

# 試新計分制挑戰職球員極限

## 排球賽變馬拉松激鬥

體育新視野周刊 Ta Kung Pao Sport



◀ 比賽時間拉長，對郎平這樣的頂級教練帶來更大的壓力

▶ 新計分制度對惠若琪來講是很大的考驗

▼ 排球賽事短兵相接的情況將更多

今年初，國際排聯在洛桑會議上討論並通過了一系列排球比賽新規則。新規中除了對攔網手「觸網」違例作出更嚴苛的處罰外，國際排聯正在醞釀排球計分制的又一次變化，即每場比賽最多需要7局才能分出勝負。計分制的改變無疑對排球運動的未來發展起着重要作用。

大公報特約記者 史玄之

國際排聯近期的規則改革措施中，不少出於對球隊及隊員利益的考慮。例如，為了保護網對面的球員不會因為對方過於貼網伸腳而造成受傷，規定任何隊員比賽中的觸網都算觸網犯規；採用「柔性換人」政策，允許一局已替換下場的球員再上場，增加了教練員靈活用人的空間；而暫停次數的減少則是避免某些球隊依靠暫停來打亂節奏，增加比賽的流暢性。然而，記分制的改變明顯是旨在延長比賽時間，吸引更多球迷和廣告商的關注。

### 激戰逾三小時作等閒

醞釀中的計分制改革具體為：一場排球賽採取「三盤兩勝制」，前兩盤採用「三局兩勝制」，每局25分，決勝盤採用單局15分制。這樣，如果雙方在前兩盤打滿三局，且各贏一盤，那麼全場比賽就將打滿7局分出勝負，其中6局比賽打滿25分，比賽強度幾乎達到過去比賽的兩倍。即便一方實力佔壓倒性優勢，最少也必須打滿4局25分，即每盤比賽都以2:0的局分獲勝，比賽強度也將超過原先的五局三勝賽制。

新計分制下排球比賽的時長將有明顯變化。原先職業排球賽一局所花時間大約25-30分鐘，若一隊3:0獲勝，加上暫停和局間休息時間，一場排球賽基本控制在100分鐘內；而即便兩隊實力接近，打滿五局，比賽也基本上可以控制在2小時20分鐘內。倫敦奧運會女排8強賽中日兩隊廝殺激烈，不僅打滿五局，而且每局都只有2分差距。比賽中雙方一攻成功率不高，防反來回球較多，但即便這樣，比賽也未能超過兩個半小時。然而，新計分制下，如果打滿7局，不少比賽將肯定突破三小時。特別在比賽後半段，隨着球員體能下降、進攻威力降低，比賽回合數可能會更多。

### 為引入更多廣告鋪路

雖然，計分新規受到業內行家不少質疑，認為這一計分制將大大改變排球運動的原有規律，而增加時長未必增加比賽的精彩性。然而，國際排聯之所以出於這樣的計分改革方案，就是為了效仿NBA和職業網球做法，增加比賽時長以吸引更多贊助商在賽事轉播時投入廣告，拓寬排球市場。國際排聯希望能就此推動排球運動成為世界一流體育運動，讓足球、籃球、排球這三大球在項目影響力上達到真正的平起平坐。因此，該計分制實施的可能性很大，只是時間問題。日前，國際排聯提出新規則最早將在今年5月份瑞士舉行的女排世界盃賽上試行。如果效果良好，新規則將極有可能在里約奧運會後的世界排球比賽中運用。

### 建議新計分制事例說明

總計：3盤2勝（頭兩盤3局2勝；若盤分1:1，決勝盤一局15分決勝負）

例子：A隊以盤數2:1勝B隊

可能出現比分：（假設兩隊激鬥門足3盤共七局）

#### 第一盤

第一局：25:20，A隊勝(1:0)；  
總計A領先1:0  
第二局：20:25，B隊勝(1:1)；  
總計首盤局數1:1  
第三局：25:20，A隊勝(2:1)；  
總計首盤A隊勝2:1，  
首盤A隊勝，盤數總計1:0

#### 第二盤

第一局：20:25，B隊勝(0:1)；  
總計B領先0:1  
第二局：25:20，A隊勝(1:1)；  
總計次盤局數1:1  
第三局：20:25，B隊勝(1:2)；  
總計次盤B隊勝2:1；  
總比分AB隊盤數1:1平手，  
要打決勝盤分勝負

#### 第三盤

一局15分決勝：15:10；A隊勝；  
總計盤數A隊贏B隊2:1（共合兩隊打滿了7局）



▲袁心玥（後）這樣年輕力壯的球員肯定能適應新賽制

## 盤點FIVB近廿年變革

為了增加比賽的對抗性和激烈程度，提升排球運動的世界影響力，近二十年來國際排聯（FIVB）與國際乒聯（ITTF）、世界羽聯（BWF）等單項世界聯合會一樣，一直致力於改革比賽規則。這些規則改革，很大程度上左右了排球項目的世界格局。

### 每球得分制問世

自從1896年排球運動在美國誕生以來，排球比賽始終採用輪換發球權制。其最大弊端就是比賽時長不好控制，有時需要為了得一分交換發球權長達十幾分鐘。古巴女排成為「輪換發球權」制下最大的受益者，由於發球失誤不失分，古巴女排用兇狠的發球衝擊對方一傳，形成與對手比拼強攻的局面，長期稱霸世界排壇。

1998年，中國排球聯賽率先使用「每球得分制」，取消發球權制。這樣「簡單明快」的比賽方式得到了國際排聯的認可，並從1999年1月1日起在洲際以上正式比賽中執行。同時五局三勝，每局25分、決勝局15分的比賽規則也得以確立沿用至今。

### 自由人亮相賽場

「自由人」或稱「自由防守球員」（Libero），是國際排聯於1996年世界女排大獎賽中試行的一項規則。每個隊

中可以擁有一名自由人，身穿與隊友顏色不同的背心，隨時上場頂替後排隊員，不佔球隊一局的換人次數。然而，自由人不可以發球、扣球、攔網，只能承擔全隊後排防守和一傳的任務。「自由人」的使用改變了世界排球秩序和排球理念，原先由於排球比賽每名隊員都需要輪換位置，因此「攻守平衡」的球員更受青睞。有了自由人頂替後排位置後，不少球隊開始提高場上隊員的高度。事實證明，「自由人」的使用對於人高馬大的歐美球隊更加有利，意大利、塞爾維亞、德國等一批歐洲勁旅也利用這個機會躋身世界強隊之林。

### 小組積分制改變

2011年女排世界盃上，國際排聯採取了和原先不一樣的小組積分方式。在小組循環賽中，原先獲勝的一方得3分，負者得0分。而如今為了鼓勵球隊多打局數，若出現3:0或3:1的比分，勝者可得3分，負者得0分；若出現3:2的比分，勝者得2分，負者得1分。這種做法雖然能極大地刺激弱隊的積極性，但對強隊而言卻難言「公平」。當年的女排世界盃賽上，奧運冠軍巴西女排8勝3負，卻分別比同為8勝3負的中國隊和日本隊少了5分和3分，就是因為巴西隊贏球的8場比賽中，有3場球都打滿5局，導致直接丟了3分。

## 專業意見

**王寶泉**（前中國女排主帥、現天津女排主教練）：這項新規則對老隊員體能要求更高了，打滿了要打七局，整個比賽時間更長了，時間跨度加大了，更利於轉播時間的掌控，盤間休息時間延長，也能滿足廣告商的要求。

**王寧**（國際級裁判，曾執法過奧運男排決賽）：國際排聯的初衷還是為了讓排球比賽時間更加可控，更加激烈，同時延長比賽時間，可以增加贊助商的曝光率。但如此的賽制改革，對運動隊的體能要求和板棧深度的要求都提高了。

**吳勝**（浙江女排主教練）：這樣的賽制對於我們目前的體能訓練理念、人才儲備理念都將有革命性的變化。我覺得新規則肯定不會馬上實施，需要有很長的時間留給球隊消化理解。

## 新例掀世界排球新趨勢



雖然新計分制在短期內，特別是2016年里約奧運會周內不會施行。但是考慮到之前的「每球得分制」、「自由人」等規則對於世界排壇格局產生的重大影響，因此有必要盡早研究新計分規則，迎接規則改變後給各支球隊帶來的挑戰。

### 體能訓練成首重

新計分規則下，比賽時間拉長至三小時以

上，這對於球員的體能儲備提出了更高的要求。特別是在如今講求「快節奏、高彈跳」的排球比賽中，三小時無疑對球員的體能帶來了極大的挑戰。以2012年倫敦奧運會中日女排8強賽為例，中國隊主攻手惠若琪在第三局就已出現了體力透支的問題。而到了第四、五局，兩隊的主要進攻球員體能都有大幅度下降，起跳高度降低，下球力道和速率也大大下降。很難想像一旦比賽再延長兩三局，球員能否堅持得住。因此，一旦新賽制實施，球隊的體能訓練或許將佔到60%以上的比例，這讓排球比賽成為了徹頭徹尾的「體能對決」。

比賽時間的延長除了對球員體能提出新要求外，也在很大程度上檢驗球隊的板棧深度作「車

輪戰」。主力隊員因此可以得到充分的休息時間，讓「好鋼用在刀刃上」。目前，國際排聯規定奧運會一支球隊只可報名12人，而世錦賽、世界盃及其他國際大賽都可以報名14人。新規則施行後，世界大賽的報名人數有望擴充到16-18人。

### 超級替補更關鍵

既然一套陣容很難承擔七局比賽重任，那麼需要由更多實力強勁的球員共同撐起球隊的大旗。「超級替補」無疑成為比賽的制勝關鍵，他能在主力球員狀態下滑、體能下降或者受傷的情況下替換上陣，並取得扭轉局勢或者穩定軍心的作用。去年女排世錦賽，中國女排第一「海拔高度」袁心玥正是在徐雲麗意外受傷情況下替補出場，結果年輕力壯的她反而撕開了對手的防線。而新計分規則實施後，一支一流強隊還需要更多像袁心玥這樣的「超級替補」。

▲改制之後，後備球員上陣機會更多，再也不是站着看隊友比拼