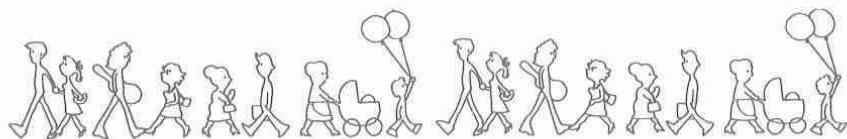




三、結語

綜合上述，近年來國際徑賽規則修訂之重要新規定，如成績的承認，每組必須要有3人以上比賽才可承認；預賽、複賽所創的成績皆可當為正式破記錄；5000公尺及10000公尺起跑人數超過12人以上時，分成2小組不同地點同時起跑；110公尺跨欄以下項目，發令員必須站在起跑線之延長線上或側前方發令；1500公尺以上項目，計圈顯示牌的數字，須以領先者每圈進入最後直道，才可變更；成績的代號為時：分：秒等等，均與往昔大不相同。唯有不斷吸收新知加以融會貫通，並力求推廣與不停改進，方能促使田徑選手在公正合理條件下參與公平競爭，進而達到事半功倍之效，並締造佳績。願此篇新動向，能提供國內田徑從業人員參考，並對提昇田徑運動之蓬勃發展略有助益，此乃個人之所望，願此與大家共勉之。



網球比賽休息時間之規定與違規判定之研究



/ 王正松

壹、前言：

中華民國網球協會所編審之「網球規則及球員行為準則」之部份條文中，有關比賽之進行與休息、比賽時間之違規及球員把握時間之權益皆有明確之規範。主要目的一方面是讓比賽能持續進行，避免球員故意拖延，以便恢復體力；另一方面是維護球員應有的權益，例如醫療暫停及上廁暫停，球員可以根據規則，提出申請以保障自身之權益。

網球比賽休息時間之違規與判定，規則中有明定的即依違規之處罰程序處置，如違規狀況是條文中無明確規範的，則僅能依「判例」來判定之。

本人除了在學校擔任興趣選項網球課程之教學外，課外時間協助網球裁判工作亦不遺餘力。多年來參加裁判講習會及臨場執法略具心得，不揣冒昧，就網球比賽中有關休息時間之各種規定與違規判定提出研究報告，若有不妥之處，尚祈先進不吝指教。

貳、各種休息時間之規定與違規判定：

一、分與分間休息時間不能超過20秒。

此項規定主要是讓比賽能繼續進行，避免球員故意拖延時間。不但是發球員須遵守此項規定，在分與分間的20秒內，必須有發球動作之準備並將球發出；接發球員亦應合理地配合發球員，作好接發球的準備動作。

判例一：不論是發球員或接發球員，如果違反上述規定應如何處理？

判定：第一次違規時主審即喊「時間違規，警告，王先生，繼續比賽」。

如第二次或以後再違規時主審即喊「時間違規，罰分，王先生，繼續比賽」。

判例二：如果發球員與接發球員皆未在20秒內就發球位置或接發球位置，應如何處理？

判定：主審應對發球員作時間違規之處罰，因為接發球員是合理地配合發



球員就接發球準備位置。

判例三：球員若因不可抗力的因素，例如衣服、鞋、襪、護腳或裝備(球拍除外)失調，以致不可能繼續比賽或不利於他的比賽，應如何處置？

判定：球員可以向主審報告，經主審同意後，可暫停計時，亦即不受分與分間20秒之限制，但如處理後，不盡快就接(發)球位置比賽時，主審即可以依時間違規來處罰。

上述分與分間休息時間不能超過20秒，是在賽會有配置球僮時執行，如無球僮服務時，則分與分間之計算採合理時間為原則。

二、換邊時，前局結束至下局發第一球之間休息時間最多為90秒。

比賽進行中，為了公平起見，任何一盤雙方球員之局數和為單數局或決勝局結束後即應換邊，規則規定自前局結束至下局比賽發第一球之間休息時間不能超過90秒，如超過即依時間違規處理；同樣的發球者與接發球者皆受此項規定。

判例一：球員在換邊時，超過90秒應如何處理？

判定：通常換邊，休息時間至60秒時，主審會喊一次“Time”，這時不論是發球員或接發球員即應離開座位休息區，準備發球或接發球。此時如果有位球員仍坐在椅子上休息，再過15秒時，主審又會喊一次“15 Seconds”(有警告之意)，之後該球員才站起來，並在原地擦汗、喝水，並沒有準備上場比賽，休息時間已超過90秒，此時主審即以“時間違規”來處罰。決勝局二位球員之分數和為6或6之倍數換邊時，是不能休息的。

三、醫療暫停(Medical Time-out)：

球員在熱身或比賽中，每一部位的受傷或所有狀況之抽筋，允許有一次3分鐘的醫療時間，但舊傷(非再度受傷)不能再使用；球員有權利於換邊時再使用，則共可使用4分30秒，時間的計算是從醫護人員開始治療時算起，事前之診斷是不計時的。醫療暫停，在比賽未結束前，任何時間皆可提出

提出申請。

判例一：比賽當中，主審決定給予受傷球員三分鐘醫療暫停時，程序上應如何處置？

判定：主審首先應按錶計時，然後請Trainer進來檢查，檢查結果，如Trainer告訴主審需醫療暫停時，此時主審需將鐸錶歸零並呼叫「王先生，現在接受醫療暫停」，同時必須告知對方球員及Trainer所剩餘時間。

“還剩2分鐘”

“還剩1分鐘”

“還剩30秒”

“時間到”

假如受傷球員未能在30秒後比賽，主審即宣佈該球員行為犯規(P.P.S)

判例二：球員受傷暫停3分鐘用畢，仍未處理妥當，該球員繼續比賽後還要請求治療，主審應如何處置？

判定：主審可以同意該球員繼續治療，但以連續二次的換邊時間90秒為限，任何一次提出皆可。如該球員在醫療時間之後20秒內未能繼續比賽，則按行為犯規的處罰程序處理。

判例三：球員因流鼻血或起水泡，可否請求醫療暫停？

判定：球員因流鼻血或起水泡可以請求醫療暫停，但如恢復比賽後再次流鼻血或起水泡，則不能再請求醫療暫停，如違規時則依行為犯規之處罰程序處理。

判例四：球員嘔吐能否請求醫療暫停？

判定：嘔吐是屬於自然體力消失，不算意外傷害，因此不能請求醫療暫停。例如Sampras在1996年澳洲公開賽時，即因嘔吐，超過分與分間之休息時間，而被判定為時間違規。

判例五：球員中暑時，可否請求醫療暫停？

判定：男、女球員中暑時不可以請求醫療暫停。



判例六：球員抽筋，可否請求醫療暫停？

判定：無論是男、女球員在比賽中抽筋，皆可請求醫療暫停，但一場比賽僅允許一次；如醫療暫停時間結束後，未能及時上場比賽時，則依行為犯規程序處理。(P.P.S)

四、上廁時間(Toilet Break)：

在換邊或暫停比賽時，球員可向主審請求上廁所，經主審同意後，他會指派一位工作人員伴隨著去。上廁所時不能打針恢復體力或接受教練之指導。

依據規則，男、女球員上廁所之次數及時間之規定不同，分別說明如下：

- (一)男子：在三盤二勝之比賽中有一次上廁所的機會；五盤三勝的比賽則有二次機會。在規定的次數中，上廁所之時間為合理時間。
- (二)女子：在三盤二勝中每人(雙打為每組)有二次上廁所的機會，但時間上有所限制，即每次不得超過5分鐘，換邊時，連同休息時間則不得超過6分30秒。男、女球員上廁所次數用畢，欲再如廁時，經主審同意後，可在換邊之90秒休息時間去，如超過時間，將會依行為犯規的程序處罰。

判例一：男子雙打A、B二位球員，在三盤二勝之比賽中，A球員上廁所次數已用完，但在B球員於換邊時要求上廁所時，A球員又想跟隨著去，主審應如何處理？

判定：依據規則規定A、B二位球員在三盤二勝之比賽中，各有一次上廁所之機會。A球員次數雖已用畢，但經主審同意後，亦可上廁所，但以90秒為限，超過時間時，則以行為犯規的程序處理；B球員於換邊時要求上廁所之時間為合理時間。

判例二：女子雙打C、D二位球員，在三盤二勝之比賽中，C球員上廁所時，D球員未跟隨；D球員上廁所時，C球員也未跟隨，請問C、D二位球員能否再提出上廁所之請求？

判定：依據規則規定，C、D二位雙打球員(稱為一組)，共有二次上廁所的機會，如果一位球員上廁所時，另一位球員未跟隨，她即喪失

一次機會，因此本情況C、D二位球員在這場比賽中，規定的上廁所之次數已全部用完，如果再上廁所，可利用換邊的90秒時間內完成，否則即依行為犯規處理。(P.P.S)

判例三：男、女球員上廁所時間違規如何處理？

判定：(一)女球員上廁所如超過規定之時間時，皆以時間違規處罰。例如A球員上廁所之時間至5分鐘或6分30秒時，主審會喊“Time”，如超過20秒，A球員未回來時，則以時間違規警告處理，以後每超過20秒，皆以時間違規罰分處理。

(二)男球員上廁所之時間是合理時間，但當球員回到座位休息區並拿起球拍時，所謂合理時間即結束，主審即會喊“Time”，此時如經過20秒，該球員未準備上場比賽，則以行為犯規警告處理，再經過20秒，仍未上場比賽時亦以行為犯規罰分處理，第三次的20秒如還未上場比賽時，則以行為犯規失格處理。(P.P.S)

五、球員同一天有二場或以上之比賽時，得有下列之休息時間：

- (一)前場比賽等於或少於1小時，給予0.5小時休息。
- (二)前場比賽在1小時至1.5小時，給予1小時休息。
- (三)前場比賽超過1.5小時則給予1.5小時休息。

此項規定是讓球員有足夠的休息時間，恢復體力，避免運動傷害之發生。

判例一：某位球員參加一場比賽，從上午九時開始熱身，十時三十五分比賽結束，請問該球員在參加下場比賽前有多少休息時間？

判定：該球員僅能休息1小時。因熱身時間五分鐘要扣掉，因此比賽時間只有1.5小時，依規定僅能休息1小時。

六、非職業性男子比賽第三盤或女子比賽第二盤後，球員可以休息，但時間不得超過10分鐘，如在北緯15度與南緯15度之間的國家比賽時，得休息45分鐘或更長時間；但職業性比賽則不能休息。

中途停止比賽，日後再舉行比賽時，休息將在重新比賽後男子第三盤終了時執行，女子則在第二盤，又前日未賽完之盤算為一盤。



參、結語與建議：

基於上述探討，試題下列建議，供教練、球員及裁判們參考：

- 一、分與分間休息時間，由25秒縮短為20秒，比賽節奏因而加快，建議教練們應配合此項修改，改變間歇訓練之方式，以便調節、適應比賽之節奏。裁判亦應確實控制時間，讓比賽能持續進行；如賽會無球僮配置時，則分與分間之休息以合理時間為原則。
- 二、球員比賽處於劣勢時，能善加利用上廁所之合理時間與次數，除了可以休息並可冷靜思考，改變作戰策略，可能因而扭轉乾坤，反敗為勝。
- 三、每場比賽，球員抽筋時，允許有一次3分鐘之醫療暫停，球員應可巧妙應用，調節體力。
- 四、球員在一天有二場或以上之比賽時，在二場比賽中間有規定之休息時間，球員自身應該爭取裁判亦應依據規定給予球員足夠之休息時間，以避免運動傷害發生。

一場網球比賽能否持續進行，裁判、球員皆扮演著重要角色，裁判必須熟諳規則並且依據規則、公正不阿執行任務；球員亦應遵循規則、維護自身之權益並做各種戰略與戰術運用，爭取佳績。因此筆者期望本研究對裁判執法及球員比賽皆有所助益，則甚幸矣！

後語：本研究承蒙中華民國網球協會裁判委員會張廣義主任委員指正，謹致謝忱！

參考書目

- 網球競賽規則，1998，中華民國網球協會編審。
- 中華民國網球協會83年A級裁判講習會研習資料，83年7月。
- 中華民國網球協會86年B級裁判講習會講習手冊，86年5月。
- 中華民國網球協會87年B級裁判講習會講習手冊，87年6月。

簡評一九九八年法國世界杯足球錦標賽 紅牌、黃牌選手對球隊比賽勝敗的 省思與影響

/ 許志祥

一、前言

欣賞完本世紀最後一次世界杯足球錦標賽，敝人從事足球運動，從選手…到教練，多年來長期累積的經驗，深深覺得足球比賽紅牌、黃牌選手對教練佈陣，及球隊比賽成績息息相關，因此教練、選手對此問題應多反省與深思。

足球場上千變萬化，吉凶莫測，為求勝利，不擇手段，人們常常從意外比賽結果，感歎命運的捉弄，「勝者為王，敗者為寇」。本屆比賽為保護球員安全，規則增訂背後鏟球紅牌出場，守門員接球六秒內球要離手，否則罰一間接自由球。身為一名足球教練與選手，對於比賽中紅牌、黃牌的認知，應有充分的了解。

二、紅牌、黃牌的由來

在紅黃牌問世之前，裁判員對比賽球員實行警告或判決出場時，只能用語言或手勢來表示，但由於語言和手勢不統一，在國際比賽中容易產生誤解與矛盾，為了克服語言與手勢的不同，給予裁判執法時帶來困擾，也為向場外領隊、教練、工作人員，甚至向觀眾明確表示，對誰給予警告或罰令出場，因此國際足協裁判委員會決定，在一九七〇年墨西哥舉行的第九屆世界杯足球賽中使用紅黃牌。

該屆比賽結束後，國際足協技術研究小組在報告中指出：出示紅黃牌來表示對球員警告與罰令出場的作法，應該在正式比賽中普遍使用，由此各國足協紛紛仿效。

三、使用紅牌、黃牌的目的與意義

裁判使用紅黃牌是嚴格執行規則與比賽的紀律，制止粗暴行為，引導