

籃球規則

緣由

經過今年八月在希臘舉行的世界杯男子籃球賽技術委員會的討論每四年修改一次的國際籃球規則，終於將一九九八年的修訂規則正式出爐，這次規則的修改有不少變動，可以看出規則修改的趨勢有美國 NBA 職業籃球的味道，這些已經定案的新規則正交由國際籃球總會一百八十六個會員國執行，並且在明年六月於葡萄牙舉行的世界杯青年籃球賽中首度實施。亞洲地區將在今年十一月下旬首次於香港舉辦新規則講習。

規則精神

國際籃球總會有鑑於人們受到電視轉播，在欣賞美國 NBA 職業籃球大賽之後，誤導業餘規則將犯規的尺度放寬！事實上國際籃球總會秘書長史坦考維其特地以歐洲杯男子籃球賽錄影帶，說明身體接觸及手部接觸的不合法動作，防守員用手部或是手臂推觸進攻球員，這種動作均屬犯規，筆者帶回此一錄影帶研究後，曾提供多位裁判參考，不少有過錄影帶的人員才了解到國際規則對此的嚴苛限制，與職業規則有很大出入。未來四年的規則，已經明定手部接觸程度，相信讓執法裁判更能拿捏尺寸。

序言

本規則中凡涉及教練、球員與職員之處，雖均使用男性稱謂，實包括女性在內，僅為行文便利之故，並不涉及任何歧視情事。

籃球運動持續普及風靡全球，籃球的成功需要有管理此項運動的規則，藉以保證比賽具備挑戰性，又能激勵人心。在此同時，國際籃球總會技術委員會有責任確認此規則，使其不至於提供機會讓球隊由其對手身上，獲得不當的利益。為了確保達成此目的，國際籃球

總會決定在 1998-2002 年的規則中略為更動，有的變動較大，有的變動較小。所有與賽者，特別是執法的裁判，應對規則更改的精神與目的，深入透徹的了解。

球場面積

新規則中，國際籃球總會確定比賽場地之最大與最小尺寸。國際籃球總會主辦正式比賽，球場面積須長 28 公尺，寬 15 公尺。其他的比賽，主辦單位有權決定使用 28x15 公尺和 26x14 公尺之間的場地。場地長度與寬度的變化不必再成比例制。

二十四秒計時器

現行比賽中二十四秒計時器在數字、品質和安放位置上全世界都不一致。針對此一情況，新規則為二十四秒計時器的位置：

四節制一球在空中二十四秒同時響起時投籃或中籃，球進算；球不進換對隊在邊線發球。

(一) 二十四秒計時器的信號，表示該球隊未能在二十四秒內投籃。

1. 若比賽因控球隊的對隊，因某些事項而停止，則控球隊應獲得另一個新的二十四秒。
2. 若球僅對手觸及，而原控球隊仍持有控球權時，不得重新計算二十四秒。

(二) 二十四秒計時器必須停止，但不得重新設定，當：

1. 球出界，由原控球隊的球員發界外球。

2. 職員中止比賽以保護控球隊受傷的球員。

(三) 罰則：由對隊在距違例處最近的邊線外擲界外球。

觀眾

國際籃球總會正式之比賽、奧林匹克運動會之男子、女子籃球賽。世界籃球錦標賽之男子、女子、青年男子、青少年男子、青少年女子。各洲籃球錦標賽之男子、女子、青年男子、青年女子等比賽。所有觀眾席與場地界線至少應保持 5 公尺以上。

裁判員：權力

新規則中特別提到，每半時、每一節和決勝期，均應由裁判員在中圈執行跳球，開始比賽。

記錄員：球員犯滿後，仍參加比賽

籃球比賽的基本規則之一：當一位球員被宣判第 5 次（6 次）犯規時，他必須立即離開比賽場地。然而，有時因裁判的疏忽，或球員教練故意的行為，使應離開比賽的球員仍繼續留在場上。針對此種情況，新規則規定依下列程序處理：

- 如果一名球員在 2x20 分鐘賽制被判第五次犯規，或在 4x12 分鐘賽制被判第六次犯規，由於職員沒有通知而仍留在場內比賽，一旦該錯誤被發現，職員應等到下一個死球時使其離場。因為此一情況為職員的疏忽，故不判予罰則。
- 如果一名球員在 2x20 分鐘賽制被判第五次犯規，或在 4x12 分鐘賽制被判第六次犯規，職員通知後仍留在場內或重新進場比賽，則登記教練技術犯規，其罰則為罰球兩次加中場界外之控球權，同時該技術犯規視為教練不合運動道德的行為。
- 該球員所有得分均有效，該球員所犯的規應登記為球員犯規。

記錄表錯誤

記錄表得分隨登發生錯誤，在各種比賽中時有發生。若錯誤發生時，裁判員根據所提供的訊息有責任加以更正，並應依據下列程序處理：

- 若此種錯誤在比賽中為記錄員發現，他必須等待下一個死球時，以信號通知職員停止比賽，然後更正錯誤。
- 若此種錯誤在比賽結束後，裁判員檢視記錄表時發現錯誤，在裁判員於記錄表上簽名之前，若因此項錯誤影響比賽結果，必須加以更正。
- 若此種錯誤在比賽結束，裁判員已於記錄表上簽名後發現，裁判員不得更改此項錯誤，應提出事件報告，遞交主辦單位。

計時員的職責

計時員有兩項新的職責，分別是：

- 每半時比賽三分鐘前，通知球隊及裁判員
- 暫停時間已達五十秒時發出信號

球員裝備

為取得一致性，球員服裝規定變更如下：

- 允許穿著連身球衣
- 短褲前後應同一實體顏色

- 全隊應穿同色或同色系的球鞋
- 所有男女球員必須將球衣紮進短褲裡
- 球員必須將指甲剪短，確定不會傷害對方球員
- 短褲前後應同一實體顏色，惟不須與球衣顏色相同
- 除非有醫生證明許可，否則球衣內不可穿著T恤，若要穿著必須與球衣顏色相同

更換場上隊長

隊長是場上唯一允許向職員詢問的球員，因此職員應隨時確認場上之隊長。比賽中，隊長如經替補，則教練應負責通知職員誰是場上的新隊長。未按此程序報告，規則不算其違例也不是技術犯規。

比賽開始球員錯誤

教練確認先發五位球員之後，比賽開始前或比賽剛開始，發現其中有一位球員並未名列已確認的先發名單中，這位球員必須由原先指定的先發球員替補，同時教練及球員該項行為不罰。

最後兩分鐘停錶

第 17 條是規則之重大變革。

比賽最後二分鐘或任何決勝期最後二分鐘，球中籃時立即停錶。此種特殊情況的死球，兩隊均不得請求替補，中籃得分的一隊不能請求暫停。若防守球隊在對手球中籃之前已請求暫停，或發生犯規和違例，則適用正常替補程序。

二十四秒違例程序

比賽中，二十四秒計時器響起，因球場過於吵雜，職員未能察覺而繼續比賽，此時應依下列程序處理：

二十四秒計時器響起時，比賽計時鐘應立即同時撥停。

二十四秒計時員應立即用各種方式通知最近的職員。

若於二十四秒計時器響起後，職員暫停比賽之間，此時投球中籃，得分不算。

在此同時宣判犯規則犯規不計。除非此時所犯的是技術犯規、不合運動道德的犯規或奪權犯規，則登記犯規，依規定執行罰則。

若二十四秒計時器與計時鐘未能同步，二十四秒計時器響起時，計時鐘並未撥停。此時裁判員應計算計時鐘所走的時間，如有必要應與檢察員、臨場委員或記錄台工作人員諮商，但計時鐘所調整的時間，裁判員應負責決定宣判。

暫停

2x20 分鐘賽制中，每隊在上下半時內，允許請求暫停次數的總數為四次； 2x20 分鐘賽制中，上半節時可請求暫停兩次，下半節時可請求暫停二次。每隊在每一決勝期可請求一次暫停。

4x10 分鐘賽制中，每隊在上下半時內，允許請求暫停次數的總數為五次。4x10 分鐘賽制中，第 1.2 節可請求暫停兩次，第 3.4 節可請求暫停三次。每隊在每一決勝期可請求一次暫停。

暫停期間，允許球員離開比賽場地，坐在球員席上。球隊席區所有人員，只要他們停留在球隊席區附近，得允許其進入比賽場地。

暫停期間，一位球員請求替補，他只需向記錄員報告，不必通知職員。

職員受傷

若一位職員受傷或其他原因，十分鐘內無法繼續執行任務時，應立即恢復比賽，由另一職員單獨執法到比賽結束，除非另有合格的職員得以替補。留任的職員在與臨場委員諮商後，有權決定是否替換或一人執法。

得分相等與決勝期

如果得分相等出現一次或多次的決勝期，應繼續下半時或第四節的球籃進攻方向。因此，規則修改後，兩隊長間拋錢幣選擇球籃的規定，已從規則中取消。

比賽開始

每半時、每一節或決勝期開始比賽時，職員發現進攻方向錯誤，在對任何一方未造成不利時，可立即停止比賽。若此項錯誤為記錄台工作人員所發現，必須等到下一次死球時，以信號通知職員停止比賽。由更正後的進攻方向恢復比賽。發現錯誤之前，比賽所用時間、得分、犯規及相關活動，均不得取消。

球的狀態

在舊規則中，球先進入繼續比賽狀態而後球復活。新規則中「繼續比賽」狀態取消，也就是說在下列情況球復活，當：

- 跳球時，球離開職員之手
- 罰球時，職員將球遞交主罰球員
- 職員將球置於發球點交給發界外球的球員時

本規則的修改將影響發界外球、球員替補、暫停、罰球、跳球和得以更正的錯誤。職員應注意一旦球復活後，什麼能做、什麼不能做。

故意投中本籃

一隊故意將球投入本籃，現在是違例不是技術犯規，得分不計，由對隊在罰球線延伸線之邊線外發界外球。一隊意外的將球投入自己的籃，仍延續舊規則，得分算，並登錄在對隊隊長名下。

三分球投籃狀態

試投三分球時，下列情形由三分球的狀態轉變成二分值，當球：

- 觸及二分值投籃區域的地板
- 觸及二分值投籃區域的球員
- 觸及籃圈之後，球中籃之前被任何球員合法觸

球員替補

球員替補時機開始，當：

- 球成死球或停表時
- 當職員宣判犯規，並向記錄台完成溝通程序後

球員替補時機結束，當：

- 職員持球進入圓圈執行跳球時
- 球員持球在界線外發球入界時
- 職員持球或未持球進入罰球區執行第一次或僅有一次的罰球時

若一隊場上球員超過五人時，應適用下列程序：

若一隊控制球，有五人在場內比賽，在職員停止比賽，或記錄員發出信號通知職員面向記錄台之前，必須允許其完成比賽。例如：直到該隊投籃得分、喪失控球權、或球成死球。

若一隊控制球，有六人在場內，應立即停止比賽。職員及記錄台工作人員處理正確，已進入場內多出的球員實屬非法。職員應命令該隊一名球員立即離場，同時應判該隊教練技術犯規一次，對隊獲罰球二次，加界外發球控球權。

教練有責任確認合法替補，同時被替補的球員應儘速下場。

多出的球員所得到的分數有效，他所犯的規也照計，並視為球員的犯規。

替補主罰球員的程序，新規則亦有詳細的說明：

在職員持球或未持球進入罰球圈執行第一次或僅只一次的罰球前，已請求替補。

最後一次或只有一次的罰球罰中，又最後一次或只有一次的罰球後，有違例或犯規發生，將執行罰則時。

若主罰球員被替補，則對隊亦可請求替補。然而，必須在職員進入罰球圈執行第一次或僅只一次的罰球前，已請求替補。

執行罰球中間發生犯規，在此情況下，應先完成罰球，而執行新的罰則前，可以球員替補。

最後一次罰球球復活之前發生犯規，在此情況下，執行新的罰則前，可以球員替補。

最後一次罰球球復活之前違例發生，其罰則是跳球或發界外球時。則採用違例後正常的替補程序。

若因多次犯規造成一系列的罰球時，每次都應分別依序處理替補程序。

電子設備的使用

錄影帶、影片、圖片或任何視訊數位電子設備，均不得作為比賽結果判定之用。上述專用設備僅在比賽結束後，作為教育訓練及判定責任歸屬之用。

三秒鐘違例

新規則中對三秒鐘有一系列詳細說明，包括：

- 球員企圖準備離開限制區域時，不要宣判三秒鐘違例。

- 一位球員確認自己位於限制區域外時，他必須兩腳都在限制區域外。
- 球員在限制區域內，他或他的隊友，在限制區域內或限制區域外，正在投籃動作中且球剛好離手，不要宣判三秒鐘違例。
- 除非球員在場上已控制一個活球，否則不作違例論。發界外球時，當場上球員控制球時，才開始計算三秒鐘。

球回後場

下列準則有助於職員判定是否構成球回後場違例：

- 發界外球後，跳球撥球後，投籃或最後一次罰球籃板球後，球隊是否已經控制球。
- 球隊控制球時，球是否已接觸前場。當球觸及前場地板、觸及位於前場的球員或職員時，球已接觸前場。切記，非控球隊也可使球與前場接觸。
- 當球接觸前場後，無論是觸及後場的地板、球員或職員，球已回到後場。
- 球在回到後場前，是控球隊球員最後觸及球嗎？在球觸及後場之後，是控球隊球員最先觸及球嗎？如果是這樣，則球已非法的回到後場，應宣判球回後場違例。

切記，球回後場前，控球隊最後觸及，球回後場後又同隊之球員最先觸及。

干擾向籃落下的球

技術委員會歷經研究，已刪除規則中使任何一隊獲得不當利的內容，在 1998-2002 年中有如下的規定：

投籃時，球在籃圈水平面以上，當球觸及籃板後，進攻或防守球員均不得觸及。

進攻或防守球員均不得由籃圈下伸手進籃圈，觸及籃圈水平面上正向下落的球，無論是：

- 投籃
- 跳球時撥球
- 傳球

若進攻隊違例，得分不計，由對隊於罰球線延伸線邊線外發界外球。

若防守隊違例，投籃球員或該隊跳球或傳球時，得二分。若在三分投籃區域投籃、跳球或傳球時，則得三分。

身體接觸

籃球在理論上雖是一種沒有身體接觸的比賽，但當十位球員在有限的空間裡，快速的移動時，難免發生身體接觸。

在決定是否處罰該身體接觸時，職員應就實際情況，依下列基本原則作權衡考量：

- 比賽的公平性與規則的內涵和精神
- 前後一致適用“得利與不得利”的概念。因此意外的身體接觸，引發身體接觸的一方未得利，其對手也並未處於不利，職員不必中斷比賽影響其流暢性。
- 每場比賽都應前後一致適用“得利與不得利”的概念，比賽時職員應考量球員的能力、態度與動作。
- 在比賽控制與比賽流暢之間，始終尋求一平衡點，同時感知球員行為的意圖，作有利比賽的宣判。

死球進入球籃

關於死球中籃之後，界外發球的混亂情況，新規則再次加以澄清。若投中或罰中得分不算的情況下，職員應在罰球線延伸線的界外執行發球入界。同時應明確的告訴記錄員、球員及觀眾，該情況得分不算。

垂直性原則

為了使身體接觸責任歸屬更為明確一致，新規則詳盡的定義垂直性原則。

每位球員無論其身材與體型，都有權擁有所站地面和上空的空間。假想的「圓柱體」依下述正常的籃球姿勢限定之：

- 前至球員的腳趾頂端
- 後至球員的臀部
- 側面至手臂及腿的外側

非法使用手或手臂

以單手或雙手碰觸對手，就其本身而言，不一定是犯規。但是，把手或手臂放在持球或未持球對手身上，並保持接觸，卻是職員應正視的問題。

職員必須判別，以手或手臂碰觸對手造成身體接觸的球員，是否因此得利。若此身體接觸已明顯妨礙對手的行動自由，顯然造成對手不利時，此種身體接觸即屬非法，應予判罰。

1. 如果一位防守球員正處於防守狀態，用手或手臂阻擾對手的行進，此種身體接觸應為非法。

2. 連續碰觸或戳刺持球或未持球的對手，應視為犯規，此舉可能導致粗暴動作的昇高。

3. 持球之進攻球員，有下列動作時，通常被視為犯規：

- 鉤或纏住防守球員的手臂或手肘，以此得利益
- 企圖控制球而推開前來打球的防守球員
- 推開防守球員以開拓更大的空間
- 運球時，伸展前臂或手，防止防守球員來抄球

4. 空手之進攻球員，有下列推開動作時，通常被視為犯規：

- 擺脫以接球時
- 防止防守球員與其爭一個球時
- 推開防守球員以開拓更大的空間

雙方犯規罰則

雙方犯規的罰則，是新規則中另一重大的變革。

兩位對手幾乎在同時彼此相互發生犯規，即為雙方犯規。

- 若一隊控制球而雙方犯規時，原控球隊在犯規發生處之最近界線外發球入界，並給予一新的三十秒。
- 若無任何一隊控球而雙方犯規時，則在犯規發生處之最近圓圈，由兩位相關球員跳球。
- 若投中有效得分照計的同時雙方犯規，則由得分隊之對隊在端線外發球入界。
- 當雙方犯規以跳球恢復比賽，在此同時又發生犯規，則登記犯規執行罰則，恢復比賽，視同未發生雙方犯規。

球員技術犯規

在第 51 條球員技術犯規中有兩項重要的增添條文，如下：

1. 若投籃或罰球時，球正向下落，防守球員故意搖晃籃板或籃圈，在職員的認定下，該動作意圖使球不中籃。此時應判該球員技術犯規由對隊罰球二次。
2. 其次，增加一種新的犯規稱為：球員不合運動道德的技術犯規。此種犯規的罰則加重，罰則為罰球二次加中線外之控球權。
3. 在職員的判斷下，當球員故意的或以不合運動道德的動作，發生技術上的違規，或此項違規使其獲得不法利益時，就是不合運動道德的技術犯規。

以下是球員不合運動道德技術犯規的兩個例子：

- 本隊得分後，一位球員故意的越過端線，試圖阻撓對手在球籃後方發界外球。
- 暫停時間，球員受教練的指使，向就近的職員詢問時禮貌欠佳。

鬥毆

鬥毆規則已經修改，在新規則中允許教練和或助理教練可離開球隊席區，協助職員維持或恢復秩序，此種情況不必宣判奪權犯規。

在發生鬥毆或任何可能導致鬥毆的情況下，替補員或球隊有關人員無論以任何原因離開球隊席區，均應取消資格。

鬥毆時，球隊有關人員離開球隊席區，應依下列程序處理：

- 如果一位替補員離開球隊席區，應被取消比賽資格，並登記教練技術犯規一次。
- 如果一位球隊有關人員離開球隊席區，應被取消比賽資格，並登記教練技術犯規一次。
- 如果助理教練離開球隊席區，卻未協助職員維持或恢復秩序則應取消其資格，並登記教練技術犯規一次。
- 如果教練離開球隊席區，卻未協助職員維持或恢復秩序則應取消其資格，並登記教練技術犯規一次。
- 所有被取消資格的球隊席有關人員，均應留置於該隊更衣室中至比賽結束，或依其選擇，離開比賽場館。

特殊情況下的犯規

犯規發生幾乎同時時，職員決定犯規發生的先後順序，的確是個問題。因此，我們希望下列程序有助於職員執行正確的罰則：

- 登記所有的犯規，確定不同犯規的罰則。
- 決定犯規宣判的前後順序。
- 依序抵銷同比重的罰則，取消雙方犯規以跳球恢復比賽的罰則，取銷罰則視同未發生犯規一般。
- 抵銷罰則時，除非最後一個罰則中有控球權應予保留外，所有控球權均應取消。

● 餘下來的犯規罰則，應按犯規先後分別執行之。

請看下面的例子：

- A4 對正在投籃動作中的 B4 犯規，投籃未中 B4 二次罰球。B 教練被判技術犯規（二次罰球加控球權），緊接著 B4 技術犯規（二次罰球）。第一個與第三個罰則相同互相抵銷，A 隊二次罰球加控球權。
- A4 對 B4 不合運動道德的犯規，B4 二次罰球加控球權。B4 犯技術犯規二次罰球緊接著 A5、B6 雙方犯規其結果是跳球，然後 B 隊教練被判技術犯規二次罰球加控球權。第一個與最後一個罰則相同互相抵銷，雙方犯規的罰則也取，剩下的罰則是 A 隊二次罰球。

罰球

新規則規定罰球過程中球員的安排。切記，除主罰球員外的其他球員均應限制在球場的兩個區域裡，他們或站位於罰球區，或站在罰球線延伸線外的三分線之後。

罰球時，球復活後，進站空位的球員不得離開原位，直到主罰球員球離手之後為止。

罰球時，球復活後，站在三分投籃區域的球員不得離開原區域，直到球觸及籃圈或完成罰球為止。

罰球時的裁判法

裁判法中有關執行罰球的部分有很大的變動。

報告犯規完畢後，二次或三次罰球的第一次罰球，應由新的追蹤裁判執行之。

罰則中剩餘的罰球，三次罰球的第二次和最後一次，二次罰球的最後一次，應由新的前導裁判執行之。他應將球反彈傳給主罰球員。

投中籃得分算之後加罰球一次，應由新的前導裁判執行之。

遞交球之後，追蹤裁判應站在主罰球員的左側，前導裁判應站在端線後主罰球員的右側，同時兩腳分跨在罰球區右側的延長線上。

對於罰球後附帶中場控球權的情況，球員不必站位，執行裁判應站在主罰球員左側的罰球線上管理罰球，在完成最後一次罰球以後，應將球傳給位於計錄台對面中點處另一職員。

得予更正的錯誤

新規則中取消了“繼續比賽”這一專業術語，因此解釋“得予更正的錯誤”時，其中的時間因素也有一些變動。新規則陳述各項錯誤之更正時效，必須在開錶後所發生第一次死球的球復活前，才可加以更正。

得予更正錯誤的期限簡化說明如下：

- 死球-錯誤可更正
- 球復活-錯誤可更正
- 球復活-不得更正錯誤
- 錯誤發生-死球時，錯誤發生
- 開錶或繼續走動中-錯誤可更正

上述第 5 項狀態的例子

- 跳球時，球離開職員之手
- 罰球時，職員將球遞交主罰球員
- 職員將球置於發球點交給發界外球的球員時

正式比賽程序

所有比賽，秩序冊上排名在前的球隊（主隊），有權選擇進攻球籃及球隊席區。主隊選擇進攻球籃及球隊席區，至少應在比賽預定時間前二十分鐘決定。

新規則中增加兩個新的手號：

第一個是“豎起拇指”的手號，用於裁判之間或裁判與記錄台工作人員間聯絡之用。當一位裁判將球遞交給球員時，如有必要，可用此手號表示“準備就緒”。

第二個是不合運動道德技術犯規的手號。這個手號是在頭上握住手腕，然後緊接著做出技術犯規的手號來表示。

參考資料

中華民國籃球協會編譯（2006）。2006年國際籃球規則。台北：中華民國籃協。

李震中（1999）。籃球理論。上海教育出版社，上海體育學院籃球編寫組。上海商務聯西印刷廠。

吳喜松（2006）。籃球裁判執法手冊。苗栗市文光印刷廠出版。