



世界投球聯會



投球規則

2024年版本



OFFICIAL SUPPLIER

Gilbert Netball is the official and exclusive ball supplier to World Netball
www.gilbert-netball.com

Copyright © 2024 World Netball. All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means without the prior written permission of World Netball, nor be otherwise circulated in any form of binding or cover other than that in which it is published.

CONTENTS

	Foreword	4
	Definitions	5
1	Technical specifications	12
2	Time	16
3	Team	18
4	Match officials	23
5	Technical and event officials	26
6	Sanctions and actions	29
7	Advantage	34
8	Centre pass	35
9	Scoring a goal	38
10	Stoppages	40
11	Playing the ball	44
12	Passing distances	46
13	Footwork	48
14	Offside	50
15	Out of court	51
16	Obstruction	53
17	Contact	55
18	Game management	58
19	Foul play	64
20	Simultaneous and mutual infringements	67
21	Variations for other levels of play	68
	Umpire hand signals	70

前言

投球(Netball)是一項球類運動，兩隊各有七名球員，使用標有指定區域的長方形球場進行比賽。目標是盡可能地投球得分，同時阻止對方進球。得分較多的球隊則可勝出比賽。

球員被分配的位置表明他們在球隊中的角色以及他們在球場內可移動的區域。球員透過傳球和接球，試圖將球傳送至自己球隊的射球圈(goal circle)，把球射向上方並穿過固定在垂直球柱上的圓環來得分。對方球隊則試圖透過防守動作和策略來阻止射球並奪取球權。在得分後，比賽會重新發中場球(centre pass)，兩隊會互相交替發球。

投球最初是為女性和女孩創建的，獨特地以女性為中心基礎，很大程度上避免了身體碰撞。時至今日，這項運動發展至融合包容性，是一項所有人都可參與的運動。現代投球是一項快速、動感且要求跳躍能力的運動，充分利用運動員的運動能力和技巧。因此，觀看起來令人興奮，玩起來也很有趣。

投球規則(The Rules of Netball)以平等機會和公平競爭的核心價值為基礎，規定運動員的安全必須始終是首要考慮因素，並且必須始終遵守良好的體育精神行為和相互尊重的標準。

在國際比賽中對於投球規則作出任何變更或試驗前，必須事先獲得世界投球協會(World Netball)的批准，世界投球協會也全權負責發布任何規則的解釋或應用指南。

世界投球協會以多種不同的語言發布投球規則。如有措詞分歧，以英文文本為準。

定義

A

Action (行動):在犯規的情況下，沒有犯規的一隊會被獲判界外球或控球權

Astride the transverse line (跨越橫切線):一腳站在側場 (Goal Third) 而另一腳則在中場 (Centre Third)

At the team bench (在球隊席上):在球員席上或旁邊(包括席前或席後)

Attacking (進攻):持球球隊的行動，包括傳球或射球

B

Bench player(後備球員):球賽進行時在球員席上之球員

Bench zone (比賽席區域):比賽席區域設置於比賽場地鄰近。比賽工作人員席、裁判席及比賽隊伍之球員席均於比賽席區域(全部位於球場同一側)

Blood-stained (血漬):濕血在材料上留下明顯的痕跡

Break in play (闖入):進球後、球賽暫停或中場休息期間或判罰或採取行動時

C

Concussion (腦震盪):根據最新的《運動腦震盪共識聲明》中所定義

Controlling umpire (主裁判):球賽進行時控制該半場或區域的裁判

Co-umpire (副裁判):球賽進行時非控制該半場或區域的裁判

Court surround (場側):比賽球場毗連範圍

D

Defending (防守):非持球隊伍，嘗試奪取球權或防止進攻球隊傳球或射球

Deflect (轉向):在對方傳球或射球後觸球使其改變路徑

定義

During play (球賽進行): 每一節/半場內之時間，比賽暫停時間除外

E

Event organiser (球賽主辦方): 負責組織球賽之人員

Extra time (加時): 當球賽結束時雙方同分，而又需分出勝負而額外增加的比賽時間

F

Failure to take the court (未能出賽): 在比賽開始時，或在比賽暫停後，球隊在場的球員少於五人，即球隊延遲上場的情況

Fake pass (假傳): 持球球員做出傳球動作但並沒有把球傳出

Field of play (比賽場周邊): 包括球場及球場毗連範圍的地方

Foul play (犯規行為): 球員作出任何與比賽規則的文字和精神相反的行為，或作出不符合公認的公平比賽、良好體育行為和/或道德和道德行為標準的行為。包括不公平比賽、不符合運動精神的行為和危險行為

Free pass (自由球): 輕微犯規之罰則

Full-time (球賽終結): 指定之球賽時間長度完結，並不包括加時

G

Game (球賽): 投球比賽

Game management action (球賽管理行動): 除了違規行為的判罰，裁判員所採取的行動。任何犯規行為情況下都必須實施

Goal end (射球端): 球隊入球得分之球場末端

Good sporting behaviour (良好體育精神): 符合體育道德標準的行為，包括遵循投球規則、律己、克己及尊重對手和所有

定義

球賽工作人員

H

Half-time (半場)：第二節與第三節之間的休息時間。加時比賽時上、下半場之間的休息時間

I

Independent concussion observer (獨立的腦震盪觀察員)：由賽事組織安排的中立醫療專業人員，具有運動醫學資格，並獲得法律許可和保險，以執行符合最新《運動腦震盪共識聲明》的腦震盪指引。

Infringement (犯規)：違反投球規則並會被裁判判罰之行為

Infringer (犯規球員)：違反投球規則的球員

Infringing team (犯規球隊)：違反投球規則的球隊

Intercept (攔截)：在對方傳球或射球後從對方球隊奪取球權

International play (國際賽)：兩國之間為國際投球聯會排名得分而進行之（任何年齡組別）球賽

Interval (間節)：節與節之間的休息時間

L

Landing foot (one-foot landing) (落地腳 (單腳落地))：球員接球後先接觸地面之腳或在接球時已在站在地面的腳

Landing foot (two-foot landing) (落地腳) (雙腳落地)：球員以雙腳站立姿勢接球或接球後雙腳同時落地，而沒有先移動的腳

Late player (遲到球員)：當球賽開始或在間節或暫停後重新開始時而未能及時進入球場之球員

M

Major infringement (嚴重犯規)：獲判罰球的任何行為

Match (球賽)：兩隊球隊依據投球規則進行之比賽

Match officials (球賽職員)：兩名裁判及一名後備裁判

定義

Minor infringement (輕微犯規)：獲判自由球的任何行為

Mutual infringement (相互犯規)：在比賽過程中，裁判無法確定哪支球隊犯規，或比賽停止時球在哪裡，或比賽不正常地受到影響且不能歸咎於任何一方的過錯

N

Natural body stance (自然的身體姿勢)：以穩定直立的姿勢站立或移動，包括微小的手臂動作以維持平衡或動量

Non-infringing team (非犯規隊伍)：沒有作出犯規的球隊

O

Official bench (球賽工作人員席)：球賽進行時兩名紀錄員及兩名計時員工作之地方

Opponent (對手)：對隊之球員

P

Pass (傳球)：球員以扔、拍打或彈地形式把球傳至另一球員，鬆開手讓球墜落或把球放在地上然後鬆開手

Penalty pass (罰球)：嚴重犯規之罰則。如GA或GS在射球區內獲判罰球時可傳球或直接射球

Period of play (比賽時間)：球賽中的一節或加時賽之半場

Pivot (軸心轉動)：持球球員以其落地腳的腳跟或腳前掌為軸心旋轉，並保持落地腳與地面之接觸

Player safety (球員安全)：受到保護免受可預見的傷害風險或健康和福祉損害的狀況。

Playing enclosure (比賽範圍)：包括球場、球場毗連範圍及比賽席區域

Playing time (球賽時間)：一節或半場中已進行之時間 (不包括球賽暫停之時間)

Possession (持球權)：球員以雙手或單手持球，或球在地下

定義

時，以單手或雙手握住球

Primary care person (醫護人員)：合資格診斷和治療傷病且不擔任任何其他角色（包括作為球員）的球隊職員。

R

Reckless (魯莽)：沒有思考或顧慮某些行為之後果

Reserve umpire (後備裁判員)：球賽進行時坐在裁判席上，以在有裁判傷病時替補之賽事職員

Retaliation (報復)：球員對另一球員之舉動而作出不正當之反應或行為

Roll (滾動)：球在地面持續滾動

S

Sanction (罰則)：裁判對違規球員、球隊工作人員或後備球員執行之行動(自由球或罰球)

Scorers (記分員)：技術工作人員負責記錄比賽得分以及中場球記錄和場上球員的詳細信息，其詳細職責在《世界投球技術工作人員手冊》中概述

Set (已準備)：當執行罰則的球員已持球及就位於正確位置時，罰則為「已準備」；如執行罰球時，被罰之球員亦應處於正確之位置

Shot (入球)：GA 或GS 透過傳球、拍球或使球傳向至球柱球圈，在球沒有先觸地的情況下嘗試得分

Simultaneous (同時)：同一時刻發生

Sledging (惡意調侃)：故意侮辱或口頭恐嚇對方球員。

Substitution (替代)：球隊席的球員替換場上球員

T

Tactical change (戰術換人)：當球隊選擇替換球員和/或作出球隊變更時，除了球員受傷/生病或有流血情況

定義

Team (球隊)：多至十二名球員(其中最多七名球員可同時上場作賽)及最多五名工作人員

Team bench (球隊席)：球隊工作人員及其他沒有上場之球員在球賽進行時所處之地方

Team change (球隊換位)：場上球員轉換位置

Team doctor (隊醫)：具有運動醫學資格的額外初級保健人員，明確以醫療身份行事，並獲得法律允許和保險，可以執行符合最新《運動腦震盪共識聲明》的腦震盪指引。

Team officials (球隊工作人員)：多至五名（或六名，如其中一名為隊醫），最少一名為醫護人員

Technical officials (技術人員)：坐在球賽工作人員席上的兩名記分員和兩名計時員，以及《世界投球技術工作人員手冊》中概述的詳細職責的賽事指定的任何其他工作人員。

Terminology (術語)：裁判在判罰時使用的特定短語以及指示犯規球員的比賽位置（如果適用）。

Timekeepers (計時員)：負責準確記錄比賽時間，向裁判提示比賽結束、計間節時間、暫停、退場時間和罰離場時間，其詳細職責在《世界投球技術工作人員手冊》中概述。

Trajectory (軌跡)：球傳出後所遵循的路徑，從傳球球員的手到接球球員的手。

U

Umpires' bench (裁判席)：裁判不在球場時及後備裁判在球賽進行時所坐之地方

W

World Netball (世界投球協會)：國際投球聯會有限公司的商業名稱，受國際奧委會認可作為該運動的管理機構

Y

Yield (讓路)：讓路給空中的對方球員。

量度單位

本文使用以下縮寫：

cm	公分
ft	英尺
g	克
in	英吋
m	米
mm	毫米
oz	安士

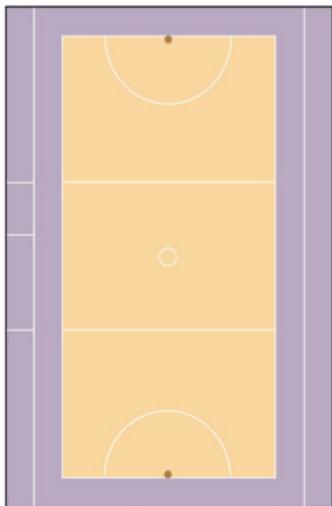
規則 1：技術規範

球場及相關區域

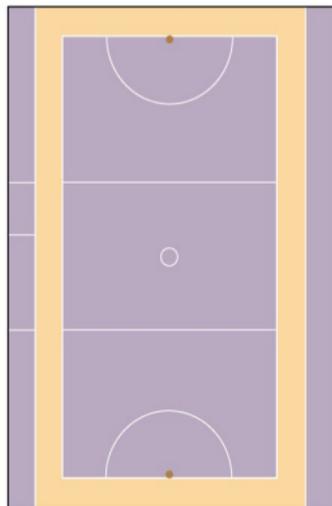


規則 1：技術規範

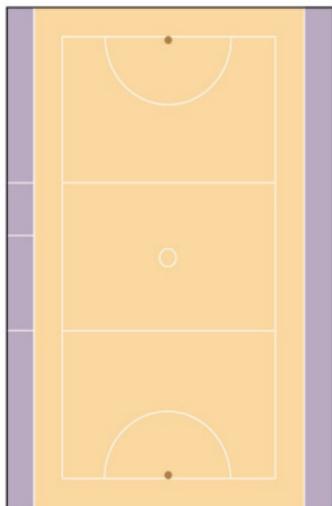
場區



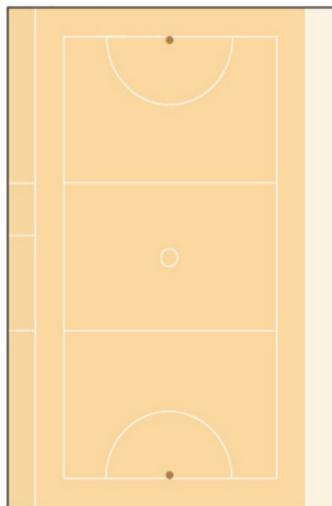
球場周邊



場區範圍



球場



規則 1：技術規範

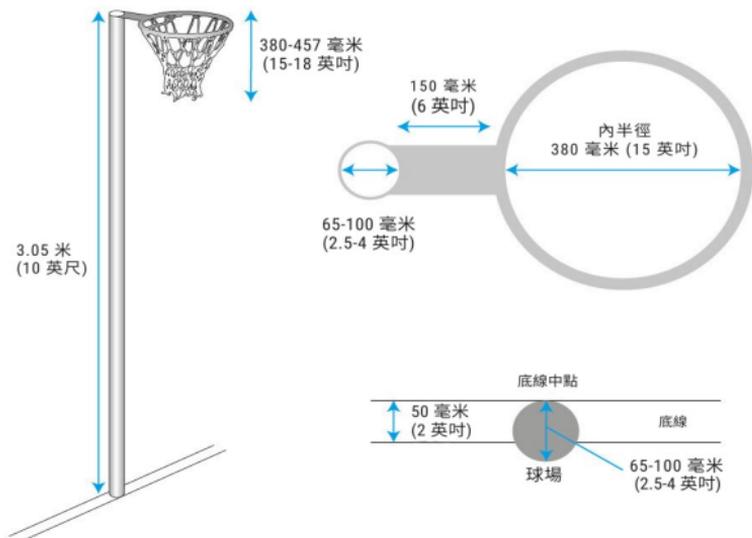
球場及相關區域

1. 球場為長方形而地面是水平且堅固。地面應為木材(富彈性的木材較佳)，但亦可使用其他物質作地板材料以便球賽能安全進行。
2. 較長的兩條界線稱為邊線，長約 30.5公尺 (100英呎)。
3. 較短的另外兩條界線則稱為底線，長約15.25公尺 (50英呎)。
4. 球場由兩條與底線平衡的橫切線分成三個等分：中間的場區稱為中場 (centre third)，而兩側則稱為側場(goal third)。
5. 球場中央劃有一個直徑0.9公尺 (3英呎) 的中圈 (centre circle)。
6. 射球區 (goal circle) 位於球場之兩末端。其區域在底線外邊正中點劃一個半徑4.9公尺 (16英呎) 之半圓形。
7. 所有界線 (最好為白色)，闊度應為50毫米 (2英吋)，均屬於每一個被界線劃分出來的場區內之範圍。
8. 場側為長方形並圍繞整個球場，場地周邊的邊緣與邊線及底線須有3.05 公尺 (10英呎) 闊度之空間。
9. 球場周邊為長方形，包括球場及場側。球賽進行時，只有上場球員及裁判員方能進入比賽場地。
10. 比賽席區域設置於比賽場地鄰近。球賽工作人員席、裁判席及雙方球隊席均於同一場側。
11. 比賽範圍包括比賽場地及比賽席區域，只有持有准許證之人士方可於比賽進行時進出此範圍。
12. 如有需要，比賽範圍可包括一個為傳媒及其他技術性工作人員而設、大小等同比賽席區的區域，此區可設置於球場的另一邊。

規則 1：技術規範

13. 柱放置在每個側場的底線的中央點上，而球柱背部或後方則伸延在場外。球柱被鑲嵌於地面或插入地面下以防止球柱移動並於碰撞下保持穩定。
14. 球柱應包括：
 - a. 直徑為 65-100 毫米及 3.05 公尺高之垂直金屬製球柱，球身應被均勻厚度的墊子包裹，厚度不超過 50 毫米（2 英吋），並覆蓋整條球柱的長度。
 - b. 由金屬做成之水平圓環，金屬條之直徑應為 15 毫米（5/8 英吋），水平圓環之內徑應為 380 毫米（15 英吋）。
 - c. 長度為 150 毫米（6 英吋）之金屬製之水平橫槓，應從球柱頂前端伸延至與水平圓環連接。
 - d. 球網（白色較佳）連繫至圓環，上下兩端開口並清晰可見。球網的長度須至少 380 毫米（15 吋），最長 457 毫米（18 吋）。

球柱



球



15. 比賽用球應：

- 球體且以用皮革、橡膠或近似之物料製造
- 圓周為690-710毫米 (27-28英吋)。
- 重量則為 400-450公克 (14-16英制盎司)。
- 應被充脹。

16. 比賽用球可以按照賽事組織方在球賽開始前規定的方式在整個比賽過程中輪換。

比賽長度

1. 一場球賽共有四節，每節十五分鐘，第一、第二節以及第三、第四節之間有四分鐘休息。中場休息為十二分鐘。（如兩隊球隊以及球賽舉辦方皆同意，中場休息時間可縮短至八分鐘）。

第一節	休息	第二節	半場休息	第三節	休息	第四節
15分鐘	4分鐘	15分鐘	12或8分鐘	15分鐘	4分鐘	15分鐘

2. 球隊於每節結束後互換射球區。
3. 比賽時間不應超過指定之時間。但如其中一隊在己方射球區內獲判罰球時，而在計時員提示完結一節比賽時仍未執行該罰球，則：
 - a. (一) 裁判會鳴哨示意結束該節比賽；及
 - b. (二) 告知球員延長球賽時間去執行罰球，包括完成在執行罰球時的任何後續犯規行為 [規則9.7]
4. 裁判可因緊急事項而延長休息時間 [規則10.23]

加時

5. 在球賽開始之前，主辦方可告知裁判及雙方球隊，如在球賽終結時出現同分，則會進行加時去決定勝方。同時亦需說明加時賽上、下半場之長度。
6. 請跟從以下程序：
 - a. (一)在球賽完結時，將有 4 分鐘之休息時間
 - b. (二)加時賽分為相同長度之上、下半場，各不多於 7 分鐘。上、下半場之間會有 1 分鐘之休息時間。球隊須互換半場進行加時賽之下半場。

休息	上半場	半場休息	下半場
4分鐘	不超過7分鐘	1分鐘	不超過7分鐘

7. 加時賽的上、下半場之首個中圈球將各由獲得下一個中圈球發球權之隊伍發出。
8. 如在加時比賽完結時，雙方得分仍然相同，比賽工作人員席應展示出一個可見的訊號示意比賽繼續，直至一隊以 2 分差距勝出。

規則 3：球隊

成員

1. 於球賽開始前，球員及球隊工作人員的名單須交給記分員，雙方球隊各委任名單中一名球員為隊長
2. 每隊最少要有五名、最多七名球員上場作賽，而其中一人必須為中鋒 (Centre)。

行動：

- a. 如果其中一隊不足五名球員，裁判將判另一隊為比賽勝方。
- b. 如果其中一隊有多於七名球員在球場上，額外的球員應被立刻趕離球場。球權將屬於對隊。如額外球員延遲離場，裁判會判罰延遲球賽 (delaying play) [規則 19.1] 和 [規則 19.2]

術語：不正確球員數目 (Incorrect team numbers)

3. 每隊有各自的球隊席。此為球隊工作人員及後備球員在球賽進行期間所處之地方。後備球員在有合理之原因下，可於球賽進行時離開球隊席(如進行熱身)。工作人員也可以移動至場邊周圍，去示意戰術或在暫停時向球員提供水或處理球員傷病或流血的情況。

未能出賽

4. 當裁判指示距離球賽開始前還剩 10 秒時，球員必須上場。

規則 3：球隊

5. 如有至少五名球員在場，球隊則必須作賽，而其中一名球員必須擔任中鋒。
6. 如果比賽開始時球隊沒有五名球員在場，裁判將等待最多 30 秒以等待其他球員到場。

動作：

- a. 如果球隊在 30 秒內上場，裁判會開始比賽，並且在鳴哨發中圈球後，犯規判罰遲到球隊延遲比賽[規則 19.1] 和 [規則 19.2]。
- b. 如果球隊未能在 30 秒內上場：裁判將判對方球隊勝出。

術語：未能上場 (Failure to take the court)

7. 球隊在暫停後應應裁判要求上場，但如球隊延遲上場，則在比賽重新開始後，裁判會判罰該隊延遲比賽 [規則 19.1] 和 [規則 19.2]。如果比賽擬以中圈球而重新開始，則在鳴哨發中圈球聲後立即判罰。

球員遲到

8. 任何遲到的球員可以在通知裁判後，在下一個球賽空檔時上場填補空缺。

行動：任何遲到的球員只可在正確時機上場，持球權會給予對方球隊。

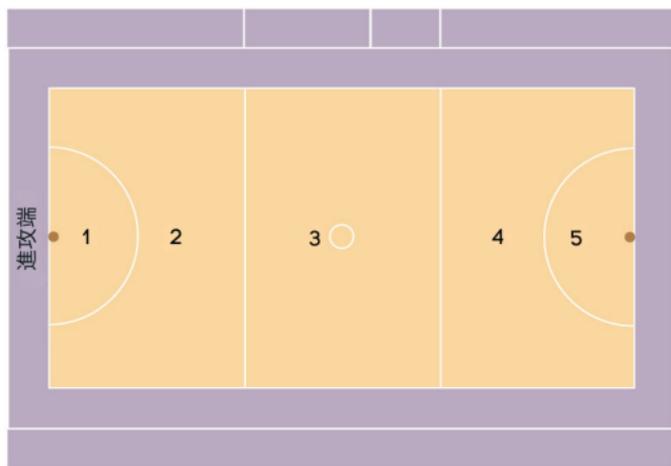
術語：不正確地上場 (Incorrect entry)

PLAYERS

9. 比賽期間，球員必須穿著：
 - a. 已註冊的比賽隊服，須印上其姓名或分配的球隊編號，必須與對方球隊的比賽隊服不同。
 - b. 合適的無釘運動鞋。
 - c. 比賽位置的字母高 150 毫米 (6 英寸)，必須清晰可見，並將其佩戴在身體正面和背面的腰部之上。

10. 位置名稱及其英文簡寫為：射球手 (GOAL SHOOTER, GS)、攻擊手 (GOAL ATTACK, GA)、翼鋒 (WING ATTACK, WA)、中鋒 (CENTRE, C)、翼防衛 (WING DEFENCE, WD)、後衛 (GOAL DEFENCE, GD)、守球手 (GOAL KEEPER, GK)。

規則 3：球隊



位置	活動範圍				
GS 射球手	1	2			
GA 攻擊手	1	2	3		
WA 翼鋒		2	3		
C 中鋒		2	3	4	
WD 翼防衛			3	4	
GD 後衛			3	4	5
GK 守球手				4	5

規則 3：球隊

11. 所有球員在場上都有指定的允許移動的區域。(see diagram opposite)
12. 球員不得佩戴任何可能危害自己或其他球員的物品，特別是：
 - a. 不得佩戴任何身體穿環，包括耳環。
 - b. 不得佩戴可能危及運動員安全的設備。
 - c. 不得佩戴通訊設備。
 - d. 佩戴的任何其他設備必須用膠帶和/或襯墊牢固地覆蓋。
 - e. 如果醫療設備已用膠帶和/或襯墊牢固地覆蓋，則可以佩戴。
 - f. 可以穿戴球員監控設備，只要把它們固定在比賽服內即可。
 - g. 指甲必須修短而光滑。
 - h. 頭髮必須適當地紮在腦後（例如紮成馬尾辮、辮子或辮子），並且不得帶有任何頭飾。
13. 隊長的角色：
 - a. 比賽開始前，雙方隊長在球場上進行擲毫。甲隊隊長擲硬幣，乙隊隊長猜（除非賽事主辦單位另有規定）。
 - b. 擲毫的勝者決定是否要第一個中圈球或選擇進攻端。如果擲毫勝者決定選擇第一個中圈球，則對方隊長必須選擇進攻端，反之亦然。
 - c. 隊長將把擲毫結果通知賽事工作人員席和裁判。
 - d. 在間節期間，隊長和/或任何其他相關球員可以向裁判釐清任何規則。裁判必須以易於理解的方式提供說明。
 - e. 如果隊長不在場上，將向裁判建議場上隊長。
 - f. 場上隊長必須配戴賽事主辦單位指定的身份證明（例

規則 3：球隊

如臂章或比賽服上的釘章)。

球隊工作人員

14. 一支球隊最多可以有五名球隊工作人員。其中包括一名教練和至少一名初級保健人員。
15. 一支球隊可以有第六名球隊工作人員，但需是隊醫。
16. 初級保健人員：
 - a. 必須配戴賽事主辦方指定的身份證明（例如臂章）。
 - b. 可以在球員因受傷/生病或流血而暫停球賽期間進入球場。
 - c. 在球員安全受到威脅的極端情況下，可以在比賽進行時進入球場。
 - d. 如果球員因病重/受傷而無法在 30 秒內離開球場和/或需要進一步幫助，則必須告知裁判。
 - e. 告知後備裁判希望暫停比賽，以方便替換任何因疑似腦震盪的場上球員。
17. 任何一支球隊的工作人員都可以要求觀察裁判擲毫 [規則 4.5]。

規則 4：球賽工作人員

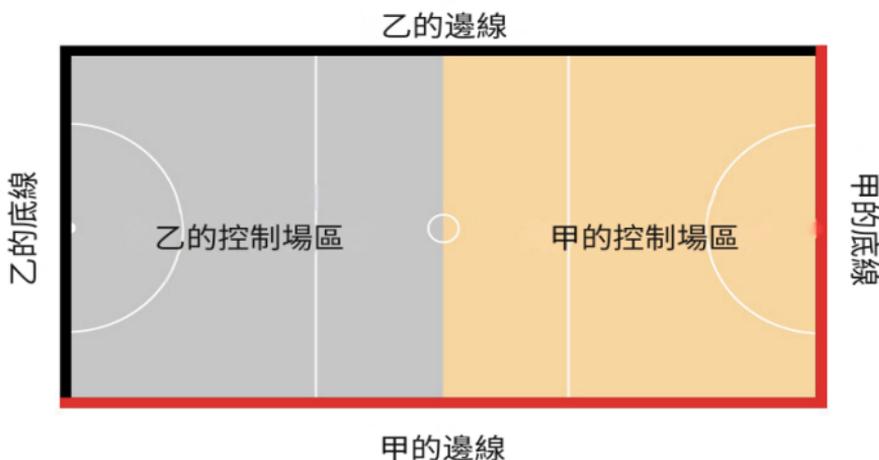
裁判

1. 裁判員須依據投球規則指示管理球賽，亦應適當處理一些投球規則未能兼顧的事項。裁判員們應合作無間，於有需要時可要求另一半場的裁判員協助判決。
2. 裁判穿著的服裝須與球隊比賽服不同，並穿著合適的運動鞋。
3. 在賽事開始前，兩名裁判須：
 - a. 賽地周邊、球柱及球符合 [規則1] 之要求。
 - b. 在場外檢查所有球員以確保其符合 [規則3.9] 及 [規則3.12] 之要求。
4. 裁判確保[規則 4.3]在整場比賽中受遵守，以提供安全的比賽環境。如果球員在比賽過程中任何時候未能遵守這些要求，他們將被視為遲到球員而受到判罰 [規則3.8]。
5. 隊長向裁判通知擲毫結果，即進攻方向和首個中圈球，裁判會立即擲毫決定執法之場區。擲毫得勝之裁判須負責靠近比賽工作人員席之邊線及面對球場時右側之半場。每名裁判會在整場賽事中負責同一半場。
6. 裁判須鳴笛：
 - a. 通知球員距離比賽開始前還剩 30 秒和 10 秒。
 - b. 示意每節/半場開始和結束。
 - c. 在球員入球得分後示意重新發球繼續比賽。
 - d. 示意處罰犯規。
 - e. 可於有需要時澄清及指示球已出界。
 - f. 通知計時員在暫停時停止計時及重新開始計時。
 - g. 通知球員還有 10 秒鐘結束暫停。
7. 在判罰違規行為時，裁判會吹哨，使用正確的術語陳述違規行為，使用相關的裁判手勢（如果適用）並指示在何處

規則 4：球賽工作人員

採取罰則或行動。如果需要澄清，也可以加以說明罰則或行動。

- 除 [規則 4.11]、[規則 4.13] 和 [規則 8.6] 規定的情況外，每位裁判控制包括底線線在內的半場並作出裁決。為此，球場的長度以一條底線到另一條底線的垂直中心分為兩半。



- 裁判沿著邊線和在底線後方移動以監察球賽並做出決定。理想情況下，他們應該在比賽期間遠離球場範圍。
- 如果比賽期間球擊中場上的裁判，或者裁判干擾到場上球員的動作，球賽不會停止，除非對一支球隊不公平及不利，在這種情況下，會在暫停時球的位置上把持球權判給該隊。
- 每位裁判負責判決在一邊邊線上的所有有關擲界外球的決定，包括發界外球的球員或防守該球員的任何對手的犯規。

規則 4：球賽工作人員

12. 如果在另一裁判的半場做出了判罰或行動，一旦確定判罰或行動，該裁判員將恢復控制權。
13. 任一裁判都可以因球員受傷/生病或流血、緊急情況或其他極端情況或犯規而暫停比賽。如果球員正在射球，則可以先完成射球，除非情況需要緊急暫停時間。

後備裁判

14. 後備裁判：
 - a. 在球賽進行時替代有身體不適/受傷之裁判。在替代之前應留意所有目前在該球賽所採取的球賽管理行動及其原因。
 - b. 在球賽開始前或間節時協助裁判員處理任何程序，包括觀察兩隊隊長擲毫選擇球權和兩名裁判擲毫決定執法場區。
 - c. 球賽進行時坐在裁判席上，如其他兩名裁判在間節時離開比賽範圍，後備裁判則需要繼續留在裁判席上。
 - d. 在球員被暫停作賽 (suspension) 時監督該名球員與及告知該球員暫停作賽之時間結束。
 - e. 在球員被驅逐離場時監督該名球員與及告知該球員離場之時間結束。
 - f. 用手提示中圈球方向。
 - g. 在遲到的球員報到進入球場之前，檢查之前未檢查過的任何遲到的球員 [規則 3.8]。
 - h. 如果獨立腦震盪觀察員或初級護理人員希望停止比賽以方便更換任何疑似腦震盪的場上球員，則向其他兩名裁判提出建議。

規則 5：技術及賽事工作人員

詳細職責

1. 裁判必須了解《世界投球技術工作人員手冊》中概述的技術工作人員的具體職責和適用細節。這包括記錄任何警告、暫停作賽或驅逐離場。
2. 裁判也應熟習《世界投球賽事和商業營運手冊》以及《世界投球賽事紀律規定》的相關內容。

記分員

3. 記分員共同負責準確記錄分數。
4. 比賽開始前，記分員記錄所有球員的姓名（包括比賽開始時的上場位置）和球隊工作人員的姓名。
5. 球賽進行時，記分員須：
 - a. 記錄任何球員替換及/或位置轉換。
 - b. 記錄雙方的得分及失敗射球。
 - c. 記錄雙方所開出之中圈球。
 - d. 記錄雙方所開出之中圈球。
 - e. 暫停後馬上示意應開出中圈球之球隊進攻方向。
 - f. 通知裁判員如有指示錯誤中圈球之情況。

計時員

6. 計時員共同負責確保每一節比賽及間節時間長度準確。
7. 球賽進行時，計時員須：
 - a. 在每節/半場比賽開始前尚餘30秒與及尚餘10秒時通知裁判員。
 - b. 在裁判員鳴笛指示比賽開始時開始計時。
 - c. 當一節/半場指定的累計時間完結時，以電子或口頭通知方法通知裁判鳴笛結束球賽。如主裁判不知情，副

規則 5：技術及賽事工作人員

裁判也可以結束比賽。

- d. 當裁判示意比賽暫停時暫停計時，及於裁判示意比賽繼續時恢復比賽時間計時。
- e. 在比賽因受傷/不適、流血或緊急事故而暫停時，計時員須於暫停時限完結前尚餘10秒時通知裁判。
- f. 為被暫停作賽的球員記錄兩分鐘的停賽時間，並在時間結束後通知後備裁判。
- g. 為被罰離場的球員計時四分鐘，並在時間結束後通知後備裁判。

賽事主辦單位

8. 球賽開始前，賽事主辦單位應：
 - a. 向比賽期間可能進入比賽場地的人員頒發許可。
 - b. 依照規定的規格準備比賽場地、球柱和比賽用球。
 - c. 安排並指定一名獨立的腦震盪觀察員。
 - d. 規定比賽期間比賽用球和輪換方式。
 - e. 確認球場或球上有血跡時應遵循的程序。
 - f. 確認半場休息時間的長度。
 - g. 決定如果全場比分相同是否進行加時賽（以及每半場的時間長度）。
 - h. 確認場上隊長和初級保健人員佩戴的身份證明。
 - i. 在兩位裁判指示中圈球不正確的情況下，計分員通知裁判的方式。
9. 球賽進行時，賽事主辦單位須：
 - a. 與裁判一起決定因緊急情況而暫停的時間以及球員是否可以離開球場。
 - b. 根據裁判的要求，將任何球隊工作人員和/或後備球員

規則 5：技術及賽事工作人員

逐出比賽場地。

- c. 如有需要，請援引任何活動延遲、改期或取消的指引。
- d. 如果認為球員和/或工作人員的安全受到威脅，則指示裁判結束比賽。

規則 6：罰則和行動

類型

1. 在球賽進行時，裁判員可對犯規行為進行判罰並授予非犯規隊伍一項罰則或行動如下：

	類型	獲判	執行位置
罰則	自由球	輕微犯規	犯規發生的位置
	罰球	嚴重犯規	犯規球員站立的地方（除非這對非犯規球隊不利，在這種情況下，將在被犯規球員站立的地方進行處罰）
動作	界外球	出界	球出界的位置
	球權	同時犯規、相互犯規以及 [規則 3.2], [規則 3.8], [規則 4.10] 及 [規則 6.17]	在球賽停止時球的位置

2. 罰則和行動是判給一方球隊，故可由任何一名可於該場區活動之球員處理，除 [規則 6.17] 的情況下。處理罰則的球員必須在裁判員指示的位置執行罰球。

罰則：如果在場上犯規，則判自由球。

行動：若犯規發生在場外，則由對方球隊擲界外球。

術語：不定

規則 6：罰則和行動

自由球的條件

3. 球員開自由球時並不可以直接射球。
罰則：自由球及沒有入球得分。
術語：自由球射球 (*Shooting from free pass*)

罰球的條件

4. 犯規者必須罰站，這代表犯規者必須：
 - a. 盡快移至裁判員示意之位置。
 - b. 站在開罰球者旁邊，保持一定距離，並且不能阻礙其開罰球。
 - c. 在球離開開罰球球員的手之前停留在上述位置不動，亦不可參與球賽(包括言語上)。罰則：再一步判罰球並可更靠前執罰 (*advanced*)[規則 18.17]。
術語：參與 (*Participating*)
5. 在罰球開出前，對方球員並不可以阻擋或接觸開罰球之球員。
罰則：在第二名犯規球員位置開罰球，所有犯規球員須罰站。
術語：如[規則 16] 及 [規則 17]所述
6. 如射球手 (Goal Shooter, GS) 或攻擊手 (Goal Attack, GA) 在射球區內開罰球，球員可傳球或直接射球。如罰球在計時員示意比賽時間完結前已被判罰但未執行時，裁判員將鳴笛以示意比賽時間完結及告知球員比賽時間將會延長去執行罰球及相關後續罰球 [規則 9.7]。
7. 負責處理罰球之球員，如果已經位於正確之位置，可以選擇於罰則設定之前開出罰球。
 - a. 當有必要澄清球員已選擇立即開罰球時 (例如，在鳴

規則 6：罰則和行動

哨以處罰嚴重犯規後射球)，裁判員可宣布該處罰“已被執行”(taken)。

- b. 如球員選擇馬上開出罰球時，在球離開開罰球者之手之前，犯規者不可參與球賽，或試圖攔截罰球。

罰則：再一步判罰球並可更靠前執罰 (advanced)[規則 18.17]。

術語：參與 (Participating)

8. 如犯規者在開罰球前更換位置或被替換，替換至犯規者位置之球員則須罰站
9. 如有球員被暫停作賽或驅逐離場，對隊因此獲得罰球時，犯規球員所屬隊伍並沒有任何球員須為此罰球罰站。

界外球的條件

10. 球員如因拾球或開界外球而走出球場，須予該球員在離場或開界外球之地點再次進入球場。

罰則：在該球員離場時附近的場上位置執行罰球。

術語：防止進場 (Preventing re-entry)

11. 負責開界外球的球員必須：
 - a. 站在球場外，在裁判員示意之位置上，至少把其中一腳放在距離界線不多於15公分(6英吋) (該腳會被視為落地腳)。
 - b. 在持球時，不可踏入非屬於本身活動範圍之區域。

罰則：由另一隊在犯規位置開界外球。

術語：不正確開界外球 (Incorrect throw-in)

12. 負責開界外球之球員必須將球傳至：
 - a. 從底線至最接近之側場內。
 - b. 從邊線至最接近或相鄰之側場或中場內
- 罰則：在球進入錯誤區域的位置開自由球。

術語：橫越場區 (Over a third)

規則 6：罰則和行動

13. 開界外球之球員須在開出界外球以後才踏入場內 (包括不能踏在邊線或底線上)。
行動：由另一隊在相同位置開界外球。
術語：不正確開界外球 (Incorrect throw-in)
14. 傳出界外球後，球必須進入球場內。
行動：由另一隊在相同位置開界外球。
術語：不正確開界外球 (Incorrect throw-in)

持球權

15. 球賽期間，裁判員可以將持球權判給某隊。如果位於射球圈內，則射球手 (GS) 或攻擊手 (GA) 可以傳球或射球。
16. 在同時或相互犯規的情況下，持球權將授予在犯規之前最後擁有球權的球隊，即球賽暫停時球所在的位置。
17. 如果兩名對手球員在比賽過程中快速連續地獲得持球權，裁判可以透過喊出「控球」(possession) 並指示首先獲得持球權的球員的球隊和比賽位置來允許球賽繼續進行。對方球員必須迅速移開手，否則將因接觸而被判罰 [規則 17.1]。

所有罰則和行動的條件

18. 任何執行處罰或行動的球員也必須遵守規定的送球規則 [規則 11] 和傳球距離 [規則 12]。
罰則：如犯規在場上發生，即判自由球。
行動：如犯規在場上發生，即判對隊界外球。
術語：如 [規則 11] 及 [規則 12] 所述
19. 任何執行處罰或行動的球員都必須遵守步法規則 [規則 13]。
。將腳放置在所示位置會被視為“單腳落地”。
罰則：如犯規在場上發生，即判自由球。

規則 6：罰則和行動

行動：如犯規在場上發生，即判對隊界外球。

術語：步法 (Footwork)

規則 6：罰則和行動

球賽間歇期間的違規行為

20. 在球賽進行，即使球不在運行，球員也不能違反任何規則。這包括：
- 在球出界後與執行界外球前；
 - 在判罰罰則後與執行罰則或行動前。這不包括球員進入越區範圍拾球；
 - 在入球後與執行中圈球前；
 - 在比賽暫停時。
- 罰則：自由球(輕微犯規)或罰球(嚴重犯規)。
- a* 和 *b*：馬上判罰。
- c* 和 *d*：響哨示意球賽繼續後才判罰。

規則 7：得益

原則

1. 當對手犯規時，球隊不應成為不利的一方。裁判員會避免鳴哨示意犯規，因此舉可能對非犯規球隊造成不利，所以裁判員會示意得益犯規，並容許球賽繼續進行。
2. 當非犯規球隊有明確的機會繼續進攻時則可以使用得益：
 - a. 位置得益 (接近非犯規球隊的射球端)
 - b. 戰術得益 (非犯規球隊可自由地繼續進攻)
 - c. 結合以上位置及戰術得益
3. 裁判員透過以下動作示意得益：
 - a. 喊出「得益」(advantage) 並說明有關犯規和犯規球員的位置；和
 - b. 利用裁判手號示意得益

不可應用的情況

4. 以下情況不可使用得益：
 - a. 任何不公平、違犯體育精神的行為或危險動作。
 - b. 任何會導致罰停或驅逐離場的行為。
 - c. 任何導致頭部和/或頸部接觸或頭部和/或頸部與比賽場地的任何部分 (包括球柱) 接觸的事件
 - d. 任何懷疑有球員嚴重受傷的情況。

得分的情況

5. 如果已因犯規而鳴哨，則必須給予罰則，除非已進球得分，對非犯規球隊有利，裁判才會認證該進球。在發出進球手勢時，裁判會同時喊出「得益」並說明犯規者的犯規行為和比賽位置。

規則 8：中圈球

原則

1. 球賽會於每一節/半場開始時及入球後開中圈球。中圈球由兩隊中鋒 (Centre) 交替發球。
2. 兩名裁判應在每節比賽開始和結束時與記分員檢查正確的中圈球。任一裁判都可以在比賽期間要求暫停時間，與記分員一起檢查正確的中圈球。
3. 每節比賽中的第一個中圈球會由控制發中圈球進攻方的裁判鳴哨開始。
4. 球賽期間，由控制最後得分場區的裁判開始中圈球。
5. 示意進球後，場上裁判和後備裁判都會指示下一個中圈球的方向，主控裁判會喊出發中圈球的球隊名稱：
 - a. 如果兩名裁判不同意或不確定，他們必須向記分員澄清下一個中圈球的方向。
 - b. 如果兩名裁判員指示的中圈球方向不一致，在執行中圈球之前，記分員須透過電子和/或口頭方式通知裁判。
 - c. 如果場上球員在執行中圈球之前提出上訴，裁判將與記分員核對並確認正確發中圈球的球隊。
6. 在發中圈球時發生的任何犯規，裁判應先鳴哨發中圈球，然後再次鳴哨判罰有關犯規。控制中圈球的裁判負責發中圈球的中鋒球員和任何防守該傳球的對手有關犯規。
7. 在發中圈球時，如在結束一節比賽的哨聲響起之前出現以下情況，即等同未發中圈球：
 - a. 球仍在中鋒手中，而該隊沒有球員受到判罰。
 - b. 球被對手從中鋒手中擊落。
 - c. 對方球隊的任何違規行為已受到判罰，但未受罰

球員位置

8. 負責開球之中鋒須最少有一腳完全地踏入中圈內。

規則 8：中圈球

罰則：在中圈發自由球。

術語：不正確位置 (Incorrect position)

9. 對方中鋒須於中場(Centre Third)，並可以自由活動。
罰則：在中場發自由球，在對方中鋒靠近的側場橫切線。
術語：不正確位置 (Incorrect position)
10. 即將發中圈球時，球員必須身處在場上正確的場區。
罰則：在球員身處的不正確位置發自由球。
術語：不正確位置 (Incorrect position)
11. 除了中鋒，其他球員不可在鳴哨前進入中場。
罰則：在中場發自由球，靠近從球員進入中場的橫切線。
術語：闖入中場 (Breaking)

控制中圈球

12. 當比賽開始哨聲響起時，持球中鋒可以走出中圈，但必須遵守步法規則 [規則13]。如果鳴哨時：
 - a. 只有一隻腳完全位於中圈內，該腳將被視為落地腳。
 - b. 雙腳完全在中圈內，首先未移動的腳將被視為落地腳。罰則：在中圈發自由球
術語：步法 (Footwork)
13. 中鋒須於三秒內傳球。
罰則：在中圈發自由球。
術語：持球多於三秒 (Held ball)
14. 球員在觸碰或接住中圈球，必須符合以下條件：
 - a. 完全站在中場內，或
 - b. 單腳或雙腳完全落在中場。罰則：球員在側場接球的位置發自由球。

規則 8：中圈球

術語：未受觸碰的中圈球 (Untouched)

15. 中圈球不可以未被觸碰便越過中場邊線出界

行動：界外球

術語：出界 (Out of court)

16. 發中圈球的球隊球員不得

- 在空中觸球或接住球，然後雙腳同時跨過橫切線落地，或
- 在空中觸球或接住球，然後全部或部分腳落在界外，或
- 球未依[規則 8.14] 被觸碰，則但在側場觸碰或接住球。

罰則：球員在側場靠近橫切線或在球員出界附近發自由球。

術語：未受觸碰的中圈球 (Untouched)

17. 如果是對方球隊的球員做出以下動作，裁判可以運用得益 [規則 7] 並允許比賽繼續進行：

- 在側場接住中圈球，或
- 空中接球後雙腳跨過橫切線 (該球員隨後的傳球被視為從側場傳出)。

規則 9：入球

條件

1. 當射球手 (GS) 或攻擊手 (GA) 在射球區內任何一點射球，包括射球區之界線，球完全地由上而下穿過球圈，即算入球。
2. 如在響哨結束或暫停球賽前，球已離開射手球員的手而且球進，即成功得分。如果射球失敗，但發生有關 [規則9.7] 的違規：
 - a. 如果這種情況發生在球賽結束時，則將延長球賽以進行罰球，包括有關該罰球或根據 [規則 9.7] 的任何後續犯規行為。
 - b. 在所有其他時間點，會以罰球重新開始球賽。
3. 如防守球員使射球轉向，令球從球圈上方完全地穿過球圈，則算入球。
4. 如在任何其他情況下球完全穿過球圈，則不算進球並繼續比賽。
5. 裁判會垂直舉起一隻手臂來表示入球得分。

射球

6. 球員射球必須：
 - a. 接球或觸球時不可接觸射球區外之地面。球員可倚在射球區外的側場的球上或把球滾向自己或從該處拾起球，唯不可接觸射球區外之地面。

罰則：在球員與射球區外範圍有接觸的地面上執行自由球。入球無效。

術語：不當射球 (*Incorrect shot*)
 - b. 接球後3秒內射球。

罰則：自由球

規則 9：入球

術語：持球 (超過三秒) (*Held ball*)

c. 遵守步法規則 [規則 13]。

罰則：自由球

術語：步法 (*Footwork*)

7. 防守球員不可以：

a. 移動球柱以干擾射球。

b. 使向下往球圈飛行的球偏轉，包括從網底向上觸球。

罰則：罰球。如入球成功，即算得分。

術語：干擾射球 (*Interference with shot*)

規則 10：暫停

規則 10：暫停

1. 雙方球隊都有權利進行換人和/或陣容調整：
 - a. 間節休息期間。
 - b. 當比賽因球員受傷/生病或流血而暫停時。
2. 雙方球隊都可以在進球後，場上球員提出請求暫停時間，繼而立即做出戰術改變(tactical change)，以確保：
 - a. 裁判很清楚，該請求是為了作出戰術改變，而不是因球員的受傷/疾病或流血。
 - b. 任何在場球員立即離開球場或更換比賽位置。
 - c. 任何替補球員立即在場上就位。
 - d. 包括初級保健人員在內的所有球隊工作人員都留在球隊替補席上。
 - e. 裁判能夠迅速重新開始比賽，因此比賽的進行節奏不會受到影響。
3. 如果任一隊花過多時間完成換人，則會因延遲比賽而受到處罰 [規則19.1] 和 [規則19.2]。進行戰術換人後，將進行下一個中圈球。
4. 比賽期間，只要所使用的球員是已登錄比賽的球員，替換和/或換位置的次數並不受限制。然而，如果戰術改變請求的數量變得隨便，裁判可以拒絕該請求和/或判罰違規球隊延遲比賽 [規則19.1] 和 [規則19.2]。

程序

5. 裁判員必須喊暫停：
 - a. 場上球員、初級保健人員或獨立腦震盪觀察員為受傷/疾病提出要求時。
 - b. 當他們發現出血、傷口開口或沾有血跡的衣服時。
6. 裁判可以在緊急情況或其他極端情況下暫停比賽。
7. 在暫停時：

規則 10：暫停

- a. 球員受傷/生病或流血的情況下：所有未受影響或被替換的球員須留在場上。兩名裁判均留在各自的邊線上。
- b. 在緊急情況或其他極端情況下：賽事進辦單位決定球員和/或裁判是否需要離開球場。
- c. 除 [規則 10] 規定外，球隊工作人員不得進入球場。

罰則：在比賽停止時球所在的場上位置發自由球。

術語：不正確的暫停情序 (Incorrect stoppage procedures)

8. 比賽會從比賽停止時球的位置重新開始：
 - a. 如果球在場外，則以發界外球重新開始。
 - b. 如果在比賽暫停時已發出犯規信號，比賽將重新開始並給予處罰。
 - c. 如果在裁判暫停時間時球員擁有球權，則該球隊的任何被允許進入該區域的球員都可以在比賽重新開始時持球。
 - d. 如果球在地上或裁判無法判斷哪支球隊擁有球權，則球權將授予在停賽前最後擁有球權的球隊，並且該球隊的任何球員都允許該地區重新開始比賽。

球員受傷/生病或流血

9. 裁判向場上球員證實請求後，或因出現明顯和/或嚴重的傷害，在沒有球員請求的情況下，以受傷/疾病為理由暫停比賽。
10. 初級護理人員或獨立腦震盪觀察員可向後備裁判建議要求暫停時間，以方便替換任何因疑似腦震盪的場上球員。
11. 在球員安全受到威脅的極端情況下，初級護理人員或獨立腦震盪觀察員可以在比賽進行時進入球場。其中一名裁

規則 10：暫停

判將立即暫停比賽。如果初級保健人員濫用此安全預防措施，他們可能會受到 [規則 18.44] 中所述受罰。

12. 如果裁判發現任何球員有傷口開口或正在流血（包括沾有血跡的衣服），則可暫停球賽。
13. 在上述所有情況下，相關球員必須在 30 秒內離開球場並在場外接受治療。計時員會在剩下 10 秒時通知裁判。
14. 僅允許初級保健人員在球場上評估球員的醫療狀況。在到球場上協助球員之前，他們可能會要求獨立腦震盪觀察員提供進一步的幫助。
15. 如果初級護理人員或獨立腦震盪觀察員告知裁判無法在 30 秒內安全移走相關球員，裁判將延長該球員離開球場的時間，並相應通知賽事工作人員席。
16. 如有需要，裁判可授權其他人員（包括球隊工作人員）協助球員離開球場。
17. 任何其他球員，如身體或衣服上沾有血跡但沒有流血，可以在裁判允許的暫停時間內離開場上進行清潔，而無需被替換。然而，任何沾有血跡的衣服都必須在裁判允許的暫停時間內更換，而這種情況可能發生在遠離比賽場地的地方。
18. 如果球上有血跡，則應更換球，並且在比賽重新開始之前，必須按照賽事主辦方的指示清除球場上的所有血跡。
19. 在暫停期間，兩支球隊都可以進行換人和/或換位置，前提是在裁判允許的暫停時間內完成這些動作。
20. 如果沒有替換受傷/生病的球員，或者有傷口開口或正在流血（包括沾有血跡的衣服）的球員，比賽可以在欠缺其位置下繼續。如果該球員是中鋒且沒有替換，則必須由場上球員移至中鋒位置以使比賽繼續進行。
21. 若該位置空缺，則相關球員或替補球員不得在比賽進行期

規則 10：暫停

間進入比賽，否則將被視為遲到球員 [規則 3.8]。

22. If 如果該位置變成空缺，則相關球員或替補球員可以在下一次比賽間歇時替換。如果該球員在停賽時原本是中鋒，裁判將暫停比賽，以便他們可以回到中鋒位置，任何移至中鋒位置的球員都可以回到之前的比賽位置。

緊急情況

23. 如果球員嚴重受傷/生病、賽事工作人員或技術工作人員受傷/生病、球場、球柱或球出現問題、天氣或技術設備出現故障或在其他極端情況下，裁判可以暫停比賽或延長休息時間。
24. 裁判員與賽事主辦方共同決定暫停的時間長度並確保比賽盡快重新開始。
25. 如果比賽時間會發生實質損失（例如球離開比賽場地），裁判可以暫停時間。否則，比賽時間不應停止，包括裁判在判罰非犯規行為時，或球場或球上偶然有水漬但不影響比賽時。
26. 如有需要，賽事主辦方可以引用任何延遲、改期或取消政策。在極端情況下，如果認為球員和/或工作人員的安全受到威脅，他們也可以指示裁判結束比賽。

規則 11：對球之動作

獲取球權

1. 球員可透過以下動作獲取球權：
 - a. 用單手或雙手接球
 - b. 把球滾向自己
 - c. 把從球柱反彈的球接住
 - d. 擊(Bat)球一次，然後接球
 - e. 彈(Bounce)球一次，然後接球
 - f. 在未能妥當控球的情況下觸球一次或多次，然後接球
2. 球員不可以摔倒在球上以獲取球權，也不得在躺著、坐著或跪在地上時獲取球權。

罰則：自由球

術語：在地上持球 (*Playing ball on ground*)

3. 球員不用使用球柱作為支撐，包括獲取或重奪球權。

罰則：自由球

術語：使用球柱 (*Using the goalpost*)

持球時

4. 持球球員須在3秒內傳或射球。

罰則：自由球

術語：持球過時 (*Held ball*)
5. 球球員都可以用單手或雙手傳球。射球手(GS)或進攻手

規則 11：對球之動作

(GA)在射球圈內持球時可以傳球或射球。

6. 持球並釋放球後，球員不可在球觸及另一名球員或從球柱反彈之前再次觸球。

罰則：自由球

術語：重覆獲取球權 (*Repossession*)

沒有持球時

7. 沒有正式持球時，球員可以：

- 擊或彈球至另一球員
- 擊一次球，然後再擊或彈球至另一球員
- 彈一次球，然後再擊或彈球至另一球員
- 在未能妥當控球的情況下觸球一次或多次，然後再擊或彈球至另一球員

罰則：自由球

術語：重覆打球 (*Replayed ball*)

禁止行為

8. 球員不可以：

- 踢球
- 用拳頭擊球
- 把球滾向另一名球員
- 躺著、坐著或跪在地上時傳或射球

罰則：自由球

術語：不正確打球 (*Incorrect playing of the ball*)

規則 12：傳球距離

短傳

1. 球員傳球時，傳球者與接球者雙方兩手之間必須有充足位置，以容許身處球場內的對方球員可以攔截或擋拍移動中的球。
罰則：在接球球員所站的位置執行自由球。
術語：短傳 (*Short pass*)
2. 如同隊兩名球員在非常短的時間內先後接球，首先持球的球員須保持持球，而第二名觸球的球員則必須移開雙手。如最終是後者持球，則會被視為短傳。
罰則：在後者最終持球的位置執行自由球。
術語：短傳 (*Short pass*)

規則 12：傳球距離

橫越場區

3. 在每個側場或中場必須有其中一名球員觸碰到或接著球
4. 球員觸碰或接球時必須：
 - a. 在觸碰球或接球時雙腳已經完全站立在有關側場或中場內；或
 - b. 在空中接球或觸碰球後，以單腳首先或雙腳完全在有關側場或中場內落地

罰則：在球錯誤進入的場區的橫切線處發自由球

行動：如果球出界，則判發界外球

術語：橫越場區 (*Over a third*)

5. 球員在正確的側場/中場內接球著地後，可踏進相鄰的側場/中場。球員之傳球將被視為由著地的側場/中場傳出。
6. 若球員在接球後以雙腳同時落地並跨著橫切線或接球時雙腳已經完全站立並跨著橫切線，傳出之球必須首先在此側場及中場其中一個場區被觸碰或接著。

罰則：在球錯誤進入的場區的橫切線處發自由球

術語：橫越場區 (*Over a third*)

規則 13：步法

單腳落地

1. 球員接球時，如其中一隻腳已經站在地上，或在空中接球後以單腳落地時，可以：
 - a. 以第二隻著地的腳踏向任何一方，提起落地腳並在落地腳再次觸地之前傳球或射球。
 - b. 以落地腳作軸心轉動時，以第二隻著地的腳一次或多次踏向任何一方。可以提起落地腳，但須於此腳再次觸地前將球傳球或射球。
 - c. 以落地腳起跳後用另一隻腳落地後再跳起，但須於任何一腳觸地前將球傳出或射出。
 - d. 以第二隻著地的腳踏步並起跳，但須於任何一腳再次觸地前將球傳出或射出。

罰則：自由球

術語：步法 (Footwork)

雙腳落地

2. 球員接球時，雙腳已經站立在地上，或在空中接球後雙腳同時落地，可以：
 - a. 以其中一隻腳踏向任何一方，提起第二隻腳，並在第二隻腳再次觸地前把球傳出或射出。
 - b. 以其中一腳一次或多次踏向任何一方，同時利用第二隻腳作軸心轉動。球員可提起第二隻腳但必須於此腳再次觸地前把球傳出或射出。
 - c. 雙腳起跳後以其中一隻腳落地，但必須於第二隻腳觸地前把球傳出或射出。
 - d. 以其中一腳踏步後起跳但必須於任何一腳再次觸地前把球傳出或射出。

罰則：自由球

術語：步法 (Footwork)

規則 13：步法

其他步法

3. 持球球員不可以：
 - a. 滑行或拖行落地腳。
 - b. 以任何一隻腳作單腳跳。
 - c. 以雙腳跳起後雙腳落地，期間一直持球。
 - d. 跌在地上，後使落地腳再次觸地。

罰則：自由球

術語：步法 (Footwork)

規則 14：越區

條件

1. 不論球員是否持球或觸及球，如球員進入了非所屬場區即屬越區，除非球員純屬為了執行罰則或行動去拾球[規則 6.20]。如球員的身體任何部分接觸到達禁區但沒有超越該區的邊線，則不屬於越區。
罰則：在球員進入越區範圍的位置執行自由球。
術語：越區 (*Offside*)
2. 如果兩名對手球員先後越區，則先犯規的球員會受到處罰。
罰則：在球員進入越區範圍的位置執行自由球。
術語：越區 (*Offside*)
3. 球員可以伸手接或拾起在越區的球，或者靠在在越位區域的球上，前提是該球員沒有與該場區的地面有身體接觸。

規則 15：出界

球出界

1. 球被視為出界，當：
 - a. 其觸及球場外之地面。
 - b. 其觸及任何貼在場外地面上的人或物件。
 - c. 有球員在球場上持著球，並與球場外之地面、物件或人士有接觸。

行動：由在場上非最後碰觸到球的一方發界外球，與球出界一致的位置上發行。

術語：出界 (*Out of court*)
2. 發界外球後，球不得在未被觸碰的情況下出界。

行動：在原先發界外球後出界的地方，由對手球隊發界外球。

術語：出界 (*Out of court*)
3. 以下情況將會介定為球員使球出界：
 - a. 在空中接球後，雙腳完全或部分落在場外。
 - b. 在站立時觸及或接球，而腳的部分在場內，部分在場外。

行動：依照球員落地或站在場外的位置，由未有接球或觸球的球隊發界外球。

術語：出界 (*Out of court*)
4. 以下情況不算出界：
 - a. 當球觸及球柱任何一部分而反彈入場內。
 - b. 球落在底線或邊線的任何部分上，但沒有越線。

規則 15：出界

球員出界

5. 球員不算出界，如球員身體的任何部位在底線或邊線上，但沒有越線。
6. 球員可在場內跳躍並在場外落地前把球傳或拍回場上。
7. 沒有觸碰到球之球員，不論是進攻或防守，可移動至場側(court surround)之範圍內，但只限利用於場內復位之用途。
罰則：在球場上犯規者所站立的位置發罰球。
術語：離開場上 (*Leaving the court*)
8. 在場側範圍的球員必須先進入球場內，並在再無觸及場側的情況下方可繼續觸球比賽。
行動：對方球員可在犯規球員最後接觸球場周圍的位置發界外球。
術語：出界 (*Out of court*)
9. 未經裁判許可離開球場的球員將被視為遲到球員 [規則 3.8]。

從場外防守

10. 不論對方有否持球，已站在場外的球員不可試圖防守在場上的球員。
罰則：在場上接近犯規者所站的位置發罰球。
術語：從場外防守 (*Defending from out of court*)

規則 16：阻擋

阻擋犯規的罰則：犯規球員所在的位置發罰球，除非這對被犯規的球隊不利，在這種情況下，將在被阻擋的球員所站立的地方進行罰球。

術語：阻擋 (*Obstruction*)

阻擋持球球員

1. 對方球員可試圖岔開或攔截傳球或防守持球球員，但必須與持球者落地位置保持不少於0.9米(3英尺)。從持球球員落地腳與防守球員最接近的腳之間的距離。
2. 對方球員可被舉起，從而試圖岔開或攔截傳球或防守持球球員，但必須與持球者落地位置保持不少於0.9米(3英尺)。從持球球員落地腳與防守球員在地上的腳之間的距離。
3. 如持球球員以單腳落地，量度距離方法如下：
 - a. 如持球球員停留在落地位置：從持球球員的落地腳與防守球員最接近的腳之間的距離。
 - b. 如持球球員提起落地腳：則從持球球員落地腳落地的位置與防守球員最接近的腳之間的距離
4. 如持球球員以雙腳落地，量度距離方法如下：
 - a. 如持球球員沒有移動任何一隻腳：從與防守球員最近的腳與防守球員最接近的腳之間的距離
 - b. 如持球球員移動其中一腳：從沒有移動的腳至與防守球員最接近的腳之間的距離
5. 如持球球員以落地腳作軸心轉動時，落地腳最接近防守球員的位置有可能因而改變，防守球員必須因應此情況而及時調整以保持與最接近的腳保持不少於0.9米 (3英尺) 的

規則 16：阻擋

距離。

6. 對方球員在正確距離之位置時，可試圖攔截傳球或防守持球球員：
 - a. 向上跳或跳向持球者之方向，並於距離持球者0.9米(3英呎)內落地，但沒有影響其射球或傳球動作。
 - b. 如持球者縮短雙方之間距離。
7. 防守球員可位於與持球者距離少於0.9米(3英呎)的範圍內，但不可干擾其傳球或射球動作。防守球員不可試圖攔截傳球或防守持球者，包括舉起另一名隊友以作防守。

阻擋非持球球員

8. 如球員與對方球員之距離少於0.9米(3英呎)時(為兩名球員最接近對方的腳的部份之間在地面上所量度之距離)，可以伸展雙手作出以下舉動：
 - a. 接球、岔球、或攔截傳球或假作傳球動作。
 - b. 接球、岔球或拍走射失回彈之球。
 - c. 剎那間示意傳球或指示準備移動的方向。
9. 如球員與對方球員之距離(為兩名球員最接近對方的腳的部份之間在地面上所量度之距離)少於0.9米(3英呎)時，不論是在進攻或防守時，均不可使用任何動作以將雙手向外伸展，以限制對方任何可能的移動，保持自然身體姿勢(natural body stance)的動作除外。

碰撞犯規的罰則：在犯規球員的位置發罰球，除非這對被犯規的球隊不利，在這種情況下，將在被犯規球員站立的地方發罰球。

干擾

1. 球員在進攻、防守或對球做出動作時，無論是無意或故意，均不得與對手有身體接觸，繼而不公平地干擾對手。這可能包括但不限於：
 - a. 推、絆倒、抓住/停住對方或倚在對方身上。
 - b. 敲打或擊中對手，包括射球時
 - c. 擊打或將手放在對手手持的球上。
 - d. 持球時，將球推向對手。

術語：碰撞 (Contact)

2. 判罰碰撞，該身體接觸必須導致：
 - a. 持球的對手失去球權。
 - b. 干擾對方持球時的傳球或射球動作。
 - c. 無論對手有否持球，對手身體位置的轉變，妨礙到對手自由移動，並使他們在進攻、防守或對球做動作時處於不公平的劣勢。

術語：碰撞 (Contact)

3. 對方球員在進攻、防守或對球做動作時發生的偶然身體碰撞，如果不造成[規則17.2]所述的干擾，將被視為公平爭奪(fair contest)，則不應受到判罰。

規則 17：碰撞

成碰撞 - 空中的球員

4. 在場內位置跳至空中的球員，無論有否觸球或接球，都必須可以在場內位置落地：
 - a. 場內同一位置。
 - b. 場上的任何其他地方，唯進攻球員在跳躍和接球時不可故意移動到靜止站立的對手身上。

術語：造成碰撞 (*Causing Contact*)

5. 當兩名或以上的對手球員一起跳到空中試圖觸球或接住球時，成功獲得持球權的球員擁有優先權，其他球員則必須允許其按照傳球軌跡落地，任何對手都必須讓出這落地位置。

術語：造成碰撞 (*Causing Contact*)

6. 對手球員不可以：
 - a. 在另一名球員依照 [規則17.4] 和 [規則17.5] 所述跳到空中後，移動到該球員的落地位置。
 - b. 未能按 [規則 17.5] 所述讓出落地位置給予因嘗試跳到空中爭取持球權但觸球或接球失敗的球。

術語：造成碰撞 (*Causing Contact*)

造成碰撞 - 移動中的球員

7. 球員不得佔據在移動中的球員的路徑位置，以免對手沒有足夠的時間或距離來停止或改變方向。球員必須允許與對方的速度成正比的時間和距離。

術語：造成碰撞 (*Causing Contact*)

無可避免的碰撞

8. 無論是移動或靜止的狀態，球員都不可以離對手太近，以致對手在沒有碰撞的情況下根本無法移動。

術語：無可避免的碰撞 (*Inevitable Contact*)

規則 17：碰撞

危及球員安全的碰撞

9. 此規則首要考慮球員的安全。特別是，如果涉及以下情況，違反本規則通常會被視為危險作賽(dangerous play)，需要根據[規則 19.11]採取額外的球賽管理措施：
 - a. 球員推、抓、握、敲或擊打在空中的對手的手臂、腿或身體，以危害對方安全落地。
 - b. 球員移動到跳至空中的對手的落地位置。
 - c. 球員嘗試觸球或接球失敗後，未能讓出持球中的對手一個落地位置。
 - d. 任何不必要、勉強、粗心、魯莽或危險的動作，如會影響其他球員安全並導致頭部和/或頸部接觸或頭部和/或頸部與包括球柱在內的比賽場地任何部分接觸。

規則 18：球賽管理

原則

1. 裁判會公平地執行比賽規則，清晰地溝通並保持冷靜、果斷的控制，同時確保球員的安全是首要的考慮因素。在比賽期間與球員和球隊工作人員的所有互動中，裁判應按照良好體育精神行為標準行事，不得批評或指導任何球員或球隊。
2. 場上的球員有責任遵守比賽規則，並應回應裁判的判決並相應地作出調整。類似的要求也適用於球隊工作人員和後備球員。
3. 球賽進行時，球員、球隊官員和替補球員的行為方式須符合良好體育精神的要求，包括間節休息、暫停以及比賽進行時和結束時。
4. 違反任何犯規規則 [規則 19] 的球員必須受到規定的比賽管理行動的判罰。
5. 所採取的比賽管理措施將與相關行為的嚴重程度相稱，並考慮到公平競賽和體育行為的原則以及對運動員安全的首要考慮。

球賽管理行動

6. 為了管理比賽，裁判除了對任何違規行為進行判罰外，還將採取以下任何行動：
 - a. 主動建議：向球員提供具體回饋以改變他們的行為。
 - b. 提前處罰位置 (advance) 和/或升級處罰：可向前半場區執罰（如果犯規發生在側場，則可以提前到射球圈內），和/或將自由球升級為罰球。
 - c. 向球員發出警告：被警告的球員如果繼續違反任何犯規規則，將被暫停作賽。
 - d. 暫停球員作賽：被暫停作賽的球員在兩分鐘的比賽時間內不能參與比賽。

規則 18：球賽管理

- e. 下令球員離場：被下令離場的球員將不再參加比賽。
球隊可以在四分鐘後替換該球員。
7. 在比賽期間，兩名裁判和後備裁判必須注意主裁判採取的任何比賽管理行動及其原因，特別是所下達的警告、暫停作賽或下令下場的情況。主裁判還可在下一個間節休息時口頭確認所採取的任何比賽管理措施及其原因。
8. 通常，一名裁判會按照指定的順序執行這些比賽管理行動，除非違規行為嚴重到需要立即採取更高級別的比賽管理。
9. 任何球賽管理措施必須在犯規行為發生的同一時期內實施。如果違規發生在間節休息時，則必須在下一節開始時立即採取比賽管理措施。
10. 須給予警告、停賽或罰下場，裁判將：
 - a. 暫停球賽並使用相關裁判手勢向賽事工作人員席發出訊號。
 - b. 使用特定術語「警告」、「暫停作賽」或「下令離場」。
 - c. 通知球員正在應用球賽管理去管理其行為。
11. 給予警告、停賽或下令球員離場的決定將被視為由兩名裁判共同做出的決定，並約束副裁判的決定。
12. 如果觀察到主裁判沒有看到有關犯規行為，並且尚未對違規行為做出判罰，副裁判則可以暫停比賽。此類情況應限於需要警告、暫停作賽或下令離場的嚴重事件：
 - a. 副裁判將立即吹哨以暫停球賽。
 - b. 副裁判將向主裁提供觀察到的犯規行為的具體細節以及建議應採取的球賽管理措施。
 - c. 主裁判將對要採取的任何球賽管理措施做出最終決定並重新開始比賽。

規則 18：球賽管理

主動建議

13. 對於不危及球員安全的低程度事件，裁判可以向球員提供具體的回饋以改變他們的行為，而無需暫停球賽。
14. 使用的語言應該簡潔，並為球員提供必要的資訊來調整他們的行為。
15. 裁判員可以暫停球賽並通知場上隊長，球員的行為已引起關注並需要作出改變，並可以要求場上隊長與相關球員反映。
16. 如果需要多次與同一名球員交談（包括隊長應裁判的要求與其交談），裁判須將其視為重複違規 [規則 19.1] 和 [規則 19.4]。

提前處罰位置或升級處罰

17. 裁判可以：
 - a. 將處罰向前半個場區判罰（如果犯規發生在側場，則可以向前至射球圈內進行），而無需暫停球賽。
 - b. 將自由球升級至罰球，既可以單獨執行，也可以與向前處罰的判罰結合。
18. 如果判罰是罰球，犯規球員則須罰站。如果這是越區區域，犯規者則移動到該區域的邊緣。
19. 在決定是否適當向前推進和/或升級處罰時，裁判將考慮所有情況，包括有關行為的嚴重性以及公平競賽和體育行為的原則。
20. 對於危及球員安全的違規行為，向前推進和/或升級處罰通常不合適，除非違規行為還涉及延遲比賽。在這種情況下，裁判可以結合其他適當的比賽管理行動來向前推進和/或升級處罰，同樣須考慮到有關行為的嚴重性、公平競賽和體育行為的原則，以及最重要的是考慮到球員的安全。

規則 18：球賽管理

21. 如果個別球員受到多次向前推進和/或升級處罰，裁判必須發出警告。
22. 如果一支球隊累積向前推進和/或升級處罰，裁判則必須向該球隊的下一個犯規球員發出警告（需要採取比賽管理行動）。

警告

23. 如果球員沒有按照裁判在向前推進和/或升級處罰的主動建議改變其行為，裁判將向該球員發出警告。
24. 在適當的情況下，即使沒有採取早期的球賽管理措施，也可以在不公平比賽的情況下發出警告。
25. 對於所有不符合體育精神的行為都必須給予警告。
26. 一場比賽中，一名球員只可收到一次警告。

暫停作賽

27. 如果球員持續進行不公平比賽和/或不道德行為，裁判將在警告後暫停該球員作賽。
28. 在適當的情況下，即使沒有發出警告，裁判也可以因不公平比賽或不道德行為而暫停球員作賽。
29. 裁判必須因危險比賽的情況而暫停一名球員作賽，除非相關行為涉及故意或高度魯莽的危險比賽行為，危及球員安全，並且嚴重到足以立即下令離場
30. 一場比賽中，一名球員只可被令離場一次。
31. 被停賽的球員必須立即下場，在場外時，被停賽的球員在後備裁判的監督下坐在裁判席上。
32. 不可以替補被停賽的球員所空出的位置，除非該球員是中鋒。在這種情況下，另一名球員必須在停賽期間擔任

規則 18：球賽管理

中鋒。

33. 會從比賽重新開始時計時兩分鐘的停賽時間。
34. 停賽時間結束後，被暫停作賽的球員或替補球員可以在下一次比賽間歇時返回球場。被停賽的球員或替補球員可回到被停賽球員原來的比賽位置，並且在停賽期間擔任中鋒的任何球員都可回到之前的比賽位置。
35. 被停賽的球員可以在停賽期間的任何間節期間回到球隊，但在比賽重新開始時必須返回裁判席直至完成剩餘的停賽時間。

驅逐離場

36. 如果球員繼續違反任何犯規規則，裁判將在停賽後命令該球員出場。
37. 在適當的情況下，即使沒有給予停賽，裁判也可以直接下令球員出場。適用於故意或極度魯莽且危害球員安全的危險比賽行為。
38. 被罰出場的球員必須立即離開球場，並且不得再參加比賽。球員先向裁判席報到，並在後備裁判的監督下就座。
39. 不可以替補被罰下場的球員所空出的位置，除非該球員是中鋒。在這種情況下，另一名球員必須在其停賽期間轉為中鋒。
40. 當比賽重新開始時，會開始計四分鐘的離場時間。
41. 一旦停賽結束，替補球員可以在下一次間歇時回到球場。替補球員回到被罰下場球員原來的比賽位置，任何在被罰下場期間轉為中鋒的球員都可以回到原來的比賽位置。被罰下場的球員現在必須向球隊席上的相應球隊工作人員報到，並且不得重新上場。

規則 18：球賽管理

42. 被罰出場的球員可以在被罰出場期間的任何間節期間回到球隊，但在比賽重新開始時必須返回裁判席直至剩餘的出場時間完結。

球隊工作人員及後備球員的操守

43. 比賽期間，球隊工作人員和後備球員必須留在球隊席上，但後備球員可以因正當理由離開隊席（例如熱身）。
罰則：非犯規的球隊可在比賽停止時球的位置發自由球。如果球在場外，則按照球在場外的位置在場上發自由球。

術語：隊席移動 (Bench movement)

44. 在比賽期間（包括間節休息、暫停以及球出界外），球隊工作人員和後備球員不得：
- 批評裁判或他們的決定。
 - 使用攻擊性、侮辱性或辱罵性的語言和/或手勢。
 - 製造過多的噪音或干擾。
 - 鼓勵場上球員犯規。
 - 除球員的安全受到威脅的極端情況外，進入球場。
- 罰則：非犯規球隊在比賽停止時或比賽重新開始時球所在的位置發罰球。如果球在場外，則按照球在場外的位置在球場上傳球。沒有球員需要罰站。

術語：隊席行為 (Bench behaviour)

45. 任何一位裁判都可以對此類行為進行判罰。此外，還可以向特定人員或相關球隊的所有工作人員和後備球員發出警告。給予警告的決定將被視為由兩名裁判員共同做出，並對副裁判員具有約束力。
46. 如果球隊工作人員和/或後備球員沒有對警告作出調整或改善，裁判會要求賽事主辦單位將他們從驅逐出場，以進行剩餘的比賽（包括在間節休息和暫停期間與球隊的任何

規則 18：球賽管理

接觸)。

47. 在嚴重的情況下，裁判可以要求賽事主辦單位在比賽剩餘時間（包括在間節休息和暫停期間與球隊的任何接觸）中將某人驅逐出場，而無需事先發出警告。

規則 19：嚴重違規

不公平作賽

1. 球員不得以不公平的手段影響球賽，即使球員的安全沒有受到威脅。這包括拖延比賽、故意犯規、重複犯規、爭論判決或恐嚇。

球賽管理行動：向較前(advanced)的位置發罰球。

術語：不公平作賽的相關描述 (拖延比賽、故意犯規、重複犯規、爭論判決或恐嚇)

2. 拖延比賽 (Delaying play)：球員或球隊不得故意浪費時間或拖延比賽。
3. 故意犯規 (Intentional infringing)：球員不得故意違反任何規則。
4. 重複犯規 (Repeated infringing)：球員不得持續反覆地違反某項規則或其他規則。球隊不得重複違反同一規則或其他規則。
5. 爭論判決 (Disputed ruling)：球員不得對裁判的判決提出異議。如果沒有清楚地聽到裁判的聲音，球員可以要求裁判重複宣布判罰的犯規行為，或尋求澄清應在何處採取罰則或行動。
6. 恐嚇 (Intimidation)：球員，不論持球與否皆不可故意威嚇對手(包括言語上)以獲取不公平的優勢。例子如下：
 - a. 遮住對手的眼睛
 - b. 直接將球擊向對手的臉部
 - c. 發出不必要的大聲或突然的噪音
 - d. 跺腳
 - e. 不規則地揮動手臂
 - f. 言語攻擊對手

規則 19：嚴重違規

違犯體育精神的行為

7. 球員不得以任何可能增加敵意或違反良好體育精神行為的公認標準以及比賽誠信或形象的方式行事。
球賽管理行動：犯規發生位置發罰球，球員會被警告或停賽。嚴重的話，裁判將驅逐該球員離場。
術語：與違犯體育精神行為的相關描述 (報復性行為、辱罵行為、與良好體育精神相反的行為)
8. 報復性行為：球員不可因對方球員觸犯投球規則而進行報復。
9. 辱罵行為：球員不得對賽場內的任何人使用任何攻擊性、侮辱性或辱罵性的語言和/或手勢。
10. 與良好體育精神相反的行為：球員的行為不得違反公認的良好體育行為標準或比賽的誠信和形象。

危險動作

11. 球員不能作出任何包括魯莽或具危險性的行為，以影響其他球員之人身安全。這具體包括 (但不限於) 導致頭部和/或頸部接觸或頭部和/或頸部與比賽場地的任何部分 (包括球柱) 接觸的任何動作。
球賽管理行動：發生違規的位置發罰球，且該球員會被停賽或在嚴重情況下被勒令離場。作出故意或極度魯莽的危險動作的球員必須被驅逐離場。
術語：危險動作 (*Dangerous play*)
12. 當裁判考慮停賽或驅逐離場較為適當時，應考慮以下因素 (並非詳盡無遺)：

規則 19：嚴重違規

- a. 該行為是故意的、魯莽的還是可以避免？
- b. 該行動對球員安全的影響是低還是高？
- c. 動作是低速還是高速，是在地面還是在空中？
- d. 動作的力道是小還是大？
- e. 該動作是在靜止還是移動時發生？

規則 20：同時及相互犯規

程序

1. 在下列情況下，裁判會把控球權判給在犯規發生前最後控球的球隊：
 - a. 兩名對手球員同時以單手或雙手獲得球權。
 - b. 兩名對手球員同時將球送出界外。
 - c. 兩名對手球員同時越位，其中一人或兩人觸球或接住球。
 - d. 在發中圈球時，兩名對手球員在響哨前進入中場區，其中一人或兩人觸球或接住球。
 - e. 兩名對手球員同時碰撞 (contact) 對方。
 - f. 任何相互犯規。
2. 如果兩名對手球員在響哨發中圈球前同時進入中場區：
 - a. 如果雙方球員均未觸球，則不須判罰，球賽繼續進行。
 - b. 如果一名裁判鳴哨判罰，而另一名裁判表示得益，則判罰仍然有效。
3. 如果兩名對手球員同時越區 (offside)，而雙方球員都沒有觸球，則不須判罰，球賽繼續進行。
4. 如果兩名裁判同時吹哨判罰不同球隊的犯規，則進行處罰較重的犯規，進序如下：
 - a. 任何犯規行為。
 - b. 嚴重犯規
 - c. 輕微犯規或可判後續動作的犯規如果犯規行為具有相同的罰則或行動，則以主裁判的決定為先。

規則 21：因應不同水平作出變化

原則

1. 球賽規則是為國際比賽而製定的。對於不同級別的球員或為滿足其他條件的非國際比賽，某些規則可以有所變化。
2. 對於精英級別的比赛，可能不會有什麼變化，而對於較低級別的比赛，變化可能會更大。
3. 對於剛開始參與投球的小學生年齡級別來說，可能需要更廣泛的修改規則，以考慮到身材、力量和技能水平的差異。例如，可以使用較低的球柱或較小的球。還可以開發具有規則變化的變化版球賽以滿足球員的需要。
4. 有關變化的決定通常由球賽舉辦方做出。任何變化都應保持球場上比賽的完整性，並且不應改變比賽的方式。以下是一些可能使用的變化範例。

規則 1：技術規範

5. 球賽場地可以是室外，亦可使用不同的表面材料。
6. 雖然國際比賽使用 3 層球，但較低級別的球可能使用較低等級的球（2 層）。兩層球通常具有較低的充氣水平，與用於戶外比賽的球相同。

規則 2：時間

7. 比賽時間可以分為半場而不是四分之一場，時間長度可以有所不同，最多 20 分鐘。
8. 一節的長度可較短。
9. 間隔的長度可較短。
10. 加時的條件可以不同。

規則 21：因應不同水平作出變化

規則 3：球隊

11. 可以由相同或不同性別的球員組成。
12. 可比規定數目擁有較少球隊工作人員，工作人員可能會因此承擔較多責任。唯球隊合資格醫護人員不可由球員出任及最好不會擔任其他任何角色。

規則 4：球賽工作人員

13. 可不委派後備裁判。
14. 裁判員可用特定名詞闡明判決如用「罰球或射球」(Penalty Pass or Shot) 代替罰球 (Penalty Pass)。

規則 5：技術工作人員

15. 可減少技術人員之數量(唯需要至少委任一名記分員及一名計時員)。

UMPIRE HAND SIGNALS

1 開始/重新開始球賽

高舉手臂，舉向發中圈球球隊的
進攻方向



2 暫停球賽時間

面向計時員，用手比出“T”形手勢



UMPIRE HAND SIGNALS

3 傳球方向

用於中圈球、罰則或指示動作
單臂展開，指向獲得球權的球
隊進攻方向



4 界外球（底線）

由進攻方在進攻端開底線球
手臂向下傾斜，指向球柱底



5 得益

手臂朝著得益方的進攻端方向，
掃過身體



UMPIRE HAND SIGNALS

6 球權

雙手手掌向內，
相隔短的距離做出接球動作



7 進球得分

高舉手臂



8 無效得分

雙手手臂在腰部以上位置交叉移動



UMPIRE HAND SIGNALS

9 中鋒發球位置錯誤
用手水平地畫圓圈



10 不正確位置或不正確地使用球場區域
越位、過早進場、傳球超過場區、接中
圈球失敗、不正確開球、阻止對方重入
球場、在場外防守、離場、不正確開界
外球和不正確射球

手朝不正確的位置或區域的方向描繪中
等向上的弧線



11 阻礙射球或威嚇
手在臉前劃出小弧線



UMPIRE HAND SIGNALS

12 戰略換人

雙手前臂在腰部上方互相繞圈



13 持球過久

舉高單臂及其三指



14 重覆獲取球權

雙手掌心向內，相隔一小段距離，打橫地左右移動



UMPIRE HAND SIGNALS

15 不正確打球

適用於如坐在地上傳球、
用球柱控球、重覆持球等
一隻手，掌心向下，以彈
跳動作垂直上下移動



16 短傳

雙手掌心向內，間隔一
小段距離，一手向另一
隻靜止的手方向移動



17 步法

雙手掌心向下，
以相反方向垂直上下移動



UMPIRE HAND SIGNALS

18 阻擋 (持球球員)

雙手掌心向內，相隔較短的距離



19 阻擋 (非持球球員)

手臂在腰部以下展開，
與身體成一定角度



20 碰撞

手及手掌朝下，
一手輕拍另一手的前臂



UMPIRE HAND SIGNALS

21 警告

雙臂在頭頂上交叉



22 暫停作賽

手臂垂直舉起，露出兩根手指



23 下令離場

手從球員身上方向掃向球隊席方向





世界投球聯會

世界投球聯會 | 英國M50 2AB索爾福德市英國媒體城六樓6.02室
info@worldnetball.sport | +44 (0) 333 102 0200 | www.netball.sport