

## 臺北市立建國中學校內五對五籃球規則

比賽規則：除以下規則，其餘規定依據中華民國現行國際籃球規則執行之。

- (一)、比賽時間為 30 分鐘，上、下半場各 15 分鐘。中場休息五分鐘。
- (二)、比賽時間終了，雙方得分相等，則由兩隊正式五位球員各罰一次球，罰中次數多者獲勝。如再相等，則由兩隊依序推出一人罰球，直到分出勝負。(犯滿球員不可以參加罰球)
- (三)、比賽時雙方各派出一名同學協助幫忙紀錄計分及監督。
- (四)、比賽同時開始及終了，以哨子聲為準。(以巡場老師碼表為主)
- (五)、每隊有上、下半場各一次六十秒暫停，暫停時不予停錶，惟在上、下半場比賽最後五分鐘不可暫停停錶。(上半場沒用的暫停，不可再下半場使用)
- (六)、禁區採用三秒鐘規則。
- (七)、出場比賽必須穿著運動鞋、運動服裝(籃球比賽球衣必須同色系並寫上號碼)，不得穿著制服，違者不准上場比賽。
- (八)、有籃球校隊的班級只能上場 1 人，上場 2 人或以上者以棄權論。
- (九)、雙方必須準時出賽，逾表定比賽時間五分鐘，任何一隊未到達五人者，宣判棄權。逾表定比賽時間五分鐘之內，任何一隊達到五人者，先由對方罰球二球加中場。
- (十)、每班選 12 名同學為正式球員，每隊有 12 件號碼背心(正式 12 名球員各穿一件號碼背心，不可穿其他件號碼背心)，每件號碼背心有五次犯規，如犯規滿五次此號碼背心無法再使用，如有違規，依校規處置。
- (十一)全隊犯規滿五次時，進入加罰狀態，罰球 2 次
- (十二)投籃時，如球進，得分算加罰一球；如球不進，在三分線外投籃者，罰 3 球；其餘投籃者罰 2 球。
- (十三)、三分線外投籃進球得 3 分，其餘投籃進球得 2 分，罰球得 1 分。
- (十三)、身體不適合(包含:心臟病、癲癇、氣喘、相關呼吸及血管疾病)從事劇烈運動者，請勿報名參加比賽。
- (十四)、裁判及記錄由籃球隊員擔任，以公平、公正、公開、避嫌原則下執行，請同學應保持運動員風度，服從裁判判決，如有疑異應向巡場教師提出並當場合理處理，如事後再討論或錄影是否對錯，都以裁判判決為主。
- (十五)、以球會友，互相交流切磋，嚴禁發生糾紛或打架事故，如有違規，依校規處置。
- (十六)、當天中午比賽同學請自己注意用餐時間並且雙方出賽時，不得帶手錶，項鍊及戒子上場比賽，(盡可能不要戴眼鏡出賽)以免發生危險。。
- (十七)、遇雨天或場地潮濕，於早上十一時前在體育組網站或公告欄公布是否延期，請各康樂股長特別注意賽程公告及更新並義務告知參與同學。
- (十八)、如班上有正當活動，必須在比賽前一天中午十二時前向體育組申請延期比賽，如經核准，對隊不得異議。
- (十九)、如班級團體公假(出國)可提出延賽。為了全校運動普及化，個人公假或其他班內比賽衝突，故不延期如期比賽。
- (二十)、嚴禁跨班組隊。