

最新球類運動規則

鄭煥韜 編



籃球



足球



網球



手球



排球



羽球



桌球

健行文化出版公司發行

目次

一、足球規則（含小型、女子、兒童）	一
二、籃球規則	五五
三、排球規則	一三五
四、九人制排球規則	一九五
五、網球規則	二三一
六、軟式網球	二四三
七、手球規則	二七五
八、羽球規則	三一九
九、桌球規則	三三一

足球規則（採用國際足球規則）

第一章 球場

(1)面積：球場必須是長方形，它的長度，不能超過一百三十碼，也不能短於一百碼；它的闊度，不能超過一百碼，也不能短於五十碼。（國際比賽的球場，長度為一百一十碼至一百二十碼，闊度為七十碼至八十碼。）無論任何情形，長度必須大於闊度。

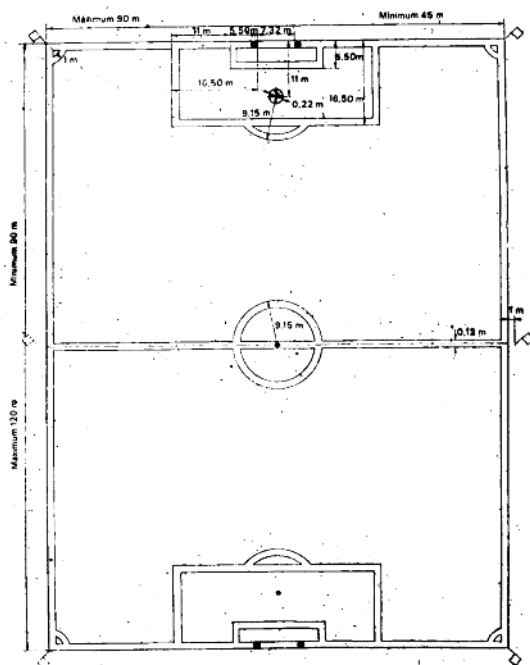
(2)界線：比賽球場必須有清晰的界線，線寬不得超過五英寸（十二公分），也不能有V字形的凹溝。兩邊較長的線，叫做邊線；兩端較短的線，叫做端線（或球門線）。

在球場的四角，應各豎一平頂的小旗竿一枝，旗竿的高度不得低於五英尺（一公尺五十公分）；又在球場中線的兩端外，至少距邊線一碼的地方，也應各豎同一式樣的旗竿一枝。

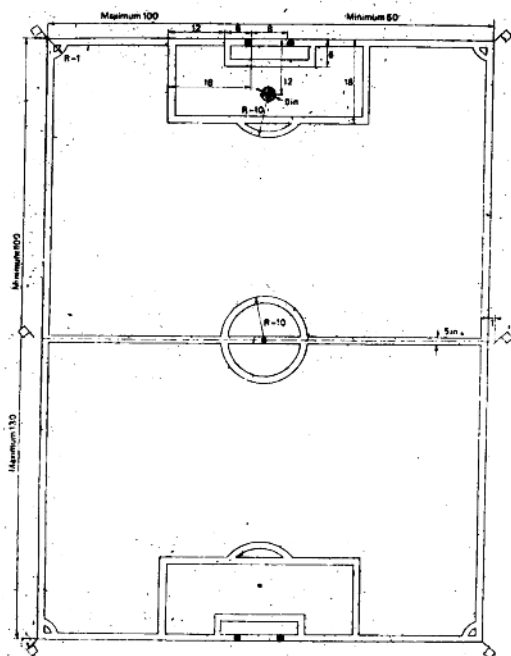
中線應橫過球場，球場的中央應劃有清晰的一點，且應以這一點為圓心，十碼為半徑，劃一圓圈。

(3)球門區域：在球場兩端的端線（球門）上，各距球門柱六碼的地方，向場內劃一條六碼長的垂線，使與端線成直角，更劃一線將這兩條垂線伸向場內的兩端連接，並與端線平行，在此三線與端線以內的

比賽球場及附屬設備應如下圖：



公尺界線



地面，名為球門區域。

(4)罰球區域：在球場兩端的端線上，各距球門柱十八碼的地方，向場內劃一條十八碼長的垂線，使與端線成直角，更劃一線將這兩條垂線伸向場內的兩端連接，並與端線平行，在此三線與端線以內的地面

，名爲罰球區域。

在球門線中央距場內十二碼處，各作一清晰的記號，這就是罰十二碼球的罰球點。以每一罰球點爲圓心，十碼爲半徑，在罰球區外劃一圓弧。

(5) 角球區域：以每一角旗竿豎立點爲圓心，一碼長爲半徑，在球場內劃一個圓的四分之一。

(6) 球門：球門應設在兩端線的中央，並須有兩根直豎的柱子，上架一橫木，兩門柱到角旗的距離應相等。兩門柱相距爲八碼（從柱的內方量起），橫木的下方距地面爲八英尺。門柱和橫木的寬度應相同。門柱和橫木的寬度與厚度，均不得超過五英寸（十二公分）。

門後可裝一網，接連於門柱，橫木及地面，但這網應妥爲撐持，使守門員有充分活動的餘地。

附註：

球網可用大麻、黃麻或尼龍線編成，但尼龍化學纖維的繩子，不能比大麻或黃麻編的細小。

國際足協規則小組決議

(1) 國際比賽球場最大面積爲：長度一一〇公尺、寬度七五公尺；最小面積爲長度一〇〇公尺、寬度六四公尺。

(2) 各國足球協會必須嚴格遵照規定的面積，佈置球場。在舉辦國際比賽時，必須於賽前，將比賽地點及球場面積，通知客隊的國家足球協會。

(3) 國際足球協會規則小組，已同意規則中所用的英制與公制對照表如下：

一百三十碼	一百二十公尺
一百二十碼	一百一十公尺
一百一十碼	一百公尺
一百碼	九十公尺
八十碼	七十五公尺
七十碼	六十四公尺
五十碼	四十五公尺
十八碼	十六公尺五十公分
十二碼	十一公尺
十碼	九公尺十五公分
八碼	七公尺三十二公分
六碼	五公尺五十公分
一碼	一公尺
八英尺	二公尺四十四公分
五英尺	一公尺五十公分
二十八英寸	七十一公分
二十七英寸	六十八公分

五英寸.....十二公分

四分之三英寸.....一點九公分

二分之一英寸.....一點二七公分

八分之三英寸.....一分

(4)端線的寬度，應和球門柱及橫木的厚度相同，因此球門柱內外邊的端線應是一樣寬。

(5)爲了劃球門區域及罰球區域，在端線上量的六碼及十八碼的距離，必須從球門柱的內方量起。

(6)球場的面積，包括場內各區域界線的寬度在內。

(7)所有的足球協會，應依照足球規則供給標準設備，特別是國際比賽，尤應注意皮球的圓周及其他設施。若有不合標準的設備，必須向國際足球協會報告。

(8)根據比賽規則進行的球賽，如果橫木脫落或折斷，應即停止比賽，甚至將這場比賽取銷，除非橫木已裝回原來的位置，或新安裝的橫木對球員已無危險性。不能用繩子來代替橫木。

在友誼比賽中，經雙方同意，可以用沒有橫木的球門繼續比賽，但應將已壞的橫木移去，使對球員不致發生危險。在這種情形下，可用繩子來代替橫木，如果不用繩子，皮球從門柱之間全部越過端線，裁判員認爲是在橫木下面穿過時，他應判爲勝一球。

球賽的從新開始，應由裁判員在球賽停止時，皮球所在地墜球繼續比賽。

(9)各國足球協會可在規則第一章規定的範圍內，對橫木及門柱的厚度，濶度的最大量與最小量作適當的規定。

中華民國足球協會規定球門橫木及門柱的厚度與闊度爲四至五英寸（即十至十二公分）

(10) 門柱及橫木必須用木材，金屬或隨時經國際足協規則小組認可的物質做成。它的形狀可以是正方形、長方形、圓形、半圓形，或橢圓形。不可以用其他物質將門柱及橫木做成其他形狀。

(11) 於國際比賽前，加插「序幕賽」，須於比賽當天由兩國協會代表，及擔任該場國際比賽的裁判員，審察當時場地的情形來作決定。

(12) 國家足球協會，特別是主辦國際比賽的協會，必須限制攝影人人數，並在距球門線外不超過十公尺的地方，劃一至少兩公尺長的線，距角旗竿的距離大致相等，應禁止攝影人員超過這界線，更應禁止使用閃光燈。

第二章 球

球應是圓形，它的外殼應用皮革或其他被承認的物質製成。凡對球員有危險性的物質，均不得用爲製球的外殼。

球體的圓周，不得超過二十八英寸（七十一公分），也不得少於二十七英寸（六十八公分）。

球的重量，在開賽以前不能超過十六盎司（四五三公克），也不能輕於十四盎司（三九六公克）。其壓力應和大氣壓力相等，等於在海平面一平方英寸十五磅（即一平方公分一公斤）。在比賽中非經裁判員同意，不能更換比賽用球。

(1) 比賽用球，應視為足球協會或比賽球場當局的所有物，於比賽完畢後，應交給裁判員。
 (2) 國際足球協會規則小組隨時可以決定，球體構成的物質。任何經認可的物質，必須有國際足球協會規則小組的證明。

(3) 國際足球協會規則小組已同意規則中所說的重量，十四至十六盎司等於三九六至四五三公克。

(4) 如果在比賽中球破裂或漏氣時，應即停止比賽，並在球最初出事地點，用新球以墜球方式（即俗稱公證球），繼續比賽。

(5) 如果這項意外發生於停止比賽時（如踢定位球、球門球、角球、自由球、罰十二碼球或擲界外球時），則依照規則應進行的方式，繼續比賽。

第三章 球員人數

(1) 一場比賽應為兩隊對抗，每隊上場球員最多不能超過十二人，其中必須有一人為守門員。

(2) 凡依照規則舉行的比賽，均可照下列規定，替換球員：

(a) 國際協會或國家協會，才有權決定替換球員。

(b) 如果準備有替補員替補時，應遵照下一段規則說明替換多少。

(c) 在任何一場比賽，每隊替換球員不得超過兩人。

(3) 其他性質的比賽，於賽前經雙方同意，最大限度可以替換五人，並應先通知裁判員。如事先沒有通知裁判員，或兩隊未達成協議時，則仍僅准許替換兩人。

(4)任何球員都可以和守門員交換位置，但應事先向裁判員報告，並且要在球賽暫時停止時進行更換。
(5)當守門員或其他球員替換時，應遵守下列的規定：

(a)在替換以前，應先報告裁判員。

(b)替補員在被替補的球員已離開球場，然得到裁判員的指示許可後，才能進入球場。

(c)替補員應在球賽暫停時，由中線處進入球場。

罰 則

(a)如更換守門員時違反規則，比賽不應停止，應該當球不在比賽範圍內時，立即警告犯規的球員。

(b)凡有任何其他違反規則情事，有關球員均應被警告，如果裁判員因警告球員而使比賽暫停，從新開始時，應由犯規球員的對方，在球賽暫停時皮球所在地，罰一間接自由球，繼續比賽。如該罰球在防守隊本方球門區域內執行者，則可在該事件發生的半邊球門區域內任何一點踢出。

國際足協規則小組決議

(1)每隊球員的最少人數，由各國足球協會決定。

中華民國足球協會決定：球隊不足七人時，比賽應視為無效。

(2)國際足球協會規則小組的意見是，任何一隊不足七人時，這場比賽應視為無效。

(3)比賽開始以前，各隊應將最多不超過五名替補員的姓名向裁判員報告，以便比賽中需要替換時，必須

從這五名中挑選。

(4) 一球員在比賽開始以前被判禁止上場，可以從已登記的替補員中選一人替補，但開球不能因進行替補而延遲。

一球員在球賽開始以後被判離場者，不得替補。

凡替補員被判禁止上場，不論是在比賽開始以前，或在比賽開始以後，一律不得替換。（這項規定僅指球員違犯規則第十二章而言，而非指違反規則第四章的規定）。

(5) 已被替換離場的球員，就不要再參加該場的比賽。

(6) 替補員應被視為球員，無論他是否參加比賽，裁判員均有管轄及裁判權。替補員在球場內犯規，應和其他球員同樣接受處罰。

第四章 球員裝備

(1) 球員不得穿戴有危害其他球員的任何物品。

(2) 「脚上穿的」(footwear) 必須合於下列標準：

(a) 鞋底橫條，應用皮革或橡膠製造，橫放而具平面，寬度不得少於半英寸，長度不得超過鞋邊，所有的角都應鏝圓。

(b) 個別裝設於鞋底，可以替換的鞋釘，應用皮革、橡膠、鋁、塑膠類似的原料做成，並應牢固不動。除鞋釘附於鞋底的基層部份外，突出於鞋底的基層部份，不得超過四分之一英寸。鞋釘的平面應為

圓形，它的直徑不得少於半英寸。逐漸尖細形的鞋釘，它任何部份的直徑，都不得少於半英寸。

裝設螺旋釘的金屬座，必須埋入於「腳上穿的」底部，任何附屬的螺旋釘，都是鞋釘的一部份。除了螺旋形鞋釘的金屬座外，不應再有金屬片，即使以皮革或橡膠覆蓋也不可以。

凡在鞋釘上穿孔，使能用釘旋緊，或以其他方式固定於「腳上穿的」底部者，以及除了鞋釘的基層部份外，任何突出於鞋邊的東西，或減輕痛苦的裝備，或裝飾品等都應視為不合規定。

(c) 與鞋底為一整體，且不能取下更換的鞋釘，應用橡皮、塑膠、乙烯或相似的軟性物質製成，倘若鞋釘在十顆以上，這些鞋釘的直徑，不能小於八分之三英寸（十公釐，即一公分）。其他方面也要符合規則的規定。

(d) 只要符合規則的規定，橫條與鞋釘可以同時使用，但它們的高度都不能超過四分之三英寸。如果是用釘子釘牢的，應釘得和表面一樣平整。

(3) 守門員所穿球衣的顏色，應和其他球員及裁判員有顯著的區別。

罰 則

凡違反這規則的球員，應令他離開球場，調整他的裝備，當他要入場時，應先向裁判員報告，並經裁判員檢驗，認為已符合規定方可。這球員應在球賽暫停期間入場。

國際足球規則小組決議

(1) 球員通常的裝備爲運動衫或襯衫、短褲、長襪和「腳上穿的」(footwear)，在根據規則所舉行的比賽，球員可不穿球鞋或鞋子，但是應穿運動衫或襯衫、短褲、或衫褲相連的套裝，或類似褲子及長襪等。

(2) 規則中並未規定必須穿球鞋或鞋子，可是在正式比賽中當大多數球員都穿時，裁判員應不允某一球員或少數幾名球員赤腳參加。

(3) 國際賽、國際錦標賽、國際球會間的正式比賽及各國球會間的友誼比賽，裁判員在開賽以前均應檢查球員的球鞋，防止有不符合規則第四章規定的球員參加比賽。聯賽及一般的錦標賽，也可以在競賽規程中，訂定類似的條款。

(4) 如裁判員發現一球員穿着的衣物不合規則，並可能對其他的球員發生危險時，應即令將危險物除去，如果這球員不聽裁判員的命令除去，應不准這名球員參加比賽。

(5) 球員因裝備不合規則第四章的規定，被停止參加比賽，或在比賽中被令離場，要再入場參加比賽時，應在比賽暫停期間向裁判員報告，經裁判員檢查，認爲他的裝備已符合規則後，才可以進入球場。

(6) 球員因違反規則第四章規定，被停止參加比賽，或在比賽中被令離場，當他加入比賽時違反規則第十二章，這球員應被警告。如裁判員因警告球員使比賽暫停，應在事故發生處，由犯規隊的對方球員，罰間接自由球繼續比賽。

第五章 裁判員

每場比賽必須委定一名裁判員，以處理比賽事宜，當他進入球場時起，即可執行規則賦予他的權力。他的判決權力可以伸展至比賽暫停，或球不在比賽範圍內時。他的判決關於比賽事宜及結果的，為最後的判決，他的職權為：

(a) 執行規則。

(b) 裁判員認為處罰犯規者的結果，將使犯規的球隊反而獲得利益時，得不予處罰。

(c) 記錄比賽事件，並兼計比賽時間，使比賽賽足法定時間，或由兩隊商定的時間，因處理意外事件或其他原因消耗的時間應該要補足。

(d) 不論何時，遇有違反規則的任何情事，如觀眾擾亂，或其他原因，裁判員認為有停止比賽的需要時，有權停止（或取消）比賽。遇這種情形，應在規定時間內向主辦球賽機構提出詳細報告，並依照對這場比賽有管轄權的國家足球協會的規定處理。報告書用郵寄方式，應使在正常情形之下收到。

(e) 自進入球場開始，裁判員有權對犯不正當行為，或不君子風度的球員予以警告，或停止比賽的處分。遇這種情形，裁判員應將犯規球員的姓名，在規定的時間以內，向主辦比賽機構報告，並依照對這個比有管轄權的國家足球協會的規定處理。報告書用郵寄方式，應使在正常情形之下收到。

(f) 除比賽球員及巡邊員外，非經裁判許可，不能進入球場。

(g) 裁判員認為有球員受重傷時，則停止比賽，將受傷球員用最快方法移到場外，並立即繼續比賽。但如球員受輕傷時，則不應停止比賽，除非球賽已自動暫停，才去處理。凡球員能自行走出端線或邊線外治理的，不可以在此比賽場內調理。

(h) 裁判員認為球員有粗魯行為，危險性犯規，講下流話，惡言謾罵，可驅逐離場。

(i) 一切暫停之後，用信號指示此賽重新開始。

(j) 審定比賽用球，是否合於規則第二章的規定。

國際足球規則小組決議

(1) 擔任國際比賽的裁判員，應穿顏色鮮明或與兩球隊球衣顏色有顯著區別的外衣。

(2) 除兩球隊同意自派外，國際比賽的裁判員應由中立國人士擔任。

(3) 對於業餘及青年國際比賽的裁判員，不必須由向國際足球協會登記有案的國際裁判擔任。

(4) 遇有不正當行為或不君子風度，裁判員應向有關管理機關報告，以便採取適當行動，這些不正當行為不論是由觀眾、職員、球員、已登記的替補員或其他人士所造成，也不論是在比賽前，比賽中，或比賽後，在球場內或球場附近發生的。

(5) 巡邊員為裁判員的助理，若裁判員所處的地位，更能看清事件發生的情形，而予以判決時，可無須考慮巡邊員提出的訊號，相反，若巡邊員站在有利位置，在球未射入門以前的判罰間及時示意，裁判員應加考慮，立即採取行動，判決這球入門無效。

(6) 裁判員只有在球賽未重行開始以前，更改他的判決。

(7) 若裁判員已決定應用得益規則，而讓比賽繼續進行時，則不論給予受益的一方是否得益，均不得任意改變他的判決。但這並不表示對犯規的球员不予處理。

(8) 訂立規則的用意，在盡量減少對球賽的干預的事故，裁判員負責執法應該慎重，因細故或只屬嫌疑犯規，動輒鳴笛判罰，最容易引起球員反應，破壞觀眾愉快的心情。

(9) 規則第五章(d)雖規定裁判員在發生重大的騷亂時，有權停止比賽，可是並無權判決那一隊棄權，及何隊失敗，但必須將事故發生的詳細情形，向有關當局報告，以便處理。

(10) 球員如在同時有兩種不同情形的犯規，裁判員應依照較重的犯規處罰。

(11) 裁判員的職責為注意中立巡邊員的訊號，而非聽其他個人的意見。

(12) 在球賽進行中，非經裁判員的訊號允許，任何人不得進入球場，在場邊指導球員的情形，也必須禁止。

第六章 巡邊員

必須委派兩名巡邊員，他的職責（遵照裁判員的判決）應為表示何時球脫離比賽範圍，應由何隊踢角球，球門球或擲球入界。兩巡邊員均應協助裁判員，使比賽依照規則順利進行。如遇有巡邊員作不正當的擾亂，或有越軌行動，裁判員應停止他的職務，並安排以候補巡邊員代替（裁判員應將這種情形，向主辦賽球機構報告）。巡邊員應備有信號旗，該旗職應由比賽球場的球會供給。