**臺南市文化國小109學年度健康促進活動－六年級班際籃球賽**

一、宗 旨：為促進班級凝聚力，提倡籃球活動，互相切磋球技以提昇本校籃球水準。

二、主辦單位：本校學務處體育組。

三、比賽地點：室外籃球場

四、比賽日期：預賽：110年5月10日至5月14日；

四強賽：110年6月4日，決賽：110年6月7日，每日晨光時間。

五、報名人數：以班級為單位，男生10人，女生6人，候補由兩班派出相同人數。

六、比賽制度：採單淘汰賽制，比賽場次以抽籤決定。

七、比賽規則：

1.採用國小260組籃球聯賽競賽辦法。

2.比賽時間每節6分鐘，共分4節；一、三節由男生組全場5對5比賽，二、四節由女生組半

場3對3比賽，每人以上場一節為限。

3.比賽時間終了，由未下場之候補隊員輪流罰球，加上正規比賽分數總分較高者為獲勝。

4.如有惡意性的犯規，裁判可令其退場。

八、獎勵辦法：取前3名頒發獎狀，得獎班級每班運動飲料2箱。

九、本辦法經校務會議通過並由校長核准後實施，修正時亦同。

**文化國小班際籃球比賽簡易規則**

**男生組全場規則**

1.第一節比賽以跳球為比賽開始，之後球權輪流。

2.比賽時間四節，每節六分鐘，暫停及換人皆不停錶。

3.暫停時間及次數：每一節每隊有一次的暫停，時間為三十秒。

4.籃下三秒：當一隊在場上控球時，本隊球員不得在限制區域內連續停留超過三秒。

5.五秒鐘規則：發邊球時，應在五秒鐘內將球傳進場內。被防守五秒內無法傳球、運球判對方球。

6.投籃球的高度超過籃圈，未碰到籃圈，仍屬好球，當球落下時無論誰接到球都可以繼續比賽。

7.發邊線球時，應在裁判指定的地點發球，並不得向左右移動一步以上，違者判走步。

8.三十秒規則：進攻球隊應在十秒內過半場，三十秒內完成投籃動作超過時間則判對方球。

9.得分計算：罰球中籃者得一分，其餘投中籃者得兩分，**國小無三分球**。

10.球回後場：控球隊球員不得使球回至後場，如控球方將球由前場帶回後場判違例。

11.犯規次數：個人犯規達三次即離場，球隊犯規次數滿四次，而後犯規都由對方罰兩次罰球。

**女生組半場規則**

1.發球不得超過五秒，須均由對方先觸球及雙足站於三分線後開始比賽；進球重新發球，出界球

 則由發邊線球。發球時，球必須先傳出不得運球或直接投籃，否則喪失控球權。

2.凡是技術、故意、奪權等嚴重犯規，均由對隊先行取得兩次罰球，罰球不論中否，均由對隊繼

續獲得控球權。

3.進攻時，本隊球員搶到籃板球可繼續進攻，直到攻進為止。若是防守隊搶到籃板球或抄截獲得

球權，必須重回三分線後(出格，單腳踩到三分線即可)，始得進攻。

4.其餘進攻時間，籃下三秒，犯規次數，得分計算皆與男生組相同。

**候補組投籃加分規則**

1. 每班正規賽未曾上場之同學，男女不限選出三人進行罰球加分賽，若全班選手正規賽皆有下場過，視同放棄加分資格。

2.每人投兩球，每球球進算一分，加入班級比賽總分。

3.投籃位置在罰球線後，可起跳，起跳後球未碰框前，不得踩線否則球進不算。