

团体手球

正式特奥运动规则将规范所有的特奥运动团体手球比赛。作为一项国际性的比赛项目，本章所列之规则即是以国际手球联合会（International Handball Federation，简称IHF）的规则为制定基础并补充之。IHF规定适用于国际赛事。若该规则与特奥运动规则之团体手球规则冲突时，应遵循特奥运动规则的规定。

特殊奥林匹克运动会团体手球赛所采用的比赛规则是以IHF的比赛规则为其主要基础。国家及/或州级的特奥成员可采用相应于其国家主管团体的比赛规则。若该规则与特奥运动夏季规则之团体手球赛规则冲突时，应遵循特奥运动规则的规定。

A 节——正式项目

1. 团体赛
2. 五人组团体手球
3. 融合运动™（Unified Sports™）团体赛

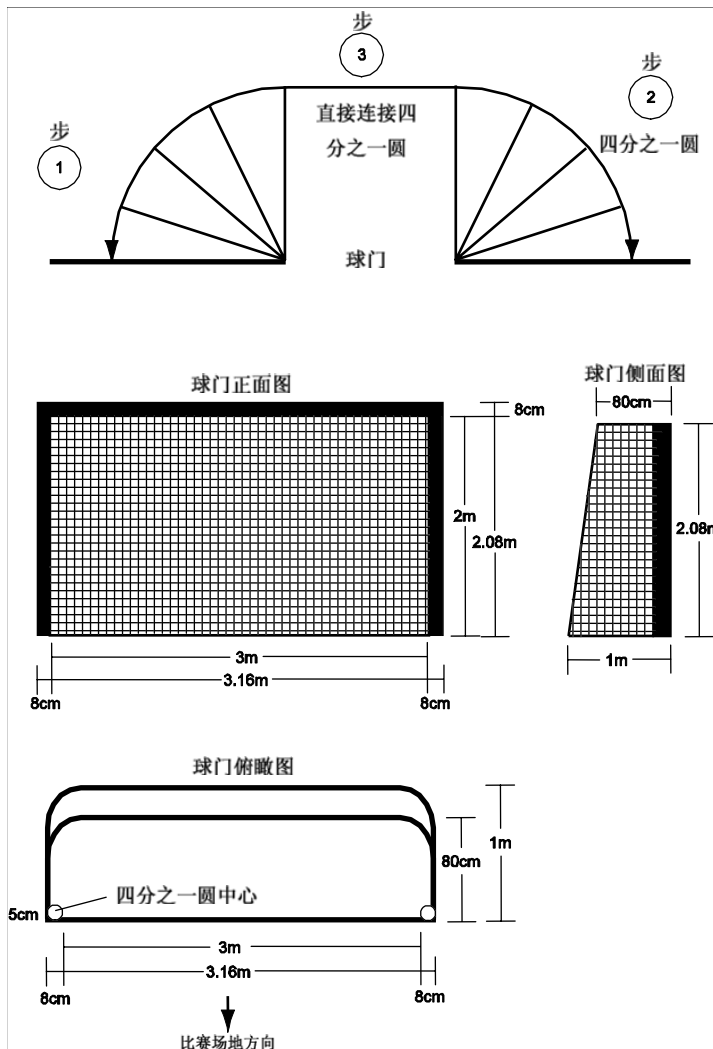
下列竞赛为低能力水平的运动员提供了甚具意义的比赛机会。

4. 个人技术赛

B 节——团体手球场地划分

1. 团体手球场地划分准备可以超过 1 小时。必须给予充分的时间确保正确的场地设置。所有团体手球场地线（图标 1）单位为米。最重要的球场线是 6 米线（19 英尺 8 1/4 英寸），即球门区线。由 6 米线（19 英尺 8 1/4 英寸）包围的区域为球门区。虚线部分是 9 米线（29 英尺 6 3/8 英寸），即任意线。7 米线（22 英尺 11 5/8 英寸）是罚球线。
2. 正式团体手球场地宽 20 米（65 英尺 7 3/8 英寸）、长 40 米（131 英尺 2 3/4 英寸）。
 - a. 场地大小可作调整（如：正式篮球场地规格）。团体手球场地设置之宽度甚为重要，长度则可以相应缩短，对比赛影响甚小。
3. 所有场地线宽 5 厘米（2 英寸）。所有的测量都应该测量宽度。
4. 球门宽 3 米（9 英尺 10 1/8 英寸），高 2 米（6 英尺 6 3/4 英寸），球门立柱截面为 8 平方厘米（3 1/8 平方英寸）。球门等距安置在两条边线间。球门立柱的后沿应与球门线的外沿齐平。
5. 球门区线和任意线按照下列方法测量（参见图 2，团体手球场地划分）：
 - a. 在设施内设定场地的长度和宽度。注：一定要在两边边线处留出一条 1 米安全线（3 英尺 3 3/8 英寸），在球门后 2 米处留出安全线。比赛场区周围应有安全区，离两边边线 1（3 英尺 3 3/8 英寸）米，离外球门线 2 米（6 英尺 6 3/4 英寸）。
 - b. 球门设在球门区线中央。
 - c. 在球门立柱内侧后沿角落内放置一个标记。球门可以向后移动，不会影响测量。
 - d. 从一个球门立柱开始，测量卷尺放置在球柱内侧标记处，从门柱处向外笔直拉伸 6 米（19 英尺 8 1/4 英寸）（与球门线垂直）。以该点为圆心，以卷尺长度为半径，朝球门线外沿处划一个四分之一圆（第一步）
 - e. 在另一个球门立柱处重复该步骤（第二步）。
 - f. 在球门立柱前设置一条直线，直接连接两个四分之一圆（第三步）。

图表二——团队手球赛场地划分



C 节——设备

1. 团队手球：世界比赛中应选择周长为 54 到 56 厘米、重量为 325 克到 400 克的皮革女子团队手球用球。用拇指按压表面，检查手球充气状态。如果不能小幅挤压，说明用球充气过足。
2. (参见图表三). 团队手球球门：团队手球球门包括两个球门立柱，球门横梁应漆成相间色带。球门应缚挂一张球网。球门高 2 米，宽 3 米，球网距球门 1 米（3 英尺 3 3/8 英寸）深。
3. 同队的场上队员应着统一服装。队员号码应为 1-20 号，服装胸前号码必须不少于 10 厘米(4 英寸)，背后号码的高度必须不小于 20 厘米(8 英寸)。担任守门员的队员，其服装颜色必须与双方场上队员和对方守门员相区别（17:3）。队服颜色不能为黑色。

D 节——人员

1. 每场比赛应由两名权力相等的裁判员负责，一名为场内裁判员，一名端线裁判员。

- a. 两名裁判员均负责记录比分，并对警告、判罚出场、取消比赛资格和驱逐离场作好相关记录。
 - b. 只有裁判可以决定终止或继续比赛。
 - c. 裁判员根据亲眼观察到的事实或判断所做出的判罚为最终判决，不得提出申诉。
 - 1) 对裁判不符合规则的判决可以提出申诉。
2. 由一名计时员及一名记分员协助裁判员工作。
- a. 计时员负责掌握比赛时间、判罚出场，及确保换人没有违例。
 - 1) 判罚出场时间
 - a) 判罚出场时间为 2 分钟。
 - b) 判罚出场时间从裁判鸣哨开始，至裁判员手势示意重新比赛为止。2 分钟判罚出场结束时计时员应通知球员或教练。
 - 2) 如果当裁判员在半场结束前判罚任意球或罚球后，比赛时间到，计时员需等待球员将球投掷出后才能示意比赛结束。下列情况下比赛结束：
 - a) 进球得分，并无犯规。不受守门员或防守球员触球影响。
 - b) 球未进门，或进攻方球员触球。
 - b. 记分员负责检查球队得分名单及进行相关必要记录（进球、警告等）

E 节——比赛规则

1. 团队比赛

a. 队伍人数

- 1) 一个队由 12 名队员组成。
- 2) 每队由 7 人（6 名场上队员和 1 名守门员）上场比赛。
- 3) 替补队员可以随时替换上场，没有替换次数限制。替补队员应在场上球员下场后进入赛场。所有队员都应该在本方换人区进出球场。换人违例时，应判罚违例队员出场两分钟。
- 4) 比赛开始时，每队上场队员不得少于 5 人，包括 4 名场上球员和 1 名守门员。

b. 分组

- 1) 球队分组根据：
 - a) 定点投掷、快速传球、运球和手球掷远四项团队手球技术评估测试（THSAT）的得分而定。（以上测试仅是对球员/球队进行评估，不是争夺奖牌和锦带的比赛项目。相关团队手球技术评估测试信息可参见 F 节）以及
 - b) 分组循环赛。
- 2) 教练必须在赛前递交所有队员的 THSAT 得分。THSAT 测试排名前七名选手的分数总和除以七，所得结果即为“团体得分”。此外，还将递交比赛委员会所规定的相关分组前的信息。
- 3) 最初根据 THSAT 团体得分进行分组。小组循环决定最终分组情况。
- 4) 分组循环赛中，参赛队伍将展开两场或多场比赛（建议比赛时间为六分钟）。每支队伍的所有球员都必须上场比赛，并确定六名最佳场上球员及最佳守门员，将其姓名登记在团队名册上。

c. 比赛时间

- 1) 一场比赛分两节，半场时间为 30 分钟，中间休息通常为 10 分钟。应连贯比赛，只有当裁判示意暂停时比赛才能终止。
- 2) 比赛前应投掷硬币。胜者决定选择开球或选择场区。
- 3) 下半时双方交换比赛场地，比赛开始时应由上半场没掷开球的队掷开球。
- 4) 正常比赛结束后如果出现平局，而比赛规则需要确定胜方，则进行加时赛。
 - a) 加时赛分上下半场，每半场 5 分钟，半场间休息 1 分钟。
 - b) 如果加时赛仍是以平局结束，则进行罚球赛（七米球）。每队有 5 次罚球机会，由 5 名不同的队员投掷。两队轮流罚球，进球数多的一方获胜。
 - c) 如果 5 轮投掷后仍出现平局，则两队继续罚球，直至一队得分、另一队未罚中为止。
- 5) 每队每半场可以有一次一分钟的球队暂停。提出球队暂停时，必须由随队官员将绿牌放到计时员和记分员面前的台面上。只有控球方（比赛进行中或比赛中断时）才能请求暂停。只要在计时员未鸣哨前，球队仍然控球（否则绿牌应该归还给球队），则应立即给予该球队暂停。然后，裁判示意中断比赛。裁判也可以因为球员受伤而暂停比赛。

注：如果因球员受伤暂停，该球员必须被替换下场。比赛重新开始后，受伤球员可采用正规的换人程序重返赛场。
- 5) 下列情况必须暂停：
 - a) 判罚两分钟出场，取消比赛资格或驱逐离场时；
 - b) 判七米球时；
 - c) 球队获一分钟暂停时；
 - d) 换人违例或额外队员进场时；
 - e) 计时员或技术代表鸣哨时；
 - f) 根据规则 18:9, 裁判员之间有必要进行协商时。

d. 球场限制

1) 球门区

- a) 只允许守门员立于球门区线上或线内。
- b) 只有当进攻球员在球门区线外持球、切入球门区内向球门投球时、球已脱手双脚未着地的情况下，才允许进攻方球员在球门区内。投掷球员球脱手时双脚未落在球门区内的进球才算得分。为避免干扰其他球员，该球员在落地后应尽快直接退出球门区。
- c) 如果进攻球员踏入球门区内或触及球门线，防守队在犯规位置获得一个任意球。防守队员进入球门区，并破坏了一次明显得分机会时，判罚七米球。

2) 守门员

- a) 守门员可在本方球门区内自由活动。守门员可以在不持球的情况下离开球门区。离开球门区的守门员要遵守场上队员的规则。守门员不得持球重新进入球门区。
- b) 任何守门员可以作为场上替补队员上场。场上队员可以替换守门员。比赛时，场上只能有一名球员为指定守门员。

e. 比赛

- 1) 球员持球走不得超过 3 步或持球不得超过 3 秒。
- 2) 球员运球没有时间限制。一旦单手或双手接住球后, 必须在 3 秒钟内或 3 步之内将球掷出。球员可以走三步, 运几次球, 持球, 再走三步。如果在持球走步后再次运球, 则被判为两次运球。同篮球比赛规则一样, 球员不得在运球持球后再运球。如果用双手拍球也被判为两次运球。两次运球可判给对方一个任意球。
- 3) 进攻球员可用手、臂、头、背、大腿和膝部朝任何方向掷球、接球或击球;
- 4) 不允许球员:
 - a) 用脚或膝关节以下部位触球。
 - b) 倒身扑救正滚动或在场地上静止的球。由于可能会伤害其他球员, 不允许倒身救球行为。
 - c) 故意将球扔向界外或在球门区外将球扔进本方球门线内。
 - d) 故意去接自己抛出的球; 这将被判为空中运球。

f. 对抗时的行为规范

- 1) 允许的行为
 - a) 用张开的单手从去轻打对方的球。
 - b) 防守队员可用躯干阻挡对方持球或不持球的队员。
- 2) 不允许的行为
 - a) 推、抱、绊或撞对方, 或以其它方式伤害对方球员
 - b) 投球射门时用球危及对方球员。进攻球员在射门时必须善意避免击中防守队员。但是, 防守队员的任务是阻挡射门, 如果防守队员只是参与积极防守, 进攻方射门时不应被判犯规。除非裁判认定该射门具有危险性。
 - c) 进攻方球员冲撞防守队员。
 - d) 推、撞或拍对方手中的球。

g. 投掷

- 1) 开球
 - a) 比赛开始、下半场开始、得分后进行开球。
 - b) 必须在裁判鸣哨后三秒内开球。
 - c) 在比赛场地中央(允许范围为 1.5 米)进行开球, 可掷向任何方向。在裁判员鸣哨以前, 掷球方不得越过中线。
 - d) 在开球情况下, 防守队员必须距离掷开球的队员至少 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)
 - e) 开球可直接射门。
- 2) 掷边线球
 - a) 球越过边线, 判为边线球。
 - b) 在越过防守队的外球门线之前, 最后触及防守队的场上队员(非守门员), 应判界外球。该边线球应从场上球出界的球门线的一侧球门边角处投掷。
 - c) 掷边线球时裁判员不鸣哨, 由掷边线球一方的任何球员执行。掷球队员必须一只脚踏在边线上, 直到球离手为止。
 - d) 掷边线球时, 防守队员必须距离掷球队员至少 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)。

e) 掷边线球可以直接射门。

3) 球门球

a) 球越过外球门线且最后是由守门员或对方队员触球时可执行球门球。球门球由守门员从球门区开出，裁判员无须鸣哨。（注：如果守门员在球门区内控球，比赛仍继续。）

b) 球门球可以直接射门。

h. 得分

1) 整个球体从门梁下两个球门柱间越过球门线记做得分。

2) 裁判鸣哨应立即停止比赛。如果在鸣哨后投掷进球，将不记做得分。

i. 任意球

1) 以下情况判罚任意球：

a) 一方球员对对方球员构成犯规。

b) 控球犯规。

c) 触及或越过球门区线。

d) 球员行为违背运动精神。

e) 球员故意拖延时间（消极比赛）。

f) 换人违例。

g) 守门员控球越过球门线。

h) 在没有任何违犯规则的情况下中断比赛。（如，球员受伤。）

i) 进攻方执行任意球或七米球时犯规。

j) 因球触碰了天花板或场地上方的固定物而使比赛中断，球仍旧落在比赛场地内，则比赛重新开始，应由最后未触及球的队拥有执行任意球权。原则上应由裁判员鸣哨后在球触及天花板或固定物的正下方掷任意球。

k) 如果球员故意将球传向本方球门区，而守门员触球。

l) 守门员将球带入球门区内。

2) 在犯规地点立即执行任意球，无需裁判掷球。投手必须有一个脚始终接触场地，在三秒内罚球脱手。

a) 如果防守方在球门区(6米/19英尺 8 1/4 英寸)和任意球线(9米/29英尺 6 3/8 英寸)之间出现犯规，则在任意球线外部距犯规点最近的地点执行任意球。

3) 进攻方队员必须位于对方任意球线外，而防守方必须与球保持 3 米（9 英尺 10 1/8 英寸）距离。

6) 任意球可以直接射门。

j. 七米球

1) 下列情况判罚七米球：

2) a) 队员在场上任何地点犯规破坏了对对方明显的得分机会（例如，在 6 米线处（19 英尺 8 1/4 英寸），防守队员从后面拉扯进攻方射门球员的手臂。

b) 球员故意进入本方球门区阻止球或破坏进攻方控球球员明显的得分机会。

- 3) 七米球应在场上裁判员鸣哨后 3 秒钟内射向球门。
- 4) 掷七米球的队员不得触及或越过七米线(22 英尺 11 5/8 英寸)。
- 5) 球离手之前投球手的一个脚必须保持接触地面。
- 6) 掷七米球时, 所有对方队员必须站在任意线外, 并且距离七米线至少 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)。
- 7) 守门员可以在球门区和 4 米线(13 英尺 1 1/2 英寸)间活动。

k. 警告及处罚

- 1) 非体育道德行为、经常粗暴控球、或故意个人重复犯规将被判给对方任意球, 裁判将给予球员警告处分, 或罚出场两分钟。下列情况应判罚出场两分钟:
 - a) 判给对方掷球时控球队员不立即放下球。
 - b) 球员违规替补上场比赛。
 - c) 在对方掷球时, 再次违规。
 - d) 在一名队员被警告或判罚出场两分钟后, 该队员再次出违规行为。
 - e) 球队已受三次警告后球员再次犯规。
- 2) 即使在队员未曾受到警告的情况下, 裁判员仍有权在球员出现严重犯规或非体育道德行为时直接判罚出场两分钟。
- 3) 球员罚出场期间, 受罚队场上少一名球员比赛。如果上半时比赛结束时受罚时间仍不足两分钟, 则应在下半时补足。此规定同样适用于正常比赛时间与决胜期和两个决胜期之间。
- 4) 裁判对一名队员警告不得超过一次, 对一个队警告不得超过三次。上述次数超过后, 将判罚两分钟出场。裁判无须在判罚球员出场两分钟前给予该球员警告。
- 5) 如果被判罚两分钟出场的球员在球场上又出现非体育道德行为, 无论发生在离场时或比赛重新开始前的换人区, 该球员应再加罚 2 分钟出场。
 - a) 如果首个两分钟判罚出场是该球员累计的第二次判罚出场, 则该球员如果再次被判罚出场, 将被取消比赛资格。
 - b) 如果首个两分钟判罚出场是该球员累计的第三次判罚出场, 则该球员将被取消比赛资格, 同时该球队将被判罚另一个两分钟出场 (不计作任何球员的犯规)

l. 取消比赛资格

- 1) 下列情况应判取消比赛资格:
 - a) 同一队员第三次被罚两分钟出场。
 - b) 严重危及对方队员身体的犯规
- 2) 球员被取消比赛资格情况下, 在两分钟受罚时间结束后, 该队场上队员的人数可补足。

m. 驱逐出场

- 1) 在场上攻击对方球员或裁判应判罚驱逐出场。
- 2) 被驱逐出场的队员不得再参加该场剩余的比赛, 并应离开比赛场地和替补区。
- 3) 被驱逐出场队员不得被替换, 受罚队场上减员比赛直至比赛结束。

n. 团队比赛选择性修订条款

1. 下述是国际手球联合会规则的修订条款，适用于特殊奥林匹克团队手球赛。这些修订条款是选择性的，由每个单独项目决定是否采用。
 - 1) 比赛场地进行调整，长度不小于一个标准篮球场（26 米），宽度尽可能接近标准团队手球场地（20 米/65 英尺 7 3/8 英寸）。保持场地标准宽度比长度更重要。但是，必须尽力确保采用一个拥有标准场地规格的较大的体育馆或体育场。
 - 2) 初级运动员和低能力水平运动员可选择泡沫充气用球进行比赛。建议泡沫团队手球重量为 350 克 (12.3 盎司)，直径为 17.145 厘米(6 3/4 英寸)，周长 53.34 厘米（21 英寸）。
 - 3) 比赛时间不少于两个 15 分钟的半场（比赛时间），以及至少 5 分钟的半场休息时间。比赛类型、每天进行的比赛数量、运动员的身体情况是决定比赛长度的因素。比赛时间可由双方教练达成协议决定，或由裁判或比赛负责人规定。
 - 4) 对于初级运动员、青少年运动员和低能力水平的运动员，裁判可将接触等级限制在篮球比赛中允许的接触程度。没有个人犯规次数限制。但犯规行为将给予个人球员和教练警告。队员被第二次警告后将被判两分钟出场，球队将减员比赛。运动员如果被判三次两分钟出场，则将取消其比赛资格。

2. 五人制团队手球赛

除下文说明规则之外，五人制团队手球赛的其他规则遵循团队比赛的规则。

a) 分组

- 1) 团队将根据个人技术赛和分组循环赛的团队成绩分组。
- 2) 教练必须在赛前提交团队的个人技术赛的团队成绩。前五名选手的分数总和除以五，所得的结果即为“团体得分”。
- 3) 根据个人技能赛的团体得分进行团队初步分组。分组循环赛应作为分组的最后一个程序。
- 4) 在分组循环赛中，参赛队伍将进行一场或多场的比赛，每场比赛或者至少持续六分钟。每支队伍中必须包含个人技能赛得分组成团队得分的五名球员。

b) 五人制团队手球赛目的

- 1) 五人制团体手球赛可用作增加特殊奥林匹克团队手球赛参与队伍的数目。
- 2) 同时协助低能力水平运动员向标准比赛发展。

c) 比赛区域和设备

- 1) 如果体育馆的长度小于 26 米，则球门区线应减少至 5 米（16 英尺 4 3/4 英寸），任意线应减少至 8 米（26 英尺 3 英寸）。
- 2) 建议采用泡沫充气团队手球（350 克，直径为 17.145 厘米[6 3/4 英寸]，周长 53.34 厘米 [21 英寸]）。

d) 球队和球员

- 1) 球队最多能有 9 名球员。
- 2) 比赛由两队五人制的球队参加。每个队中必须有一名守门员。每队开始比赛时应有三名场上队员和一名守门员；允许缺席。球员可持球 5 秒。

e) 比赛期间

- 1) 比赛时间应为 20 分钟（不间断比赛）。比赛分两个半场，每半场比赛最少 10 分钟，半场间休息 5 分钟。半场后双方交换场地。
- 2) 每队允许每半场暂停 1 分钟，计时钟将不计入比赛时间。由裁判判定球员受伤暂停。
- 3) 如果需要在常规赛出现平局后进行加时赛，加时赛之前应投掷硬币决定首先控球的一方。在常规赛以及加时赛半场间有 1 分钟休息。加时赛为 3 分钟。如果加时赛后仍出现平局，则按照标准规则进行决胜罚球赛。

f) 换人

- 1) 换人违例的球员将受到警告，但不会被判两分钟罚出场。但是，换人违例将判给对方任意球。

g) 比赛中的对抗行为

- 1) 无接触：篮球比赛中的接触限制。
- 2) 没有个人犯规次数限制。但是，重复犯规或危险比赛的球员都将受到警告。
- 3) 个人队员的任何第二次犯规都将被判两分钟罚出场，本方球队将减员比赛。
- 4) 三次被判两分钟出场的球员将被取消比赛资格。

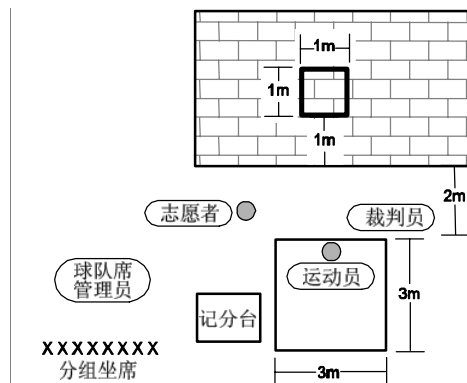
3. 融合运动团体赛

- a) 阵容名单中包含的运动员和伙伴人数应保持适当比例。
- b) 在比赛进行过程中，场上队员中的运动员不得超过四人，伙伴人数不得超过三人。违反此规定比例将丧失比赛资格。
- c) 每支球队应有一名不上场参赛的成年教练，在比赛中负责确定上场队员的阵容，指导及管理球队。

4. 个人技术赛

- 个人技术赛是专为低能力水平的运动员而作的设计，而非针对已经能参加团体比赛的运动员。
- 个人技术赛由三个项目组成：目标传球，10米运球，射门
- 运动员在以上三个项目中的得分之和为其最后得分。
- 每项比赛都配以图解进行说明，图解中注明志愿者的建议人数与安排。

a. 项目 1：目标传球



1) 目的

测试运动员单手传球的技术。

2) 设备

两个皮革团队手球用球；划地粉笔或胶带；皮尺

3) 描述

用粉笔或胶带在墙上标注一个 1 平方米(3 英尺 3 3/8 英寸)的正方形区域。

正方形区域的底线离地面 1 米。

在地上标注一个 3 平方米的正方形区域，离墙 2.4 米 (7 英尺 10 3/8 英寸)。

运动员必须位于方框内。

运动员的轮椅前轮轴不得越线。

运动员允许投掷 5 次。

必须以**单手过顶方式投掷**团队手球，球未落地并在空中击中墙壁，方可计分。

4) 得分

击中墙上方框区域内得 3 分。

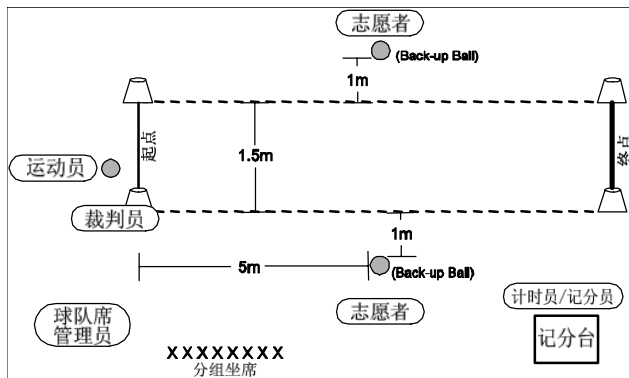
击中方框边线得 2 分。

未落地在空中击中墙、但未击中方框得 1 分。

运动员接到空中传球，或当球在 3 平方米(9 英尺 10 1/8 英寸)区域内的地面反弹一下或数下后接到球，得一分。

运动员成绩将是所有 5 次传接球的总分。

b. 项目 2: 10 米运球



1) 目的

测试运动员运球速度和技术。

2) 设备

三个皮革团队手球；四个圆锥标；划地胶带；皮尺；秒表

3) 描述

运动员位于圆锥标中间的起跑线后开始比赛，按照官员的指示开始向前运球。运动员单手运球 10 米。轮椅选手的运球规则是在两次运球后推两次轮椅。运动员必须越过圆锥标之间的终点线，持球停止运球。

如果运动员控球失误，计时器继续计时。选手可以拾起球。如果球滚落到 1.5 米宽的跑道外，选手可以选择离自己最近的备用团队手球或拾起原来的用球，完成比赛。

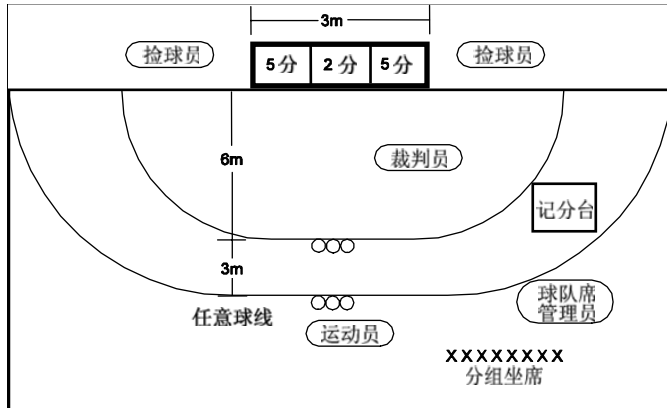
4) 得分

比赛自发出“开始”信号起计时，到运动员越过终线，持球停止运球为止。

每次运球违例，加罚 1 秒（如：双手运球等）。运动员共有两次测试机会。每次测试得分由加罚时间和实际比赛时间相加、按照评分转换表得出。

选手比赛得分取两次测试中得分中较好的一次。（出现平局后，实际比赛时间将决定排名先后。）

c. 项目 3：射门



1) 目的

测试运动员射门的准确性。

2) 设备

皮革团队手球（建议 6 个），团队手球球门，划地胶带，皮尺。

3) 描述

在场上划出球门区线（6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)）和任意线（9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)）。在正对球门中央 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)处放置三个用球，在 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)处放置三个用球。球门从球门横梁到地面由胶带等分成三个区域。每个区域宽 1 米(3 英尺 3 3/8 英寸)。

选手在 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)和 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)各有三次射门机会。运动员可以直接射门或弹地一次后入门。

4) 得分

选手必须在 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)和 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)后射门。

如果选手触线，射门不计分。

球脱手后，选手可以随惯性越线。

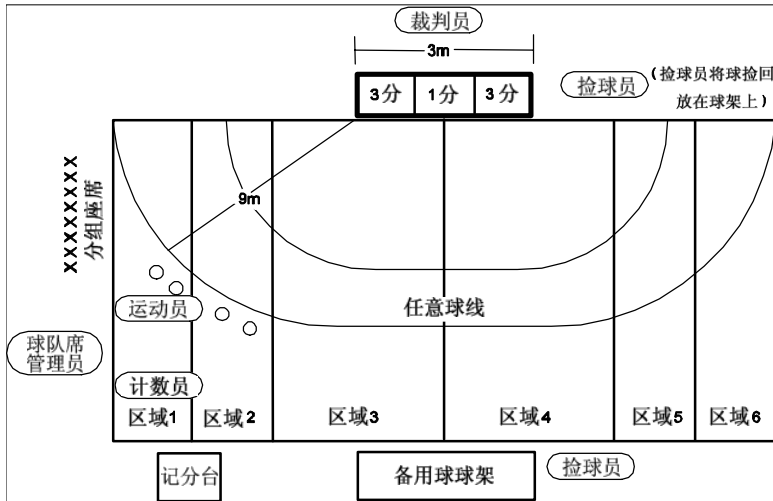
如果将球射入外侧的 1 米(3 英尺 3 3/8 英寸)区域，可得五分。

如果将球射中球门中央区域，可得二分。

如果球弹地两次或多次，不得分。

F 节——团队手球技术评估测试（THSAT）

1. THSAT 定点投掷



设置

四个皮革团队手球；皮尺；划地胶带（两种颜色）；一个团队手球球门

沿 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)（任意球线）到球门中央的地板上以不同颜色的胶带划分区域。9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)外设置每个区域的数字标记。号码尺寸须足够大，便于球员看清。

第一步

区域一：球门左侧的 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)外侧区域

区域二：球门左侧的 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)和 3 米线(9 英尺 10 1/8 英寸)之间的区域

区域三：球门左侧 3 米线(9 英尺 10 1/8 英寸)和中线之间的区域

区域四：球门右侧 3 米线(9 英尺 10 1/8 英寸)和中线之间的区域

区域五：球门右侧的 3 米线(9 英尺 10 1/8 英寸)和 6 米线之间的区域

区域六：球门右侧的 6 米线(19 英尺 8 1/4 英寸)外侧区域

第二步

球门从横梁到地面由胶带等分为宽度为一米(3 英尺 3/8 英寸)的三个区域，球门立柱两侧的区域为 1 米(3 英尺 3 3/8 英寸)宽（胶带的宽度必需包括在该宽度内）

测试

每名选手共有 12 次投掷机会（六个区域各两次射门机会）。运动员沿 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)在六个区域各进行两次射门。选手必须位于 9 米线(29 英尺 6 3/8 英寸)后射门。

得分

如果将球射入外侧的 1 米(3 英尺 3 3/8 英寸)区域内，可得三分。如果球击中了胶带，也计为三分。

如果将球射中球门中央区域，可得一分。

满分为 36 分（每个射门都击中球门内靠近立柱的区域，每次都得三分）。

球脱手后，选手可随惯性越线。

如果选手触线，射门不计分。

选手可直接射门得分或弹地一次射门得分。

如果球弹地两次或多次，不得分。

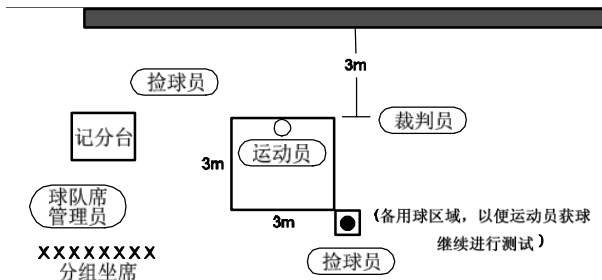
5次射门得分相加得到选手成绩。

分工

志愿者只能管理测试，不得干扰进行测试的球员。志愿者 A（官员）为参加各项测试的团队讲解测试事项，志愿者 B 进行实际示范。志愿者 A 将团队手球递给将要参加测试的球员，询问选手是否准备就绪，然后宣布：“预备，开始！”并对每次射门进行评分。其他志愿者将扔出的球拾回，并重新放置。志愿者 C（记分员）记录选手成绩。

每名志愿者应各尽其职，不得越权。

2. THSAT—快速传球



设置

两个皮革团队手球；平整墙面；皮尺；划地胶带；秒表。用胶带在墙前 2.4 米处划出一个规格为 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)乘 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)的方框，与墙面平行。

测试

时间：共有两次测试机会，每次 30 秒。

选手须位于长宽均为 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)的方框中，以**单手过顶方式**向墙壁投掷手球。球必须在落地前击中墙壁。选手必须在投掷方框内接住或停止弹回的球。虽然对接球时的稳定度没有要求，但必须在方框内停住或接住来球。如果选手未能在方框内停止或接住球，则应拾回球继续比赛。选手的得分取决于在 30 秒内在方框内成功接住/停止来球的数量。

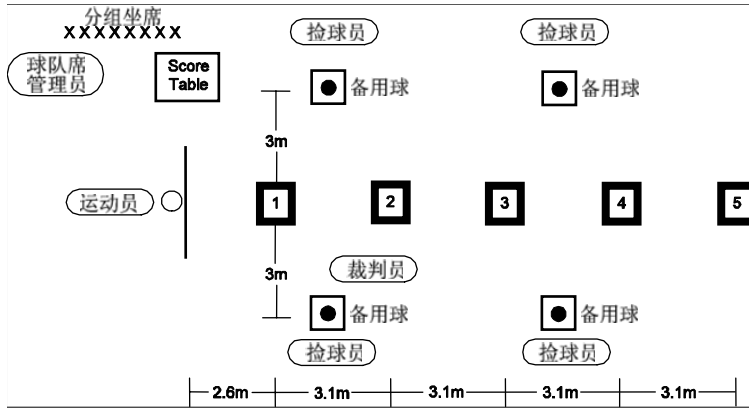
得分

将球击中墙壁，并在方框内接住或停止来球得一分。未能接住或停止来球，球越出方框，不得分。选手成绩取两次测试中的得分较高的一次。

分工

志愿者只能管理测试，不得干扰进行测试的球员。志愿者 A（官员）为参加各项测试的团队讲解测试事项，志愿者 B 进行实际示范。志愿者 A 将团队手球递给将要参加测试的球员，询问选手是否准备就绪，然后宣布：“预备，开始！”然后记录选手在 30 秒内成功接球的次数。志愿者 B 立于备用球后，将滚出赛场的球拾回，并重新放置。志愿者 C（记分员）记录选手成绩。每位志愿者应各尽其职，不得越权。

3. THSAT –运球



设置

五个皮革团队手球、秒表、5个圆锥标、皮尺、划地胶带

测试

选手左右交叉通过 5 个障碍物的同时进行运球。障碍物排成直线，中间隔开 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)，比赛场地长 15 米。当选手到达最后一个障碍物时，运动员应绕最后的障碍物一圈，继续以之前相同的方式运球，直到越过起跑/终点线为止。

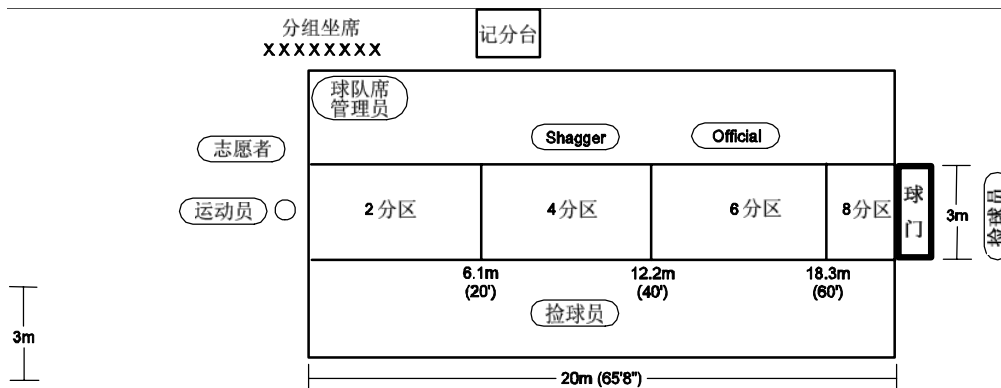
得分

用 60 减去选手运球时间（以整秒计算），得到选手成绩。每次犯规扣五分，如：漏过障碍物、两次运球、双手运球、持球走步等重要技术犯规。两个障碍物间的犯规只扣一个五分。失误扣分最多为 40 分。选手两次测试中分数较高的一次计为比赛成绩。

分工

志愿者只能管理测试，不得干扰进行测试的球员。志愿者 A（官员）为参加各项测试的团队讲解测试事项，志愿者 B 进行实际示范。志愿者 A 将团队手球递给将要参加测试的球员，询问选手是否准备就绪，然后宣布：“预备，开始！”记录犯规，并向记分员/计时员报告扣除分数。位于备用球后的志愿者将出赛场的球拾回，并重新放置。志愿者 C 记录运动员成绩并计时。每位志愿者应各尽其职，不得越权。

4. THSAT –手球掷远



设置

三个皮革团队手球；皮尺；划地胶带；团队手球球门或经调整过的球门。

测试

利用场地现有长度，在地板上划出宽 3 米(9 英尺 10 1/8 英寸)、长 20 米(65 英尺 7 3/8 英寸)的长廊。选手在距离球门 20 米(65 英尺 7 3/8 英寸)处有三次连续投掷射门的机会。得分取决于投掷距离和射门准确性。选手可在投掷球之前跨三步。

得分

如上图所示，选手得分取决于球投出后到落在长廊上的距离。

三个球都落于 18.3 米线后或球门内得满分 24 分（每球 8 分，共 3 球）

如果球落于长廊内，但直接越过球门，得 6 分。（该选手未得满分 8 分，因为球未进球门。）球落于长廊外不得分。

投球时踩线属于违规，不得分。

投掷之前跨了三步以上，不得分。

分工

志愿者只能管理测试，不得干扰进行测试的球员。志愿者 A（官员）为参加各项测试的团队讲解测试事项，志愿者 B 进行实际示范。志愿者 A 将团队手球递给将要参加测试的球员，询问选手是否准备就绪，志愿者 C 对每次投掷进行评分。志愿者 D 记录选手得分。其他志愿者立于长廊外，将出赛场的球拾回，并重新放置。每位志愿者应各尽其职，不得越权。