

趣味体育——规则那些事儿

中国女排十连胜正在鼓舞全国人民的士气，2020年的教师招聘考试也如火如荼，各位小伙伴们开始看书之旅了吗？相信很多同学已经开启题海模式策马奔腾了，那在做题中你有没有被一些规则弄的晕头转向呢？例如，‘篮球比赛时，掷界外球队员一脚踩在端线上（脚未进界）属于违例。’、‘正式足球比赛中，每场有2次暂停时间。’、‘乒乓球和羽毛球比赛中，发球擦网均应判重新发球。’、‘羽毛球比赛中，球压线应判为界内球’这些说法正确么？为什么？接下来，华图教研室教你如何轻松掌握这些容易混淆出错的考点。

一、关于暂停和技术暂停

在篮球和排球比赛中，教练叫暂停后，球队往往能打出致命一击。如果足球也采用暂停制，是不是也会出现这样的情况呢？足球暂停？大家可以想像一下：国际足联的规定标准是长105米、宽68米，面积为7140平方米，球员从这头走到那头就可能需要5分钟。如果教练把场上的所有球员叫回来部署战术，然后再让他们回到各自的位置打比赛，这一来一去不知道要浪费多少时间呢。从天气上来说，夏天还好，大家到场边还能喝个水。如果是大冬天，好不容易跑热的身体，大家到场边一休息，身体又全部冷了。如果有暂停规则，那叫暂停的一般都会是被动的一方。暂停后，本来占据攻势的一方，很可能会因此被打乱节奏，再也组织不起像样的进攻，这对于足球的观赏性是有害的。哈哈，大家可以想像一下，自己的偶像刚要进球，结果插入广告时的心情吧。所以说足球没有暂停，除非有极度特殊的情况。

在排球的每局比赛中，当领先的球队到达8分及16分时，进入技术暂停（即前四局的比赛中，每局有两次技术暂停），技术暂停的时间为1分钟，技术暂停的出现主要是考虑赛事转播的时候插播广告。决胜局没有技术暂停。而每队在一局中还有两次暂停机会，每次暂停30秒，所以前四局中每局最多可有六次暂停，总时长最多为4分钟。在最后一局决胜局中，由于采用15分制短局决胜，为了使比赛更激烈，所以没有技术暂停，但每队仍有两次暂停机会，时间仍为30秒。所以在决胜局中最多有四次暂停，总时长最长为2分钟。在决胜局中当一队率先达到8分时，两队互换场地。

羽毛球：在羽毛球的每局比赛中双方中的一方以11分领先时，比赛进行1分钟的技术暂停，让比赛双方进行擦汗、喝水等；在羽毛球的决胜局中比赛双方除了有一分钟的技术暂停外，还要进行场地交换。

乒乓球：国际比赛中一场球每方队员只有一次暂停机会，时间不超过一分钟，暂停时间内两方队员均可休息和接受教练的技术指导。

二、关于场地的界内和界外

今年女排在里约的表现着实让国人过瘾了一把，相信大家都知道，排球比赛中，压线球

是好球，属于界内，得分有效。那篮球、足球、乒乓球、羽毛球、网球（近两年考纲中没有出现网球）呢？这些项目的球压线或者掷界外球时人踩线，该如何判罚呢？

这些看似复杂难记的知识点，却是有内在联系、有迹可循的。究竟如何鉴别，关键在于界定场地尺寸的一一线条宽，是否包含在场地尺寸之中。乒乓球的线条宽 2 厘米，羽毛球 4 厘米，田径、篮球、排球 5 厘米，足球线条宽 12 厘米。说到这个秘密，或许很多同学会质疑：就那么几厘米的线条宽有那么重要？很任性，就是那么重要。在篮球的 28 米*15 米的场地中，线条宽 5 厘米不包括在场地内。所以，‘篮球比赛时，掷界外球队员一脚踩在端线上（脚未进界）属于违例’的说法是错误的，如果脚踩端线且进界属于违例，那就是正确的了。通常情况下，足球我们需要记住的关键词——球的整体，例如出底线是球的整体出底线。排球的 5 厘米线条宽是包括在 18*9 的场次内，所以压线球得分。羽毛球和乒乓球也是如此。

三、关于名次

跳高的名次排列和跳远一样吗？出现成绩相等时应如何决出高下呢？三只表计时究竟以哪个为准呢？全能运动比赛中如总分相等，怎么排名次呢？

以高度计算成绩的项目，成绩相等时的录取办法：在出现成绩相等的高度中，试跳次数较少者名次列前；如成绩仍然相等，在包括最后跳过的高度在内的全赛中，试跳失败次数较少者名次列前。如成绩仍相等，并涉及第 1 名时，在最后失败的高度上，每人再试跳 1 次；如仍不能判定名次，则将横杆提升或降低，跳高为 2cm，撑竿跳高为 5cm。他们在每个高度上只试跳一次，直至分出名次。如涉及其他名次，成绩相同的运动员，名次并列。

远度计成绩以比赛的 6 次试跳或试掷中最好的一次成绩作为个人的最高成绩。如出现最好成绩相等，则以第二好成绩来确定名次，依此类推，直到最后一个成绩。如果还是相同，除了第一名以外，可以并列；如果涉及到第一名成绩相同，必须让这些涉及到第一名的运动员继续比赛，直到决出第一名为止。

径赛项目中，判定运动员到达终点的名次顺序，是从发令枪闪光或烟开始，直至运动员躯干（不包括头、颈和四肢）的任何部位，到达终点线后沿垂直面瞬间为止。以决赛成绩作为该项最后名次成绩。在 3 只正式计时表中，两只表所计时间相同，应以两只表所计时间为准；如 3 只表所计时间各不相同，应以中间成绩为准；如只有两只表所计成绩不同时，应以较差的时间为准。

全能运动比赛中如总分相等，应以得分较高的单项数量多者名次列。如仍相等，则以任何一个单项得分最高者名次列前。团体总分相等时，应以破纪录项目次数多者名次列前，再相等，则以获第 1 名多者名次列前。若仍相等，则以获第 2 名多者列前，余类推。

在课堂上，我们会系统讲解关于更多规则类考点，以及记忆方法，之击考点，让你记忆深刻，条理清晰不混淆。

最后，华图教师预祝广大考生乘华图翅膀，圆教师梦想！

华图教师教研室 编辑