

排球規則

一、 比賽特性

1. 排球比賽是由兩隊球員在以球網隔開的場地上進行比賽的一種團隊競技。
2. 比賽的目標，是要將球擊球過網，使其落在對方球場的地面，並防止對方將球擊落在本方球場地面，每隊有三次機會將球擊回對區（攔網觸球除外）。
3. 比賽是由發球開始：發球員擊球過網，展開雙方來回對擊，直到球落地出界、或某隊未能合法將球擊回對區為止。
4. 排球比賽中，球隊贏得一球即獲得一分（得球得分制），當接發球隊贏得一球時，則該隊得一分並得到發球權。

二、 比賽場地：比賽區域包括比賽球場和無障礙區域。

1. 規格：比賽球場為 18 公尺×9 公尺的長方形。四周至少有 3 公尺寬的無障礙區。比賽場地上方的空間，從地面算起至少有 7 公尺以內不得有任何障礙物。
2. 發球區：發球區寬 9 公尺，位於端線之後（不包括端線）。在兩條邊線的假想延長後方 20 公分處，各劃一條長度 15 公分、垂直於端線的短線。兩條短線之間的區域為發球區，短線的寬度包括在發球區內。發球區的縱深，直到無障礙區內。

三、 參加人員

1. 每一球隊最多包含十四名球員，一名教練，一名助理教練，一名運動防護人員和一名醫師。醫師必須事先得到 FIVB 國際排球總會的認可。
2. FIVB 世界性成人組比賽中，一個隊伍最多可由十四名球員組成(最多十二名正式球員)。球衣號碼 1-20 號
3. 球員中自由防守球員之外，一名為球隊隊長，且須註明在記錄表上。
4. 裝備：球員的裝備包括運動衫、短褲和球鞋。
5. 運動衫、短褲及襪子必須全隊一致，且整齊及顏色相同。
6. 隊長之胸前號碼下方應佩帶一條長 8 公分，寬 2 公分的帶子以資識別。
7. 禁止穿著號碼不符規定或與同隊球員不同顏色的運動衫（自由防守球員除外）

四、 隊長：

1. 比賽開始前，隊長應在紀錄表上簽字，代表球隊參與擲硬幣。
2. 在比賽中，球隊隊長若在場上，便成為比賽隊長。當隊長未上場比賽時須由教練或隊長本人指定另外一位，自由防守球員之外的球員擔任比賽隊長職務，一直到隊長回到場上比賽或一局結束為止。當比賽成為死球時唯有比賽隊長有權向裁判要求：
 - A. 請求說明所引用規則的解釋。也可將隊友的要求或問題轉達給裁判員。若無法接受裁判的解釋，隊長必須立即向裁判員提出異議，保留至比賽後將異議記載於紀錄表

上作為正式的抗議的權利。

B. 依法請求比賽中止。

3. 比賽結束時，隊長應：

A. 向裁判員致謝，並於記錄表上簽字以承認比賽結果。

B. 若其曾向第一裁判提出異議，可在記錄表上確認抗議的記錄。

五、 教練：

1. 比賽時教練坐在場邊指導其球隊打球，教練向第二裁判提出陣容單、暫停、替補要求。
2. 教練在比賽前登記或核對己方球員記錄表上的姓名與號碼並簽字。
3. 每一局比賽前，他應將填妥並簽字之球員上場陣容單交給紀錄員或第二裁判。
4. 在比賽中，他必須坐在最靠近記錄員的球員席上，但可暫時離開。
5. 要求暫停或替補球員。
6. 球隊成員得給予場上球員指導，教練可以在球員席前的無障礙區，自攻擊區延長線後至熱身區之間站立或走動指導但不得干擾或延誤比賽(FIVB 世界性及其所認可的比賽中，教練需於教練限制線後方指導其球隊)。

六、 比賽形式

1. 得分方式：(得一分) 當球隊犯規時，裁判鳴笛，並依據下列規則處罰：
 - A. 如果有二次以上連續犯規發生，只算第一次犯規。
 - B. 如果雙方犯規同時發生，稱雙方犯規，該球不計，重新比賽。
2. 犯規結果：犯規的結果，則失一分：
 - A. 若接球隊犯規，則發球隊得一分且繼續擁有發球權。
 - B. 發球隊犯規，則對隊得一分且得到發球權。
3. 勝一局：第一局至第四局，先獲得 25 分並至少領先 2 分勝一局（第五局除外）若比數 24：24 時，則必須領先對隊 2 分為勝一局。(例 26：24、27：25)
4. 勝一場
 - A. 獲勝三局之球隊為該場比賽的勝隊。
 - B. 若局數 2：2 時，在決勝局（第五局）之比賽，先獲 15 分並領先對隊 2 分為勝。
 - C. 球隊未出場及陣容不完整
 - a. 若球隊經由裁判員警告後仍拒絕出場，則宣布取消資格。以每局 0：25 及該場 0：3 的比數由對隊獲勝。
 - b. 球隊無正當理由，於規定時間內不上場比賽，即予宣布缺席，其判結果以每局 0：25 及該場 0：3 的比數由對隊獲勝。
 - c. 若球隊陣容不完整以致該局或該場不能比賽時，則判該隊於該局或該場比賽失敗。對隊即獲贏得該局或該場所需的分數或分數與局數。未能完成比賽的球隊則維持其原得的分數與局數。

七、 比賽程序

1. 擲硬幣：賽前第一裁判執行擲硬幣決定第一局之發球權及場地權，若須進入決勝局，第一裁判須再次進行擲硬幣的選擇。在兩隊隊長樣前擲硬幣、優勝者可選下列之一：
 - A. 發球權或接發球權，
 - B. 選擇邊場地。輸隊只有另一選擇。
 - C. 若兩隊先後進行賽前熱身，根據規則的規定，則兩隊同時可進行 6 分鐘或 10 分鐘之熱身時間。若兩隊先後進行熱身，則選擇先發球的球隊先行開始。
2. 球隊的上場陣容
 - A. 比賽時每隊必須始終保持六名球員在場比賽。
 - B. 每局開始決定之球員位置輪轉順序均須維持到該局結束。
 - C. 若球隊選擇登記自由防守球員，則自由防守球員的球衣號碼必須在第一局時與 6 位先發球員的號碼一同標示在陣容單上。

八、 位置錯誤

1. 當發球員擊球的瞬間，若有球員未按其規定位置站立，則該判球員犯規。
2. 若發擊球時犯規，則以發球犯規先於位置錯誤論之，判發球犯規。
3. 若發球員是擊球後的犯規，則判位置錯犯規。
4. 位置錯誤之判罰如下：
 - A. 該隊失一球。
 - B. 球員應立即回到正確位置。
5. 輪轉
 - A. 整局比賽的輪轉順序、發球順序、球員位置都依陣容單來決定。
 - B. 當接發球員取得發球權時，該隊球員必須依順時針方向輪轉一個位置（2 號位置的球員輪轉到 1 號位置發球，1 號球員則輪到 6 號位置，依此類推）。
6. 輪轉錯誤
 - A. 當接球未按照輪轉順序進行時，即為輪轉錯誤。而產生下列結果：
 - a. 輪轉錯誤的球隊應判喪失發球權，並由對隊得一分。且擁有發球權。
 - b. 改正輪轉順序。
 - B. 除此之外，記錄員應即判定犯錯的正確時間。犯規隊在錯誤期間所得的分數均須取消，其對隊所得的分數則依然有效。若無法確定錯誤期間則分數不取消，僅判犯規球隊失一球。
7. 球員替補：球員替補是指裁判員允許一名球員退場，並由另一名球員上場代替其位置。
 - A. 替補限制
 - a. 每隊每局最多可以准許有六人次替補，且同時可替補一名或多名球員。
 - b. 每局開始上場的球員，僅可在該局中退場一次及再進場一次，但僅以回到原來

之比賽位置為限。

- c. 替補球員每局僅可上場一次，以替換開始上場的球員，同時該替補球員亦僅能由原來被替補退場的球員所替換。

8. 例外替換：

- A. 球員受傷以致無法繼續比賽時，應做合法之替補，如該隊已無合法替補之可能，則可使用例外替補，且不受規則規定之限制。
- B. 例外替換是指不在場內之任一球員替補受傷之球員，但自由防守球員與其交換球員除外，受傷球員不得再進場比賽。

九、 擊球的特性

1. 可用身體任何部位。
2. 擊球必須清晰，不可持球或拋球，球可反彈至任何方向。
3. 球可觸及身體數個部位，須以同時觸及為原則。

十、 犯規的擊球

1. 四擊：球隊在擊球回對隊場區前觸球四次。
2. 藉助擊球：在比賽區域內，以隊友或任何建造物之物體作為擊球的支撐。
3. 持球：未能清晰的擊球而是用持球、擲球。
4. 連擊：球員連續擊球二次或球連續觸及身體的數個部位。

十一、 觸網

1. 球球員觸網不視為犯規，除非妨礙或影響比賽。
2. 球員可觸及網柱、網索或標誌竿外側的其他物體，含球網本身，但不得妨礙比賽。
3. 若球被擊入網，並致使球網觸及對方球員，不作犯規論。

十二、 係指後排右方球員在發球區內擊球使球進入比賽的動作。

1. 發球順序
 - A. 在對隊球員攻擊前或攻擊時，球員觸及對方場地之空間的球。
 - B. 每局之第一次發球以後，發球球員依下列方式決定：
 - a. 當發球隊贏得該球時，由原球員再發球。
 - b. 當接發球隊贏得該球時，則由接發球隊獲得發球權並輪轉。由前排右的球員移到後排右位置進行發球。
2. 發球犯規：即使在對方位置錯誤的情況下，下列的犯規則成為換邊發球。
 - A. 發球員：
 - a. 違反發球順序。
 - b. 未按規定執行發球。

- B. 擊發球後犯規：正當發球後，造成發球犯規的情況如下（除非是有球員位置錯誤）：
 - a. 觸及發球隊球員或球未從網上垂直平面空間完全地通過。
 - b. 出界。
 - c. 從掩護上方飛過。
- 3. 發球後造成犯規和位置錯誤
 - a. 發球員發球犯規瞬間（不當發球，輪轉錯誤等）同時對方越位，應判發球犯規。
 - b. 反之，完成發球後該球失誤（出界、掩護等）則位置錯誤發生在先，應判位置錯誤。

十三、 攻擊：定義

- 1. 除發球與攔網外，一切將球擊向對方場地的動作皆視為攻擊。
- 2. 攻擊時，若觸球動作乾脆而球迅速離手，沒有持球或擲球動作，頂球是合法的行為。
- 3. 球完全通過球網的垂直面或觸及對隊球員的瞬間，便是完成攻擊動作。
- 4. 攻擊的限制
 - A. 前排球員在自己的場地空間內，可在任何高度進行攻擊。
 - B. 在擊球起跳時，其單足（或雙足）不得觸及或越過攻擊線。
 - C. 而擊球後，可落入前區範圍。
 - D. 若在觸球的瞬間，球的一部分低於球網線上緣，則後排球員也可在前區完成攻擊。
 - E. 當對方發球，該球在本方前區且高於球網時，不得完成攻擊。
- 5. 攻擊的犯規
 - A. 在對方場地的空間擊球。
 - B. 擊球「出界」
 - C. 後排球員在前區完成攻擊時，擊球的瞬間，球的整體高於球網上端。
 - D. 對方發過來的球，球在前區且球體在球網上端的空間時，球員完成攻擊動作。
 - E. 自由防守球員將高於網上端的球完成攻擊。
 - F. 自由防守球員在前區以高手手指傳球時，任何球員將高於網上端的球完成攻擊。

十四、 暫停及技術暫停

- 1. 所有暫停時間為 30 秒：FIVB 世界性及正式比賽第一局至第四局所有暫停期間為 60 秒，且每隊每局只能要求一次暫停，另外有二次的技術暫停，當任何一隊先獲得 8 分及 16 分時自動暫停。決勝局（第五局）沒有技術暫停，每隊只能要求二次暫停，時間各為 30 秒。
- 2. 所有暫停（含技術暫停）所有球員需回到靠近球員席之無障礙區。
- 3. 球員替補
 - A. 替補必須在替補區內進行。
 - B. 替補的時間，只限於在紀錄表上完成登記替補及允許球員進、退場。

- C. 請求替補時，球員必須靠近教練站立準備好進場。
- D. 若球員未依上述情形準備，則不允許該次替補，並判罰該隊延誤比賽一次。FIVB 世界性及正式比賽中號碼牌用來作替補球員用。
- E. 若教練作一人以上的替補時，請求時必須做出替補人次的手勢。此種情況下，必須以一對接一對的方式相繼替補。

十五、 延誤比賽

- 1. 延誤的類型：球隊以不當行為延緩比賽的恢復，稱為延誤比賽，包括：
 - A. 替補延誤時間。
 - B. 指示恢復比賽後，延誤暫停時間。
 - C. 請求非法替補。
 - D. 重覆妨礙比賽非法的請求。
 - E. 球隊成員延誤比賽。
- 2. 延誤的罰則
 - A. 延誤警告和延誤處罰的判罰屬全隊性的判罰。
 - B. 延誤處罰以全場累計。
 - C. 延誤處罰（警告）均須登記錄表上。
 - D. 一局中的第一次延誤比賽，應判為「延誤警告」
 - E. 同一場比賽中，同隊以任何成員第二次及以後的延誤比賽應處以延誤判罰，喪失一球。
 - F. 第一局前或局間的延誤處罰，應適用於下一局。

十六、 交換場地

- 1. 除了決勝局外，每局結束後球隊交換場地。其他隊職員則交換球隊席。
- 2. 在決勝局中，一旦某隊取得 8 分時，應立即交換場地，同時球員位置應保持原狀。若未能於正當時機交換場地，應於發覺錯誤後立即交換。交換場地時應保留原比數。

十七、 網下侵入對區

- 1. 只要不妨礙對方的活動，允許球員由球網下方侵入對方空間。
- 2. 越過中線侵入對方。
- 3. 允許足部觸及對方場地，惟侵入的足部仍需有一部份與中線接觸或在中線的上方；
- 4. 允許足部(含)以上身體任何部位觸及對方場地，但不得妨礙對方球員的活動。
- 5. 球員可以在死球後進入對方的場地。
- 6. 若未妨礙對方球員的活動，球員可侵入對方場外的無障礙區。

十八、 自由防守球員

1. 自由防守球員於賽前必須用明顯線條標示於記錄表，號碼亦必須於第一局的陣容單上標示。
2. 自由防守球員的特殊規定：
 - A. 裝備：自由球員必須穿著與其他明顯不同顏色或不同樣式的比賽服。（並為再指定之自由球員準備上衣）但必須像其他球員有號碼。
 - B. 比賽行為
 - a. 自由防守球員可以和任何一位後排球員交換。
 - b. 自由防守球員只能扮演後排球員的角色，並且不能將高於網上端的球擊向對區（含場內及無障礙區）。
 - c. 自由防守球員不得發球、攔網或試圖攔網。
 - d. 自由防守球員於前區及延長區域內，使用高手手指傳球時，則隊友不得將對於網上端的球完成攻擊。
 - e. 如果自由防守於後區以高手手指傳球時，則隊友可以任意擊球。
 - C. 球員交換
 - a. 自由防守球員的交換不計為合法正常替補次數，其交換次數、對象不限，但其退場必須和原球員相互交換，再交換時必須經過一次死球。
 - b. 交換時機須於發球之鳴笛前：每局開賽前第二裁判查驗陣容單之後，或在比賽中成死球時。
 - c. 自由防守球員不得發球、攔網或試圖攔網。
 - d. 自由防守球員於前區及延長區域內，使用高手手指傳球時，則隊友不得將對於網上端的球完成攻擊。
 - e. 如果自由防守於後區以高手手指傳球時，則隊友可以任意擊球。
 - D. 再指定一名新自由防守球員：
 - a. 指定自由防守球員受傷時，先經第一裁判的允許，教練得再指定一名當時在場外的球員擔任新自由防守球員，受傷自由防守球員不得再參與該場所剩下的比賽。
 - b. 因此，再指定自由防守球員，在該場所剩下的比賽必須擔任自由防守球員職務。