

特奥运动夏季比赛规则

板球

正式特奥运动规则应规范所有的特奥运动板球比赛。作为一项国际性体育计划，特奥运动根据国际板球委员会（ICC）的比赛规则制定了正式特奥运动比赛规则之板球比赛规则。所有比赛均应采用国际板球委员会规则，除非该规则与正式特奥运动比赛规则产生冲突。在产生冲突时，应遵循正式特奥运动比赛规则。

规则1：上场队员

a. 比赛在两队间进行，双方各11人，其中1人为队长。

b. 任何一方在无法确保至少有8名队员上场时，将被作为放弃比赛。比赛应在规定开赛时间15分钟后，由对方队长选择是否停止比赛。

规则2：比赛规则

a. 一场比赛有两个击球局，每队一个击球局，每次20轮。除捕手外，每位队员投球2轮，即 $10 \times 2 = 20$ 轮。当一名投球手由于受伤或生病不能完成一轮时，教练应当选派第9名或第10名指定投球手完成剩余的投球/轮次。

b. 所有投球必须带有越过手臂的行动。

c. 一场比赛将在两个击球局结束后，由获得最高团队得分的一方获胜。团队得分计算方法是，团队跑动总分除以在20轮中失去的门柱数。

如果发生团队得分相同的情况，获胜方应是：

- 1) 失去门柱数最少的一队
- 2) 获得6分球最多的一队
- 3) 获得4分球最多的一队
- 4) 给予最少附加分的一队
- 5) 如果两队仍旧相同，将通过投硬币决定获胜方

规则3：比赛的监控

a. 比赛开始前，根据比赛规则，应指定两名裁判绝对公正的主持比赛。

b. 在比赛过程中，没有双方教练同意，不得更换裁判。

c. 裁判应是比赛是否公正的唯一裁决人。

d. 在所有争议中，主裁判的决定是最终决定。

规则4：替补队员

a. 替补队员可以在比赛中发生运动员受伤或生病的情况时上场。

b. 替补队员可以在被替换队员的位置上击球和投球。

c. 没有对方教练的同意，替补队员不得作为捕手上场。

d. 队员受伤时，允许使用替跑。

e. 已登记上场队员迟到时，可以使用替补队员；但替补队员不得击球或投球。

规则5：坏球

a. 以下情况被视为发生坏球--

1) 球被投出，投球过程中手臂伸直或弯曲。如果整个投球过程中手臂一直弯曲，则该球是一次合理投球。裁判必须对投球的绝对公正完全满意。

2) 在投球点，后脚在投球 / 返回区域线上或线外。

- 3) 球在到达击球手可触及范围之前反弹超过两次。
 - 4) 在投球点，击球手身后的腿侧区有超过两名外野手。在线上被认为半犯规。
 - 5) 击球手正在击球或击球之前，一名外野手或外野手身体的一部分进入板球场。
 - 6) 投球手未告知裁判，即变换跑动方式或方向，例如，绕三柱门投球，变成过三柱门投球。裁判必须让击球手知道所有这类变换。
 - 7) 捕手在柱门前接到球，球并未接触击球手或他们的球拍。
 - 8) 球投出后，捕手不能用手套挡在柱门线前。
- b. 一次坏球击球方即获得附加两次“跑动”，加上击败这次坏球的跑动分数。
 - c. 最多可以重新投球2次[一轮最多8球]。
 - d. 击球手只有因截杀（run-out）或干预（interference）才能出局。

规则6：场地布置

- a. 击球手身后腿侧区[侧面] 的外野手不能超过两名。
- b. 击球手击球结束之前，靠近三柱门的外野手不能以干扰击球手的方式移动。
- c. 球一旦离开投球手的手，并向投球线前方移动，则视为该球已投出。
- d. 击球手完成击球或击出球之前，除投球手以外，外野手或外野手身体的一部分不得进入球场或球场延伸区域。
- e. 如果违反a, b, c, d中任何一条，裁判应宣布“坏球”。

规则7：记分

“跑动”可按以下规则记分：

- a. 球未落地前，击球手在击球线和跑动线之间每穿过一次计为一跑，即一分。
- b. 传出场外计为“跑动”。
- c. 当球直接出界或被击打出规定的边界，相应计4分和6分。
- d. 坏球或偏球（wide）计两个奖励跑。

规则8：偏球

- a. 如果球穿过击球线时，没有触及击球手的球拍或身体，并触及三门柱的任意一侧所画的线，应当视为偏球——
 - 1) 球经过击球手的违规侧，并且在球场标记的违规线上或相距违规线很远之处。
 - 2) 球经过击球手的腿侧，并且在球场标记的腿侧线上或规侧线外。
注意，球必须清楚经过击球手的腿侧；并且任何经过击球手与三柱门之间的球不是偏球。
 - 3) 球穿过击球线时，高出击球手正常姿势时肩膀高度，或高出击球手直立姿势时胸部高度。
- b. 偏球不计为一轮的一部分，并应在击球分上加2分。
- c. 击球手出局仅在以下情况发生：误击三柱门，截杀，持球撞柱，手持球，或阻碍防守。
- d. 偏球应计为坏球——见规则5：8b和8c项。

规则9：请求出局

- a. 除非对方球队提出请求，裁判不得判决击球手出局。此类请求必须立即提出。
- b. 请求应包括各种形式的出局。
- c. 请求必须以向裁判口头提问的形式提出。
- d. 裁判的决定具有最终效力。裁判可以更改决定，条件是此类更改是立即进行。

规则10：击中三柱门出局

- a. 如果球、击球手或击球手的球拍，将一根或两根横木从柱门上击落，则击球手“出局”。横木移动不构成出局。

b. 判定击球手“出局”，柱门必须在击中前直立。无论击落一根或两根横木，柱门只要直立就始终有效。如果横木在球投出后被击落，可以再次击中柱门，且击球手被判出局。

规则11：出局

每次投球应只有一名击球手出局。

b. 击球手有以下几种出局方式：

1) 击杀

投球手投球击中击球手方的柱门，将一个或两个横木击落。球在击中柱门前可以碰到击球手或球拍。

2) 接杀

a) 任何碰到球拍的球，或者碰到持球拍的手后[手腕以下]，没有弹地而直接被外野手接住。如果球碰到球拍前或后立即碰到击球手，仍判击球手出局。

b) 除非直接击出6分，否则外野手可以将击球手接杀出局。如果球碰到外野手身体后完全出界，应计6分，击球手并不“出局”。

c) 如果外野手接住球后跑出边界，击球手应判“不出局”并计6分。

注意：如果球击中陪跑员的球拍或身体后球被外野手接住，击球手应判“不出局”。

3) 持球撞柱

击球手可能“被困”在外，捕手接到板球并击倒三柱门，而击球手不在自己区域。如果捕手在柱门前且在柱门区域内接到板球，将是一个“坏球”，而不能计为持球撞柱。如果球已经击中击球手或击球手的球拍，捕手只能在柱门前接球。

4) 截杀

当球是活球的任何时候，如果外野手击倒三柱门，而击球手不在自己区域内，击球手可能被截杀。只有当击球手[手中的]球拍或身体的一部分在击球手一方或投球手一方的击球/投球线后面触地时，击球手才是安全的。

5) 腿截球 [L.B.W.]

如果，根据裁判的意见，球被投入三柱门区域内，击球手未尝试击球，并且如果球没有首先击中击球手的腿[L.B.W.]，球本应会击中三柱门，那么，击球手应判因腿截球出局。

6) 误击三柱门

在球投出后，当击球手的球拍或身体击中三柱门时，应判击球手出局。如果击球手在返回击球线时击倒三柱门，不论是否跑动，击球手不出局。

7) 干预

以下情况应判击球手出局：

a) 在球投出后，他们故意对球干预。

b) 他们故意阻碍外野手的防守；牢记外野手拥有球道权，前提是外野手是在正当防守。

注意：如果任何选手故意危及对方选手的安全，不考虑球道权规定，选手将根据“犯规与罚球”规则处理。

规则12：犯规与扣分

a. 选手或球队官员如果做出任何不文明语言、与裁判争执、不当粗暴比赛、浪费时间、损坏设施、不符合运动家精神的行为或姿态，将立即扣除5分。运动员未能遵守裁判的要求可以导致选手被逐出球场和/或比赛，甚至再扣除5分。

b. 如果犯规性质上升到裁判再也无法控制比赛局面时，比赛可以停止或判定任何一方获胜。

c. 所有扣分均从球队的击球分中扣除。

d. 教练和队长在比赛全程中，有责任保证遵循比赛精神和规则范围进行比赛。

e. 裁判是比赛是否公正的唯一判定人。

f. 如果发生不公正比赛的情况时，裁判应当出面干涉，无需球队请求。在此类干涉期间，球应当是“死球”。

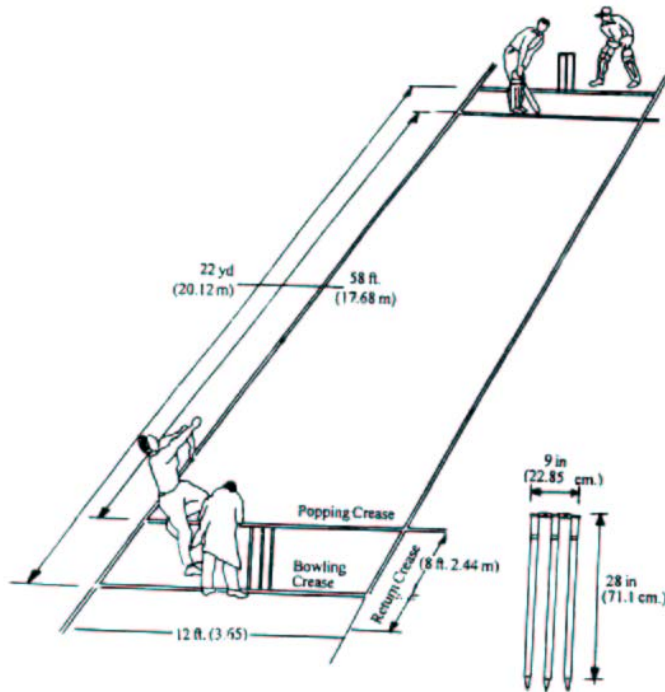
- g. 裁判有权利终止比赛，如果他们认为球场外的情况不益于比赛的竞争精神。只有当这些条件均满足时才能重新开始比赛。
- h. 有关所有当事人执行的扣分应受到管理层/比赛委员会的管辖。

规则13：冠军得分

结果和得分系统将由组织委员会或比赛委员会决定。

规则14：比赛区域分布和尺寸

- a. 三柱门是在投球线、击球线和返回线之间的区域。
- b. 柱门应相同大小，且为了避免板球穿过，柱门尺寸应足够大。柱门顶端距离地面应为71.1厘米。
- c. 横木应长11.1厘米，放置后不应超过柱门1.3厘米以上。
- d. 两组三柱门，每组22.86厘米宽，由三根柱门组成，顶端放置两根横木，相对扎入地面，相距20米 / 22码。
- e. 三柱门线应在两端按照柱门进行标记，宽度应为1.83米，柱门在中间，两端的中央柱门应相距20米 / 22码。
- f. 白线是边界线标记的后方边缘，应位于两端三柱门线的前面并于三柱门线平行。其后边缘应距离柱门中心1.22米。在击球手一端，击球线应从三柱门一边延伸到另一边，称为击球线。在投球手一端，应与三柱门线长度相同，成为投球线或前脚线。
- g. 两端的返回线应与三柱门线呈直角，并且应从三柱门线延伸到白线。使用返回线标记情况时，应在标记的内侧边缘。使用对比清晰的球场颜色时，可以是球场的边缘。
- h. 所有选手必须遵守比赛规定和规则。

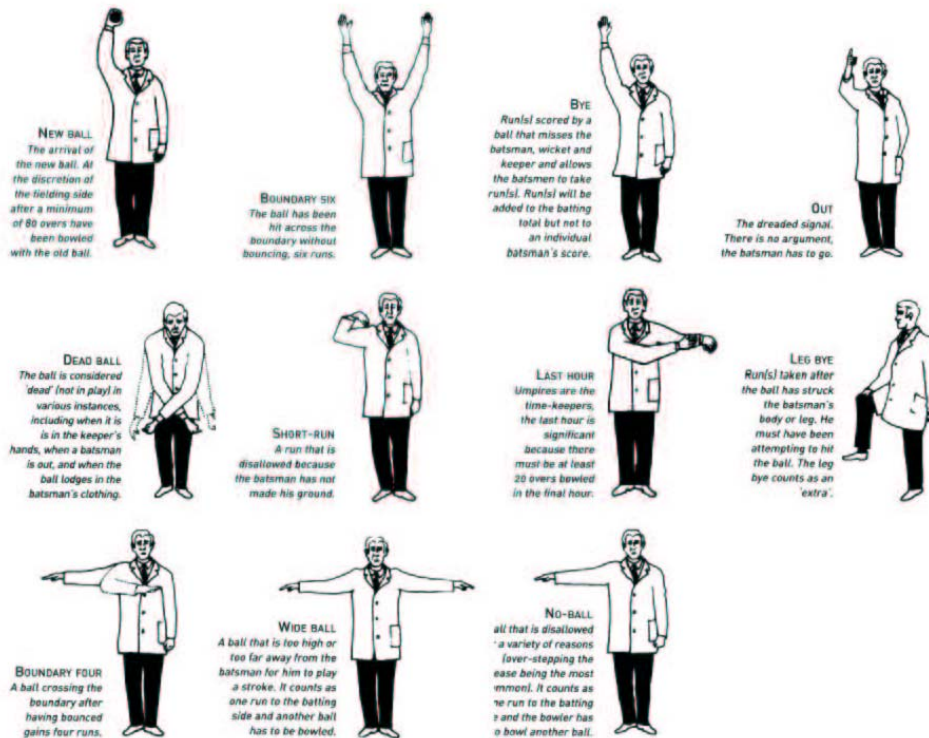


图：
白线
投球线
返回线

规则15：比赛基本规则

- a. 球队名单必须比赛之前登记，除非发生伤害 / 疾病名单不能更改，并且得到对方教练 / 队长的同意。
- b. 边界线数值应遵照板球规则规定。
- c. 比赛用球将由组织 / 比赛委员会决定。
- d. 建议所有球员穿戴以下比赛制服和保护性设备--
 - 1) 球员应穿着他们标准的板球制服
 - 2) 建议穿长裤
 - 3) 必须穿合适的运动鞋
 - 4) 击球手必须穿戴板球护胫，捕手必须穿戴捕手护胫
 - 5) 出于健康和考虑，男子球员击球时必须穿戴保护套/护腹，女子球员击球时必须穿戴保护性护胸垫。
 - 6) 击球手必须戴击球手套，捕手戴捕手手套
 - 7) 建议所有击球手佩戴保护头盔

裁判手势



新球

启用新球。旧球至少被投出80轮后，由防守方决定是否启用新球。

出界六分球

球没有落地而直接击打出界，得六分。

无接触得分

击球手、三柱门和捕手均未碰到球并使击球手能够跑动而得到的分数。跑动得分将计入击球总分，但不计入击球手个人得分。

出局

可怕的手势。毫无争议，击球手必须离场。

死球

在几种情况下球被认为“死亡”（静止不动），包括在捕手手中时，当击球手出局时，以及当球落入击球手衣服中时。

短跑

由于击球手未回到界限线时不被允许的跑动。

最后一小时

裁判是计时员，最后一小时尤为重要，因为在最后一小时中至少投出20轮球。

触身得分

球击中击球手的身体或腿部而得到的分数。击球手必须曾试图击球。触身得分是一种“附加分”。

出界四分球

球落地反弹后出界，得四分。

偏球

投出的球距离击球手击球位置太高或太远。击球方计一分，并且必须再投一球。

坏球

(文本未完成)

板球技能测试—简介

在进行赛前分组比赛前，项目组织人员应收到每个参赛球队的板球团队积分

板球团队积分根据板球技能测试的八个最高个人得分的平均分计算得出

板球技能测试将包括五项技能测试—

击球

投球

防守—抛球

防守—接球

防守—停球

理想情况下，这些板球技能测试应在板球场地上进行，球员们穿戴齐备，并配戴合适的板球设备。

板球制服—所有球员应穿着短裤或长裤、衬衫和运动鞋；也可选择配戴板球/棒球帽。

板球=实际大小的板球2或4个，重156至163克，5 1/2 至 5 3/4盎司。

安全：当球员击球时，他们必须两腿均配戴击球护胫，击球手套，以及男子的保护套/护腹和女子的护胸。

可选择配戴板球头盔，但是在击球方面对快速投球手时，应向所有击球手提供头盔。

作为防守捕手的选手—抛球测试应配戴全套保护装备。

板球技能测试

1. 击球

我们希望看到击球手：

- a. 跑动时注视投球手
- b. 投球手即将投球时举起球拍
- c. 双脚移到击球位置
- d. 球拍移向球
- e. 击球

2. 投球

我们希望看到投球手：

- a. 平稳跑动到投球线
- b. 合法投球，不论是投球动作还是前脚的摆放位置
- c. 准确的向另一端的三柱门投球

3. 防守

我们希望看到防守的三种不同技能

- a. 抛球—准确性和距离
- b. 接球—腰部高度的接球和吊高球的接球
- c. 停球 / 边界线防守—三种不同距离滚来的球

注意：每项技能测试有六项成绩 - 每项成绩最高3分。

技能测试最高分=18分

共有5项技能测试，每项最高18分。个人总分最高分=90分。

板球技能测试1—击球

击球技能测试的描述

1. 测试开始前，应告知球员你希望看到的三种技能是什么=
 - a. 举起球拍，移向球
 - b. 移动双脚
 - c. 击球
2. 测试员/投球手—站在投球线上—将向穿着全套板球装备站立在线上的击球手“抛出”6球。
3. 每次投球前，测试员将询问击球手“准备好了吗？”进行确认
4. 抛出的每个球应在击球手前方最多3米处落地。任何没有在指定区域落地的球将不被计入击球手必须接住的6个球之一—见图
5. 球速不应过快或过慢—但应模拟比赛中“中等球速投球手”的投球速度—见图

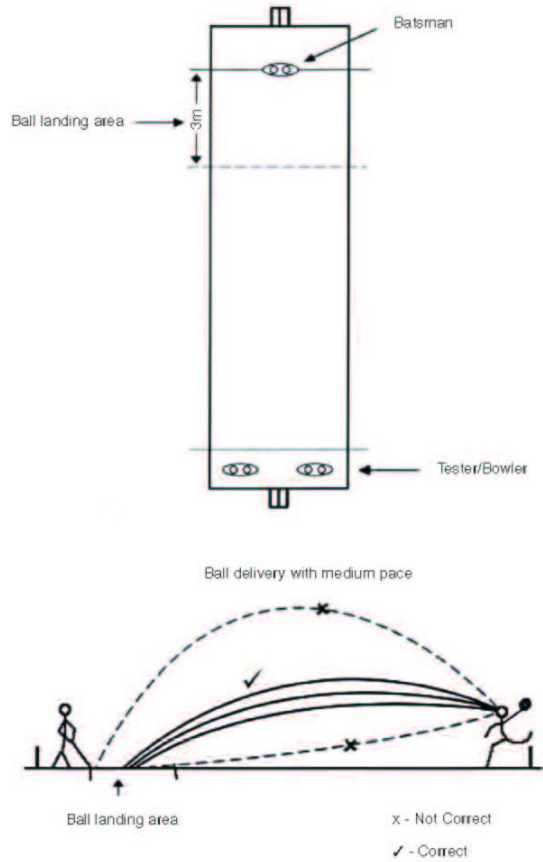
击球得分表

得分	技能
3	投球后举拍，移动双脚，向球的方向挥拍，并击中球
2	投球后举拍，移动双脚，向球的方向挥拍，但未击中球
1	向球的方向挥拍，并击中或未击中球
0	未动球拍和双脚，未挥拍

注意：击球手如果没有移动双脚，仅挥动球拍不能得3分或2分。本技能测试中脚步移动是基本要素。

击球技能测试图

投球手可以从三柱门右侧或左侧投球，在投球线内。



图：
击球手
球落区域 3米
测试员/投球手

球以中等速度投出
球落区域

x - 不正确
✓ - 正确

板球技能测试2——投球

投球技能测试的描述

1. 测试开始前，应告知球员你希望看到的三种技能是什么=

- a. 平稳跑向投球线
- b. 合法投球动作及合法投球 [教练应向球员进行展示]
- c. 准确投向另一端的柱门

2. 各个特奥运动成员间采用的板球场长度可能不同，但理想情况应在18至20米之间。

3. 目标三柱门的描述：

- a. 在目标三柱门，距离三柱门两边0.5米和1米处放置锥形标志物或粉笔线——为柱门两边各标

出1米的目标区域。

b. 见图

注意1：测试员/裁判将位于常规裁判位置——一个位于投球手方柱门后，另一个位于击球手方垂直于柱门处，这样他们可以同时观察球经过击球手柱门时的线路和高度。

注意2：内部区域=柱门两边锥形标志物/粉笔线内0.5米区域

外部区域=柱门两边锥形标志物/粉笔线内1米区域

投球得分表

得分 技能

3 不超过2次反弹，且球最终落在内部区域[柱门两边0.5米区域内]

2 不超过2次反弹，且球最终落在内部区域[柱门两边1米区域内]

1 不超过2次反弹，且球最终落在外部区域外

0 3次或以上反弹，且/或球最终落在外部区域外

注意：一名优秀的板球手大多数投球应得2或3分；得分为0者可能不具备参加板球比赛的必要技能。

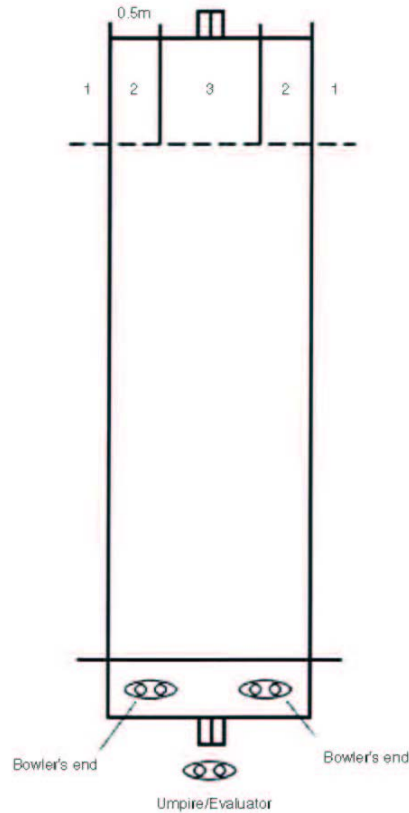
问题：我们对直投球如何评价？

回答：直投球是合法投球*，但很危险，如果是投向击球手的头部和上半身方向

* 直投球是否合法或危险将由技能测试员判定，测试员将站在投球方的裁判位置

投球技能测试图

投球手可以从三柱门的右侧或左侧投球，在投球线内。



图：
投球方
裁判/评分员
投球方
0.5米

板球技能测试3——防守—抛球

防守——抛球技能测试的描述

1. 板球中需要两种基本的抛球类型=
 - a. 附近的外野手短距离准确抛向捕手
 - b. 从外野长距离抛向捕手或另一名靠近的选手

2. 名选手将被要求展示三次准确性抛球，和三次距离测试抛球

3. 准确性技能测试
 - a. 距离三柱门15米处，一名穿戴全套保护装备的捕手站立在中央圆的中间，外野手将抛球三次，由捕手接球——见图。

准确性得分表——见图

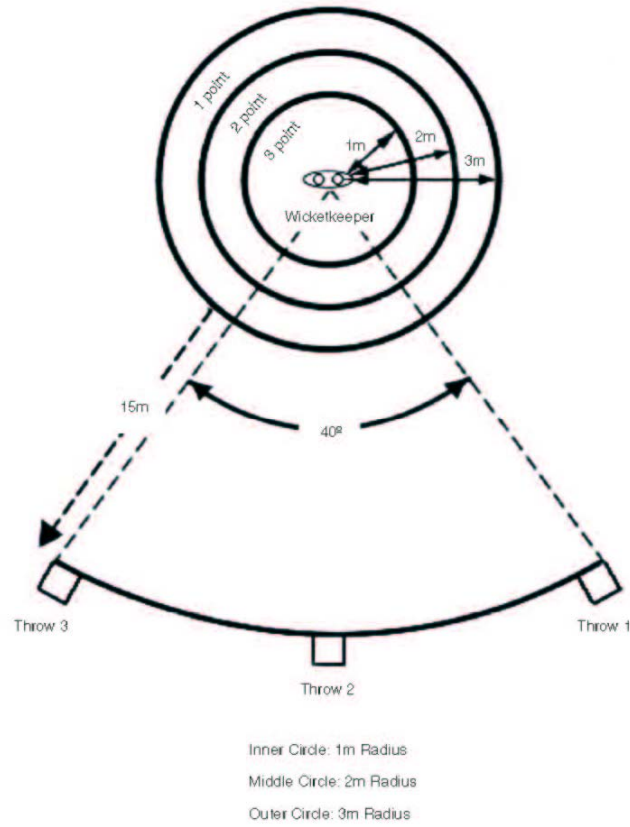
- | 得分 | 技能 |
|----|---|
| 3 | 球抛至捕手手套中，并且球是在手臂距离内被手套接住/碰到，脚没有向球的方向移动 = 1区 |
| 2 | 球抛至捕手手套中，捕手向三柱门左侧或右侧移步不超过一步，并接到/救回/停住球 = |

2区

1 球抛至捕手手套中，捕手向三柱门左侧或右侧移步两步，并救回球=3区

0 球完全没有碰到捕手的手套，或非常偏离捕手——3区外

防守——抛球技能准确性测试图



内圈：半径1米

中圈：半径2米

外圈：半径3米

第三次抛球

第二次抛球

第一次抛球

15米

2米

3米

1米

捕手

1分

2分

3分

4.距离技能测试

- a. 采用40°弧线抛球范围，并标记20米、30米和40米弧线——见图
- b. 从场地线后面，球员可以站在线后，或跑到线后，将板球向前在40°落地区域内抛得尽可能远。

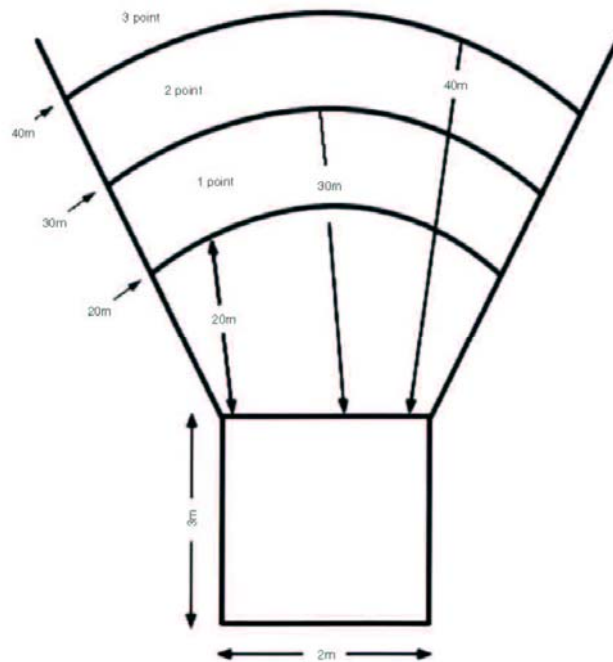
距离得分表[仅男子]——见图

得分	技能
3	球在40米线外落地——超过3区
2	球在30米和40米线之间落地——3区
1	球在20米和30米线之间落地——2区
0	球在抛球线和20米线之间落地——1区

注意：一名优秀的板球手大多数抛球应得2或3分；得分为0者可能不具备参加板球比赛的必要技能。

防守——抛球技能距离测试图

抛球手将在3x2米区域内抛球三次，将球抛得尽可能远。



图：
 2米
 3米
 20米
 30米
 40米
 40米
 30米
 20米

- 1分
- 2分
- 3分

板球技能测试4——防守—接球

防守—接球技能测试的描述

1. 板球比赛中有两种基本类型的接球=

- a. 捕手和附近的外野手通过移步在腰部高度附近的接球。
- b. 在外野接住高弧线球

2. 每名选手将被要求展示在腰部高度的三次接球能力，球将从5米以外在臂下掷出。

3. 每名选手将被要求展示在空中高弧线抛给他们的三次接球能力，球将在臂下掷出距离地面10至15米的高度。

4. 每次抛球前，测试员将询问外野手“准备好了吗？”，以确认外野手是否准备接球

接球得分表——见图

得分	技能
3	注视球，在球后方移动身体，双手准备接球并接住球
2	注视球，在球后方移动身体，但球落地
1	试图接球，但球落地
0	没有移动，注视或接球动作

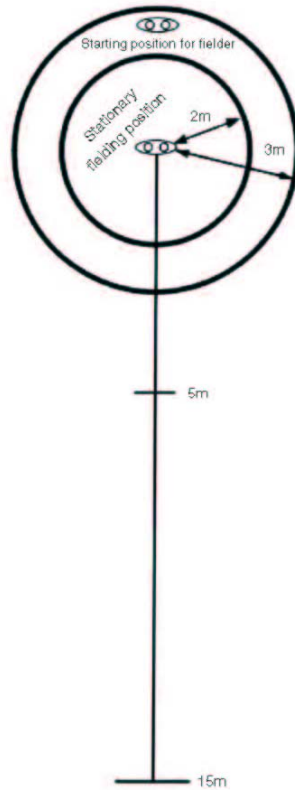
注意：一名优秀的板球手大多数接球应得2或3分；得分为0者可能不具备参加板球比赛的必要技能。

防守——接球技能测试图

球抛出到接球手头部上方，接球手从3米圈后方开始接球。

测试员将从15米线处以前臂抛球。

球从5米线处抛出到接球手腰部高度，接球手开始位置在2米圈中央。



5米

15米

2米

3米

外野手开始位置

固定防守位置

板球技能测试5—防守—停球

防守—停球/边界防守技能测试

1. 每名球员将被要求干净的停住从10米、20米和30米三个距离处沿地面向他们滚来的各2球。
2. 测试员将通过臂下动作，沿地面向外野手滚出球——测试员将位于抛球框内，外野手在最初10米、然后20米，最后30米弧线上站立。
3. 每个球的滚动速度必须保证抵达外野手时球仍保持滚动，从而让外野手能够展示他们干净停球的能力。
4. 外野手停住球后，教练还可以鼓励他们将球准确抛回测试员或捕手。

停球得分表

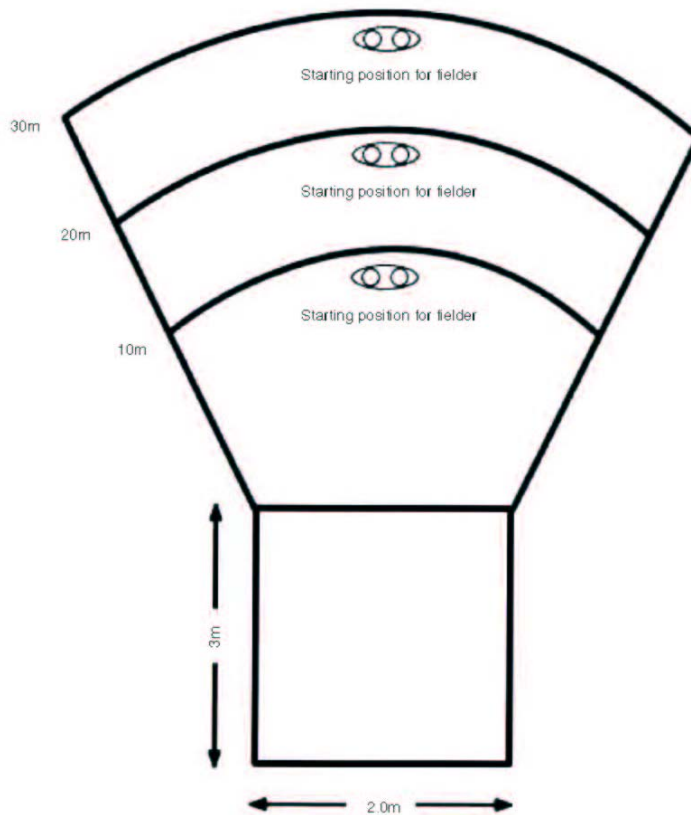
得分 技能

- 3 身体在球后方，当球沿地面向他们滚来时注视球并干净停球
- 2 身体没有在球正后方，但干净停球
- 1 身体没有在球后方，且停球和捡球表现出困难
- 0 没有向球的方向移动，或根本没有停住球

注意：一名优秀的板球手大多数停球应得2或3分；得分为0者可能不具备参加板球比赛的必要技能。

防守—停球/边界防守技能测试图

测试员将从3x2米方框内滚出2球，运动员开始位于场地上三个位置之一（10米线内，20米线内，然后是30米线内）。在10米线和20米线内时，运动员被告知模拟球被击出后他们试图收回球的场景对球进行防守。在30米线内时，运动员被告知进行边界线防守。



图：
30米
20米
10米
2米
3米
外野手开始位置
外野手开始位置
外野手开始位置

Special Olympics Cricket Scoresheet

BATTING TEAM = _____ FIELDING TEAM = _____

#	NAMES OF BATTING TEAM	OVER 1	OVER 2	OVER 3	OVER 4	TOTALS
#1						Runs
#2						Wkts
		BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	
#3						Runs
#4						Wkts
		BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	
#5						Runs
#6						Wkts
		BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	
#7						Runs
#8						Wkts
		BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	
#9						Runs
#10						Wkts
#11						
		BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	BOWLER:	
TOTAL RUNS =						
TOTAL WICKETS =						
BATTING TEAM SCORE =		RUNS / WICKETS =		GAME WINNER =		

Captain: _____ Match Referee: _____ Captain: _____
 Head Coach: _____ Head Coach: _____

特奥运动板球记分表

击球队 = _____ 防守队 = _____

#	击球队名称	第1轮	第2轮	第3轮	第4轮	总分
#1						轮次
						三柱门
#2		投球手:	投球手:	投球手:	投球手:	
#3						轮次
						三柱门
#4		投球手:	投球手:	投球手:	投球手:	
#5						轮次
						三柱门
#6		投球手:	投球手:	投球手:	投球手:	
#7						轮次
						三柱门

#8									
		投球手:	投球手:	投球手:	投球手:				
#9									轮次
#10									三柱门
#11									
		投球手:	投球手:	投球手:	投球手:				
	总轮次=								
	总三柱门=								
	击球队得分=	轮次/三柱门	=	比赛获胜方	=				

队长: _____ 比赛裁判: _____ 队长: _____
 总教练: _____ 总教练: _____