准备活动区内。
- 4.2.3.2 暂停时在他们比赛场地一侧后面的无障碍区内。
- 4.2.4 两局比赛之间的休息时间内 队员可以在无障碍区用球做准备活动。

## 5 队员的服装

5.1 队员服装包括上衣、短裤、袜子 必须一致 和运动鞋。

- 5.1.1 全队队员上衣、短裤、袜子和运动鞋必须统一、整齐和颜色一致。
- 5.1.2 运动鞋必须是没有后跟的柔软轻便的胶底或皮底鞋。
- 5.1.3 队员上衣必须有号码 序号为 1~12 号。
  - 5.1.3.1 号码必须在身前和身后的中间位置 并与上衣的颜色明显不同。
  - 5.1.3.2 身前号码至少 15 厘米高 身后号码至少 20 厘米高，号码笔画宽度至少 2 厘米。
- 5.1.4 队长上衣胸前号码下 应有一条与上衣颜色不同的长 8 厘米、宽 2 厘米的带状标志。
- 5.1.5 禁止穿不符合规定号码的服装比赛。
- 5.2 服装更换  
裁判员可以允许 1 名或多名运动员：
  - 5.2.1 不穿鞋进行比赛。
  - 5.2.2 在局间或替换后更换湿运动服 但新换的服装必须为相同的颜色、式样和号码。
  - 5.2.3 天气较冷时 裁判员可以允许比赛队穿训练服进行比赛。但全队服装颜色、式样必须相同 并有规则规定

的号码。

### 5.3 禁止着戴的服装与物品

5.3.1 禁止佩带可能造成伤害及有利于人为加力的任何物品。

5.3.2 队员可以戴眼镜进行比赛 但风险自负。

## 6 参加者的权利和责任

### 6.1 队员

6.1.1 队员必须了解并遵守软式排球竞赛规则。

6.1.2 队员必须以良好的体育道德作风服从裁判员的判定，不允许争辩。

6.1.3 队员的行为必须符合公平竞赛的精神 不仅对裁判员而且对其他工作人员、对方队员、本队队员及观众都要尊重 要有礼貌。

6.1.4 队员不得有任何其目的在于影响裁判员的判断或掩盖本队犯规的动作和行为。

6.1.5 队员不得以任何行为达到延误比赛的目的。

6.1.6 比赛中允许全队成员间的交谈。

### 6.2 队长

6.2.1 在比赛开始前 在记分表上签字并代表本队进行抽签。

6.2.2 在比赛中 队长担任场上队长。当队长不在场上时，教练员或队长应指定另一名队员担任场上队长并代其行使职权 直到该队员下场 或队长返回场上 或至该局结束。仅有场上队长在死球时可以和裁判员讲话：

6.2.2.1 请求对规则和规则的执行进行解释 转达本队队员

提出的问题和请求。他如果对解释不满意 必须立即向裁判员提出声明 并保留其在比赛结束时将此意见作为抗议记录在记分表上的权利(规则 27.2.3)。

#### 6.2.2.2 请求允许：

- a) 更换全部或部分服装。
- b) 核对双方队员的场上位置。
- c) 检查地板、球网和球等。

#### 6.2.2.3 请求暂停(规则 20.3)和换人(规则 23.3)。

#### 6.2.3 在比赛结束时队长要：

- 6.2.3.1 感谢裁判员 并在记分表上签字承认比赛结果。
- 6.2.3.2 如果他曾向裁判员提出过声明 可以进一步确认后作为对裁判员解释或执行规则的正式抗议记录在记分表上。

### 6.3 教练员

6.3.1 教练员应于比赛自始至终在场外进行指挥 他填写队员上场位置表、请求换人和暂停 为此他和裁判员联系。

6.3.2 比赛前 教练员在记分表上登记和检查队员姓名、号码并签字。

#### 6.3.3 比赛中：

6.3.3.1 每局开始前填写位置表 签字后交给记录员或裁判员。

6.3.3.2 坐在靠近记录员一端的球队席上 但可暂时离开。

6.3.3.3 请求暂停和换人。

6.3.3.4 与队的其他成员一样 可以对场上队员进行指导。教

教练员在进行指导时可以在替补席前自进攻线延长线至准备活动区之间的无障碍区站立或走动 但不得干扰或延误比赛。

#### 6.4 领队

6.4.1 领队坐在球队席上 但无任何权力。

6.4.2 如果教练员必须离队时 根据场上队长的请求 经裁判员同意 他可以承担教练员的职责。

### 第三章 比赛方法

#### 7 记分方法

##### 7.1 每球得分制

7.2 三局两胜制 胜两局的队胜一场。

7.3 如果 1:1 平局时 进行决胜局。

##### 7.4 前两局

先得 25 分并同时超过对方 2 分的队胜一局。当比分 24:24 时 比赛继续进行至某队领先对方 2 分为止，没有最高分限。

##### 7.5 决胜局

先得 15 分并同时超过对方 2 分的队胜该局 当比分 14:14 时 比赛继续进行至某队领先 2 分为止 没有最高分限。比分到 8 分时交换场区。

## 7.6 弃权

7.6.1 某队被召唤之后拒绝比赛 则宣布该队为弃权 以 0:2 的比局和 0:25、0:25 的比分失利。

7.6.2 某队无正当理由而未准时到场 则宣布该队弃权 结果同规则 7.6.1。

# 第四章 比赛的准备和组织

## 8 比赛的准备

### 8.1 抽签

裁判员应在比赛开始前 15 分钟和决胜局开始前召集双方队长抽签。获胜者选择：

a) 发球或接发球。

b) 或场区。

抽签失利者从余项中选择。

### 8.2 准备活动

在比赛开始前 如另有场地供比赛队进行活动 则每队可上网活动 5 分钟 可分练 也可合练 如另无场地 则每队可上网活动 10 分钟。

## 9 上场阵容

9.1 A 制 场上每个队必须始终保持 4 名队员进行比赛。

B 制 场上每个队必须始终保持 6 名队员进行比赛。

队员轮转次序应按位置表登记的顺序进行 直到该局结束。

- 9.2 每局比赛开始前 教练员必须及时将上场阵容登记在位置表上 签字后交给裁判员或记录员。
- 9.3 未列入上场阵容的队员为该局的替补队员。
- 9.4 位置表一经交给裁判员或记录员 除正常换人外 不得更改。
- 9.5 当场上队员的位置与位置表不符时：
  - 9.5.1 一局开始前 场上队员位置与位置表不符时 必须按位置表进行纠正 不予判罚。
  - 9.5.2 如果一局开始前 场上有一名或更多队员没有登记在位置表上 则必须按位置表进行纠正 不予判罚。
  - 9.5.3 如果教练员要保持未登记的队员在场上 则他必须请求正常的换人 并登记在记分表上。

## 10 位置

当发球队员击球前 双方队员(发球队员除外)必须在本场区内按轮转次序站位。

- 10.1 队员的场上位置
  - A制：1号位为后排队员，2、3、4号位为前排队员；
  - B制：1、5、6号位为后排队员，2、3、4号位为前排队员。前后排队员位置不能颠倒 同排队员位置不能交叉(发球队员除外)
- 10.2 两名队员之间的位置
  - 10.2.1 每一名后排队员的位置必须比其相应的前排队员距离

球网更远。

10.2.2 前、后排队员左右之间位置按规则 10.1 的规定站位。

10.3 队员的位置应根据其脚的着地部位来判定

10.3.1 每一名前排队员至少有一只脚的一部分比同列后排队员的双脚距中线更近。

10.3.2 每一名右边 左边 队员至少有一只脚的一部分比同排中间队员的双脚距右 左 边线更近。

10.4 发球击球后 双方队员可以在本场区和无障碍区的任何位置上。但后排队员不得进入进攻线以前拦网和踩上或踩过进攻线内将高于球网的球直接击过对方场区。后排队员可以在进攻线后将球直接击入对方场区。

10.5 位置错误

10.5.1 当发球队员击球时 如果队员不在其正确位置上 则构成位置错误犯规。

10.5.2 发球队员击球时的犯规与对方位置错误同时发生 则发球犯规被认为在先而被判罚。

10.5.3 如果发球队员是击球以后的犯规 则位置错误在先，判位置错误犯规。

10.5.4 位置错误的判罚如下：

10.5.4.1 位置错误的一方被判失一球；

10.5.4.2 队员恢复到正确的位置。

10.6 轮转

10.6.1 轮转次序包括发球及其他队员的站位 在整局中均按位置表填写顺序进行。

10.6.2 接发球队获得发球权后 该队队员必须按顺时针方向轮转一个位置 A 制 :2 号位队员转至 1 号位发球 , 1 号位队员转至 4 号位等 ; B 制 : 2 号位队员转至 1 号位发球 1 号位队员转至 6 号位等 )

## 10.7 轮转错误

10.7.1 没有按照轮转次序进行发球应判为轮转错误 进行如下判罚 :

10.7.1.1 该队被判罚失一球 ;

10.7.1.2 队员的轮转次序被纠正。

10.7.2 记录员应准确地确定其错误从何时发生 从而取消该队自错误发生以后的所有得分。对方得分仍然有效。

如果不能确定在轮转错误中所得分数 则仅给予失一球的判罚。

## 11 队员的替换

在裁判员的准许下 , 一名队员离开比赛场地 而由另一名已在记分表上登记过的队员占据其位置的行为 , 被称做替换。

### 11.1 替换的限制

11.1.1 每一局每队最多可替换四人次。可以同时替换一人或多人。

11.1.2 每局开始上场阵容的队员在同一局中可以退出比赛和再次上场。

11.1.3 替补队员每局可以上场替换场上任何一名队员。

## 11.2 特殊替换

某一队员受伤不能继续比赛时 必须进行合法替换。  
如果不可能进行合法替换时 可采取超出规则 11.1 限制的特殊替换。

特殊替换时场外的任何队员都可以替换受伤队员 但受伤队员不可在本场比赛中再次上场比赛。

在任何情况下特殊替换不作为合法替换的次数计算。

## 11.3 被判罚出场和取消比赛资格的替换

某队员被判罚出场或取消比赛资格时必须进行合法的替换。如果不可能进行合法替换时 则该队被宣布阵容不完整。

## 11.4 不合法的替换

11.4.1 超出规则 11.1 限制的替换是不合法的替换 规则 11.2 的情况除外 )

11.4.2 某队进行了不合法的替换 而且比赛已重新开始 应按如下步骤处理：

11.4.2.1 判该队失一球：

11.4.2.2 对不合法的替换给予纠正；

11.4.2.3 取消犯规队因此而得的分数 对方所得的分数应予保留。

## 第五章 比赛行为

### 12 比赛的状态

#### 12.1 比赛开始

裁判员鸣哨允许发球 发球队员击球时比赛开始。

#### 12.2 比赛的中断

裁判员鸣哨则比赛中断。但是如果裁判员是由于比赛中出现犯规而鸣哨的 则比赛的中断实际是由犯规的一刻开始的。

#### 12.3 界内球

球触及比赛场区的地面包括界线(规则 1.3) 为界内球。

#### 12.4 界外球

下列情况为界外球：

12.4.1 球接触地面的部分落在界线以外(不包括触线)；

12.4.2 球触及场外物体、天花板或非场上比赛的成员等；

12.4.3 球触及标志杆、网绳、网柱或球网标志带以外部分；

12.4.4 球的整体或部分从非过网区完全越过网的垂直面；

12.4.5 球的整体从网下穿过。

### 13 比赛中的犯规

#### 13.1 定义