

排球比赛场地为长方形，其**长度为 18 米，宽度为 9 米**。四周至少有 **3 米宽的无障碍区**。从地面量起至少有 **7 米的无障碍空间**。(国际排联世界性比赛场地边线外的无障碍区至少 5 米，端线外至少 8 米，比赛场地上空的无障碍空间至少 12.5 米。)

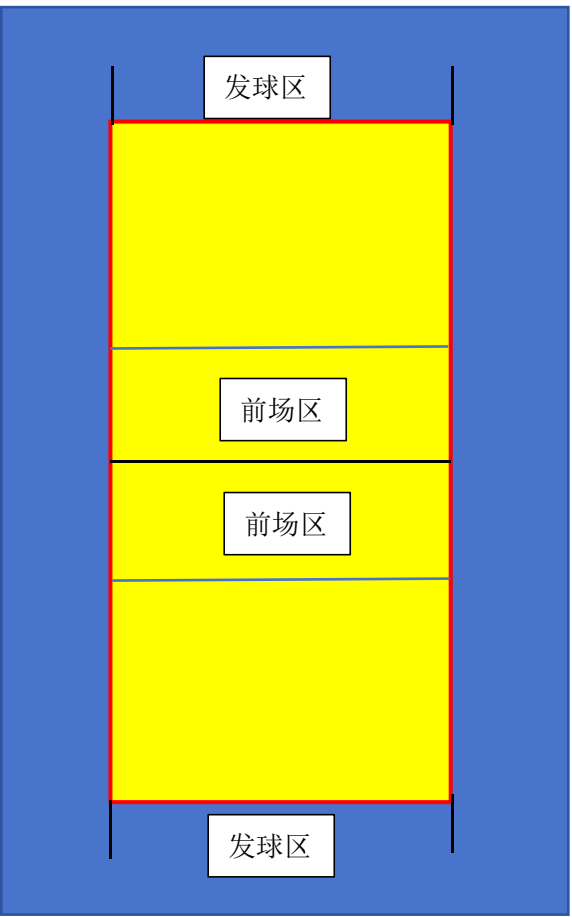
所有**界限宽 5 厘米**，其颜色与地面和其他项目的场地画线不同。长方形比赛场地的长边为边线，短边为端线。边线和端线的线宽均包括在比赛场地区的面积之内。

中线（黑色）在网下，是两条边线中点的连线，将比赛场区分为两个相等的场区。每个场区各画一条距离中线 3 米的**进攻线（蓝色）**（其宽度包括在内）。中线与进攻线之间为前场区。

两条边线延长线上，距端线 20 厘米，各画两条长 15 厘米、宽 5 厘米、垂直于端线的短线，两条短线之间为发球区，短线宽度包括在发球区内，发球区的深度延至无障碍区终端。

两条进攻线的延长线之间的记录员席一侧边线外的范围为换人区。

国际排联世界性比赛的无障碍区外的替补席远端，画有 3 米×3 米的准备活动区。



排球网长 9.50 米，宽 1 米，网孔 10 厘米见方，黑色。上沿缝有 5 厘米宽的双层白色帆布。球网挂在两侧的球网柱上，与中线垂直。

男子网高为 2.43 米，女子为 2.24 米。球网两侧与场地边线相垂直处挂有一条宽 5 厘米的白色标志带。在标志带外侧各树一根长 1.80 米、红白相间的标志杆。杆的顶端高出球网上沿 80 厘米。

排球规则：

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。

比赛由发球开始，发球队员击球使其从网上飞至对方场区，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方场区。

排球比赛采用五局三胜制，胜三局的队胜一场。比赛中，某队胜 1 球，即得 1 分（采取每球得分制）。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（决胜局第五局除外）先得 25 分并同时领先对手 2 分的队胜一局。当比分为 24：24 时，比赛继续进行至某队领先 2 分（26：24 或 27：25 等情况），则 1 局为止。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 或 17：15

等情况）为止。

技术性规定：

队员的场上位置

在发球队员击球时，双方队员必须在本场区内各站两排，每排三名队员。发球队员不受场上位置的限制。队员的位置据其脚的着地部位来判定。在发球队员击球的一刹那，场上队员脚的着地部位必须符合其位置要求。在发球后，队员可以在本场区和无障碍区的任何位置上。

排球主要有六项技术：发球、垫球、传球、扣球、拦网、防守，而通常根据球队的战术，每一个位置上的队员都有其专长。最常见的位置分配包含三种位置：攻手（分为主攻手、副攻手和接应）、二传手和自由人。

1、自由人

自由人是专职防守的球员，主要负责一传和防守。通常自由人具有全队反应速度最快和一传技术最好的队员。由于自由人不需要在网前进攻，所以对自由人的身高没有特别的要求。在比赛中，自由人穿着和其他队员不同颜色的球衣。特别的，自由人同一局比赛中可以随意替换不同的球员，不占用换人名额。

2、二传

二传手的职责在于组织全队的进攻，他们负责在二传时将球送至攻手最适宜扣球的位置。移动快速、传球精准是一个二传手的必备素质。一位好的二传手可以利用每一位攻手的特点，组织快速多变的战术，所以二传必须相当了解队伍各位置攻手的特性与习惯，在比赛中更要保持清楚的头脑与思维。

3、主攻、接应

主攻手是在靠近标志杆进攻的球员。惯用右手的主攻手最适合在 **4** 号位（主攻手）进攻，相对的，惯用左手的主攻手最适合在 **2** 号位（接应）进攻。由于二传传向主攻位置的球大多都是高球，因此主攻手往往采用很长的助跑，有充分的时间助跑起跳。在进攻中主攻手通常依靠强力扣杀得分。主攻手还需要掌握一传技术，因为在对方发球时他们通常作为自由人以外的第二一传点。随着排球的发展，后排主攻不仅需要接一传，还有进攻的任务，所以在比赛中，通常会有四个进攻点。

4、副攻

副攻手是经常在靠近二传手打快攻的球员。副攻手专职拦网，因为他们必须阻挡来自对方副攻手的快攻，并且需要从中间向两边快速移动以组织双人拦网。通常副攻手是队中最高的球员，且要求有很好的防守技术。

发球

获得发球权的一方须先转轮次，每次转到 **1** 号位的队员发球。发球队员需在裁判员鸣哨后 **8** 秒钟内将球击出。在本队未失误前，发球队员需要连续发球。发球不过网或球落在对方界外均为发球失误，发球权转移至对方,由对方一号位的队员发球。

触球

队员可用身体任何部位触球，但不得停留，如出现捞、捧、推、掷球的情况则被判为持球。每队最多触球 **3** 次（拦网除外）。

扣球

直接向对方场区的扣球为进攻性击球。前排队员可在本场区对任何高度的球作进攻性击球。后排队员在进攻线后起跳则可击任何高度的球。

拦网

只准前排队员进行单人或集体拦网。拦网后本队可再击球**3**次。拦网手触球后，球落界外为触手出界，判对方得分。

网下穿越

在不妨碍对方比赛的情况下，允许队员在网下穿越进入对方空间。允许队员的一只脚或双脚越过中线触及对方场区的同时，脚的一部分还接触中线或置于中线上空。除脚以外，不允许队员身体的任何其他部分接触对方的场区。在比赛中断后，队员可以进入对方场地。

触网

新规则规定触网为犯规，但队员在无试图击球的情况下，偶尔触网不算犯规。

进攻性击球

指发球和拦网外的其他所有向对方的击球。前排队员可以对任何高度的球完成进攻性击球，但触球时必须在本场地空间。后排队员则允许在后场区对任何高度的球完成进攻性击球，但起跳时脚不得踏及或越过进攻线，击球后可以落在前场区。

赛制规则

排球比赛采用**5局3胜制**，前**4局**比赛采用**25分制**，每个队只有赢得至少**25分**，并同时超过对方**2分**时，才胜**1局**。

决胜局的比赛采用**15分制**，一队先得**8分**后，两队交换场区，按原位置顺序继续比赛到结束，先获**15分**并领先对队**2分**为胜。

犯规情况

发球犯规

- 1.发球次序错误
- 2.发球队员在击球时或击球起跳时，踏及场区端线即为发球踩线失误
- 3.发球队员在第一裁判鸣哨**8秒**内未将球击出。
- 4.球抛起准备发球，却未击球。

连击

身体任何部分均可触球，但一名队员（拦网队员除外）连续击球两次或连续触及他身体的不同部位即为连击犯规。

持球

身体任何部分均可触球，但球必须被击出,不得接住或抛出，否则即为持球犯规。

判断持球的主要根据是球是否停滞在身体上。合法的击球是一个单一击球反弹动作，而持球犯规是先使球停滞再将球击出。

过网击球

在对方场区空间击球,即为过网击球犯规。

触网或标志杆

队员在试图击球或影响比赛时的触网或触标志杆则算犯规。

后排队员进攻

后排队员在前场区完成进攻性击球并且击球时，即为后排队员进攻性击球犯规。后排队员在进攻时必须在进攻线后起跳。

鹰眼挑战

当球员对裁判员罚有异议时，可以向裁判员申请鹰眼挑战，通过电脑系统模拟出的该球实际路径，以判断判罚是否正确。每局比赛每队有两次挑战机会，如果挑战成功则拥有继续挑战机会，挑战出现两次失败，本局将没有挑战机会。[\[4\]](#)

鹰眼适用于以下五种情况：

- 1.落地界内/界外球
- 2.球是否接触标志杆，拦网是否打手出界
- 3.触网
- 4.发球踩底线/后排进攻踩三米线或越过中线
- 5.自由人上手击球时脚的位置