

The International Netball Federation



INTERNATIONAL
NETBALL
FEDERATION

国际投球联合会 投球规则 2020 年版 中文译本



香港投球總會

© 2020 *International Netball Federation*
Rule of Netball Chinese Translation © *Hong Kong Netball Association*

中文版权所有© 香港投球总会

(此乃中文译本，如有错漏或差别，以英文版本为准)

译者：白锦仪 编审：黄汇仪

目录

规则 1 简介	Introduction	4
规则 2 定义	Definitions	5
规则 3 技术规范	Technical Specifications	9
3.1	球场及相关范围 Court and related areas	9
3.2	球柱 Goalposts	12
3.3	球 Ball	13
规则 4 球赛时间	Match Duration	14
4.1	比赛长度 Match length	14
4.2	加时 Extra time	14
规则 5 比赛人员	Match Personnel	16
5.1	球队 Team	16
5.2	赛事职员 Match officials	19
5.3	技术人员 Technical officials	21
规则 6 比赛程序	Match Procedures	22
6.1	裁判程序 Umpire procedures	22
6.2	球队职员程序 Team official procedures	24
规则 7 罚则	Sanctions	25
7.1	罚则类型 Type of sanctions	25
7.2	得益 Advantage	26
规则 8 控制球赛	Controlling Play	27
8.1	球赛开始时之安排 Organisation for start of play	27
8.2	中圈球 Centre Pass	28
8.3	出界 Out of court	30
8.4	界外球 Throw in	31
8.5	争球 Toss up	32
8.6	在比赛中球没有运行时之犯规 Infringements when the ball is not in play	34

规则 9 比赛进行期间	During the Match	35
9.1	替代及球队换位 Substitutions and team changes	35
9.2	迟到球员 Late players	35
9.3	暂停 Stoppages	36
9.4	对球的动作 Playing the ball	38
9.5	传球距离 Passing distances	39
9.6	步法 Footwork	40
9.7	越区 Offside	41
规则 10 入球	Scoring a Goal	42
10.1	入球的要求 Requirements for scoring a goal	42
10.2	射球的要求 Requirements for taking a shot	42
规则 11 阻挡	Obstruction	43
11.1	阻挡持球球员 Obstruction of a player in possession of the ball	43
11.2	阻挡非持球球员 Obstruction of a player not in possession of the ball	43
规则 12 接触	Contact	45
12.1	接触与争夺 Contact and Contest	45
12.2	干扰 Interference	45
规则 13 球赛管理	Game Management	46
13.1	裁判员可采取之行动 Actions that may be taken by umpires	46
13.2	严重违规 Foul play	49
13.3	球队职员及后备球员之纪律 Discipline of team officials and bench players	51
	注释 Explanatory Notes	
附录 A	比赛准则 Match Guidelines	52
附录 B	裁判员手号 Umpire Hand Signals	58
附录 C	裁判员用语 Umpire Terminology	66
附录 D	因应不同比赛水平作出变化 Variations For other levels of play	67

规则1 简介 INTRODUCTION

投球(Netball)是一项刺激且节奏快速并讲求技巧及公平的球类运动。两队各有七名球员以得分及保有控球权为目标进行球赛。

控球队伍透过跑动、跳跃、传球及接球，试图把球传至射球区内入球得分；而对方球员则运用防守策略防止进攻方得分并抢夺球权。得分较高之球队为胜者。

球员各有所属可活动之区域。在得分后，比赛会重新发球，两队互相交替发球。

球赛规则以平等机会、公平作赛、尊重对手及安全为核心价值。

- 球员有责任确保自身在体能及技术层面上准备充足，并遵守投球规则，体现体育精神及正确公平竞争之态度，使其能够安全地参与投球比赛。
- 教练或导师有责任确保球员遵守投球规则且明白运动操守及安全守则。
- 裁判员有责任以公正、公平的态度并保持一致性地应用及执行投球规则。
- 球赛主办者及所有各级别之工作人员皆有责任确保球赛在遵行纪律及运动守则下进行。

投球(Netball)比赛最初以女性为主要对象，现时则男女老幼皆投入参与此项运动。

所有规则皆为国际赛所编制。可因应各地方及球员所需而更改部分规则以使用。(可参阅附录D)

国际投球联合会发布不同语言版本之投球规则。
如有任何错漏或差别，以英文版本为准。

规则 2 定义 DEFINITIONS

A

跨越着横切线 (Astride the transverse line)：一脚站在侧场(Goal Third)而另一脚则站在中场(Centre Third)

在球队席上 (At the team bench)：在球员席上或旁边(包括席前或席后)

进攻方 (Attacking team)：有球员持球之球队

B

后备球员 (Bench player)：球赛进行时在球员席上之球员

比赛席区域 (Bench zone)：比赛席区域设置于比赛场地邻近。比赛工作人员席、裁判席及比赛队伍之球员席均于比赛席区域(全部位于球场同一侧)

闯入(Breaking):球员在裁判员鸣笛示意发中圈球前进入中场/侧场

C

告诫 (Caution)：告知球员有犯规及/或其行为有违规例

控制裁判员 (Controlling umpire)：比赛时有皮球正在其负责之半场的裁判

与共裁判员 (Co-umpire)：比赛时无皮球在其负责之半场的裁判

场侧 (Court surround)：比赛球场毗连范围

D

防守方 (Defending team)：没有持球之球队

球赛进行 (During play)：每一节/半场内之时间，比赛暂停时间除外

E

球赛主办方 (Event organizer)：负责组织球赛之人员

加时 (Extra time)：当球赛结束时双方同分，而又需分出胜负而额外增加的比赛时间

F

假传 (Fake pass)：球员做出传球动作但并没有把球传出

比赛场周边 (Field of play)：包括球场及球场毗连范围的地方

自由球 (Free pass)：轻微犯规之罚则

球赛终结 (Full-time)：指定之球赛时间长度(60分钟)完结，并不包括加时

G

球赛 (Game)：投球比赛

射球端 (Goal end)：球队入球得分之球场末端

良好体育精神 (Good sportsmanship): 符合体育道德标准的行为, 包括遵循投球规则、律己、克己及尊重对手和所有球赛工作人员

H

半场 (Half-time): 第二节与第三节之间的休息时间。加时比赛时上、下半场之间的休息时间

I

INF: 国际投球联合会 (the International Netball Federation)

犯规 (Infringement): 违反投球规则并有机会被裁判员判罚之行为

国际赛 (International play): 两国之间为国际投球联合会排名得分而进行之球赛

间节 (Interval): 节与节之间的休息时间

L

落地脚 (单脚落地) (Landing foot (one foot landing)): 球员接球后先接触地面之脚或在接球时已在站在地面的脚

落地脚 (双脚落地) (Landing foot (two feet landing)): 球员以双脚站立姿势接球或接球后双脚同时落地, 而*没有先移动* 的脚

迟到球员 (Late Player): 当在比赛开始或在间节或暂停后重新开始时而未能及时进入球场之球员

M

严重犯规 (Major infringement): 触犯阻挡或接触等球例或触碰球柱影响射球, 当防守球员拍走正在下坠进入球圈之皮球, 当球员在不当时间进入球场或严重违规(foul play)之球员

球赛 (Match): 两队球队依据投球规则进行之比赛

球赛职员 (Match officials): 两名裁判员及一名后备裁判员

轻微犯规 (Minor infringement): 触犯对球的动作、步法、中圈球、越区等或其他相关球例

N

自然身体姿势 (Natural body stance): 以稳定直立姿势站立或移动, 包括微小的手臂动作以维持动量

O

比赛工作人员席 (Official bench): 球赛进行时纪录员及计时员工作之地方

对手 (Opponent): 对队之球员

P

传球 (Pass): 球员以扔、拍打或弹地形式把球传至另一球员，松开手让球坠落或将球放在地上然后松开手

罚球 (Penalty pass): 严重犯规之罚则。如GA或GS在射球区内获判罚球时可传球或直接射球

比赛时间 (Period of play): 球赛中的一节或加时赛之半场

轴心转动 (Pivot): 持球球员以其落地脚脚跟或脚前掌为轴心旋转，并保持落地脚与地面之接触

比赛范围 (Playing enclosure): 包括球场、球场毗连范围及比赛席区域

球赛时间 (Playing time): 一节或半场中已进行之时间(不包括停顿之时间)

持有 (Possession): 球员以双手或单手持球

医护人员 (Primary care person): 合资格诊断或治疗受伤或不适之球队职员(如医生或物理治疗师)

R

鲁莽 (Reckless): 没有思考或顾虑某些行为之后果

后备裁判员 (Reserve umpire): 球赛进行时坐在裁判席上，以在有裁判员伤病时替补之赛事职员

报复 (Retaliation): 球员对另一球员之举动而作出不正当之反应或行为

S

罚则 (Sanction): 裁判员对违规球员、球队工作人员或后备球员执行之行动(自由球或罚球)

记录员 (Scorers): 负责纪录球赛分数、中圈球及场上球员资料之技术工作人员

已设定(Set): 当执行罚则的球员已持球及就位于正确位置时，罚则为「已设定」；如执行罚球时，被罚之球员亦应处于正确之位置

同时 (Simultaneous): 同一时刻发生

入球 (Shot): GA 或GS 将球传向球柱球圈以尝试得分

替代 (Substitution): 球队席的球员替换场上球员

T

球队 (Team): 多至十二名球员(其中最多七名球员可同时上场作赛)及最多五名工作人员

球队席 (Team bench): 球队职员及其他没有上场之球员在球赛进行时所处之地方

球队换位 (Team change): 场上球员转换位置

球队职员 (Team officials)：多至五名，最少一名为医护人员

技术人员 (Technical officials)：纪录员、计时员及所有其他比赛指定之工作人员

计时员 (Timekeepers)：负责准确地纪录球赛时间，提示裁判员球赛结束、间节、暂停及暂停球员作赛之时间之技术人员

U

裁判席 (Umpires' bench)：裁判员不在球场时及后备裁判在球赛进行时所坐之地方

量度单位 Measurements – 本文使用以下缩写：

cm **centimetres** 公分

ft **feet** 英尺

g **grams** 克

in **inches** 英吋

kPa **kilopascals** 千帕

m **metres** 公尺

mm **millimetres** 毫米

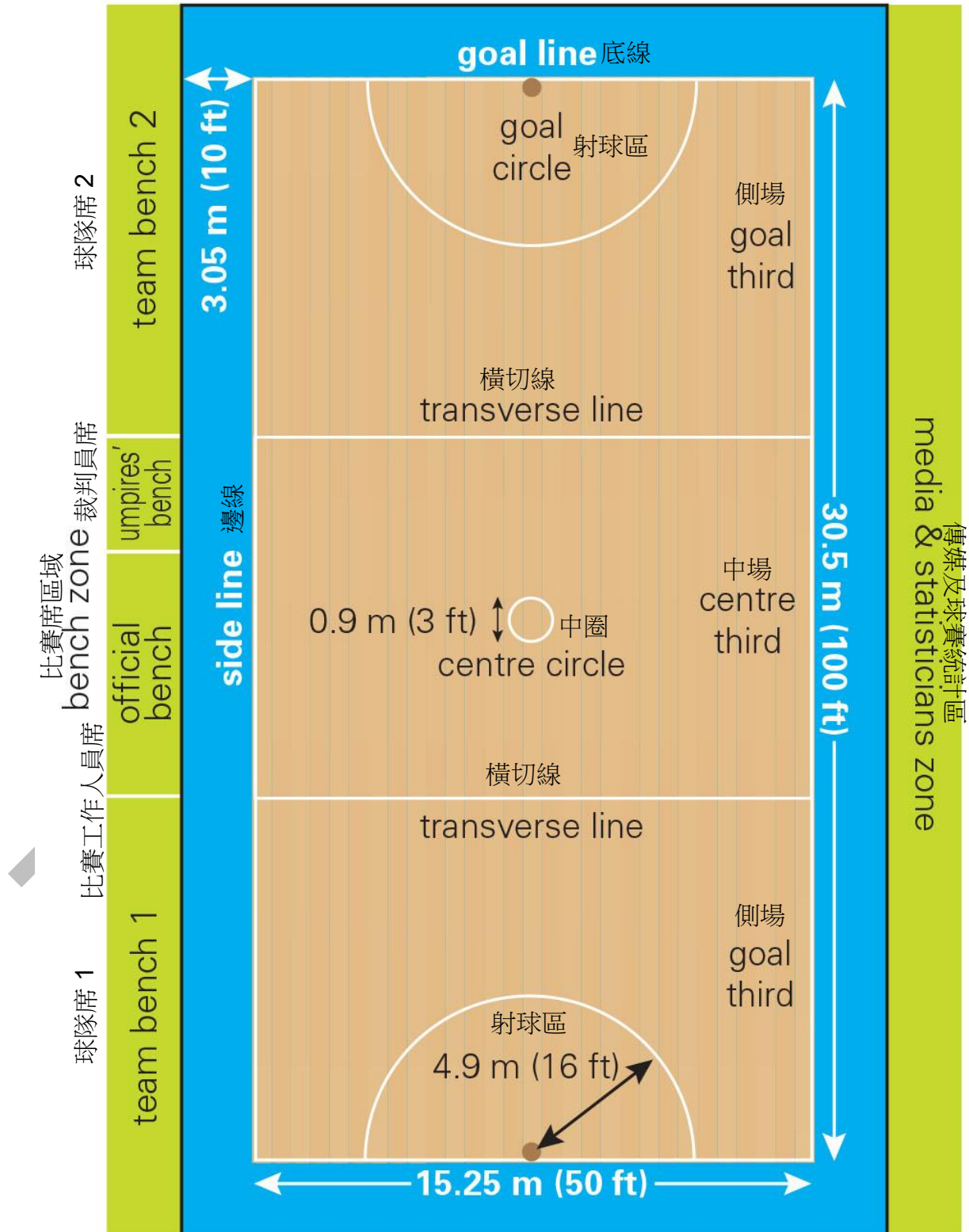
oz **ounces** 安士

psi **pounds per square inch** 磅/平方英吋

规则 3 技术规范 TECHNICAL SPECIFICATIONS

3.1 球场及相关区域

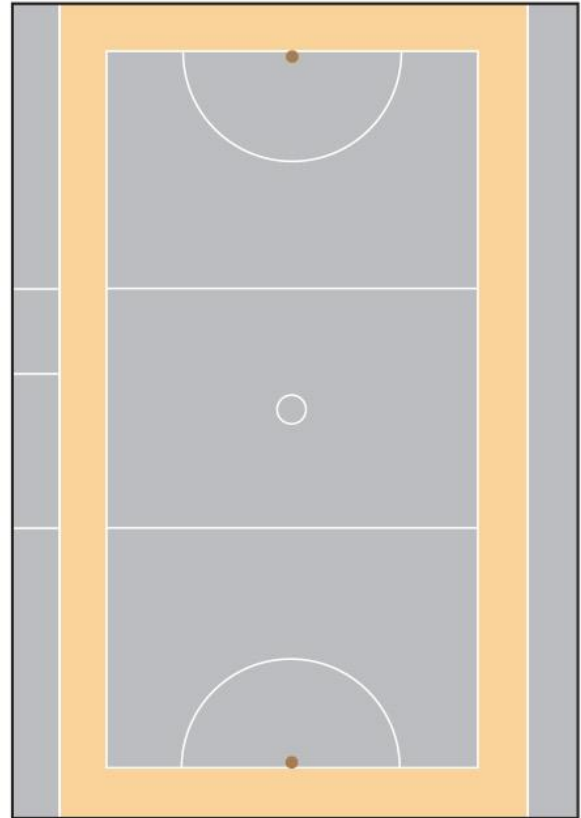
3.1 COURT AND RELATED AREAS



Court 球場



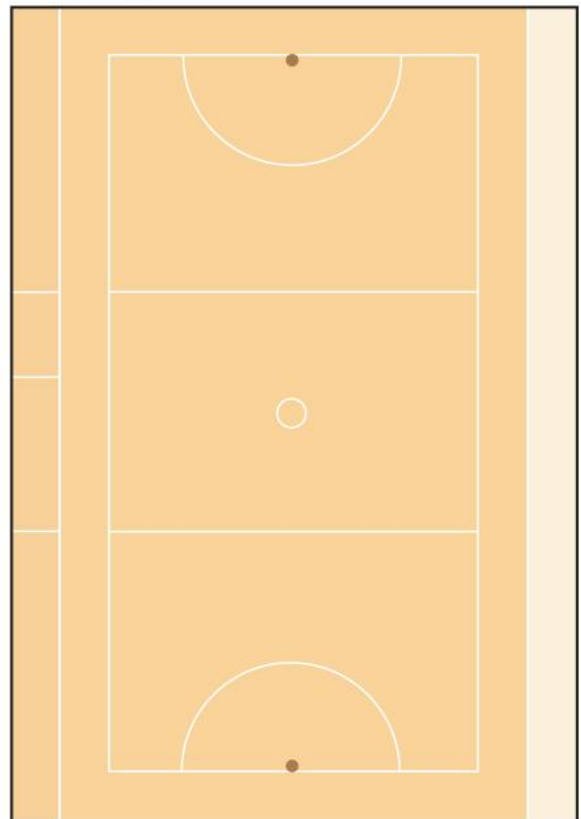
Court Surround 場側



Field of Play 比賽場周邊



Playing Enclosure 比賽範圍



3.1.1 球场 Court

球场(Court)为长方形而地面必须水平而且坚固。地面应为木材(富弹性的木地板较佳 sprung wooden floor), 但亦可使用其他物质作地板材料以便比赛能安全进行。

- (i) 较长的两条界线称为边线(side lines), 为 30.5公尺(m) (100英尺ft)长。
- (ii) 较短的另外两条界线则称为底线 (goal lines) , 为15.25公尺(m) (50英尺ft)长。
- (iii) 球场由两条与底线平衡的横切线(transverse lines)分成三个等分: 中场(centre third)以及两个侧场(goal third)。
- (iv) 球场中心划有一个直径0.9公尺(m) (3英尺ft) 之中圈(centre circle)。
- (v) 射球区(goal circle) 位于场之两末端。其区域应以底线外边正中点划一个半径4.9公尺(m) (16英尺ft) 之半圆形。
- (vi) 所有界线(最好为白色), 阔度应为50毫米(mm) (2英寸in), 均属于每一个被界线划分出来的场区内之范围。

3.1.2 场侧 Court Surround

场侧为长方形并围绕整个球场, 场地周边的边缘与边线及底线须有3.05 公尺(m)(10英尺ft)阔度之空间。

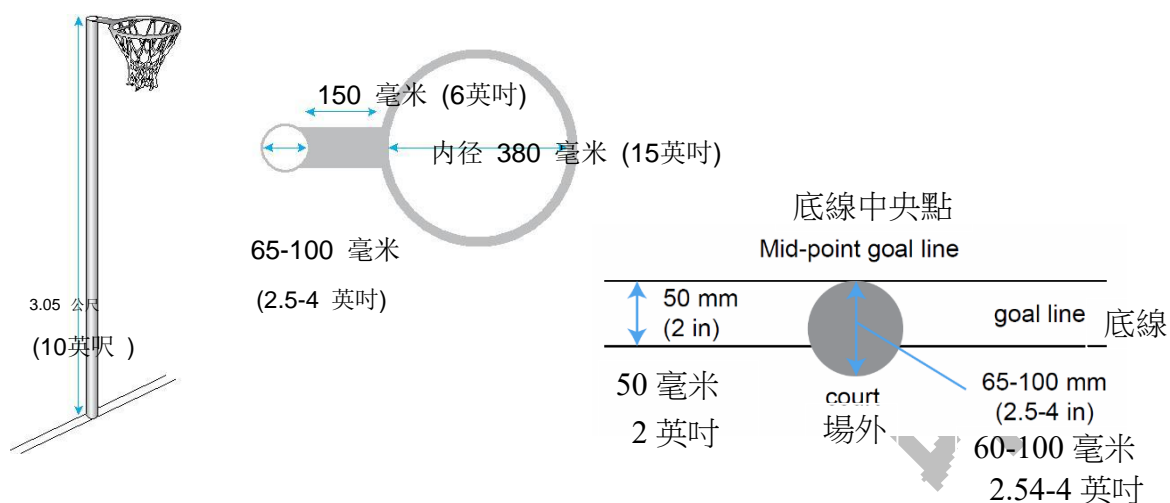
3.1.3 比赛场周边 Field of Play

比赛场周边为长方形, 包括球场及场侧。比赛进行时, 只有上场球员及裁判员方能进入比赛场地。

3.1.4 比赛范围 Playing Enclosure

- (i) 比赛席区域设置于比赛场地邻近。比赛工作人员席、裁判席及双方球队席均于同一场侧。
- (ii) 比赛范围包括比赛场地及比赛席区域, 只有持有准许证之人士方可于比赛进行时进出此范围。
- (iii) 如有需要, 比赛范围可包括一个为传媒及其他技术性工作人员而设, 大小等同比赛席区的区域, 此区可设置于球场的另一边。

3.2 球柱 GOALPOSTS



球柱放置在每个侧场的底线(goal line)的中央点上，并包括以下特质：

- (i) 直径为 65-100 毫米及3.05 公尺高之垂直金属制球柱。球柱应：
 - (a) 镶嵌于地面或插入地面下以防止球柱移动并于碰撞下保持稳定。
 - (b) 置于球场外边线后，以令球柱后方伸延部份在场外。
 - (c) 被不厚于50毫米(2英尺)之垫子所包裹，整条柱子也应包裹着。
- (ii) 由金属做成之水平圆环，金属条之直径应为 15毫米 (5/8 英尺)，水平圆环之内径应为380毫米 (15英尺)。
- (iii) 长度为150毫米 (6英尺)之金属制之水平横杠，应从球柱顶前端伸延至与水平圆环连接。
- (iv) 球网(白色较佳) 连系至圆环，上下两端开口并清晰可见。

3.3 球 BALL

690-710 毫米
(27-28 英寸)



(i) 比赛用球应为球体：

(a) 圆周为690-710毫米(mm) (27-28英寸inches)，而重量则为
400-450公克(g) (14-16英制盎司ounces)。

(b) 球可以用皮革，橡胶或近似之物料制造。

(c) 应被充胀至气压 76-83华氏度千帕(kPa) (11-12磅力/英寸² psi)。

(ii) 球赛进行期间会使用同一个竞赛用球，比赛工作人员席上会存放后备竞赛用球。如竞赛用球出现损坏或有血迹，裁判员可以要求更换竞赛用球。

(iii) 裁判员会在球赛开始前检查所有竞赛用球。

规则4 球赛持续时间 MATCH DURATION

4.1 比赛长度 MATCH LENGTH

- (i) 一场球赛共有四节，每节十五分钟，第一、第二节以及第三、第四节之间有
四分钟休息。中场休息为十二分钟。(在两队球队以及球赛举办方皆同意底
下，中场休息时间可缩短至八分钟)

第一节	休息	第二节	半场休息	第三节	休息	第四节
十五 分钟	四分钟	十五 分钟	十二(或八) 分钟	十五 分钟	四分钟	十五 分钟

- (ii) 球队于每节结束后互换射球区。
(iii) 比赛时间不应超过指定之时间。但如其中一队已在己方射球区内获判罚球
(Penalty Pass)时，而在计时员提示完结一节比赛时未有执行该罚球时，
应在该罚球执行后才结束该节比赛。
(iv) 裁判员可因紧急事项而延长休息时间。

4.2 加时 EXTRA TIME

在球赛开始之前，主办方可告知裁判员及双方球队，如在球赛终结时出现同
分，则会进行加时去决定胜方。同时亦需说明加时赛上、下半场之长度，且应
根据以下程序：

- (i) 在球赛完结时，将有 4 分钟之休息时间。
(ii) 加时赛分为相同长度之上、下半场，各不多于 7 分钟。上、下半场之间会有
1 分钟之休息时间。球队须互换半场进行加时赛之下半场。

球赛终结 -同分	休息	上半场	休息	下半场
需分胜负	四分钟	不超过七分钟	一分钟	不超过七分钟

- (iii) 加时每个半场之首个中圈球将由获得下一个中圈球发球权之队伍发出。

(iv) 如在加时比赛结束时双方得分仍为相同，比赛工作人员席应展示出一个可见的讯号示意比赛继续，直至双方有 2 分差距。

加时 完结	比赛 完结
双方 同分	其中一队 领先两球

规则 5 比赛人员 MATCH PERSONNEL

5.1 球队 TEAM

(i) 所有球员及球队职员之名单必须于球赛开始前交给纪录员，双方球队各委任名单中一名球员为队长。

(ii) 每队最少要有五名、最多七名球员上场作赛，而其中一人必须为中锋 (Centre, C)。

(a) 如果其中一队不足五名球员，裁判员将判另一队为比赛胜方。

(b) 如果其中一队有多于七名球员在球场上，额外的球员应被立刻赶离球场。

罚则:罚球 – 在比赛因此而暂停而球所在的位置开出。犯规的球队其中一名可于该区活动之球员罚站。

(c) 如额外球员拖延离开球场，裁判员将会以延迟球赛进行规则判罚此等球员。

(iii) 每队将有各自的球队席 (Team Bench)。此为球队职员及后备球员在比赛进行时所处之地方。后备球员在有合理之原因下，可于球赛进行时离开球队席 (如进行热身)。

5.1.1 球员 Players

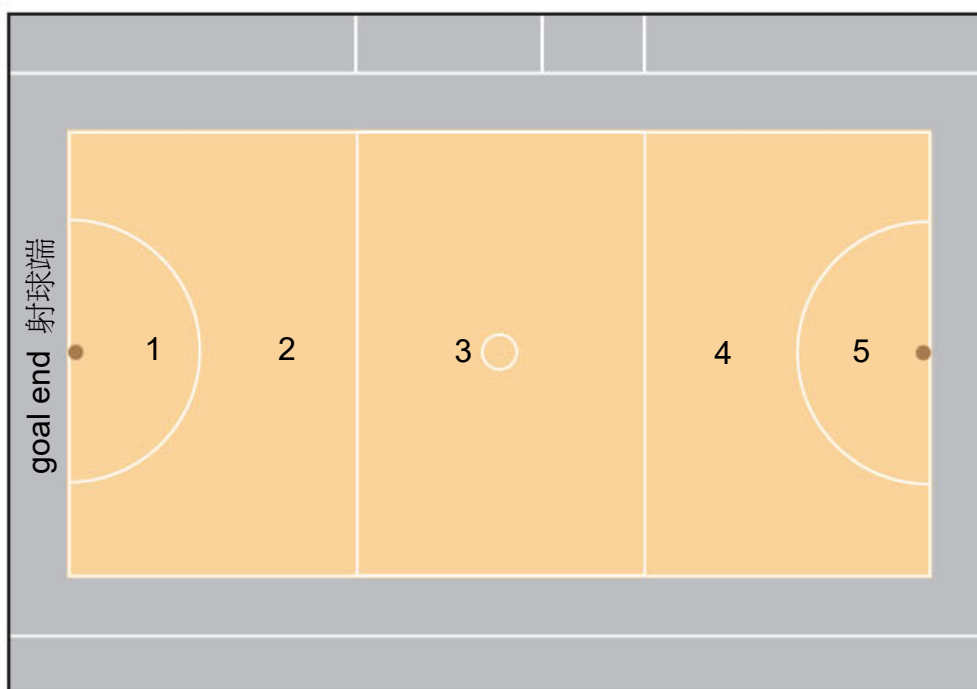
(i) 球员作赛时必须穿着:

(a) 已登录之球队制服和合适之运动鞋 (不可穿着钉鞋)。

(b) 球员必须佩有其位置名称英文简写。位置英文名简写须在胸前及背部及位于腰部以上，而字体必须清晰可见，高度须为150毫米(mm)(6英寸in)。

(ii) 位置名称及其英文简写为:

射球手	(GOAL SHOOTER	GS)
攻击手	(GOAL ATTACK	GA)
翼锋	(WING ATTACK	WA)
中锋	(CENTRE	C)
翼防卫	(WING DEFENCE	WD)
后卫	(GOAL DEFENCE	GD)
守球手	(GOAL KEEPER	GK)



Position		Playing Areas				
射球手 (GS)	Goal Shooter	1	2			
攻擊手 (GA)	Goal Attack	1	2	3		
翼鋒 (WA)	Wing Attack		2	3		
中鋒 (C)	Centre		2	3	4	
翼衛 (WD)	Wing Defence			3	4	
後衛 (GD)	Goal Defence			3	4	5
守球手 (GK)	Goal Keeper				4	5

- (iii) 所有球员在球场上各有指定之活动场区及活动范围(请参照附图)
- (iv) 球员不可配戴任何有机会危害自身及其他球员之物品作赛，特别是：
 - (a) 任何配饰及珠宝一律不可穿戴，如配有结婚指环必须用胶带包裹。
 - (b) 如需配带医药用手镯亦必须用胶带包裹。
 - (c) 指甲必须剪短及磨滑。
 - (d) 须将头发适当地绑好。
- (v) 队长的责任：
 - (a) 球赛开始前双方队长以掷毫方式选择进攻方向或开首个中圈球 (Centre Pass)，并将结果通知纪录员及裁判员。
 - (b) 队长有权于每间节向裁判员要求澄清比赛规则。与澄清该规则有关之球员可在侧陪伴队长。
 - (c) 当有球员在场上行为引起关注时，裁判员有权要求队长与该球员进行对话。
 - (d) 如果队长不在场上，球队应知会裁判员在场上之代队长的身份。

5.1.2 球队职员 Team Officials

- (i) 每队最多可有五名球队职员，包括一名教练及最少一名医护人员 (Primary Care Person)。
- (ii) 医护人员(Primary Care Person)
 - (a) 须为合资格医护人员，以诊断及治疗受伤或身体不适之球员 (例如医生及/或物理治疗师)。
 - (b) 须穿戴赛事主办者提供之辨别配饰 (如臂带)。
 - (c) 不可担任其他职务 (包括球员)。
 - (d) 可于比赛因有球员受伤/不适或流血而暂停时进入球场。
 - (e) 必须告知裁判员不适/受伤之球员不能于三十秒内离开球场及/或需要额外之协助。

5.2 赛事职员 MATCH OFFICIALS

赛事职员包括两名裁判员(Umpire)及一名后备裁判员(Reserve Umpire)。

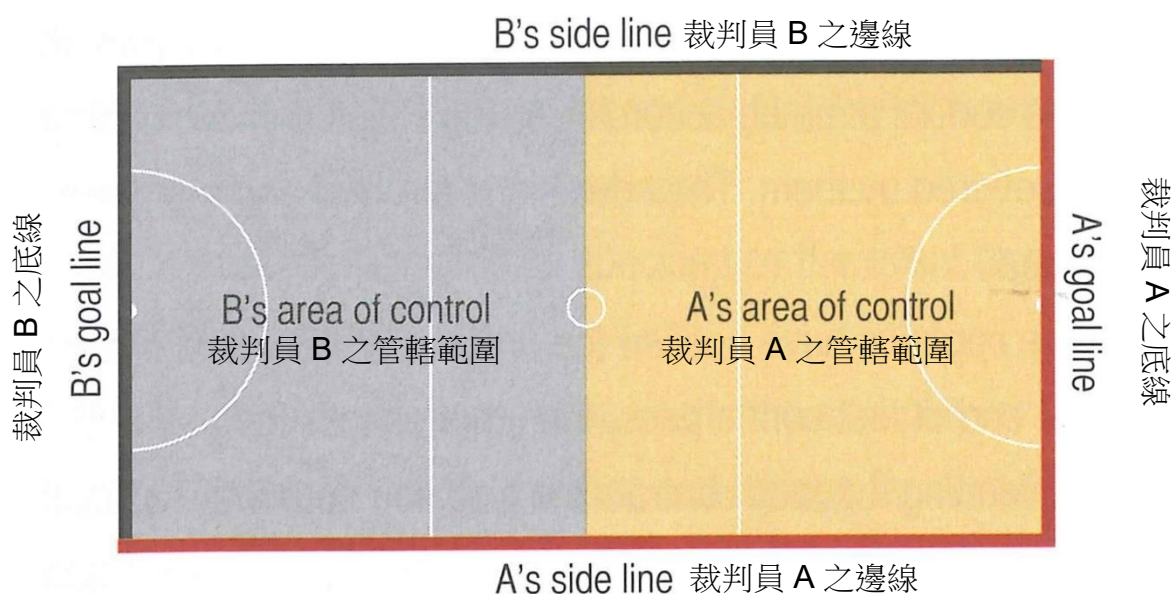
(i) 赛事职员

- (a) 须穿着与球队不同之制服及合适运动鞋。
- (b) 有责任在赛事开始前及进行时确保比赛场周边(包括球柱) 及球符合规则3之要求。
- (c) 在赛事开始前，在场外检查所有球员以确保其符合规则5.1.1(i) 及(iv)之要求。

5.2.1 裁判员 Umpires

裁判员须依据投球规则指示进行执法工作。裁判员亦应适当处理一些投球规则未能兼顾的事项。裁判员的决定为最后判决，不得上诉。

- (i) 裁判员必须在双方队长掷毫决定进攻方向或首个中圈球后立即掷毫决定执法之场区。掷毫得胜之裁判员须负责靠近比赛工作人员席之边线及面对球场时右侧之半场。每名裁判员会在整场赛事中负责同一半场。
- (ii) 裁判员须鸣笛
 - (a) 示意每节/半场开始和结束。
 - (b) 在入球得分后重新发球继续比赛。
 - (c) 指示处罚犯规。
 - (d) 可于有需要时澄清及指示球已出界。
 - (e) 通知计时员在暂停时停止计时及重新开始计时。
- (iii) 裁判员们应合作无间，于有需要时可要求另一半场的裁判员协助判决，所以两位裁判员须随时对此等要求作准备。
- (iv) 除遇到(v)及(vi)项所指及规则 6.1.1(v)的情况外，每位裁判员应只对所属半场及底线作出控制及裁决。因此，比赛场地以球场中央及两条边线的中央，划分作两个半场。



- (v) 每名裁判员应为球场的其中一整条边线的界外球、负责开出界外球的球员之所有犯规及如有防守此界外球之球员有任何犯规作出裁决。如有罚则是在另一名裁判员之管辖范围内执行，负责该半场之裁判员将于此罚则执行后恢复控制该半场。
- (vi) 两名裁判员皆可因有球员受伤/不适、流血、严重违规、非常紧急或其他适当情况下暂停球赛。
- (vii) 在没有重大影响的事件时，裁判员可以在不暂停比赛时间下劝告球员以令他们改变自己的行为。
- (viii) 裁判员可以暂停比赛时间以告知球员他们的行为影响比赛。
- (ix) 裁判员可以暂停比赛时间要求队长告知球场上球员作出的行为引起顾虑。

5.2.2 后备裁判员 Reserve Umpire

后备裁判员：

- (i) 在球赛进行时替代有身体不适/受伤之裁判员。在替代之前应留意所有由裁判员已发出之告诫、警告、球员被暂停作赛或被驱逐出场之判决及其原因。
- (ii) 在球赛开始前或间节时协助裁判员处理任何程序。
- (iii) 球赛进行时坐在裁判席上。
- (iv) 在球员被暂停作赛(suspension)时监督该名球员与及告知该球员暂停作赛之时间结束。

5.3 技术职员 TECHNICAL OFFICIALS

技术职员包括两名记录员、两名计时员及其他指定工作人员。只有记录员及计时员方会坐在比赛工作人员席上。

5.3.1 记录员 Scorers

记录员必须一起负责确实无误地记录赛果。

- (i) 在比赛开始前，记录员记录所有参赛球员(包括比赛开始时之球员位置)以及球队职员姓名。
- (ii) 球赛进行时，记录员须：
 - (a) 记录任何球员替换及/或位置转换。
 - (b) 在双方之入球及不成功之入球时作出记录。
 - (c) 记录双方所开出之中圈球。
 - (d) 如有裁判员要求，记录员须告知应开出中圈球之球队。
 - (e) 暂停后马上示意应开出中圈球之球队进攻方向。
 - (f) 通知裁判员如有指示错误中圈球之情况[规则6.1.1(iv)(b)]。
 - (g) 记录所有被告诫、警告、暂停作赛及被驱逐离场球员之数据。

5.3.2 计时员(Timekeepers)

计时员们必须一起确保每一节比赛及间节时间长度准确。计时员负责：

- (i) 在每节/半场比赛开始前尚余30秒与及尚余10秒时通知裁判员。
- (ii) 在裁判员鸣笛指示比赛开始时开始计时。
- (iii) 当一节/半场指定的累计时间完结时，通知裁判员鸣笛结束球赛。
- (iv) 当裁判员示意比赛暂停时暂停比赛时间之计时，及于裁判员示意比赛继续时恢复比赛时间计时。
- (v) 在比赛因受伤/不适而暂停时，计时员须于暂停时限完结前尚余10秒时通知裁判员。
- (vi) 记录暂停作赛球员离场之两分钟比赛时间，并在此时间完结时通知裁判员。

规则6 比赛程序 MATCH PROCEDURES

6.1 裁判程序 UMPIRE PROCEDURES

6.1.1 中圈球之程序 Procedures for Centre Pass

在每一节/半场比赛开始时或每次入球后，球赛应重新在中圈发球开始。

- (i) 裁判员在距离每一节/半场球赛开始前尚余30秒和10秒时通知双方球队。
- (ii) 每节/半场之首个中圈球，皆由控制开中圈球球队攻击半场之裁判员鸣笛示意开始。
- (iii) 在每节/半场比赛时，当在自己管辖之半场有入球后，裁判员应负责鸣笛开始下一个中圈球。
- (iv) 示意入球后，两名裁判员必须立刻指示应开中圈球的球队(用球队的进攻方向指示):
 - (a) 当两名裁判员所指示开中圈球的方向不一时，裁判员可要求记录员澄清。
 - (b) 当两名裁判员所指示开中圈球的方向皆错误时，记录员使用清晰可听到的讯号通知裁判员。
- (v) 控制中圈球的裁判员须负责判罚所有涉及开中圈球之中锋的犯规，以及所有对方球员防守此中圈球传球之犯规(如罚则是在另一名裁判员之管辖范围，另一名裁判员将在罚则设置后恢复控制)。

6.1.2 球赛进行时之程序 Procedures during Play

裁判员会沿着边线及底线外移动去检视球赛及作出裁决。除处理争球(Toss Up)外，裁判员在比赛进行时应在球场外。

- (i) 裁判员:
 - (a) 判罚任何犯规时：必须鸣笛、用正确的用语[附录C]说明犯规、使用适当的裁判手号[附录B]来阐明罚则，并指示该罚则应在哪里开出。
 - (b) 当应用「得益」(Advantage) [规则7.2] 时：应避免鸣笛示意犯规。
 - (c) 示意入球有效时应垂直举起一臂。

- (ii) 若在比赛进行中，球触及身处球场内之裁判员，或裁判员阻碍球员的动作时，赛事不应中断，若上述情况对其中一队过分不利时，该队应获一自由球。
- (iii) 球赛进行期间裁判员不能批评或指导任何球队。

6.1.3 处理出界的程序 Procedures for Out of Court

裁判员为管辖半场之底线和就近之整条边线作出裁决。控制底线 / 边线的裁判员负责：

- (i) 当球已出界时以及负责开界外球之队伍作出裁决。
(若球是明显清晰地出界不需鸣笛)
- (ii) 判罚所有涉及开界外球之球员之犯规或所有对方球员防守此界外球传球之犯规(如罚则是在另一名裁判员之管辖范围，另一名裁判员将在罚则确立后恢复控制)。

6.1.4 处理争球之程序 Procedures for Toss Up

- (i) 裁判员进入球场并按以下原则执行争球(toss up):
 - (a) 在射球区内的争球将由负责该半场的裁判员执行。
 - (b) 在射球区外的争球则由较近的裁判员执行并控制所有有关程序。
- (ii) 执行争球前，裁判员须确保参与争球的球员在正确位置上。
- (iii) 执行争球前，裁判员将暂时静止站立，把球放在其中一手之掌心并置于两名球员中间，而持球之高度应于较矮小的球员正常站立时之肩膊高度以下。
- (iv) 裁判员鸣笛时将球垂直向上(不高于600 毫米(2英呎))轻抛。

6.1.5 处理暂停之程序 Procedures for Stoppages

裁判员：

- (i) 在有需要时向计时员示意暂停计时。
- (ii) 在适合时于暂停完结前10秒通知球员。
- (iii) 在恢复比赛时，向计时员示意。

6.1.6 球赛管理之程序 Procedures for Game Management

- (i) 如需告诫、警告球员、暂停球员作赛或驱逐球员离场时，裁判员须示意暂停计时，并用适当裁判手号[附录B]以说明情况。
- (ii) 控制裁判员(Controlling Umpire)应确保与共裁判员(Co-umpire)知悉所有采取的行动及其原因。如有需要，控制裁判员可暂停比赛时间以通知与共裁判员有关行动及其原因。
- (iii) 当发出警告(warning)、暂停作赛(suspension)或驱逐离场(ordering off)之裁决时，控制裁判员可暂停比赛时间和与共裁判员商讨以决定应采用的行动。

6.2 球队职员之程序 TEAM OFFICIALS PROCEDURES

- (i) 球队职员及后备球员可以在以下情况作出指导:
 - (a) 当球赛进行中，此时球队职员及后备球员必须在球队席上。
 - (b) 在比赛暂停时可于球队席上或场侧作出指导，但不可(除非是医护人员)进入球场上。
 - (c) 在间节时(interval)。
- (ii) 球队职员及后备球员禁止使用冒犯性、侮辱性或辱骂性的语言及/或动作[规则 13.3]。

规则 7 罚则 SANCTIONS

7.1 罚则类型 TYPES OF SANCTIONS

在比赛进行时，裁判员可对犯规行为进行判罚并授予非侵权队伍一项罚则如下：

- (i) 自由球 (Free pass) – 判罚轻微的犯规。
- (ii) 罚球 (Penalty pass) – 判罚严重之犯规。

7.1.1 所有罚则之条件 Conditions for all Sanctions

罚则是判给一方球队，故可由任何一名可于该场区活动之球员处理。处理罚则的球员必须：

- (i) 身处于裁判员所指示之位置如下：
 - (a) 自由球(free pass)：在犯规时的位置上。
 - (b) 罚球(penalty pass)：在犯规者所站的位置上，除非这位置不利于开罚球之队伍。

罚则：自由球(Free Pass)如球员故意或重复于不当位置执行罚则，该球员将被当作延迟球赛进行而受罚[规则13.2.1(i)]

- (ii) 遵守步法规则 [规则9.6]。踏在裁判员所指示的位置上之脚等同为“单脚落地” (one foot landing)

罚则：自由球(Free Pass)。

- (iii) 当罚则设定好后于3秒内将球传出。

罚则：自由球(Free Pass)。

7.1.2 自由球之条件 Conditions for Free Pass

球员开自由球时并不可以直接射球。

罚则：自由球(Free Pass) 及 没有入球 (no goal is scored)。

7.1.3 罚球之条件 Conditions for Penalty Pass

- (i) 犯规者必须罚站(out of play)。这代表犯规者必须：
 - (a) 尽快移至裁判员示意之位置
 - (b) 站在开罚球者旁边，保持一定距离，并且不能阻碍其开罚球
 - (c) 在皮球离开开罚球球员的手之前停留在上述位置不动，亦不可参与球赛 (包括言语上)。

罚则：判罚另一罚球(Penalty Pass) (如裁判员判断为故意延误球赛，可将罚球位置向前移动)

(ii) 在罚球开出前，对方球员并不可阻挡或接触开罚球之球员。

罚则：罚球(Penalty Pass) -在第二名犯规者所站立的位置上开出- 两名犯规者皆须罚站(out of play)

(iii) 如射球手(Goal Shooter, GS)或攻击手(Goal Attack, GA)在射球区内开罚球时，可以传球或直接射球。如罚球在计时员示意比赛时间完结前已被判罚但未执行时，裁判员将鸣笛以示意比赛时间完结及告知球员比赛时间将会延长令罚球可以执行。

(iv) 负责处理罚球之球员，如果已经位于正确之位置时，可以选择于罚则设定之前开出罚球。如球员选择马上开出罚球时，在球离开开罚球者之手之前，犯规者不可参与球赛，或试图拦截罚球。

罚则：判罚另一罚球(Penalty Pass)(如属延迟比赛情况时罚球位置可向前移动)

(v) 如犯规者在开罚球前更换位置或被替换，替换至犯规者位置之球员则须罚站。

(vi) 如有球员被暂停作赛或驱逐离场，对队因此而获得罚球时，犯规球员所属队伍并没有任何球员须为此罚球罚站(stand out of play)。

7.2 得益 ADVANTAGE

当对方球员犯规时，球队不应被处于不利的一方。尤其是或会使另一方不利时，裁判员应避免鸣笛示意犯规。

(i) 裁判员会示意得益(advantage):

(a) 喊出「得益」(advantage) 并说明有关犯规

(b) 利用裁判手号示意得益[附录B]。

(ii) 如已鸣笛示意犯规则必须执行罚则，除非非犯规之队伍已入球，则应视为对此队伍有得益之处，裁判员会示意入球有效。

规则8 控制球赛 CONTROLLING PLAY

8.1 球赛开始之组织 ORGANISATION FOR START OF PLAY

(i) 每一节/半场:

- (a) 当裁判员示意距离球赛开始前尚余10秒，球员必须上场。
- (b) 当球赛即将开始，球员须于正确之侧场上就绪。

(ii) 如球队至少有5名球员在席，球队则必须上场作赛，其中一人必须为中锋(Centre)。

8.1.1 未能上场比赛 Failure to Take the Court

(i) 如球队于其中一节/半场比赛开始前只有不足5名球员，裁判员将会等候最多30秒以待额外球员到场:

- (a) 如球队于30秒内成功上场：该球队将于鸣笛开中圈球后立即被判罚。

罚则: *罚球(Penalty Pass)将于中场距离非犯规一方较近射球端的横切线(transverse line)上执行 – 裁判员鸣笛开始比赛后立即执行判罚此犯规。中锋(Centre)须为此罚球罚站(Out of Play)*

- (b) 如球队于30秒内未能上场作赛：裁判员则会判决对方获胜。

(ii) 如在比赛暂停后，裁判要求球队上场时，有球队故意延迟上场，裁判员可于比赛恢复后立即判罚该队。如球赛是以发中圈球继续，裁判员将于鸣笛示意中圈球开始后立即执行罚则。

罚则: *罚球-向前移动 (Penalty Pass which is advanced)- (除非这使非犯规队之队伍不利)。裁判员在鸣笛开始比赛后立即执行判罚此犯规。犯规队伍之队长应被告诫及其中锋(Centre, C)需为此罚球罚站。*

1. *罚则可前移最多半个侧场之距离 (如果比赛在侧场重开时，罚球可于射球区内执行)。*
2. *被罚之中锋(Centre, C)应在被移前的位置罚站。如此位置在射球区内时，中锋则站在射球区外边缘。*

8.2 中圈球 CENTRE PASS

- (i) 球赛会于每一节/半场开始时及入球后开中圈球(centre pass)。中圈球由两队中锋(Centre) 交替发球。
- (ii) 发中圈球时，如裁判员鸣笛示意该节/半场完结，在下列情况下，该中圈球则被视为未发出：
 - (a) 球仍在开中圈球之中锋(Centre)手中，而其队伍亦无人被判罚。
 - (b) 对方有球员将球由持球中锋手上拍走时。
 - (c) 对方球员故意犯规而有罚球已判罚，而该罚球仍未开出时。

8.2.1 发中圈球时球员位置 Positioning of Players for Centre Pass

- (i) 负责开球之中锋(Centre)须最少有一脚完全踏入中圈内。
罚则：自由球(Free pass) – 裁判员鸣笛开中圈球后立即执行判罚此犯规
- (ii) 对方中锋可于中场(Centre Third)内自由活动。
罚则：侧场内接近横切线之地点判罚自由球(Free pass)，在对方中锋(Centre,C)刚才所站并与侧场地面有所接触的地点。裁判员鸣笛开中圈球后立即执行判罚此犯规。
- (iii) 其他球员则可于其所属侧场(Goal Third)内活动，但不可在裁判员鸣笛示意发球前进入中场。
罚则：中场内接近横切线之地点判罚自由球(Free pass)，在有球员进入中场的地点执行。裁判员鸣笛开中圈球后立即执行判罚此犯规。
- (iv) 如两方球员同时于鸣笛前进入中场：
 - (a) 若双方球员皆没有触碰球，双方皆不会被罚，球赛亦会继续。
 - (b) 若其中一方触及或接到来球，如已站在中场或刚于触球前或后落在中场，将会于触球或接球位置上，由涉事两位球员进行争球(toss up)。
 - (c) 若一名裁判员鸣笛示意罚则，而另一裁判员示意得益(advantage)时，应执行罚则。

8.2.2 控制中圈球 **Controlling the Centre Pass**

(i) 裁判员鸣笛示意球赛开始后，持球之中锋(Centre)可以踏出中圈但必须遵守步法规则 [规则9.6]。当裁判员鸣笛后：

- (a) 只有一只脚完全踏入中圈内时，该脚会被视为「落地脚」(landing foot)
- (b) 双脚完全踏入中圈内而没有先移动脚就会被视为「落地脚」(landing foot)。

(ii) 中锋(Centre)必须于3秒内将球传出。

规则(i),(ii)之罚则：自由球 (Free pass)。

(iii) 只有合乎以下条件的球员才能碰触或接到中圈球(centre pass)：

- (a) 双脚站在中场内(Centre Third)
或
- (b) 接球后，以单脚首先或双脚同时完全在中场(Centre Third)落地。

罚则：侧场(goal third)内判罚自由球 (Free pass)，在球员刚才所站并与侧场地面有所接触的地点执行。

(iv) 中圈球不能在没有被碰触情况下越过了中场(Centre Third)之边线(Side Line)。

罚则：对队将于球出界之位置获得界外球(Throw in)。

(v) 开中圈球球队之球员不可：

- (a) 在空中触及或接球后以双脚同时落地并跨着横切线 (astride transverse line)。(即一脚在中场而另一脚在侧场)

或

- (b) 于侧场内触及或接球，而并没有按照规则8.2.2(iii)触球。

罚则：侧场(goal third)内接近横切线之地点判罚自由球(Free pass)，在对方球员刚才所站并与侧场地面有所接触的地点执行。

(vi) 裁判员可应用得益(advantage) [规则7.2]使球赛继续，当对方球员：

- (a) 在侧场内接中圈球
或
- (b) 在空中接球后以双脚同时落地并跨着横切线(transverse line) (即一脚落在中场而另一脚落在侧场)(此球员传球时，将被视为从侧场传出)。

8.3 出界 OUT OF COURT

8.3.1 皮球出界 Ball Out of Court

(i) 球被视为出界，当：

- (a) 其触及球场外之地面。
- (b) 其触及任何贴在场外地面上的人或物件。
- (c) 有球员在球场上持着球，并与球场外之地面、对象或人士有接触。

行动：界外球(Throw in) - 由在场上非最后碰触到球的一方获得，与球出界一致的位置上执行

(ii) 以下情况将会介定为球员使球出界：

- (a) 在空中接球后，双脚完全或部分落在场外，而球已经有一部份或全部在场外
- (b) 在站立时触及或接球，(而脚)有部分在场内，部分在场外。

行动：界外球(Throw in) - 由未有触及球的一方获得，在球员刚才落地或站着的位置上执行

(iii) 当两名对队球员同时接球，其中一人着地时或站立时，脚完全或部分在球场外，两名球员须进行争球(toss up)。

(iv) 当球触及球柱任何一部分而反弹入场内不算出界。

8.3.2 球员出界 Player Outside the Court

(i) 球员可在场内跳跃并在场外落地前把球扔或拍回场上。

(ii) 没有触碰到球之球员可移动至场侧(court surround)之范围内，但只限利用于场内复位之用途。

罚则：自由球(Free pass) - 在场上接近球员离开球场之位置执行

(iii) 球员如因拾球或开界外球而走出球场，应予该球员在离场或开界外球之地点再次进入球场。

罚则：罚球(Penalty pass) - 在场上接近球员离开球场之位置执行

(iv) 在场侧范围的球员必须先进入球场内，并在再无触及场侧的情况下方可触球作赛。

行动：界外球(Throw in) - 由对队获取，在球员触球前最后与场侧接触的地方开出

- (v) 如有球员未经裁判员准许而离开比赛场周边(Field of play), 球队不可为此球员作替补。如该球员为中锋(Centre, C), 其中一名场上球员必须更换位置至中锋。已离场之球员可跟裁判员报告后于以下情况重返场上 :
- (a) 入球后 (球员只可以更换至空置的位置)。
 - (b) 比赛因球员受伤/不适而暂停后。
或
 - (c) 间节(interval)后。

罚则: *在犯规球员必须立即离场直到合适时间才可再上场作赛。对方在球赛因此犯规而暂停时皮球所处位置上获得罚球(Penalty Pass), 犯规队伍中其中一名可于该场区活动之球员罚站。*

8.3.3 从场外防守球员 Defending a Player from Out of Court

已站在场外之球员不可试图防守在场上之球员, 不论对方有否持球。

罚则: *罚球(Penalty Pass) - 在场上接近犯规者所站之地点执行*

8.3.4 防守身在场外之球员 Defending a Player who is Out of Court

- (i) 球员可防守自行走出球场外之对方球员, 唯防守球员不可离开球场或所属场区或违反任何其他规则。

罚则: *罚球(Penalty Pass) - 在场上犯规者所站之地点执行*

- (ii) 球员如因拾球或开界外球而走出球场, 应予该球员在离场或开界外球之地点再次进入球场。对方球员如有试图阻挡球员回场应被判罚。

罚则: *罚球(Penalty Pass) - 在场上犯规者所站之地点执行*

8.4 界外球 THROW IN

当球被裁决为出界后, 将以界外球恢复比赛。

8.4.1 开界外球之要求 Requirements for Taking Throw In

- (i) 负责开界外球之球员必须:
- (a) 站在球场外, 在裁判员示意之位置上, 其中一脚距离界线不多于15公分(cm)(6英吋 inches) (该脚会被视为落地脚)

[landing foot]。

- (b) 确保其他球员皆在场内方可传球。
- (c) 站在上述位置后，3 秒内把球传出
- (d) 遵守控球、传球距离及步法之规则 [规则 9.4-9.6]。
- (e) 开出界外球以后才踏入场内 (包括不能踏在边线或底在线)
- (f) 留意在持球时，不可踏入非属于本身范围之场侧。

行动: 界外球(Throw in) - 由对队在犯规位置上获得

- (ii) 负责开界外球之球员必须将球传至:
 - (a) 从底线: 最接近之侧场内(goal third)。
 - (b) 从边线: 最接近或相邻之侧场或中场内。

罚则: 自由球(Free pass) - 在球错误的落点上(侧场或中场)执行。

- (iii) 在开界外球时球不能没有被场内球员触及而再度出界。

行动: 对队应在球出界的地点获得一界外球(Throw in)。

- (iv) 在开界外球时，球必须进入球场内。

行动: 对队应在同位置上获得一界外球(Throw in)。

8.5 争球 TOSS UP

以下情况应判争球(toss up)以恢复比赛:

- (i) 双方球员同时以一手或两手持球。
- (ii) 双方球员同时将球拍至界外或裁判员未能判决何方最后触球。
- (iii) 双方球员同时越区(offside) 而其中一名或双方球员触球或持球 [规则9.7.1(ii)(b)]。
- (iv) 发中圈球时，双方球员在鸣笛前进入中场(centre third) 而其中一名或双方球员触球或持球。
- (v) 双方球员同时以身体接触对方。
- (vi) 比赛暂停后，裁判员未能确认最后持球者，或当比赛暂停时球已在地面上。

8.5.1 执行争球之位置 Position for Toss Up

争球应由双方一名涉事球员在事件发生之地点上进行，若涉事球员各有不同的比赛场区则除外，安排如下：

- (i) 如双方球员有共同的比赛场区：争球应在该共同场区内而又最接近事发地点进行。
- (ii) 如双方球员并没有共同的比赛场区：争球应在中场(**centre third**) 而又最接近事发地点进行，由双方各派一名可于该场区内活动之球员参与。

8.5.2 球员进行争球时的位置 Position of Players for Toss Up

(i) 在进行争球前，裁判员须检视双方球员合乎以下要求：

- (a) 两名球员应面对面及面向己方进攻之球柱。
- (b) 双方球员最接近对方之脚之距离为0.9公尺(m) (3英尺feet)。
- (c) 双方球员的手应垂直地放在身旁。

(ii) 双方球员须停留在正确的位置上，直到裁判员鸣笛及发球。

罚则：自由球(Free Pass)- 在犯规球员所站的位置执行。

(iii) 其他球员可以在所属场区内站立或活动，唯他们不能干扰争球的进行。

罚则：自由球(Free Pass)- 在犯规球员所站的位置执行。

8.5.3 争球结果 Outcome of Toss Up

(i) 双方球员可选择接球或把球拍至任何方向，但直接拍至对方身上除外。

罚则：自由球(Free Pass)

(ii) 在争球时，如射球手(Goal Shooter, GS)或攻击手(Goal Attack, GA)在射球区(goal circle)内成功接到争球，可传球或直接射球。

8.6 在球赛进行中球没有运行时的犯规

INFRINGEMENTS WHEN THE BALL IS NOT IN PLAY

在球赛进行，即使球没有运行时，球员也不能违反任何规则。这包括：

- (i) 在球出界后与执行界外球前。
- (ii) 在判罚罚则后与执行罚则或争球前。
- (iii) 在入球后与执行中圈球前。
- (iv) 在比赛暂停时。

罚则：*自由球(Free Pass) -轻微犯规(Minor Infringement)或罚球(Penalty Pass) – 严重犯规(Major Infringement)*。如在适当情况时，该球员应被告诫(Caution)。

1. 规则 (i)及 (ii)应该立即判罚此等犯规。
2. 规则 (iii)及 (iv)裁判在鸣笛示意球赛重新开始后立即判罚此等犯规。

规则 9 比赛进行期间 DURING THE MATCH

9.1 替代及球队换位 SUBSTITUTION AND TEAM CHANGES

- (i) 双方队伍皆有权在以下情况作出球员替代及/或球队换位：
 - (a) 间节(Interval)。
 - (b) 球赛因有球员受伤/不适而暂停时。
- (ii) 替代及球队换位次数不限，但替代及换位之球员必须是球员名单上所列之球员之一。

9.2 迟到球员 LATE PLAYERS

- (i) 球员如在开始比赛后才到达球场，必须先由裁判员检查以确保他们合乎[规则 5.1.1(i)及(iv)]方可作赛。
- (ii) 迟到球员不得立刻替代已在场上之球员，但仍可在稍后时间作为替代球员。
- (iii) 如在场上有悬空的位置，迟到球员可于请示裁判员后，在以下情况后上场作赛：
 - (a) 入球 (在此情况迟到球员只可入场填补悬空的位置)
 - (i) 比赛因受伤/不适或流血而暂停
 - (ii) 间节 (Interval)。
- (iv) 如在场上有悬空的位置，迟到球员不可在比赛进行中上场作赛。

规则(i),(ii),(iii)及(iv)罚则： *犯规之球员必须立即离场直到合适时间才可再上场作赛。对方在球赛因此犯规而暂停时皮球所处位置上获得罚球(Penalty Pass)，犯规队伍中其中一名可于该场区活动之球员罚站。*

9.3 暂停 STOPPAGES

- (i) 裁判员可就场上作赛的球员因受伤/不适而要求暂停，或因其流血而暂停比赛，或因有紧急或其他判定为适当之情况而暂停比赛。在比赛暂停期间：
 - (a) 如因球员受伤/身体不适或流血：其他未受影响之球员或没有被替补之球员皆须留在场上。

罚则：自由球(Free Pass) – 在场内于接近犯规球员离开球场的地点执行。如有多于一位球员离开球场时，裁判员可决定在哪里执行自由球。
 - (b) 在紧急或其他情况下：裁判员可决定球员是否需要离开球场。
- (ii) 球赛会在暂停时球所处位置上恢复：
 - (a) 如当时球已出界，将由发界外球继续球赛。
 - (b) 如在暂停前裁判已示意判罚犯规，球赛将从执行罚则开始。
 - (c) 如当比赛暂停时球已在地面上，或裁判员未能确认最后持球队伍，则由可于该区活动的双方球员进行争球(Toss up)以恢复比赛。
- (iii) 如有球员在裁判员暂停比赛时间时持着球，球赛重新开始时，可由该队伍任何一位可于该区活动的球员持球。
- (iii) 在极端情况以及在咨询球赛主办者后，裁判员可以因球员及/或职员之安全受到威胁之理由而终止球赛。

9.3.1 受伤/身体不适或流血 Injury/Illness or Blood

- (i) 裁判员会在发现球员流血时，或场上球员因受伤/身体不适而提出请求时暂停球赛(在极端情况下，裁判员可于没有球员要求下而自行决定暂停球赛)。
- (ii) 有关球员必须于30秒内离开球场并于球场外接受治疗。计时员应在尚余10秒时提醒裁判员。
- (iii) 只有医护人员方可进入球场为有关球员作评估或协助。
- (iv) 如医护人员判断有关球员未能于30秒内安全地被移离球场，裁判员可延长暂停时间供球员离开球场。
- (v) 裁判员可授权其他人(包括球队职员)协助受伤球员离场。

- (vi) 所有在皮球上或球场上的血迹必须于球赛继续前清理，并更换所有有血迹之服装。
- (vii) 如有其他球员的皮肤及/或衣物上有血迹时，该等球员必须离开球场及将更换血迹的衣物及将皮肤上之血迹清除后，球赛方可重新开始。
- (viii) 在比赛暂停时，双方球队可作替代及/或球队换位，但该替代及/或换位必须于裁判员判定之暂停时间内完成。
- (ix) 如球队没有为受伤/不适之球员作出任何替代，或球赛是因有球员流血而暂停，球赛可在该球员位置悬空下继续进行。如有关球员为中锋(Centre)而又未有作替代时，场上其中一位球员则须更换位置至中锋以令比赛可以继续。
- (x) 如在场上有悬空的位置，迟到球员不可在比赛进行中上场作赛。

罚则：犯规之球员必须立即离场直至合适时间才可再上场作赛。对方在球赛因此犯规而暂停时球所处位置上获得罚球(Penalty Pass)，犯规队伍中其中一名可于该场区活动之球员罚站。

- (xi) 如在位置悬空的情况下恢复比赛，可以在向裁判员请示后，在以下情况后上场作赛：
 - (a) 有入球时 (在此情况下关球员或替代球员只可填补悬空的位置)。
 - (b) 球赛因有球员受伤/身体不适或流血而暂停时。
 - (c) 间节(Interval)。

9.3.2 其他暂停: Other Stoppages:

- (i) 裁判员可因应合适原因而暂停球赛或延长休息时间。以下为可暂停比赛之例子(但不只局限于此)：
 - (a) 紧急事故如球员受伤、裁判员或技术人员严重受伤/不适、器材、场地、天气或技术器材因素等。
 - (b) 在皮球离开比赛场周边(Field of play)时拾回球。
 - (c) 纪律处分球员、球队职员或后备球员。

- (ii) 裁判员有权决定有关暂停时间之长短，并确保球赛能够尽快恢复。
- (iii) 球队职员在暂停时间内不可进入场上，但在[规则9.3.1 (iii) 及 (v)]注明的情况除外。

9.4 对球之动作 PLAYING THE BALL

9.4.1 控球方法 Methods of Playing the Ball

- (i) 球员可透过以下方法控球:
 - (a) 以单手或双手接球。
 - (b) 把球滚向自己。
 - (c) 接着由球柱反弹回来的球。
- (ii) 已持球者可用单手或双手把球向任何方向扔出或以弹地形式传至另一球员。
- (iii) 持球球员必须于三秒内将球传出。
罚则: 自由球 (Free pass) – 于犯规球员所站的地点上执行。
- (iv) 在将球传出后，球员不可重新控球，直到有另一名球员触及球或球从球柱反弹回来。
罚则: 自由球 (Free pass) – 于重控犯规球员所站的地点上执行。
- (v) 在没有先持球的情况下，球员可:
 - (a) 拍或将球以弹地形式传给另一球员但不可以故意地把球拍向另一球员。
 - (b) 无控制性地挑球一次或多次，然后接球或拍或以弹地形式传给另一球员。
 - (c) 在接球前将球往空中拍打一次，然后或拍打或以弹地形式传给另一球员。
 - (d) 在接球前将球往地上拍一次，然后或拍打或以弹地形式传给另一球员。

罚则: 自由球 (Free pass)

- (vi) 球员不可：
 - (a) 踢球。
 - (b) 跌在球上，从而获得控球。
 - (c) 用拳头击球。
 - (d) 将球滚至另一名球员。

罚则: 自由球(Free pass)

- (vii) 如有球员在持球时跌倒，必须在传球前先以脚踏地并于接球后3秒内将球传出。

罚则: 自由球(Free pass)

(viii) 球员不可:

(a) 卧着、坐着或跪在地上时获得控球

(b) 卧着、坐着或跪在地上时传球或对球有任何动作

罚则: **自由球(Free pass)**

(ix) 不可利用球柱以保持平衡或以球柱作支撑以获得控球。

罚则: **自由球(Free pass)**

9.5 传球距离 PASSING DISTANCES

9.5.1 短传 Short Pass

(i) 当球员传球，传球者与接球者双方两手之间必须有充足位置，以容许身处球场内之对方球员以单手拦截由传球球员之手移动至接球球员之手的球。

罚则: **自由球(Free pass) – 在犯规球员所站的地点上执行。**

(ii) 如同队两名球员在非常短的时间内先后接到球，第二名接球球员必须移开双手，否则会被视为短传。

罚则: **自由球(Free pass)**

(iii) 如双方各一名球员在非常短的时间内先后接到球，裁判员会喊出「持有」(possession)，示意某一方球员先接到球并令球赛继续。

9.5.2 横越场区 Over a Third

皮球必须由每个侧场或中场中其中一名球员触碰或接着。

(i) 球员触碰或接球时必须:

(a) 在触碰球或接球时双脚已经完全站立在有关侧场或中场内

或

(b) 在空中接球或触碰球后，以单脚首先或双脚完全在有关侧场或中场内落地。

罚则: **自由球(Free Pass) - 由对队在球进入错误的中场/侧场 - 横越横切线 (Transverse Line)之地点开出，唯当球由中场传出而越过底线出界时，则应在越过底线之地点处发界外球(throw in)。**

- (ii) 球员接球后在正确的侧场/中场内着地后，可踏进相邻的侧场/中场。球员之传球将被视为由着地的侧场/中场传出。
- (iii) 若球员在接球后以双脚同时落地并跨着横切线(transverse line)或接球时双脚已经完全站立并跨着横切线，传出之球必须首先在此侧场及中场其中一个场区被触碰或接着。

罚则：自由球(Free Pass) - 由对队在球进入错误的侧场内执行。

9.6 步法 FOOTWORK

9.6.1 单脚落地 One Foot Landing

球员接球时，如其中一只脚已经站在地上，或在空中接球后以单脚落地时，可以：

- (i) 以第二只(着地的)脚踏向任何一方，提起落地脚(landing foot)并在落地脚再次触地之前将球传出或射出。
- (ii) 以落地脚(landing foot)作轴心转动(pivoting)之时，以第二只(着地的)脚一次或多次踏向任何一方。落地脚可以提起，但须于此脚再次触地前将球传出或射出。
- (iii) 以落地脚起跳后以第二只(着地的)脚落地后再跳起，但须于任何一脚触地前将球传出或射出。
- (iv) 以第二只(着地的)脚踏步并起跳，但须于任何一脚再次触地前将球传出或射出。

规则(i),(ii),(iii),(iv)之罚则：自由球(Free pass)

9.6.2 双脚落地 Two Feet Landing

球员接球时，双脚已经站立在地上，或在空中接球后双脚同时落地，可以：

- (i) 以其中一只脚踏向任何一方，提起第二只脚，并在第二只脚再次触地前把球传出或射出。

- (ii) 以其中一脚一次或多次踏向任何一方同时利用第二只脚作轴心转动 (Pivoting)。球员可提起第二只脚但必须于此脚再次触地前把球传出或射出。
- (iii) 以双脚起跳后以其中一只脚落地，但必须于第二只脚触地前把球传出或射出。
- (iv) 以其中一脚踏步后起跳但必须于任何一脚再次触地前把球传出或射出。

规则(i),(ii),(iii),(iv)之罚则: **自由球(Free pass)**

9.6.3 其他步法 Other Foot Movements

持球球员不可:

- (i) 以落地脚(Landing Foot)在地上滑行或拖行。
- (ii) 以任何一只脚作单脚跳。
- (iii) 以双脚跳起后双脚落地，期间一直持球。

规则(i),(ii),(iii)之罚则: **自由球(Free pass)**

9.7 越区 OFFSIDE

- (i) 如球员进入了非所属场区即属越区，不论球员是否持球或触及球。

罚则: **自由球(Free pass)**

- (ii) 球员可伸展双手进入非所属场区接球，或把身体倚靠非所属场区的球上，但身体任何一部份皆不能与该场区内之地面有任何接触。

罚则: **自由球(Free pass)** – 在球员与越区范围有接触的地面上执行。

9.7.1 双方球员越区 Opposing Players Offside

- (i) 如双方球员越区，其中一名先于另一名，则该判罚首先越区之球员。

罚则: **自由球(Free pass)**

- (ii) 如双方球员同时越区:
 - (a) 如双方皆没有接触到球，则双方皆不会被罚而球赛亦会继续。
 - (b) 如其中一名球员已经站立在越区范围内并接到或触碰到球，或在落地之前或之后进入越区范围内，双方则须在所属场区内进行争球(toss up)。

规则 10 入球 SCORING A GOAL

10.1 入球的要求 REQUIREMENTS FOR SCORING A GOAL

当射球手(Goal Shooter, GS)或攻击手(Goal Attack, GA)在射球区(goal circle)内任何一点, 包括射球区之界线, 把球投向或拍向球圈而球又完全地由上而下穿过球圈, 即算入球。

- (i) 如在球完全地穿过球圈前裁判员已鸣笛结束或暂停球赛, 入球即为无效。
- (ii) 如非射球手(GS)或攻击手(GA)把球投或拍进球圈, 入球即为无效而球赛亦会继续。
- (iii) 如防守球员将射球岔开而令该球完全地穿过球圈则算入球。
- (iv) 如在射区内进行争球(Toss Up)并获得球后, 射球手(GS)或攻击手(GA)可射球或传球。

10.2 射球的要求 REQUIREMENTS FOR TAKING A SHOT

(i) 球员射球必须:

- (a) 接球或持球时不可接触射球区外之地面。 球员可倚在侧场射球区外的球上或把球滚向自己或从该处拾起球, 唯不可接触射球区外之地面。

罚则: 自由球(Free pass) – 在球员与射球区外范围有接触的地面上执行。

- (b) 接球后3秒内射球。
- (c) 遵守步法规则 [规则 9.6]。

规则(b),(c)之罚则: 自由球(Free pass)

(ii) 防守球员不可:

- (a) 使球柱(goalpost)移动从而影响射球。
- (b) 当球射出后开始向下移动往球圈方向时, 把球岔开, 包括由下而上穿过球圈球网触碰球。

罚则: 罚球(Penalty pass)。如成功入球即视为有效入球

规则 11 阻挡 OBSTRUCTION

违反阻挡规条之罚则: *罚球(Penalty pass) – 在犯规球员所站之地点执行, 除非这使非犯规队之队伍不利。*

11.1 阻挡持球球员

OBSTRUCTION OF A PLAYER IN POSSESSION OF THE BALL

对方球员可试图岔开或拦截传球或防守持球球员, 但必须与持球者落地位置 (landing position) 保持不少于0.9米(3英呎) - 这是在地面上量度, 从持球球员落地脚(Landing Foot)部与防守球员最接近的脚的最接近部份之间的距离。

此距离是在地面上量度, 方法如下:

(i) 持球球员以单脚落地(One foot landing):

- (a) 如持球球员停留在落地位置: 从持球球员落地脚(Landing Foot)部与防守球员最接近的脚的最接近部份之间的距离。
- (b) 如持球球员提起落地脚: 从持球球员落地脚(Landing Foot)落地的地点与防守球员最接近的脚的最接近部份之间的距离。

(ii) 持球球员以双脚落地(Two feet landing):

- (a) 如持球球员没有移动任何一只脚: 从与防守球员最接近的脚与防守球员最接近的脚最接近的部份之间的距离。
- (b) 如持球球员移动其中一脚: 从没有移动脚至与防守球员最接近的脚最接近的部份之间的距离。

(iii) 如持球球员以落地脚(Landing foot)作轴心转动(Pivot)时, 落地脚最接近防守球员的部份有可能因而改变, 防守球员必须因应此情况而及时调整以保持与自己最接近的脚的最接近部份与持球球员落地脚现时的位置保持不少于0.9米(3英呎)的距离。

(iv) 对方球员在正确距离之位置时, 可试图拦截传球或防守持球球员:

- a. 向上跳或跳向持球者之方向, 并于距离持球者少于0.9米(3英呎)内落地, 但没有影响其投射或传球动作。
- b. 如持球者缩短双方之间距离。

- (v) 防守球员可位于与持球者距离少于0.9米(3英呎)的范围内，但不可干扰其传球或射球动作。防守球员不可试图拦截传球或防守持球者。

11.2 阻挡非持球者

OBSTRUCTION OF A PLAYER NOT IN POSSESSION OF THE BALL

- (i) 如球员与对方球员之距离(在地面量度)少于0.9米(3英呎)时(为两名球员最接近对方的脚的部份之间在地面上所量度之距离),可以伸展双手作出以下举动:
- (a) 接球、岔球、或拦截传球或假作传球动作。
 - (b) 接球、岔球或拍走射失回弹之球。
 - (c) 刹那间示意传球或指示准备移动的方向。
- (ii) 如球员与对方球员之距离(为两名球员最接近对方的脚的部份之间在地面上所量度之距离)少于0.9米(3英呎)时，不论是在进攻或防守时，均不可使用任何动作以将双手向外伸展，以限制对方任何可能的移动，而用以保持自然身体姿势(natural body stance)的动作除外。

规则 12 接触 CONTACT

违反接触规条之罚则: *罚球(Penalty pass) 在犯规球员所站之地点执行, 除非这使非犯规队之队伍不利。*

12.1 接触与争夺 CONTACT AND CONTEST

双方球员可能在进攻、防守或尝试控球时与对方有身体接触。双方球员在没有互相干扰或利用身体以不公平的手法取得优势下, 双方之接触会被视为合理「争夺」(Contest), 球赛将会继续。当球员之动作有意或无意干扰到对手皆会被视为「接触」(Contact)。

12.2 干扰 INTERFERENCE

以下情况下皆有机会构成干扰:

- (i) 利用身体任何一部份妨碍以限制对方自由活动的能力(包括但不只限于推、绊倒、抓住/停住对方或倚在对方身上等)。
- (ii) 推撞或拍打对方球员, 包括在对方射球时。
- (iii) 对方球员持球时把手放在球上。
- (iv) 对方球员持球时拍打球或从对方手上把球抢走。
- (v) 持球时, 把球推向对方球员。

12.2.1 侵占对方球员之空间 Moving into Player's Space

如球员有以下之举动, 将被视为造成接触(Contact):

- (i) 落地在对方于自己动作开始前已占有之空间
- (ii) 移动至对方必然落地之空间。

12.2.2 不可避免的接触 Inevitable Contact

不论是移动中或静止状态下, 球员亦不可过于靠近对方, 使其在移动时不能避免地与自己有身体接触。

12.2.3 同时触犯接触规条 Simultaneous Contact

如双方同时违反接触规条时, 两名涉事球员须进行争球(toss up)。

规则 13 球赛管理 GAME MANAGEMENT

裁判员会公平地应用投球规则，清晰地沟通，以及冷静、果断地控制比赛。

违反犯规规则的任何部分

任何触犯严重违规(Foul Play Rule)[规则13.2]规条之球员将受到纪律处分。场上球员理应尊重裁判员之判决，并对此服从及调整自己的行为。

所有球队职员及后备球员皆须遵守及合乎以上之要求。

13.1 裁判员可采取之行动 ACTIONS THAT MAY BE TAKEN BY UMPIRES

- (i) 为管理球赛，裁判员除可应用一般罚则外，也可用以下行动去管理球赛：
 - (a) 告诫(Caution)球员：告知球员必须改变某特定行为。
 - (b) 向球员发出警告(Warning)：警告球员如继续严重违规(continues to infringe the foul play rule)，则会暂停其作赛(Suspension)
 - (c) 暂停球员作赛(Suspension)：球员会被停止参与球赛两分钟(实际比赛时间)
 - (d) 驱逐球员离场(Order off)：球员会被勒令离场，不得再继续参与球赛。
- (ii) 在一般正常情况之下，裁判员将循以上流程向有关球员采取行动，除非球员之犯规行为达到非常严重的级别时，裁判将立刻执行较高级别之行动。
- (iii) 有关发出警告、暂停球员作赛或驱逐球员离场之决定，皆会被认定为由两名裁判员联合作出，因此对与共裁判员(co-umpire)是有约束力的。
- (iv) 裁判如需发出告诫、警告、执行暂停作赛或驱逐离场之行动时，将会：
 - (a) 暂停比赛时间。
 - (b) 向比赛工作人员席发出适当之裁判员手号[附录B]。
 - (c) 以具体术语说出有关行动「告诫」、「警告」、「暂停作赛」或「驱逐离场」。
 - (d) 说明因什么行为而作出此等行动。
 - (e) 可说明如球员没有改善其行为时，任何将会采取之行动。
- (v) 与共裁判员(co-umpire)可于有球员严重违规而未被控制裁判员(controlling umpire)察觉时与及未有因此而执行任何罚则时暂停比赛时间。这种情况应只限于在有球员严重违规而须受到警告、暂停作赛或驱逐离场时发生。
 - (a) 与共裁判员应立刻鸣笛暂停比赛时间及向控制裁判员指出严重违规之详细情况与建议应采取之行动。
 - (b) 控制裁判员对应采取的行动有最终决定权及重开比赛。

13.1.1 告诫 Caution

裁判员可对球员进行告诫(Caution)以令他改善某具体行为。

- (i) 就球员某种特定严重违规的行为，只会给予该球员一次告诫。
- (ii) 如有球员因为不同情况下严重违规而获多次告诫(Caution)时，裁判员应考虑提
升至警告(warning)此球员。

13.1.2 警告 Warning

如球员因其某一行为而被裁判员告诫(Caution)后，仍持续作出此等行为，裁判员将对该球员发出警告(Warning)。

- (i) 裁判员在适当的情况下可不用先告诫(Caution)而直接发出警告(Warning)予该球员。
- (ii) 在一场比赛中只可对每名球员发出一次警告。

13.1.3 暂停球员作赛 Suspension

如有球员被警告(warning)后再继续严重违规，此球员将被裁判员暂停作赛(suspension)。

如球员的行为会危害其他球员或在行为不当之情况下，裁判员可因充分理由，在警告球员前直接暂停该球员作赛。

- (i) 裁判员可在合适情况下不对球员先作警告(warning)而直接暂停其作赛(suspension)。
- (ii) 在一场比赛中只可对每名球员执行一次暂停作赛。
- (iii) 被暂停作赛之球员必须立刻离开球场。
- (iv) 被暂停作赛之球员离场后须留在裁判席上由后备裁判员监督。
- (v) 被暂停作赛球员之位置不可被替代。其位置将被悬空，除非被暂停作赛之球员为中锋(Centre, C)。在这情况下，该队可于此暂停作赛时间调动一位场上球员作中锋。
- (vi) 暂停作赛之时限为两分钟(实际比赛时间)，由暂停后比赛恢复时开始计算。当暂停作赛时限届满后，被暂停作赛之球员可于球赛短暂停时(即入球后、暂停或间节休息、判决罚则、开界外球或进行争球时)返回场上。

(vii) 被暂停作赛之球员可返回先前之位置，而被调动担任中锋(Centre, C)之球员亦可返回先前之位置。

(viii) 如在暂停作赛时限内有其中一节休息时，被暂停作赛之球员可回球队席，但球赛恢复后须马上回到裁判席。

13.1.4 驱逐离场 Ordering off

裁判员应因严重操守问题或持续性严重违规而驱逐球员离场。这通常会在暂停球员作赛(suspension)后才执行，

(i) 裁判员可在合适情况下不用对球员先执行暂停作赛(suspension)而直接驱逐球员离场(ordering off)。

(ii) 球员在被驱逐离场后不可再参与是场比赛。

(iii) 球员在被驱逐离场后需立即离开球场。

(iv) 被驱逐离场之球员须向在球队席上适当之球队职员报告及不能再进入比赛场周边 (Field of play)。

(v) 当球员被驱逐离场时，其席位及位置不可被替代而将被悬空直至比赛完毕。在被驱逐离场之球员为中锋(Centre, C)时除外。在此情况下，该队可调动场上一位球员作中锋，而这球员的席位及位置不可被替代而将被悬空直至比赛完毕。

13.2 严重违规 FOUL PLAY

球员在比赛场周边如有任何违背比赛规则内容或精神之行动，或不符合良好体育精神标准之举动皆视为严重违规(Foul play)。这包括不公平地进行球赛(unfair play)、危险行为(dangerous play)及行为不检(misconduct)。

13.2.1 不公平地进行球赛 Unfair Play

球员不得以不公平的手段影响球赛。包括延迟球赛进行、故意犯规(包括在比赛进行中球没有运行时的情况下)、持续性犯规、威吓性或报复性的行为。

(i) 延迟球赛进行 Delaying play

球员不得故意浪费球赛时间或延迟球赛进行。

罚则: 罚球(Penalty Pass) – 前移的(Advanced) (除非对非犯规之队伍不利)及犯规球员被告诫(Caution)。

1. 罚则可向前移最多至半个侧场 / 中场之距离(如在侧场犯规可将罚则向前至射球区内执行)。
2. 犯规球员在罚球之地点罚站(out of play)。如这非犯规球员所属场区，该球员需移至该区的边缘。

(ii) 故意犯规 Intentional infringing

球员不能故意触犯任何比赛规则。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员被告诫(Caution)。 如该球员继续犯规，裁判员会发出警告(warning)，或如在适当时，裁判员可以暂停该球员作赛(suspend the player)。

(iii) 持续性犯规 Persistent infringing

球员不得持续不断地违反同一规则或组合的规则。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员被告诫(Caution)。 如该球员继续犯规，裁判员会发出警告(warning)，或如在适当时，裁判员可以暂停该球员作赛(suspend the player)。

(iv) 威吓性行为 Intimidation

球员，不论持球与否皆不可故意威吓对方(包括言语上)以分散对方注意力。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员被告诫(Caution)。

(v) 报复性行为 Retaliation

球员不可因对方球员触犯投球规则而进行报复。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员被告诫(Caution)。如行为被认定为严重, 球员会被警告(warning)或被暂停作赛(Suspension)。

13.2.2 危险动作 Dangerous Play

球员不能作出任何包括鲁莽或具危险性的行为, 以影响其他球员之人身安全。这些举动可能包括但不限于:

- (i) 用拳擊、脚踢或用任何身体部分攻击其他球员。
- (ii) 移动至已跳起球员必然落地之地方企图使其跌倒。

罚则: 罚球(Penalty pass) - 裁判员对该球员发出警告(Warning)或暂停该犯规球员作赛(Suspension), 或严重情况时, 驱逐球员离场(order off)

13.2.3 行为不检 Misconduct

所有违反良好体育精神标准之行为皆被视为行为不检(Misconduct)。

- (i) 对裁判员有异议:

球员不可因判决与裁判员争执或以冒犯性、侮辱性或辱骂性的语言及/或动作对待裁判员。如未能清晰听到裁判员之判决词, 球员可要求裁判员重复说明犯规及罚则, 或请裁判员澄清执行罚则之位置。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员会被告诫(Caution)或被警告(Warning)。情况严重时球员会被暂停作赛(Suspension)。

- (ii) 违反良好体育精神之行为

球员不得以违背公认的良好体育道德标准的方式行事。

罚则: 罚球(Penalty pass)及犯规球员会被警告(Warning)或被暂停作赛(Suspension)。情况严重时球员会被驱逐离场(Ordering Off)。

13.3 球队职员及后备球员之纪律

DISCIPLINE OF TEAM OFFICIALS AND BENCH PLAYERS

球赛进行时球队职员及后备球员必须留在球队席上，如有正当理由时(如热身)除外。

- (i) 球赛进行时球队职员及后备球员不可：
 - (a) 批评裁判员及其判决
 - (b) 用冒犯性、侮辱性或辱骂性的语言及/或做出相关举动
 - (c) 制造过量噪音或干扰
 - (d) 鼓励场上球员作出严重违规之举动。

罚则：罚球(Penalty Pass) - 非犯规之队伍对方在球赛因此犯规而暂停时皮球所处位置上获得。如球出了界时，此罚球将场内接近球出界的位置上执行。犯规队伍球员不需因此而罚站。

- (ii) 任何一名裁判员皆可暂停球赛并告知相关人士注意自身行为。

以下为普遍处理相关情况之程序：

- (a) 告诫(Caution)
- (b) 警告(Warning)
- (c) 驱逐离场(Order off)

- (iii) 如适用，该项警告(Warning)将适用于涉事之全体球队职员及后备球员。

罚则：罚球(Penalty Pass) - 非犯规之队伍对方在球赛因此犯规而暂停时皮球所处位置上获得。如球出了界时，此罚球将场内接近球出界的位置上执行。犯规队伍球员不需因此而罚站。

- (iv) 如在裁判员采取任何行动后，球队职员或后备球员仍然没有改善他们的行为时，裁判员可要求球赛主办方(Event Organiser)安排将他们移离整个比赛范围(Playing Enclosure)，直到比赛完毕(包括不可在间节[Interval]时与球队有任何接触)。

附录A: 比赛准则 MATCH GUIDELINES

以下之比赛准则则是与国际投球联合会投球规则(2020年版本)结合使用。

所有比赛工作人员应熟悉比赛项目之所有法规与及国际投球联合会技术人员手册,因这适用于与裁判员的互动。

规则3. 技术规范 TECHNICAL SPECIFICATIONS

- (i) [规则3.1 - 3.1] 球赛主办方(event organizer)按规则要求准备比赛范围(playing enclosure)、球柱及比赛用球。
- (ii) 在比赛开始前,裁判员须:
 - (a) [规则3] 检查比赛范围,球柱及比赛用投球以确保它们符合规则及能为比赛提供一个安全的环境。
 - (b) [规则3.2] 检查应包括球网与及球柱保护垫(应包裹整枝球柱)。
- (iii) [规则3.3] 球赛主办方(event organizer)应提供最少两枚比赛用投球。这些球必须身符合所有规格及在良好的状况。
 - (a) 裁判员负责拣选比赛用的投球及一枚后备用球存放于比赛工作人员席(official bench)。
 - (b) 在整场比赛中应使用同一枚投球,除非裁判员指示更换球。
 - (c) 在球上发现有血迹时,比赛时间将暂停,以允许时候清洁或更换皮球。在其余情况之下比赛时间将不应暂停以抹净皮球而应予直接更换皮球。

规则4. 球赛持续时间 MATCH DURATION

- (i) 在比赛开始前,裁判员应与比赛主办方确定:
 - (a) [规则4.1(i)] 半场休息时间。
 - (b) [规则4.2] 如在比赛时间完结时遇到平分情况时,会否进行加时与及每节加时比赛的长度。
- (ii) 在间节休息时间时,裁判员可以离开比赛范围。如两名裁判员同时离开时,后备裁判员应留下及确保比赛场周边没有任何需要重新检查的变更。

规则5. 比赛人员 MATCH PERSONNEL

- (i) [规则5.1.1 (iv)] 在比赛开始前裁判员在相关更衣室内检查球员以确保他们符合所有要求。
 - (a) 建议两位裁判员一起检查每一队所有球员。
 - (b) 裁判员应提醒球员除下所有任何配饰及珠宝,方开始检查。
 - (c) 裁判员厅满意各球员的头发应为合适的缚好以免在比赛中对其他球员构成危险或造成任何滋扰。

- (ii) [规则5.1.1(v) (a)] 双方之队长应掷毫以决定拣选首先发中圈球或进攻之方向。此掷毫应在比赛场周边进行及由后备裁判员监察。双方队长在掷毫后通知记录员(scorers)及裁判员有关之结果。
- (iii) [规则5.2.1(i)] 双方队长进行掷毫后, 裁判员掷毫以决定执法之场区:
 - (a) 裁判员之掷毫应由后备裁判员监察。
 - (b) 双方球队可要求派出其中一位成员出席裁判员掷毫以进行监察。
- (iv) 在比赛开始前, 裁判员应:
 - (a) 检查各球员应符合比赛要求及易于分辨双方队伍。如有需要时, 队丘可被要求穿上投球位置背心以令队伍易于分辨, 或如情况许可时, 队伍可更换比赛制服。
 - (b) [规则5.1.1 (v) (d)] 确认在场上哪一位是球队的队长。如在比赛中那名队长离开球场时, 裁判员应确保他们被告知在场上哪一名球员将代替队长职务。
 - (c) [规则5.1.2(ii) (b)] 确保医务人员(primary care person)戴上恰当之识别物。
 - (d) 检查球队席上最多有12名球员及最多5名球员职员。在球队席上不容许有其他人士在席。
备注: 如有认可之球队医生他们必须坐于球队席后面或兴其他技术人员位于传媒区域之对面。在比赛中医疗紧急情况可能随时发生, 必须应用常识, 因应这些紧急情况将要求尽快提供医疗救助。
 - (e) [规则5.3.1 及5.3.2] 确保记录员及计时员准备开始他们的工作。
- (v) [规则5.2.1(ii)] 在下列情况下, 裁判员将鸣笛以开始及暂停比赛:
 - (a) 指示计时员在每节比赛开始时或在比赛暂停后需重新开始时开始计时 - 使用长鸣笛与裁判员手号1[附录B]。
 - (b) 在比赛中有犯规、争球、在入球后重新开始比赛、或在有需要时, 指出球已出界 - 使用中鸣笛与及相关之裁判员手号[附录B]。
 - (c) 指示计时员暂停计时 - 使用中等长度卷鸣笛声(medium whistle roll)与及裁判员手号2[附录B]。
 - (d) 在一节比赛完结时 - 使用长卷鸣笛(long whistle roll)。
- (vi) [规则5.1 (ii)] 在比赛中:
 - (a) 如其中一队只有少于5名球员上场作赛时, 裁判员将鸣笛以示意比赛完结及对方为比赛胜方。
 - (b) 如其中一队有多于7名球员在球场上时, 裁判员将暂停比赛时间及指示额外之球员立刻离开球场。如有球员故意拖延离场时, 裁判员将判罚该等球员阻延比赛(delaying play)[规则13.2.1(i)]。
- (vii) [规则5.2.2(i)] 后备裁判员应准备可以立即代替因受伤或不适而需离场之裁判员。在上场前后备裁判员必须留意所有对球员发出之告诫(caution)、警告(warning)、暂停作赛(suspension)及驱逐离场(ordering off), 与及发出此等

行动之原因。

(viii) [规则6.1.2(i) (a)] 当判罚犯规时:

- (a) 裁判员说明犯规及罚则与及使用合适之裁判员手号[附录B]。在快速的比赛中, 因应比赛速度, 有经验的裁判员可只说明犯规及使用合适之裁判员手号[附录B]。
- (b) 裁判员指示应在哪里执行罚则。在球场上虽然可以使用合理的灵活性, 但最重要是要清晰地指出执行罚则的位置, 尤其是在射球区内或涉及球场上不同的区域。

规则6 比赛程序 MATCH PROCEDURES

(i) 在比赛开始前与及在一节比赛完结时, 两名裁判员与纪录员确认哪一队将发下一个中圈球。

(ii) [规则6.1.1(iv)] 在比赛中两名裁判员指出哪一队该发中圈球并使用裁判员手号3 [附录B]:

- (a) [规则6.1.1 (iv) (a)] 当两名裁判员所指示开中圈球的方向不一时, 就近比赛工作席之裁判员应与记录员查证, 比赛时间可因此而查证而暂停。
- (b) [规则6.1. (iv) (b)] 在比赛开始前, 球赛主办方将纪录员通知裁判员之方法提出建议。如两名裁判员所指示开中圈球的方向不一时, 纪录员应立即通知他们以便查证。此通知**必须在中圈球开出之前发出**。这通知应该使用一种清晰可听之声音及与裁判员警告装置一并使用以覆盖任何声音方面可能发生的故障。
- (c) 如比赛时间在入球后立即被暂停时, 纪录员将于比赛重新开始时指出开中圈球队之进攻方向。
- (d) 如有需要时裁判员可要求与纪录员作出「中圈球查证」(‘centre pass check’)。

(iii) 当球越过有关裁判员所控制之边线或底线时, 该裁判员将指出发界外球队之进攻方向与及使用裁判员手号3或4[附录B]。

(iv) 在任何比赛暂停(any stoppage)之情况下:

- (a) 任何一名裁判员可暂时比赛时间。如遇有球员射球时, 可待此动作完成后才暂停比赛时间, 除非有非常紧急的情况下比赛需要立刻暂停。
- (b) 在比赛暂停时, 两名裁判员将留在他们各自负责的边线, 除非有特殊情况而需要采取其他措施。

(v) 在每一节比赛完结时:

- (a) [规则5.3.2 (iii)] 当计时员同时通知两名裁判员已到预定之时间。计时员应使用电子讯问(警笛)并同时使用裁判员警报器或手提或气喇叭以覆盖任何方面可能发生的故障。
- (b) [规则4.1 (iii) 及 7.1.3 (iii)] 控制裁判员(controlling-umpire) 立刻终止比赛。如需要因执行罚球(penalty pass)而延长比赛时, 裁判员将告知球员

比赛时间将延长以执行罚球。

- (c) 如遇因控制裁判员(controlling-umpire)未能知悉比赛时间已完结时，与共裁判员(co-umpire)将发出讯号以示比赛完结。如需要因执行罚球(penalty pass)而延长比赛时，控制裁判员(controlling-umpire)将告知球员比赛时间将延长以执行罚球。

规则7 罚则 SANCTIONS

- (i) [规则7.1.3(i)] 当判罚罚球时，罚则将被视为已「设定」(‘set’) – 当执行罚球之球员已持球及已站在正确之位置上与及需罚站之球员亦已在正确之位置上。3秒之时间将由双方球员都已在正确之位置上开始计时。

规则8 控制球赛 CONTROLLING PLAY

- (i) 裁判员将在比赛开始前于下列时间鸣笛警告：
 - (a) 离比赛开始尚余30秒时 – 中等长度卷笛(medium whistle roll)。
 - (b) 离比赛开始尚余 10 秒时 – 长卷笛(long whistle roll)。
- (ii) 在每一节比赛开始时，需要越过场中以到达管辖边线之裁判员将持比赛用投球到场中央。

规则9 比赛进行期间 DURING PLAY

- (i) [规则9.2] 如有迟到的球员在不正确之时间进入球场内，该球员将被送离球场与及犯规之队伍决定哪一位球员需在执行罚球时罚站。
- (ii) [规则9.3.1] 在有球员受伤/不适或流血时：
 - (a) 如有在场上之球员要求暂停比赛时间时，裁判员应询问原因。如果是因为受伤/不适或流血时，应暂停比赛时间。裁判员指出比赛时间是因哪一位球员而暂停及说出球的位置。就近比赛工作人员席之裁判员(bench-side umpire)告知计时员暂停之原因及涉及之球员。
 - (b) 配戴着正确识别物品之医护人员(primary care person)可进入球场以评估球员之伤势/不适与及在场内协助球员。该球员离开球场而比赛应在30秒内重新开始(当剩下10秒时，计时员将通知裁判员)。
 - (c) 如遇到受伤/不适之球员未能在30秒内而又安全的情况之下被移离球场时，医护人员通知就近之裁判员与及所需要合适之行动。裁判员须保持警惕及留意比赛会否有所延迟。裁判员决定实际所需之暂停时间但应尽力确保比赛可以在最短时间内重新开始。
 - (d) 在球场上有球员流血时，任何一名裁判员也可以暂停比赛时间。如在球员身体上或衣物上有血迹时，该名球员必须在30秒内离开球场并在清理血迹或更换衣物前不能再进入球场。

- (e) 如有任何其他球员的身体或衣物上有血迹时，该等球员必须在 30 秒内离开球场并在清理血迹或更换衣物前不能再进入球场。
 - (f) 如在球场上有任何血迹时，比赛时间将暂停以作清理。
 - (g) 如在比赛投球上有任何血迹，比赛时间将暂停以作清理或者作出更换。
 - (h) 在比赛因球员受伤或不适而暂停时，球队职员及后备球员可移到场侧以接受教练指导及/或饮水。
 - (i) 当比赛因有球员流血、受伤或不适而暂停时，双方球队都可以在比赛暂停中任何时间作出球员替换(substitution)或球队转换位置(team changes)。入替之球员不可在比赛时间未有暂停时进入球场。该等球员必须在比赛重新开始前离开球场。
 - (j) 所有未受影响或被替补之球员必须留在球场上。
- (iii) [规则 9.3.2] 其他暂停:
- (a) 所有其他暂停，裁判员有权决定是否暂停比赛及暂停之长度。两名裁判员可因情况而作出适当之行动。
 - (b) 裁判员在决定是否因球离开比赛场周边(field of play)而暂停比赛时间时，使用一致的标准是非常重要的。比赛时间的流失在一场激烈竞争的比赛中任何时间均同样重要，并不是只在于末段剩余最后数分钟时。

规则13 球赛管理 GAME MANAGEMENT

- (i) 在投球规则中已清楚列明因不公平作赛(unfair play)、危险动作(dangerous play)与及不当行为(misconduct)时明确的后果。如裁判员在比赛中察觉到严重违规的情况时，**必须**采取行动。预期裁判员应像因其他任何犯规行为一样准确地作出裁决。他们不应避免作出艰难的决定，不论是因比赛中尚余多少时间或作出行动后有可能产生的任何后果。裁判员应在整个比赛中设立并保持清晰的标准和语调，而**球员有着最终责任改变自己的行为**。
- (ii) 在执行正式球赛管理机制前，裁判员对于控制球赛应有一系列的应变策略。应用这些策略时应该以不含冒犯性或傲慢的方式。当熟练和理解地应用这些策略时，应会确保球员留意到要求他们所要达到的标准，而令他们改变自己的行为以协助减少犯规。

可以包括下列的策略:

- 鸣笛还是利用得益(advantage)之间做出明智的选择。
- 改变表达方式。
- 非正式建议。
- 暂停比赛时间以与球员对话。

预期这些策略将根据比赛实际情况的需要而适当使用。

当发生严重违规行为时**必须**采用正式球赛管理[规则13.2]。

(iii) **在鸣笛还是运用得益规条(advantage)之间做出明智的选择**

比赛中，在某些情况下是需要裁判员鸣笛判罚犯规。而在其他情况下，熟练地运用得益规条(advantage)将确保比赛可在没有失去任何控制地或置非犯规方于不利之情况下而又流畅地进行。有赖裁判员的判断与及经验去取得这方面的平衡。

(iv) **改变表达方式**

当裁判员觉得他们需要对球员发出更强烈的讯息时，可以透过以下方式表达：

- (a) 改变鸣笛声调、音量或长度。
- (b) 改变语调、音量或说话时的速度(平静但坚定)。
- (c) 策略地暂停一会儿以取得球员的注意。
- (d) 坚定地先指出球员的位置，然后才说出犯规及罚则。
- (e) 身体语言
- (f) 和球员有眼神接触。

(v) **非正式建议**

裁判员应有一连串不同的语句以便可对球员作出使他们改变自己行为的劝告，而不需暂停比赛时间。这应在相对地不太严重的事件上使用。

以下例子为有效而具体的语句以令球员改变行为：

留在你的活动范围内(stay onside)、调整你的距离(adjust your distance)。

以下例子为不什有效而空洞的语句，而难以以令球员改变行为，应而避免：整理一下(tidy up)、不要再犯(no more)。

(vi) **暂停比赛时间以与球员对话**

裁判员可暂停比赛时间以和在场上之球员就他们的行为对话或要求队长和在场上有行为问题之球员对话。

如裁判员要求队长作出对话时，应予队长足够时间以和球员对话，方才重新开始比赛。

暂停比赛时间可加强事件的严重性，特别是当有其中一队有一连串犯规事件或双方球员同时测试公平比赛或良好体育精神之底线时。当暂停比赛时，会使所有人，包括球队职员及后备球员也留意到裁判员考虑到事件的严重性而作出这个决定。

附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

1A 开始/重启比赛 1A Start/restart of play

Arm held high, angled
towards goal end of
team with pass

手高举，角度指向球队进攻方向



1B 开始/重启比赛 1B Start/restart of play

Arm held high, angled
towards goal end of
team with pass

手高举，角度指向球队进攻方向



2 暂停计时 2 Hold time

Facing timekeeper,
one hand vertical and
other horizontal to

form 'T'
面向计时员，一手垂直、一手横向，
形成 T 字手势



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

3 传球方向 (中圈球、罚则、界外球) 3 Direction of pass

*for centre pass,
sanction, throw in*

Arm outstretched to side
pointing to goal end of
team with pass
手向一旁伸展指向球队进攻方向



4 界外球 - 底线 4 Throw in - goal line

*for attacking team
at its goal end*

Arm angled down,
pointing to base of
goalpost



如球队在己方进攻侧
场底在线获界外球 -
手向下指向球柱柱底

5 争球 5 Toss up

Hand, palm up, makes
upward flicking
movement

手及掌心向上做出把球轻抛之动作



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

6 得益

6 Advantage

Arm sweeps across
body towards goal end
of team with advantage

手臂向着获判得益之球队进攻方向
横扫过



7 入球得分

7 Goal Scored

Arm held vertically

手臂向上垂直高举



8 入球无效

8 Goal not scored

Arms below waist
move from side to
side across each

other 双臂在腰以下位置交叉左
右移动



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

9 步法 (如走步犯规)

9 Footwork

Hands, palms down,
move vertically up
and down in

opposite directions

双手掌心皆向下，以垂直上下相反
方向移动



10 中锋没有在正确位置上开中圈球

10 Centre positioned incorrectly

no foot completely 脚没有完全在
in centre circle 中圈内 -

Hand traces

horizontal circle

手在水平方向
画出圆形



11 越区或在中圈球鸣笛前闯入中场

11 Offside or breaking

Hand traces small upward
arc in direction of player's
movement

越区、闯入 - 手背向
上，画出拱形，扫向球员
越区之方向



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

12 皮球横越中场/侧场或中圈球没有被触及

**12 Ball over a third or
untouched centre pass**

upward arc in
direction of ball

手背向上，画出较大之拱形，扫向皮球越区之方向



13 持球 (超过三秒)

13 Held ball

Arm held vertically
with 3 fingers
displayed

手臂垂直高举展示三只手指



14 短距离传球

14 Short pass

Hands, palms inward a
short distance apart, one
hand moves towards the
other held stationary

双手掌心相向一短距离，其中一手移
向另一只手(保持不动)



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

15 不正确地控球 15 Incorrect playing the ball

Hands, palms inward
a short distance apart,
twist from side to side
in parallel motion
掌心相向一短距离，双手左右两边平
衡地摆动



16 阻挡持球球员犯规 16 Obstruction of player with ball

Hands, palms inward,
held short distance
apart
掌心相向一短距离，手指向前水平地
放着



17 阻挡非持球球员犯规 17 Obstruction of player without ball

Arms angled out from
body below waist
双臂往外伸展，双手在腰部
以下



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

18 威吓性阻挡 18 Intimidation

Hand traces small
arc in front of
face

一手垂直手指向上(拇指近脸, 尾指
在外), 在面前昼小拱形



19 接触犯规 19 Contact

Hand, palm facing
down, taps opposite
forearm

双手掌心向下, 一手轻拍打另一前
臂



20 告诫 20 Caution

Elbow bent, arm angled
across head, palm facing
towards player

手肘屈曲, 手臂朝上并置于头上,
掌心朝着(被告诫之)球员



附录B: 裁判员手号 UMPIRE HAND SIGNALS

21 警告

21 Warning

Arms crossed
above head

双臂于头上交叉着



22 暂停作赛

22 Suspension

Arm held vertically
with 2 fingers
displayed

手臂垂直高举展示两只手指



23 驱逐离场

23 Ordering off

Hand sweeps from
player towards
team bench

手臂由被逐球员横扫向球员席



附录C: 裁判员用语 UMPIRE TERMINOLOGY

当裁判员判罚犯规时，应使用正确之用语指出犯规，包括使用正确用语以指出犯规球员之位置[规则5.1.1(ii)]及球场区域[规则3.1]。在裁判员清晰地说明罚则后[规则6.1.2(i) (a)]，球员应明白犯规及改变他们的行为。在国际性级别比赛，应使用精确而简洁的用语。在其他国际性以下级别之比赛，裁判员或须附加更多数据以确保球员理解及注意他们应如何改变他们的行为。

规则	用语
8.2 中圈球 (Centre pass)	8.2.1(i) 位置不正确 (positioned incorrectly) 8.2.1(ii) 及(iii) 闯入 (breaking) 8.2.2(iii),(iv)及(v) 中圈球没有被触及(untouched)
8.4.1 出界 (Out of court)	8.4.1(c) 持球(超过3秒) (held ball) 8.4.1(d) 步法 (footwork) 在其他情况下，使用不正确界外球(incorrect throw in)
8.5 争球 (Toss up)	8.5.2(ii) 过早移动 (moved early) 8.5.2(iii) 干扰争球 (interfere with toss)
9.4.1 控球的方法 (Methods of playing the ball)	9.4.1(iii)及(vii) 持球(超过3秒) (held ball) 9.4.1(iv)及(v) 重控 (replayed ball) 9.4.1(vi) (a) 踢 (kick) 9.4.1(vi) (b) 跌在球上 (fall on ball) 9.4.1(vi) (c) 拳击 (strike) 9.4.1(vi) (d) 滚动 (roll) 9.4.1 (viii) 在地上控球 (playing the ball on the ground) 9.4.1 (ix) 使用球柱 (using goalpost)
9.6 步法 (Footwork)	9.6.3 (i) 拖行 (drag) 在其他情况下，使用步法(footwork)
10.2 射球的要求(Requirements for taking a shot)	10.2 (i) (a) 不正确射球 (incorrect shot) 10.2 (ii) 干扰射球 (interfere with shot)
12. 接触 (Contact)	12.1及12.2 接触 (contact) 12.2.1 引致接触 (causing contact) 12.2.2 不可避免之接触 (inevitable contact) 12.2.3 双方同时接触 (simultaneous contact)
所有其他犯规	使用适当的规则标题术语

附录D 因应不同比赛水平作出变化

VARIATIONS FOR OTHER LEVELS OF PLAY

如非属国际性赛事，比赛规则可因而作出变化。变化之程度将取决于比赛之级别。如属精英级别比赛，变化应比较少，而级别较低之变化则会较为广泛。

球赛主办当局应制定球赛规则之变化。无论任何变化形式，都必须保持投球比赛的完整性及不应该改变它原本的比赛模式。以下是一些可能使用的变化示例。

(i) 球队 Teams

- (a) 可以由相同或不同性别的球员组成
- (b) 可比规定数目拥有较少球队职员，职员可能会因此承担较多责任。
唯球队合格医护人员不可由球员出任及不应担任其他任何职位。

(ii) 器材 Equipment

- (a) 可在户外场地进行球赛，因而亦可使用不同地面之材料。
- (b) 国际性赛事之皮球会使用三层物料制成(3-ply balls)，较低程度之球赛可使用两层物料制成(2-ply)。两层物料制成之皮球(2-ply balls)会以较低压力62-69 千帕kPa (9-10磅力/英寸²psi)充气。在户外场地进行之球赛通常会以较低气压力充气。

(iii) 比赛时间 Time

- (a) 球赛可只分上、下半场两节进行，长度亦最多可延长至20分钟半场。
- (b) 可缩减每节之长度。
- (c) 可缩减休息时间。
- (d) 可修改加时赛之要求。

(iv) 赛事及技术人员 Match and Technical Officials

- (a) 可不委派后备裁判员
- (b) 可减少技术人员之数量(唯需要至少委任一名记录员及一名计时员)。
- (c) 裁判员可用特定名词阐明判决如用「罚球或射球」(Penalty Pass or Shot) 代替罚球(Penalty Pass)。

(v) 年幼球员之球赛 Matches for Young Players

对初学投球、就读小学的儿童而言，广泛地修改比赛规则更可取，并能配合他们在身材、强度及技巧程度上之不足。因此，可考虑使用较矮的球柱或较细小的皮球。可通过变化比赛规则而出来的比赛模式，以满足这些球员的需要。