**背篓投绣球竞赛规则**

第一章 比赛

1、定义

运动员在规定的场地、时间内，将绣球投进本队队员身背的背篓内，投进多者为胜。

第二章 场地及器材

2、场地

2·1场地规格为长15米、宽2米的平坦地面。相隔15米的一端为投球限制线，另一端为接球限制线，限制线外分别设长3米、宽2米的投球区和接球区。（见附图）

3、器材

3·1背篓：直径上为35cm、下为25 cm、长60 cm，用竹或塑料制成的圆形筐，上口开，下底封，并佩有背带，使运动员能舒适地背在背上。

3·2绣球：用绸或布料剃成，直径为5-6厘米，内装细沙，重150克的实心球，球心穿系一条长90厘米，尾端系三片长4厘米，宽2厘米布条的绳子。球底安上5厘米长，0.5 厘米，宽的5片布条，为球穗，即为比赛用绣球。

第三章 比赛通则

3、比赛办法

3·1比赛只进行男、女团体赛。比赛时间每组分别为3分钟。

3·2比赛开始。

3·2·1比赛开始前，检录员将比赛运动员带入场地内，交给临场裁判员。接球手站在自己的接球区内，投球手须依次站在投球区内，由临场裁判发给每人6个绣球，可练投1分钟。待裁判长鸣笛，比赛开始。

3·3比赛进行

比赛开始后，投球手必须按顺序每次投出一个绣球给接球手，接球手只能用背篓直接接球，姿式不限。

3·4比赛结束

当裁判长发出比赛结束的信号时，或比赛队将最后一个绣球投出后，并向裁判员示意，某场比赛即为结束。

3·4·1在比赛结束的信号发出时，投球手投出的绣球已在空中飞行，接球手接到的绣球算有效。如在比赛信号发出后再出手投的绣球，均判无效。

4、违例及罚则

4·1投球手越过投球区或踏上投球区线上投球，接球手越过投球区或踏上投球区线上投球，均判违例，所投进背篓的球均为无效球。

4·2投球手不按顺序投球，也判违例，均为无效球。

4·3接球手只能用背篓直接接球，不能用手及头等附加动作将球送入背篓内，否则判违例，所进球为无效球。

第四章 名次的判定

5、以每队在3分钟内投进背篓的绣球多少决定名次，多者多次列前，如投进的绣球数相同，则以用时少的队名次列前。

（附：比赛用表。）

场地示意图：

21米

投球区 　　　　　　2米 接球区

3米 15米 3米

**高杆投绣球竞赛规则**

第一章 比赛

1、定义

运动员在规定的场地、时间内，将绣球投进高杆的圈内得分，得分多者为胜。

第二章 场地及器材

2、场地

2·1场地规格为长26米，宽14米的平坦地面。长线叫边线，短线叫端线。两条边线中点的连线叫中线。

2·2投球控制线：在距离边线中点两侧7米处各画一条与中线平行，与两条边线连接的线，叫投球控制线。

2·3投球区：投球控制线到端线之间的区域为投球区。

3、器材

3·1投球杆：钢管或相应的坚固材料制成，高9米，立于中线的中点。

3·2投球圈：在投球杆的上端固定一个直径1.2米、内空直径为1米的圆圈，为投球圈。

3·3绣球：用绸料及布料制成，直径为5-6厘米，内装细沙，重150克的实心球。球心穿系一条长90厘米，尾端系三片长4厘米、宽2厘米布条的绳子。球底安上5厘米长、0.5厘米宽的5片布条为球穗，即为比赛用绣球。比赛时需备5种不同颜色的绣球各5只以上。

第三章 运动员和教练员

4、运动员

4·1每队运动员10人：男、女各5人。队员上衣必须有明显的号码（1－5号）。

4·2必须遵守竞赛规则、规程，并对自己的行为负责，不得做出妨碍比赛、干扰对方、破坏比赛气氛的任何行为。

5、教练员

5·1教练员应按规则要求在指定的地点进行观赛或指挥，不得进入比赛场地。

第四章 比赛通则

6、比赛办法

6·1本次比赛只进行团体赛。

6·1·2团体赛分男子团体和女子团体，同队的5名男运动员或5名女运动，同时上场投绣球，比赛时间为10分钟。

6·2比赛

6·2·1比赛开始前，由裁判长带领比赛的运动员入场，交给临场裁判员，由临场裁判员发给绣球，可练投一分钟。待裁判长发出停止练习令后，分别站在两边的投球区内，做好比赛的准备。裁判长鸣笛，比赛开始。

6·3比赛进行与得分

比赛开始后，运动员可在两边投球区内反复将绣球投过高杆上的圈内，在规定的时间内，将绣球每投过圈内，得一分。

6·4比赛结束

当裁判长发出比赛结束的信号时，某场比赛即为结束。

6·4·1在比赛结束的信号发出时，运动员投出的绣球已在空中飞行，穿越投球圈内算得分，如在比赛信号发出后再出手投的绣球，无论结果如何，均判无效。

7、违例及罚则

7·1投球时运动员踩控制线或越出投球区，判违例一次扣1分。

7·2运动员错拿别人的绣球时，判违例一次扣1分。

第五章 名次的判定

8、团体赛

8·1在规定的比赛时间内，5名男运动员或5名女运动员所投球的得分总和为男子或女子团体成绩，得分总和多者名次列前，如得分总和相等，总和相等的队即加赛1分钟，投中多者名次列前，如仍相等再加赛1分钟，直至决出胜负为止。

（附：比赛用表）

边线26米

投球控制线

放投

球架

位置

投球控制线

端线

14米

投

球

区

投

球

区

中点

7米 7米

φ投球圈

内空圆直径为1米

外圆直径为1.2米

投球杆9米

（投球架组成：投球杆+投球圈）