

战术基础配合是**两三人之间**有目的、有组织的、协调作战的配合方法，包括**进攻**和**防守**两部分。是组成全队攻守战术的基础。

根据篮球运动的对抗特征，通常将篮球战术分为进攻与防守两大系统（90年代开始，篮球战术发展分为进攻、防守与攻守转换三大系统），再根据参与战术行动的区域与人数，可将其分为**个人行动**、**配合行动**和**整体行动**三个层次。

一、篮球战术图例



二、队员位置、职责及要求

位置		职责及要求
中锋 (C)		中锋应身材高大，技术全面，反应快速灵活，具有良好的耐力和弹跳力，头脑冷静，善于在篮下居中策应和运用多种方法进行准确的投篮，还要有较强的抢篮板球的能力，这样才能胜任内线攻守的组织和发动快攻的任务。多数时间是待在禁区里，应攻守兼备，是球队的枢纽。 篮板球、阻攻、盖帽、导球能力是中锋应具备的基础技能。 在球队中，中锋经常身负得分之责，他是主要的内线得分者，与小前锋里外对应。
前锋	大前锋 (PF)	大前锋在队上担任的任务有 抢篮板、防守、卡位等 ，另外还要 投篮、得分 。他的投篮命中率要求较高，以场上五个位置来说，大前锋应该是命中率最高的一位了。不过由于得分不是他的强项，所以他的得分可以不多，但是篮板就一定要抓得多。此外，防守能力是大前锋所必备的，因为他要巩固禁区。
	小前锋 (SF)	球队中 最重要的得分者 。对他的最根本要求就是得分，而且是较远距离的得分。小前锋一接到球，第一个想到的就是要如何把球往投进篮筐。
后卫	控球后卫 (PG)	球场上 拿球机会最多的人 。他要把球从后场安全地带到前场，再把球传给其他队友。一个合格的控球后卫不仅要让球流动得顺畅，将球传到最容易得分的地方，还要组织全队的攻

		势，让球队的进攻更为流畅。
	得分后卫 (SG)	主要负责 外线投篮或切入投篮得分 的球员，是仅次于小前锋的第二得分手，但他不需要练就小前锋一般的单打身手，因为他经常是由队友帮他找出空当后投篮的。因此，要求他的外线投篮命中率与稳定性要非常好。得分后卫经常要做的有两件事：第一是有很好的空当来投外线；第二则是要在小的缝隙中找出空当来投外线，所以他出手的速度要快。

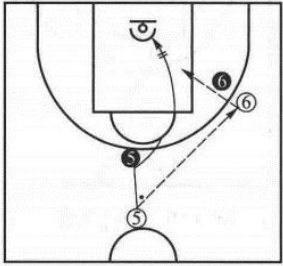

三、进攻基础配合

进攻战术基础配合是指在篮球竞赛中，进攻队员两三人之间所组成的简单配合方法。进攻基础配合包括传切配合、突分配合、掩护配合和策应配合。

(一) 传切配合

传切配合是指进攻队员之间利用传球和切入技术所组成的简单配合。包括**一传一切**和**空切**两种。它是一种最基本的简单易行的进攻方法，一般在对方采用扩大盯人或扩大联防时运用。

传切配合的方法

<p>一传一切配合：指持球队员传球后，利用起动速度或假动作摆脱防守，向篮下切入接回传球投篮的配合。</p> <p>⑤传球给⑥，⑤向左侧做切入假动作，同时观察⑥的移动情况，然后突然从右侧切入，侧身面向球接⑥的传球投篮。</p>	
<p>空切配合：指无球队员掌握时机，摆脱对手，切向防守空隙区域接球投篮或做其他进攻配合。</p> <p>④传球给⑤时，⑥利用⑥未及时调整位置的机会，突然横切或沿底线切向篮下接⑤的传球投篮。</p>	

(二) 突分配合

持球队员运球突破对手后，遇到对方补防或协防时，及时将球传给进攻位置最佳的同伴进行攻击的一种配合方法。

突分配合的方法

对方采取人盯人防守或区域联防时运用突分配合，可打乱对方的整体防守部署，压缩防区，给同伴创造最佳的外围投篮或篮下进攻机会。

突分配合（一）：

④接球从左侧底线突破④后，遇到⑥补防时，及时传球给横切的⑤投篮。



突分配合（二）：

④持球纵向突破④，当⑥补防时，④及时传球给⑤投篮。



（三）掩护配合

是指进攻队员选择正确的位置，借用自己的身体用合理的技术动作挡住同伴防守者的移动路线，使同伴借以摆脱防守，获得接球投篮攻击或其他进攻机会的一种配合方法。

掩护配合有多种形式和方法，根据掩护者和被掩护者身体位置的不同，有**前掩护**、**侧掩护**和**后掩护**三种形式。虽然掩护的形式和变化很多，但从组成掩护配合的行动来看，一是掩护者主动去给同伴做掩护，使同伴借以摆脱防守，二是摆脱者主动移动，利用同伴的身体位置把对手挡住，使自己摆脱防守。

掩护配合的方法

侧掩护是指掩护队员站在同伴防守者的侧面进行掩护配合的方法。

持球队员与无球队员之间的侧掩护配合：

⑤传球给④后，移动到④身体左侧做侧掩护，④接球后瞄篮或做向左侧突破的动作。当⑤掩护到位时，④立即从右侧贴着⑤的身体运球突破上篮，⑤立即转身切入篮下抢篮板球或接球投篮。这种掩护也称挡拆配合。



无球队员之间的侧掩护配合：

⑤传球给④后，向传球的反方向移动给⑥做侧掩护时，⑥先向篮下做压切动作靠近⑥，然后突然贴近⑤的身体横切接④的球投篮，⑤掩护后转身切入篮下，接④的传球投篮或抢篮板球。这种掩护也称反掩护。



(四) 策应配合

是进攻队员**背对或侧对**球篮接球，通过多种传球方式与外线队员的空切、绕切相结合，借以摆脱防守、创造各种里应外合进攻机会的配合方法。

策应配合的应用范围较广泛，可以干扰防守绕切的队员选择正常的防守位置，在进攻半场人盯人防守或区域联防时经常采用。

配合要求：策应队员突然起动，摆脱对手，占据有利位置，接球后保持合理护球姿势，注意观察，及时传球给进攻机会最好的同伴投篮或自己进攻。外围传球队员根据策应者位置和机会，及时准确传球给策应队员，做到人到球到，传球后迅速摆脱防守切入到篮下。

策应配合的方法



四、防守基础配合

防守战术基础配合是指在篮球竞赛中，防守队员两三人之间所采用的协同防守配合的方法，包括**挤过、穿过、绕过、交换、关门、补防、夹击及围守中锋**等。防守战术基础配合是组成全队整体防守战术配合的基础。

(一) 关门配合

关门配合是邻近的两名防守队员靠拢协同防守运球突破的一种配合方法，通常在区域联防和半场人盯人防守战术

中运用。

1. “关门” 配合的方法

⑤接④的球突破时，⑥抢先移动向④靠拢并“关门”，不给突破队员留有空隙，当突破队员分球时，⑤快速回防自己的对手。

2. “关门” 配合的基本要求

- (1) 防突破的队员应及时向侧后方滑步卡位，堵住进攻队员的突破路线。
- (2) 邻近突破一侧的防守队员，应快速向同伴移动靠拢进行“关门”配合，同时根据持球队员的停球和传球，决定围堵和回防。
- (3) “关门”配合时，防守队员要两肩靠紧，微屈膝，含胸，两臂自然上举或侧举，发生身体接触时要用暗劲，避免受伤。



(二) 夹击配合

夹击配合是指两名以上的防守队员，利用对手在场地边角运球或运球停止时，突然快速上前封堵和围夹持球者的一种防守配合方法。

1. 夹击配合的方法

当⑧在底角运球停止时，⑦与⑧一起夹击⑧，④堵防强侧的回传球，⑤与⑥向有球方向移动准备断球。

2. 夹击配合的基本要求

- (1) 当对手沿边线埋头运球或在场角、中线附近和限制区内运球停止时，是夹击的最好时机。
- (2) 夹击时，两个防守队员的身体要靠紧，两臂垂直上举，随对方的球摆动，封堵其传球。
- (3) 夹击的目的不是为了从持球队员手中抢球，而是迫使持球队员传球失误，给同伴创造抢断球的机会，因此应减少夹击时的犯规。
- (4) 其他队员应积极配合夹击队员的行动，及时封堵近球队员，迫使持球队员传远高球。



(三) 补防配合

补防配合是指当防守队员在被对手突破或者出现漏防时，邻近的同伴大胆地放弃自己的对手，及时快速地进行补漏防守的一种配合方法。补防可以阻截对方一次直接的投篮或减少对方一次最有进攻威胁的机会。

1.补防配合的方法

当④突破②的防守直接投篮时，⑤大胆放弃自己的对手，快速补防，阻止④的进攻，④向左侧移动防守⑤。

2.补防配合的基本要求

(1) 防守队员应全面观察和判断场上出现的漏防情况，补防时应果断、迅速地抢占有利位置，避免犯规。

(2) 被对手突破的防守队员应快速向补防队员方向移动，并观察对方的传球意图，争取抢断球。



(四) 交换配合

交换配合是指进攻队员做掩护配合时，防守掩护者的队员与防守被掩护者的队员及时主动地交换自己所防对手的配合方法。

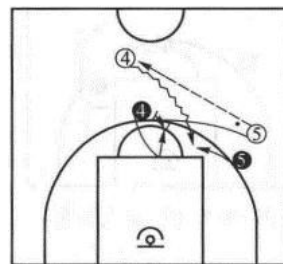
1.交换配合的方法

⑤将球传给④，⑤给④做侧掩护，④运球突破。此时⑥发出交换防守信号后立即防守④，④随之后撤调整位置，堵住⑤的切入，并准备抢断④的传球。

2.交换配合的基本要求

(1) 防守掩护者的队员应及时发出信号提醒同伴，相互换防堵截进攻队员的攻击路线。

(2) 防守被掩护者的队员应及时撤步，在掩护队员转身切入前抢占有利的防守位置。



(五) 挤过、穿过

配合	使用条件	配合要求
挤过配合是指对方进行掩护时,防守队员在掩护队员接近自己的一刹那,迅速抢前横跨一步贴近自己的对手,并从两个进攻队员之间侧身挤过去,继续防守自己对手的配合方法。	当对方距离球篮较近,外围队员想利用掩护投篮或由于身高的差别而不宜交换防守的情况下,运用主动性很强的挤过配合,可以破坏对方的掩护配合。	<ol style="list-style-type: none"> 1.不要过早暴露挤过配合意图,以防止对方反方向切入。 2.在两个进攻队员身体靠近之前,果断抢步贴近对手,快速侧身挤过。宜交换防守的情况下,运用主动性很强的挤过配合,可以破坏对方的掩护配合。 3.防守掩护者的队员应站在能够兼顾防守两个进攻队员的位置上,及时提醒同伴注意对方的掩护意图,做好可能换防的准备。
穿过配合是指当对方进行掩护时,防守掩护者的队员及时提醒同伴,并主动后撤一步,让同伴及时从自己和掩护队员之间穿过去,继续防守自己对手的配合方法。	当对方掩护发生在弱侧区域,距离球篮较远、无投篮威胁、不宜换防的情况下,运用穿过配合可有效地破坏对方的掩护配合。	<ol style="list-style-type: none"> 1.防掩护队员要及时提醒同伴,并主动后撤一步选好位置,留出让同伴穿过的通路。 2.当对方掩护时,防守被掩护者的队员要撤步侧身,避开掩护队员及时穿过。

五、快攻与防守快攻

(一) 快攻

快攻是由防守转入快攻时,进攻队以最快的速度、最短的时间,乘对方防守立足未稳,力争造成人数上或位置上的优势,或创造以多打少或无人防守或人数相等的有利攻击时机,果断而合理地进行快速攻击的一种进攻战术。

发动快攻的时机:即当抢获后场篮板球、抢、断、打球和跳球以及对方投中后掷端线界外球时,都应抓住机会发动快攻。其中, **抢获后场篮板球后发动快攻的比例最高,抢断球后发动快攻的成功率最高。**

快攻的形式：有**长传快攻**、**传球与运球结合的快攻**和**个人运球突破快攻**三种。

快攻的结构：由**发动与接应阶段**、**推进阶段**和**结束阶段**三个阶段组成，其中**长传快攻**只有**发动**和**结束**两个阶段。

（二）防守快攻

防守快攻是指由攻转守的瞬间及时组织用以阻止和破坏对方快攻的防守战术。防守快攻要从全力拼抢前场篮板球开始，在失去球权后，**首先封堵第一传**，堵截接应点，边退边干扰，延缓对手进攻速度，借机及时组织全队防守。

防守快攻的方法：提高进攻命中率，积极拼抢前场篮板球；积极封堵第一传；堵截接应点和接应人；控制对手的推进；合理防守快下队员；提高以少防多的能力。

六、人盯人防守

1. 人盯人防守的定义和分类

是指每个防守队员守住一个进攻队员，在防住自己对手的基础上相互协作的全队防守战术。根据防守的区域可分为半场人盯人和全场人盯人防守；根据盯人的松紧程度又可分为松动人盯人和紧逼人盯人防守。

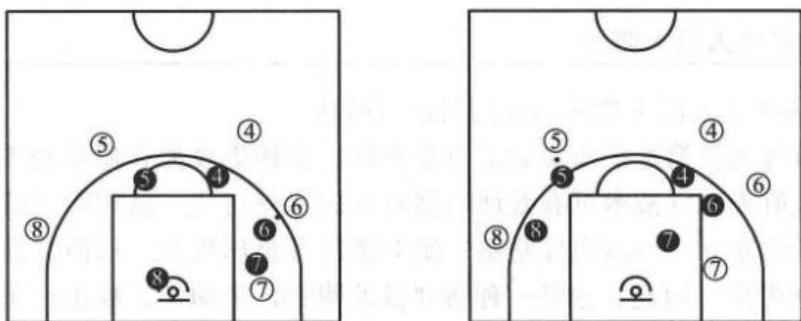
2. 半场人盯人防守战术要求

以人为主，人球兼顾；有球紧，无球松；近球紧，远球松

半场人盯人防守

半场人盯人防守是指由攻转守时，全队有组织地迅速退回后场，在半场范围内，每个防守队员负责盯住一个进攻队员，控制其行动，并协助同伴完成全队防守任务的整体防守战术。

半场**缩小**人盯人防守：它是以**加强内线防守、保护篮下**为主要目的的防守战术。这种防守战术多**用于对方篮下攻击力较强、外围攻击力较弱的球队**。半场缩小人盯人防守防区较小，**有利于协防、控制内线进攻、抢篮板球和组织快攻反击**。



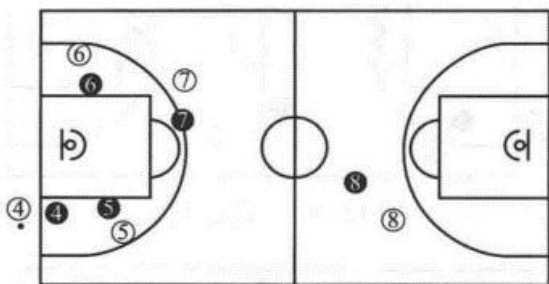
当对方外围投篮准确而突破能力及全队的整体进攻配合质量较差时，采用半场**扩大**人盯人防守战术可有效地遏制

对方的习惯打法。这种防守战术有时也用于加强外线防守、切断内外联系，使中锋没有获球机会，从而达到“制外防内”的防守效果。因此，这是一种防守目的明确，主动性、攻击性很强的防守方法。但由于扩大了防区，运动员的体能消耗很大，不利于协防，容易出现漏人现象。

全场紧逼人盯人防守

全场紧逼人盯人防守战术是指由攻转守时每个队员立即看守住邻近的对手，并在全场范围内紧紧盯住对手，以个人积极的防守和全队的协同配合，破坏对方进攻，达到转守为攻的目的的一种攻击性破坏性很强的防御战术。

这种战术防守**移动面宽，争夺激烈，速度快，强度大，配合意识要求高**，能充分发挥队员的特长和有效地制约对方活动，打乱对方部署和习惯打法，造成对方心理紧张和技术失误，从而取得竞赛的主动权。因此它在现代高水平篮球比赛中被视为一种杀伤力最强，谋略性运用效果较好的篮球防守战术。



全场紧逼人盯人防守要求

- (1) 统一思想，统一行动，积极主动，加强协作。
- (2) 由攻转守，要迅速就近找人，抢占有利的防守位置，紧逼自己的对手，同时注意场上情况，及时协防。
- (3) 防守无球队员时，以控制对手接球为主，要及时抢占有利的防守位置，迫使对手向远离球的方向移动；当同伴被突破时，要果断地进行堵截和补防。
- (4) 防守运球的队员，首先不让对方突破，若被对方突破，也要尽量做到堵中放边，迫使对手沿边线运球并在边角停球，制造夹击机会。防掩护配合时，力争挤过和穿过防守，尽量减少交换防守。
- (5) 要设法诱使对手长传或高吊球，制造抢断球机会。

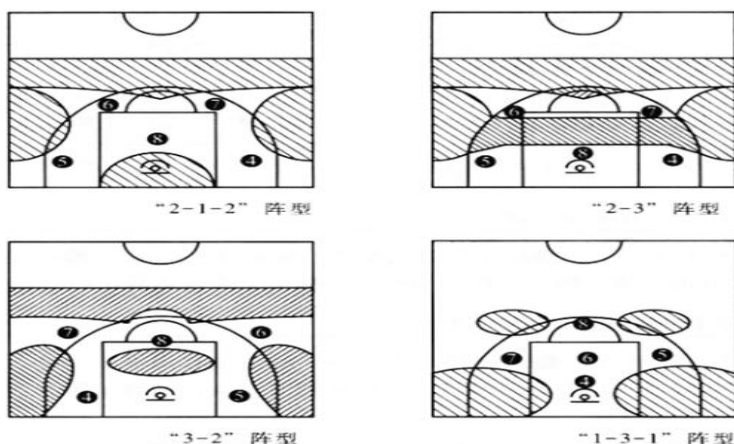
优点：分工明确，没有固定队形，根据进攻情况及时调整防守，有效地控制对方的进攻重点。

缺点：容易被对方在局部地区各个击破，且队形易受对方的调动影响，体力消耗比区域联防大，犯规也比区域联防多。

七、区域联防

当对方外围中、远距离投篮较差，内线队员攻击力较强时，运用区域联防能够发挥集体防守的优势，弥补本队个人防守技术不足，限制对方的内线进攻，减少本方犯规，有利于组织抢后场篮板球发动快攻。

区域联防的基本阵型有“2-1-2”阵型、“2-3”阵型、“3-2”阵型、“1-3-1”阵型等，其中“2-1-2”是基本的站位阵型。



区域联防的基本要求：

- (1) 根据区域联防的形式和队员、对手的特点等合理分配防守区域，最大限度地发挥队员在各自防区的作用。
- (2) 由攻转守时，除积极阻止对方的攻势外，应有组织地快速退守和及早落好防守位置。
- (3) 每个队员必须认真负责各自的防守区域，积极阻挠进入该防区的进攻队员的行动，并根据球的方位调整队形进行联合防守。
- (4) 对有球队员应按盯人方法紧逼防守，其余防守队员应积极移动，调整队形进行协防或补防，作到人球兼顾。
- (5) 对无球队员的穿插移动，要根据其离球的远近和队友的位置积极抢位、堵截和护送，并及时与队友呼应联系，不让对手向有威胁的区域移动或接球。远离球的防守队员应起指挥作用。
- (6) 进攻队员投篮后，每个防守队员都应该积极堵位和抢位，有组织地争抢篮板球，并及时发动快攻。

区域联防术要求：以球为主，球、人、区兼顾，合理分配队员防守区域；积极移动，邻区补防，协同一致，形成合力。

进攻区域联防术要求：加强快攻；加快球的转移；队员积极穿插移动，充分利用同伴间的基础配合；加强外线进攻并提高投篮命中率；积极拼抢前场篮板球，制造二次进攻机会。

优点：防守队员所处的位置较为固定，分工明确，有利于组织抢断后场篮板球和发动快攻。

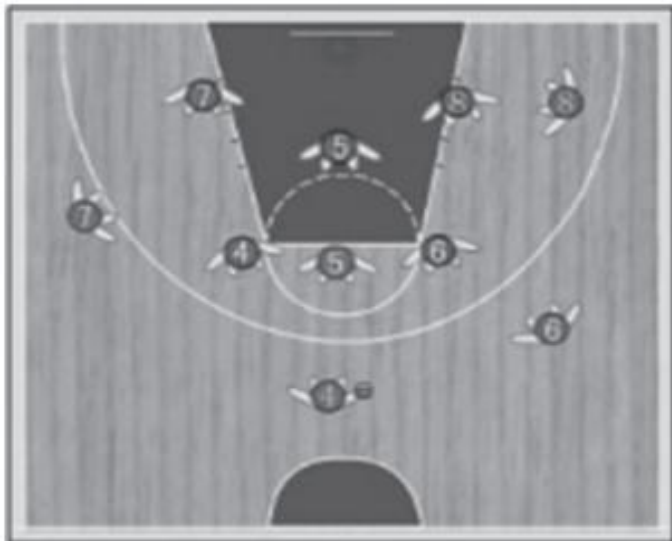
缺点：受区域分工的限制，各种区域联防都存在一定的薄弱地区，容易被对方在局部区域以多打少。

1. “2-1-2” 区域联防

优点：分布均衡，移动距离近，便于相互协作，变化队形快，篮下三角区保护好，有利于抢篮板球和反击。

缺点：三分线正面、 $30^{\circ} \sim 45^{\circ}$ 区及篮下是防守的薄弱区域，不利于防守外围三分区

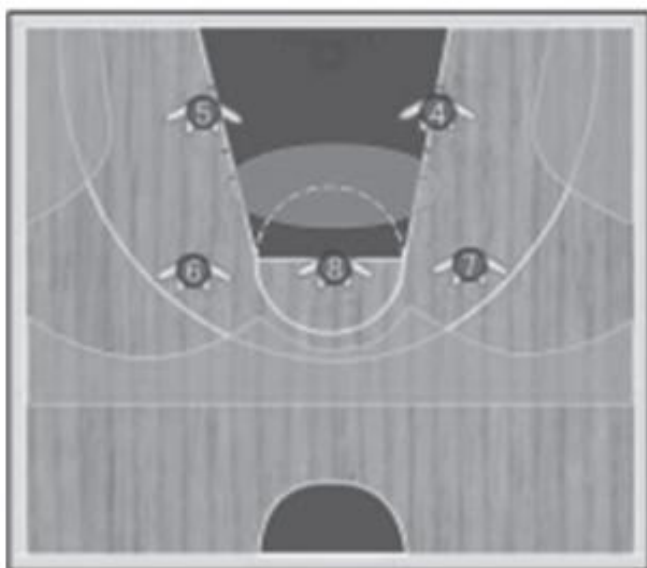
中远距离投篮和切入底线篮下防守



2. “3-2” 区域联防

优点：加强了外围防守，有利于防守外围正面和两侧的中距离投篮，亦有利于外围截球反击。

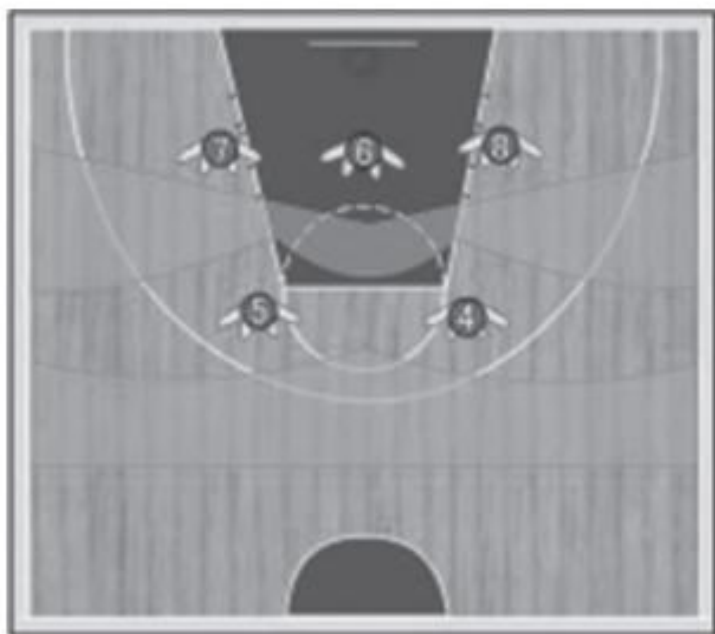
缺点：两个底角和罚球区内防守薄弱，也不利于抢篮板球。



3. “2-3” 区域联防

优点：加强了篮下和底线的防守，有利于抢篮板球。

缺点：正面及 35°~ 45°区是防守的薄弱区域。



四、篮球运动的编排工作

单循环赛制，是指所有参赛队在竞赛中均能相遇一次，最后按各队在竞赛中的得分多少、胜负场次来排列名次。

比赛场数 = 队数 × (队数 - 1) / 2;

比赛轮数：参加比赛的队数为单数时，比赛轮数等于队数。参加比赛的队数为双数时，比赛轮数等于队数减一。

(一) 轮转法

单循环赛的轮次编排方法

不论参赛队数是奇数还是偶数，均按偶数编排。如果参赛队数是奇数，可在队数后加一个“0”，使其成为偶数，碰到“0”的队为轮空。

在编排时，把队数平均分为左、右各一半，左一半号数由序号 1 依次自上向下排，右一半号数按数序依次自下向上排，然后用横线相连，即构成比赛的第一轮。从第二轮开始，轮转的方法有多种，下面介绍两种最常用的编排方法：

(1) 一般编排方法（固定轮转法）

固定轮转编排法也叫常规轮转编排法，是我国传统的编排方法。采用“逆时针轮转方法”进行编排，先以阿拉伯数字为代号，代替队名进行编排。把队数按 U 型走向分成均等两边，如遇奇数队，最后一位数字为 0。第一轮只要在 U 型相对队数之间划横线，即为第一轮比赛秩序。第二轮开始，固定在左上角数字不动，其余数字均按逆时针方向移动一个位置，即为该轮比赛秩序。如遇 0 队即为该轮轮空。表 1 为 6 个队参赛轮次表，它以左边第一号固定不动，逆时针转动，逐一排出。

逆时针轮转表

第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮
1—6	1—5	1—4	1—3	1—2
2—5	6—4	5—3	4—2	3—6
3—4	2—3	6—2	5—6	4—5

在奇数队参加比赛时，将出现因轮空休息带来的不合理现象。所以，在奇数队参赛时，可采用固定 0 数字的方法进行轮转编排，也可以采用顺时针旋转法进行编排（如下表）。

顺时针轮转表

第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮
1—0	2—0	3—0	4—0	5—0
2—5	3—1	4—2	5—3	1—4
3—4	4—5	5—1	1—2	2—3

(2) 贝格尔轮转法

贝格尔轮转法是国际上采用的一种编排方法。其轮转方法是：第一轮编排同一般编排方法。从第二轮开始需如此进行，最大号数（或 0 数）左右规则移动摆放在第一行的左边或右边位置上，如第一轮在右边，第二轮则在左边，如此反复进行；上一轮右下角数字提到该轮第一行同最大数（或 0 数）相对应，其他数字按同右下角该数字的前后关系顺序分别进入自己的位置。

如 7 个队参加比赛，编排秩序如下所

第一轮	第二轮	第三轮	第四轮	第五轮	第六轮	第七轮
1—0	0—5	2—0	0—6	3—0	0—7	4—0
2—7	6—4	3—1	7—5	4—2	1—6	5—3
3—6	7—3	4—7	1—4	5—1	2—5	6—2
4—5	1—2	5—6	2—3	6—7	3—4	7—1

示：

篮球比赛名次的判断

球队应按他们的胜负记录来排列名次，胜 1 场积 2 分，负 1 场（包括比赛因缺少队员告负）积 1 分，比赛因弃权告负积 0 分（记录表比分记为 20 : 0）。按此方法排列球队的比赛积分，积分多者名次前列。

如果在这个排列中两个球队或两个球队以上出现积分相等时，只考虑被涉及到的积分相等球队之间的比赛结果的得失分率来确定名次，得失分率大者名次列前。得失分率计算方法：总得分 / 总失分 = 得失分率

如：A、B、C 三队的比赛结果

A 对 B	82: 75
A 对 C	77: 80
B 对 C	88: 77

比赛成绩统计如下表

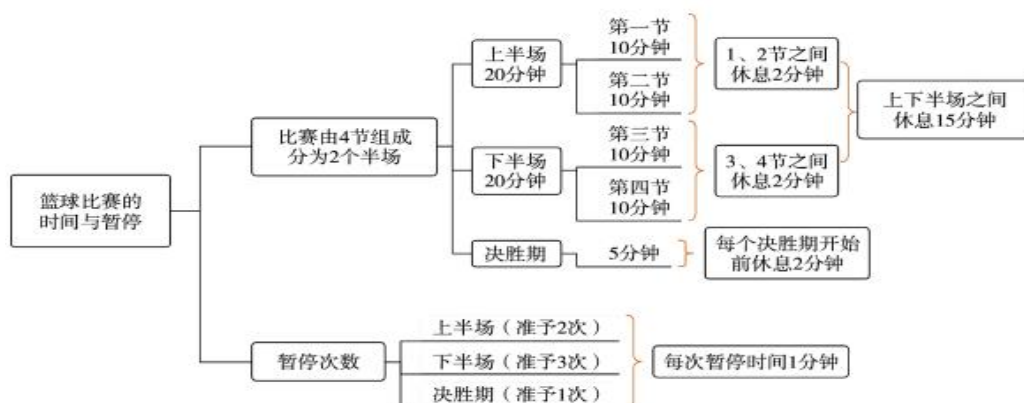
参赛队	比赛场数	胜场数	负场数	积分	得失分	得失分率	名次
A	2	1	1	3	159/155	1.0258	1
B	2	1	1	3	163/159	1.0251	2
C	2	1	1	3	157/165	0.9515	3

五、篮球运动的基本规则

（一）比赛方法

每个球队应该按下列要求组成：不超过 12 名有资格参赛的球队成员，包括一名队长、一名教练员，如果球队需要可有一名助理教练员。每队上场队员为 5 人。每队最多五名有专门职责的随队人员可坐在球队席上，如领队、医生、理疗师、统计员、译员等。

（二）比赛时间及暂停



比赛应由 4 节组成，每节 10 分钟；在第 1 节和第 2 节（上半场）之间、第 3 节和第 4 节（下半场）之间以及每一决胜期之前应有 2 分钟的比赛休息期间；半场休息时间应为 15 分钟。

在上半时的任何时候，每个球队可以被准予 2 次暂停；在下半时的任何时候，每个球队可以被准予 3 次暂停；第四节，当比赛时钟显示 2 分钟或更少时，最多 2 次暂停。以及在每一个决胜期期间，每个球队可以被准予 1 次暂停。每次暂停时间为 1 分钟。在第四节或每一决胜期的比赛计时钟显示 2 分钟或更少时，在一次成功的投篮后，不允许得分队暂停，除非裁判员已中断比赛。只有主教练或第一助理教练有权请求暂停。

替换：在第 4 节或每个决胜期的比赛计时钟显示 2:00 分钟或更少时，一次成功的投篮后比赛计时钟停止时，不允许得分队替换，除非裁判员已中断了比赛。

只有替补队员有权请求替换。他（不是主教练或第一助理教练）应到记录台清楚地要求替换，用双手做出常规替换手势或者坐在替换的椅子上。他必须立即做好比赛的准备。

替换应尽可能快地完成。已发生第 5 次犯规或已被取消比赛资格的队员必须立即被替换（不超过 30 秒）。根据裁判员的判断，如果有不必要的延误，应给违犯的队登记一次暂停。如果该队没有剩余的暂停，可登记主教练一次技术犯规（“B”）

（三）球的状态

1. 球可以是活球或死球。

2. 球成活球，当：

（1）跳球中，球离开主裁判员抛球的手时。（2）罚球中，罚球队员可处理球时。

（3）掷球入界中，掷球入界队员可处理球时。

3. 球成死球，当：

（1）任何投篮或罚球中篮时。（2）活球中，裁判员鸣哨时。（3）在一次罚球中球明显不会进入球篮，且该次罚球后接着有：

①另一次或多次罚球时。②进一步的罚则（罚球和/或掷球入界）时。

（4）比赛计时钟信号响以结束一节或决胜期时。

（5）某队控制球，进攻计时钟信号响时。

（6）投篮中飞行的球在下述情况后被任一队的队员触及时：

①裁判员鸣哨。②比赛计时钟信号响以结束一节或决胜期。③进攻计时钟信号响

4. 跳球程序

- (1) 每一跳球队员的双脚应站立在靠近该队本方球篮的中圈半圆内，一脚靠近中线。
- (2) 如果一名对方队员要求占据其中一个位置，同队队员不得围绕圆圈占据相邻的位置。
- (3) 然后，裁判员应在两名互为对方的队员之间将球向上（垂直地）抛起，其高度超过任一队员跳起能达到的高度。
- (4) 在球到达它的最高点后，球必须被至少一名跳球队员用手拍击。
- (5) 在球被合法地拍击前，任一跳球队员都不应离开他的位置。
- (6) 在球触及非跳球队员或地面前，任一跳球队员都不得抓住球或拍击球超过两次。
- (7) 如果球未被至少一名跳球队员拍击，则应重新跳球。
- (8) 在球被拍击前，非跳球队员的身体部分不得在圆圈上或圆圈（圆柱体）上方

(四) 犯规与违例

含有与对方队员的非法身体接触和/或违反体育道德的举止的行为是犯规。罚则是登记每一犯规者的犯规并进行相应的处罚。

侵人犯规 (P)

无论在活球还是死球的情况下，攻守双方队员发生的非法身体接触的犯规是侵人犯规。

队员不应通过伸展手、臂、肘、肩、髋、腿、膝、脚或将身体弯曲成“不正常的姿势”（超出他的圆柱体）去拉、阻挡、推、撞、绊对方队员，或阻止对方队员行进，也不得放纵任何粗野或猛烈的动作。

罚则：

1. 均应登记犯规队员一次侵人犯规。
2. 如果对未做投篮动作的队员发生犯规：（1）如果犯规的队此时未处于全队犯规处罚状态（即该队本节全队累计犯规次数少于或等于 4 次），则由非犯规的队在最靠近违犯的地点掷球入界重新开始比赛。（2）如果犯规的队此时已处于全队犯规处罚状态（即该队本节全队累计犯规次数已超过 4 次），则由被侵犯的队员执行 2 次罚球后重新开始比赛，从而代替掷球入界。但控制球队犯规、技术犯规、违反体育道德的犯规和取消比赛资格的犯规等除外。
3. 如果对正在做投篮动作的队员发生犯规，应按下列所述判给投篮队员，若干罚球：（1）如果投篮成功，应计得分并追加 1 次罚球。（2）如果投篮不成功，则应根据投篮队员的投篮区域，判给相应的 2 次或 3 次罚球。

双方犯规

双方犯规是两名互为对方的队员大约同时相互发生侵人犯规的情况。

罚则：应给每一犯规队员登记一次侵人犯规，不判给罚球。

如果将两个犯规视为一起双方犯规，下列条件是必须的：

- 两个犯规都是队员犯规。
- 两个犯规都包含身体接触。
- 两个犯规是比赛双方两个队员之间的相互犯规。
- 两个犯规是两个侵人犯规或任何违反体育运动精神的犯规和取消比赛资格的犯规的组合。

罚则：应给每一犯规队员登记一次侵人犯规或违犯体育运动精神犯规 / 取消比赛资格犯规。不判给罚球，比赛应按下列所述重新开始：

在发生双方犯规的大约同一时间，如果：

- 投篮得分，或最后一次的罚球得分，应将球判给非得分队从该队端线后的任何地点掷球入界。
- 某队已控制球或拥有球权，应将球判给该队从最靠近违犯的地点掷球入界。
- 任一队都没有控制球也没有球权，一次跳球情况发生。

技术犯规 (T)

没有身体接触的犯规是技术犯规。队员和球队席人员均可能发生技术犯规。

罚则：

- 1.队员技术犯规：登记该队员一次技术犯规，并计入全队犯规次数中。
- 2.球队席人员技术犯规：登记该队教练员一次技术犯规，但不计入全队犯规次数中。
- 3.判给由对方教练员指定的队员 1 次罚球，以及随后在记录台对侧的中线延长线掷球入界，或在中圈跳球开始比赛。

技术犯规是没有身体接触的犯规，行为种类包括但不限于：

- 无视裁判员的警告。
- 与裁判员、技术代表、记录台人员、对方队或允许坐在球队席的人员讨论和/或交流中没有礼貌。
- 使用很可能冒犯或煽动观众的粗话或手势。
- 戏弄或嘲讽对方队员。
- 在对方队员眼睛附近挥手或手保持不动妨碍其视觉。过分挥肘。
- 在球穿过球篮之后故意地触及球，阻碍迅速地掷球入界或罚球以延误比赛。·伪造被犯规。

· 悬吊在篮圈上，致使队员的重量由篮圈支撑，除非扣篮后，队员瞬间抓住篮圈，或者根据裁判员的判断，他正试图防止自己受伤或另一名队员受伤。

· 在最后一轮的罚球中防守队员干涉得分，应判给进攻队得 1 分，随后执行登记在该防守队员名下的技术犯规罚则

当登记了一名队员 2 次技术犯规或 2 次违反体育运动精神的犯规，或一次技术犯规和一次违反体育运动精神的犯规时，应该取消他本场剩余比赛的资格。

违反体育道德犯规(U)

根据裁判员的判断，一名队员不是在规则的精神和意图的范围内合法地试图去直接抢球而发生身体接触的犯规是违反体育道德的犯规。

罚则：

1. 应给犯规队员登记 1 次违反体育道德的犯规。
2. 应判给被侵犯的队员相应的罚球，以及随后在记录台对侧的中线延长线掷球入界，或在中圈跳球开始比赛。
3. 当 1 名队员在同一场比赛中，被宣判了 2 次违反体育道德的犯规时，应被取消比赛资格。

如果对没有做投篮动作的队员发生犯规：2 次罚球。

· 如果对正在做投篮动作的队员发生犯规：如果中篮应计得分并追加一次罚球。

· 如果对正在做投篮动作的队员发生犯规，并且球未中篮：2 次或 3 次罚球。

取消比赛资格的犯规(D)

队员或球队席人员的任何恶劣的违反体育道德的行为是取消比赛资格的犯规。

罚则：

1. 登记犯规队员一次取消比赛资格的犯规，并令其在比赛期间到该队的休息室或离开比赛场地。
2. 判给对方相应的罚球次数以及随后在记录台对侧的中线延长线掷球入界，或在中圈跳球开始比赛。

罚球应判给：

· 如果是一起非身体接触犯规：由对方主教练指定的任一本队队员。

· 如果是一起身体接触犯规：被犯规的队员。以及随后：在该队前场的掷球入界线处掷球入界。

· 在中圈跳球开始第 1 节。

罚球的次数应按如下规定：

· 如果是一起没有身体接触的犯规：2 次罚球。

·如果对没有做投篮动作的队员发生犯规：2 次罚球。

·如果对正在做投篮动作的队员发生犯规：如果中篮应计得分并追加一次罚球。如果对正在做投篮动作的队员发生犯规，并且球未中篮：2 次或 3 次罚球。

·如果是主教练的取消比赛资格的犯规：2 次罚球。

·如果是第一助理教练、替补队员、出局的队员或随队人员的取消比赛资格的犯规，应登记主教练一次技术犯规：2 次罚球。

队员 5 次犯规：无论是侵人犯规，还是技术犯规，一名球员犯规共 5 次（NBA 规定为 6 次）必须离开球场，不得再进行比赛。

一名队员已发生了 5 次犯规时，裁判员应通知其本人，他必须立即离开比赛，并且必须在 30 秒内被替换。已发生了 5 次犯规队员的再次犯规，是出局队员的犯规，应在记录表上的主教练名下登记“B”。

全队犯规：某队在一节中的全队犯规已经发生了 4 次时，该队是处于全队犯规处罚状态。

全队犯规是指该队队员被判罚的侵人犯规、技术犯规、违反体育运动精神的犯规或取消比赛资格的犯规。在一节中某队全队犯规已发生了 4 次时；

在比赛休息期间发生的所有全队犯规，应被认为是随后一节或决胜期比赛中的犯规。

在比赛休息期间发生的所有全队犯规，应被认为是随后一节或决胜期比赛中的犯规。

当某队处于全队犯规处罚状态时，所有随后发生的对未做投篮动作的队员的侵人犯规应被判 2 次罚球，代替掷球入界。由被犯规的队员执行罚球。

背后非法防守犯规：是指防守队员从对方队员的背后与其发生的身体接触

违例

违例既不属于侵人犯规，也不属于技术犯规的违反规则的行为。主要的违例行为：非法运球、带球走、3 秒违例、使球出界、用脚踢球、拳击球。

(1) 24 秒钟规则：进攻球队在场上控球时必须在 24 秒钟内投篮出手。

在进攻计时钟的信号发出前，球必须离开队员的手，而且球离开了队员的手后，必须触及篮圈或进入球篮。

在临近 24 秒结束时尝试了一次投篮，并且球在空中时进攻计时钟 信号响：

·如果球进入球篮，没有违例发生，信号应被忽略并且计中篮得分。

·如果球触及篮圈但未进入球篮，没有违例发生，信号应被忽略并且比赛应继续。

如果球未碰篮圈，一次违例发生。然而，如果对方队员立即和清晰地获得了控制球，信号应被忽略并且比赛应继续。

在球已经触及对方球篮篮圈之后，进攻计时钟应复位到：

·24 秒，如果对方获得控制球。

·14 秒，如果球触及篮圈前的同一控制球队再次获得控制球。

(2) 8 秒钟规则：球队从后场控制球开始，必须在 8 秒钟内使球进入前场（对方的半场）。

(3) 5 秒钟规则：持球后，球员必须在 5 秒钟之内掷界外球出手。一名被严密防守的球员必须在 5 秒钟内传球、投篮或运球。

(4) 3 秒钟规则：当某队在球场上控制活球并且比赛计时钟正常运行时，该队的队员不得停留在对方队的限制区内超过持续的 3 秒钟。

队员在下列情况中应被默许：

·他试图离开限制区。

·他在限制区内，当他或他的同队队员正在做投篮动作并且球正离开或恰已离开投篮队员的手时。

·他在限制区内已接近 3 秒时运球投篮。

(5) 队员出界：当一名队员身体的任何部位接触界线上或界线外的地面，或接触在界上、界线上方或界线外除队员以外的任何物体时，是队员出界。

(6) 球出界：当球触及了界外的队员或界外的任何其他人员时，界线上或界线外的地面，或在界线上、界线上或界线外的任何物体时，篮板支架、篮板背面或比赛场地上方的任何物体时，是球出界。球触及篮板上沿、侧沿、下沿不出界。

(7) 被严密盯防的队员：被防守队员严密盯防的球员必须在 5 秒钟之内传球、运球或投篮。

(8) 球回后场：球队如已将球从后场移至前场，该球队球员便不能再将球移过中线，运回后场。

(9) 带球走：是当队员在比赛场地上持着一个活球时，他的一脚或双脚超出本条款所述的限制向任一方向的非法移动。在比赛场地上接住一个活球的队员要确定中枢脚。

(10) 中枢脚的确立：在比赛场地上接住一个活球的队员确定中枢脚：①双脚站立在地面上接住一个活球时一脚抬起的瞬间，另一脚就成为中枢脚。②移动中：如果一脚正接触着地面接住一个活球时，该脚就成为中枢脚。如果双脚离开地面接住一个活球并且该队员又双脚同时落地时，那么，一脚抬起的瞬间，另一脚就成为中枢脚。如

果双脚离开地面接住一个活球并且该队员一脚落地时，该脚就成为中枢脚。如果该队员又跳起这只脚并且双脚同时落地停步，那么，哪只脚都不是中枢脚。

干涉得分 vs 干扰得分

干涉得分发生：在一次投篮中，当一名队员触及完全在篮圈水平面之上的球时，并且：①球是下落飞向球篮中，或②在球已碰击篮板后。

如果防守队员在最后一次罚球中发生干涉得分违例，应判给进攻队得 1 分，随后执行防守队员技术犯规的罚则。

干扰得分发生：当：在一次投篮或最后一次罚球中，当球与篮圈接触时，队员触及球篮或篮板。在一次罚球（随后还有进一步的罚球）后，球有进入球篮的可能性时，一名队员触及球、球篮或篮板时。

·队员从下方伸手穿过球篮并触及球时。

·当球在球篮中，防守队员触及球或球篮，从而阻止球穿过球篮时。

·队员使篮板颤动或者抓球篮，根据裁判员的判定，这种手段已妨碍球进入球篮或者使球进入球篮时。

·队员抓球篮打球时。

掷球入界违例

1.当发生下列情况时，为掷球入界队员违例。

- (1) 超过 5 秒钟球才离手；
- (2) 球在手中时，步入比赛场地内；
- (3) 掷球入界的球离手后，使球触及界外；
- (4) 在球触及另一队员前，在场上触及球；
- (5) 直接使球进入球篮。

(6) 在球离手前，从界外指定的掷球入界地点，在一个或两个方向上横向移动总距离超过 1 米。然而，只要情况许可，掷球入界的队员从界线后退多远都可以。

2.当发生下列情况时，为除掷球入界队员外的其他队员违例。

- (1) 在球被掷过界线前，将身体的任何部位越过界线。
- (2) 当掷球入界地点的界线外任何障碍物和界线之间少于 2 米时，靠近掷球入界队员在 1 米之内。

脚踢球和拳击球违例

队员不能故意踢或用腿的任何部分阻挡球或用拳击球，否则是违例。然而，球意外地接触到腿的任何部分，或腿的任何部分意外地触及球，不是违例。

罚球违例

1.当发生下列情况时，为罚球队员违例

- (1) 可处理球后，超过 5 秒钟球才离手；
- (2) 球进入篮或触及篮圈前，该队员触及罚球线或进入限制区；
- (3) 球未触及篮圈也未进入球篮；
- (4) 做罚球的假动作。

2.当发生下列情况时，为在分位区站位的队员违例

- (1) 占据他们无权占据的分位区。
- (2) 在球离开罚球队员的手前，进入限制区、中立区域或离开他的分位区。
- (3) 用他的行为扰乱罚球队员。

在球进入篮或触及篮圈前，未在分位区内的其他队员不得越过就近的罚球线延长线和 3 分投篮线，否则为违例。

3. 球的中篮得分

- (1) 一次罚球中篮计 1 分。
- (2) 从 2 分投篮区域中篮计 2 分。
- (3) 从 3 分投篮区域中篮计 3 分。
- (4) 在最后一次或仅有一次罚球中，球触及篮圈后，在球进入篮圈前被一名进攻队员或防守队员合法地触及，中篮计 2 分。
- (5) 如果一名队员意外地将球投入了本方球篮，中篮计 2 分，登记在对方队的场上队长名下。
- (6) 如果一名队员故意地将球投入了本方球篮是违例，并且中篮不计得分。

(四) 比赛因弃权告负

如果球队：

- (1) 在比赛预定的开始时间后 15 分钟未到场，或不能指派 5 名队员出场比赛；
- (2) 以它的行为阻碍比赛继续进行；
- (3) 在主裁判员通知比赛后拒绝比赛。

那么，该队由于弃权使比赛告负。

罚则：比赛判给对方队获胜，并且比分是 20 : 0。此外，弃权的队应在名次排列中得 0 分。

如果在一次联赛中，一个球队弃权两次，该队应被取消比赛资格，并且该队在所有比赛的结果都视为无效。

比赛因缺少队员告负：在比赛中，如果某队在比赛场地上准备比赛的队员少于 2 名，该队因缺少队员使比赛告负。

如判获胜的队领先，则在比赛停止时的比分应有效。如判获胜的队不领先，则比分应记录为 2:0，对该队有利。

此外，缺少队员的队在名次排列中应得 1 分。

裁判

检查裁判和批准在比赛过程中使用的所有器材。指定正式的比赛计时钟、24 秒钟装置、计秒表并确认记录台人员。不允许任何队员佩戴可能造成伤害的物品。在中圈执行跳球开始比赛。当情况需要时有权停止比赛。如果球队在得到通知后拒绝比赛，或以其行动阻碍比赛的进行，有权判定该球队弃权。在第 2 节、第 4 节以及任一决胜期的比赛时间结束时，或在任何他认为有必要的时候，仔细地审查记录表以认可比分。每当有必要或裁判员的意见不一致时做出最终的决定。有权对这些规划中未名曲规定的事项做出决定。

裁判员应是 1 名主裁判员和 1 名或 2 名副裁判员。他们由记录台人员和技术代表（如在场）协助。

记录台人员应是 1 名记录员、1 名助理记录员、1 名计时员和 1 名进攻计时员。

技术代表应坐在记录员和计时员之间。比赛中他的主要职责是监督记录台人员的工作，并协助主裁判员和副裁判员使比赛顺利进行。

三人篮球规则

1. 比赛用球：无论男女都是六号球的大小，七号球的重量(567g-650g)；
2. 比赛时间：每场比赛 10 分钟（十分钟内哪队先到 21 分者获胜，提前结束），10 分钟双方打平，进入加时赛，率先得两分的球队获胜；
3. 进攻时间：每次进攻时间 12 秒；
4. 得分：三分线外进球算 2 分，三分线内算 1 分；