

中華基督教青年會
遠東運動會
訂定

籠球規則

上海博物院路二十號
青年協會書局出版

籠球遊戲

近幾十年以來，各地方的體育教員，都時常想要發明一種使多數不是專家的人也能玩的遊戲法。像那足球，籃球，棒球，棍球……等遊戲法，倘不是熟練這一類的技能，玩起來是難以發生興趣；並且他能容納的球員既少，而需用的地方却較大。雖然這些遊戲法是最需要的東西，然而大多數的人，因為沒有那專門的手段，必定都不願意去玩，這也是一樁憾事。所以發明排球的理想，就略為傾向那大隊的簡單的遊戲法。但是體育教員，仍然不十分滿意，因為排球雖然很好，而球員所得的運動並不很大，並且這個遊戲法，也不能養成球員的膽量，進取精神，和奮鬥精神。還有，如果球員人數過多了，他們所得的運動就更少，所以更不能引起他們要遊戲的欲求。

約十年前，美國加入歐戰的時候，有一個體育教員，Dr. Emmett Augell就發明了一種新的遊戲法，名叫 Cage Ball 「籠球」。所用的球很大，對徑由二呎半至三呎，外皮用薄篷布，裏邊裝着橡皮氣膽，球的重量，不過五磅。遊戲的方法，有好幾樣，可以按着地方的大小，變通應用。玩的時候，人數越多，越有興趣，並且每一個球員所得的運動，非常之多。這個遊戲法，也可以栽培球員的尚武精神和進取精神。

從別一方面論，籠球遊戲的組織，是非常簡單，連合的機會，也不很多。所以用這一項遊戲法，不應當算牠是一個完全遊戲法，乃應當算牠是一種能使普通人多數有加入遊戲的欲望，並且能以激發他們嗜好遊戲的本能。此外另有一件長處，是甚麼呢？就是在時間短促，和人數過多的時候，可以使全國人利用這個短期遊戲而得到利益。在軍隊裏邊，這一連同那一

連，可以比賽；在學校裏邊，這一班同那一班也可以比賽。因爲組織那麼簡單，趣味那麼大，足使從來毫不注意體育的人，也能從速發展一種需要運動的嗜好，並且無論男女老少，都可以適用的。

籠球規則 敍言

四

籠球規則

第一條 籠球的構造

所用的球須圓形，對徑自二呎半至三呎，外皮用薄篷布，裏邊裝橡皮氣膽。球的重量，不過五磅。

第二條 籠

第一例

所用的籠，是用繩子編成的。至短二十呎，至長四十呎，寬四呎，深一呎半。

▲注意 在軍隊或其他人數過多的機關，籠的長短差不多要四十呎。在人數較少的機關，像學校和青年會等，籠的長短自二十呎至二十五呎，是最適宜。

第二例

在正式比賽的時候，籠的上邊，應當離地面十呎。

第三例

如在室內比賽，可以把籠兩端的繩子，用螺絲鈎掛在牆上。

第四例

如在露天的地方比賽，每一個籠的兩端，要拴在兩個架子上，這種架子，是用兩根木柱子或是鐵管子豎立起來。在離地高十呎的地方，安上一根橫樑，長六呎；在離地八呎的地方，再安一根橫樑，長也是六呎。在每一根橫樑的兩端，要各鑽一個孔，安置籠的時候，就把籠兩端角上的繩，穿過橫樑上的孔，拉緊了，拴在柱子上。這兩個架子，相離三十呎至五十呎。（距籠底兩端各五呎）（參看所附之圖）

▲注意 平常玩這種遊戲時，如果把籠的後面高起半呎，把前面低下半呎，球員就更歡迎，因為把球擲進去，覺得容易一些。在正式比賽時，籠不宜伸得太緊；因為太緊的時候，彈力就大，球落進去，反而要跳出來。

第三條 籠球場

球場係長方形，長一百四十呎，寬一百呎，應當用石灰劃清界線。籠架安在離端線十呎的地方，就是兩個籠相離一百廿呎。籠須恰當兩邊線的正中，和端線平行。在球場中心，要畫一條短線，和端線平行。圍着這個短線，畫一個四呎對徑的圓圈。在這個中心線兩邊，離十呎的地方，各畫一根橫線，和端線一樣長。

第四條 比賽大概的組織

第一例

比賽的時候，兩隊的人數沒有限制。惟兩隊的球員數目，應當差不多相等。

第二例

開始比賽時，兩隊的球員，分開排列在場中心兩條橫線的後邊。

第三例

開始遊戲的時候，兩隊的隊長，站在場中心圈子裏邊，各人面對着各隊所要防守的籠，同時兩手各舉到頭上托住球。

第四例

執行裁判員吹號笛的時候，就開始比賽，兩隊隊長可以隨便爭球，並且兩隊隊員，也可向前跑來。

第五例

比賽的目的，就是拍球，或用拳頭打球，或擲球，要把球打進各對隊所防守的籠內。

第五條 禁例

球員不許：(甲)踢球，(乙)持球行走，(丙)球落地時，往前擁擠或推人，(丁)觸籠。

第六條 比賽時間

比賽時間係三十分鐘。

▲注意 比賽的時間，兩隊長可以商定，隨意增長或縮短。但欲增長的時候，就要分爲兩期，並在兩個時期中，休息五分鐘。

第七條 職員

籠球規則

禁例

比賽時間

在正式比賽時，應有一個執行裁判員，和四個檢察裁判員。

▲注意 平常練習，或比賽的時候，祇請一個執行裁判員亦可。

第八條 執行裁判員的責任

遇有犯規的事情，執行裁判員可執行處罰。

第一例

若打球到界線以外，不必停止比賽。如執行裁判員或檢察裁判員以爲快要把球打進場內，可以不必停止。如果他們以爲耽誤時間，就可停止比賽，按第九條，第二例再行比賽。

第二例

如一隊的隊員犯了規，處罰的時候，就把球交給沒有犯規的那一隊；那一隊就站在對隊防守的籠前三十呎的地方。被罰的一隊，就在罰球隊前

面，離十呎的地方排好，執行裁判員吹號笛，就從該處開始比賽。

第二例

在正式比賽，球落地的時候，執行裁判員就拿球往上擲，使球員隨便打。但平常比賽的時候，可以使球員自己擲球，以免耽誤時間。

第九條 檢察裁判員的責任

第一例

檢察裁判員四人，應當分開站在場四面界線外邊，每人各據一方。

第二例

如斷定球出場要停止比賽的時候，（即球員在界外拍球耽延時刻，而妨礙打球入籠。）就吹號笛；自己向前持球，把球拿到邊線，或端線，往上擲在空中，使球離邊線或端線裏邊二十呎的地方落下來。這樣擲球的時候，

要受執行裁判員的指導。檢察裁判員也要幫助執行裁判員，報告自己所看見的犯規舉動，好教執行裁判員執行處罰。

第十條 給分數

每逢把球打進籠內一次，就給一分。比賽時間完畢，某隊分數多，某隊就得勝。如果比賽時間完畢，而兩隊的分數仍是相等，就要往下再比賽；等兩隊中有一隊贏了一分，才能解決。

初練籠球的方法

初玩這一項遊戲的時候，如果沒有現成的籠，就可以豎立四根木桿，或竹竿，前後相離四呎，左右相離二十呎，至四十呎，高十呎。在這四根桿子一邊，用繩子繞成一個長方的框子，和籠的大小一樣。球從上邊落進去，就算贏一分。或者祇用兩根桿子，桿上邊攔一條繩子，把球擲過去，就算贏一分。

教的時候，使兩隊的球員在場中心兩邊集合，就簡單把這個遊戲的規則和目的，說給他們，使知這個遊戲的目的，就是把球打進對隊的籠內。要完成這個目的，或用手拍，或用拳打，或擲，均無不可。但又當告訴他們，不可踢球，不可拿球行走，球落地上的時候，不可望前擁擠；須等圍着球的球員，把球高舉起來，才可實行比賽。

裁判員也須告訴他們，一吹號笛，就要立刻停止比賽；頭一次吹的時候，就該停止。停止以後，執行裁判員或是自己把球往上擲，或是使球員自己把球高舉起來，都可以。起初的時候，恐怕叫他們自己往上舉，是有一點困難，但過了不久的時期，可以用這個法子，省却許多工夫。再過些時，球員自己把球高舉，可以不等執行裁判員吹號笛了。

球在空中的時候，球員可以衝對隊的球員，也可以推他們，但須謹守運

動上君子的精神，不可有甚麼危險的舉動，也不該有甚麼無禮的舉動。不過合理的爭奪和抗拒的動作，可以發展尚武的精神。

巨人球隊

用排球的網子，掛起來和玩排球的時候一樣；網的上邊離地七呎高，但是不用界線。兩隊的球員，人數相等，在網兩邊隨意排列，抽籤決定某隊先發球。發球的一隊，要選一個球員，在離網二十呎的地方，拿着籠球往上擲，球落下來的时候，把牠打過網去。兩隊把球打來打去，等球在一方面落地，如球在發球隊的這一邊落地，是不輸分數，祇把球讓給對隊去發。如果球在非發球隊的那一邊落地，發球隊就贏一分；並且還連續發球，等球在發球隊這一邊落地，再讓對隊發球。

一隊每逢失敗，就換一個發球員；並且叫一隊的球員，輪流發球。球由他

方面過來的時候，在球再過去以前，或等球被對隊球員打着的中間，本球的球員每人祇可打球一次。打球的時候，或用掌拍，或用拳打，或用頭頂，均無不可；但不可把球在停手內。等某隊贏了二十一分，就算勝了一局。教籠球的，在教的時候，可以推行數種的遊戲法，並且可以變通應用，適合當地情形。

