

1975-1976

篮球竞赛规则



中华人民共和国体育运动委员会审定

篮 球 竞 赛 规 则

1975—1976

中华人民共和国体育运动委员会审定

人 民 体 育 出 版 社 出 版

冶金工业出版社印刷厂印刷

新 华 书 店 北 京 发 行 所 发 行

1954年5月第1版 1975年5月第8版

1975年5月第25次印刷

印刷：2,399,501—2,649,500册

统一书号：7015·1511 定价：0.15元

前 言

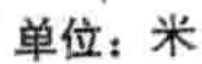
在毛主席无产阶级革命路线指引下，新中国成立以来，特别是经过无产阶级文化大革命和批林批孔运动，毛主席的革命体育路线更加深入人心，我国社会主义体育事业蓬勃发展。广大人民群众响应毛主席“**发展体育运动，增强人民体质**”的伟大号召，积极为革命锻炼身体，群众性体育运动广泛开展，运动技术水平不断提高，体育在社会主义革命和社会主义建设事业中发挥了积极作用。为了适应这一形势的需要，我们出版了各项动运竞赛规则。

我们是无产阶级专政的社会主义国家，在开展各项体育运动竞赛时，必须坚持无产阶级政治挂帅，加强思想政治路线

教育，认真贯彻执行“友谊第一，比赛第二”的方针，反对锦标主义，不断提高运动员、体育工作者执行毛主席革命体育路线的自觉性，树立社会主义新风尚，使体育更好地为无产阶级政治服务，为工农兵服务，为社会主义建设服务，为国防建设服务，为建立和发展各国人民之间的友谊、支持世界各国人民的革命斗争服务。

在组织一般竞赛活动时，对于规则中的某些规定（如场地、器材等），可因地制宜，灵活执行。

对于规则中的缺点和不足之处，希望大家在实践过程中提出修改意见。



图一 球场面积

目 录

第一章	比赛·····	1
第二章	设备·····	1
第三章	队员、替补队员和教练员·····	10
第四章	裁判人员及其职责·····	13
第五章	比赛通则·····	19
第六章	时间通则·····	27
第七章	队员通则·····	33
第八章	违例、犯规及其罚则·····	46
第九章	技术犯规和侵人犯规·····	55
规则注解·····		71
裁判员手势图·····		86
记录表使用方法·····		92

第一章 比 赛

第一条 比赛简述

每场篮球比赛由两个队参加，每队出场五人。比赛的双方力争将球投入对方球篮并阻止对方获球或得分。队员得球后可向任何方向传递、投掷、拍击、滚转或拍运，但应受有关规则的限制。

第二章 设 备

第二条 球场面积

球场的面积长 26 米，宽 14 米（如图一）。场地的丈量（除另有规定外）均从界线的内沿量起。草地球场不宜使用。

天花板和灯光设备离地面至少 7 米。球场照明要均匀，光度要充足。灯光设备的安置，不应妨碍运动员投篮的视线。

第三条 界线

球场必须有明显的界线，长边的界线叫边线，短边的界线叫端线。

界线和观众之间至少应有 2 米的距离。界线外至少 1 米以内不得有任何障碍物。如界线外沿距离障碍物不足 1 米时，应在场内距离界线 1 米处画一条细线。

球场上各线必须十分清楚，线宽均为 5 厘米。

第四条 中圈

球场中心画一个半径 1.80 米的圆圈叫中圈（从圆周的外沿量起）。

第五条 中线、前场、后场

从边线上的中点画一平行于端线的横线，叫中线。中线应向两侧边线外各延长

15 厘米。

对方球篮后面的端线与中线近边之间的区域，是某队的前场。另一部分区域包括中线在内，是某队的后场。

第六条 罚球线

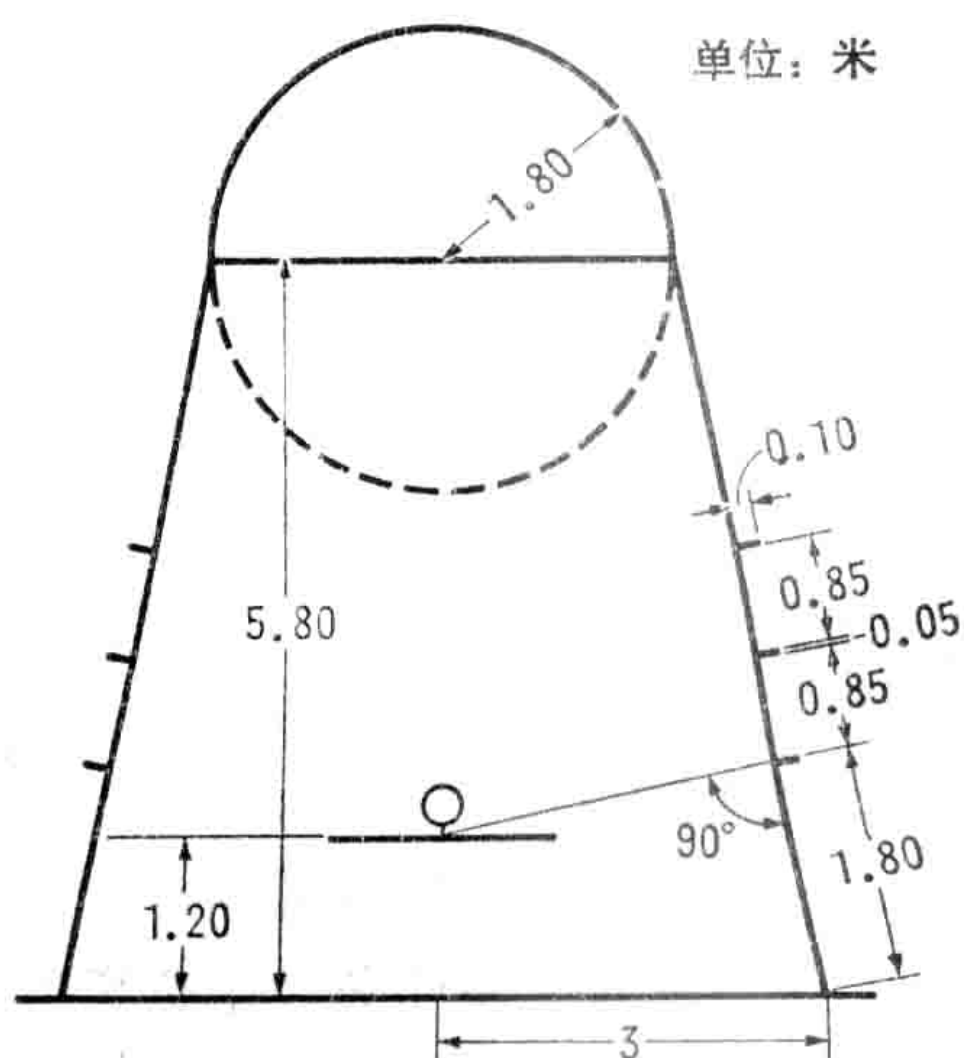
罚球线应与端线平行，它的外沿距离端线的内沿是 5.80 米。这条线长应为 3.60 米，它的中点必须落在联结两条端线中点的线上。

第七条 禁区和罚球区

从罚球线两端画两条线至距离端线的中点各 3 米的地方（从外沿量起）所构成的区域叫禁区。

罚球区是禁区加上以罚球线中点为圆心、以 1.80 米为半径所画的半圆区域。在禁区内的半圆应画成虚线（如图二）。

罚球区两旁的位置，供队员在罚球时使用。



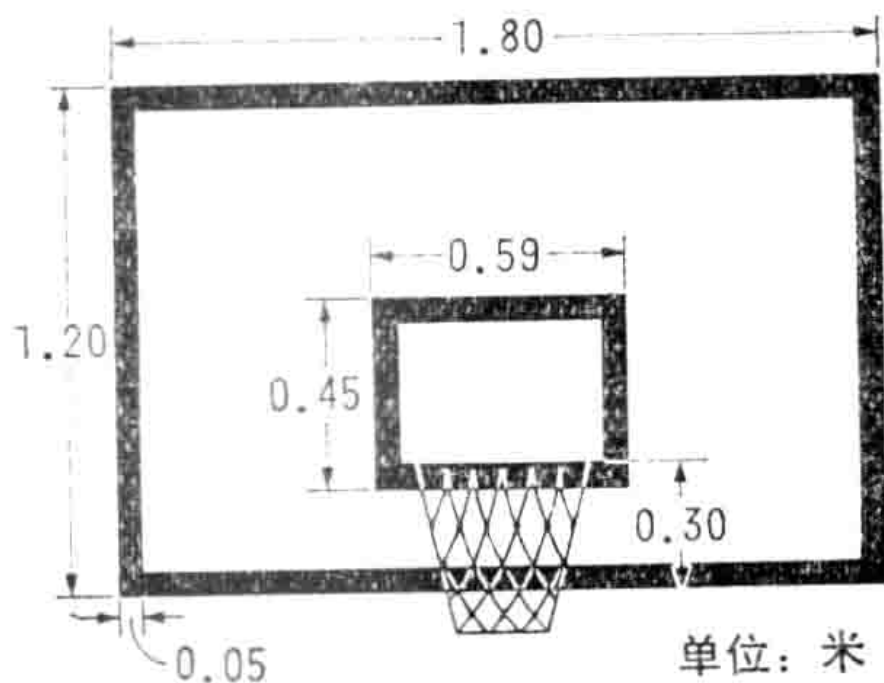
图二 罚球区

第一位置区应位于离端线内沿 1.80 米处（沿罚球区端线量起），位置区的宽度为 85 厘米。第二位置区与第一位置区相连，宽度亦为 85 厘米。分位线的长度为 10 厘米，并与罚球区边线垂直（不包

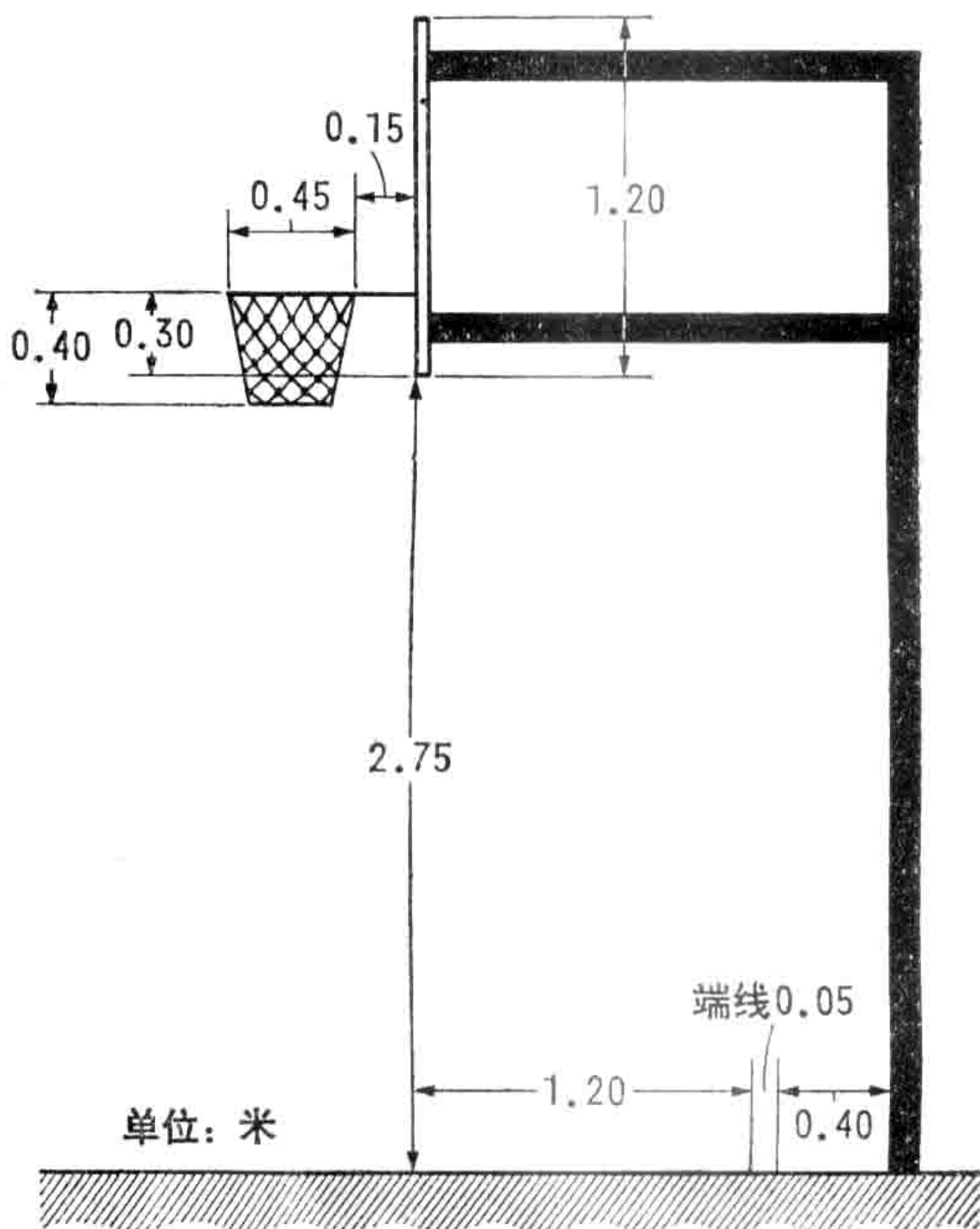
括在位置区的宽度内)。

第八条 篮板大小、质料及位置

每块篮板应用 3 厘米厚的坚硬木料或适用的透明材料 (应是整块的, 坚硬度应与木制篮板相似) 制成。它的面积应横宽 1.80 米, 竖高 1.20 米。篮板前面必须平坦, 并应呈白色 (透明篮板除外)。在板面上篮圈后面的中央画一长方形, 宽 59 厘米, 高 45 厘米 (从外沿量起)。线宽 5 厘米。底线的上沿必须与篮圈上沿齐平 (如图三)。



图三 篮板



图四 篮架和球篮

沿篮板四周的边沿画 5 厘米宽的线。这些线的颜色必须相同，并应与篮板的颜色有明显的区别。如果篮板是透明的，则画白线；若是木质的，则画黑线。

篮板应牢固地安置在球场的两端，与地面垂直，与端线平行。它的下沿距离地面 2.75 米，它的中心垂直落在场内距离端线中点 1.20 米的地方。篮板的支柱应设在场外，距离端线外沿至少 40 厘米（如图四）。其颜色应与端线后面的背景不同，以便使比赛队员看得清楚。

第九条 球篮

球篮包括篮圈和篮网。

篮圈应由实心铁条制成，内径为 45 厘米，圈条的直径为 2 厘米。应漆成橙色。圈下装设小环或类似的东西，以便悬挂篮网。

篮圈应牢固地装在篮板上，须成水

平，离地面 3.05 米，与篮板两垂直边的距离相等。篮板面与篮圈内沿的最近点是 15 厘米（见图四）。

篮网用白色线绳结成，长 40 厘米，悬挂在篮圈上。它的结构应使球穿过时稍受阻力再落下为宜。

第十条 球的质料、大小和重量

球是圆形，内装橡皮球胆，外壳用皮、橡皮或合成物质制成。球的圆周为 75 厘米至 78 厘米，重量为 600 克（1.2 市斤）至 650 克（1.3 市斤）。打气后，把球从 1.80 米的高处（从球的底部量起）落到硬木质地板或较硬的地面上，反弹起来不得低于 1.20 米，也不得高于 1.40 米（从球的上面量起）。

球的选择：正式比赛用球由竞赛机构准备。其它比赛（如队与队之间的比赛），主队应准备一个新球或两个用过的好球，

由主裁判员从中选择一个作为比赛用球。客队可用此球练习。如是新球，两队均不得用来练习。如主裁判员认为客队的球比主队准备的球更好，他有权决定该场比赛使用客队的球。

第十一条 技术设备

竞赛机构应提供下列设备，供裁判员及其助理人员使用：

一、比赛计时表（钟）和暂停（换人）计时表各一块。比赛计时表应放在记录台上，以便计时员和记录员都能看到；或者把计时钟放置在能使比赛队、观众都能看清楚的地方。

二、应装置能使比赛队和观众都能看到的 30 秒钟设备。

三、正式比赛使用规则中规定的比赛记录表，并由记录员按规则规定进行填写。

四、记分牌应放置在比赛队和观众都能看到的地方。

五、应备有 1—5 号的号码牌。号码牌为白色，1 至 4 号的数字为黑色，5 号的数字为红色。

第三章 队员、替补队员 和教练员

第十二条 球队

每个队由十名队员组成，其中一人为队长。有教练员一名，也可有一名教练员（参看第十五条）。

队员和教练员必须与裁判员共同贯彻执行“友谊第一，比赛第二”的方针，树立和发扬社会主义新风尚。在比赛中，如一个队的比赛场次超过五场，队员人数可

增至十二名。

比赛开始时，每队应有五名队员上场（例外情况见第三十三条），可根据规则的规定进行替换。

队员上衣前后须有明显的号码，号码颜色须一致，并与上衣的颜色有明显的区别。号码笔画至少宽 2 厘米。背后的号码至少高 20 厘米，胸前的号码至少高 10 厘米。球队必须使用 4—15 的号码。同队队员不得使用重复的号码。

第十三条 队员离场

在比赛时间里，队员未得到裁判员的允许，不准离场。

第十四条 队长的职责和权力

队长是本队的代表，负责掌握本队的比赛（参看第八十八条）。他在必要时可以请求裁判员解释和询问规则上有关的问题和情况，但要有礼貌。除第四十六条规