

橄欖球規則對於安全性規範之探討

林昌國, 陳寶億

體育室

人文社會學院

linkuo@chu.edu.tw

摘要

橄欖球比賽要贏取勝利是要突破對方的防守線跑到對方的極陣內觸地得分，而在得分的過程中，不管進攻方或是防守方，球員的身體接觸非常的頻頻。因此需有明確的規則來約束雙方，做出違反道德的行為。橄欖球規則的演變與發展，是以五大原則為重點：(一)比賽安全性(二)公平原則(三)保護球員的健康(四)促進技術、戰術的原則(五)提高比賽觀賞性。而球員在規則的保護下，在安全、公平的比賽環境裡，享受比賽的樂趣，本身更應具備：(一)對規則的充分了解(二)成熟的基本動作(三)良好的體能(四)健全的心理(五)比賽前的充分熱身。要營造安全性的比賽環境除球員的素質與認知外，更需要裁判(一)明亮的哨音(二)果斷的判決(三)清楚的手勢來配合，如此，教練、球員和裁判，可以在規則的維護下彼此去享受比賽的樂趣，創造一個安全性的比賽環境。

關鍵字：橄欖球、規則、安全性