

教育部體育署國民小學籃球聯賽競賽規則

110 年 07 月 11 日修訂

綠字為本次修訂主要方向

紅字為依照國際規則修正文字敘述

藍字為競賽規程內比賽附則內容

國民小學籃球的基本規範

國小籃球規則乃為未滿 13 歲以下之男女學童而訂。其宗旨在於促使孩童透過歡愉過程而體認少年籃球為一種休閒活動。學童參與國小籃球，不虞缺乏練習基本運動技能，體能活動項目之準備，使其未來能愉快勝任運動生涯。

國民小學籃球規則

第一條 國小籃球

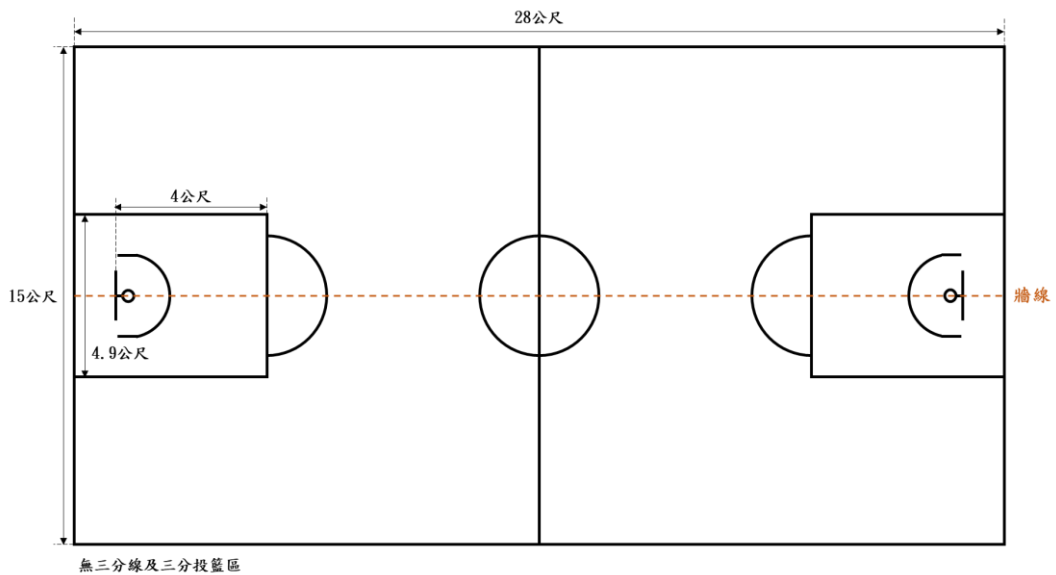
1. 國小籃球係以正規籃球運動為基礎，特地為在比賽當學年度未滿 13 歲之在學學童而設的運動遊戲。

第二條 定義

1. 兩隊的目標是將球投入敵籃，並防止對隊獲球或得分，但必須合乎本規則的各項規定。
2. 球線：一條經過球且平行於端線的假想線。
3. 牆線：2 個球籃中央點連線的分割假想線，將球場分成左右半邊。
4. 敵籃：球隊進攻的球籃
5. 本籃：球隊防守的球籃

第三條 球場一面積

1. 球場為長方形的堅硬平面，場內不容有障礙物；其面積須長 28 公尺，寬 15 公尺。
2. 其他球場亦可使用，若其面積合於比例之變更，如：26x14 公尺，24x13 公尺，22x12 公尺，20x11 公尺。
3. 後場：一隊の後場包括本籃、界內的籃板及本籃下方的端線、兩邊線與中線所圍成比賽球場的區域。
4. 前場：一隊的前場包括敵籃、界內的籃板及敵籃下方的端線、兩邊線與靠近敵籃的中線內緣所圍成比賽球場的區域。

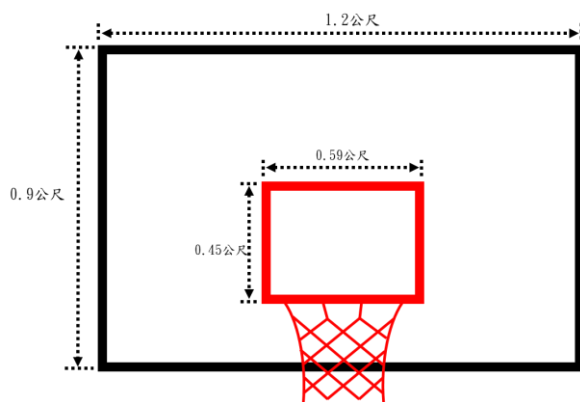


第四條 界線

1. 國小籃球球場應依本規則之例圖繪製。
2. 各界線與正規籃球場相同，惟罰球線離籃板正面較遠的一邊，與籃板正面前緣垂直至球場處的距離為4公尺。
3. 無3分線及3分投籃區域。
4. 所有界線寬度均為5公分，並且清晰明顯。

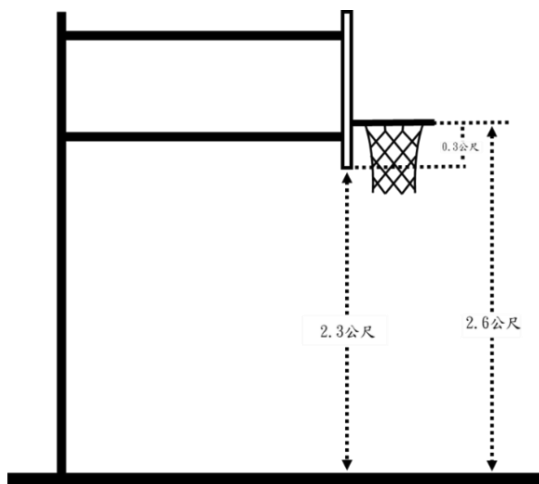
第五條 籃板

1. 籃板表面須平滑，用堅硬木材或合用的透明質料製成。
2. 籃板的面積須寬1.20公尺，高0.90公尺，如附圖所示。



第六條 球籃

1. 球籃包括籃圈與籃網。
2. 籃圈上緣距離地面 2.60 公尺。



第七條 球

1. 球須為圓形，其外表用皮革，橡膠或人造膠等材料製成。球的圓周應在 66 至 73 公分之間，重量在 450 至 500 公克之間。

第八條 專用設備

應設置下列各種專用設備：

1. 比賽計時鐘
2. 記分板
3. 投籃計時鐘
4. 供計算暫停時間用的碼錶或適當的（可看見的）設備（非比賽計時鐘）
5. 兩個獨立、明顯不同且能發出極大聲響的信號，分別給下列人員使用：
— 投籃計時員
— 計時員
6. 記錄表
7. 編號 1 至 5 號的犯規標誌，以指出球員犯規次數，1 至 4 號為白底黑字，5 號為白底紅字
8. 可顯示該球隊犯規次數已達 5 次之標誌
9. 球權輪替指示器
10. 球場置紀錄台，且於左右兩側 3 公尺處設球隊席區，各置 18 張座椅；並於紀錄台前設置替補球員席。球場週邊設施，見附錄。

第九條 球隊

1. 每隊可註冊 18 名球員。
2. 每場比賽可由 18 名球員中登錄 10 至 16 名球員參加比賽。
3. 每場比賽登錄之球員必須至少在 1 節、至多 2 節上場比賽；若有延長賽，則不受至多 2 節的限制
未符合本項規定者，該隊該場將被判定失敗，由對隊 20:0 獲勝，敗隊得 1 分名次積分。
4. 當一球隊成員在球場上並賦有比賽權力，即為球員。否則，即為替補員。

第十條 主教練

1. 主教練是球隊的領導人，負責在場邊指導球員，且負責球員的替補。
2. 其職責可由第一助理教練、隨隊教師協助，相關人員必須列名在該隊競賽名冊中。
3. 比賽開始前，主教練應給記錄員一份上場比賽球員名單及背號。
4. 在少年籃球中，採用一對一盯人防守，球員在前場時，防守球員必須在 2 公尺內進行盯人防守。
5. 防守球線與敵籃間的進攻球員時，防守球員不得退至球線與本籃之間的任何位置進行防守。
6. 無球邊的防守球員不得越過牆線進入有球邊進行防守，當球進入禁區時，則解除此項限制，得以採用含包夾在內的任何方式進行防守。
7. 禁區以外任何位置禁止包夾，不得 2 位（含）以上球員防守持（運球）球員。
8. 當球進入禁區時，解除此限制，得以採用含包夾在內的任何方式進行防守。
9. 搶籃板或球失落時的爭搶球，球員未控制球，不受 2 位（含）以上球員防守的限制。
10. 違反此項防守規定之罰則：
第 1 次違反時，予以警告，第 2 次後皆判防守違規，由對隊罰球 1 次及發界外球，此違規不登記於個人、球隊犯規次數及／或記錄表內。
11. 比賽中，若比數領先 20 分(含)以上之隊伍，必須退回罰球圈弧頂平行於中線的範圍內防守，當球接近上述範圍 1 公尺始得開始防守，此規定無相關罰則。

第十一條 服裝

1. 同隊球員應穿著相同顏色之球衣，在球衣之前胸與後背應有號碼。
2. 球隊僅可使用 0 和 00 號或是從 1 到 99 號。
3. 球隊最少必須準備 2 套球衣，排名在前的球隊（主隊）應著淺色球衣，排名在後的球隊（客隊）應著深色球衣，若經 2 隊同意，可以互換球衣顏色。

第十二條 主裁判及檢察員

1. 他們應依據規則執行比賽。負責依規則宣判犯規和違例，判決得分或是取消得分或罰球並執行罰則。
2. 裁判員有權決定規則上所未提及的事項，應以現行國際籃球規則為依據。

第十三條 記錄員及助理記錄員

1. 記錄員負責填寫記錄表之記錄工作，隨時記錄得分、中籃及罰球中籃。
2. 他應記錄所有球員的犯規，並舉起犯規指示牌來顯示球員的犯規次數。
3. 記錄員應操作球權輪替指示器。
4. 助理記錄員應負責操作計分板，同時協助記錄員和計時員的工作。若計分板與記錄表記載有出入，又無法解決時，應以記錄表為準，同時修正計分板。

第十四條 計時員

1. 應提供比賽計時鐘及碼錶給計時員使用，同時計時員應：
計算比賽時間、暫停時間及比賽間隔時間。
確認每一節比賽時間結束時，比賽計時中能自動發出大聲的信號。
2. 計時員計算比賽時間如下：
 - 當下列情況時，啟動比賽計時鐘：
 - 跳球時，球被一位跳球者拍撥。
 - 發界外球時，球觸及場內任一位球員或被任一位球員觸及。
 - 後一次罰球未中籃且球持續為活球，球觸及一位場上任一球員。
 - 當下列情況時，停止比賽計時鐘：
 - 每一節或延長賽比賽時間終了。
 - 裁判鳴笛。

第〇〇條 投籃計時員

1. 應提供投籃計時鐘投籃計時員使用，同時投籃計時員應依下列方式操作：
2. 依下列狀況啟動或接續計時：
 - 當一球隊在比賽球場內控制活球時，之後僅僅被對隊觸及，球仍然由原控球隊控制球時，投籃計時鐘不得重設。
 - 發界外球時，球觸及球場內任何球員或被比賽球場內任何球員合法觸及。
3. 當發生下列情況，由原控球隊發界外球時，投籃計時鐘應撥停，但不必重新設定，顯示剩餘時間：
 - 球出界。

- 該隊球員受傷。
- 該隊被宣判技術犯規。
- 跳球狀況（不包含球停置於籃圈與籃板之間）。
- 雙方犯規。
- 兩隊相同的罰則互相抵銷。

第十五條 比賽時間

1. 每場比賽應包含 4 節，每一節 6 分鐘。
2. 第一節與第二節(上半時)之間、第三節與第四節(下半時)之間、以及每一延長賽之前，其比賽間隔時間為 2 分鐘。中場比賽間隔時間為 5 分鐘。計時員控制比賽時間。
3. 僅於下列時間停錶：
 - (1) 違例時；
 - (2) 犯規時；
 - (3) 爭球時；
 - (4) 每節比賽時間終了時；
 - (5) 暫停時；
 - (6) 球員違犯第 5 次犯規或被判奪權時；
 - (7) 球員受傷，裁判指示暫停比賽時；
 - (8) 裁判員指示停錶時。停錶後，計時員應於下列情況，啟動計時鐘：
 - 跳球時，球被一位跳球員合法拍撥。
 - 最後一次罰球未中籃且球繼續成為活球，球觸及比賽球場上任一球員或被場上任一球員觸及。
 - 發界外球，球觸及比賽球場上任一球員或被場上任一球員合法觸及。
4. 第 4 節及每次延長賽之最後 1 分鐘，投球中籃時應停止計時鐘。

第十六條 比賽開始

1. 球員出場名單中的先發 5 名球員，一經提出，不得更改。
2. 當在中圈跳球球拋離主裁判的手時，第 1 節開始。
3. 除第 1 節比賽開始外，其餘各節與延長賽上場的球員名單，於前 1 節時間終了時提出，由 A 隊先提出，一經提出，不得更改，B 隊不得要求記錄台提供 A 隊勾選的球員名單。

第十七條 跳球及球權輪替

1. 當一裁判將球 2 位對手間向上垂直拋起，稱為跳球。
2. 球達到最高點後，必須經過兩位跳球員中之至少一人或兩人以單手或雙手合法拍撥。
3. 其他球員在球未合法拍撥前，均應站在中圈外。

4. 若發生違例，應由對隊發界外球；若雙方違例，則重新跳球。
5. 在所有跳球狀況中，球隊應依輪替擁有球權，並從發生跳球狀況最近處發界外球，籃板正後方除外。
6. 第 1 節開始的跳球後，未獲得第一個活球控球權的球隊，應被賦予第一個球權輪替的發界外球。
7. 每 1 節或延長賽結束時，被賦予下次球權輪替權利的球隊，於下 1 節或延長賽開始時，從記錄台對面中線延伸線處發界外球，除非須執行附帶的罰球以及球權之罰則。

第十八條 中籃及計分法

1. 當活球經籃圈上面進入球籃且停留在籃內或完全通過球籃，稱為中籃。
2. 中籃係指想敵籃進攻投射進入球籃，依下列情況判定得分：
 - 罰球中籃算 1 分。
 - 投球中籃算 2 分。
 - 最後一次罰球，球觸及籃圈之後，在進入球籃之前，被任一球員合法觸及，算 2 分。

第十九條 得分相等及球隊名次的判定

1. 球隊在每組比賽名次，依據其勝負場數，以所得積分計算，即勝 1 場得 2 分名次積分，敗 1 場得 1 分名次積分（包括人數不足判定失敗者），棄權得 0 分名次積分。
2. 若分組循環賽中 2 隊或 2 隊以上積分相等時，以對戰勝負關係判定名次。如果 2 隊或 2 隊以上積分相等，且互有勝負，應進一步依照下列順序判定名次：
 - 相關球隊比賽得失分差較高者。
 - 相關球隊總比賽得分較高者。
 - 整組比賽得失分差較高者。
 - 整組比賽總得分較高者。
3. 若在所有比賽結束之前積分相等，積分相等的球隊應有相同排名。以上程序在分組賽結束後仍無法判定名次時，以抽籤決定最終名次。
4. 兩賽制的比賽，若第 1 場比賽在法定比賽時間結束時，比分相等，則分數保留，不舉行延長賽，第 2 場比賽勝者為勝。若 2 隊各勝 1 場，則以在第 2 場比賽結束時，累積比賽得分較多的 1 隊獲勝，若累積比賽得分相同，則進行延長賽。

第二十條 比賽時間終了

1. 比賽在計時員發出比賽時間終了的信號時結束。

第二十一條 球員替補

1. 每1位球員至多出賽2節，每1節比賽中教練可由登錄之球員替補。該替補球員亦應受出賽2節之限制，被替補之球員可於當節中再行替補上場，延長賽不受此限。
2. 比賽在第四節或是任一延長賽的比賽計時鐘顯示1:00分鐘或更少時，投球中籃之後比賽計時鐘停止時，允許非得分隊替補。不允許得分隊替補，除非裁判中斷比賽。
3. 例外：若因球員受傷，被判奪權犯規或已犯滿5次犯規時可替補。

第二十二條 球的玩法

1. 少年籃球是只能用手來進行的比賽，可朝任何方向傳球、投籃或運球，但需符合相關規定。
2. 帶球跑、故意腳踢球或以拳擊球均為違例。然而，腿部無意接觸到球不屬於違例。

第二十三條 違例

1. 違反規定即為違例
2. 裁判員應立即停止比賽，由對隊從違例發生最近處發界外球，籃板正後方除外，除非規則中有其他相關之規定。

第二十四條 發界外球

1. 發界外球係指界外的發球員將球傳進比賽球內。
2. 裁判必須遞交球或將球置於發球員可處理的位置，他亦可將球拋或反彈給發球員，但應符合下列規定：
 - (1) 裁判與發球員之距離，不得超過4公尺
 - (2) 發球員應站在由裁判指定的正確位置上發界外球。
3. 發球員應在從違規發生最近處，或判停止比賽的地方發界外球，籃板正後方除外。
4. 發球員不得：
 - (1) 持球位於發球點後，超過5秒才將球傳離手給場內球員。
 - (2) 持球時踏進比賽球內。
 - (3) 發球離手後，使球觸及界外。
 - (4) 在球觸及其他球員之前，在比賽球場上再度觸及。
 - (5) 直接使球進入球籃。
 - (6) 發球員於球離手之前在界線後判所指定的發球點，單向或雙向的橫向移動，總和超過1公尺。場地允許的話，球員可從界線作垂直向後的移動。
5. 在發界外球期間，其他球員不得：
 - (1) 在球體未越過界線前，身體任何部分越過界線。

- (2) 在場外障礙物離發球點界線不足 2 公尺時, 與發球員的距離少於 1 公尺。
6. 第四節或延長賽中, 比賽計時顯示 1:00 分鐘或更少時發界外球, 裁判於執行發界外球時應使用非法越過邊線手號當作警告。
- 若一防守球員:
- (1) 移動身體任何部分越過界線干擾發球, 或
- (2) 在當發球空間不滿 2 公尺時, 與發球員的距離少於 1 公尺, 這是違例, 且應被宣判技術犯規。

第二十五條 球員位置的判定

1. 球員的位置, 依其所觸及的地面而判定。
2. 當球員躍起在中時, 依其起點為準, 這包界線、中線、罰球線、畫定禁區的標示線及畫定進攻免責區的標示線。
3. 裁判位置的判定與球員相同。當球觸及裁判, 就如同觸及裁判所站的地面。

第二十六條 球員出界及球出界

1. 球員身體任何部分觸及界線、界線外的地板及界線、界線上方或界線外除了球員之外的任何物體, 就是球員出界。
2. 球出界是指球觸及:
界外的球員或任何人。
界線、界線外的地板及界線、界線上方或界線外的任何物體。
籃板支架、籃板背面或比賽球場上方的任何物體。
3. 使球出界為違例, 應判由對隊發界外球。
4. 裁判員若對於何隊最後使球出界有疑惑時, 應宣判爭球。

第二十七條 帶球走

1. 帶球走係指比賽球場上球員掌握活球時, 未依本規則之規定, 向任何方向非法移動一足或雙足。
2. 旋轉係指持球員在比賽球場上掌握活球時, 以一足立定於地上做為中樞, 以另一足向任何方向踏出一步或多步的合法動作, 而所謂的中樞足始終與原點的地板保持接觸。
3. 在比賽球場上接住活球的球員, 其中樞足之建立如下:
 - (1) 一球員在雙足著地時接住球:
 - 一足離地時, 另一足成為中樞足。
 - 開始運球時, 球未離手之前, 中樞足不得先行離地。
 - 傳球或投籃時, 可以跳起使中樞足離地, 但球必須在任一足落地前離手。
 - (2) 一球員在他前進或是運球結束時接住球, 可以利用兩步停止、傳球或投籃:

- 若是接到傳球後，球員應在他的第二步之前離手開始運球。
- 第一步發生於當獲得控制球後，一足或雙足觸及地板時。
- 第二步發生於第一步之後，當另一足觸及地板或雙足同時觸及地板時。
- 若球員在第一步停止時，雙足著地或是雙足同時觸及地板，他可以利用任一足當中樞足旋轉。若他接著用雙足起跳，他必須在任一足落地前離手。
- 若一球員以一足落地，他僅可利用此足旋轉。
- 若一球員以一足當成第一步並起跳，他可以雙足同時落地當成第二步。在此狀況中，此球員不得以任一足旋轉。若一足或雙足接著離地，則球必須在落地前離手。
- 若雙足不在地板上，接著球員雙足同時落地，當一足離地時，另一足成為中樞足。
- 當運球結束或獲得控制球後，一球員不得用同一足或雙足連續落地。

4. 球員跌倒在地板上、躺或坐在地板上：

- (1) 當球員持球時跌倒在地板上且滑動、或是躺或坐在地板上時獲得控制球，此時合法。
- (2) 若球員隨後持球滾動或試圖再站起來，這就是違例。

第二十八條 運球

1. 運球是一控制活球的球員，將球拋、拍、滾或反彈在地板上使活球移動的動作。
2. 當球員在比賽球場上控制活球後，將球丟、拍、滾、反彈在地板上，在其他球員觸球前再行觸球，即為運球開始。
3. 當球員雙手同時觸及球、球在單手或雙手上停留時，即為運球結束。
4. 運球時，球員可將球拋在空中，在該球員用手再次觸球前，球必須觸及地板或其他球員。
5. 球員手部未觸球時，跨步多少不受限制。
6. 球員意外的將球滑落，接著在比賽球場上再度控制一活球，視為球失落。

第二十九條 球的控制

1. 當一位球員以持球、運球或活球在其可處理的位置的方式控制球時，即球隊開始控制球。
2. 當下列情況時，球隊繼續控制球：
 - (1) 球隊一員控制著活球。
 - (2) 球於隊友間相互傳遞。
3. 當下列情況時，球隊結束控制球：
 - (1) 對手獲得控制球。
 - (2) 球成為死球。
 - (3) 投籃或罰球時，球離開球員的手。

第三十條 3 秒規則

1. 當一隊在前場控制活球，且計時鐘正啟動時，其本隊球員不得在對隊的禁區內，連續停留超過 3 秒。
2. 當一球員有下列情況時，3 秒得予以寬容：
 - (1) 試圖離開禁區。
 - (2) 在禁區內，他或他的隊友正在投籃動作中，且球正好離手或已經離手。
 - (3) 在禁區內連續停留未達 3 秒時，即開始運球投籃。
3. 為確認球員位於禁區之外，該球員必須兩腳都在禁區外的地板上。
4. 違犯本規則即為違例，由對隊發界外球。

第三十一條 5 秒規則

1. 僅限發界外球時，發球員可橫向及／或向後移位，球亦可在端線後的隊友間互傳，但當界外第一位球員可處理球時，即開始計算 5 秒。5 秒內未能傳球離手時，應判為違例。由對隊發界外球。
2. 當一球員被對隊球員緊迫防守，不傳、投、滾或運球，無 5 秒限制。
3. 當一球員罰球時，無 5 秒限制。

第三十二條 10 秒規則

1. ~~一隊之前場包括敵籃、界內的籃板，以及敵籃端線至中線及兩邊線前緣所形成的區域。球場的另一部份，包括中線及本籃，界內的籃板是為該隊之後場。~~
 - (1) ~~在後場獲得活球控球權的球員，該隊必須在十秒內使球進入前場。~~
 - (2) ~~當球進入前場，或觸及在前場的同隊球員之身體任何部位時，即認是落地前前場。~~~~違反本條文之規定即為違例。~~

第三十二條 30 秒規則

1. 當：
 - (1) 球員在比賽球場上獲得控制活球時，
 - (2) 發界外球時，球觸及或被任何一位在比賽球場上的球員合法觸及，且發界外球的球隊仍然保持控制球時，該隊必須在 30 秒內設法投籃。
30 秒內的投籃須符合以下條件：
 - (1) 投籃計時鐘信號響起前，球必須離開投籃球員的手，且
 - (2) 球離開投籃球員的手後，球必須觸及籃圈或進入球籃。
2. 30 秒即將結束時投籃，當球在空中，投籃計時鐘信號響起：

- (1) 若球中籃，則無違例發生，信號不予理會，投中有效。
- (2) 若球觸及籃圈，但未進入球籃，則無違例發生，信號不予理會，比賽應繼續進行。
- (3) 若球未觸及籃圈，則屬違例。除非對手立即且明確地獲得控制球，在此情況中，信號不予理會，比賽應繼續進行。

當籃板在它的上緣加裝黃色燈帶設備時，燈帶設備的優先權應高於投籃計時鐘信號聲響。有關妨礙中籃及干擾球之所有限制，均適用此規則。

3. 所有犯規、違例與投籃時球觸及籃圈，30 秒計時重設。

第三十三條 暫停

1. 每隊每節及每次延長賽得請求暫停 1 次，未使用之暫停不得於其他節使用。
2. 每次暫停時間為 30 秒。
3. 當下列情況時，暫停時機開始：
 - (1) 對兩隊而言，球成死球、比賽計時鐘撥停，且裁判向記錄台聯繫完畢之後。
 - (2) 對兩隊而言，在最後 1 次罰球中籃之後，球成死球。
 - (3) 對非得分隊而言，對隊投籃得分。
4. 比賽在第四節或是任一延長賽的比賽計時鐘顯示 1:00 分鐘或更少時，投球中籃之後比賽計時鐘停止時，允許非得分隊暫停。不允許得分隊暫停，除非裁判中斷比賽。

第三十四條 球回後場

1. 在前場控制活球的球隊，不得使球非法的回到該隊的后場。
2. 若違犯次規定，則由對隊從該隊前場違規最近處發界外球，籃板正後方除外。

第三十五條 爭球

1. 當雙方有一位或一位以上之球員，各以一手或雙手緊按球體，如不用粗暴動作不能獲球時，即宣判爭球。
2. 宣判爭球後，球隊應依跳球輪替之順序擁有球權，並從爭球發生點最近處發界外球，籃板正後方除外。

第三十六條 正在投籃動作中的球員

1. 投籃的投籃動作：
 - (1) 開始於在裁判的判斷下，球員開始朝敵籃使球向上移動。
 - (2) 結束於球離開投籃者的手，或做出一個全新的投籃動作，或是對一個跳投者而言，雙腳落回地面為止。
2. 向球籃切入或其它移動式投籃的連續移動的投籃動作：

- (1) 開始於運球結束或在空中接到球，球已經停留在球員的手，在裁判的判斷下，該球員開始做出使球離手的投籃動作。
 - (2) 結束於球離開投籃者的手，或做出一個全新的投籃動作，或是對一個跳投者而言，雙腳落回地面為止。
3. 國民小學籃球比賽中禁止灌（扣）籃。罰則：取消得分，並判球員技術犯規 1 次。

第三十七條 犯規

1. 球員與對手發生非法的身體接觸及/或違反運動精神的違規行為，稱為犯規。
2. 可宣判一隊任何次數的犯規，無論任何罰則，在記錄表上均應將每一犯規球員，登記犯規 1 次，並依規則處罰。

第三十八條 罰球

1. 罰球係指賦予一位球員直接在罰球線後之半圓內作自由投籃，以獲得 1 分的機會。
2. 當被宣判技術犯規或無身體接觸的奪權犯規時，由犯規隊的對隊主教練指定該隊任何一位球員主罰。

第三十九條 球隊犯規次數及罰則

1. 每一節每一球隊犯規滿 4 次後，該隊進入球隊犯規罰則階段。
 - (1) 其後的每一球員侵人犯規，應判罰球二次，由被犯球員主罰。
 - (2) 若犯規為控球隊的犯規時，則不執行犯規罰球。
 - (3) 防守隊對投籃球員犯規時，若為侵人犯規，投球中籃不加罰，得分算，由原進攻隊於端線發界外球繼續進行比賽。
 - (4) 對正在投籃動作中的球員違反運動精神犯規或奪權犯規時，投球中籃不加罰，得分算，由原進攻隊於前場發球線發界外球繼續比賽。
 - (5) 防守隊對非投籃球員犯規時，若為侵人犯規、違反運動精神犯規或奪權犯規，若投球中籃得分算，依該犯規罰則處理，若投球不中籃，依該犯規罰則處理。
 - (6) 球員技術犯規，由對隊罰球 1 次；教練技術犯規，依照 FIBA 國際籃球規則執行罰球 1 或 2 次，罰球之後，應由宣判技術犯規時控制球或是被賦予球權的球隊在比賽停止時球所在位置的最近處執行發界外球繼續比賽。

第四十條 如何執行罰球

1. 當主罰球員執行罰球時，最多只能有 5 名球員得進站罰球區域的空位。
 - (1) 2 位防守隊的球員，站在最靠近籃下的兩側。
 - (2) 其他球員的位置交互站立。

- (3) 所有不在罰球區空位的球員必須停留在罰球圈弧頂平行於中線的虛擬線之後，直到球觸及籃圈或完成罰球為止。
2. 若最後 1 次罰球不中且未觸及籃圈，則應由對隊在罰球線延長線的邊線外發界外球。
3. 進站罰球區各空位的球員，在球未離主罰球員之手前，不得進入禁區，亦不得離開空位。未進站空位之球員，在球未觸及籃圈之前，不得進入禁區。

第四十一條 違反運動精神行為

1. 參與少年籃球的所有球員，應表現出最好的合作與運動精神。
2. 若球員漠視裁判員的勸誡，或使用違反運動精神的行為，則應予警告。
3. 若經過警告後，球員仍一再的發生違反運動精神的行為，則應判奪權犯規。

第四十二條 教練、第一助理教練、替補員及球隊有關人員技術犯規

1. 主教練、第一助理教練、替補員與球隊有關人員必須就坐於球隊席區。
2. 主教練、第一助理教練、替補員或球隊有關人員，不得以欠缺禮貌的態度與職員（包括臨場委員）、記錄員、助理記錄員、計時員、30 秒計時員或對手交談。
3. 同一時間僅允許一位主教練或第一助理教練在比賽中站立。他們可以在他們的球隊席區內以口頭言語指揮球員。第一助理教練不應與裁判溝通。
4. 違反以上規定者應宣判其技術犯規。
5. 罰則
 - (1) 球員：登記該球員技術犯規一次，且累計於球隊犯規次數之內。
 - (2) 被允許坐在球隊席區的有關人員：
 - (一) 登記主教練技術犯規 1 次，不累計於球隊犯規次數之內。
 - (二) 依照 FIBA 國際籃球規則執行罰球 1 或 2 次
 - (三) 罰球之後，應由宣判技術犯規時控制球或是被賦予球權的球隊在比賽停止時球所在位置的最近處執行發界外球繼續比賽。
 - (3) 當遇下列情況時，教練應被取消資格，送往並留置於該隊更衣室內至比賽結束，亦可自願離開比賽球館：
 - (一) 嚴重觸犯本條規則規定。
 - (二) 由於其本人之違反運動精神行為，被判兩次技術犯規。
 - (三) 由於其他被允許坐在球隊席區的有關人員違反運動精神的行為，累積被判 3 次技術犯規，或其中有一次教練本身的技術犯規，累積被判 3 次技術犯規者。

第四十三條 侵人犯規

1. 侵人犯規係指不論活球或死球時，球員與對手發生非法的身體接觸的犯規。

2. 球員不得拉、阻擋、推、撞、絆，或伸出手、手臂、手肘、肩部、臀部、腿、膝蓋或腳，也不可彎曲身體進入“不正常”的位置（超出圓柱體）妨礙對手的行進，或以粗暴的動作進行比賽。
3. 侵人犯規為球員與對手發生身體接觸的犯規。球員不得阻擋、拉、推、撞、絆或伸展手臂、肩部、臀部、膝部或不正常的彎曲身體，或粗暴的動作，以阻止對手的行進。
4. 若被犯規的球員**非正在投籃動作中**：
 - (1) 由非犯規隊在發生犯規地點最近處，發界外球恢復比賽。
 - (2) 若犯規球隊處於球隊犯規罰則階段時，應適用規則第 39 條
5. 若犯規的球員正在投籃動作中，而球未投中，則由被犯規球員罰球 2 次。
6. 若犯規的球員正在投籃動作中，而球投中，則不罰球，由對隊在端線發界外球恢復比賽。

第四十四條 違反運動精神犯規

1. 違反運動精神犯規為一球員身體接觸，在裁判的判斷下為：
 - (1) 和對手發生身體接觸且並非在規則之精神與意涵內合法地試圖直接對球做攻守。
 - (2) 一球員在比賽過程中對對手造成過度的身體接觸。
 - (3) 由防守球員為了阻攻守轉換時的進攻球員前進所產生之非必要的接觸。此規定適用至進攻球員開始投籃動作為止。
 - (4) 一球員被對手從後面或側面引起非法身體接觸，該球員向敵籃前進，且該前進的球員和球及敵籃間沒有其他球員。此規定適用至進攻球員開始投籃動作為止。
 - (5) 在第四節或延長賽中，比賽計時鐘顯示 1:00 鐘或更少時，當球出界發界外球、球還在裁判手中或是球置於發球員可處理的位置時，防守球員在比賽球場上與對手接觸。
2. 若被犯違反運動精神犯規的球員並非正在投籃動作中：罰球 2 次。
3. 若被犯違反運動精神犯規的球員正在投籃動作中：罰球 2 次，除非該球員投球中籃，則不加罰。
4. 在投中或不論最後 1 次罰球是否罰中，由罰球隊任一球員在前場發球線處發界外球。

第四十五條 雙方犯規

1. 2 位對手幾乎在同時彼此相互發生侵人犯規或違反運動精神犯規/奪權犯規。
2. 每一犯規球員各登記侵人犯規或違反運動精神犯規/奪權犯規一次後，不必罰球。
3. 當下列情況和雙方犯規幾乎在同時發生，應恢復比賽如下：
 - (1) 投球中籃或最後一次罰球中籃，得分有效時，則由非得分隊從該隊端線後方任何位置發界外球。
 - (2) 一隊控制球或被賦予球權，則由該隊從犯規發生最近處發界外球。
 - (3) 無任何一隊控制球或被賦球權，則跳球狀況發生。

第四十六條 球員 5 次犯規

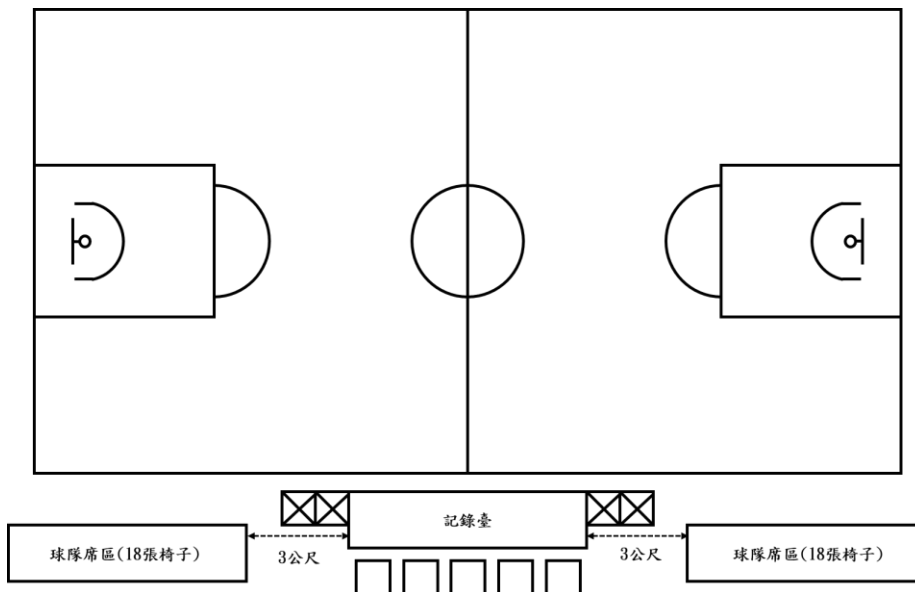
1. 球員已犯規滿 5 次時，裁判應告知球員已犯滿，他應於 30 秒內被替補出場。
2. 先前已犯規 5 次的球員，若再有犯規，應視為喪失比賽權利球員的犯規，於記錄表上登記在主教練名下（`B`）。

第四十七條 延長賽

1. 每次延長賽 3 分鐘。
2. 合法球員均可出場，不受出場 2 節限制。
3. 每一延長賽可暫停 1 次，未使用之暫停不得於其他節使用。
4. 所有延長賽皆以球權輪替繼續比賽。
5. 犯規次數累計於第 4 節。
6. 進攻方向延續第 4 節之進攻方向。

以上規則有未盡事宜，依 FIBA 國際籃球規則辦理。

附錄：



註：替補球員席座椅必須低於記錄臺。
而記錄臺的桌子與椅子必須放置在同一平台上。