

中華全國體育協進會審定

最新各項運動規則

合訂本

上海體育書局出版

中華全國體育協進會審定

最新各項運動規則

合訂本

1933

上海體育書局出版

最新各項運動規則 合訂本總目

一 最新國術規則

中央國術館訂定

附……華北運動會國術規則

二 最新田徑賽全能運動規則

中華全國體育協進會審定

附……中國與遠東及世界運動會田徑賽最高紀錄比較表

三 最新游泳規則

中華全國體育協進會審定

附……中國與遠東及世界男子游泳最高紀錄比較表

四 最新足球規則

中華全國體育協進會審定

五 最新男子籃球規則

中華全國體育協進會審定

六 最新女子籃球規則

中華全國體育協進會審定

七 最新網球規則

中華全國體育協進會審定

八 最新男女排球規則

中華全國體育協進會審定

九 最新棒球規則

世界運動會訂定

最新各項運動規則 合訂本總目

十 最新乒乓球規則

中華全國乒乓球聯合會訂定

十一 最新籠球規則

遠東運動會訂定

十二 最新手球規則

遠東運動會訂定

附錄一 業餘運動規則

中華全國體育協進會訂定

附錄二 中小學體育課程標準

教育部公佈

附錄三 國民體育實施方案

教育部公佈

附錄四 民國廿二年全國運動大會規程

全國運動大會籌備處公佈

附錄五 全國運動大會籌備委員會規程

教育部公佈

最新國術比賽規則

第一章 總則

第一節 競賽單位

國術競賽，以左列省、市、區，及華僑團體爲單位。

(一)省：江蘇，浙江，安徽，江西，湖南，湖北，四川，西康，福建，廣東，廣西，貴州，雲南，山東，河南，河北，山西，陝西，甘肅，寧夏，遼寧，吉林，黑龍江，綏遠，熱河，察哈爾，新疆，青海，及西藏，蒙古。

(二)市：南京，上海，青島，漢口，北平。

(三)區：香港，哈爾濱。

(四)華僑團體：爪哇，檀香山，菲列濱，及其他華僑團體。

第二節 選手

第一項 選手資格

凡中華民國國民，均得被選代表其所在地之單位，出席大會比賽。但須不背下列二項之

規定：

- (一) 選手必須爲業餘運動員。(業餘運動員規則另定之)
- (二) 每一選手，不得同時代表兩個，或兩個以上單位。

第二項 選手權及體重

選手權依照體重分爲左之五級：

- (一) 重量級選手權 一八二磅以上。
- (二) 輕重量級選手權 一六五磅以上至一八二磅。
- (三) 中量級選手權 一四八磅以上至一六五磅。
- (四) 輕中量級選手權 一三二磅以上至一四八磅。
- (五) 輕量級選手權 一三二磅以下。

凡低量級之選手，自願參加較高之任何一級比賽者聽。

第三項 選手定額

各單位參加國術比賽之男女選手人數；每級各一人；每隊至多五人。

第四項 選手資格之喪失

有左列情形之一者，喪失其選手資格；

(一) 比賽時不服從裁判長之判決或命令者。

(二) 有故意犯規之行爲者。

同一犯規，反覆行之之時，作爲故意。

(三) 違反業餘運動員規則者。

(四) 比賽時有不正當之行爲者。

第五項 選手之棄權

逾規定之比賽時間不到場者，作爲棄權。

一方之選手棄權時，其對手即得該次比賽之勝利。

選手有一次之棄權後，即失其繼續比賽之資格。

第三節 錦標

第一項 錦標種類

國術比賽，設錦標如左：

(一) 搏擊錦標

最新國術比賽規則

(一) 率角錦標

(二) 擊劍錦標

以上三種錦標，按照第二節第二項之規定，每種每級各設錦標一個。

第二項 奪標方法

各級錦標，均用淘汰制比賽。以決賽之優勝者，獲得錦標；若遇決賽不分勝負時，應重賽解決之。淘汰制之比賽法如左：

選手甲 選手甲
選手乙 選手甲
選手丙 選手丁
選手丁 選手丁

比賽秩序，由競賽委員會抽排之。

第三項 總錦標

國術總錦標，分爲男女兩部，各以單位之獲錦標最多者得之；若遇兩個或兩個以上單位所獲錦標數相等時，則以各單位所獲錦標得點之多寡判定之。

第四節 抗議

第一項 比賽抗議

國術比賽上之抗議，應由各單位總領隊，或其代表人，在該比賽終了後一小時內，用書面向審判委員會正式提出之。

抗議應附繳保證金十元，審判委員會認為該項抗議為無理由，得沒收其保證金。

第二項 資格抗議

關於選手違反業餘規程之抗議，應提交審判委員會解決之。

前項抗議，在比賽前提出者，審判委員會應立即開會解決之。其判決為終決。證實選手違反業餘規則者，應取消其個人資格及已得之分數。

第五節 職員及其職權

第一項 職員

國術比賽應有左列之職員：

- (一) 搏擊，拳角，擊劍比賽之裁判員各設三人，以其中一人為裁判長。
- (二) 搏擊比賽，雙方各設助手二人至三人。
- (三) 搏擊比賽，設計時員一人。

(四)搏擊，率角，擊劍比賽，各設紀錄員一人。

(五)會場醫生一人。

(六)會場新聞記者一人。

(七)報告員一人。

(八)糾察員一人。

上列職員除第一款外，遇必要時，得酌派助理員一人或數人襄助之。

第二項 裁判員之職權

裁判員在競技場旁之適宜地位，於採點表上記入比賽之採點，裁判長在競技場上，詳細觀察競技之進行，及指揮每回比賽之開始及終了。

裁判長得裁判員一人之同意，方得判決其勝負。

裁判長除選手不服命令或喪失鬥志外，不得以手觸選手。

比賽前後，裁判長應盡左之職務：

(一)於選手登場時，須施行檢查，以期達到嚴正之目的。

(二)檢查之事項如左：

甲 選手有否使用非平常之刺激劑，使其成績可至普通以上。

乙 選手有否在身體之一部使用足以使對手不利益之物品，或在其用具上加工。

(三) 比賽前，裁判長須報告選手之姓名體重，然後指揮開始比賽。

(四) 雙方比賽終了時，裁判長須將優勝者之右手舉起。

比賽中裁判長有左之權力：

(一) 因觀眾及選手之行爲，及其他特別事故，使比賽不得適法終了時，不問時機之如何，得隨時中止比賽。

(二) 比賽中有喪失選手資格之行爲者，裁判長得命其退場；但另有規定者，須依規定辦法處理之。

(三) 比賽雖在進行中；但在適當時機之下，裁判長在裁判員一人之同意，得決定比賽之勝負。

搏擊比賽一方之選手被擊倒時，裁判長應呼數如左：

一，二，三，四，五，六，七，八，九，十。

每數一秒，呼至十數爲止。

搏擊選手在比賽中互相抱持時，裁判長應使之分開，並發口令如左：

離開

但雙方之兩手自由時，不作抱持論。

第三項 搏擊之助手

助手除於每回比賽後休息時間內，對選手得爲容許之職務及行爲外。比賽進行中不許登競技場。

選手登場後，助手絕對不許用言語暗號指導或補助之。

要求比賽中止時助手得投中止牌於競技場內。

助手禁接近裁判長及裁判員之旁。

助手於每回比賽開始時聞計時員笛聲，須速下競技場。

第四項 計時員之職務

搏擊比賽之計時員，應於每回開始及終了時按鈴。

搏擊比賽之計時員，應於每回開始比賽前五秒鐘，以笛聲令助手下競技場。

第五項 紀錄員之職務

紀錄員之職務如左：

- (一) 日時氣候之紀錄。
- (二) 觀眾狀況之紀錄。
- (三) 競賽設備之紀錄。
- (四) 競賽程序之紀錄。
- (五) 競賽之進行狀態與結果之紀錄。
- (六) 裁判長裁判員選手缺席及更移之紀錄。
- (七) 搏擊競賽被擊倒之時的紀錄，及呼數止歇之時的紀錄。
- (八) 率角競賽被摔倒之時的紀錄。
- (九) 擊劍競賽被擊中之時的紀錄。
- (十) 其他紀錄事項。

第六項 會場新聞記者之職務

會場新聞記者，得向各職員取與賽選手及優勝選手之姓名體重號數，及比賽實情披諸報端。

第七項 報告員之職務

報告員應向紀錄員取得各項運動之結果，除用勝負紀錄板公布外，同時須用語言向觀衆報告勝負。

第八項 糾察員之職務

糾察員負維持會場秩序全責，除職員及正在比賽之選手外，餘均不許入場，或聽其停駐場內。

第六節 其他應遵守事項

第一項 選手應遵守事項

選手須於比賽前二十分鐘，集合於競技場。

選手在比賽中，凡無意味之發聲，及有害對手感情之言動，不許有之。

選手對於裁判長之判決及命令，須絕對服從。

選手不得任意離場。

選手須從裁判長之宣告命令，爲比賽之始終。

選手於比賽服裝未曾穿着整齊時，不得登場。

選手須穿用大會所規定之服裝及用具護具。

第二項 參加大會辦法

各單位應由國術館辦理參事事宜；不得以單獨名義，直接向大會報名參加。

凡無國術館之單位，得由該單位推定負責機關，向大會接洽辦理之。

各單位應於九月十日以前，將準備參加之錦標種類，用郵電報到大會，以便擬訂秩序，逾期無效。

各單位應於九月二十五日以前，將全部選手名單，用電報或掛號信寄到大會。

選手名單，須用大會所印備之表格，用墨筆如法填寫，其用自備紙張，或繕寫不合法者，作為無效。

各項來往郵電，均須註明日期，以備查考。

第二章 搏擊比賽細則

第一項 搏擊比賽之回數

搏擊比賽以三回決勝負，如三回比賽後勝負不分時，得延長比賽一回。

搏擊一回比賽之時間規定三分鐘，比賽後休息一分鐘，再繼續次回比賽。

第二項 搏擊之勝負

判決搏擊之勝負如左：

(一) 被擊倒後由裁判長呼數至十不能繼續起立比賽者，無論其得點如何，根本作負，但未呼至十數而起立者，仍許續行比賽。

(二) 因喪失鬥志而故意倒下者，照本條一款論。

(三) 未被擊倒則以得點較多者為勝。

(四) 得點不相上下時，則以態度堂堂常出攻擊而占優勢者為勝。

第三項 搏擊之得點

搏擊之得點規定如左：

(一) 被擊倒後雖在呼數時間內起立者，作為對手方有力之得點。

非被擊倒而係滑跌時須迅速起立，若呼數後起立者，即發生與前項同一之效力，作為對手方之得點。

(二) 將對手方踢來之腿擒住而使之倒地者得點。

- (三) 喪失鬥志倒於競技臺上，或逃避於規定範圍之外，與本條一款同。
- (四) 明確的加擊對手方重要部位者，作為得點。

重要部位如左：

拳擊之部位 頭部之前部及左右部 人字骨口 心臟部 肝臟部
脚踢之部位 腹部 小腿部

第四項 搏擊之減點

搏擊之減點如左：

- (一) 有犯規之行爲時。
- (二) 被擊倒後呼數未完前，雖能起立續行作戰者。
非被擊倒而係滑跌，能於呼數前迅速起立者，不在此限。
- (三) 取怠惰之狀態，空費比賽時間時。
- (四) 欠缺比賽誠意時。
- (五) 僅處於被攻擊地位時。
- (六) 較對手方技術顯著低劣時。

(七) 忽略本章第六項第七款之規定者。

第五項 搏擊之犯規

搏擊之犯規指左列各項。

(一) 用足踹踢對手方腹以上各部位之行爲。

(二) 對手方倒下未起時，有加擊或踹踢之行爲。

(三) 雙方抱持時，以單手抱持對手方加擊之行爲。

(四) 不用拳套之正端而爲加擊之行爲。

拳套之前端，拳套之內側，大指之尖端，皆非正端。

(五) 用頭肘膝加擊之行爲。

(六) 用率角方法使對手倒地之行爲。

(七) 將對手方按住加擊之行爲。

(八) 對脊髓及後頭部，耳後部，加擊之行爲。

(九) 故意加擊腎臟之行爲。

(十) 以拇指戮入對手方口眼之行爲。

第六項 搏擊應注意事項

搏擊比賽之際，應注意左列事項：

- (一) 禁着制服及西洋內衣。
- (二) 護手所用之綁帶，以寬一寸五以下長八尺以上之柔軟布料爲之。
- (三) 禁用厚皮底之競技靴，及競技靴底附着金屬物品。
- (四) 凡有危害之虞加於對手方之任何物件禁用之。
- (五) 拳套紐須扣結於手腕面方，不得扣結於腕背。
- (六) 拳套紐之扣結，禁兩端長垂。
- (七) 拳套紐鞋紐護具帶，應注意使於比賽中不致解開，若因解開而致妨礙比賽進行者，得照減點處理之。
- (八) 褲內須穿着固形之護檔物。

第三章 率角比賽細則

第一項 率角比賽之回數

率角比賽規定以三回決勝負，如三回比賽後勝負不分時，得延長比賽一回。一方之選手被摔倒時，即爲一回，每回比賽後，即繼續次回比賽。

第二項 率角之勝負

判決率角之勝負，規定如左：

- (一) 摔倒對方兩回，或兩回以上者勝。
- (二) 兩選手同時倒地者，不分勝負。
- (三) 取怠惰之狀態，希圖相持不決，空費比賽時間者負。

第三項 率角之得點

率角之得點如左：

- (一) 將對手方摔至全身倒地者得全點。
- (二) 將對手方摔至非全身倒地者得半點。

第四項 率角之減點

率角之減點如左：

- (一) 被對手方摔至全身倒地者減全點。

非被摔倒而係滑跌時，不在此限。

(二) 被對手方摔至非全身倒地者減半點。

(三) 忽略本章第六項第四款之規定者。

第五項 率角之犯規

率角之犯規指左列各項：

(一) 用搏擊之方法，加擊對手方。

(二) 用指戳對手方之口眼及咽喉等部位。

(三) 暗傷對手方之任何行為。

第六項 率角應注意事項

率角比賽之際，應注意左列事項：

(一) 率角衣內不得再着內衣。

(二) 禁用厚皮底之競技靴，及競技靴底附着金屬物品。

(三) 凡有危害之虞加於對手方之任何物件禁用之。

(四) 率角衣所用之腰帶及靴紐應注意使於比賽進行中不致解開，若因解開而致妨礙比

賽進行者，得照減點處理之。

第四章 擊劍比賽細則

第一項 擊劍比賽之回數

擊劍比賽以三回決勝負，如三回比賽後勝負不分時，得延長比賽一回。以擊中三次，爲一回比賽。

每回比賽後，即繼續次回比賽。

第二項 擊劍之勝負

判決擊劍之勝負規定如左：

- (一) 擊中對手兩次，或兩次以上者勝一回。
- (二) 勝二回或二回以上者，得該次比賽之勝利。

第三項 擊劍之得點

擊劍之得點規定如左：

- (一) 擊中或刺中對手要害部位者得全點。

要害部位如下：頭部，胸部，喉部，左右脇，持劍之小臂。

- (一) 擊中或刺中對方非要害部位者得半點。
- (二) 雙方同時擊中或刺中者，依一二兩款之規定，分別計算其得點。
- (三) 雙方先後擊中或刺中者，以先擊中或先刺中者為得點。
- (四) 所持之劍如被擊落者，施擊之一方得點。

第四項 擊劍之減點

擊劍之減點如左：

- (一) 所持之劍如被對手擊落者減點。
- (二) 因對手猛烈之施擊喪失鬥志逃出競技場規定範圍以外者減點。
- (三) 忽略本章第六項之規定者。

第五項 擊劍之犯規

擊劍之犯規如左：

- (一) 以搏擊或牽角之方法加於對手者。
- (二) 對脊髓及後頭部加擊之行爲。

(三) 擊刺耳部或腹部之行爲。

(四) 擊刺下部之行爲。

(五) 對方劍落後更爲追擊之行爲。

(六) 擊中或被擊中後，不聽裁判長之停止指揮，刺擊對方之行爲。

第六項 擊劍應注意之事項

擊劍應注意之事項如左：

(一) 戴用之護具及競技靴紐應注意於比賽進行中不致解開，若因解開而致妨礙比賽進行者，得照減點處理之。

第七項 持劍

持劍不限左右手。

華北運動會國術規則

第一章 總則

第一條 本規則依據第十七屆華北運動會第二十條之規定製定之。

第二條 國術選手參加表演及比賽，除第十七屆華北運動會規程已有規定外，餘悉依本規則辦理。

第三條 國術選手之單位，仍照第十七屆華北運動會規程第六條之規定。

第四條 各單位選手參加大會，除應由各省市教育廳局會同國術館（未成立國術館會同國術團體）辦理外，餘悉照第十七屆華北運動會規程及報名須知辦理。

第五條 凡第十七屆華北運動會規程第六條所列各省市區之中華民國國民，均得被選代表其所在地之單位，出席參加；但一選手不得代表兩個或兩個以上之單位。

業餘運動員規則不適用於國術選手。

第六條 各單位參加人數，至多不得過十六人。每項參加人數不得過四人。每人參加項目，除掙角外，至多不得過三項；每項中不得過三種。

第七條 參加國術分左列四項：

(一)拳術表演 分單人及對打兩種。

(二)器械表演 分單人及對打兩種。

(三)摔角比賽

(四)特別技能表演。

第八條 摔角比賽，設單項錦標一個，以比賽最後八人中積分最多之單位獲得之。

附註：拳術，器械，特別技能三項，因非比賽，故無錦標。

第九條 關於國術獎章之名額，按左列之規定：

(一)拳術——獎七名。

(二)槍術——獎三名。

(三)刀術——獎三名。

(四)棍術——獎三名。

(五)劍術——獎三名。

(六)其他器械——獎三名。

(七) 摔角——獎八名。

(八) 特別技能——獎五名。

(九) 對拳——獎三對。

(十) 對器械——獎四對。

第十條 國術表演及比賽應設左列各職員。

(一) 評判員 設評判員五人至九人專司評判事項。

(二) 指揮員 設指揮員六人，專司指揮監察各選手表演及比賽事項。

(三) 記錄員 設記錄員十人，專司記錄分數及計算名次事項。

(四) 管籤員 設管籤員二人，專司摔角比賽抽籤事項。

(五) 報告員 設報告員二人，專司對觀衆報告表演及比賽結果事項。

第十一條 選手除遵守大會各項規則外，并須遵守左列各項之規定。

(一) 選手須於每項比賽或表演開始前二十分鐘，集合於點名處，聽候點名。

(二) 選手出入場，須整隊由指揮員率領，并須保持整肅態度。

(三) 選手對於評判員之判決及口令，須絕對服從。

(四) 選手非經評判員指揮員之許可不得離場。

第二章 拳術及器械表演細則

第十二條 拳術及器械，表演之時間，每次不得逾五分鐘，至必要時，得酌量延長之。

第十三條 表演項目規定如左：

(一) 拳術 無論單拳對拳，凡徒手而不持器械者，皆屬於拳術。

(二) 器械 分刀，槍，棍，劍對器械及其他雜項器械。

第十四條 表演評判分數，以左列各項為標準：

(一) 姿勢

(二) 精神

(三) 動作

(四) 其他(如體力修養武德等)

上列各項每項最優者定為二十五分，四項總和滿一百分，為最高分數。

第十五條 表演記分方法，以各評判員所判斷之分數，集合平均，為評判分數。

第三章 摔角比賽細則

第十六條 摔角比賽，規定以三賽兩勝分勝負，如比賽三次不分勝負，或三次中僅勝一次，得再延長一次決勝負，如最後一次仍不分勝負，或合計四次中彼此各勝一次，即作爲平等。但四次中勝一次卽爲優勝。凡賽平者，卽以負論。（決賽相等者不在此例）每次以三分鐘爲限。

一方之選手，被摔倒時，卽爲一次，每次比賽後，卽繼續比賽，至三次爲止。

第十七條 摔角勝負之判決標準，規定如左：

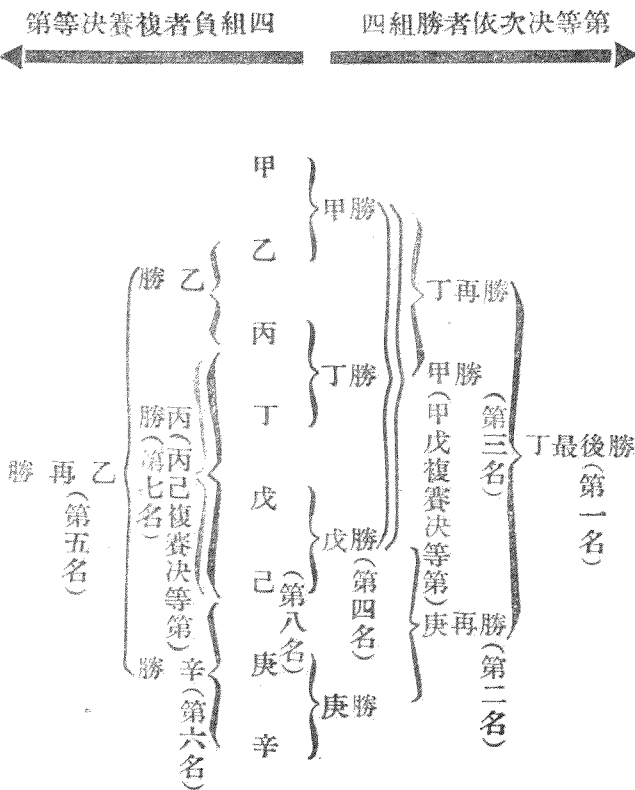
(一) 摔倒對方兩次，或兩次以上者勝。

(二) 兩選手同倒地者，不分勝負。

(三) 取怠惰之狀態，希圖相持不決，經評判員警告兩次不聽者，取消比賽資格。

第十八條 摔角比賽，採用淘汰制：各單位選手先行抽籤，以各個人抽得數目相同者爲對手。但抽籤時，各單位應分開，不能混合抽籤，以免抽得同單位選手爲對手。惟至最後人少不能避免同單位選手爲對手時，得混合抽籤。各組對手抽定後，卽行比賽。各組中負者均喪失其比賽資格勝者再行抽籤組比賽，遞次淘汰；至餘八人時，雖仍繼續用淘汰制比賽決定等第，但此八人均有個人獎品，其分數及決賽等第之辦法，用

左圖示例：



附註 1 四組對手仍以抽籤法定之

附註 2	第一名80分	第二名70分	第三名60分
	第四名50分	第五名40分	第六名30分
	第七名20分	第八名10分	

第十九條 選手如犯左列情事之一者，應取消其比賽資格，其情節較重者，並以刑事犯論。

(一) 用搏擊方法，加擊對方者。

(二) 用指戮對方之口眼及咽喉等部者。

(三) 將對方摔倒故用膝肘搗砸對方胸脅臀部者。

(四) 有故意傷害對方之任何行爲者。

第二十條 摔角比賽之際應注意左列事項：

(一) 摔角衣內不得再着內衣。

(二) 禁用硬底鞋及鞋底附着金屬物品。

(三) 禁用有違害對方之物品。

(四) 摔角衣所用腰帶及鞋紐，應注意勿使鬆解，有礙進行。

第四章 特別技能表演細則

第二十一條 凡屬特別技能；爲普通國術家所不能表演者，須於報名時說明表演方法，經本會許可者，方准參加。

第二十二條 特別技能選手，如有應用器械不在普通器械之列者，應由各選手自帶。如有必須在場設備者，須於報名時詳細註明，經本會許可者，方能設備。

第二十三條 本規則如有未盡事宜，得提請修正之。

第二十四條 本規則自公佈之日施行。

中華全國體育協進會審定

1933

最新
田徑賽
全能運動
規則

附中國田徑賽
最高記錄表

最新各項運動規則

(本訂合)

上海體育
書局出版

總

目

- | | |
|---|-----------------|
| 一 | 最新國術比賽規則 |
| 二 | 最新田徑賽
全能運動規則 |
| 三 | 最新游泳規則 |
| 四 | 最新足球規則 |
| 五 | 最新男子籃球規則 |
| 六 | 最新女子籃球規則 |
| 七 | 最新網球規則 |
| 八 | 最新男女排球規則 |
-
- | | |
|----|---------|
| 九 | 最新棒球規則 |
| 十 | 最新乒乓球規則 |
| 十一 | 最新籠球規則 |
| 十二 | 最新手球規則 |
- (錄附)
- | | |
|---|-----------------|
| 1 | 業餘運動規則 |
| 2 | 中小學體育課程標準 |
| 3 | 國民體育實施方案 |
| 4 | 世界遠東及中國田徑賽最高記錄表 |

全書四
百餘面
用上等
瑞典紙
精印合
裝一大
厚冊祇
售國幣
二元二角

最新田徑賽及全能運動規則

——採用萬國運動會規則——

田賽錦標項目 推鐵球、擲鐵餅、擲標槍、跳遠、跳高、撐竿跳高、三級跳遠、

徑賽錦標項目 百米、二百米、四百米、八百米、千五百米、一萬米、百十米高欄、四

百米低欄、

全能運動錦標項目 五項運動、十項運動、四百米替換跑、千六百米替換跑、(每組四

人)

田徑賽運動

一、大會組織

第一條 競賽委員會

第一例 田徑賽運動大會，由大會舉行所在國之主管機關組織競賽委員會處理之。

第二例 競賽委員會應按規則之標準，籌備適宜場所，及一切運動設備，俾各處運動比賽得合法進行。其他事項之不在總裁判及各職員職務以內者，競賽委員會得全權處理之。

第三例 競賽委員會負聘請大會職員之職。

第二條 職員總綱

第一例 大會應有下列職員：

一、管理一人 十、發令員一人

二、總裁判一人 十一、徑賽記錄員一人

三、檢察員至少四人 十二、跑圈記錄員一人

四、徑賽檢錄一人 十三、丈量員一人

五、田賽裁判長一人 十四、糾察一人

六、田賽裁判員至少三人 十五、新聞記者一人

七、田賽記錄員二人 十六、會場醫生一人

八、終點裁判員至少六人 十七、報告員一人

九、計時員至少三人

第二例 遇必要時，酌派助理員一人或數人，襄助管理徑賽檢錄，糾察，及會場新聞記者，執行分類職務。

第三條 管理員

第一例 管理員治理會場開會，及負責處理開會秩序。

第二例 管理員須注意比賽秩序進行，及有決定項目開始時間之權。

第三例 在每一比賽項目開始之前，管理員須準時通知該賽職員。及加入該賽運動員。

第四例 每比賽終了，記錄員應將該賽結果交與管理，再由管理員交報告員新聞記者等，作正式公開報告。

第五例 管理員得阻止或干涉運動員之制服不合法定者。

第六例 管理員有督察及指派其助理員職務之權。

第四條 總裁判

第一例 總裁判應注意各比賽規則之遵守，並判決會場內發生一切問題之爲規則所不詳者，其判決爲終決，不得抗議。

第二例 總裁判有終決各裁判員不同之判決之權。運動員如有不合禮貌或不道德之行爲發見，總裁判得取消其比賽資格。

如有關係比賽中之運動員行爲上有所抗議或反對時，由總裁判臨場判決。其判決爲終決，不得抗議。

第三例 預賽時，與賽運動員之犯規者，總裁判得取消其錄取資格。如總裁判認該項犯規是爲有意者，或事實上可能避免者，則應使被阻礙之運動員作預選及格計，加入複賽或決賽。

第四例 決賽時，與賽運動員之有犯規者。總裁判應取消其錄取資格。如總裁判認該項犯規是有意者，或事實上可能避免者，則應使認爲受影響之運動員重行比賽。

第五條 檢察員

第一例 檢察員應按總裁判所指派之地點詳細觀察各項徑賽進行。如遇運動員或其他人員有犯規之行爲發見，應據所見之事實報告總裁判，以憑核奪。

第二例 檢察員爲總裁判之助理，僅負向總裁判報告事項之責任，無判決權。

第六條 徑賽檢錄員

第一例 徑賽檢錄員持有加入比賽各組運動員姓名及號碼，在每組比賽前，檢錄員應通知加入各賽員，齊集出發線。

第二例 各項徑賽，由徑賽檢錄員抽籤編排加入比賽之國際及各運動員之出發位置。

第三例 徑賽檢錄員，有管察及指派其助理員職務之權。

第七條 田賽裁判員

第一例 田賽裁判長應注意，各種器具或設備是否合法規所定，各項田賽運動能否迅速舉行。

第二例 田賽裁判員應裁判各賽員之犯規與否，並丈量及記錄每一有效之試擲試跳之遠近高低成績。其判定爲終決，不得抗議。

第八條 田賽記錄員

第一例 田賽記錄員二人，持有加入比賽運動員名單及號碼，分別記載跳部及擲部各項比賽成績。

第二例 每項田賽開始前，由田賽記錄員點名召集與賽運動員。

第三例 田賽記錄員，記錄田賽裁判員每次報告各賽員之成績。於每賽完畢時，將各賽

員成績之高度成遠近立即交與管理員。

第九條 終點裁判員

第一例 終點裁判員，決定各項徑賽中賽員到達終點先後之次序。如遇各裁判員之判決不同時，則以多數裁判員所決定之次序爲準，此決定之次序爲最後之判決，不得抗議。各裁判員之職務如後：

一人看取首先到達終點之賽員，即第一名；

一人看取第一名及第二名；

一人看取第二名及第三名。

如此按運動員錄取之多寡類推分任職務。

第二例 各終點裁判員，須站在離終點至少二米之斜度看台上。此看台置於終點之一直線上，專爲終點裁判員看視清楚之用。（看台製法詳第五十三條）

第十條 計時員

第一例 每項徑賽，須有三人計該賽第一名到達終點之時間。如二人所計之時間相同，而一人獨異，則以相同者作正式之時間。如三人所計之時間均不相同時，則取其折中

之時間爲正式成績。

第二例 如計時員僅有二人，而所計之時間又不相同時，則應取較長之時間爲準。

第三例 計時應手鎗之烟燄起，不可憑槍聲。

第四例 比賽所在國之大會主管機關，如已承認採用電流計時法者，前例所云三計時員中之一人，得用電流計時錶計取時間。

註一、二百五十米或二百五十米以下之賽跑，採用十分之一秒計時法。

二、二百五十米以上之賽跑，採用五分之一秒計時法。

三、計時用十分之一秒計時錶，百分之一秒計時錶，因其針行之動作爲百分之一，即所計時間較多，故只可借作校對用。

第十一條 發令員

第一例 各項徑賽在出發時，發令員有處理及判決各種問題之全權。

第二例 發令員在起跑線處，全權處決賽員起跑時是否犯規等問題。

第三例 各項徑賽，起跑應用手鎗發令起步。

第四例 發令員之口令爲『各就各位』及『預備』然後放鎗出發。從『預備』至放鎗，

其間約有二秒鐘之停頓。

第五例 在未放槍前，賽員身體之任何部份，觸及出發線以外地面，即作爲出發犯規論。

第六例 發令員應警告已犯出發犯規者，除五項運動及十項運動外如賽員第二次出發犯規，即取消其比賽資格。

第七例 賽員出發，不可借用身體動力，即在放槍出發時賽員之全部身體須靜定。不準有任何動作。

第八例 如發令員認出發不公允時，當立即放第二槍，命賽員退回重跑。

第九例 發令員如欲警告各賽員時，可命各賽員『起立』。

第十二條 徑賽記錄員

第一例 徑賽記錄員，應有加入各項徑賽之賽員名單及號碼。

第二例 徑賽記錄員在每項徑賽出發時，點唱各賽員姓名或其號碼。

第三例 徑賽記錄員，應依徑賽裁判員及計時員之報告，紀錄每項徑賽各賽員之名次，及時間，於最短期內將該紀錄交於管理員。

第十三條 跑圈記錄員

跑圈記錄員，司記錄一圈以上之徑賽各賽員所跑之圈數，賽員第一人進末了一圈時，由跑圈記錄員用鈴或其他訊號報告。

第十四條 丈量員

丈量員測量跑道上各項徑賽之出發點，及終點，於開會前報告大會之主持者，或總裁判

第十五條 糾察員

糾察員負維持會場秩序之全責，及有禁止非職員或不在比賽之運動員入場或停駐場內之權。

第十六條 會場新聞記者

會場新聞記者向管理員處領取加入各項運動之賽員姓名號碼，優勝者姓名，及各項運動之成績，登報宣揚大會情形。

二、比賽細則

第十七條 報名

第一例 各項運動限於業餘運動員加入報名。

第二例 各運動員須合萬國業餘運動規則及資格，由該國主持機關担保，方可報名加入比賽。如非得特殊之許可。不准代表外國參加比賽。

第十八條 預賽分組

第一例 各項運動因加入人數過多，不能一次作賽，因有預選比賽。

第二例 預賽分組由大會委員會支配。同國賽員宜分派在不同組內。

第三例 決賽舉行時間，須距離初賽或復賽畢後三十分鐘以上。

第四例 決賽至少須有運動員六人，如事實上不能者不在此例。

第五例 四百米及四百四十米或以下之徑賽，初賽及次賽中，每組取第一第二兩名。長距離賽跑，每組至少取兩名。

第十九條 比賽

第一例 賽員須有顯明及與秩序單上所定相符之號碼，置於胸部。三百米以下之徑賽，每賽員應備兩個相同號頭，一置胸部，一置背部。

第二例 徑賽員故意推衝，或斜跑而阻礙他人之進行者，不論其發生在預賽或決賽時，

均應取消其錄取資格。

第三例 徑賽員如已放棄比賽權，不得重行加入。

第四例 田賽裁判員，如認無出入處可將比賽地點更動。

第五例 賽員不得用器械，或其他強性刺激品增助運動時動作，圖護勝利。如犯者永遠取消其業餘運動比賽資格。

第二十條 制服

賽員須穿短褲，褲距膝不得過四寸。衣服須清潔雅觀，奇醜之服裝，足以損賽員個人之觀瞻。

第二十一條 賽員比賽順序

第一例 每項比賽由大會主持者，抽排各賽員先後順序，秩序單上賽員名單及預賽分組，亦即照此先後印刊。

第二例 各項田賽賽員，應照大會抽定之順序試行跳擲。

第三例 田賽賽員之同時參加徑賽者，田賽裁判員應准該賽員不照規定之次序行試擲或試跳。

第四例 徑賽賽員出發位置或所跑之路線，由抽籤排定，其次序由跑道之內圈數起。

第五例 三千米或三千米以上之徑賽，出發時，以每國最佳之一列第一排，其餘即按照其優劣挨次順排。

第二十二條 量測

第一例 各種距離，高度，應用有生的米突或英寸之鋼尺丈量。

第二例 田賽擲部及跳遠丈量時，尺上顯示高低或遠近之處，須由田賽裁判員持握。

第二十三條 看護員

運動員不得有看護員，或不在比賽之運動員隨從入場。在賽跑進行時，如未得總裁判或裁判員之許可，不得向旁人取用飲料，或其他護從事。十六基羅米突（十英里）以下之各種賽跑不准有看護員供給飲料及護從。

第二十四條 成績類同

各項比賽之由丈量遠近或高度而得類同成績者，其第一名或其下幾名之名次，應用下舉辦法決定之。

第一例 跳高或撐竿跳，如有二人或二人以上成績類同時，則讓類同幾人多作一次試跳

(即第四次跳)。如仍不分高下時，則將橫木降下賽已跳過之高度試跳一次，如此橫木加高或降下試跳，至分勝負而止。

第二例 田賽中遠近成績類同時，(擲鐵餅跳遠等)則以增加一次試擲或試跳之遠近，以定高下。

第三例 田賽中如因成績類同，(即同等高度或遠度)而作額外之試跳或試擲時，其結果僅限於解決運動員名次之用，不得作為正式之成績。

第四例 徑賽中如有成績類同時，(即同到終點)則由總裁判指定時期及地點重行比賽，以分勝負。

第二十五條 抗議

開會前或開會時，可用口頭抗議；惟須即行繕成書面抗議書，及抗議費一鎊或相等量，準期交進。抗議費不論該抗議成立與否，概不發還。

第二十六條 運動器具

第一例 各項運動器具須照萬國運動會所定之標準式樣及認可，方可作大會中正式用具，詳載規則第四十四至五十五條。

第二例 比賽所用一切運動器具，除撐竿跳高之竹竿。得由運動員自備外，均由大會主辦機關供給。

第三例 大會所屬各會員亦得用自備之運動器具，惟必須先經大會之檢驗及許可。

三、跳部

第二十七條 跳部總綱

第一例 跳高及撐竿跳，每一高度，賽員得試跳三次。第三次試跳失敗，即無繼續比賽資格。

第二例 賽員得從初跳高度之上任何高度跳起。

第三例 跳遠及三級跳遠，每賽員得試跳三次。其成績最優之六人，更得試跳三次。

第四例 跳部賽員以其試跳中最優一次之成績，作其正式成績。

第五例 跳時不得用無論何種借力或取巧法。

第六例 起跳跑道應坦平。

第七例 賽員得作一記號，或置手帕於橫木上，作其試跳時之標視。

第二十八條 跳高

第一例 比賽起跳高度爲一。六〇米，由裁判員決定何時增高橫木。

第二例 合法跳，即跳時賽員足部應較頭部先過橫木，落下時頭部須在臀部之上。

第三例 魚躍及翻筋斗跳法，均所不許。

第四例 賽員作勢起跳，足已離地者，即作一次試跳論。

第五例 凡賽員穿過橫木之垂直平面者，（如橫木下鑽過等）均作一次失敗論。

第六例 高度之丈量，當從橫木上面最低處，至地面之垂直線爲準。

第七例 跳高架，在比賽時不準移動，如裁判員認起跳點不適宜時，亦須等該週試跳完畢後，方可移動。

第二十九條 撐竿跳高

第一例 起跳高度爲三米，由裁判員決定何時增高橫木。

起跳插竿處，應有木製斜形匣。（詳四十四條）

第二例 如賽員試跳時足已離地，不得將握在下面之手移至上面手之上。或將握在上面之手移至更上處，犯者作一次失敗論。

第三例 賽員作勢起跳足已離地者。作一次試跳論。

第四例 凡賽員穿過橫木之垂直平面者，（如橫木下鑽過或跳至邊上等）均作一次失敗論。

第五例 賽員跳過後，其竹竿已離開橫木或架子向後倒時，方准隨從員往接。

第六例 賽員應用自備竹竿，竿上可用布類幫紮，以防滑溜。但不得有其他器物爲握手用。

賽員如未得同意，不准借用他賽員之竿。

第七例 高度之丈量，當從橫木上面最低處至地面之垂直線爲準。

第八例 架子可向任何方向移動，但不得過原置之位置六〇生的米突以上（二尺），更不准另掘他穴以插竿。

第九例 架子移動時，裁判員應重高度，務使其高度與原有高度無所出入，以昭公允。

第十例 兩架子置放距離至少爲三，六六米（十二尺）。

第十一例 賽員試跳時跳竿折斷不作一次試跳算。

（規定器具詳第四十四條）

第三十條 跳遠

第一例 賽員跳前所跑遠近無限制。

第二例 賽員折跑或足之任何部份踏出起跳線，或起線引長線之外者，不必丈量，而作一次試跳計算。

第三例 起跳板埋於泥中，該板之外邊名曰起跳線。起跳線前十生的米突（四寸）以內之泥土須鬆。並較起跳板高出約六密里米突。（四分之一寸）

第四例 跳遠之丈量，為賽員身體任何部份着地之最近點，與起跳線或其延長線之垂直距離。

第五例 跳坑最少闊度，為二・七五米（九尺）。

（規定器具詳第四十五條）

第三十一條 三級跳遠

第一例 賽員起第一次為單足跳，即落地時仍為起跳之足，第一次為步，即用其他足落地；第三次為雙足跳，即落地時雙足並下。

第二例 除一例外餘均照跳遠規則施行。

(規定器具詳第四十五條)

四、擲部

第三十二條 擲部總綱

第一例 擲部各項運動，每賽員均得試擲三次。三次中成績較優之六人，更得試擲三次，各以其所擲最遠之一次，作其成績。

第二例 擲部之用鐵圈者，如賽員踏進圈內，準備試擲時；其身體之任何部份或其衣服，或運動器；觸及圈外地面，或踏在鐵圈上面：均作一次試擲失敗論。

第三例 賽員須俟所擲器具（如鐵球鐵餅）落地後方可退出圈外，並須從白線劃分之後圈跨出。

第四例 鐵圈大小以內圈為準，與圈外之泥土緊埋，圈內泥土須堅平，較圈外之泥土低二生的米突。（四分之三寸）

第五例 用鐵圈之試擲，其擲出之運動器須落於劃分之九十度角內，方作有效。

第六例 標槍鐵餅比賽須有顯明旗幟，插示各賽員成績。

另備特別旗一面以示遠東會成績。

第七例 惟大會所備之擲部器具，方可應用。

第三十三條 擲標槍

第一例 標槍須從起擲線後方擲出。線爲平埋地中木板之內邊，板闊至少七生的米突，（二又四分之三寸）長至三·六六米。（十二尺）

第二例 標槍必須手腕持握。

第三例 擲出時槍桿較槍尖先擲地者無效。

第四例 擲出後賽員足部踏在起擲板上者無效。

第五例 擲出後槍未落地以前，賽員不准越過起擲線。

第六例 擲標槍之距離，當量槍尖着地之最近點；與起擲線或其延長線之垂直距離。

第七例 如擲出後標槍在空中折斷，不作一次試擲論。

第三十四條 擲鐵餅

第一例 鐵餅於內圈直徑二·五〇米（八尺二寸半）之鐵圈內擲出之。

第二例 鐵餅之丈量，當從鐵餅着地之最近點在該點與鐵圈中心之直線上量至鐵圈前方之內邊之距離。

(規定器具詳第四十七、四十九及五十一至五十二條)

第三十五條 推鐵球

第一例 推鐵球在直徑二·一三五米(七尺)之圓圈內行之。圈之前半邊應有一弧形之抵趾板，釘於地面。

第二例 鐵球當從肩上用隻手推出，不得從肩下拋擲。

第三例 擺動作勢時，鐵球落地，及不合法之試擲，無須丈量，作一次試擲失敗論。

第四例 推鐵球之丈量，當從鐵球着地之最近點在該點與圓圈中心之直線上量至圓圈之內邊。

第五例 賽員手上不得借加力之器物，如手腕上之皮套，及手指與手腕之連結夾套等。

第六例 有助持握力及增加推擲力之各種器物。均不得應用。

(規定器具詳第四十八條及四十九至五十二條)

五、徑賽

第三十六條 跑道及分路

第一例 跑道距離，應依跑道上距離內邊三十生的米突(十二吋)處量算。跑道內邊之邊

線。當用水門汀。木板。繩子。或其他相當之物爲之；其高度不得過五生的米突。(二吋)

第二例 四百米或四百四十碼及以下之徑賽，各賽員當分路賽跑。每一分路至少闊一。二二米。(四尺)各分路之線闊五生的米突，(二吋)以白粉劃成。

最內圈之分路，距離丈量照跑道距離量法，即離內邊三十生的米突(十二吋)處量算。其餘各分路距離依各該分路內圈粉線以內二十生的米突(八吋)處量算。

第三例 非直線賽跑，其方向應靠左手轉灣。

第四例 分路徑賽，各賽員應自始至終在其指定之分路內跑；不得越界。不分路之徑賽，賽員應在跑前他人二米之距離時，方可佔跑內圈，或他賽員前之一直線上。

第五例 合法跑道，至少容劃六分路。

第三十七條 終線

第一例 終線橫互跑道上，其兩端與跑道兩旁之終點柱相接。賽員名次之決定，即以其身軀之任何部份(除頭臂腿三部)越過此線之先後爲準。

第二例 爲助裁判員制定名次之明析起見，除終線外，再用輕鬆之綿線，繫於跑道兩旁

之終點柱上。線高一。二二米。(四尺)與跑道成直角。

與終線平行。

第三例 賽員身體全部越過終線後，方算到達終點。

(規定器具詳第五十二條)

第三十八條 百十米高欄

第一例 每分路各設欄十架。欄高一。〇六米。(三尺六吋)

第二例 自出發線至第一架欄之距離，爲十三。七二米。(十五碼)

自第十架欄至終線之距離，爲十四。〇二米。(四十六吋)

每兩架欄之相隔距離爲九。一四米。(十碼)

第三例 每欄頂部應漆白色。

第四例 終每賽賽員之共撞倒欄架三只或三只以上者，取消錄取資格。撞旋或擺搖之欄架，均作撞倒算。

第五例 賽員跳欄時，若不照適當位置或有欄被其撞倒者，則所計之時間，不得作正式紀錄。

第六例 賽員跳時，如於足部或腿部拖出欄架之外者取消錄取資格。

第七例 每賽員必須自始至終，在指定之分路內跳欄，不得逾越。

(規定器具詳第五十四條)

第二十九條 四百米低欄

第一例 四百米低欄跑，共設欄十架。欄之高度爲九十一・四生的米突。(三呎)

第二例 自出發線至第一架欄之距離，爲四十五米。(四九・二二三碼)

自第十架欄至終線之距離，爲四十米。(四三・七四五碼)

每兩架欄之相隔距離，爲三十五米。(三八・二七七碼)

第三例 除第一及第二例外，餘照高欄規則施行。

(規定器具詳第五十四條)

六、全能運動

第四十條 替換賽跑

第一例 每次賽跑，出發線之前後十米處，各劃一線。此二十米長之區域，爲替換跑之出發區域。隊員必須在此區域內傳遞其交替棒，接跑或脫跑。

第二例 交替棒，應由隊員從前一人之手中接下。交替時不得拋接，或擲拾。

第三例 犯上舉二例者，取消其全隊錄取資格。

第四例 交替棒必須帶跑，經過該賽全程。每賽員在同賽中不得連跑兩次。

第五例 如預賽錄取，則複賽或決賽中該隊之隊員，仍應用預賽時之隊員，不得更動。

第六例 替換跑各隊之位置，應用抽籤法排定。

第七例 加入替換跑之隊名，必須用字母標記，從A字起。

第八例 四百米及四百四十碼或以下之替換跑，在跑圈上舉行者，每賽員應有指定之分

路跑程。各分路應同距離。

(規定器具詳第五十五條規則)

第四十一條 五項運動

第一例 五項運動之項目，及比賽之順序如左：

一、跳遠

二、擲標槍

三、二百米

四、擲鐵餅

五、千五百米

第二例 田賽運動，每賽員得試擲或試跳三次。

第三例 二百米賽，每三人一組，由抽籤抽定。如分組抽定後某組內只有一人，（如運動員之總數為七人或十人等）時則應再用抽籤法從各組內抽出一人，與某組之一人同跑。各賽員之名次，以各人所跑之時間遲速而定。

第四例 二百米跑，賽員犯第二次出發犯規時，當受多跑二米之懲罰。（即自出發線退後二米處出發。）如二次後再犯，則每次加罰二米。

第五例 徑賽中每賽員須有三隻錶計其時間。

第六例 五項運動之成績，當按表計算。得總分之最多者為優勝。

（詳規則第四十三條）

第四十二條 十項運動

第一例 十項運動之項目及比賽秩序規定如左。

第一日

第二日

一、百米

六、百十米高欄

二、跳遠

七、擲鐵餅

三、擲鐵球

八、撐竿跳高

四、跳高

九、擲鐵槍

五、四百米

十、千五百米

田賽運動，每賽員得試擲或試跳三次。

第二例 百米四百米及百十米高欄跑三人或四人一組。千五百米則五人或六人一組。但遇必要時總裁判得更改之。

第三例 用抽簽法分組。

第四例 徑賽中每賽員，須有三只錶表計其時間。

第五例 百米四百米及百十米高欄賽員，犯第二次出發犯規時，當受多跑該賽全程百分之一之懲罰。（即自出發線退後全程百分之一處出發。）如二次後再犯則每次加罰多跑全程百分之一。

第六例 賽員如兩次受罰，即取消其該賽之比賽資格。

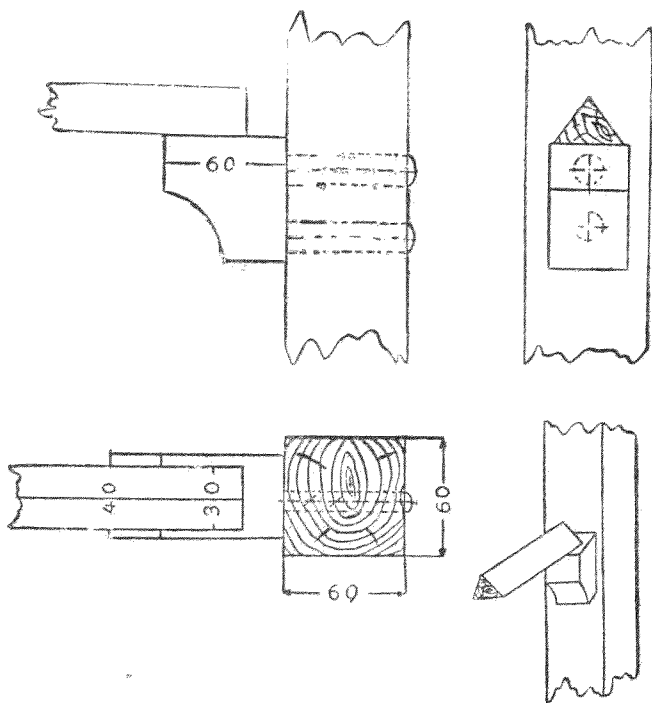
第七例 十項運動之成績，當按表計算得總分之最多者爲優勝。

七・運動器具之規定

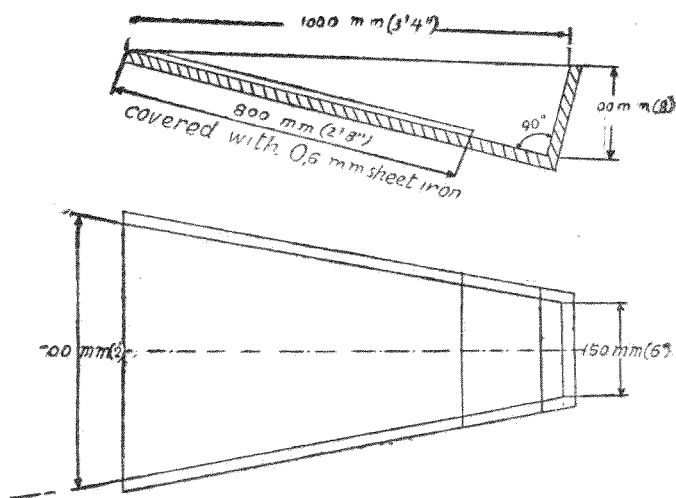
第四十二條 跳高及撐高用具

架子 不拘形式質料，只須放置穩定；不易動搖者。

跳高架圖



橫木，木製，三角面，每面闊三十密里米突。(一又十六分之三吋) 橫木中間可用長三〇〇密里米突(一呎)之金屬包夾，使其平直不曲。橫木之長，至少三·六六米，(十二呎)惟不得過四米(十三呎一吋半)。其重量為二基羅格蘭姆。(四磅又六·四翁司)



跳高橫木釘，長方平面，四〇密里米突（二吋半）闊，六十密里米突（二又八分之三吋）長。其位置平伸兩架之間，即與橫木在一平面。如此則不論碰觸橫木之內面或外面時，均可使橫木落地。橫木兩端，與架子須有十密里米突（八分之三吋）之空隙。

撐竿跳橫木釘 比賽時應用木釘擱放橫木。此木釘須粗細勻淨，直而無節，直徑不得過十三密里米突（半吋）之圓柱，平伸架外，淨長不得過七五密里米突。（三吋）

植竿匣 長一〇〇〇密里米突。（三呎四吋）後方闊六〇〇密里米突。（二呎）前

端闊一五〇密里米突。(六吋)前端深二〇〇密里米突。(八吋)在後方八〇〇密里米突處。(二呎八吋)用鐵皮(〇・六密里米突)遮蓋。

第四十四條 撐高竿

構造 撐高竿以木製，或竹製均可。其直徑及長度無限制。

竿上不得有助力之握手器物只准有同厚薄勻均之橡皮布繞繫。竿之下端可用金屬尖頭。

第四十五條 起跳板

起跳板用木製，漆成白色。板長一・二一九米。(四呎)闊二〇三・一九六密里米突。(八吋)厚二〇一・五九八密里米突。(四吋)

第四十六條 鐵槍

製法 槍木製，裝以鐵或鋼質之尖頭。槍之重心點與槍尖之距離不得過一一〇生的米突。(一・二〇三碼)亦不可短於九十生的米突。(二・九五三呎)

握手處 在重心點處繞以闊十六生的米突(六・三吋)之絃線，爲握手處。絃線須光勻無結節。其兩端之圓徑，不得較槍桿大過二五密里米突。(〇・九八四吋)槍桿上除握手之絃線外，不得有其他相類物件。

第四十七條 鐵餅

構造 鐵餅以光滑之金屬爲邊。此邊釘在圓木上，另以銅質圓板鑲入圓木，作鐵餅之心，並爲較準重量之用。銅質圓板之直徑，至小五〇・七九九密里米突。(二吋)至大五七・一四九密里米突。(二吋半)

鐵餅兩面須平衡光滑。自中心二五・三九九密里米突(一時)處至餅邊，應爲一斜下直線。

大小 鐵餅之直徑，至少二一九〇七密里米突。(八吋半)其中心厚度至少四四・四四九密里米突。(一又四分之三吋)自中心二五・三九九密里米突(一時)處之厚度，與中心之厚度同。自餅邊六・三五密里米突(四分之一吋)處之厚度至少十二・七〇密里米突。(二分之一吋)

餅邊須成準確之圓周。

重量 鐵餅之重量，至少應有二基羅格蘭姆。(四磅又六・四盎斯)
合規定大小重量及標準之金屬製鐵餅，亦可應用。

第四十八條 鐵球

構造 整圓球形，中儲以鉛，其殼爲銅製或鐵製。

重量 鐵球之重量，不得輕於七・二五七基羅格蘭姆。(十六磅)

第四十九條 圓圈

構造 圓圈用圓形鐵，鋼，木或繩製，

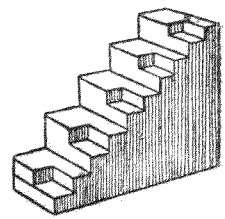
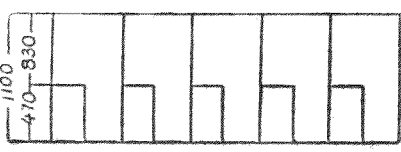
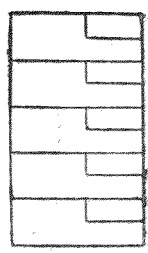
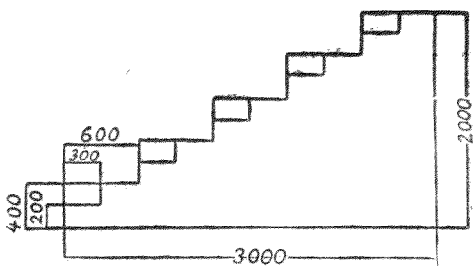
度量 (金屬)圓圈內邊之直徑，不得過二・一三四米。(七呎)擲鐵餅用圓圈，內邊之直徑，不得過二・五米。(八呎二吋)圈之厚度爲六・三五密里米突。(四分之一吋)高度爲七六。一九九密里米突。(二吋)

(木製)圈之內邊直徑不得過二・一三四米。(七呎)擲鐵餅用圓圈內邊之直徑不得過二・五米。(八呎二吋)圈之厚度爲七六。一九九密里米突。(三吋)高度爲五〇・七九
九密里米突。(二吋)

(繩製)圈之內邊直徑不得過二・一三四米。(七呎)擲鐵餅用圓圈內邊之直徑不得過二・五米。(八呎二吋)

繩之直徑爲二五。四密里米。(一吋)

第五十條 抵趾板(擲鐵球用)



構造 板以木製。

度量 抵趾板長須一·二一九米，(四呎)

闊一一四·二九七密里米突，(四又四

分之一吋) 高一〇一·五九八密里米突

，(四吋)

色染 抵趾板須漆以白色。

第五十一條 用圓圈投擲區域

圓圈內所擲運動器，須落於由圓心劃出之

九十度角區域內。該角兩線之外方，插以

示界旗。

第五十二條 示界旗

構造 示界旗用金屬製。

丈量 示界旗長方形，闊四吋，高七吋。

旗桿直徑不得過七·九三·密里米突。

(十六分之五吋)長不得過九一四。三八二密里米突(三十六吋)

示界旗應漆紅色。

第五十三條 終點裁判員看臺

構造 看臺用木製，須移動自如。

度量 看臺高二米，(六呎六又四分之三吋)長三米，(九呎十吋)闊一·一米。(三呎七又四分之一吋)共分五級，每級深六〇〇密里米突，(二十三又八分之五吋)高四〇〇密里米突，(十五又四分之三吋)臺之一端每級分成兩級。

第五十四條 欄架

構造 欄架用木製，置兩柱於欄腳之中間，兩柱上釘有長方形之橫架，欄之高低可任意更動，至一定之高度後，又須有螺絲釘或其他物件旋緊之。

度量 高欄高一·〇六米。(三呎半)。低欄高九一四密里米突(三呎)。欄架闊一·二二米。(四呎)脚闊五〇〇密里米突。(十九·六八五呎)

欄架重量爲七基羅格蘭姆。(十五·四三磅)

色 欄架頂面須漆成白色。

第五十五條 交替棒

構造 交替棒應爲木製空心圓管。

度量 交替棒長至少三〇〇密里米突。(十一·八一吋)

重量 至少五〇格蘭姆。(一·七六九盎司)其圓周爲一二〇密里米突。(四·七二四吋)

第五十六條 運動員

第一例 田徑賽每項運動每國報名之運動員不得過六人，加入比賽以四人爲限。

第二例 五項或十項運動每國報名之運動員，及加入比賽之運動員，均以六人爲限。每

運動員可在十項及五項運動中同時報名，但比賽不得加入五項十項兩種。

第三例 替換賽跑，每國只准派一隊參加比賽。

第五十七條 計分法

田賽及徑賽各項運動之計分法如後：

第一名……………五分

第二名……………三分

第三名……………二分

第四名……………一分

全能運動內各項運動之計分法如下：

第一名……………五分

第二名……………三分

第三名……………二分

第四名……………一分

第五十八條 規定比賽秩序

田賽徑賽及全能運動儘於規定四日內結束比賽。其規定比賽，秩序如後：

第一日 田徑賽

一、百米……………預賽

二、擲鐵餅……………決賽

三、百十米高欄……………預賽

四、千五百米……………決賽

五、二百米……………預賽

六、跳遠……………決賽

七、四百米低欄……………預賽

八、跳高……………決賽

九、四百米……………預賽

第二日 田徑賽

一、百米……………決賽

二、擲鐵球……………決賽

三、四百米……………決賽

四、百十米高欄……………決賽

五、撐竿跳高……………決賽

六、一萬米……………決賽

七、擲標槍……………決賽

八、二百米……………決賽

九、三級跳遠……………決賽

十、四百米低欄……………決賽

十一、八百米……………決賽

第三日 全能運動

一、跳遠……………五項

二、百米……………十項

三、千六百米替換跑(四人)……………決賽

四、擲標槍……………五項

五、跳遠……………十項

六、二百米……………五項

七、擲鐵球……………十項

八、擲鐵餅……………五項

九、跳高……………十項

十、千五百米……………五項

十一、四百米……………十項

第四日 全能運動

- 一、百十米高欄……………十項
- 二、擲鐵餅……………十項
- 三、四百米替換跑(四人)……………決賽
- 四、撐竿跳高……………十項
- 五、擲標槍……………十項
- 六、千五百米……………十項

附錄一 中等學校田徑賽項目

第五十九條 二百米低欄

第一例 每分路各設欄十架，欄高七六。二生的米突。

第二例 自出發線至第一架欄之距離，爲一八，二九米。自第十架欄距至終線之距離，爲一七。一〇米。其餘每兩架欄之距離，相隔一八。九二米。

第三例 除第一及第二例外，餘照第三十八條高欄規則施行。

第六十條 推鐵球

第一例 鐵球之重量不得輕於五・四四五基羅格蘭姆。(十二磅)

第二例 除第一例外，餘照第三十五條推鐵球規則施行。

附錄二 女子田徑賽項目

第六十一條 八十米低欄

第一例 每分路各設欄八架，欄高七六・二生的米突。

第二例 自出發線至第一架欄及自第八架欄至終線之距離，均爲一二米，其餘每兩架欄之距離，相隔八米

第三例 除第一及第二例外，餘照第三十八條高欄規則施行。

第六十二條 跳高

第一例 比賽跳高度爲九一・四生的米突，由裁判員決定何時增高橫木。

第二例 除第一例外，餘照第二十八條跳高規則施行。

第六十三條 推鐵球

第一例 鐵球之重量不得輕於三・六二七基羅格蘭姆。(八磅)

第二例 除第一例外，餘照第三十五條推鐵球規則施行。

THE SCORING TABLES OF PENTATHLON AND DECATHLON

五項及十項運動記分表

For a result similar to the best result obtained at the 1912 or previous Olympic Games, 1,000 points will be awarded. Other results are valued in accordance with the Pentathlon and Decathlon table. If a result exceeds the best "Olympic" result, correspondingly higher points will be awarded.

成績之與1912年或以前世界運動會最優之紀錄相等者得1000分其他照下表上所定計算，成績之超過上舉之世界運動會紀錄者可照此例增加其分數

No. 1—100 Metres. 百米

成績 Time.	分數 Points.	成績 Time.	分數 Points.	成績 Time.	分數 Points.	成績 Time.	分數 Points.
10.6	1000.00	11.6	762.00	12.7	500.20	13.8	238.40
10.7	976.20	11.7	738.20	12.8	476.40	13.9	214.60
10.8	952.40	11.8	714.40	12.9	452.60	14.	190.80
10.9	928.60	11.9	690.60	13.	428.80	14.1	167.00
11.	904.80	12.	666.80	13.1	405.00	14.2	143.20
11.1	881.00	12.1	643.00	13.2	381.20	14.3	119.40
11.2	857.20	12.2	619.20	13.3	357.40	14.4	95.60
11.3	833.40	12.3	595.40	13.4	333.60	14.5	71.86
11.4	809.60	12.4	571.60	13.5	309.80	14.6	48.00
11.5	785.80	12.5	547.80	13.6	286.00	14.7	24.20
		12.6	524.00	13.7	262.20	14.8	0.40

1912 Olympic Record 10 3-5=1000

Score other time at rate of 1-10=23.80 Points

No. 2—Running Broad Jump. 跳遠

M.CM.	Ft.	Decs.	Points.	M.CM.	Ft.	Decs.	Points.	M.CM.	Ft.	Decs.	Points.
7.60	24.934	1000.00	6.20	20.341	657.00	4.80	15.748	314.00			
7.50	24.606	975.50	6.10	20.013	632.50	4.70	15.420	289.50			
7.40	24.278	951.00	6.00	19.685	608.00	4.60	15.092	265.00			
7.30	23.950	926.50	5.90	19.357	583.50	4.50	14.764	240.50			
7.20	23.622	902.00	5.80	19.028	559.00	4.40	14.436	216.00			
7.10	23.294	877.50	5.70	18.700	534.50	4.30	14.108	191.50			
7.00	22.966	853.00	5.60	18.372	510.00	4.20	13.779	167.00			
6.90	22.637	828.50	5.50	18.044	485.50	4.10	13.451	142.50			
6.80	22.309	804.00	5.40	17.716	461.00	4.00	13.123	118.00			
6.70	21.981	779.50	5.30	17.388	436.50	3.90	12.795	93.50			
6.60	21.653	755.00	5.20	17.060	412.00	3.80	12.467	69.00			
6.50	21.325	730.50	5.10	16.732	387.50	3.70	12.139	44.50			
6.40	20.997	706.00	5.00	16.404	363.00	3.60	11.811	20.00			
6.30	20.669	681.50	4.90	16.076	338.50						

1912 Olympic Record 769 c.m.=24,934 feet=1000 Points.

Score other distances at rate of 1 c.m.=2.45 Points.

0.01	0.0323	2.45	0.05	0.1640	12.25	0.08	0.2621	19.60
0.02	0.0656	4.90	0.06	0.1968	14.70	0.09	0.2953	22.05
0.03	0.0984	7.35	0.07	0.2293	17.15	0.10	0.3281	24.50
0.04	0.1312	9.80						

No. 5—putting the weight (16=Ib Shot). 推鐵球

M.CM.	Ft.Decs.	Points.	M.CM.	Ft.Decs.	Points.	M.CM.	Ft.Decs.	Points.
15.34	50.394	1000	11.00	39.370	666	8.60	28.215	326
15.30	50.196	998	11.90	39.041	656	8.50	27.887	316
15.20	50.868	986	11.80	38.713	646	8.40	27.559	306
15.10	49.540	976	11.70	38.385	636	8.30	27.231	299
15.00	49.212	966	11.60	38.057	626	8.20	26.903	286
14.90	48.884	956	11.50	37.729	616	8.10	26.575	276
14.80	48.556	946	11.40	37.401	606	8.00	26.247	266
14.70	48.228	936	11.30	37.073	596	7.90	25.918	256
14.60	47.900	928	11.20	36.745	586	7.80	25.590	246
14.50	47.572	916	11.10	36.417	576	7.70	25.262	236
14.40	47.244	906	11.00	36.089	566	7.60	24.934	226
14.30	47.916	896	10.90	35.760	556	7.50	24.606	216
14.20	46.588	886	10.80	35.432	546	7.40	24.278	206
14.10	46.260	876	10.70	35.104	536	7.30	23.950	196
14.00	46.932	866	10.60	34.776	526	7.20	23.622	186
13.90	45.603	856	10.50	34.448	516	7.10	23.294	176
13.80	45.275	846	10.40	34.120	506	7.00	22.966	166
13.70	44.947	836	10.30	33.792	496	6.90	22.637	156
13.60	44.619	826	10.20	33.464	486	6.80	22.309	146
13.50	44.291	816	10.10	33.136	476	6.70	21.981	136
13.40	44.963	806	10.00	32.808	466	6.60	21.653	126
13.30	43.635	796	9.90	32.479	456	6.50	21.325	116
13.20	43.307	786	9.80	32.151	446	6.40	20.997	106
13.10	43.979	776	9.70	31.823	436	6.30	20.669	96
13.00	42.651	766	9.60	31.495	426	6.20	20.341	86
12.90	42.322	756	9.50	31.167	416	6.10	20.013	76
12.80	42.994	746	9.40	30.839	406	6.00	19.685	66
12.70	41.666	736	9.30	30.511	396	5.60	19.356	56
12.60	41.338	726	9.20	30.183	386	5.80	19.028	46
12.50	41.010	716	9.10	29.855	376	5.70	18.700	36
12.40	40.682	706	9.00	29.527	366	5.60	18.372	26
12.30	40.354	696	8.90	29.199	356	5.50	18.044	16
12.20	41.026	686	8.80	28.871	346	5.40	17.716	6
12.12	39.698	676	8.70	28.543	336			

1912 Olympic Record 15. 34 m.=50.394 feet=1000 Points.

Score other distances at rate of 1 c.m.=1 Point.

0.01	0.0328	1	0.05	0.1640	5	0.08	0.2725	8
0.02	0.0656	2	0.06	0.1968	6	0.09	0.2953	9
0.03	0.0984	3	0.07	0.2296	7	0.10	0.3281	10
0.04	0.1312	4						

No. 4—Running High Jump. 跳高

1.93	6.231	1000.00	1.70	5.577	678.00	1.40	4.598	2.8.00
1.90	6.233	958.00	1.60	5.249	538.00	1.30	4.265	1.8.00
1.80	5.905	818.00	1.50	4.921	398.00			

1912 Olympic Record 1.93 c.m.=6,331 feet=1000 Points.

Score heights at rate of 1 c.m.=14 Points.

0.01	0.0328	1.4	0.05	0.1640	7.0	0.08	0.2625	11.2
0.02	0.0656	2.8	0.06	0.1968	8.4	0.09	0.2953	12.6
0.03	0.0984	4.2	0.07	0.2296	9.8	0.10	0.3281	14.0
0.04	0.1312	5.6						

No. 5—400 Metres Flat. 四百米

Secs.	Points.	Min.Secs.	Points.	Min.Secs.	Points.	Min.Secs.	Points.
48 1-5	1000.00	55	744.32	1.01 4-5	481.64	1.08 3-5	232.96
48 2-5	992.48	55 1-5	733.80	1.02	481.12	1.08 4-5	225.44
48 3-5	984.96	55 2-5	729.28	1.02 1-5	473.60	1.09	217.92
48 4-5	977.44	55 3-5	721.76	1.02 2-5	466.08	1.09 1-5	210.40
49	969.92	55 4-5	714.24	1.02 3-5	458.56	1.09 2-5	202.88
49 1-5	962.40	56	706.72	1.02 4-5	451.04	1.09 3-5	195.36
49 2-5	954.88	56 1-5	699.20	1.03	443.52	1.09 4-5	187.84
49 3-5	947.36	56 2-5	691.68	1.03 1-5	436.00	1.10	180.32
49 4-5	939.84	56 3-5	684.16	1.03 2-5	428.48	1.10 1-5	172.80
50	932.32	56 4-5	676.64	1.03 3-5	420.96	1.10 2-5	165.28
50 1-5	924.80	57	669.12	1.03 4-5	413.44	1.10 3-5	157.76
50 2-5	917.28	57 1-5	661.60	1.04	405.92	1.10 4-5	150.24
50 3-5	909.76	57 2-5	654.08	1.04 1-5	398.40	1.11	142.72
50 4-5	902.24	57 3-5	646.56	1.04 2-5	390.88	1.11 1-5	135.20
51	894.72	57 4-5	639.04	1.04 3-5	383.36	1.11 2-5	127.68
51 1-5	887.20	58	631.52	1.04 4-5	375.84	1.11 3-5	120.16
51 2-5	879.68	58 1-5	624.00	1.05	368.32	1.11 4-5	112.64
51 3-5	872.16	58 2-5	616.48	1.05 1-5	360.80	1.12	105.12
51 4-5	864.64	58 3-5	608.96	1.05 2-5	353.28	1.12 1-5	97.60
52	857.12	58 4-5	601.44	1.05 3-5	345.76	1.12 2-5	90.08
52 1-5	849.60	59	593.92	1.05 4-5	338.24	1.12 3-5	82.56
52 2-5	841.08	59 1-5	586.40	1.06	330.72	1.12 4-5	75.04
52 3-5	834.56	59 2-5	578.88	1.06 1-5	323.20	1.13	67.52
52 4-5	827.04	59 3-5	571.36	1.06 2-5	315.68	1.13 1-5	60.00
53	819.52	59 4-5	563.84	1.06 3-5	308.16	1.13 2-5	52.48
53 1-5	812.00	60	556.32	1.06 4-5	300.64	1.13 3-5	44.96
53 2-5	804.48	1.00 1-5	548.80	1.07	293.12	1.13 4-5	37.44
53 3-5	796.96	1.00 2-5	541.28	1.07 1-5	285.60	1.14	29.92
53 4-5	789.44	1.00 3-5	533.76	1.07 2-5	278.08	1.14 1-5	22.40
54	781.92	1.00 4-5	526.24	1.07 3-5	270.56	1.14 2-5	14.88
54 1-5	774.40	1.01	518.72	1.07 4-5	263.04	1.14 3-5	7.36
54 2-5	766.88	1.01 1-5	511.20	1.08	255.52		
54 3-5	759.36	1.01 2-5	503.68	1.08 1-5	248.00		
54 4-5	751.84	1.01 3-5	496.16	1.08 2-5	240.48		

1912 Olympic Record. 48 1-5 sec.=1000 Points.

Score other time at rate of 1-5 sec.=7.52 Points.

No. 6—110 Metres Hurdle. 百十米高欄

Time.	Points.	Time.	Points.	Time.	Points.	Time.	Points.
15	1000	17-6	754.0	20-2	506.0	22-3	250.0
15-1	990.5	17-7	743.5	20-3	496.5	22-9	249.5
15-2	981.0	17-8	734.0	20-4	487.0	23	240.0
15-3	971.5	17-9	724.5	20-5	477.5	23-1	230.5
15-4	962.0	18	715.0	20-6	468.0	23-2	221.0
15-5	952.5	18-1	705.5	20-7	459.5	23-3	211.5
15-6	943.0	18-2	696.0	20-8	449.0	23-4	202.0
15-7	943.5	18-3	686.5	20-9	439.5	23-5	192.5
15-8	924.0	18-4	677.0	21	430.0	23-6	183.0
15-9	914.5	18-5	667.5	21-1	420.5	23-7	173.5
16	905.0	18-6	658.0	21-2	411.0	23-8	164.0
16-1	895.5	18-7	648.5	21-3	401.5	23-9	154.5
16-2	886.0	18-8	639.0	21-4	392.0	24	145.0
16-3	876.5	18-9	629.5	21-5	382.5	24-1	135.5
16-4	867.0	19	620.0	21-6	373.0	24-2	126.0
16-5	857.5	19-1	610.5	21-7	363.5	24-3	116.5
16-6	848.0	19-2	601.0	21-8	354.0	24-4	107.0
16-7	838.5	19-3	591.5	21-9	344.5	24-5	97.5
16-8	729.0	19-4	582.0	22	335.0	24-6	88.0
16-9	819.5	19-5	572.5	22-1	325.5	24-7	78.5
17	810.0	19-6	563.0	22-2	316.0	24-8	69.0
17-1	800.5	19-7	553.9	22-3	306.5	24-9	59.5
17-2	791.0	19-8	544.0	22-4	297.0	25	50.0
17-3	781.5	19-9	534.5	22-5	287.5	25-1	40.5
17-4	772.0	20	525.0	22-6	278.0	25-2	31.0
17-5	762.5	20-1	515.5	22-7	268.5	25-3	22.5
						25-4	12.0

1908 Olympic Record. 15 sec.=1000 Points.

Score other time at rate of 1-10=9.5 points.

No. 9—Throwing the Javelin. 擲標鎗

M.C.M.	Ft.	Decs.	Points.	M.C.M.	Ft.	Decs.	Points.	M.C.M.	Ft.	Decs.	Points.
6	00	200	31	1000	00	48	50	159	120	656	25
60	50	198	490	986	25	48	00	157	480	642	50
60	00	194	852	972	50	47	50	155	839	628	75
59	50	195	109	958	75	47	00	154	199	615	00
59	00	193	562	945	00	46	50	152	558	601	25
58	50	191	928	931	25	46	00	150	918	587	00
58	00	190	288	917	50	45	50	149	277	573	75
57	50	188	67	903	75	45	00	147	637	560	00
57	00	187	067	890	00	44	50	145	967	546	25
56	50	185	367	876	25	44	00	144	357	532	50
55	00	183	727	862	50	43	50	142	716	518	75
55	50	182	083	848	75	43	00	141	076	505	00
55	00	180	446	835	00	42	50	139	435	491	25
54	50	178	805	821	25	42	00	137	795	477	50
54	00	177	65	807	50	41	50	136	154	463	75
53	50	175	524	793	75	41	00	134	514	450	00
53	00	173	884	780	00	40	50	132	873	436	25
52	50	172	244	766	25	40	00	131	233	422	50
52	00	170	604	752	50	39	50	129	593	408	75
51	50	168	963	738	75	39	00	127	953	395	00
51	00	167	323	725	00	38	50	126	312	381	25
50	50	165	682	711	25	38	00	124	672	367	50
50	00	164	042	697	50	37	50	123	031	353	75
49	50	62	401	683	75	37	00	121	391	340	00
49	00	60	761	677	00						

1912 Olympic Record 61 m. 200,131 feet - 1000 Points.
Score other distances at rate of 1 c.m. = 0.275 Points.

0,01	0,0328	0,275	0,05	0,1640	1,375	0,08	0,2625	2,200
0,02	0,0656	0,550	0,06	0,1968	1,650	0,09	0,2953	2,475
0,03	0,0984	0,825	0,07	0,2296	1,925	0,10	0,3281	2,750
0,04	0,1312	1,100						

No. 10—1,500 Metres. 一千五百米

Min.-secs.	Points	Min.-secs.	Points	Min.-secs.	Points	Min.-secs.	Points		
3,56	4,5	1000	00	4,14	896	80	4,32	788	80
3,57	938	80	4,15	890	80	4,33	782	80	4,5
3,58	992	80	4,16	834	80	4,34	776	80	4,5
3,59	986	80	4,17	878	80	4,35	770	80	4,5
4,00	980	80	4,18	872	80	4,36	764	80	4,5
4,02	974	80	4,19	866	80	4,37	758	80	4,5
4,01	968	80	4,20	860	80	4,38	752	80	4,5
4,03	962	80	4,21	854	80	4,39	746	80	4,5
4,04	956	80	4,22	848	80	4,40	740	80	4,5
4,05	950	80	4,23	842	80	4,41	734	80	4,5
4,06	944	80	4,24	836	80	4,42	728	80	5,0
4,07	938	80	4,25	830	80	4,43	722	80	5,0
4,08	932	80	4,26	824	80	4,44	716	80	5,0
4,09	926	80	4,27	818	80	4,45	710	80	5,0
4,10	920	80	4,28	812	80	4,46	704	80	5,0
4,11	914	80	4,29	806	80	4,47	698	80	5,0
4,12	908	80	4,30	800	80	4,48	692	80	5,0
4,13	902	80	4,31	794	80	4,49	686	80	5,0

No. 7—Throwing the Discus. 擲鐵餅

M.C.M.	Ft.	Deces.	Points.	M.C.M.	Ft.	Deces.	Points.	M.C.M.	Ft.	Deces.	Point.
45.21	148.	32	1000.00	39.20	128.	669	771.62	33.00	108.	268	526.02
45.20	148.	273	999.62	39.00	127.	953	764.02	32.80	107.	611	528.42
45.00	147.	687	992.02	38.80	127.	296	756.42	32.60	106.	955	520.82
44.80	146.	981	934.42	38.60	126.	640	748.82	32.40	106.	299	513.22
44.60	146.	325	976.82	38.40	125.	984	741.22	32.20	105.	643	505.62
44.40	145.	669	969.22	38.20	125.	328	733.62	32.00	104.	987	498.02
44.20	145.	013	961.62	38.00	124.	672	726.02	31.80	103.	330	490.42
44.00	144.	357	954.02	37.80	124.	615	718.42	31.60	103.	674	482.82
43.80	143.	701	946.42	37.60	123.	359	710.82	31.40	103.	018	475.22
43.60	143.	044	938.82	37.40	122.	703	703.22	31.20	102.	362	467.62
43.40	142.	3.8	931.22	37.20	122.	047	695.62	31.00	101.	706	460.02
43.20	141.	732	923.62	37.00	121.	391	688.02	30.80	101.	049	452.42
43.00	141.	076	916.02	36.80	120.	734	680.42	30.60	100.	393	444.82
42.80	140.	419	908.42	36.60	120.	078	672.82	30.40	99.	737	437.22
42.60	139.	763	900.82	36.40	119.	422	665.22	30.20	99.	081	429.62
42.40	139.	107	893.22	36.20	118.	766	937.62	30.00	98.	425	422.02
42.20	138.	451	885.62	36.00	118.	110	674.02	29.80	97.	768	414.42
42.00	137.	795	878.02	35.80	117.	453	642.42	29.60	97.	112	406.82
41.80	137.	138	870.42	35.60	116.	797	634.82	29.40	96.	456	399.22
41.60	136.	482	862.82	35.40	116.	141	627.22	29.20	95.	800	391.62
41.40	135.	826	855.22	35.20	115.	485	619.62	29.00	95.	144	384.02
41.20	135.	170	847.62	35.00	114.	829	612.02	28.80	94.	564	346.42
41.00	134.	514	840.02	34.80	114.	173	604.42	27.60	88.	58	308.82
40.80	133.	857	832.42	34.60	113.	517	596.82	26.00	85.	30	270.60
40.60	133.	201	824.82	34.40	112.	861	589.22	25.00	82.	02	232.02
40.40	132.	545	817.22	34.20	112.	205	581.62	24.00	78.	74	194.02
40.20	131.	889	809.62	34.00	111.	549	574.02	23.00	75.	46	156.02
40.00	131.	233	802.02	33.80	110.	992	566.42	22.00	72.	18	118.02
40.80	130.	577	794.42	33.60	110.	336	558.82	21.00	68.	90	80.02
40.60	129.	921	786.82	33.40	109.	680	551.22	20.00	65.	62	42.02
40.40	129.	265	779.22	33.20	108.	924	543.62				

1912 Olympic Record 45.21 m.=148,326 feet = 1000 Points.

Score (other distances at rate of 1 c.m.=9.38 points.

0.01	0.0323	0.38	0.05	0.1640	1.90	0.08	0.26.5	3.04
0.02	0.0656	0.76	0.06	0.1998	2.28	0.09	0.2953	3.42
0.03	0.0984	1.14	0.07	0.2296	2.66	0.10	0.3281	3.80
0.04	0.1312	1.52						

No. 8—Pole vault. 撐竿跳高

3.95	12,959	1000	3.30	10,827	649	2.60	8,530	271
3.90	12,795	973	3.20	10,499	595	2.50	8,202	217
3.80	12,461	919	3.10	10,171	541	2.40	7,874	163
3.70	12,139	865	3.00	9,842	487	2.30	7,546	109
3.60	11,811	811	2.90	9,514	433	2.20	7,218	55
3.50	11,483	757	2.80	9,186	379	2.10	6,890	1
3.40	11,155	703	2.70	8,858	325			

1912 Olympic Record 395 c.m.=12,959 feet = 1000 Points.

Score other heights. at rate of 1 c.m.=5.4 points

0.01	0.0323	5.4	0.05	0.1640	27.0	0.08	0.2623	43.2
0.02	0.0659	10.8	0.06	0.1968	32.4	0.09	0.2953	48.6
0.03	0.0984	16.2	0.07	0.2296	37.8	0.10	0.3281	54.0
0.04	0.1312	21.6						

No. 10—1,500 Metres.—Continued

Min secs.	Points.	Min-secs.	Points.	Min-secs.	Point.	Min-secs.	Points.
5.08	572.00	5.3	428.80	5.56	284.80	6.20	140.80
5.09	566.00	5.33	422.80	5.57	278.80	6.21	134.80
5.10	560.00	5.34	416.80	5.58	272.80	6.22	128.80
5.11	554.00	5.35	410.80	5.59	266.80	6.23	122.80
5.12	548.80	5.36	304.80	6.00	160.80	6.24	116.80
5.13	54.80	5.37	393.80	6.01	154.80	6.25	110.80
5.14	533.80	5.38	392.80	6.02	248.80	6.26	104.80
5.15	531.80	5.39	386.80	6.03	241.80	6.27	98.80
5.16	524.80	5.40	380.80	6.04	233.80	6.28	92.80
5.17	518.80	5.41	374.80	6.05	130.80	6.29	86.80
5.18	512.80	5.42	368.80	6.06	224.80	6.30	80.80
5.19	506.80	5.43	362.80	6.07	218.80	6.31	74.80
5.20	500.80	5.44	356.80	6.08	212.80	6.32	68.80
5.21	494.80	5.45	350.80	6.09	206.80	6.33	62.80
5.22	488.80	5.46	344.80	6.10	200.80	6.34	56.80
5.23	482.80	5.47	338.80	6.11	194.80	6.35	50.80
5.24	476.80	5.48	332.80	6.12	188.80	6.36	44.80
5.25	470.80	5.49	326.80	6.13	182.80	6.37	38.80
5.26	464.80	5.50	320.80	6.14	176.80	6.38	32.80
5.27	458.80	5.51	314.80	6.15	170.80	6.39	26.80
5.28	452.80	5.52	308.80	6.16	164.80	6.40	20.80
5.29	446.80	5.53	302.80	6.17	158.80	6.41	14.80
5.30	440.80	5.54	196.80	6.18	152.80	6.42	8.80
5.31	434.80	5.55	190.80	9.19	146.80	6.43	2.80

1912 Olympic Record, 3 min. 56 4-5 secs. 1000 Points.

Score other times at rate of 1-5 secs. 1. = 1.20 points

No. 11—200 Metres Flat. 二百米

Time.	Points.	Time.	Points.	Time.	Points.	Time.	Points.
21-6	1000	13-3	753	26-1	595	23-4	252
21-7	949	13-9	747	26-2	494	28-5	241
21-8	878	24	736	26-3	483	28-6	130
21-9	967	24-1	725	26-4	472	28-7	219
22	856	14-2	714	6-5	461	28-8	208
22-1	946	24-3	693	26-6	450	28-9	197
2-2	831	24-4	691	26-7	439	19	186
22-3	923	24-5	681	26-8	428	9-1	175
22-4	912	24-6	670	26-9	417	19-2	164
22-5	901	24-7	659	17	406	29-3	153
22-6	890	24-8	648	27-1	395	29-4	142
22-7	879	14-9	637	27-2	384	29-5	131
22-8	868	25	626	27-3	373	29-6	120
22-9	857	25-1	615	27-4	362	29-7	109
23	846	25-2	604	27-5	351	29-8	98
23-1	835	25-3	593	27-6	340	29-9	87
23-2	824	25-4	582	27-7	329	30	76
23-3	813	25-5	571	27-8	318	30-1	65
23-4	802	25-6	560	27-9	307	31-2	54
23-5	791	25-7	559	28	295	30-3	43
23-6	780	25-8	538	29-1	285	30-4	32
23-7	769	25-9	527	29-2	274	30-5	29
		26	516	29-3	263	30-6	10

出 版 預 告

最新田徑賽術 全一册
最新游泳術 全一册
最新足球術 全一册
最新籃球術 全一册
最新網球術 全一册
最新排球術 全一册
最新棒球術 全一册
最新乒乓球術 全一册
最新高爾夫球術 全一册
中國體育史 全一册
遠東運動會史 全一册
亞林匹克運動會史 全一册

◀ 以上各書在編印中 ▶

上海體育書局出版

發行所法租界白爾承慶里六十六號

中國與遠東及世界運動會田徑賽最高紀錄比較表

(一) 男子田徑賽

項目	成績		紀錄			持者	
	中	國	遠	東	亞林匹克		
百米	一〇・八秒	一〇・七秒	一〇・三秒	中國	遠	納帕墨西諾(菲)	吐命(美)
二百米	二二・四秒	二一・八秒	二一・二秒	劉長春	遠	吉岡德隆(日)	吐命(美)
四百米	五二・四秒	四九・二秒	四六・二秒	劉長春	遠	中島充太郎(日)	威廉卡爾(美)
八百米	二分一・一秒	一分五八・八秒	一分四九・八秒	于希渭	遠	久富進(日)	漢姆遜(英)
一千五百米	四分一五秒	四分六秒	三分五一・二秒	于希渭	遠	津田(日)	畢克利(意)
三千米	十分・五秒			陳行瀾			
五千米	一七分三〇秒	一五分二七秒	一四分三〇秒	朱耀燮	遠	北水正路(日)	李智年(芬)
一萬米	二五分二七・八秒	三二分四二・六秒	三〇分一一・四秒	劉古學	遠	工藤呼(日)	古素心士(波)
四百米中關	六〇秒		五二秒	陶英傑			瑪廷(美)
十米高關	一六・五秒	一五・四秒	一四・六秒	金岩	遠	三木義雄(日)	賽林(美)
二百米低關	二六・八秒	二五・一秒		黃金鑑			

田徑賽最高紀錄比較表

田徑賽最高紀錄比較表

急行步高	一·八二米	二米	二·〇二一	吳必顯	德利比哇(菲)	奧思朋(美)
撐竿跳高	三·九八米	四米	四·三一五	何亞祿	西田修平(日)	密勒(美)
急行跳遠	六·七四米	七·五九米	七·七三米	潘作新	南部(日)	哈姆(美)
三級跳遠	一三·九四米	一五·三五五	一五·七二米	司徒光	織田幹雄(日)	南部忠平(日)
十二磅鉛球	一四·一	一五·八〇米	五二呎十六分十一	潘作新	高田靜雄(日)	約翰克(美)
十六磅鉛球	一三·二四米	四〇·二七米	一六二呎四·八	劉仁秀	齋藤(日)	安達遜(美)
擲鐵餅	三六·五〇米	六二·一九米	七二·七四米	周連增	住吉耕作(日)	耶維能(芬)
擲標槍	四七·二六米	二八三八分	陳盛奎	李作雲	住吉耕作(日)	
五項運動	二五五一·五分	二八三八分	陳盛奎	陳盛奎	住吉耕作(日)	
十項運動	五四三九·五分	五七八六分	八四六二·三分	劉仁秀	齋(日)	鮑休(美)
四米接力	四六·四秒			北平隊		
八百米接力	一分三五·二秒	一分二〇·六秒		周光德 蔣國珍 蕭坤基	日本隊	
十六百米接力	三分四·一	三分二四·一	三分八·二	北平隊	日本隊	美國隊

五項運動尚有英德懸遺成之紀錄二四三〇分。如用新規則之計分法計算。可記二九〇七·七三五分。成績並勝魁之二五五一·五分。但該紀錄乃產生於馬尼拉。故不登記於全國最高紀錄中。

(二) 女子田徑賽

項目	成績		國籍		保		持	
	中	國	東亞	林匹	克	遠	東亞	林匹
五十米		七秒				劉靜芬		
米		一三・八秒		一二・四秒		孫桂雲	須摩子(日)	瓦許(波蘭)
二米		二九・三秒		二七・八秒		孫桂雲	鹿島(日)	
二百米接力		二八・七秒				齊島隊		
四百米接力		五六秒		五三・八秒		哈爾濱隊	日本隊	美國隊
八十米低欄		一四・八秒		一四・五秒		尹素桂	寺岡(日)	葛德里谷遜(美)
急行跳高		一・三五五米		一・三五米		朱天眞	鹿島(日)	西列(美)
急行跳遠		四・六五米		五・一四米		莊銘箴	中野()	
立定跳遠		二・一九五米				朱麗來		
三級跳遠		九・一四米				彭靜波		
八磅鉛球		九・三五米				馬子駿		
球擲遠		四〇・七二米				原恆福		

田徑賽最高紀錄比較表

田徑賽最高紀錄比較表

鉛球擲遠	二一·一六米			張淑芳		
擲標鎗	一四·二〇五米	二七·九六米	四三·六八八米	黃淑愷	吉田(日)	特德(美) 谷遜
擲鐵餅	二四·五四米	二八·三〇米	一一三·六二吋	趙淑靈	吉田(日)	齊晉蘭(美)

(上項紀錄如有錯誤請讀者隨時指正)

最新游泳規則

第一章 比賽職員

第一條 游泳比賽，應設下列各項職員。

一 發令員一人；

二 總裁判一人；

三 裁判員二人以上；

四 計時員三人以上。

第二條 發令員在放槍出發以前，有管理與賽運動員之全權。發令之先，發令員應注意其他職員已否準備。

第三條 裁判員自放槍出發時起，有審判與賽運動員之權，並決定與賽運動優勝之名次。

第四條 總裁判遇裁判員之意見不一致時，得判決一切問題。

第五條 計時員應按本規則第十二章之規定，計取每次比賽時間上之成績。

第二章 出發

第一條 每組比賽出發時，除仰泳應按第九章之規定執行外，均須用魚躍入水法。各與賽運動員出發時之位置。應用抽籤法排定，以面對游泳池時之右方為第一道線。

第二條 出發時如有犯規者，發令員應召全體運動員退回重發，並令其注意，於槍未放前勿得先發。如在同一組比賽出發時有再犯者，不論其為第一次犯規之原人，或有他運動員犯規，該運動員即須取消資格，不再召回從發。

第三章 分組

第一條 如須預賽時，分組之多寡及運動員之支配，由主管委員會處理之，但以分成最少限度之組數，及同一單位之運動員能不在同一組內預賽為原則。

第二條 預賽時，應錄取每組之第一二名，及各組中最速之第三名，參加次週預賽或決賽，如主管委員會認游泳池之寬度充足，亦得於複賽時錄取每組之前三名，加入決賽。

第三條 各組預賽及決賽時運動員出發之位置，應於各組開始時分別抽定。

第四章 發令

第一條 發令員在比賽前，應向各運動員申述下列各點：—

一 出發時所用之口號；

二 比賽之距離及終點之所在；

三 如在河海中舉行時，運動員應繞游之標記及繞游之方法。

第二條 運動員之不待放槍而先發者，除自行回至原處重發者外，將被取消資格（參閱

第二章）

第三條 槍未放前，運動員之雙足即已離地者，作先發論。

第五章 游泳池

第一條 游泳池兩端之牆，應與池底成直角，其建築之方法，應合於運動員轉身時用手

或足推開之用。

第二條 出發處之平台，不得超出水平面七十五生的米突（二尺六寸）以上；如在河海中舉行，亦不得超出至一百五十生的米突（五尺）以上，但無論如何，均不得低於三十生的米突。

第六章 分道

第一條 靜水中之比賽，每一運動員之分道，應用清晰之界線劃明，且使在側面亦能觀察明白。如終點不在池之兩端者，亦應用清晰之界線劃明，使運動員易於辨認。

第七章 比賽通則

第一條 運動員橫游，或有其他情形，阻礙他運動員之進行者，應取消其資格，如此項犯規出於故意者，裁判員並應報告其主管單位。

第二條 運動員因他運動員之犯規，而失去其優勝之機會者，裁判員有權使該運動員參加次週比賽，如在決賽時發生此等情事，亦得令行重賽。

第三條 轉身之時，運動員必須用一手或雙手抵觸池端之牆（仰泳及俯泳，按第八第九兩章之規定執行）。

第四條 比賽中，運動員停立於池底而不走動者，不作犯規論。

第五條 運動員之能按規游畢全程者，方有給予優勝名次之權利。

第八章 俯泳

第一條 雙手必須同向前推，並於同時收回。

第二條 胸部必須正對水面，兩肩與水面在同一平面上。

第三條 雙足必須同向前提，雙膝同時屈伸，屈時向兩旁分開，而雙足仍合攏，成一圓形之伸縮動作。

第四條 轉身或終了時，必須用雙手同時抵觸池端或終點線。

第五條 比賽中雜用他種游法者，應取消資格。

第九章 仰泳

第一條 運動員在出發時應面對出發點，排列於水中，各以雙手置於池端上。

第二條 放槍後，應向後推開，背對水面，游畢全程。

第三條 至池端轉身時，必須先用隻手或雙手觸牆，然後方可推開。

第十章 抗議

第一條 比賽中如有抗議事項，應於該項比賽終了後，隨即向發令員，裁判員或總裁判提出，但仍須於比賽終了後一小時內，補具正式抗議書，連同保證金十元，提交審判委員會。

第二條 抗議事項之在比賽前即已成立者，應在發令前預先聲明。

第十一章 全國紀錄

第一條 全國紀錄，必須在靜水中比賽所產生者，方為有效，並須先得其本單位之承認，證明其未得順水或潮流等利益。凡百米至五百米間之距離，池身至少長二十五米，八百米至千五百間距離，池身至少長五十米，方能作為正式紀錄。

第二條 游泳紀錄，應有計時員三人計取其成績，如三人中二人所計之時間相同，即可作為正式紀錄，如三人所計之時間各不相同，應以折中者作為正式紀錄。

第三條 請求承認全國紀錄，應按規則紀錄委員會所訂之方式，提交中華全國體育協進會審核之。

第十一章 制服

第一條 游泳制服之顏色，應用黑色或深藍色，其肩帶至少闊三生的米突，臂洞在腋下至多八生的米突，頸洞前後至多空八生的米突，腿管至少長十生的米突。

第二條 發令員宜注意，凡制服之不合上條規定者，不准其與賽。

第十三章 入水比賽

第一條 入水比賽，分正式及自選二種，正式者規定為跑動正面入水。（平手或燕飛）反身入水，跑動向前屈體入水，及向後屈體入水四種。除此四種正式項目為必須比賽者外，尚須另行於下列表內自選四種。

第二條 並手向前入水兼轉體。

一、向前跳躍半轉體反身入水。

二、向前跳躍全轉體入水。

並手反身入水兼轉體。

三、向後跳躍正身入水(半轉體。)

四、向後跳躍反身入水(全轉體。)

向前翻騰

五、向前翻騰。

六、向前翻騰一周半。

七、向前翻騰兼半轉體。

八、向前翻騰一周半兼半轉體。

九、向前雙翻騰。

十、向後跳躍向前翻騰。

十一、向後跳躍向前翻騰一周半。

立定 跑動

一・五 一・六
一・八 一・八

一・四
一・九

一・五 一・五

一・九 一・八

一・七 一・七

二・二 二・二

二・二 二・二

一・九

二・〇

向後翻騰

十二、向前跳躍向後半翻騰。

十三、向後翻騰。

十四、向後翻騰一周半。

十五、向後雙翻騰。

十六、向前跳躍向後翻騰。

十七、轉體向後翻騰一周半。

十八、向前跳躍，向後翻騰兼半轉體。

向前屈體入水兼轉體。

十九、向前屈體入水兼半轉體。

二十向前屈體入水兼全轉體。

向後屈體入水兼轉體。

廿一、向後屈體入水兼半轉體。

廿二、向後屈體入水兼全轉體。

一·九
二·〇

一·五

二·二

二·〇

一·七
一·九

二·一

一·七
一·七

一·八

一·八
一·九

二·二
二·二

一·九

一·九

二·二

倒立入水。

廿三、倒立入水。

一·二

手躍入水。

廿四、手躍翻騰入水。

一·六 一·六

第三條 入水跳板，正式應長至少十二呎，至多十三呎，應闊二十呎，至少伸出池邊二呎，板面高於水面至少二呎六吋，至多四呎，板之支點，離板之活端至少有全板三分之一之長。

〔註〕 按經驗之給果，跳板以下述之製法最爲適宜，用二吋厚四吋闊十二呎或十三呎長之直紋槐木五塊，及二吋厚四吋闊之短板，縱橫釘合，每塊相距三吋，於離跳板活端三分之一處，適成凹點，以安支座，其餘三分之二，則用二吋厚六吋闊之短板，均分釘之，跳板之定端。應簪於地板上，而支點處即不必釘住，板上以椰皮覆墊，較橡皮爲佳。

第四條 入水比賽時水深至少二米。

第五條 屈身入水時，賽員落水之點，當在離跳板端六呎以內之水面，爲裁判員易於判

決起見，應於池底跳板端六呎處劃一界線，如賽員落出六呎以外者為劣等。

第六條 賽員應於未賽前，將自選之入水法列表呈交裁判員，交出後，即不得更改，每一賽員，不得作二種同樣之入水法。

第七條 賽員於作頭先身隨之入水法時，應以手先入水。

第十四章 入水計分法

第一條 裁判員至少須有三人以上，各據一己之判斷，按下列之標準批給分數，自半分期起，至十分止皆可，但不得互相商榷。

試行失敗者	○分
成績惡劣者	三分
成績平庸者	六分
成績佳良者	八分
成績特優者	十分

第二條 入水法之正當姿勢，裁判員及賽員可參閱附錄。

第三條 自選之入水比賽後，裁判員應先按第十三章第二條難度表中所列各種之系數，

與其所批之各該種分數相乘加得總數，而定賽員之名次。正式之入水比賽，每項至多十分，不得因其難複而增加。

第四條 裁判自選之入水比賽時，裁判員不得因所行方法之難複，而增加其標準，但應按實際而批判，賽員於不能按所定之名稱表演時，謂之試行失敗。

第五條 比賽完畢，各裁判員應總計其所記各賽員之分數，而定其一二三四之名次。如遇賽員二人或二人以上之分數相等時，應作並立計算，其次者，仍按其應得之名次排列。

第六條 名次之數目已定，各裁判員乃以此數目合計各賽員之總分，以得分最少者為優勝。如遇賽員二人或二人以上得分相同時，則集各裁判員所批之分數，分別總計，以總數多者為先。

附入水比賽難度計分表之用法

表中左方第一行，為裁判員按實際批判之分數，依半分或整分增加，至十分為最高數（參觀第十四章第一條），其餘各行，為將所批分數，與難度表中之系數乘得之總分，各行之頂排，為難度表中所有之系數（參觀第十三章第二條）。

中國與遠東及世界男子游泳最高紀錄比較表

項目	成			績			保			持		
	中	國	遠	東	世	界	中	國	遠	東	世	界
五十米自由式		二八·四秒		二六·八秒			謝葆宗		高橋(日)			宮崎康二(日)
百米自由式		一分七·二秒		一分〇·八秒		一分〇·六秒	謝葆宗		高石(日)			宮崎康二(日)
四百米自由式		六分八·八秒		五分二·四秒		四分四八·四秒	黃茂源		武村(日)			古拉布美
一千五百米自由式		二三分二九·三秒		二〇分三·四秒		一九分一二·四秒	史興隲		橫山隆志(日)			北村久壽(日)
百米背泳		一分三八·八秒		一分一四·二秒		一分八·六秒	曾榮忠		片山(日)			清中正二(日)
二百米胸泳		三分二八秒		二分五二·九秒		二分四五·四秒	馬智輝		伊路台等河(菲)			鶴田義行(日)
二百米接力		二分一二·二秒		一分四六·八秒			暨南大學隊		日本隊			

(上項紀錄如有錯誤請讀者隨時指正)

男子游泳最高紀錄比較表

最新足球規則

第一章

第一條 球員及替補員

足球爲二隊之比賽遊戲。每隊球員至多十一人。如在比賽（非錦標比賽）前，經雙方同意得用替補員入場替代受傷球員。

（註）按遠東運動會規則，每隊得用替補員兩人，但須合於下列之規定：

- 一、被取消資格之球員，不准替補；
- 二、被取消資格之球員，不得於該局中再以替補員之名義，重行入場；
- 三、已被替補出場之球員，不得重行入場，加入比賽。
- 四、替補員應替代何人，及何時入場交替，得由各隊自行決定。
- 五、替補必須待死球時行之，替補員必須先向裁判員報告，方得加入比賽。

第二條 球場之大小

球場之形式如附圖。其大小以長一百至一百三十碼闊五十至一百碼爲度。

第三條 球場之佈置

球場之四周，應有界線。在兩端者謂之端線；在兩邊者謂之邊線。邊線應與端線成直角。場之四角，各樹一旗竿；竿長至少五呎。上懸小旗一方，謂之角旗。場之中間，應劃一線，橫截球場爲二等區，謂之中線。場之中心，應作一記號，外圍以半徑十碼之圓圈，謂之中圈。

(註) 端線邊線，不得用形V之凹溝。角旗竿頂，不得成尖形。

第四條 球門

球門以一橫木架於二直柱上爲之；左右距離角旗應相等，豎於端線之上。二柱之內面，距離八碼。橫木之下邊，距離地面八呎。柱面之闊及橫木之深，至多五呎。

第五條 球門區域

距球門柱兩旁各六碼處，各劃一線；長六碼，與底線成直角。一端與端線相接，他端則以一與端線平行之橫線聯接之。在此諸線以內之地面，謂之球門區域。

第六條 罰球區域

距球門柱兩旁各十八碼處，各劃一線；長十八碼，與端線成直角。一端與端線相接，他端則以一與端線平行之橫線聯接之。在此諸線以內之地面，謂之罰球區域。距端線十二碼處，直對球門之中心，各作一清晰之記號，謂之罰球點。

第七條 球

球之圓周，以二十七吋至二十八吋爲度。球之外壳，應以熟皮爲之。球之構造，不得含有害球員之物質。

第八條 國際比賽之球場及球

國際比賽所用之球場，以長一百十碼至一百二十碼爲度，闊七十碼至八十碼爲度。球之重量，於開始比賽時應在十三英兩（盎司）至十五英兩之間。

第二章

第一條 比賽時間

比賽之時間，應爲九十分鐘；如經雙方同意，亦得更改之。

第二條 選擇球門

抽籤得勝之一隊，有選擇球門或要求首先發球之權。

第三條 發球

比賽開始時，應置球於場之中心，由發球隊向對隊方面踢出，謂之發球。球未發出前，對隊球員不得進入離球十碼以內之範圍。雙方之球員均不得越過中綫，向對隊區內前進。

(註) 發球時，未能按照本例施行，應重罰。除慈善比賽外，不得由球員以外之任何人發球。(雙方同意者不在此例)

第三章

第一條 互換球門

比賽時間至一半時，雙方應互換球門。

第二條 休息時間

上半時至下半時之休息時間，不得過五分鐘。如得裁判員之特許者，不在此例。

第三條 重行發球

某隊勝一球後，負該球之一隊有發球權。互換球門後，下半時開始時，應由上半時開始發球之對隊發球；且仍按第二章第三條執行。

第四章

第一條 勝一球

除本規則另有規定者外，凡球之非被攻隊球員擲入擊入或帶入；而自球門柱之間橫木之下穿過球門時，謂之勝一球。

(註) 擊及帶均爲用手之一種

第二條 比賽勝負

比賽時間中，勝球較多之一隊爲優勝。若比賽時間終了，而雙方均未勝球；或所勝球數相等，成爲和局。

第三條 橫木脫落

比賽進行中，如橫木因故脫落，而裁判員認爲不脫落時，球必能在橫木之下穿過球門者，仍得判作勝一球。

第四條 球彈回場內

球擊球門柱，橫木，角旗竿而彈回場內；或觸及界線內之裁判員或巡邊員者；比賽應繼續進行。

第五條 球出界

球在空中或地上越過端綫或邊綫時，比賽應即停止。

(註) 球全體越過界綫者，方爲出界。

第五章

第一條 擲球入界

球出邊綫，應由使球出界者之對隊任何球員，在邊綫上球出界處，將球擲入。擲球者應以雙足立定於邊綫上或邊綫外，面對場中，球當從頭上用雙手向任何方向擲入。擲入後，比賽即照常進行，犯上例者罰由對隊在原處擲球。

擲球之球員，於他球員未踢球前，不得再與球接觸，犯者罰任意球。

擲球入界時，球直接擲入球門者，無效。

第六章

第一條 越位

球員踢球時，其同隊他球員所立之地位，如較近於對隊球門者；除對隊有球員二人或二人以上，較其更近時，謂之越位。球員處越位之地位者，於其地位之關係未發生變化前，不得踢球；或阻礙對隊球員比賽之行動。但踢球門球，踢角球，擲球入界，及對隊球員踢球時；或同隊球員踢球時，該球員尚在本隊場區以內者；無越位。

(註一) 場之中綫兩端，距離邊綫一碼以外，可各置一旗；旗竿之長，至少五呎。
(註二) 球員處越位地位，並非犯規；但處越位地位，而有阻礙對隊球員，或影響球勢之行動，如向對手或球進行者，則必須處罰。

第七章

第一條 球門球

球被對隊球員踢過端綫，應由該端球門所屬隊之任何球員，將球置於較近出界處之球門

區域內踢球，謂之球門球。球門球踢出後，踢球門球之球員，於他球員未踢過前，不得再踢。對隊球員於球未踢出前，不得立於離球十碼之範圍以內。

第二條 角球

球被本隊球員踢過本方端綫時，應由對隊之任何球員，將球置於較近出界處之角旗竿下一碼範圍內踢球，謂之角球。角球踢出後，踢角球之球員，於他球員未踢過前，不得再踢。對隊（即本隊）之球員，於球未踢前，不得立於離球十碼之範圍以內。

（註） 踢角球時，不得將角旗移去。

第八章

第一條 守門員用手

守門員在本方罰球區域內，可以用手；但不得攜球行走。

（註一） 守門員持球在手，或將球在手中拍彈，而同時前進至四步以上者，謂之攜球行走。守門員須穿特殊顏色之制服。

（註二） 攜球行走應在第五步處罰任意球，而非十二碼球，且可向任何方向踢出。

第二條 衝撞守門員

守門員如非持球在手，或阻礙對隊球員，或在球門區域之外時，不得加以衝撞。

第三條 守門員替換

守門員於比賽中可以替換，但應先通知裁判員。

(註) 守門員替換，未曾報告裁判員；而新守門員在罰球區域內用手者應罰十二碼球。

第九章

第一條 絆踢打跳

球員不得絆人，踢人，打人，或跳起撞人。

(註) 凡將腿伸出，或全身蹲伏於對手之前或後，意存摔倒對手者，均得謂之絆人。

第二條 用手

球員不得故意用手觸球。(守門員於本方罰球區域內除外)

(註) 用手或臂玩球或擊球，均爲犯規。

第三條 推拉

球員不得用手推人或拉人。

(註) 用手或伸臂以阻礙對手，亦爲拉之一種。

第四條 撞人及由後衝撞

撞人在比賽時爲可能者，但不得過於猛烈，致生危險。球員除對手有意阻礙外，不得由後向其衝撞。

(註一) 球員轉身護球，或防止搶奪，則不論其面對本方球門與否，均得認爲有意阻礙，而由後加以適量之衝撞。

(註二) 用手，絆，踢，打，跳，推撞，及由後推撞等犯規，每能在無意中造成；若確乎出於無心，不得作爲犯規。

第十章

第一條 任意球

踢任意球時，在球未踢出前，其對隊球員除立於本方端線上外，不得立於離球十碼之範圍以內。球至少滾轉一周，（或有球之圓周相等之距離）方爲踢畢。踢出後，踢任意球者於他球員未踢過前，不得再踢。發球，（除第二章第三條之規定外）角球，及球門球均屬任意球，應按本條之規定施行。

（註）球員於踢任意球時，不肯退至規定之距離外者，應予以做告；再犯者取消其資格。

第十一章

第一條 任意球之得直接勝球者

角球及因違犯第九章各條而判罰之任意球，如直接踢入球門，作爲勝一球。其他之任意球，不在此例。

第十二章

第一條 球鞋

球員不得穿備有釘，（釘頭展入皮內者不在內）或金屬板，或其他突起物，或樹膠之球鞋，或護腿。如鞋底有皮釘或皮樑者，其厚不得過半吋；而於釘鞋底時，釘頭必須沒入皮內，皮樑應橫平，其直徑至少半吋，且不得成圓椎或尖形。球員之違反此項規例者，察出後應立即令其出場；球員出場更換後，應在比賽停止時入場，重向裁判員報檢，合格者方得再行加入比賽。裁判員經隊長之請求，得於比賽開始前或休息間，施行檢查。

（註） 鞋底以軟橡皮為飾，不為犯規。

第十三章

第一條 裁判員之職權

比賽時應有裁判員一人，其職權為執行規則及判決爭點。其判決之關於比賽結果及事實問題者，為終決。裁判員應兼作記分及計時之職。球員於比賽時有不正当之行為者，裁判員應予以警告；如再犯，或雖未先予警告而有過分之惡劣行為者，裁判員得立即令其離場；並將其姓名報告其主管機關，以憑審核辦理。比賽中因故暫停所費之時間，裁判員應將其扣算。裁判員因天色之黑暗，觀衆之擾亂，或其他關係而認為必要時，得令比

賽停止，或作爲終結；但因任何原因而中途終結之比賽，裁判員應將詳情報告其主管機關以憑審核辦理。裁判員對於球員有危險之行爲，或引起危險之行爲者，得判罰任意球；但不宜逾越其職權之範圍。比賽暫停及球出界時，球員如有犯規者，裁判員仍有管理處罰之權。

(註一) 球員在比賽中，一再違反規則；或未經裁判員之允許而私自離場，均得認爲不正當之行爲。(因傷離場者不在此例。)

(註二) 球員對於裁判員之判決，應絕對服從，不得向其質詢或爭論，或在言語或態度上作不滿意之表示。犯此者，得認爲不正當之行爲，予以警告；再犯者取消資格。球員對裁判員作侮辱之言動，應認爲惡劣之行爲。

(註三) 裁判員見球員受重傷時，應立即停止比賽，將其扶出場外，然後繼續進行。如認爲受傷不重者，則應待死球時行之。

第十四章

第一條 巡邊員之職權

比賽時應有巡邊員二人，其職權（受裁判員判決之節制）爲決定球之出界與否；應由何隊擲球入界；及作角球或球門球之判斷；且應隨時襄助裁判員按規執行，巡邊員如有阻擾或不正當之行爲時，裁判員有令其離場及指定其代理人之權；並將情形報告其隸屬機關，以憑審核。

（註一） 國際比賽之裁判員，應由中立者担任。巡邊員應由在全國最高機關註冊之足球裁判員任之。

（註二） 巡邊員之處中立地位者，見有粗劣行動或不正當之行爲發生時，應提醒裁判員；並從各方襄助之，使比賽精神純正。

第十五章

第一條 未判決前比賽照常進行

疑似之犯規，在未得正式之宣判前，比賽應照常進行。

第十六章

第一條 暫停後重行開始

比賽因故暫停後，除球出界者外，應由裁判員將球在暫停前球之所在地拋下。自球着地時起，比賽即重行開始。如球拋落後，未經任何球員接觸而出界者，裁判員應在原處重拋。雙方球員，在球未着地前，不得踢球；違者應被罰任意球。

第十七章

第一條 任意球

球員違犯第五、第六、第八、及第十各章，或因第十三章之規定而令行離場者，應由其對隊在犯規處罰任意球。

(註) 任意球，必須待裁判員發出信號後，方得執行。踢球之方向，無限定。

第二條 罰十二碼球

球員在本隊罰球區域外，或攻隊球員在守隊罰球區域內，違犯第九章各條者，應在犯規處由其對隊任何球員罰任意球。球員在本隊罰球區域內違犯第九章各條者，裁判員應予其對隊以罰十二碼球之權利。十二碼球於罰球點行之。罰時，雙方球員除踢罰球之球員

及受罰隊之守門員外，應立於球場之內，罰球區域之外，離球至少十碼之處。受罰隊之守門員，在球未踢動前，應立定於端綫上；於球未踢動前，不得移動其地位。十二碼球必須向前踢，球已踢出即照常進行，入門者作爲勝一球。但踢罰球者在他球員未踢以前，不得再踢。如遇時間正終了時，發生罰十二碼球，應延長時間至罰完爲止。如不向前踢，或踢罰球者於他球員未踢以前，再行踢球，應反罰任意球。如裁判員認爲判罰十二碼球時，犯規之一隊反能因此獲得利益者，得不按本條執行。罰球已踢入球門，不得因受罰隊有任何犯規之故，而取消之。

(註一) 守門員在球未踢動前，不得移動其雙足；否則未罰中時，裁判員得判令重罰。

(註二) 守隊球員於本方罰球區域內，有意違犯下列九項時，均得判罰十二碼球。

(一) 絆人 (二) 踢人 (三) 打人 (四) 跳起撞人 (五) 用手 (六) 拉人

(七) 推人 (八) 猛力撞人 (九) 由後撞人

(註三) 比賽時間終了後，延長而執行罰十二碼球時，若球觸守門員而仍入門者，應作勝一球。

最新男子籃球規則

游戲方法大意

籃球爲二隊之比賽游戲，每隊球員五人，各以傳擲爲方法，以擲球入籃而得分爲目的，而同時兼須防禦其對隊，使無得球或得分之機會。

第一章 球場

第一條 球場爲正長方形，四無障礙。場之面積，以長五十至九十四尺（英尺下同），闊三十五至六十尺爲度。

（註） 球場之大小，及第二條所規定之界線與障礙物間距離，如經二隊隊長之同意，得更改之。

球場之大小，應視球員之年齡而定，下列標準，尤爲最宜：

一 小學年齡，四十對六十尺；

二 中學年齡，四十八對七十五尺；

三 大學年齡，四十八對八十四尺。（遠東運動會用此大小）上列大小，指球場淨面積而言，如在戶內，四周至少尚須留十尺以上之空地。

第二條 場之四周，應以清晰之白線爲界。線闊至少二寸，與界線外之障礙物至少距離三尺。球場兩邊之長線，謂之邊線；兩端之短線，謂之端線，界線之外，最好能留十尺寬之空地。（參觀球場圖）

第三條 場之中心，應劃一半徑二尺長之圓圈，謂之「中圈」。圈內劃一與端線平行之對徑線，將對徑線左右延長至與兩邊線相交爲止，謂之「中線」。線闊二寸。在球場長度之不滿六十尺者，此線不適用。（參看球場圖）

第四條 從端線中點左右各三尺處，各向場內劃一垂直線，與邊線並行；又以端線中點內十七呎處作中心，劃一半徑六呎之圓弧，其缺口適與垂直線連接；在此圓弧及垂直線間之地面，謂之罰球區域。（參看球場圖）

罰球時爲便利球員站立分配起見，應於罰球區域之兩旁，註以「客」「主」兩字，指明主隊及客隊站立之用。（參看球場圖）

第五條 圓弧之內，應劃一對徑線，與端線並行，謂之罰球線，線闊一寸，距離端線適爲十七尺。（參看球場圖）

第二章 遮板

第一條 遮板爲裝置球籃之用，縱高四尺，橫闊六尺，以玻璃板，木板，或其他堅平之質料爲之。板面應添成白色。

第二條 遮板豎架於場之兩端，其中心與端線中點內二尺處適在同一垂直線上。板面與地面成爲直角，與端線並行，距離罰球線之遠邊爲十五尺。板之下邊，離地九尺。

第三條 遮板後面及兩旁至少三尺之距離以內，應設法攬護，勿使觀衆立近，或有發生其他阻礙之可能。

第三章 球籃

第一條 球籃以白線結成之網，懸於黑色之金屬圈上爲之。網之結構，以球落入後能受

阻而暫停者爲宜。籃口之內直徑爲十八寸。

(註) 結網之白線，以三十至六十支者爲最宜。金屬圈之對徑，不宜大於八分之五寸。

第二條 籃圈應裝牢於遮板上，圈口與地面並行，其上緣離地十尺，中心與板之左右邊距離相等，圈口內邊與板面最近處距離六寸。(圈之不用側撐，而以單柄釘於板上者，較爲合用)

第四章 球

第一條 球爲圓形，以橡皮膠實於皮囊中爲之，膽內滿儲空氣(以十三磅之氣壓爲最宜)。球之圓周以三十至三十一寸爲度，重量以二十至二十二盎司爲度。

第二條 主隊應備新球一枚或舊球二枚，經裁判員之審核認可，作比賽之用。如主隊所備者爲新球，雙方均不得用以練習。如屬舊球，則客隊得任選其一，作比賽之用，並有用以練習之權。如裁判員認主隊所備之球不合用，而客隊所有者反較佳時，有權選用客隊之球，作比賽之用。

第五章 球員及替補員

第一條 每隊應有球員五人，其中以一人爲隊長。

第二條 隊長爲全隊之代表，負領導及約束全隊遊戲之責任。比賽開始前，隊長應將本隊與賽球員之姓名號數及職位，向記錄員登記。球員在比賽中，如有更換號數之必要時，應隨即報告記錄員及裁判員。隊長於必要時，得向裁判員或檢察員請求解釋或詢問事件，但其態度宜謙恭有禮，不得盛氣相向。其他球員，除本章第三第五兩條之規定外，一概不准與任何職員交言。

第三條 替補員入場前，應先將姓名號數及職位報告記錄員；待比賽成死球時，記錄員始鳴笛通知裁判員，替補員應即在此時入場，向裁判員報告。替補員已經入場，必待比賽開始後，方得再由其他球員替補。被替出之球員，在比賽開始前，不得隨即以替補員之名義，再行入場。

(註) 替補球員時，如教練員或其他負責者均不在場，則裁判員應根據該隊隊長之證實。

第四條 每一比賽中，球員被替出場後，除因四次侵人犯規或奪權犯規而被取消資格者外，得再行加入比賽一次。

第五條 除休息時間外，球員如未經裁判員或檢察員允許，不得離場。

第六條 每球員應備有同樣號數兩個，縫於背心前後。號數字高至少六寸，以一寸闊之物料製成。同隊球員，不得用同樣號數。

(註) 球員號數，最好不用12兩字。以免職員宣告犯規者之號數時，易與罰球之數目混而不分。兩位或兩位以上之號數，亦以不用為宜。

第六章 職員及其職權

第一條 比賽職員，應有裁判員一人，檢察員一人，計時員二人，記錄員二人。

(註) 裁判員及檢察員之人選，宜求能力充足而公正無私者，至於與雙方有無關係，猶其餘事。裁判員及檢察員所穿製服，宜與雙方球員所穿者有顯明之分別，以免混雜。職員對於規則，除第一章第一條之附註及第二條，及第八章之第一條外所規定者無同意變更之權，宜注意之。

第二條 裁判員之職權如左：

- 一 令比賽開始；
- 二 決定比賽是否正在進行；
- 三 決定何時成爲死球；
- 四 決定球屬何隊；
- 五 決定球是否入籃；
- 六 判決違例及犯規
- 七 處理罰則；
- 八 承認替補員之資格；
- 九 必要時令比賽暫停；
- 十 宣告擲中，並用手指表明得分之數目；
- 十一 每半時終了時，宣告比分。

當裁判員將全局結果報告後，其職權亦即終了。

第三條 球員之犯四次侵人犯規或奪權犯規者，裁判員應令其退出比賽。

第四條 裁判員對於球場，球籃，球，遮板，計時員及記錄員之號笛等，應加以檢查，並決定其可用與否。球員之用品帶等物，認為有傷損他人之可能者，裁判員應不准其穿用。

第五條 凡規則上所未詳之點，裁判員亦有判決之權。

第六條 球員有受傷者，裁判員可令比賽暫停。球員受傷而裁判員未能見到者，檢察員亦得鳴笛停止比賽，但應否暫停，仍須以裁判員之命令為適從。比賽正在進行中，如球員有受傷者。裁判員或檢察員應待比賽告一結束後，方可宣告暫停。凡得球之一隊，已將球向籃拋擲，或球已失去後，或持球不進，或成爭球，或球出界時，均得謂之比賽告一結束。

第七條 球員或觀衆有不正當之行爲者，裁判員或檢察員均得認為犯規，加以處罰；球員有惡劣之行爲者，更得立即取消其資格。

第八條 裁判員或檢察員，對於各人職權以內之判決，不得互相責難，或置之不問。裁判員及檢察員同時對同一球員宣告犯規，而所判之罰則不同時，應依較重之判決執行。但第七章第十七條之雙方犯規，不適用此項規定。

第九條 自比賽開始至終了之間(連比賽內故暫停之時間在內)，不論在場內或場外，球員有違犯規則者，裁判員及檢察員均有判決之權，犯規者同時不止一人時，亦得一處斷，並無限制。

(註) 跳球之時，裁判員及檢察員應注意其他球員所立之地位，勿使有礙於跳球者。

第十條 裁判員或檢察員宣告球員犯規時，應將犯規者指出。如屬侵人犯規，更應用手指向其他職員表出罰球之次數，並指定應由何人罰球。

第十一條 檢察員有判決違例，犯規，球出界，及爭球之權，如爭球之地點距其較近者，應代裁判員執行跳球。檢察員應將裁判員及本人之判決，隨時知照記錄員。

(註) 檢察員之職權，經如此規定後，若與裁判員同意時，可試行「雙裁判制」，於是二人分工合作，各司場之一邊及一端，比賽或進或退，前後均受監視，足以增加裁判之效力不少。

第十二條 記錄員應登記兩隊所得之分數，與犯規及請求暫停之次數；犯規之性質如侵人或技術，亦須分別註明；任何球員之犯第四次侵人犯規者，應立即報告裁判員。主

隊所備之記錄簿，除裁判員另行指定外，應認爲正式記錄簿。每次擲中或犯規後，記錄員應互相核對其所記之結果，如發現不符之點，應立即報告裁判員，如裁判員無法校正時，應以正式記錄簿上所記者爲準。記錄員應備號笛，以爲球員替補時通知裁判員之用。

(註) 記錄員之笛聲，無停止比賽之效力。記錄員登記犯規之方法，可以簡單之字母作侵入犯規及技術犯規之標記，而於各字之下角，用1 2 3 4等號碼，註明犯規之次數

第十三條 計時員應記明何時開始比賽；按規則之規定扣算因暫停或其他原由而耗費之時間；於每半時或每節實足之比賽時間滿時，敲鐘或放槍或鳴笛報告該半時或該節終了。每半時或每節開始時或暫停後之以跳球開始比賽者，應從裁判員拋球離手時起，計算其時間。每半時或每節比賽時間之終了，應以計時員之信號爲準，如信號損壞，未能按時發出，或發而未爲裁判員所聞，計時員應速即入場通知裁判員。如在 周折之間，球適擲中，裁判員應商同計時員決定其是否有效。如兩計時員均認該球擲出前時間已經終了者，裁判員應判決該球爲無效；但如計時員二人意見不一，而裁判員亦

無法確定時，則應判決該球爲有效。

(註) 計時員最好合用一錶，置於桌上，或用其他方法安放，使能共同計核，而無不一致之弊。

第十四條 職員作任何宣判時，應鳴笛爲號。

(註) 計時員及記錄員所用之信號，其發音必須與其他職員所用者有顯著之分別。

第七章 比賽用術語釋義

第一條 球自籃口上落下籃內，或從籃中穿過，謂之『擲中』。

第二條 球員肢體之任何部份，觸及界線，或線外之地面者，謂之『球員出界』。球體之任何部份，觸及界線，或線外之地面，物件，或出界之球員者，謂之『球出界』。球觸遮板之四邊，或在遮板之頂上滾轉，但未觸及遮板之支架，而仍落於場內者，比賽應照常進行。球出界前最後觸球者，謂之使球出界之球員。

第三條 非同隊之球員二人，各以一手或雙手按球，堅持不下時，或持球之球員，因對手防衛嚴密，不能有所舉動，且無進攻之表示時，均應宣告『爭球』。

第四條 裁判員將球在非同隊之球員二人間拋起，謂之『跳球』。

第五條 比賽中合法之停頓，其耗費之時間，由計時員扣算者，謂之『暫停』。

第六條 某隊所擲之籃，爲該隊之『本籃』。

第七條 遇下列各種情形，均成『死球』。成死球時，比賽應即停止，然後依裁判員所指定之方法重行開始：

一、當裁判員或檢察員鳴笛時；

二、擲中後；

三、宣告爭球時；

四、宣告暫停時；

五、宣告違例或犯規時；

六、球出界後；

七、雙方犯規時，每一罰球後；

八、比賽時間終了時；

九、球停擱於球籃之側撐或柄上時。（重行開始時在較近之罰球線上跳球）；

十。連罰時，除最後一次外之每一罰球後。

宣告死球之時，適在球員擲籃，而球已脫手之後，若球擲中，應作有效，但在球脫手時，有擲籃者之同隊球員犯規或違例，或裁判員宣告爭球時，即使球已在空中，方始鳴笛，則球擲中，亦應作爲無效。

(註) 球觸職員，比賽應照常進行，不得作爲死球。

第八條 持球之球員，以一足立定於地上，作爲中樞，另以他足向任何方向踏出或移轉一次或數次，而中樞之足並不移動其地位或離地者，謂之「旋轉」。

第九條 球員持球在手，向任何方向作逾量之行進，之謂，「帶球跑」。球員在靜立時接球，隨以旋轉，不得謂之帶球跑，但在旋轉以後，應按下列之規定進行：

- 一 如欲運球前進，球須在中樞之足離地前脫手；
- 二 如欲傳球或擲籃得將中樞之足提起，或全身跳起，但球須在任何一足或雙足落地前脫手。

球員快跑時接球，如裁判員認該球員確已盡力設法停止，或隨即將球擲出，而無顯欲取巧蔑視規則之意志在，應予以相當寬容。

(註) 相當寬容之意義及範圍，籃球規則委員會加以解釋如下：

球員快跑時接球，最大限度，應容其在兩步內立定，或將球擲出。球入手後，一足落地，為第一步，他足向前踏定，為第二步，故若以球員落地之步聲為斷，裁判員極易辨明其是否違例，但宜注意，如雙足同時落地者，亦作二步算。球員落地後，如雙足前後分立者，旋轉時僅能以後面之足作中樞；如雙足之地位不能分別前後者，則可提起任何一足，或雙足同時跳起，以擲籃或傳球，但球須在提起之足或雙足中之任何一足未落地前脫手。

第十條 球員將球擲、拍、彈、或滾出、或從手中脫落後，未經他人接觸前，再行觸球，謂之『運球』。運球時，除得用手將球向空中拋拍一次外，必使球與地面接觸。在運球開始時，得將球向空中擲出，或運球進行中，得用手將球向空中拍擊一次。運球中，如遇球在球員一手或雙手中停止，或雙手同時觸球，運球即為終了。此時球員應行傳球，或擲籃，不得再運。合法之運球後，得繼之以旋轉。

(註) 球員在合法之運球終了後，可以擲籃，擲中者有效。擲籃未中，繼續再擲，不作運球論。

第十一條 球員與對手發生身體之接觸，而妨害其動作之自由，謂之「阻撓」。

(註) 『由後防禦』之發生身體接觸者，應作為侵人犯規。裁判員對於此種防禦方法，應特為注意。蓋守衛者用一手或雙手置於對手肩上以搶球，既非正當之法，而勢必發生身體之接觸也。

第十二條 用身體接觸阻擋非持球之對手進行，謂之「擋礙」。

(註) 擋礙既屬侵人犯規，故意義上已無「合例障礙」動作之可言。合法防止對手侵入之動作，應謂之「看守」。

第十三條 球員不顧球之方向，面對面跟隨對方球員之移動，而阻礙其進行者，謂之「對面防衛」。

第十四條 違犯規則謂之「犯規」。犯規者應受一次或一次以上之罰球。技術犯規及侵人犯規之種類分別舉述於十五章甲乙兩項。

第十五條 違反規則一次即須取消資格者，謂之「奪權犯規」。

第十六條 雙方球員同時被宣告犯規，謂之「雙方犯規」。

第十七條 一隊同時得二次或二次以上之罰球，謂之「連罰」。

第十八條 違反規則而尚未造成犯規者，謂之『違例』。

第十九條 予一隊以特殊權利，得在罰球線後自由擲籃，謂之『罰球』。

第二十條 球員作無謂之舉動，阻礙比賽之進行，謂之『延誤』。

第二十一條 比賽勝負不分，必須延長時間以決定之，此延長之比賽時間，謂之『決勝期』。

第二十二條 球隊本籃所在之半場地，爲該隊之前場。其他半場爲後場。

第八章 比賽通則

第一條 比賽開始時，應由裁判員按本章第五第六兩條之規定，將球在兩隊中鋒間拋起。全局比賽應分前後兩半時，每半時二十分鐘，兩半時間有十分鐘之休息期。

中等以下學校或程度較淺之比賽，全局應分四節，每節八分鐘；其一二兩節之間，及三四兩節之間，應休息一分鐘；其二三兩節之間（即前後兩半時間），應休息十分鐘。

球員年齡之在十四歲（實足年齡）以下者，每節應減至六分鐘，而節間休息期則增至二十分鐘。節間休息期中，球員不得離場，或接受指導，且並不交換球籃。

以上規定之比賽時間，除有特殊之理由外，不宜有何變通。

第二條 休息期終了前三分鐘，應通知二隊隊長，令其準備。後半時開始時或暫停後，如裁判員已令比賽開始，而任何一隊未能於一分鐘內出場開賽者，裁判員得照二隊均已到場時同，按規定手續進行。

第三條 客隊得選擇一籃，作其前半時內之本籃，至後半時之始，雙方互易。

第四條 球員得將球向任何方向傳，擲，拍，彈或滾，或運球。

第五條 除第十三第十四兩章之規定外，凡遇下列情形，應在中圈跳球：

一 每半時或每節，或決勝期開始時；

二 擲中後；

三 技術犯規之罰球後，或數次技術犯規之罰球時最後一次罰完後；

四 雙方犯規最後一次罰完後。

跳球時，二隊中鋒應雙足站立於中圈之本方半圓內，或其弧線上。站定後，方由裁判員將球在二人之間向上直拋，球之高度應較二中鋒之躍高度為高，而中鋒應待球達最高點而下落時，始得以一手或雙手拍擊。球被任何中鋒拍出或二人同時拍出，跳球即

爲完畢。如二人均未將球拍着而仍落下者，裁判員在原處重行拋球。

第六條 中鋒在球未達最高點時，不得拍球；球未拍出前，不得離開中圈，拍球至多兩次，球拍出後，未經其他八人中之任何一人接觸，或觸及地面或球籃遮板前，中鋒不得再行觸球。根據上述跳高時可共拍四次即每一中鋒可拍兩次。其他球員在跳球時得任意站立於場內各處，但須不致妨礙裁判員及跳球者。

第七條 在中圈以外之任何地點跳球，跳球者應立之地位，及執行之方法，與中圈跳球同。

第八條 (甲)某球隊在其後場獲球後，如該球未經觸及對方球員，或被觸及者，則該隊應於十秒鐘內，將球傳過中線。如一經觸及對方球員，或被觸及後，而球仍在後場內時，則十秒鐘規則，重行開始。

某隊已將球傳至前場後，除下列四例外，不得將球退回後場：

(一)投過籃者， (二)經過中圈或他處跳球者， (三)已經出界者， (四)球曾被對方奪去，而再行獲得者。

(乙)球隊之照上述四例情形，在前場獲球後，該球只准退回中線一次。

罰則 理由對隊球員在離違例處最近之邊線外擲入。

如不合例。傳球至後場。而球爲對方所得，則比賽繼續進行。觸及中線作過中線論（與出界例同。）

在球場長度之不滿六十尺者，第八條內各例，概不適用。

（註） 界外擲球之十秒鐘規則，由球入場時算起。如球在場內，兩隊球員，俱未獲得，而亦無趨向取奪該球時，則應由球隊之稱該球所在地爲後場者之球員負獲取該球之責；至足夠時間之等候後裁判員或檢察員即開始記教十秒鐘規則。

裁判員記數十秒鐘之時間，不宜高聲，應採用下述方法：

One Thousand One, Two Thousand Two, Three Thousand Three.....

中文可用一造成一，二造成二，三造成三……

如球員將球由其後場傳與站在中線上之同隊球員，則作過中線論。倘該球員獲球後，再傳與另一站在中線上之同隊球員時則該球作傳至後場論。即中線可作前場，亦可作後場。視傳球之地位而異。

第九條 比賽時間終了時，計時員發出信號，全局即爲終了（參閱第七章第七條）。計時員信號發出時，或正在發出前，如球員有犯規者。應延長時間，至罰球完畢爲止。

第九章 計分法

第一條 擲中一球，作爲二分；罰中一球，作爲一分，球入某隊本籃，所得分數應歸某隊。

第二條 比賽之勝負，以兩隊在全局中所得總分之多寡判分之。

第三條 後半時終了時，如兩隊所得總分相等，應增加決勝期，繼續比賽。每一決勝期爲五分鐘，（分四節比賽者爲三分鐘，）如一期結束時勝負依然不分，應再加一期，如此逐期增加，至某期內兩隊勝負判分爲止。決勝期爲後半時之額外時間，無須易籃，但每期之始，應在中圈跳球，而每期終了應予以一分鐘之休息。

中學生年齡，或較幼年齡球隊比賽之須有決勝期時，除依照本條中末句所規定者外，應以三次爲限，此種比賽倘須第二次決勝期時，在第一次及第二次之間，應有五分鐘休息，此時球員亦得離場。在第二次及第三次決勝期之間，應有一分鐘休息。若在第

二次決勝期後，仍無勝負時，除於第一次決勝期後之休息時間中，經主管人同意，採用其他方法解決勝負外，第以在第三次決勝期間，最先獲得兩分之隊爲勝利。倘在第三次決勝期間，雙方均未獲得兩分時，可依照本節中首句所規定者，經雙方之同意，另定解決勝負之方法。

第四條 任何球隊不按裁判員之命令執行，而拒絕比賽者，作棄權論。

第五條 棄權比賽之比分作二對零。

第十章 球出界

第一條 比賽中球若出界，裁判員或檢察員之立於較佳之觀察地位者，應即宣告『球出界』，並指定使球出界者之對隊球員，其所立之地位較近者，將球從界外擲入。擲球時，球員應立於球出界點之界線外，將球傳擲或滾拋與界內之球員，比賽即繼續進行。

(註) 如界線外無充分之空地時，雙方球員應與擲球者距離三尺以上。如能在界線內三尺處加劃細線一道，以作標準尤佳。

(裁判員注意) 裁判員宣告球出界時判決球屬何隊，其斷語應極明朗，使雙方球員均能聽清。如球員偶因未能明瞭斷語，以致雙方發生爭執或誤會時，裁判員應將球收去，使雙方球員有恢復其原位之機會，然後交球與應行擲球之球員，按例執行。球出界時，裁判員並無每次經手交球與擲球者之必要。

第二條 球出界時，如裁判員未能斷定使球出界之球員屬於何隊，得任選對手二人，在球出界點界線內約三尺處跳球。如球在中國或其他地點跳球時被跳球者同時拍出，以致不能分別何人使球出界，應仍在原處重行跳球。

第十一章 暫停

第一條 惟裁判員有令比賽暫停之權。成死球時，裁判員得因替補球員，准許比賽暫停。此種暫停，如所耗費之時間未過三十秒鐘者，不得計算。

成死球時，或比賽進行中由得球隊之請求暫停時，裁判員得准許隊長之請求，暫停比賽。此種暫停每次以一分鐘為限；不滿一分鐘者，亦作一次暫停計算。(此種暫停在中學年齡或以下之比賽中以二分鐘為限) 成死球時，或當得球之隊球員受傷時，或如

第六章第六條中所解釋。待對方之比賽進行告一結束時，裁判員得因球員受傷，准許暫停比賽。此種暫停，除受傷之球員在一分鐘內離場者外，應作一次計算。

如受傷球員在一分鐘離場者，則應另給三十分鐘之時間為替補之用。

發生犯規時，成為自然之暫停，例應按下法扣算耗費之時間：

- 一 技術犯規或雙方犯規，應自犯規發生時起，扣算至中圈跳球時球離手拋起時止
- 二 其他各種犯規，應自犯規發生時起，扣算至罰球時離手為止，如罰球在一次以上者，即至最後一球離手為止。

(註) 為求扣算時間準確起見，裁判員與計時員應約定某種暗號，指示起迄之時，犯規罰球時此舉尤屬重要。裁判員於罰球離手時，應用暗號，通知計時員。

第二條 全局比賽中，每隊請求暫停比賽以三次為限，但遇受傷或其他意外時，裁判員仍得接受其額外之請求。准其暫停。惟每多一次應作一次技術犯規論。

第三條 比賽因故中止，繼續比賽時應由裁判員於中止時球之所在地執行跳球；但遇發生違例或犯規後，仍應按違例或犯規之罰則施行；而比賽進行中，球在球員手內時中

止者。應由該球員在邊線外最近中止時球所在地處擲球入界。

暫停之時，及第一二兩節及第三四兩節間之休息時間內，裁判員應禁止球員作擲籃之練習。

第十一章 爭球

第一條 裁判員宣告爭球時，除本章第二條之規定外，應令爭球之二球員，按中圈跳球之方法，在爭球處假定之圓圈內跳球。

第二條 爭球之發生於罰球區域內者，應在罰球線上按中圈跳球之方法跳球。

第十二章 罰球

第一條 裁判員宣告犯規時，應立即將球取得，安放於罰球線上，或逕交與應行擲罰球之球員。

第二條 裁判員宣告侵人犯規時，應指定被侵犯之球員執行罰球；如由他人代罰，擲中者作為無效，而不論中否，均在中圈跳球，但如被指定之罰球者因傷離場時，則應由

其替補者代罰之如被指定之。罰球者並非受傷，而因被取消資格或其他原因，必須離場時，應待本人罰完後，方行替補。

第三條 因技術犯規而判罰之球，則犯規者對隊之任何球員，均有擲罰球之資格。

第四條 罰球應自裁判員將球安放於罰球線上，或交與立於罰球線上之球員手內時起十秒鐘內擲出。

第五條 罰球罰中後，除不止一次外，應在中圈跳球。

第六條 侵入犯規之罰球，未能罰中者應繼續比賽；如罰球不止一次者，則最後一球未中時，應繼續比賽。

雙方犯規之末次罰球，及技術犯規之罰球，不論中與不中，均應在中圈跳球。但如一隊受連罰，而其中至少有一次為侵入犯規之罰球者，則最後一次罰球不中時，應繼續比賽。

第十四章 違例及其罰則

凡球員之有下列行為者，謂之違例，而應受相當之處罰：

第一條 成死球時擲籃。

罰則 擲中無效。

第二條 罰球時球未觸球籃或遮板前，觸及或越過罰球線；或延遲至十秒鐘以上。

罰則 罰中無效。

(註) 一次罰球，或連罰時之最後一次罰球時犯本條者，不論罰中與否，均應在中

圈跳球。

第三條 使球出界。

(註) 如球員持球在近邊線處因被迫越出界線，此出界球裁判員應判與該球員，由線外籃球。如裁判員對於其時情形上不決時，可宣判跳球。

第四條 出界後將球帶入。

第五條 擲球入界後，未觸他球員前，再行觸球。

第六條 擲球入界時，延遲至五秒鐘以上。

罰則 對隊得擲球入界之權利(三，四，五，六，條均同。)

第七條 罰球時球未觸球籃或遮板前，進入罰球區域或觸及罰球線；或擾亂罰球者。如

球員在罰球區域旁有爭奪地位等情，裁判員應妥爲支配，使雙方利益均等。

罰則 如違例者爲罰球者之同隊球員，罰中無效，不論中否，應在中圈跳球，如違例者爲罰球者之對隊球員，罰中有效，不中者重罰一次。此重罰純爲代替原有罰球之用，如原有罰球爲侵人犯規而受罰者，則此重罰之球不中時，應繼續比賽。如雙方球員同違此例，則罰中無效，不論中否，應在中圈跳球。在罰球區域內發生魯莽舉動時，得作爲侵人犯規。如因技術犯規，或雙方犯規罰球時，球員不得排列於罰球區域之兩旁。

倘同一隊而得有一次以上之罰球時，除在末次罰球時違例者，則前節所述之中圈跳球，不得應用。

第八條 帶球跑，踢球，或用拳擊球。

(註) 踢球係指故意之動作而言，如腿或足與球之接觸，出於無心者，不得謂之違例。

第九條 罰球時並不誠意擲籃，而將球傳與他球員。

罰球後，比賽應照常進行；倘球未入籃亦未觸及籃圈或遮板，應將球給予罰球者之對

方，自近該球員所擲之籃下端線外擲球入場。

第十條 運球完畢後隨作第二次運球。但球離手後已經他人接觸，或已觸及球籃或遮板，或被對手從其手中擊落者，不在此例。

(註) 裁判員宣告此項違例時，如球尚在違例者之手內，應速即將球交與裁判員所指定之對手。

第十一條 跳球時，球未達最高點即拍，不拍而將球握住，已拍兩次後，球尚未落地，或接觸其他八人，或球籃或遮板前，再行觸球。

(註) 裁判員覺所拋之球不合例者，應重拋。如跳球者設法拍球而均未拍着，則雖任何一人於落下時將球接住，仍應重行跳球，不得作為違例。

罰則 球由對隊球員在離違例處最近之邊線外擲入(八，九，十，十一，條均同)。

第十二條 球員背對本籃，在其罰球區內持球等候過三秒鐘者。球員立定拍球，或背對本籃旋轉，均作「持球等候」論。

(註) 六尺半徑之圓弧，屬罰球區之一部份，球員觸及弧線之任何部份，作在罰球區內論。

第十三條 球在籃邊上或籃內時加以阻撓。

罰則 如在對隊籃上違例，則不論球入籃與否，均作擲中論（中圈跳球）。如在本籃違例，則不論球入籃與否，均作無效（在較近之罰球線上跳球）。

第十五章 犯規及其罰則

甲 技術犯規

凡球員之有下列行爲者，謂之技術犯規，而應受相當之處罰：

第一條 延誤比賽。延誤之種類如下：

一 球已判與對手擲入界內時，仍與球接觸。

二 對手擲球入界時，加以阻礙，（球員全身之任何部份不得伸出界外，球未入界以前不得觸球。）

三 暫停三次以後，再作停歇之請求，或球在對隊手中而比賽正在進行時，請求暫停。

四 作種種有礙比賽進行之舉動。

五 跳球時，球未拍出卽行離圈。

(註) 跳球時，球員合法站立在圈內，將球拍入其本籃，應作有效；如同時有犯上述第五例者，不受處罰。

第二條 替補員未向記錄員報告，或比賽未停止時卽入場；或未向裁判員報告而得其承認前卽參加比賽；或比賽未開始前不經裁判員轉告而直接與其他球員交談。

第三條 與職員談話，或作種種不正當之舉動。

第四條 離開球場。

第五條 已退出二次後再加入比賽。

罰則 犯以上各條者，均罰球一次。犯第五條者，並須立即取消資格。如同隊之中，同時有數替補員違犯第二條者，亦僅罰球一次，而記一次技術犯規於其隊長名下。

第六條 比賽中更換號數，而未向記錄員及裁判員報告。

罰則 犯本條取消其該局此後比賽之資格，並罰球一次。

第七條 比賽進行時，與任何一隊有關係者在旁指導。

第八條 任何球隊之關係人未得裁判員或檢察員之允許，而在比賽進行時入場。

罰則 犯以上二條者，均罰球一次，並記一次技術犯規於該隊隊長名下。

乙 侵人犯規

球員之有下列行爲者，謂之侵人犯規，而應受一次或二次之罰球：

第九條 不論任何人手中有球或無球之時，阻撓，絆，撞或推其對手。如運球者向對手衝撞，或發生身體之接觸，而絕不設法避免之，應宣告運球者犯侵人犯規。如運球者已設法躲避，而終不免發生身體之接觸時，則其間必有一人犯規，或竟成雙方犯規，但對手原立於運球者經過之路線上，而運球者強欲在其旁邊衝過時，運球者所負犯規之責任，必較其對手爲大。

第十條 障礙其對手。

第十一條 對面防衛。

第十二條 作無意識之粗暴舉動。

(註) 當球員正在擲球之際，如有對方球員無誠意阻球而行粗暴之舉動者，裁判員亦應取消該犯規者之比賽資格。

第十三條 非同隊之球員二人，正以一手或雙手奪球時，第三者衝入助奪，致與二人間

之對隊球員發生身體之接觸。

第十四條 跳球時，用任何方法妨礙其對手。

罰則 犯以上五條者，其處罰之方法如下：

一 球員正在擲籃時，對手犯以上各條者：如該球因此未能擲中，應罰二球。如該球依然擲中而有效者，則僅罰一球。如成雙方犯規，雙方應各罰一球。如同時有二人或二人以上對同一對手犯規，則罰球之次數，應依犯規者人數而定，有一人罰一球，且每一犯規者應各記一次侵人犯規。

二 除上節之規定外，每次犯規，應罰一球。

三 犯以上之任何一條者，應在該球員名下記一次侵人犯規。球員犯侵人犯規滿四次者，即失去其比賽資格，應行出場。凡關於取消球員資格之規定，應切實遵守，不得稍有通融。球員之犯本章第九，十，十一，十二，十三各條者，雖僅一次，裁判員即有取消其資格之權。

(註) 對方球員對某球員犯規，而該球員(指某球員)即在犯規發生後一瞬間，球中

籃，此籃如對於鳴笛時球之已否在空中判決上發生猶疑時，應判此球有效。

最新女子籃球規則

女子籃球遊戲大意

女子籃球爲二隊之比賽遊戲。每隊球員，以六人至九人爲限，其多寡依球場之大小而定。遊戲時，各以傳擲爲方法，以擲球入本籃爲目的，而同時兼須防止對隊得球或得分。球之從場內擲中籃者作二分，罰中籃者作一分。

第一章

甲、球場

第一條 球場爲正長方形，四無障礙。其面積之最大者，以長一百尺（英尺下同），闊五十尺爲限。大學年齡之球隊如用六人三區制，球場應長九十尺闊四十五尺。中學年齡者，應長七十尺闊三十五尺。

（註）本章第一條及第二條甲所規定之界線與障礙物間距離，如經二隊隊長之同意

，得更改之。

球場長度不足七十尺，或面積不及三千二百方呎者，宜用一道區線，將全場分爲面積相等之二區，區線應與端線並行。二區制球場之長，在六十尺或六十尺以下或面積不及二千一百方呎者，用於中學年齡爲最宜。

第二條 (甲) 球場四周，應有清晰之界線，線闊至少二寸。界線距離場外之障礙物至少三尺。球場兩端之短線，謂之端線，兩邊之長線，謂之邊線。

(乙) 球場之面積如與健身房之面積相等，其端線及邊線仍需照劃，線之內邊，應離牆二寸(參閱第六章第四條)。

(註) 最好能在界線內三尺處另加一道細線。

(丙) 全場應按本章第一第二兩條用區線分成相等之二區或三區，區線應與端線並行。

(丁) 區線應闊十二寸，如用兩並行線留出十二寸(連線)闊之中立區，亦可適用。

(戊) 場之中心，應劃一中圈，其半徑爲三尺。(參看球場圖)

(己)距端線內邊十七尺呎劃一罰球線，與端線並行。線長二十四寸，闊一寸。其中點正在端線中點之垂直線上。

(庚)距端線中心左右各三尺(連線)處，各向場內劃一垂直線，與端線成直角。又以罰球線中點爲中心，劃一半徑六尺(連線)之圓弧，其缺口適與垂直線連接，在此兩直線及圓弧內之地面，謂之罰球區域。(參看球場圖)

乙、遮板

第一條 遮板爲裝置球籃之用，橫闊六尺，縱高四尺，以厚玻璃木板，或其他能永保堅平之質料製成，板面須成一色而無刻劃。

第二條 遮板豎架於球場之兩端，與地板成直角，平行端線，其下邊離地九尺。

除球場長度之過小者，遮板架於牆上外，板之中心，應在球場內距離端線中點二尺之垂直線上。

第三條 遮板四圍至少三尺以內，應設法攬護，勿使觀衆立近，或有發生其他阻礙之可能。

丙、球籃

第一條 球籃以線網或其他質料結成之網，懸於內直徑十八寸之金屬圈上爲之。

第二條 籃圈應用平伸之短柄，牢裝於遮板上，圈口與地面並行，其上沿離地十尺，離遮板之下邊一尺，其中心，距離遮板之兩邊各三尺，圈口內邊與遮板正面最近處距離六寸。

丁、球

第一條 球爲圓形，以橡皮膽實於皮囊中爲之，其圓周以三十至三十一寸爲度，重量以二十至二十二盎司爲度。

第二條 主隊應備新球一枚或舊球二枚，經裁判員之審核認可，作比賽之用。如主隊所備者爲舊球，客隊得任選其一，作比賽之用，並有用以練習之權；如屬新球，則雙方均不得用以練習。

第二章 球隊

每隊球員，以六人至九人爲限，其中以一人爲隊長。替補員人數無限制。

第三章 職員及其職務

比賽職員，應有裁判員一人，檢察員一人，計時員二人，記錄員二人。

(註一) 裁判員及檢察員之人選，宜求能力充足而公正無私者，至於與雙方有無關係，猶其餘事。裁判員及檢察員所穿制服，宜與雙方球員所穿者有顯明之分別，以免混雜。職員對於規則，除第一章甲第一條之附註，及十章甲第一條所規定者外，無同意變更之權。裁判員與檢察員，如經雙方隊長之同意，得於後半時起互易職司。

(註二) 如用中圈擲球法則除原有之職員外，應另派一人，司管何隊發球之記號，法用大紙板一塊，兩面各寫一球隊隊名，使職員及球員在場之中區者認識甚易，當發球後，該員應將紙板翻轉，俾裁判員及球員即能領會下次發球權屬於何隊。

裁判員欲施判告時，應鳴笛宣告罰規，得分等判決，使各球員，記錄員，計時員及觀衆聽悉無遺。

(註) 每比賽各職員，應各備不同音調之叫笛。

甲。裁判員

主隊有選請裁判員之權，但須於比賽日之先，徵得客隊之同意，否則失去其選請之權利。

第一條 裁判員之職權如左：

- 一、令比賽開始；
 - 二、決定（一）比賽是否正在進行；（二）何時成爲死球；（三）何時成爲爭球；（四）球應屬何隊；（五）球是否入籃；
 - 三、宣判犯規及執行罰則，如有侵人犯規，應用右手舉起以表明之；
 - 四、警告犯規球員，或取消其比賽資格；（參看第三章丁第一條內（一）（二）（三））
- （註）在可能時，警告之職權宜由檢察員施行。
- 五、承認替補員之資格；替補費時愈少愈佳。
 - 六、必要時令比賽暫停；
 - 七、宣告擲中；
 - 八、每半時終了時，宣告比分。
- （註）當裁判員將全局結果報告後，其職權亦即終了。

第二條 球員已犯三次侵人犯規，或五次技術犯規，或侵人犯規及技術犯規總數已滿五次者，或犯奪權犯規者，裁判員應即通知該球員，而該球員亦即失去其比賽資格。

第三條 任何球員有犯違背運動道德之行為者，裁判員應有權宣判其犯規。

第四條 經裁判員通知繼續比賽後，球隊之不遵行者，裁判員有權宣告該隊棄權。觀衆有不正當之行為者，裁判員有中止比賽之權；或令比賽停止五分鐘，以待秩序之恢復，如五分鐘後秩序仍難恢復，比賽應即中止。每局比賽中，因此而停止者不得過兩次，如第二次停止後，秩序仍不能維持，比賽應即中止。

第五條 凡規則上所未詳之點，裁判員亦有判決之權。

乙、檢察員

客隊有選請檢察員之權，但須在比賽日之先，徵得主隊之同意，否則失去其選請之權利。

第一條 檢察員有判決違例及犯規之權，但須認明其地位，係襄助裁判員之職員。

第二條 檢察員應：

(一) 將裁判員及本人之判決，隨時知照記錄員；

(二) 依不准在場外指導之規則，切實執行；

(三) 警告球員，及通知裁判員如某球員已失却比賽資格（參看第三章甲第一條（四）

註）

(四) 於裁判員質詢時，助其作種種判決；

(五) 執行跳球，及注意其所在之半場內各種出界球規則；

(六) 在場上作適當進退移動，以照應裁判員之不易見之違例及犯規如：

(a) 宣告越線，尤宜注意於後場者。

(b) 於罰球時，注意罰球區域四圍之球員。

(c) 於裁判員執行跳球時，注意兩球員手之動作。

丙、裁判員與檢察員

第一條 裁判員或檢察員，對於各人職權以內之判決，不得互相責難，或置之不問。

(註) 裁判員與檢察員，最好在比賽前商定如何合作之方法，為裁判者更宜向檢察

員說明其所希望襄助之點。

裁判員及檢察員同時對同一球隊宣告犯規，而所判之罰則不同時，應依較重之判決執

行。同一動作中，犯規者不止一人時，得一一加以處罰，並無限制。

第二條 球員有受傷者，裁判員應令比賽暫停。球員受傷而裁判員未能見到者，檢察員亦得鳴笛停止比賽，但應否暫停，仍須以裁判員之命令為適從。

第三條 裁判員或檢察員宣告球員犯規時，應將犯規者指出，並須宣告何種犯規。

第四條 自比賽開始至終了之間（連比賽因故暫停之時間在內）不論在場內或場外，球員有違犯規則者，裁判員及檢察員均有判決之權。

丁、記錄員

第一條 紀錄員應：

(一) 互相合作，用同一記錄簿，由一人為正記錄員，登記雙方得分之多少，與犯規及暫停之次數，另一人從旁校正之。每比賽中記錄員職務，不得更換。客隊有選定正記錄員及正計時員之權，主隊供給其副手，記錄時應將侵人犯規及技術犯規分別記明。

(二) 球員犯二次侵人犯規，或四次技術犯規，或其侵人犯規及技術犯規之總數已有四次時，記錄員應立即報告裁判員，轉向該球員警告。

(三)至球員犯第三次侵入犯規，或第五次技術犯規，或其侵入犯規及技術犯規之總數已滿五次時，記錄員應向裁判員報告，裁判員乃得根據此報告而取消該球員之資格，(參看第三章申第一條(四)註及第七章第五條註)

第二條 記錄員所記之成績，應作為正式之成績。如記錄中發現不符之點，應於發覺後第一次宣告死球時，向裁判員報告，聽其公斷，否則裁判員惟有以較小之比數為準，但裁判員有其他方法可以證明確實之比數，而無須記錄員之參商時，亦得據實決斷之。

第三條 記錄員應備號笛，作通知裁判員之用。

(註) (一)記錄員之笛聲，無停止比賽之效力。

(二)替補球員，由記錄員鳴笛通知，但必須在死球時。

戊、計時員

計時員應記明何時開始比賽；按裁判員之命令，扣算比賽因故暫停而耗費之時間；於每節實足之比賽時間滿時，計鐘或鳴笛報告該半時或該節終了。

每節比賽時間之終了，應以計時員之信號為準。如信號損壞，未能按時發出，或發而未

爲裁判員所聞，計時員應速卽入場通知裁判員。如在此周折之間，球適擲中，裁判員應商同計時員決定其是否有效；如兩計時員均認該球擲出前時間已經終了者，裁判員應判決該球爲無效；但如計時員二人意見不一，而裁判員亦無法確定時，則應判決該球爲有效。

兩計時員中，應以一人爲正式計時員，司管時錶及發信號。

(註) 計時員最好合用一錶，置於桌上或懸於牆上，便能共同計核，而無不一致之弊。每節之最後二分鐘內，計時員宜立近檢察員，如在場之邊線中點等處，使檢察員對於時間終了時球之地位，易於辨清，以助裁判員判決得分之準確。另備跑錶一具，作計暫停時間之用。

第四章 比賽用術語釋義

甲、擲中

第一條 前鋒在其場區內將球從籃口上擲入籃內，謂之「擲中」。

(註) 如球從籃底向上穿過，而後再從籃口落入者無效。

第二條 不合例擲中(參看第十一章第二條)。

第三條 球隊目的投擲之籃，謂之本籃。

第四條 a 罰中(參看第九章第一條)。

b 不合例罰中(參看第十一章第一條)。

乙、死球

遇下列各種情形，均成『死球』。成死球時，比賽應立即停止，然後依裁判員所指定之方法重行開始：

一、擲中後(中圈發球)；

二、球出界時；

三、宣告爭球時；

四、宣告暫停時；

五、宣告違例或犯規時(除第十二章甲第二條及乙第四條註)；

六、比賽時間終了時(除第十章甲第四條)；

七、球停攔於球籃之側撐或柄上時，或觀衆在擲籃時有阻撓之舉動時；

八、非擲籃時，有觀衆阻撓球之進行時；

九、雙方犯規之每一罰球後；

十、某隊同時有二種犯規，被罰二球之第一球罰完後；

十一、對擲籃之球員犯規，被罰二球之第一球罰完後；

十二、不合法之罰球後（除第十一章第一條之罰則）。

丙、球術

第一條 球員與球接觸後，將球向上拋或拍起，使球之底端高出頭上，而於球未着地或被其他球員接觸前，再與球接觸，謂之『挑球』。

（註） 球員將球向中拋拍一次以上，而每次均由原人將其接住或觸及，或拋連之時，球之高度未能超出拋球者之頭上，謂之『不合法之挑球』

（註） 連續擲籃，不得謂之挑球或拍球。球員挑球或拍球後，得隨即擲籃。

第二條 球員得球後，向地上拍擊一次，而再將球接住或與球接觸，謂之『合例之拍球』。拍球時，球彈起之高度，至少與拍球者之膝部相等。球員擲球後，或拍球後，或球從手中脫落後，或與球接觸後未經他球員接觸前，再與球接觸，均屬此例。

(註) 球在地上彈躍一次以上，而被原人接住或觸及，或球彈起之高度未能與其膝部相等或較高者，謂之『不合例之拍球』。持球觸及地板，不作拍球論。

第三條 球員使球在地上反彈一次，而間接傳與他球員，謂之『反彈傳球』。

(註) 球員或先自拋球或拍球後，仍得用反彈傳球法將球傳與他人。

第四條 持球之球員，以一足(旋轉足)立定於地上，作為中樞，另以他足向任何方向踏出或移轉一次或數次，謂之『旋轉』。

球員持球旋轉後，將球傳拍，或擲籃時，其旋轉或可離地或可跳起，但在其單足或雙足未着地前，球必須離手。

丁、違例

違例屬違犯規則之一種。犯者，罰由對方界外擲球。

第一條 球員身體之任何部份或衣服，觸及區線彼方之場地，謂之『越線』。

第二條 球員在場內持球過三秒鐘，而不將球擲出或拋出，或球員在界外持球過五秒鐘，或在罰球時在罰球線上持球過十秒鐘者，均謂之『挾球』。

第三條 球員持球向任何方向作逾量之行進，謂之『帶球跑』。

(註) 球員快跑時接球，如裁判員認該球員確已盡力於二步內停止或將球擲出者，應予以相當之寬容。

(註) 詳細違例種類及其罰則，參看第十一章。

戊·犯規

違犯規則，謂之犯規；犯者應受罰一次或二次之罰球。

雙方球員同時被宣告犯規，謂之『雙方犯規』。

第一條 除障礙外，凡犯規之不發生身體接觸者，均謂之『技術犯規』

(甲) 越防球：觸及球之已為對方球員所獲住者。

(乙) 越防對方獲球之球員：

(一) 對手在場角時，用雙臂在其前面防守。

(二) 『夾圍』二人在兩面前，將持球之對手包圍。

(丙) 球員作無謂之舉動，阻撓比賽之進行，謂之『延誤』。(參看第十二章甲第一

條A)

(註) 詳細技術犯規種類及其罰則，參看第十二章甲。

第二條 凡阻撓，障礙，絆人，推人，撞人，抵觸以及種種無謂之粗暴舉動均謂之『侵人犯規』。

(甲)用身體之接觸，擋礙對手已開始之拍球，挑球或反彈傳球動作之進行者，謂之『阻撓』。

(乙)球員持球時或在拍球或挑球時，用球或身體觸及對手者，謂之『撞人』。用球推人，藉以躲避對手之舉動，亦屬此例。

(註) 如同時有阻撓及撞人之犯規發生時，應判雙犯規。

(丙)阻擋非持球之對手之進行，謂之『障礙』。

(註) 向非持球之對手，張開雙臂，以阻礙其進行，亦屬此例。

(丁)球員用身體接觸向對手防衛，或其手肘，或身體在非持球之對手之體肢上接觸過久者，謂之『牽絆』。

第三條 作粗暴之舉動，而須取消其比賽資格者，謂之『奪權犯規』。

第五章 計分法

第一條 擲籃獲中之球作二分。罰中之球作一分計算。

第二條 比賽之勝負，以兩隊在全局中所得總分之多寡判分之。

第三條 比賽時間終了，而雙方所得分數相等，其比賽應作有效。

(註) 因上舉規定，在女子錦標聯賽中，每比賽之獲勝隊得積分二分；如比賽和局，則每隊得積分一分。積分總數最多之隊，獲聯賽錦標。遇結束時，兩隊積分相等時，則應舉行決賽一次，以定錦標之誰屬。

如在淘汰制比賽中遇和局時，則應徵兩隊之同意，擇期舉行第二次比賽。如欲判分數相等時之勝負方法，應由雙方隊長在比賽前預為規定。

第四條 棄權比賽之比分為二對零。

第五條 未終局之比賽，比分應作零對零。

第六章 球出界

第一條 出界

(甲) 球員肢體之任何部份，觸及界線外之地板或其他物件，謂之「球員出界」。

(乙)球之任何部份，觸及界線外之地板或其他物件，或該球被站在界線外之球員所觸及，謂之『球出界』。球出界線前，最後觸及該球者，即爲使球出界之球員。

第二條 比賽中球若出界，裁判員或檢察員，應即宣告『球出界』，並指定使球出界者之對隊球員，在球出界點之界線外，將球擲或拍與界內之球員。球出界後擲入時，如有遲誤之行爲，應認爲『延誤』比賽。

(註) 如界線外無充分之空地時，雙方球員，除擲球者外，不得立近界線三尺以內。如能在界線內三尺處，加劃細線一道，以作標準尤佳。

第三條 球出界時，如裁判員或檢察員未能斷定使球出界之球員屬於何隊，得任選對手兩人，在球出界點界線內三尺處跳球。

(例外) 如上例發生於籃下六尺以內者，跳球應改在罰球線上或罰球線之延長線上行之。

第四條 端線或邊線之在牆內二寸者則出界球須：

(一) 球觸牆面；

(二)持球球員之足離地而抵於牆上者。

第七章 暫停

第一條 暫停比賽，可在兩隊各無利弊之時行之。(死球時)如因球員受傷，則隨時可行。

第二條 惟裁判員有令比賽暫停之權。除因球員受傷時，暫停時得有五分鐘外(此暫停屬於球隊或屬於裁判員，應由裁判員決定之)，其餘由隊長請求之暫停時間，不得過二分鐘。

(註) 每局比賽中，如經隊長請求，而由裁判員令比賽暫停之次數，超過二次以上，則每多一次請求，該隊應受『延誤』之處罰一次，並於該隊隊長名下記一次技術犯規。

第三條 由裁判員宣告暫停者(非經球隊之請求者)：

(甲)遇球員受傷而宣告暫停，則繼續比賽時，應將球授與宣告暫停鳴笛時該球所屬之球員，在其原立地位發球。

(乙)如宣告暫停時球在界外，則應同出界球規則開始比賽(參看第六章)。

(丙)如因犯規而宣告暫停者，由罰球時起繼續比賽。

(丁)其餘宣告暫停後，繼續開始比賽時，應在停止時球之所在地，令相近之二隊球員跳球。

(例外) 如停止時在籃下六尺以內者，則應在罰球線上跳球。

第四條 雙方犯規時應將時間扣算。

第五條 球員被取消比賽資格，及其替補員入場所耗之時間，應扣算。如可能時應即從犯規時算起，至開始罰球為止，此暫停時間屬於裁判員。

(註) 記錄員應隨時注意各球員犯規次數，俾能立即發見取消比賽資格之球員。

第六條 替補球員時，應將時間扣算。該暫停時間除第十章乙第三條規定外，應記屬於裁判員。

第八章 爭球

第一條 非同隊兩球員，同時置手於球上時，謂之『爭球』。

第二條 宣告爭球時，裁判員應獲持該球，令爭球之二球員，按中圈跳球之方法，在爭球處假定之圓圈內跳球。

(例外) 如在籃下六尺以內成爭球，則應在罰球線或其延長線上跳球。

(註) 三區制之比賽，如遇中鋒與前鋒或後衛，隔線成爭球時，應由裁判員指定一中鋒之對手，與該爭球之中鋒跳球。

兩區制比賽，如遇隔區線上發生爭球時，則由兩球員用中圈跳球法，在該處舉行跳球。

第九章 罰球

第一條 予一隊以特殊權利，得在罰球線後自由擲籃，謂之『罰球』。

第二條 裁判員宣告犯規時，應立即將球取得，安放於罰球隊之罰球線上，而罰球者必須在球放定後十秒鐘內執行之。

第三條 罰球罰中後，應在中圈跳球使比賽開始。

第四條 罰球未中，則除下列二項之規定外，比賽得繼續進行：

一 雙方犯規時，第一球罰完後成死球，第二球罰完後在中圈跳球。

二 罰球不止一次者，除最後一次未能罰中時，比賽應繼續進行外，先罰之各球罰完後，不論中與未中，均成死球。

(註) 尚有例外及可能之違例與罰則，詳第十一章第一條。

第十章 比賽通則

甲、比賽

第一條 比賽開始時，應由裁判員按本章內第一第二兩條，將球在中圈跳球或交中圈擲球。既用跳球或擲球後，則全局比賽中，應始終採用同一方法。全局比賽，應分四節，每節八分鐘。第一二兩節之間，及三四兩節之間，有二分鐘之休息期，第二三兩節之間，有十分鐘之休息期。上列之規定，為實際之比賽時間，如經雙方隊長及裁判員之同意時，亦得更改之。二分鐘之節間休息期內，未得裁判員之准許球員不得離場，或接受指示，且雙方無須易籃。

每節開始時，應在中圈跳球或擲球，但遇暫停時或節間休息期內，有犯規發生時，則

應從罰球起。比賽即行開始，如罰球未中，比賽應繼續進行，如罰球罰中，則仍應在中圈跳球或擲球。

第二條 自裁判員宣告比賽後十分鐘內，雙方球員必須登場準備開始，如時間已過，而僅有一隊準備妥當者，該隊即為得勝，其對隊為棄權，如雙方球員均未到齊，則先到齊之一隊，應再待五分鐘，使對隊有齊集球員之機會，然後方可因其球員不齊，而請求判作棄權。

休息期終了前三分鐘，應通知二隊隊長，令其準備。後半時開始時或暫停後，如裁判員已令比賽開始，而任何一隊未能於一分鐘內出場開賽者，裁判員得照二隊均已在場時間，按規定手續進行。

第三條 (甲)中圈跳球 前半時開始前，客隊有任擇一籃為本籃之權。校內課外運動比賽時，得由雙方隊長用抽籤法，決定選擇本籃之權。後半時開始時，雙方應互易球籃。

(乙)中 擲球 抽籤獲勝之隊長，得選擇其本籃，或其中鋒在開始比賽時，在中圈發球之權。全局比賽中，遇球在中圈開球時，由兩隊中鋒輪流發球。

第四條 比賽時間終了，計時員發出信號時，全局即爲終了。計時員信號發出後，比賽應立即停止，如信號發出適在球員擲籃，而球已在空中時，則應延長比賽時間，至球中或不中籃爲止。

計時員信號發出時，或正在發出前，如有球員犯規者，應延長時間，至罰球完畢爲止。

乙、球員及替補員

第一條 六人三區制之遊戲，每隊球員職位之支配，當以二人爲中鋒，二人爲後衛，二人爲前鋒。六人二區制之遊戲，應有前鋒及後衛各三人，而指定前鋒中之任何一人，爲中圈跳球者。

(註) 每一球員，均應於背心之後備一四寸高之號碼，號碼之顏色宜求顯明，使職員易於辨認。

(甲) 除前後兩半時比賽時間終了外，球員如未經裁判員或檢察員允許，不得離場。除兩半時間之休息期間外，球員不得離場。暫停時或節間休息期中，球員得離開本區，但仍不得出場。

(乙)三區制之中鋒與後衛，及二區制之後衛，無擲籃之權利。(參看第十一章第二

條乙)

第二條 隊長爲全隊之代表，負領導及約束全隊遊戲之責任。比賽開始前，隊長應將本隊與賽球員，及替補員之姓名號數及職位，向記錄員登記。全隊之中，惟隊長於必要時，得向職員請求解釋或詢問事件，但其態度宜謙恭有禮，不得盛氣相向。如隊長因故不能身與比賽時，應指定一人代行其職責，至原任隊長入場爲止。

(註)(一)替代之隊長，負受前隊長所有之球隊技術犯規。

(二)如隊長受犯球隊技術犯規滿五次，則該球隊失却遵守規則之精神，應取消其比賽資格，作該隊棄權。

第三條 裁判員承認替補員後，應宣告『暫停』，通知被替之球員離場；如替補球員費時過三十秒鐘者，則算該隊一次『暫停時間』。

如兩隊同時替補球員，則應給予一分鐘之寬限時間。一分鐘到後，球隊之不出場比賽者，應算該隊一次『暫停時間』。

替補員已經入場，必須實際參加比賽後，方得再由他人替出。被替出之球員，除被取

消資格者外，僅得再行加入比賽一次。

丙·發球開賽

第一條 遇下列情形，應在中圈發球；

(甲) 每節開始時(除第十章甲第一條)；

(乙) 擲中後(除罰球時守衛違例)；

(丙) 雙方犯規最後一次罰球後；

第二條 (甲) 中圈發球時爲：

(一) 中圈跳球者，兩隊中鋒應雙足站立於中圈之本方半圓內。其他球員得立於其本區之任何地點，但須不致妨礙裁判員檢察員或中鋒。

(註) 二區制時，每隊中鋒應站在其較近本籃之半圓以內跳球。

(二) 中圈擲球者。獲發球權之中鋒，應站在中圈之本方半圓處，準備接取裁判員之擲球。在中鋒未發球前，中區內各球員應站在中圈以外；但可用合法之防衛。

(乙) 裁判員向中圈發球時爲：

(一) 中圈跳球者 將球在兩中鋒間向上直拋，球之高度應較兩中鋒之躍高度爲高。

裁判員始鳴笛爲號，使中鋒競相拍擊。如跳球者均未跳起拍球，裁判員應重行拋球，並令跳球者必須跳起。如仍不跳者，作『技術犯規』論。如球落下時而二中鋒均未拍得，則裁判員應在原處重行拋球如球被任何人拍出界線，應按球出界之規定施行（參閱第六章）。不論中圈或任何地點跳球，均應將球拍出，不得用手接取。跳球之球員，在球未着地前，或未觸及跳球者外之任何球員前，不得接球，但連續拍球一次以上，不爲犯規。

(二) 中圈擲球者 裁判員應將球授或擲與獲發球權之中鋒，及球爲該中鋒獲得後，即鳴笛開始比賽。

(註) 裁判員站在中圈與邊線之間，將球擲與中鋒，此法較爲公允。

中鋒獲球後應於五秒鐘內，（自鳴笛時起）將球用任何方法開始傳擲，但未觸及其他球員前，不得重行觸球。

(註) 中鋒在擲球前可作『旋轉』動作，但須雙足留在中圈內。笛聲發出後，須經兩次傳球，完畢後前鋒方可擲籃。

第三條 裁判員或檢察員在中圈以外之任何地點跳球時，跳球者應立之地位，及執行之

方法・與中圈(三區制)跳球同。

第四條 (甲)倘球攔住在球籃之撐腳上，或正在擲籃時，被一局外人阻滯進行時，該球應由擲球者與對方球員(此球員由裁判員選擇之)在罰球線上跳球。

(乙)倘球被局外人在非擲籃時阻滯進行，則該球應由裁判員選擇每隊球員一人，在阻滯地點離邊線三尺處執行跳球。

丁、持球

第一條 球員接球，必須用雙手行之，接住後，則不論其用隻手托球或擲球，均為合法。

(甲)非同隊之球員二人，同時以雙手按於球上，謂之「爭球」。

(二)某球員以為與一對方球員成爲爭球，而將手按在球上，但裁判員認爲該球員(指某球員)得球在後時，則該球應判與其對方球員在最近之邊線外擲入。因此判決之擲球，其對手得加以防衛。

(註) 指導員及比賽職員，最好能利用此等機會，以鼓勵球員之運動精神，因球員大都能自知何人先將球接住，若必待職員之判決，結果每使比賽呆遲，而乏

活躍精神。

(二) 球員已按第一條之規定將球接住後，如其對手再將手加按於球上，該對手即爲犯規。

(註) 球員與對手同時接球，致球被對手接住之時，亦與球接觸，苟能隨即放開，不作犯規論。

(乙) 任何隊之球員，已與其對手成爭持之局勢時，其他雙方之任何球員，不得再行觸球，違者成犯規。

(註) 同隊之球員二人，若非與其對手爭持之時，同時將手按於球上，不爲犯規。

第二條 球員將球接住後，必須於三秒鐘內擲出，如接球時球員跌在地上，則此三秒鐘應從其站起後計算。球員跌倒後，如不隨即站起，可認作有意『延誤』。

第三條 球員得將球向任何方向試擲，挑，拍，或擊等動作。拍球以一次爲限。挑球亦只限一次。拍球與挑球兩術不得連接應用。

(註) (一) 關於連續擲籃，參閱第四章丙第一條附註。

(二) 每次拍球或挑球時，球員在球離手後起，至再與球接觸時止，得任意前

進，其步數無限止。

第四條 球員應將球擲或拍與他球員，或竟向籃拋擲，不得互相遞交。球員擲球，必須在單足或雙足站立時，或跳起時行之。

第十一章 違例及其罰則

凡球員之有下列行為者，謂之違例，應受相當之處罰：

第一條 (甲)罰球時，球未觸球籃或遮板前，或顯然不能擲入以前，越過罰球線者。

(乙)罰球時，球未觸球籃或遮板前，或顯然不能擲入以前，進入罰球區域，或有擾亂罰球者之行為者。

(註) 如球員在罰球區域旁有爭奪地位等情，裁判員應妥為支配，使雙方利益均等。

罰則(第一條甲、乙)：

一、如違例者為前鋒，罰中無效，球交守衛在邊線外擲入。如罰球未中，球為前鋒所獲或成爭球時，應宣告死球，球交守衛由邊線外擲入。如球為守衛所得，則

比賽繼續進行。

二、如違例者爲守衛，罰中仍作有效，球交前鋒在邊線外擲入。如罰球未中，球爲守衛所得或成爭球時，應宣告死球，球交前鋒由邊線外擲入。如球爲前鋒所得，則比賽繼續進行。

三、如雙方球員均有違例者，則罰中無效，球在罰球線上跳球，不中時比賽得繼續進行。

(丙)罰球時延誤時間過十秒鐘者。

第二條 (甲)從界外擲籃。

(乙)任守衛或中鋒(三區制時)職者擲籃。

罰則(第一條丙第二條甲乙)：

擲中無效，球由對隊界外擲入。如不中時，比賽照常進行。

(丙)成死球時擲籃。

罰則(第二條丙)：

擲中無效，照裁判員或檢察員之原有判決進行比賽。

第三條 (甲)使球失界。

(乙)從界外帶球入場。

(丙)擲球入界後，球未觸及其他球員前，再與球接觸。

(丁)擲球入界時，延遲過五秒鐘者。

罰則(第三條甲乙丙丁)：

一、對隊得擲球入界之權利。

二、如第三條甲中爲雙方違例，則由裁判員或檢察員任擇每隊球員一人。在遠例地

點離周線三尺處跳球。

第四條 (甲)用足踢球。

(乙)用拳擊球。

(丙)在地上滾球。

(丁)帶球跑。

(戊)拍球一次以上，或不合例拍球。

(己)挑球一次以上，或不合例挑球。

(庚) 拍球與挑球連續舉行。

(辛) 將球授交其他球員。

(壬) 非站立時或跳起時擲球。

(癸) 球在隻手或雙手中持定過三秒鐘者。

(註) 如球員跌倒，則三秒鐘自其站起後算起。

第五條 除有身體接觸或延誤比賽之行爲外，違犯跳球之規則者。

(違例參看第十章丙第二第三條)

(延誤參看第十二章甲第一條甲(一))

(身體接觸參看第十二章乙第三條)

第六條 身體之任何部份，觸及區線彼方之地面。

(註) 球員將上體或伸手至區線彼方，以接球或拾球，不算違例。

(例外) 球員在對手得球時越線，若按例處罰，反於得球之一隊爲不利者，得不按

本條執行。

罰則(第四，五，六條)：

(甲)球交對隊球員，在違例鳴笛時球之所在地邊線外擲入。

(乙)如屬雙方違例，則由裁判員任選每隊球員一人，執行跳球（鳴笛時與球最近之二人）。

第十二章 犯規及其罰則

甲、技術犯規

凡球員之有下列行為者，謂之技術犯規，應受相當之處罰：

第一條 (甲)延誤比賽：

(一)中圈跳球時，裁判員命其跳起而仍不跳者。

(二)擅自更調守衛與前鋒之職位，而未報告裁判員及記錄員者。

(三)替補員未向記錄員報告，及未得裁判員之承認前入場（被罰後，該球員即作已經承認論）。

(四)未得裁判員或檢察員之允許，私自離場。

(五)得球跌倒，而不即站起者。

(六) 罰球時不向籃擲去，而傳與他球員（罰球必須誠意向籃拋擲）。

(七) 不按第十章丁第一條之規定，而於對手得球時，仍將手按於球上者。

(八) 已成爭球時，第三者加入觸及該球者。

(九) 球已判給對手後，仍與球接觸，以致延誤比賽。

(十) 無故延誤拾取界外球之時間。

(十一) 作種種無謂之舉動。

(乙) 擊拍對手手中所持之球。

(丙) 對手已有他球員向其防衛，而再加入守禦，或對手在場角時，張雙臂在其前面

防守。（參看第四章戊第一條(乙)）

(丁) 觸及對手非在擲籃時所持之球。（參看第四章戊第一條(甲)）

罰則(第一條甲—丁)：

犯者記一次技術犯規，罰由對方擲罰球一次。

第二條 在對手正在擲籃時犯技術犯規者。

罰則：犯者記技術犯規一次，如對手擲中，罰球一次，如不中時，罰球兩次。

(註) 參閱第十二章乙第四條註。

第三條 (甲) 在比賽進行時，與任何一隊有關係者，在旁指導，或未得裁判員或檢察員之允許，或非在休息時間內任意入場。

(註) 暫停時或節間休息時，亦均不准有指導行為。

(乙) 每隊隊長請求暫停二次以上者。

罰則 (第三條甲乙)：

犯者罰球一次，並在犯規隊之隊長名下記一次技術犯規。罰中者在中圈跳球，未罰中者，繼續比賽。此項犯規，應記入隊長之犯規次數中，故與取消資格有關。

乙、侵人犯規

第一條 障礙，絆，撞，拉牽，推，抵觸，或阻撓其對手。

第二條 作無意識之粗暴舉動。

第三條 向正在跳球之對手作推，撓，拉牽，撞等舉動。

罰則 (第一二三條)：

犯者罰球一次，並在其名下記一次侵人犯規。球員雖只犯一次，裁判員有取消其資格

之權（參看第四章戊第三條）。

第四條 向正在擲籃時之球員作推，撓，拉牽，撞等行爲。

罰則（第四條）：

如該球擲中，犯者罰球一次。如未擲中，罰球兩次，並在犯者名下記侵入犯規一次。球員雖只犯一次，裁判員有權取消該球員比賽資格。

（註）（第十一章及第十二章甲乙）。

（甲）裁判員宣告前鋒或其同隊隊員違例或犯規，在鳴笛前而球已向籃擲去，該球擲中應作無效，照原判決處罰。如屬違例，則球交對隊在邊線外擲入，如係犯規，則施行罰球。

（乙）一、前鋒在擲籃時有守衛向之犯規，此時該球須俟擲中或不中決定後，方成死球。

二、前鋒在擲籃前，有人向之犯規，經犯規後，在裁判員鳴笛前，如該鋒仍能試擲中籃時，則該球無效，罰犯規者罰球一次。

丙、取消資格

第一條 球員犯下列次數之犯規者，即失去其比賽資格，退出球場。

(甲) 技術犯規五次；

(乙) 侵入犯規三次；

(丙) 技術犯規與侵入犯規總數滿五次者；

(丁) 奪權犯規一次；

第二條 記在隊長名下之球隊犯規滿五次者，即取消該球隊之比賽資格，作棄權論。

第三條 凡規則所不詳之點，為職員者，應按本規則之精神，用其智理，分別判決之。

最新網球規則

第一章 單打

第一條 網球場應爲一正長方形之平面，長七十八尺（英尺下同），闊二十七尺。全場用網在中心橫隔成二等區，網之上邊，應用直徑不滿三分之一寸之鉛絲繩穿過，並在其兩面用二寸至二寸半闊之布連網邊包縫。網之兩端，架或繫於球場兩邊之柱頂上，柱高三尺六寸，樹於邊線中心三尺以外。網之中央，應高三尺，用二寸闊之布帶束於地上。球場兩邊之界線，謂之邊線，兩端之界線，謂之端線。場內距網之前後二十一尺處，應各劃一橫線，與網並行，謂之發球線。發球線與邊線之間，另劃一縱線，闊二寸，與邊線並行，謂之中線。中線與網，適成十字形，將發球線與邊線間之地面，分成四個相等之區域，謂之發球區。端線之中心，應向場內劃一四寸長二寸闊之短線，謂之中點。全場各線，除中線及中點必須闊二寸，及端線最多可闊四寸外，其闊不得少於一寸。各線之丈量，均從線之外邊計算。

(註) 世界網球錦標比賽(台維司盃)，或其他正式之國際錦標比賽，端線之外，至少須有二十一尺空地，邊線之外，至少須有十二尺空地。

第二條 球之外表，應光滑而無線縫。球場之固定設備，除網，柱，鉛絲繩，布帶外，餘如擋球網，看台，座椅及就座之觀衆，在職之裁判員，檢察員，司線員，以及場之四周或場面上之任何器物均屬之。

第三條 球之直徑，以二寸半至二寸又八分之五爲度，球之重量，以二盎司至二盎司又六分之一爲度。球之彈力，以從一百寸高之處，在華氏表六十八度時，拋落於水門汀地上，能彈起五十三寸至五十八寸者爲合。球之傾陷度，以在華氏表六十八度時，於球之對徑上加十八磅重之壓力，能陷下千分之二百九十寸至千分之三百十五寸者爲合。

第四條 球員二人，各佔網之一方，先將球擊至對方者爲發球者，另一人爲接球者。

第五條 第一局比賽時球員所據方位及何人爲發球者或接球者，應用抽籤法決定之，如抽籤之得勝者，願作發球者或接球者，則其對手有選擇方位之權，反之，如抽籤之得勝者願擇定方位，則其對手有決定先作發球者或接球者之權，但抽籤之得勝者願意時

仍得選擇之優先權讓與其對手。

第六條 發球者於發球前，應雙足立定於端線後（較端線離網更遠之處），而介於中點與邊線之假定行長線間。然後用手將球向空中任何方向拋起，而以球拍擊之，球拍與球接觸時，發球即爲完成。球員之僅能用獨臂者，得以球拍拋球。

第七條 發球者在發球完畢前應：

一 保持其原立之地位，不得行走或跑動。

二 保持足與地面之接觸，不得跳起。

三 保持雙足不越過端線（較端線離網更遠），不得觸線或在地上或空中跨進端線。

第八條 發球時，發球者所立之地位，每局中應先右後左，輪流而行。發出之球，於對手還擊前，應從網上越過，而落於對方對角之發球區內或其四圍之線上。

第九條 發球之有下列情形者，謂之失誤。

一 發球者違犯第六第七及第八各條規則時。

二 擊球未中時。

三 發出之球，未落地前即觸及固定設備（網及布帶除外）時。

第十條 失誤後（第一次失誤），發球者應在發球失誤之原方重發。但發球方位錯誤，而成失誤者，則應改正於他方發球，且祇能再發一次。

第十一條 發球者須待接球者準備後，方始發球。如接球者作勢還擊，即作已準備論，如接球者已發號表示尚未準備，而所發之球，未能落於發球區內時，亦不得要求判作失誤。

第十二條 發出之球，有下列情形者，應令重發。

一、合格之發球，在過網時觸及網或布帶者。

二、發球或失誤之發生於接球者尚未準備時者（參閱第十一條）。重發對於雙方均無損益，已有之失誤，仍作有效。

第十三條 第一局終了後，接球者即改爲發球者。而發球者反成爲接球者，如此每局終了後互相交換。如發球之次序發生錯誤，應於發覺後立即改正，由原應輪及發球之球員發球，錯誤中雙方所得之分數，仍作有效，但僅成一次失誤者不計。如一局已經終了後，始行發覺其次序之錯誤，則此後發球次序之輪換，即以該局爲根據。

第十四條 自球發出之時起（除失誤或重發外），至該分勝負判定時止，爲比賽進行時

期。

第十五條 發球員遇下列情形時，即勝得一分。

一 發出之球，未着地前即觸及接球員或其所穿帶之物件者。

二 接球員犯第十七條規則而失分時。

第十六條 接球員遇下列情形時，即勝得一分。

一 發球員連續失誤二次時。

二 發球犯第十七條規則而失分時。

第十七條 球員之違反下列各項者，成爲失分。

一 未能於球第二次着地前，將球從網上還擊至對區者（第二十條第三項除外）。

二 還擊之球，觸及對區界線以外之地面，固定物，或其他物件者。

三 用空球還擊，而結果失敗者，雖在場外，亦作失敗論。

四 擊球時，用球拍連擊兩次，或使球拍與球作一次以上之接觸者。

五 球員身體或其穿帶之物件，或其球拍（不論握在手中與否），在比賽進行時，觸及網，柱，鉛絲繩，布帶，或對區以內之地面者。

六 球未過網，即用空球還擊者。

七 除握在手中之球拍外，球員之身體或其穿帶之物件，被球觸着者。

八 將球拍脫手擲出以擊球者。

第十八條 球之落於線上者，作為落在該線內之場區上論。

第十九條 擊出之球，落地後觸及固定之物（網，柱，鉛絲繩，布帶除外）者，擊球者為得分；如未落地即與固定之物接觸者，則其對手為得分。

第二十條 遇下列情形者，均作有效之還擊論。

一 球觸網，柱，鉛絲繩或布帶，而仍落入對區場內者。

二 發球或還擊之球，落於有效之場區內，而彈或被吹回網之本方時，接球或輪及還擊之球員，越網擊球，而其身體，衣服或球拍，並未觸及網、柱，鉛絲繩，布帶或對區之地面者。

三 球從柱外擊入對區，不論其較網為高或低，或與柱接觸與否，仍能落入對方有效場區以內者。

四 合法之擊球後，球拍隨勢越網者。

五 發或擊出之球。與場上之另一球相觸，而仍能還擊至對區者。

第二十一條 球員因人力不能節制之阻礙（除固定物外），以致還擊失敗，應不計而令該分重賽。

第二十二條 球員每勝一次得一分，勝得第四分者為勝一局；但遇雙方各得三分時，謂之平等；平等之後，任何球員之先得分者，該球員為佔先。如能再得一分，即為勝一局；如任何球員佔先後，其對手亦繼之得分時，仍稱平等，依此推算，至任何球員能於平等後連得二分者，該球員方為勝一局。

第二十三條 任何球員之先勝六局者，勝得一盤；但遇雙方各得五局時，謂之平局；平局之後，任何球員之先勝一局者，該球員為佔先一局，如能再勝一局，即為勝一盤；如任何球員佔先一局後，其對手亦繼勝一局時，仍稱平局，依此推算，至任何球員能於平局後連勝二局者，該球員方為勝一盤。

第二十四條 雙方球員，應於每盤之第一第三等單數局完畢後，及每盤完畢後，交換方位。但遇一盤完畢後，該盤中之局數成雙數時，則不必交換，而應待次盤之第一局完畢後行之。

第二十五條 每次比賽之盤數，男子以五賽三勝爲最大限度，女子以三賽二勝爲最大限度。

第二十六條 除特殊之規定外，女子比賽規則，與男子同。

第二十七條 比賽之單有裁判員者，其判決爲終決。比賽之有總裁判者，則對於裁判員規則上之判決，如有抗議時，應提請總裁判解決之，而總裁判之判決，應爲終決。

總裁判認天色黑暗或場地成天氣之情形，不能繼續比賽時，得隨時令比賽停止舉行。比賽因故停止後，除總裁判及雙方球員之同意外，已有之比分，及雙方球員原佔之方位，於補行時仍屬有效。

第二十八條 比賽之進行，自第一次發球起，至全場結束止，應繼續不斷。但男子於第三盤後，或女子於第二盤後，得予球員以休息之機會，爲時不得過十分鐘。遇人力不能節制之原因，裁判員得酌量情形，令比賽作相當時間之停止，但因欲予球員以恢復氣力之機會，而令比賽暫停，是所不許。裁判員對於球員之故意延誤時間，有處決之全權，球員之已經做告而仍有此等情事發生者，裁判員得取消其資格。

第二章 雙打

第二十九條 雙打規則，除下列各條之規定外，以上各條規則均適用之。

第三十條 雙打球場，應闊三十六尺，即較單打球場每邊多四尺六寸。原作單打球場邊線之在兩發球線間者，改稱爲發球區域邊線。其餘各項仍按第一條之規定而行。但單打球場邊線之在端線及發球線間者，如認爲不需要時，得省去之。

第三十一條 每盤第一局發球之一隊，得以本隊中任何一人發球，第二局發球，即由其對隊自選一人行之。第一局發球者之同隊球員，應在第三局發球；至第四局時，乃輪及第二局發球者之同隊球員，每盤之中，即依此輪流發球，至一盤完畢爲止。

發球之次序，已經排定，於一盤未終了前，不得更動，但於另一盤開始時，得重排之。接球者之方位，已經決定，於一盤未終了前，亦不得更動，但於另一盤開始時，得重排之。

第三十二條 發出之球，如違犯第九條之規定，或觸及其同隊球員或其穿帶之物件者，謂之失誤，但球未着地前即觸及接球者之同隊球員或其穿帶之物件者，發球者爲得分。

第三十三條 如球員發球次序錯誤，應於發覺時立即更正，其已得之分數或已成之失誤

均作有效。如發覺時全局已經終了，則此後發球次序之輪換，即以該局爲根據。

第三十四條 每局中球員接球，應輪流行之，左右分配已定，在同盤中不得更動。

第三十五條 雙方球員，應由其中之任何一人，輪流還擊。如球員在其同隊球員擊球後，再以球拍觸球，則其對隊爲得分。

最新男女排球規則

排球遊戲大意

排球爲二隊之比賽遊戲，每隊球員九人，但得按場地之大小而增減之，故於較小之球場，有以六人爲一隊者。遊戲時二隊各佔場之一半，中隔以高網，雙方各將球從此網上往來拍擊，其目的在使球落於對方地上，或使對隊不能回擊。

第一章 球場

第一條 球場爲一正長方形之平面，男子用者長二十二米，闊十一米，女子用者長十八米，闊九米，（均從界線之外邊計算），四無障礙。無論在室內或戶外場面之上至少五米高之範圍以內，不得有器械或其他障礙物，致妨高球。

第二條 球場應以明晰之白線爲界，線闊五生的米突，其周圍距離固定之障礙物至少須有一米。球場長邊之線謂之邊線，短邊之線謂之端線。

(註) 第一例及界線與障礙物間之距離，如經雙方隊長同意，得更改之。

第二章 網

第一條 網闊至少○·九米，至多一米，長至少與端線相等。網孔之大小，以十生的米突見方爲度。網之上邊，應用五至八生的米突闊之雙車帆布包縫，而將鐵絲或鉛絲細穿於其中，以備張掛。網之四角，應緊張於兩邊線外半米至一米間之柱上，平分全場爲二等區，與端線並行。網之上邊，須成水平，其高度用於男子者爲二·三〇米，用於女子者爲二米。(中學年齡以下之男子，網之高度可用二·一五米)

(註) 繫網之鐵絲，如經雙方隊長同意，得用普通繩索代之。

第三章 球

第一條 球爲圓形之白色熟皮壳，中實以橡皮膽，滿儲空氣。其氣壓以五百至五百五十六格蘭姆(每平方生的米突)爲度。球之圓周男子用者以六十五至六十八生的米突爲度，女子用者以六十二至六十五生的米突爲度。球之重量，男子用者以二百八十至三百四

十格蘭姆爲度，女子用者以二百三十至二百八十格蘭姆爲度。

(註) 如經雙方隊長同意，得用其他顏色之球。

第四章 球員及替補員

第一條 每隊應有球員九人，其中以一人爲隊長。

(註) 如經雙方隊長同意，每隊球員人數，得增減之。

第二條 比賽中，得用替補員，但須在死球時行之，且須由隊長將該替補員及被替者之姓名號數報告裁判員。每場比賽中，球員被替退出後，除被取消資格者外，得重行加入比賽一次。

第三條 球員應編列號數，號碼應大而且顯，備於各球員之背上。

第五章 職員及其職務

第一條 比賽職員，應有裁判員一人，檢察員一人，記錄員一人，及司線員四人。

(註) 遇必要時，得加增司線員之人數。

第二條 裁判員爲比賽時之最高職員，應判決比賽是否正在進行，何時成爲死球，何時爲得分，何時爲失敗，及執行種種犯規之處罰（參閱第八章及第十一章）。

第三條 自比賽開始至全場終了之間（連比賽因故暫定之時間在內），裁判員對於犯規及其他一切規則上之問題，均有判決之權，即規則條文中所未載明者，亦有判決權。

第四條 裁判員應位於網之一端，據高而臨下，庶對於雙方均能作清晰之觀察。

（註） 裁判員坐位之高度，以能在網上三十至七十生的米突之處下視爲最宜。

第五條 裁判員及檢察員應各備號叫一枚，於必要時吹鳴，使球員注意其判決。

第六條 裁判員接受球員替補之報告後，應即通知記錄員。

第七條 檢察員應位於裁判員之對邊，職司停歇時間之計算，及判決觸網或阻礙之犯規。遇裁判員需求之處，檢察員應予以種種之襄助。

第八條 記錄員應位於裁判員之對邊，檢察員之旁，記錄全場比賽之正式成績，及各局之比分。比賽開始前，記錄員應向雙方隊長或幹事，取得各該隊與賽球員及替補員之姓名號數，及其發球次序，並須注意球員發球時，確按所定次序而行。

第九條 司線員應分駐於場之四角，各司其相近處之端線及邊線，遇球落於其所司二線

旁之地上時，應視察清楚，而隨即宣告其爲『好球』或爲『出界』。司線員對於球出界與否之判決爲終決，但遇同一端線上之二司線員所作判決不同時，裁判員得就已意決定之，如裁判員亦無法決定時，可判決球爲無效，而令重發。

第十條 司線員應助記錄員注意球員發球次序之遵守，並記明每一發球者所得之分數。

第十一條 司線員對於比賽之進行，應細心觀察，以備襄助裁判員作任何之判決。故裁判員因有所懷疑而向其詢問時，司線員應將其所見之情形，據實報告之。

第六章 比賽術語釋義

第一條 某隊所據之場區，謂之『本區』；對隊所據之場區，謂之『對區』。

第二條 球觸界線以外之地面或物件，謂之『出界』。球觸界線上者仍爲『好球』。

第三條 球員發球時之先後次序，謂之『發球次序』。

第四條 與賽球員按第七章第二條之規定拍球，使比賽開始，謂之『發球』。

第五條 違犯第七章第二條之規定者；或發出之球，未能從網上越過而落入對區者；或先觸任何物件或球員而後過網者；或對隊球員觸球前即出界者；均謂之『失誤』。但

發球者並未將球擊着，或不擊而任其落地或仍接收之，不得謂之失誤。

第六條 合例之發球，若於過網時，觸及網之上邊，則成『碰網球』。發球碰網者，作為無效，例得重發。

第七條 得分，失敗，碰網球，或因其他判決而使比賽暫停後，至重行發球開始比賽前之間，成爲『死球』。

第八條 任何一球未能將球按規還擊至對區時，應宣告其對隊爲『得分』。（參閱第八章及第十一章）

第九條 發球之一隊未能得分時，應同時宣告其『失敗』。（參閱第八章及第十一章）

第十條 不成死球之時，球員觸球或被球所觸，均謂之『擊球』。

第十一條 球員用敏確之手法將球擊拍，如球在球員手掌中或手臂上停留，雖爲時甚暫，即成爲『持球』。

第十二條 球員擊球後，球尙未經他球員擊過前，再與球繼續作第二次或數次之接觸，謂之『連擊』。但球員擊球至網上時，尙得再擊一次，不作連擊論。

第十三條 球員作無謂之停滯，影響比賽之進行，謂之『延誤』。

第十四條 非同隊之球員同時違犯規則，謂之『雙方犯規』。

(註) 球員在網邊擊球時犯規，而在該次擊球時，對隊球員亦有犯規者，則雖二人之犯規不在同時發生，仍作雙方犯規論。

第七章 比賽細則

第一條 比賽前，應由二隊隊長拈鬮，拈得勝鬮者，有請求先發球或選定本區之權。

第二條 比賽開始時，應由先發球之一隊，按發球次序，令其第一人將球用單手（張開或握拳均可）從網上擊入對區，發球前，發球者應雙足立定於端線之後（即較端線離網更遠之處）自立定後起，至手將球擊着時止，發球者之雙足，不能越過端線之前。每一發球員得繼續發球，至裁判員宣告『失敗』時爲止。此時應改由對隊發球次序中之第一人發球。

(註) 如端線外無充分之空地，而致發球者之動作不能開展時，應在端線內適當之距離處，另劃一發球線。

第三條 每局之中，雙方應於宣告『失敗』後，交替發球。

第四條 球員每次發球，准有一次失誤，如連續失誤二次，即爲失敗，而其對隊乃得一分。

第五條 前局失敗之一隊，於次局開始時有先發球之權利。換局後兩隊首先發球之球員，應爲發球次序中前局最後發球者之次一人，換言之，即每場比賽中，各隊之發球次序，應自始至終繼續不斷。

第六條 各局之中，如任何一隊所得分數滿十一分時，雙方應交換場區。

(註) 一局終了時，雙方不再交換場區。

第七條 球員得用臀部以下肢體之任何部份擊球，而球擊出之方向，并無限制。

第八條 除發球外，球觸網之上邊而仍落入對區以內者，應繼續比賽。

第九條 除發球外，球入網時得挽救之，但球員不得與網接觸。

第十條 雙方還球過網時，以擊拍三次爲限，但球被擊入網內時，得多擊一次，故最大限度，不得多於四擊。

第十一條 球在對區之內，而比賽仍在進行時，本隊球員不得與球接觸，但擊球後，球員之手順勢隨球過網，不爲犯規。

第十二條 比賽正在進行時，球員不得觸及對隊球員，或有其他阻礙對隊之動作。

第八章 得分及失敗

第一條 雙方球員之任何一人，有違犯下列各項者，則其對隊應得一分；如發球隊之任何球員違之者，應同時宣告該隊爲『失敗』。

一、連續失誤二次；

二、使球出界，或將球從網下擊入對區；

三、接球或持球，但雙方球員同時將球夾持，應成死球，而令重發，不得判作得分或失敗；

四、連擊；

五、以臀部以下之肢體或衣服觸球；

六、利用他人或物件之助力而躍起擊球；

七、除第七章第十條之規定外，於還球過網前已經拍擊三次，而再擊球；

(註) 如雙方球員同時擊球而未夾持者，球落於某隊區內，則應認其對隊爲最後觸

球者，某隊卽有再擊三次之權利。

八、除成死球時外，無論何時，球員之軀幹或衣服與網接觸，但球被擊入網內，致網觸對區之球員者，不得判該球員爲觸網，而比賽仍應繼續進行；

九、球在對區以內，而比賽正在進行時，與球接觸；

(註) 如球員救球時從網上或網下伸過對區，或有一足踏入對區，而無妨害對區之處者，不得認爲犯規。

十、阻礙對隊之進行；

十一、受場外任何人員之切實指導；

十二、未得裁判員之允許而離場；

十三、故意延誤比賽之進行；

十四、替補手續不合。

第二條 雙方犯規時，應令重發。

第三條 球員不按發球次序發球，一經發覺，卽應宣告『失敗』。而其發球時所得分數爲無效。如此項錯誤在繼其後之對方球員尙未發球前察出，該球員該次發球時所得分

數，仍應作爲無效。因此錯誤而失去發球機會之球員，不得於下次輪及該隊發球時補發，而應恢復其原定次序，由其次一人發球。

第九章 暫停

第一條 球員替補時。裁判員得令比賽『暫停』，停歇之時間，以一分鐘爲限。暫停後重行開始比賽，裁判員應鳴笛爲號。

第二條 每場比賽中之每局完畢後，應予以三分鐘之休息時間。

第十章 計分法

第一條 任何一隊先得二十一分者爲勝一局，如雙方各得二十分後，則以某隊能較其對隊多得二分時，始爲勝一局。

第二條 奪標比賽或每場比賽決定勝負所需之局數，應由錦標委員會規定之。如無錦標委員會時，與賽者之雙方隊長得同意規定之。

第十一章 球員替補員及指導員之行爲

第一條 球員之有下列行爲，或極不道德之舉動者，裁判員有權加以儆告，或宣告『失敗』或『得分』，或取消該球員在該局或該場中繼續比賽之資格：

- 一、對於職員之判決屢生爭論者；
- 二、直接或間接對職員作毀謗之言論者；
- 三、對職員作侮辱之行爲，或有影響職員判決之舉動者；
- 四、直接或間接對其對隊球員作毀辱之言論或批評其個人者，（替補員及指導員同）；

被取消資格之球員，得由替補員代之（參閱第四章第一第二兩條）；

- 五、比賽進行中，各隊之指導員職員或替補員，不准在場外指導其球隊。（參閱第八章第一條第十一項）

第十一章 棄權

第一條 任何球隊，不按裁判員之命令執行，而拒絕比賽者，則其全局或全場應作棄權論。

(註) 逾規定比賽開始時間十五分鐘不到場者，即可作為棄權，但主管委員會認遲到之原因非該隊能力所能避免者不在此例。

第十三章 比賽中止

第一條 如因天黑天雨，或其他關係，比賽決難繼續時，裁判員有宣告比賽中止之權。至補賽之時，中止前雙方已得之分數，仍作有效，比賽應繼其原有之比分而起。

第十四章 判決與抗議

第一條 職員之判決為終決。

第二條 判決之關係規則解釋者，如擬在事後提出正式抗議，應先由隊長當場將該問題提出聲明。

第三條 關係規則解釋之聲明，如裁判員未能斷然處決，而須提交較高之機關判斷時，比賽仍須按裁判員之命令進行，不得中止，但裁判員應將此抗議之問題，作一精確之報告。

第四條 正式抗議，應於比賽終了後一小時內，用書面連同保證金十元，送交審判委員會。

最新棒球規則

第一條 球場

球場必須圈定。從球場邊界或從看臺至本壘，須有二百三十五呎，自本壘至後看臺，須有六十呎，方合應用。

第二條 佈置球場

各壘之地位，與接球員發球員的區域必須劃定，故球場之設備，當如左列：

內場

從場內之A點，劃一B點，與A點相距一百二十四呎，又劃BC與BD二線，對AB一線成正角。於是用B點為中心，成六三·六三九四五呎之半徑，再在BA線之F點上，BC線之G點上，BD線之H點上，BE線之I點上，劃成一弧形之線。又劃FG，GI，IH，及HF等各長九十呎之直線，如是內場各線皆備矣。

(附註)自本壘至第一壘為九十呎，自第一壘至第二壘亦九十呎，自第二壘至第三壘亦九十呎，自第三壘至本壘亦九十呎，周圍的距離為三百六十呎。自本壘至

發球區域爲六十呎六吋，距離須從本壘兩線的交點量起，而非從壘的前面量起。

自本壘至第二壘，經過內場，其距離爲一百廿七呎三吋，又八分之三吋。自第一壘至第三壘，其距離亦爲一百廿七呎三吋，又八分之三吋。擊球員的區域，面積爲六呎乘四呎，卽二十四方呎。發球區域的面積爲二十四呎乘六呎，卽一百四十四方呎。

各壘所置的沙袋，均爲十五方呎。

第三條 接球線

第一節 以F爲中點，劃一十呎半徑，在Z地方劃弧形FA線，至FA地方劃ZJ與ZK兩線的正三角形，繼續在FA地方劃出，在十呎以上。

第二節 以F爲中點，劃一六十呎的半徑，在L地方劃弧形FA線，又在FA地方劃LM與LO兩線的正三角形，又繼續從FL地方劃出一條六十呎以上的線。成一條『後停線。』(back stop line)

第四條 界外線

從F的交點，劃GF與HF兩線，與LO同LM兩線相交；又從G與H兩個相反的方向劃到場的邊界。這些線在內場無論甚麼地方看去，都應當是很清楚的。場內各線，不可用木塊或其他硬質之物造成。

第五條 球員的線

以F爲中點，劃一條五十呎長的半徑，又在P與Q地方，劃成FO與FM的弧形線。再以F爲中點，劃一條長七十五呎的半徑，在R與S地方劃成FG與FH的弧形線。再在FO·FM，FG·FH各線上，劃P，Q，R，S線的正角，直與W同T相交。

第六條 指導員的線

以R與S爲中點，劃一條長十五呎的半徑，又在X與Y地方劃RW與ST的弧形線，再在X與Y兩點上，劃FG與FH兩平等線，延長至十五呎，而與IG同IH兩線相連接。

第七條 三足線

以F爲中點，劃一條長四十五呎的半徑，在第一圖劃FG線。離第一圖三呎地方，劃一直角線至FG，定爲第二點。從第二點劃一條與FG平行的線，至G點後三呎地方的一

點，定爲第三點。再從第三點劃一條線，與(一)(二)兩線成直角，又回至F G地方，與之交結。

第八條 擊球員的線

在A F B線兩邊，劃一六呎長，四呎闊的一個正方形，(註明九與十等字樣)正方形的最長一邊，須與A F B線平行。正方形離A F B線兩邊，須各有十四呎半。正方形最長的一邊的中心，必須在本壘的中角線上。

第九條 發球區域

第一節 從F點起，沿F E線量六十呎六吋，達到第四點，成爲發球區域的前面。又劃五六兩線經達第四點，與F成直角形。又在F B線兩邊各伸長十二吋，用五六兩線作邊，劃成六吋乘二十四吋的一個正方形，而發球板即擱在這個正方形以內。

第二節 發球板不得比壘線或本壘高過十五吋，(按壘線須與場面平行)發球板與各壘線之間的地面，須漸漸斜下。

第十條 壘

第一節 在F角內，劃一五方形，其形的兩角須與F G同F H兩線相合，每邊長十二吋

，與F B線上平行八寸半，至U同V兩點。U V兩點中間的距離，須有十七吋，成爲壘的前面。

第二節 在G同H兩角內劃一正方，正方的每邊須長十五吋，其兩邊劃在F G與G I，I H與H F線上。這個正方便是第一壘和第三壘。在第一點，即G I與H I兩線的交點，劃一每邊長十五吋的正方形，其中心須正對第一點，其邊線須與G I同H I兩線平行，這其間的面積便是第二壘。

第十一條

在F點的本壘與在第四點的發球板，須用白橡皮製成，放的時候，須與地面平行。發球板的面積，須六吋乘二十四吋。

第十二條

在G點的第一壘，在I點的第二壘，在H點的第三壘，必須置十五吋見方的白色番布袋，袋的厚度，須在三吋以上，五吋以下。袋內實以軟物，按照本規則第十條的規定安放。

第十三條

本規則第三，四，五，六，七，八諸條所規畫的各線，須用石灰或其他白色的東西劃成，務求清楚醒目。

第十四條 球

第一節 球的重量不得輕於五英兩，也不得重於五兩零四分之一。其圓周不得小於九吋，也不得大於九吋零四分之一。

第二節 棒球會會長應先將球之數目規定，於未賽之前將球交與裁判員，其所規定之球數，須與棒球會會章相符。無論球在比賽時被擊壞，或擊出場外，或裁判員認為不合用時，裁判員應立時授一替代之球給發球員。同時裁判員方面又須另備一球，以便有數球更迭替換。倘中途被擊出場之球由人拾回，裁判員就不得另增新球，因仍可用此拾回之球，以為輪替之用。

第三節 裁判員授球給發球員以後，發球員應立即站在原有之位置上，此後經裁判員發令開球以後，所授與之球即成爲正式比賽時之球。但在比賽時場員如將球擊出或拋出場外，則非待跑壘員跑完一周以後，裁判員不得授以替換球。但事前如經雙方特別規定者，就不在此例。

第四節 球員如有意用沙，松香，煤臘，甘草，或其他物件擦去球之本色，或用沙紙等類之物使球變壞，裁判員得立時將該球收回，而代以另一合法之球。凡違犯此條之球員，裁判員可取消其比賽資格。倘裁判員不能查明犯規之球員為誰，而此種壞球則自發球員手中發見，這樣，裁判員可立時令該發球員出場，並處以十天以內不得參與任何比賽之處罰。（見本規則第二十七條第二節）

第五節 每次比賽所用之球，應由主隊於事前備齊，（見本規則第十四條第二節）至比賽最後之一球，應作為勝利隊的戰利品，且須安放於一紙盒中，由棒球會會長加封蓋印，表示為法定合用之球。裁判員在平時不得開封取球，但在比賽開始以前，為審查該球的原故，不妨予以開封。凡已用過的球，如經棒球會會長認為還可再用時，則不妨再用。又主隊應將該項之球於比賽開始前，交給裁判員。如經裁判員認為不合用時，得拒絕接受。凡裁判員不接受之球，不得認為合法之球。

第六節 每次比賽時，主隊至少應備一打合法之球，以備裁判員需要時的應用。

第十五條 球棒

球棒須圓形，長不得過四十二吋，其最粗部分之對徑，不得大於二吋零四分之三，且須

用堅木製成。棒柄須由粗而細，便於手握，且須於離柄十八吋處，用帶或粗麻線纏裹。

第十六條 比賽員之人數

每隊比賽人數，規定九人，其中一人為隊長。每次正式比賽時，球員不得少於或多於九人。替補員如改為正式比賽員時，須由隊長或管理員向裁判員商定，得其同意方可。

第十七條 替補員

第一節 每隊在舉行錦標比賽時，須預備穿同樣球衣的替補員數位。本條的用意，即在使每局比賽時，每隊均有九人出場。

第二節 除正在比賽時間以外，替補員得替代同隊中的某一球員。但被替補的球員，以後不得再行參加比賽。

第三節 跑壘員不准請同隊中其他球員為他代跑。但此舉如得對隊管理員或隊長的同意，也可予以通融。

第四節 如發球員經同隊管理員或隊長的命令，而離開發球者的地位，他的替補員就須繼續發球，直至擊球員已被迫出局，或已跑到第一壘，或擊球的一隊已宣告出局。

第五節 在開賽以前，裁判員如已宣佈發球員為誰，那麼這被宣佈的發球員就該發球。

直到第一擊球員已被迫出局，或已達到第一壘以後。

第六節 無論在什麼時候，一個球員無論是替補擊球員，跑壘員，或場員，這替補一隊的管理員或隊長，應當立時報告裁判員；如果不經過這種報告的手續，那麼這種替補就算無效。又一隊的管理員或隊長，應指定替補員擊球的次序。如管理員或隊長不將此事報告裁判員，裁判員可罰他二十五圓。又如裁判員不將所有變遷情形正式報告於觀眾，棒球聯合會的會長也可照樣罰他二十五圓。但裁判員如因疏忽的緣故未將此項變遷報告於觀眾，替補員就可照以下各例參加比賽：

- (1) 如處於發球者的地位，即可替補發球員。
 - (2) 如處於擊球者的地位，即可替補擊球員。
 - (3) 如處於場員的地位，即可替補場員。
 - (4) 如處於跑壘者的地位，即可替補跑壘員。
- 在上述各項情形之下，替補員得算爲法定球員。

第十八條 球員之位置

第一節 除發球員與接球員外，其他球員皆可由隊長指定場上任何位置，但發球員於發

球時之位置，必須照第九條與第二十七條之規定。接球員須照第三條所規定，在本壘十呎內接球，不得即刻離開接球區域，以免擊球員佔據本壘。

第二節 凡擊球一隊之球員，除擊球員以外，均不得佔據本規則第三條所指定之接球區域。在本壘後之三角式區域，係完全供裁判員，接球員，及擊球員之用。凡球在發球員或接球員手中時，或在該二球員之間往返投射時，裁判員應禁止擊球一隊之任何球員經過此區域。

第三節 凡擊球一隊之任何球員或教練員，在必要時應立即遷讓地位，以便對隊之場員可接得投來或擊出之球。

第十九條 不可與觀者相混

着球衣之球員不得坐於看臺上，以免與觀者相混。又管理員，隊長，教練員，或球員等均不得與觀者談話，除非是經旁觀者的詢問，而述及球賽的情形時。

第二十條 球員之球衣

每隊須採用球衣四種，一種供在本隊球場比賽之用，一種供在客隊球場比賽之用。每種球衣之顏色與樣式，須特別規定。凡球員不得穿有鐵刺之鞋，亦不得穿與本隊不同之球

衣。玻璃鈕及磨光之金屬，更不得用於球衣上。

第二十一條 手套之大小與重量

接球員與第一守壘員，得用任何大小與式樣之皮手套，其他球員所用之皮手套，其重量不得過於十兩，其尺寸不得超過十四寸。又接球員之手套，色彩必須一律。

第二十二條 球員之座位

第一節 球員之座位由主隊預備，安置在離球場線二十五呎以外之地位上，其一專供客隊之用，其他則供主隊之用。每一長凳之上端與靠背，須以物遮蓋，且端留一約六寸寬之孔，以通空氣。除擊球員，跑壘員，及教練員外，凡擊球一隊之其他球員均須坐於長凳上，直至該隊宣告出局以後。在無論何種情形之下，裁判員不得准許其他人等坐於該長凳上。

第二節 球員犯以上規則時，裁判員得立即令其就坐，若於發令後一分鐘內，球員不遵令就坐，則處以罰金五圓。如一分鐘後仍不就坐，該球員以後將無比賽之權，並須立時離場。

第二十三條 合法的勝利

第一節 後擊球的一隊在八局中所得分數，比先擊球一隊在九局中所得分數更多者，這就算是合法的勝利。

第二節 後擊球的一隊，於第九局中在第三人出局以前，其所得分數比先擊球的一隊佔優勝者，亦算合法的勝利。如擊球員在最後一局中之後半部，能擊出一個能跑一週的球於場外或看臺中，而使其他跑壘員和擊球員跑遍各壘，則均可得分。這種分數，可算在每隊比賽總分以內。

第三節 如遇天暗，下雨，發火，或發生其他對於球員或觀衆有危險之事。裁判員得下令停止比賽。不過在五局或超過五局的時候，如後擊球的一隊在第四局或第五局未了時所得的分數，比首先擊球的一隊所得的分數更多，比賽亦算終結。

第四節 倘各隊在九局的時候，分數是相等的，那就應當繼續比賽，直等到在同等局數時，一隊所得分數是比較地多些時，即行終結。如後擊球的一隊在第三人局以前，所得的分數已比先擊球的一隊更多時，比賽亦算終結。

第五節 兩隊在末一次的局中如所得分數相等，那末按照本規則第三節所規定，在雙方賽完五局或同等局數的時候，裁判員得下令中止比賽。如後擊球的一隊，在擊球時所

得分數已與第一隊相等，那末裁判員可不計兩隊前此所得相等局數的分數，而中止比賽。倘後擊球的一隊，在第五局完畢以前所得的分數，與對隊在五局中所得的分數相等，比賽就算正式中止。同時個人與全隊的平均分數，就記在正式的紀錄簿上。

第六節 按本規則第三節所規定，在比賽五局完畢以後，裁判員得宣佈合法的勝利。同時兩隊須在同等局數內記分數。倘後擊球的一隊，在不相等的局數中或五局完畢以前，獲得同等的跑壘，或比先擊球的一隊多得跑壘分數，那麼後擊球的一隊就算得勝利。

第七節 倘在同日下午舉行兩次比賽，裁判員當以第一次比賽為正式的比賽倘有二次比賽原定在早晨與下午分別舉行，但結果都在同日下午舉行，這樣，原定在是日下午舉行的一次比賽，就該首先舉行了。

第二十四條 取消比賽資格

裁判員在宣告某隊放棄比賽為『負』，他隊參加比賽為『勝』時，可按下列諸例行之：

第一節 倘有一隊到時不出場，或在裁判員宣佈比賽開始後五分鐘內拒絕比賽者，就算為棄權。但出場和比賽開始前的遲延如果是不可避免的，就不在此例。

第二節 除裁判員宣佈中止比賽以外，凡在比賽時有一隊拒絕比賽者，亦算爲棄權。

第三節 倘有一隊於裁判員發暫停令以後復宣佈比賽時，在一分鐘以內不能繼續比賽者，亦算爲棄權。

第四節 倘有一隊故意設詞延遲比賽者，亦當以『棄權』論。

第五節 受裁判員警告之後，而仍故意犯規者，亦當以『棄權』處罰。

第六節 按照本規則第十四，第十九，第三十，第五十一，第六十等條規則，裁判員於某球員出場時，該球員在發令後一分鐘內不遵令辦理者，亦當以『棄權』處罰。

第七節 球員因被罰出場，致一隊隊員不足九人時，亦當以『棄權』論。

第八節 在比賽暫停後，有不遵守裁判員所發之第二十六條命令者，亦當以『棄權』處罰。

第九節 設在某日下午有二次比賽，而在第一次比賽完畢後，二十分鐘內不舉行第二次比賽者，亦以『棄權』論。（在第二次比賽時，第一次比賽時之裁判員應擔任計時之責。

第十節 比賽放棄後，裁判員應在二十四小時以內，將經過情形寫成報告，提交棒球聯

合會會長。倘該裁判員未將成文報告提交該會會長，則取消某隊比賽資格之舉動，仍屬有效。

第十一節 在正式比賽時，裁判員如在第四局半完畢時，即行宣佈取消比賽，這樣各球員或各隊所得分數，仍須列入於正式紀錄冊內。

第二十五條 無比賽

裁判員可按照本規則第廿三條第三節的規定，在每隊完畢第五局以後，宣佈無比賽。如後擊球的一隊在第五局比賽未了時仍在擊球，且在該局未完畢以前所得跑壘的分數已相先擊球的一隊相等，那末裁判員得按照本規則第廿三條第五節，宣佈比賽正式中止。倘後擊球的一隊，在第四局終了時，或第五局完畢以前，所得跑壘的分數已比先擊球的一隊在第五局完畢時所得分數更多，那麼裁判員得宣佈跑壘分數較多的一隊為優勝隊，並在錦標比賽的紀錄上，也得算為正式的比賽。

第二十六條 選局並決定球場之適用與否

主隊的管理員或隊長應享受選局之權，他可以斷定球場之適用與否。在比賽開始後，如經裁判員下令暫停比賽時，而主隊隊長仍以球場為適用，則仍當繼續比賽，當比賽暫停

時，球場管理員及助理員等皆當受裁判員的指揮，整理場面，但此時之主隊應受棄權之處罰。

發球規則

第二十七條 發球

第一節 發球之前，發球員須面對擊球員，雙足平齊，立於發球壘的上面，或一足站在發球壘的上面，而另一足則與壘相接觸；或一足放在發球壘的前面，而另一足則站在發球壘的上面。當發球員在向擊球員發球的時候，他必須按照本規則第九條所規定，將一足和發球壘相接觸。他不應當移動任何一足，除非是在向擊球員或各壘員發球的時候；雖然這樣，他可以移動的步數，仍不得在一步以上。當跑壘員佔領第一壘或第二壘以後，發球員仍須雙手握球，面對着他面前的擊球員。倘然他要舉臂過頭，作射球的初步姿勢，他必須先回到發球壘上，並停止在這上面，然後發球給擊球員。

第二節 在比賽時，發球員不得犯以下各項：

(一) 加任何物件於球上。

(一)吐涎在球上或手套上。

(二)將球在手套上，身體上，或衣服上摩擦。

(四)毀壞球面，或發亮球。(Shine ball)溜球。(spit ball)泥球。(mud ball)浮球。
。(emerge ball)違犯以上各條。裁判員可立時令其出場，並報告棒球聯合會會長，罰他在十天以內，不得參與任何比賽。但發球員可用已經審定之松香粉裝於加封之小袋內，以供乾手之用。

第二十八條 合法的發球

第一節 發球員所發的球，越過本壘無論那一部分的時候，高不逾擊球員的肩，低不得逾擊球員的膝，就算是好球。倘若是好球，裁判員就宣佈『擊球一。』

第二節 倘若無人在壘，發球員離開其壘發球，而被擊球員擊着，亦算一擊，同時比賽得繼續進行。

第二十九條 不合法的發球

發球員所發的球，不越過本壘無論那一部分，不在擊球員的肩部與膝部之間，或在本壘的前面即觸地，除已被擊球員擊着的以外，皆視為不合法的發球。又如各壘無人佔領。

而發球員離開其壘發球，除已被擊的球以外，都算是不合法的球。凡不合法的球，裁判員就宣佈「球一」。

第三十條 延遲比賽

第一節 當擊球員正式立定，等候擊球的時候，除接球員外，發球員不得發球給任何球員，但欲使跑壘員回壘者不在此例。如經裁判員的警告，而仍故意違抗者，裁判員得令發球員出場。

第二節 發球員如在二十秒鐘以後不再發球，裁判員得宣佈爲「球一」。但在每局開始以前，或更換發球員以後，發球員可用一分鐘練習發球，但不得過一分鐘，而且向接球員和內場員所發的試球，不得在五次以上。那時比賽算爲暫停。

第三十一條 發球員的延誤

發球員延誤時，裁判員得按照下例，使對方跑壘員進一壘。

第一節 發球員對擊球員僅有發球的姿勢而並不將球發出，或對佔據第一壘的跑壘員擲球，而未將球擲出者。

第二節 發球員欲發球制止某跑壘員，而本人姿勢並非準對某壘者。

第三節 發球員發球給擊球員時，他的一足不在發球壘上接觸者。

第四節 發球員發球給擊球員時，並不面對着擊球員者。

第五節 發球員發球給擊球員時，違犯第三十條規則者。

第六節 握球過久，經裁判員認為有意延誤球賽者。

第七節 站在發球壘上作發球的姿勢，而手中無球，或離開球壘，向擊球員作虛擲的發球者。

第八節 發球員用臂，肩，腰，身等作種種發球姿勢，而未能立刻將球發出者。

第九節 發球員發球時，接球員不在其區域中者。（見本規則第三條和第四十七條第九

節）

第十節 發球員正式站定後，用雙手握球，放在前胸的時候，除發球給擊球員或跑壘員以外，不得將一手移開那球。

第十一節 發球員站在發球壘的時候，因擦手，擦眼，或其他原因而離開發球壘者，乃係一種合法的舉動，裁判員不得解為有意欺騙跑壘者。在那時候，裁判員得宣佈『暫停。』

第十二節 裁判員宣佈『延誤』時，球就算爲『死球』，須待各跑壘員跑到應得的壘以後，才能繼續比賽。

第十三節 如發球員僅向擊球員或第一守壘員作發球的姿勢，而球忽然落地，無論這舉動是有意或無意，都算是犯規。但如各壘無人時，發球員雖在發球時將球落地，亦不得受罰。

第三十二條 不在比賽中的死球

(一)發球員所發的球，無論被擊球員擊中與否，如與站在擊球壘上擊球員的身體或衣服相接觸者，就算爲不在比賽中的死球了。

(二)如球員違犯『延誤』的規則，亦算爲不在比賽中的死球。

(三)如發生無論何種非法擊球時，亦算爲不在比賽中的死球。

(四)界外擊中球而經非法接得者，亦算爲不在比賽中的死球。

(五)在比賽時如果妨礙場員或擊球員，亦算爲不在比賽中的死球。

(六)凡擊中的球在觸及場員之前，先行擊中跑壘員或裁判員者，亦算爲不在比賽中的死球。

上述各項的球，都不能算爲比賽的球，須待發球員握球在手，站發球壘上，並經裁判員宣佈「比賽」時，方算爲比賽的球。

第三十三條 阻礙球

第一節 所發的球或所擊的球，倘被非球員所得或爲所阻礙，都算是阻礙球。

第二節 凡遇發生阻礙球時，裁判員須立時宣佈，跑壘員就可任意進壘，而無出局的顧慮；等到球回到發球壘上發球員的手中，跑壘員才停止進壘。

第三節 阻礙球倘爲觀衆所得，或爲觀衆拋踢到場外不易取得的地方，裁判員應當宣佈「暫停」，並令各跑壘員在他最後佔領的壘位上，等候發球員得球，回到發球壘以後，他就再行宣佈「比賽」。

擊球規則

第三十四條 擊球員的地位

兩隊中無論那一隊員，在擊球時得稱爲擊球員，且須站在擊球區域以內，按照本隊擊球的次序，在擊球區域內擊球。

第三十五條 擊球的次序

擊球的次序須載在記錄冊內，在本壘的地方，由一隊的管理員或隊長交給裁判員，復由裁判員交於對隊管理員或隊長閱看。比賽時全隊球員須照擊球次序擊球，替補員亦須按照所定替補之次序擊球。

第三十六條 每局的首次擊球員

第一局終結以後，每局首次擊球員的姓名，即列在前局最後擊球員之後。

第三十七條 合法的擊中球

所謂擊中的好球，是一個合法擊中的球，即在本壘與第一壘，或本壘與第三壘的中間落地，或落在第一壘與第三壘中間的外場，或在界內與界外落在裁判員及球員的身上，都算是合法的擊中球。又一個合法擊中球，是以球與界線的比較地位為標準，而不是以球在界內或界外為球員所觸時為標準。

第三十八條 不合法的擊中球

倘擊中球落在本壘與第一壘，或本壘與第三壘以外的界外，或越過第一壘與第三壘之間的場地，或在界外與裁判員或球員的身體相接觸，都算是不合法的擊中球。

第三十九條 不合法的輕擊球

擊球員若在擊球區域內擊一輕球，而爲接球員所接得者，謂之不合法的輕球。

第四十條 推擊球

擊球員如將球輕輕的一擊，慢慢地落在內場以內，這就算是推擊球，亦算爲合法的擊中球。但用此種擊法而未將球擊中，同時亦未被接球員所接得，裁判員得宣佈爲『一擊』。

第四十一條 被擊出場外的球

第一節 當球被擊出場外時，裁判員當注意球出界的地點，並決定該球爲好球或界外球。

第二節 凡合法擊中之球，如被擊出場外或擊中看臺時，擊球員可以跑四壘。若擊出之球在離本壘二百五十呎以內，擊球員祇可跑進兩壘。又擊球員必須依照壘位的次序，與每壘相接觸。

第三節 凡合法擊中的球如被擊入看臺，或超過任何屏障時，得算爲一次跑兩壘的擊中球。

第四十二條 擊球

凡合於下列情形之一者，都算爲『一擊』。

(一)擊球員擊球不中。

(二)發球員按例發好球，而擊球員不予以一擊者。

(三)不合法擊中球，不於飛行時被接者。惟擊球員曾擊兩次者，不在此例。

(四)凡輕輕推擊一球，結果被擊出場外，而未被接得者。

(五)發球員所發之球，擊球員擊而不中，而與其身體相觸者。

(六)凡不合法的輕擊球被接球員站在接球區域內接得者。

第四十三條 站在界外擊球

擊球員的足或雙足，於擊球時適在擊球區域以外者，就算是站在界外擊球。

第四十四條 擊球員出局

凡發生下列情形之一者，擊球員就須出局。

(一)擊球員按照排定的擊球次序，應擊球而不出場擊球；除非錯誤發覺，則另一擊球員應替補他的位置擊球，但『球』與『擊』必須算在替補擊球員的身上。祇有正式的擊球員得被宣佈出局，如爲非正式的擊球員，則其所擊的球和所跑的壘，都不能計分。又宣佈出

局，須在發球員向其次擊球員發球之前。又在第三擊球員被宣佈出局，因而使全隊也同時出局以後，那繼續擊球一隊的擊球員，必須爲該隊正式的擊球員，而且爲該隊擊球次序上在此時最應擊球之一人。

(二)擊球員若不能於裁判員發令擊球後一分鐘內到場的，就算爲出局。

(三)擊球員若擊一不合法的球，而此球在着地以前被場員接着的，擊球員就算出局。倘此球爲場員的帽子，護身，衣袋，或衣服等物所觸着，或在未被接着以前，擊着場上其他物件，就無須出局。

(四)擊球員若不按照本規則第四十三條的規定而擊球，就算爲出局。

(五)擊球員如想阻礙接球員，或在擊球區域外擊球，或有其他阻礙接球員的舉動，一概算爲出局；但如偷跑的跑壘員被迫出局，或按本規則第四十九條第十五節而被宣佈出局時，就不在此例。

(六)如第一壘被跑壘員所佔據，而擊球員已被宣佈擊球三次者，就須出局。

(七)擊球員在嘗試第三擊時，而被球觸着他的身體的一部分，則跑壘員按照本規則第四十八條第五節的規定，都不得進壘。

(八)在兩個跑壘員出局以前，同時第一和第二壘，或第一，第二，和第三等壘都被跑壘員佔據時，而擊球員忽擊一很好的飛球，但該球如被內場員所接得，擊球員就算是出局。在此種情形之下，裁判員應宣佈此球為一內場的飛球；但各跑壘員仍可離開本壘而冒險進取，如同遇着別種飛球一樣。但除非第一和第二壘，或第一，第二，和第三等壘都被佔據，而同隊中出局的球員尚在二人以下時，凡任何的輕擊球，其結果竟變成擊中的飛球者，仍不得視為內場的飛球。

(九)如裁判員按照本規則第四十二第四第五各節而宣佈「第三擊」時，擊球員就算是出局。

(十)如發球員已站在發球壘上而準備發球時，擊球員竟任意從擊球區域步行到其他區域，這個擊球員就算是出局了。

跑壘規則

第四十五條 跑壘的順序

第一節 跑壘員跑壘，應當按着第一壘，第二壘，第三壘，和本壘的順序。當他被迫返

壘時，他又須倒着次序，重開已經跑過的各壘。跑壘員之得壘，完全由於出局前一觸的緣故。他該繼續保持此壘，直到他合法地進至第二壘，或合法地讓壘給後來的跑壘員。每一跑壘員所得的分數，不得算為先前一跑壘員所得的分數。

第二節 跑壘員在跑壘的時候，不得擾亂場員，故意倒着順序返壘。犯此規則者，被球觸後即須出局，或跑壘員所欲達到之壘，被球先行觸着，亦須出局。

第三節 當跑壘時，先一個跑壘員離開原壘，被另一跑壘員佔領時，則在後之跑壘員就毋須出局。但先一跑壘員如依然回到原壘，而後一跑壘員竟被球觸着時，他就當出局。

第四節 如果先一跑壘員未觸壘即被罰出局，而後一跑壘員可順着次序觸壘，跑壘的資格並不因先一跑壘員之被罰，而受何種影響。如在一局中已有二人出局，則第四人在第三人依本規則第四十九條第十三節被罰出局後，就不得努力進壘了。如同樣情形之下，則擊球員雖擊球遠至場外，亦不得享本壘跑之權利。

第四十六條 跑壘資格

擊球員有下開資格之一者，即成爲跑壘員：

(1) 擊中球之後。

(2) 裁判員宣布「四球」之後。

(3) 裁判員宣布「三擊」之後。

(4) 擊球員無意擊球時，發球員發來之球，無法避免，致觸及身體或衣服時，亦得為跑壘員。若擊球員不設法避免發來之球，致觸及身體或衣服時，裁判員得按本規則第廿八條及第廿九條之規定，宣布為「一擊」或「一球」。

(5) 接球員阻撓擊球員擊球。

(6) 擊球員擊中之球，觸着界內裁判員或跑壘員的身體或衣服時，亦得為跑壘員。

第四十七條 進壘

在下列情形之下，跑壘員得進一壘，不得作為出局論。若規定能多進幾壘時，亦可按律辦理。

第一節 擊球員因「四球」之故，或被發來之球所觸着，或被接球員阻撓擊球，或擊中之球在未觸場員之前，觸着裁判員或跑壘員的身體或衣服時，均可跑進一壘。若擊中之球經過發球員以外之場員，或被場員（發球員在內）觸過之後，再觸着裁判員時，則

此球仍作有效論。若擊中之球觸着界外之裁判員，則此球仍屬有效。

第二節 擊球員因「四球」或被發來之球觸着，或被接球員阻撓擊球之故，裁判員得予以壘位，但其以前之跑壘員必須因被逼而讓位。

第三節 裁判員宣布「延誤」時，跑壘員得進一壘。

第四節 倘發球員發球過猛，竟越過接球員，觸着距本壘六十呎以內之任何房屋或籬笆時，跑壘員得進一壘。這時該球作爲「死球」。

第五節 跑壘員進行時，若被場員所阻撓，就可進一壘。若阻撓之場員意在接球，而且有球在手，預備觸跑壘員者，就不在此例。這時該球仍屬有效。

第六節 如場員用帽子或手套，或球衣之任何部分，阻止或接所擊之球與所擲之球，或將該帽子等與其本身脫離時，那麼被阻止者如爲所擊之球，跑壘員就可進三壘；若被阻止者爲所擲之球，則可進二壘。在此兩種情形之下，如跑壘員不顧慮出局的危險，更可盡量進壘。

第七節 若擲出或發出之球，觸着裁判員的身體或衣服時，此球就作爲有效。同時各跑壘員可盡量進壘。

第八節 倘擲出之球觸着界外之教練員，此球便作爲有效。若裁判員認該教練員有意觸及擲出之球，則跑壘員須回至以前所佔之壘位，同時該教練員須受「離開球場」之處罰。

第九節 若接球員離開其緊貼接球壘以後之規定地位，以幫助發球員故意予擊球員以壘位，此種舉動當然是不合法的。如接球員在球離發球員之手以前離開該地位時，各跑壘員得各進一壘。

第十節 接球員若在跑壘員由第三壘偷跑至本壘時，跑出接球壘之前，意在將球接住，那時裁判員就該宣佈「延誤」或「干涉」之處罰，令各跑壘員進壘，並令擊球員進第一壘。如接球員將擊球員衝出他的地位，或將他的球棒輕輕觸着，亦當受同樣之處罰。

第四十八條 返壘

跑壘員犯下列各例之一者，應回至本壘，但無出局之危險。

第一節 裁判員宣告界外擊中球未被場員合例地接着時。

第二節 裁判員宣告擊中球不合法時。

第三節 裁判員宣佈死球時，跑壘員須返壘。倘該球係第四次球，則跑壘員得按照本規則第四十七條第二節之規定，再進一壘。

第四節 裁判員在擊球區域之後，其身體或衣服阻撓接球員之球者。

第五節 發球員發來之球，擊球員未擊中，而觸着其身體之任何部分者。

第六節 若擊中之球，在未觸場員之前，先觸着裁判員時，除擊球員必須進壘外，跑壘員不得進壘。若各壘位均被佔住時，則可記分數。

第七節 裁判員如宣告擊球員或跑壘員因有阻礙舉動必須出局時，在此種情形之下，該擊球員或跑壘員必須回到他最所觸着的壘。

第八節 教練員如故意阻撓所擲之球，如本規則第四十七條第八節所規定者。

(注意)跑壘員如發生上述各項情形，而必須返其原有壘位時，那麼當他返壘時，就無須遍歷各壘。

第四十九條 跑壘員出局

跑壘員如發生下列情形之一者，就該出局：

第一節 如在宣布「三擊」之後，而第三次被擊之球未被接着，那時擊球員如意圖阻礙

接球員接球者，就算出局。

第二節 跑壘員在充當擊球員時將球擊中，而此被擊中之球，在着地或觸物之前被場員接着，就算出局。如該球被場員之帽或手套或球衣之任何部分所接觸，就不在此例。

第三節 跑壘員在充當擊球員時，如被宣布「三擊」，而其第三次所擊之球，在着地之前又被場員接着，就算出局。如該球被場員之帽或手套或球衣之任何部分所接着，或在未被接着之前，觸着場員以外之物件，就不在此例。

第四節 如在「三擊」以後，或球被擊中以後，跑壘員未跑到第一壘之前，被場員用球接觸，就算出局。

第五節 若在「三擊」以後，球被擊中以後，跑壘員未跑到第一壘之前，場員接着該球，將其身體之任何部分接觸第一壘時，該跑壘員就算出局。

第六節 當跑壘員本壘和第一壘間之後半部時，其所取之路徑若離開兩壘間之直線在三呎以外，（如本規則第七條所規定者）並且依裁判員的見解，阻礙場員把球向第一壘拋去時，該跑壘員就算出局。但如爲避讓場員接球起見，以致跑出路線之外，就不在此例。

第七節 當跑壘員跑壘時，因欲避免場員手中之球，以致離開兩壘間直線三呎以外時，無論順跑或返跑，都算出局。但場員若佔據他應跑的路線，作接球，他爲避讓起見，以致跑出路線之外，就不在此例。

第八節 若跑壘員不避讓場員接球，如本條第六節第七節所述之情形，或阻礙場員接球，或故意阻撓擲球，就算出局。但倘有數場員同時欲接球，跑壘員與其中之一或數人相撞，裁判員須判定該數場員中何人爲接球者。若跑壘員所撞者，爲裁判員所指定之接球人以外之場員，就無須出局。若擊中之球經過一內場員，而觸及跑壘員之背部，裁判員不得因跑壘員被球觸及之故，宣布其出局。裁判員下此種判決，必須深信該球確係經過一內場員，並須知其他之內場員無阻截該球之機會。若裁判員認定跑壘員故意用足踢該被擊中之球，以致內場員失去該球時，則該跑壘員因有阻礙之舉動，就須出局。

第九節 在發球有效時，跑壘員如被場員手中之球所接觸，就須出局。如他身體的一部分分離開他應佔的壘位，就不在此例。場員手中之球，在接觸跑壘員之後，仍須緊握在手。若跑壘員故意將球由場員手中撞落，就須出局。又場員握球在手時，爲避免該

球落下起見，仍不准上下其手。

第十節 若擊中球或界外球被場員接着之前，跑壘員已經離壘，當其未跑回以前，接球之場員已用球觸着他，就算出局。若球在上述情形中被接着，但發球員於場員未在該壘之前，或用球觸及跑壘員之前，將球擲向擊球區域，則無須出局。若跑壘員圖搶壘位，但在未被球觸着之前，該壘由其鈎脫離，就無須出局。跑壘員在佔有壘位時，如遇飛球觸着場員之手時，即可進壘。

第十一節 當擊球員成爲跑壘員時，若第一壘或第一與第二壘，或第一，第二，第三各壘均被佔着時，則跑壘之跑壘員，必須離其應佔之壘位。若他跑至次壘之情形，與跑至第一壘時相同，就該宣告出局。或在他以後之跑壘員出局以前，被場員手中之球接觸者，亦須出局。若裁判員判決該球爲本規則第四十四條第八節所述之場內飛球時，就不在此例。

第十二節 擊中之球在未觸着場員之前，而先觸着跑壘員時，就須出局。在此種情形之下，不得進壘。若擊球員爲勢所逼，必須進壘，在裁判員未將球放回時，雖進壘亦不記分，同時其他跑壘員亦不得出局。

第十三節 跑壘員進壘或爲勢所逼，必須回返原壘時，無論進壘或返壘，若未按照順序徧觸各壘，則場員手中之球，如觸了他未觸之壘，或場員手中之球觸了他時，一如他向第一壘進行時一般，他就須出局。若場員在未得球之前或未觸跑壘員之前，發球員已向擊球區域發球，跑壘員就無須出局。但如飛球被場員合例地接得，而該場員又觸着該跑壘員所曾佔據之壘，或以手中之球觸着該跑壘員，該跑壘員就須出局。

第十四節 裁判員在比賽暫停之後再行宣布「比賽」時，若跑壘員不重行接觸他在停賽時所佔據之壘位，就須出局。若場員在該壘未得球或未接觸該跑壘員之前，發球員已向擊球區域發球時，跑壘員就無須出局。

第十五節 若遇一人出局，或無人出局，而第三壘上有跑壘員佔住時，擊球員在本壘地位上阻礙比賽之進行者，跑壘員就須出局。

第十六節 若跑壘員越過在他以前的跑壘員，而在該跑壘員（即在前的一個）未正式宣布出局之前，他就須即刻出局。

第十七節 若裁判員認定第三壘旁的指導員接觸或握住第三壘上的跑壘員，助其回到或離開第三壘時，則該跑壘員就須出局。若此項舉動與該跑壘員無關時，他就無須出局。

第十八節 跑壘員向第一壘進行時，若觸過該壘位，即可跑過該壘，不能因離開該壘之故，而受出局之罰；但他必須趕速跑回第一壘，再觸這一壘，否則他就須出局。他若跑過第一壘時，又想要向第二壘進行，在未回返第一壘之前，他就不得享受不出局之權利。

第十九節 若第三壘被跑壘員佔住，場員正在或將欲接着未接着之擊中球，或擲球，或飛球時，而第三壘旁的指導員竟在壘線上，或靠近壘線向本壘跑去，以致場員把球向本壘擲去，這時裁判員得因指導員妨礙比賽之故，宣布該第三壘之跑壘員出局。

第二十節 若擊球一隊候球之隊員，無論一人或數人，站立或圍集在本隊跑壘員正欲進行之壘位四週，以致擾亂敵隊之進行或妨礙比賽之進行時，裁判員得因該隊隊員妨礙比賽之故，判令該跑壘員出局。

第五十條 裁判員應在何時宣布出局

裁判員得按本規則各條所規定，無須經球員之要求，判令擊球員或跑壘員出局。但本規則第四十九條中之第十、第十三、第十八各節，則不在此例。

第五十一條 教練員條例

教練員僅能對於跑壘員或擊球員盡指導之責。指導員或其他球員或管理員，不能用言語或標記激動觀衆，亦不得用言語侵及對隊球員，或裁判員，或觀衆。在球員與教練員線之間，祇准兩位教練員站立其間，他們須穿本隊球衣，一個在第一壘，一個在第三壘。倘若教練員人數超過法定人數之外，或教練員侵犯本條任何一節時，裁判員得令該教練員歸坐。若該教練員不於一分鐘內遵守命令，裁判員得處每個犯者以五圓之罰金；若犯者再犯規則時，就不得再行參加比賽，並須立時離開球場。

第五十二條 跑壘記分

跑壘員跑過三壘後，並在三人未出局之前觸過本壘，即算一分。若他跑到本壘或正在跑往該壘時，而同隊之第三人被迫出局，或未跑到第一壘時即行出局，就不得計分。若在他以前的跑壘員已爲第三個出局的人，他的跑壘就不得計分。

「強迫進壘」的定義

跑壘員被迫進壘的唯一條件，即在擊球員必須進壘，而跑壘員已合法地失去他再行佔據壘位之權，以致他必須被迫進壘。

第五十三條 裁判員及其職責

——執行判決之權——

裁判員爲球會之代表人。因此他就有權執行本規則之各條例。裁判員有權命令球員，或教練員，或隊長，或管理員進行或停止某項舉動，以求增益本規則之權力與效益。他更有權按照以下所載各條，處罰違犯本規則者。茲爲規定各裁判員之職責起見，凡判決「球」與「擊」者，稱爲「裁判長」，「判決壘位者，稱爲「場中裁判員」。

第五十四條 裁判長

第一節 裁判長之地位，應在接球員之後，負有監察比賽時各項舉動之責。除第五十五條所載場中裁判員執行之職責以外，裁判長應執行本規則中「裁判員」條下所規定之各項判決權。

第二節 裁判長應宣布並記算發球員所發之壞球爲「球」亦當宣布並記算所發之好球（如本規則第二十八條所規定，在擊球員能擊中之合法範圍以內，無論擊球員擊中與否）爲「擊」。或接球員在本壘十呎以內之地點接一界外球，或未擊中之球觸着擊球員之身體，或擊球員將球碰出界外，或界外擊中之球未被接着（擊球員如已有二擊時

則爲例外) 裁判長應宣布爲「擊。」凡發出之球未經過本壘壘位時，裁判長不得宣布其爲「球」或「擊。」

第三節 在左列情形之下，裁判長有判決壘位之權。

(1) 若球被擊中，而第一壘已有人佔住時，他必須至第三壘判決壘位。

(2) 若兩個壘位或兩個以上之壘位已被人佔住時，他可接受球員之要求，判決第三壘位之跑壘員是否在飛球被接着之前離開該壘位。

(3) 若跑壘員在第三壘與本壘之間被球觸着，同時其他壘位或數壘位已被佔住，他應當照臨近本壘之跑壘員下判斷。

第四節 祇有裁判長有宣布「放棄比賽」之權。

第五十五條 場中裁判員

第一節 裁判員可照自己的意思，站在場中最適宜的地位。對於壘位下判決。他對於第一壘和第二壘，均宜加以裁判。至於於第三壘，除本規則第五十四條第三節所規定，須歸裁判長裁判外，其餘各節亦歸他裁判。他和裁判長有同等之權，宣布發球員之「延誤。」並執行本規則第十四條第四節及第廿七條第二節之規則，禁止球員在球上應

用其他物件，並禁止「戲弄」之傳球。

第二節 裁判員應盡力協助裁判長執行比賽時之各規則。除「宣布放棄比賽」之權須裁判長執行外，他和裁判長有同等之權，可令違犯本規則之球員出場，或處以罰金。

第五十六條 裁判員之判決權

場內裁判員所下之判決 如擊球之爲界內球或爲界外球，跑壘員之應留位或應出局，發球之爲「擊」或爲「球」或其他一切關於裁判之正確事宜，不得有抗議。其所下之判決，除其自信係違背本規則以外，不得有更動之處。惟隊長有權根據本規則，對裁判員提出抗議，及請求更動所下之判決。若隊長發見裁判員所下之判決與本規則之一節有抵觸時，同時裁判員如亦有疑點，則在未應付隊員之請求以前，可與另一裁判員商議。無論在何種情形之下，任何裁判員不得批評或干預另一裁判員之判決，但此舉如經一個裁判員之請求者，不在此例。

第五十七條 單人裁判員之職責

若祇有一個裁判員受委裁判全部的比賽，則該裁判員之職務與權限，得執行本規則之各條。他可隨意站在場中最宜於執行職務的地點。

第五十八條 不得懷疑所下之判決

無論在何種情形之下，管理員，或隊長，或球員，均不得對於裁判員所下之判決有所爭論。

第五十九條 與賽各球隊不得撤換裁判員

在錦標比賽時，與賽各隊不得因彼此之同意，撤換裁判員。但場中職員如因損傷或疾病不能執行職務時，則不在此例。

第六十條 犯規之處罰

第一節 球員，教練員，或管理員有犯本規則者，須罰其即刻出局和出場，並按照球會會長所定之期限，暫禁其在本隊效勞。但發球員如違犯本規則第十四條第四節，或第二十七條第二節者，則罰其十天之內不得參加比賽。裁判員如令球員，教練員，或管理員出局後，在比賽時期中彼等須至本隊房間坐候比賽之結束，或離開場地。若有不遵命令者，裁判長可宣布該隊放棄比賽。

第二節 凡違犯左列各條者，裁判員得處以二十五圓之罰金：

(一) 在更換球員時，管理員或隊長未通知裁判員者。

(2)取消比賽資格或被罰出場之球員，在出場時經過場地者。(凡被罰出場之人，應繞道於場地之外，不得經過場地。)

凡被命就坐之球員或教練員，如不在一分鐘內遵命照坐者，即處以五圓之罰金。

第三節 凡球員因不滿意於裁判員之判決，而在坐橙上叫喊者，裁判員應先予警告。如依然不停止叫喊，裁判員得令犯者離開坐橙。若裁判員無法查明誰爲叫喊者，得令全體替補員離開該橙。但管理員或隊長得有權在本隊房室內，招請比賽時確實需要之替補員。

第六十一條 裁判員報告犯規

裁判員處球員以罰金或令其出局後，應於十二小時以內，呈送報告書於棒球會會長，並說明處罰之理由。

第六十二條 球會會長應通告被罰球員

棒球會會長在接得裁判員之報告書以後，須立即通知被罰之球員與其所屬之隊球。若被罰之球員於接到通知書以後，在五天以內不將罰款繳付球會會計者，則該球員此後就無參加錦標比賽之權，並在錦標比賽時亦無坐長橙之權；須待罰款交清後，方有參加比賽

之權。

第六十三條 處罰暴烈的舉動

球員或職員如發生暴烈舉動：如用污言或毆打球員，教練員，管理員，或裁判員，因而被罰出局，裁判員須於四小時內將處罰之詳細緣由，報告棒球會會長。

第六十四條 比賽時應用之物件

裁判員於比賽未開始以前，應查明本規則所規定比賽時應用之物件是否齊全。

第六十五條 場地規則

第一節 如因觀衆擁擠，羣集於場地之四週，則主隊管理員或隊長應規定阻止棒球觸及觀衆之特別場地規則。但此項規則須得客隊管理員或隊長之同意，方屬有效。倘客隊管理員或隊長不予以同意，裁判員便有權規定並執行此項特別規則，並將此項規則宣布於觀衆之前。

第二節 若球場上無觀衆，而球擲往於看臺，或穿過或越過球場四週之籬笆，或擲往於球員所坐之長櫈，（無論該球是否彈回於球場內）或擲入觀衆前鐵絲網之孔內時，跑壘員就得進兩個壘位。倘該擲出之球係由內場員所擲出，則裁判員在准許跑壘員進壘時

，應按照發球時跑壘員所處之地位，而定其應否進壘。倘該擲出之球係由外場員所擲出，則裁判員在准許跑壘員進壘時，亦當按同樣規則辦理之。

第三節 裁判員亦當詢問主隊管理員或隊長有無其他球場特別規則須待實行者。如有，則裁判員應將該規則通知客隊管理員或隊長，並注意雙方能否遵章行事。惟此項特別規則，不得抵觸本規則所定之各項，並須得客隊管理員或隊長之同意，方屬有效。

第六十六條 正式宣告

裁判員應在規定之開賽時而宣告「比賽，」在合法的阻礙事件發生時宣告「停止，」在比賽終結時宣告「一場。」在未開賽之前，宣告擊球員之姓名及比賽時球員之更換。在觀衆擁擠時，又當宣告特別之場地規則。裁判員又當將兩隊管理員或隊長所定停賽之時間，宣布於觀衆。

第六十七條 暫停比賽

裁判員得按左列之緣由，宣告暫停比賽：

第一節 若裁判員因天雨、天暗，或其他理由，須暫停比賽者，就該記下暫停時間，並於暫停三十分鐘後仍不能繼續比賽時，宣布停止比賽。

第二節 若裁判員或球員因意外事故不能在場服務時，或令犯規之球員或觀客出場時，或因火災，虛驚，及其他特別情形發生時，得宣告暫停比賽。但球員因欲取得所擊之球或所擲之球而發生意外時，裁判員不得宣佈暫停比賽，直至裁判員以爲該球員實不能再行比賽時，方可宣告暫停。

第三節 因合法之緣由而比賽必須暫停時，裁判員應宣布「暫停」，其時比賽應立時停止，俟其宣布「比賽」時，方可重行比賽。在暫停時間內，一切有關比賽的事，如出局，跑壘，記分等均當停止。裁判員應於球回至站在發球區域的發球員之後，方可宣布「暫停」。但此條不適用於本規則第三十三條第三節，亦不適用於發生火災，虛驚，風暴，球員或裁判員遭遇意外時。

第六十八條 場地規則

第一節 在比賽時間內，場上除球員，穿球衣之教練員，兩隊之管理員，及裁判員以外，任何人不得進場。但看守球房之人，因維持秩序必須進場時，亦可准其進場。

第二節 每球隊應有充分警察，以維持每隊球場上之秩序。倘觀衆於比賽時間內進入場內，致阻礙比賽之進行，則客隊可於球場未恢復原狀以前拒絕比賽。倘在十五分鐘內

、球場仍不能恢復原狀，則比賽之勝利即屬於客隊，其分數爲九與零之比。（無論已經比賽幾局）

第六十九條 各項名詞之定義

第一節 「起賽」爲裁判員於比賽開始時或比賽暫停後，再行開始時所發之命令。

第二節 「暫停」爲裁判員於比賽暫停時所發之命令。暫停時間不得超過一天。

第三節 「一場」爲裁判員於比賽完畢時所發之宣告。

第四節 「一局」爲一隊有九球員輪流擊球時有三球員出局後，裁判員所宣布之名詞。

第五節 「候球」是擊球員在擊球區域擊球時之名稱，須俟其出局或成爲跑壘員後爲止。若擊球員因被發來之球擊中，或因「壞球」或因擊犧牲球，或因受接球員之阻礙而得進至第一壘者，不得算爲「候球。」

第六節 「合法」係指符合本規則所規定之各條例而言。

第七十條 記分規則

爲統一奪標比賽之記分起見，我們特訂定下列各項，以作記分員在記分時之指導。

擊球員之記錄

第一節 記分表中的第一項，在各球員之姓名及地位之後，應載該球員在一場中候球的次數。但本規則第六十九條第五節中所載之例外，不得列入於本項內。

第二節 記分表中的第二項，應載各球員跑壘的次數。

第三節 記分表中的第三項，應載各球員「擊中球」的次數。

第四節 如在末局的後半時，因跑壘順利，使擊球員跑完本壘，那時，因他的一擊而得的跑壘之次數，應記在他的名下；但他所得的分數，不得超過他所跑的壘的次數。除非擊球員將球擊出場外，他便可得一跑完本壘之分數；但在跑完本壘之前，他是應當依次觸過每個壘位。

擊中球之記分規則

第五節 擊中球須按下列記分：

被擊中的球，（如第三十七條所規定者）使擊球員得平安到達第一壘者。

「擊中球」局部的或完全的被場員阻止，但不能於擊球員跑到第一壘或逼出另一跑壘員之前，將球擲往第一壘或別壘者。

凡擊球過猛，致內場員或發球員一時不能將球接得，因而不及使該擊球員或其他跑壘

員出局者。倘在此時球被其他場員接得，因而將擊球員或跑壘員強迫出局者，就不得記分。若對於此舉有疑點時，擊中之球應記分，場員無須記錯。

因擊球過弱，致場員不能將球取得，因而不使該擊球員或其他跑壘員出局者。

凡跑壘員因被擊中之球所觸而出局，除所觸之球為自己所擊者外，擊球員應得分。

凡裁判員之身體或衣服被擊中之球所觸，如本規則第四十六條第六節所規定者。

凡跑壘員如因被逼而出局者，不應記分。

場員於取得擊中之球以後，不使擊球員出局，而使跑壘員出局，此類舉動稱為「場員之選擇」。若跑壘員已出局，或當出局而因有「錯誤」之故而不出局，則擊球員所擊中之球應作候球論，不得算為擊中球。若跑壘員未出局，亦無「錯誤」發生，如他旋轉該球，亦當作候球論，不得算為擊中球。如他有意撞擊該球，應記「犧牲擊球」的分數。若記分員以為擊球員不得在第一壘出局時，也應當記分。

犧牲擊球

第六節 「犧牲擊球」應載在總結欄內。

若無人出局，或祇一人出局，擊球員因碰擊射球之故，使跑壘員得進一壘，而本人則

在未到第一壘以前已出局，此項犧牲擊球應記在該擊球員名下。

場員之記錄

第七節 記分表中的第四項，應載每一場員使對方出局之人數。倘擊球員因不合法的擊球，或因第三次碰擊之故，或被自己所擊之球所觸着，或因阻礙接球員的緣故，或因不按擊球的順序而被罰出局者，此項分數應爲接球員所有。倘跑壘員因擊一內場騰空球之故而被判出局，此項分數應歸於那使跑壘員出局的球員。但該跑壘員如因自己舉動的不當，或因裁判員的宣告而出局者，就不在此例。如跑壘員因被所擊之球所觸着而出局者，則此項分數應歸於當時與球最接近之球員。

八節 記分表中的第五項，應載每一場員協助其他球員使對方場員出局的次數。凡用傳球或其他方法協助本隊球員使對方球員出局者，祇能算爲一次的協助。

場員發球或傳球給同隊球員，因而達到使對方球員出局的目的者，亦可算爲一次的協助。但同隊的球員如發生錯誤時，就不在此例。

凡球員對於對隊所擊出之球，設法用手套或身體的任何部分加以阻止，因而促成擊球員或其他跑壘員之出局者，亦可算爲一次的協助。

場員如發一不佳的球，雖幸而使跑壘員出局，也不得算爲一次的協助。凡發生錯誤後而繼續進行的球賽，通常稱爲『新的球賽』，故任何球員如於發生錯誤後，不繼續參加『新的球賽』者，就不得以『協助』計分。

凡發球員在發球給擊球員時，竟直接助成一偷回本壘之跑壘員之出局者，不必給以『協助』一次的分數。

凡球員因傳球或接球之故，使對方球員因『阻礙』或跑出界線外而出局者，均當各給一次『協助』的分數。

在球離開發球員的手以後，與該球重返他的手中之短時間內，如繼續有二人出局，謂之雙出局。

錯誤

第九節 記分表中的第六項，應載每一場員因錯誤而致延長擊球員候球之時間或延長跑壘員佔壘之時間，或使跑壘員進佔壘位之種種錯誤。但因『壞球』之故，或因擊球員被發來之球擊中，或因延誤球，漏接球，及野球等（若擊球員因此種球之故而跑到第一壘者，則不在此例。）而使擊球員因而進壘者，不得列入第六項之內。

若野球因係阻止偷壘而發的，不得算爲接球員的錯誤。若跑壘員因此而多進一壘時，則不在此例。

接球員或內場員如欲達到「雙出局」之目的因而失機的，不得算爲「錯誤。」但若擲球過野，因而使對方球員多得一壘的，就算是錯誤了。若球員將擲來的球失落在地，以致不能達到雙出局之目的者，亦算爲「錯誤。」

若守壘員未將所擲來準確之球接着或阻止，致跑壘員得進一壘者，就算他的錯誤，不得算爲擲球人的錯誤。（若有特別情形則爲例外。）若此種球係向第二壘射去，則記分員應判定該項錯誤究竟屬於第二守壘員，抑屬於遊擊球員。

若場員未接着騰空球，但立刻將球拾起擲向壘位，因而使對方球員在其他一壘出局者，就不得算爲錯誤，且當以「強逼出局」記分。

若接球員未將第三「擊」之球接着，以致擊球員得佔第一壘者，應算爲錯誤，但發球員應記分。

若第一守壘員（或發球員，或佔據第一壘時之第二守壘員）將擲來之球接着，有充分之時間能使擊球員出局，但却不接觸第一壘位，應算爲錯誤。本項規則，在場員於任何

壘位上促使對隊球員之出局者，均可應用。

偷壘

第十節 凡跑壘員不以擊中球，出局，擲球，或錯誤之故而得進壘位時，應算爲偷壘。但有左列情形者，不得算爲偷壘。

在兩個或三個跑壘員嘗試偷壘時，如其中之一被罰出局，其餘的跑壘員不得算爲偷壘。若跑壘員滑過壘位被觸出局時，不得算爲偷壘。

(一) 若跑壘員於開始偷壘時，而發球員忽發生延誤，就不能算爲偷壘。

(二) 若跑壘員於開始偷壘以後，場上忽發生發球過野或接漏球等情事，該跑壘員就不得算爲偷壘，同時該犯規之球員應記錯誤一次。

若內場員接着接球員擲來之球而又失落，致應出局之跑壘員未被出局，則該內場員應記錯誤一次，同時該跑壘員不得算爲偷壘。

凡跑壘員因對隊冷淡之故而得進壘者，不得算爲偷壘。

「野球」與「漏接球」之定義

第十一節 凡發球員所發之球，離擊球區太高，或太低，或太遠，以致接球員不克在其

力量以內阻止該球，因而使擊球員進至第一壘，而使跑壘員得另進一壘者，就算是野球。

凡發球員所發來之球，在未到達發球區以前已經着地，且經過接球員之左近，致使跑壘員得進壘位者，就算是野球。

擊球員如被『第四次球』所擊中，應算爲『被發球員所擊中。』

凡發球員發來之球，爲接球員所能接着或加以阻止者，但該接球員竟未能接着，亦不加以阻止，致跑壘員得因而進壘時，則該接球員應記「漏接球」之錯誤一次。

「額外所得分數」之定義

第十二節 凡因與發球員不發生關係而得的分數，謂之「額外所得分數。」凡球員之到達本壘，如專靠「安全擊，」「犧牲擊，」「偷壘，」「出局，」「因發球不準而得位，」「擊着擊球員「野球，」或「延誤」等，致場上投接的工作無施展之機會者，均稱之爲「額外所得分數。」

發球員如對於接球上的錯誤致疑，並在決定跑壘員應否得位時，場上其他之球員對於此點均當予以充分之協助。凡發球員所發生之接球上的錯誤，應與其他接球上的錯誤

視為一律。凡因接球員之干涉，接球上之錯誤，或接漏球等致使擊球員得到遠第一壘者，便不得算為額外所得分數。如接球的一隊，不能利用當前所有的機會使對方的球員出局，亦不能算為額外所得分數。

為計算發球員在本季所得之百分率起見，我們應將本季內球員所得之額外分數，用該發球員在本季內發球之總次數來均分，再乘以九數，這樣，就可發見他在每場盡職的效率。

「由擊球而得分」之定義

第十三節 「由擊球而得分」這個名詞裏面，包含由「安全擊，」「犧牲擊，」「內場出局，或擊球員成為跑壘員等等而得到的分數。倘一隊出局的球員尚未到兩人，而對隊因發生錯誤之故，致一隊在第三壘上之跑壘員得以跑回本壘者，我們應給擊球員以擊球的分數。

第七十一條 總結

總結欄所應包含之事如下：

(1) 每一局之分數，及每一隊所跑之總次數。

(2) 每一球員偷壘之次數。

(3) 每一球員犧牲球擊之次數。

(4) 每一球員之一擊二壘位之次數。

(5) 每一球員之一擊三壘位之次數。

(6) 每一球員跑回本壘之次數。

(7) 每一隊之二人或三人回壘之次數，及該球員之姓名。

(8) 每一壘球員因擊球而獲得之分數。

(9) 每一發球員發回幾局之次數。

(10) 與發球員無關之壘位擊之次數，及「候球」之次數。其式如左：

擊中……………：四局六次

五次時一人出局

(11) 擊球員因發球員所發之好球而出局之次數。

(12) 發球員因壞球之故而給對方球員以壘位之次數。

(13) 發球員所發野球之次數。

- (14)發球員所發之球擊着擊球員之次數。(被發之球員亦應記入)
- (15)接球員接漏球之次數。
- (16)比賽之時間。
- (17)裁判員之姓名。

最新乒乓球規則

近年以來，提倡乒乓球者，日盛一日，而完美標準之規則，則尙付缺如。中日兩國，有鑒于斯，特於中華民國十六年二月廿二日，召集各國代表於上海，會議乒乓球規則。當時中國代表委員爲俞斌祺（中華全國乒乓球聯合會主席委員），胡鐵吾（中華全國乒乓球聯合會委員），金季明（中華全國乒乓球聯合會委員），何逸雲（中華全國乒乓球聯合會委員），林澤蒼（中華全國乒乓球聯合會委員），會議記錄委員張永勛（中華全國乒乓球聯合會委員）；日本代表委員爲久島福太郎（日本全國桌球協會幹事），倉知四郎（上海日本人桌球協會會長），木村政司（上海日本人桌球協會理事），城戶尙夫（上海日本人桌球協會幹事長），會議記錄委員福島敬藏（上海日本人桌球協會理事），高鍋實（上海日本人桌球協會幹事），顧問前田寅治；美國代表愛格來（顧問），英國代表霍金氏（顧問）等。議既定，曾在第八屆遠東運動大會施用，頗得各國之贊許。

第一章 乒乓球用具及球場

第一條 乒乓球檯面規定以長方形格式照下式圖樣。規定如下

A 檯長九呎，闊四呎八吋；

B 檯高二呎七吋；

C 檯面必須以標準球由檯面五呎高墜之於檯上能躍起二呎五吋至二呎八吋者爲標準；

D 檯面厚以一時至一時四分爲度；

E 檯色以深綠色顏料塗之 (Dark Green) (不宜加漆) 檯之四邊加以四分之三之一吋 (即六分) 闊之白色邊線。

第二條 檯之兩端退步地位各十呎，檯之兩傍各六呎，檯面離天花板九呎以上。

第三條 開球之界線箱，闊爲三呎六吋，長三呎九吋，四周圍以界線劃之，其規律照下行之；

A 四周圍開球界線，闊爲四分之一吋。(即二分) 以深黃色 (Brown) ..

B 開球界線宜離二傍邊線各六吋，離張網處爲八吋；

C 檯之兩端已有白色之邊線。此深黃色之開球界線，可不必重加 (邊線闊爲六分。

第四條 網須架於檯之中央，裝置應如下支配：

A 網高六吋七五（即六吋六分）；

B 網長五呎八吋（故兩邊宜凸出檯外各六吋）；

C 網之顏色宜潔白，網眼七五之一方吋；（即六分見方）

D 網邊顏色以深黃色爲宜（即棕色 Brown），邊之闊爲一吋之四分之三（即六分）；

E 網須密接兩柱，與檯面緊結，張如水平線；

F 兩柱直徑爲一吋之四分之三（即六分）。

第五條 網高六吋四分之三，（即六吋六分）柱爲圓形，柱頂端作凹形，張網線嵌其中央與檯面成直角形。

第六條 球板宜用木製，平滑，不得加油漆。長不得過八吋，闊不得七吋。（柄不在其內）

第七條 球之表面宜平滑潔白，以火棉參樟腦製成“Celluloid”。

A 球重自 1 — 13.5 至 1 — 13.25 安士；

B 球之周圍以四吋十六分之十一，即 11 — 4.16 吋；

C 球之躍力以離檯五呎，高落之能躍起至二呎五吋至二呎八吋者爲合格。

第二章 球場

第一節 總則

第八條 兵乓比賽以甲乙二人對擊，各守其檯之半面。

第九條 每一比賽員，只許執一兵乓板。

第十條 比賽開始以擲幣 (Toss) 以定誰先開球；但開球者必須依裁判員之右方開發。

第十一條 競技者由裁判員發令「預備。」雙方球員即宜準備；若再令「起賽。」則雙方開始比賽。

第十二條 報告勝負之數目，以開球者起始計算。

第十三條 競技勝負以先獲十點者為勝一回 (即 One game)；倘各得九與九之時為同點 (Deuce)，是後以先得三點者為勝；若各得二與二之時，曰又同點 (Deuce regain) 由此推類。

第十四條 勝敗以回為一局 (5 Games one Set)。一方以先勝二回 (3 Games) 為勝。如得雙方同意時，能照下述施行：

A 比賽回次可以增加或減少；

B 或以三回爲一局，或以六回爲一局均可。

第十五條 如一方面達五點之時，及 (Duce) 或 (Duce again) 之時，必須交替開球。

第十六條 雙方對換地位，以勝敗一回行之。

第十七條 雙方在比賽時，賽員不得休息。

第十八條 第一組賽畢，第二組繼續賽，兩組相隔時間不得過五分鐘；但已賽過之球員，繼續比賽時，得休息十分或二十分以內。

第二節 開球

第十九條 開球方法以手持球，以板擊之，先落在自方之檯上，而躍至對方。

第二十條 開球須過網躍至對方橫直界線箱內；但球板不能高過於網，亦不能入檯。

第二十一條 開球時須先落己方一躍過網至對方開球界線箱內。

第二十二條 開球以一次爲限。

第二十三條 開球時應得正裁判員發令後行之。

第三節 球在賽時

第二十四條 下列稱好球：(Good Ball)

A 開球；

B 對方擊來之球，經着檯上一躍者，方能回擊；

C 除開球外，球過網躍至對方觸網觸柱觸檯邊者，皆好球，詳述於下：

(a) 球觸網而過者，即球自己方一躍過網而至對方者(球過網時觸網者)；

(b) 球觸柱而過者，即球觸柱而落在對方者；

(c) 球觸線者，即球過網而觸對方之檯邊或檯端而無正確之躍度者，爲“Touch Ball”。

(d) 球自擊出後，身體或球板觸網，(但球板不能觸網)；

(e) 手持球板而偶觸手指而擊出者；

(f) 球在比賽，遇中途擊破時，由裁判員察其情形，由正裁判發令停止。(Time)

作不計勝負。

第二十五條 以下皆稱不利，(No) 犯規者失一點：

A 開球不合規則者；

- (a) 開球時偶不慎而球離手未擊而墮檯面或落地板者。
 - (b) 球在擊時板觸網者。
 - (c) 球擊不出己方之網者。
 - (d) 球在開球時越網而至對方出於開球界線箱之外者；
- B 球過網而至檯外者；
- C 球過網而觸物者。(除觸網觸柱外；)
- D 球在一躍以上觸板或觸手者；
- E 球在賽時，賽員之身體觸網觸柱或板離手觸網觸柱者；
- F 球自己方至對方，而對方擊而未中，縮回至己方者，對方負一球。(名縮球；)
- G 球自對方至己方未落檯上而回擊者，或球似在檯外而回擊者；
- H 身入檯內擊球，球觸身者；
- I 在擊球時空手觸檯者；
- J 在擊球時板觸網者；
- K 在擊球時身體撲於檯上，而兩足離地者。

第二十六條 以下皆稱不作勝負，即 (Discount) ..

- A 正裁判員未發令而開球者；
- B 凡遇有對方之球不能回擊時，得由正裁判發令而許可者（裁判須述理由；）
- C 在開球時觸網觸柱觸檯之邊線者，如“Net in”“Post in”or“Cover”等..
- D 球在賽時，對方移動檯面而乙方不能應付時；
- E 遇有不測而停止比賽者，當由裁判員察其情形而決勝負，（或作廢重比；）
- F 正裁判員發令休息者。

第三章 比賽

第一節 總則

第二十七條 比賽分團體比賽，個人比賽二種。

第二十八條 如有意見，應在未發令前發表。名單必須預先排定，不得臨時更改。

第二十九條 比賽如遇中止時，察其比賽情形，於事實上所不能者，得由裁判員及發起

人會議議決或延期。

第三十條 比賽勝敗，以組數計算；倘在相等時，作不計勝敗，延期再比，或以總回數“Grime”計算之；但必須預先聲明。

第三十一條 如違下列規則者，正裁判員宣告比賽員負一分。(Onehint)；若仍固執違命者，全隊作負論。

A 比賽開始後雖經正裁判員宣告而該賽員不繼續比賽者；

B 當時球在未經擊來擊去之時，該賽員有阻礙比賽進行者；

C 賽員經正裁判員發令警告後，而猶不從停止其比賽者。

第三十二條 比賽者不能按時到場，或不能繼續比賽，概作棄權論；但在團體比賽時，正式名單上無名之預備員可代其缺；但事前須得對方隊長之同意。

第三十三條 個人比賽時不准派預備員補充代替。

第三十四條 團體比賽，雙方須在五人以上，每隊須推隊長一人為該隊全權代表。

第三十五條 團體比賽按章以勝分之多少決定之。凡勝分多者，當屬為勝。

第二節 比賽方法

第三十六條 比賽方法，以淘汰法(Tournament)循環制(League)二擇其一施行之；但

遇有難施行時，如得雙方同意，得兼用之。

(註) 如個人比賽，人數太多，採循環制頗費時日，倘採淘汰法，未免公平失當，在此時，可先用淘汰，再用循環，無不使人美滿。

第三十七條 淘汰法以加入賽員，一分爲二，得勝者再比之，至終得勝者爲勝。(註！如失敗一次者，卽不能再比。)

第三十八條 循環制以每一賽員或每一團體比賽，自首至尾，以成績最優者爲錦標，次者爲第二。由此類推。

(但在事實上不能施行時，可採用半循環制。(Quasi League Method) 限定人數施行之。)

已失敗幾次，得勝幾次，必有相遇，以成績最佳者爲錦標，次者第二，由此類推。

但有不便施行時，由雙方同意，可以淘汰循環兩法兼用之。

第三十九條 淘汰法以不戰勝者，卽人員派定而一方棄權而不出席者。

第四章 裁判者

第四十條 裁判員以第三者担任之，（即與二隊無關係者；）但在不得已時，不在此列。

第四十一條 裁判員二人。一人爲正裁判，一人爲副裁判，如遇必要時，應有巡邊員二人，記錄員一人。

第四十二條 正裁判員必須裁判公正，確實，副裁判員助其一切。

第五章 附則

第四十三條 如在比賽時，有規則以外之事發生者，由裁判員及發起人會議而定之。

第四十四條 本規則如有修改時，必須經中日兩國代表大會通過，得履行之。（每年至多一次。）

第四十五條 本規則由中日兩國議定，時在中華民國十六年二月二十二日在中國上海。

最新乒乓球規則附錄

上海乒乓球聯合會之簡章及組織法

第一章 定名

第一條 本會定名為上海乒乓球聯合會。

第二章 宗旨

第二條 本會以提倡乒乓球運動聯絡各隊感情為宗旨。

第三章 會員

第三條 本會員有修改上海乒乓球規則俾各隊共趨一致之責任。

第四條 凡中華民國國民組織之乒乓球隊設於上海者皆得入會。

第四章 組織

第五條 本會以入會各隊伍為單位。

第五章 選舉

第六條 本會設下列各職員：會長一，副會長一，幹事一，會計一，書記一。

第七條 本會會務暫分各股，計：

- 一、總務股 股長一，由會長兼任之，股員由股長聘任之。
- 二、經濟股 股長一，由會計兼任之，股員由股長聘任之。
- 三、宣傳股 股長一，由書記兼任之，股員由股長聘任之。

四、競賽股 股長一，由幹事兼任之，股員由股長聘任之。

五、裁判委員會設委員七人，主席由會長兼任之，委員由主席聘任之。

第八條 本會職員，由各隊代表大會選舉之。任期一年，連舉得連任之。

第九條 凡屬本會會員，均有被選舉權。

第六章 罷免

第十條 本會職員有不盡職務事，經三隊以上之提議，五隊以上連署，得提出不信任案，由會長交表決，以定去留。如會長遭不信任案，則該次大會暫時退席，由副會長代行主席。候大會認該案不成後，始重行其職務。

第七章 開會

第十一條 本會代表大會會議，每年舉行二次，定三月九月舉行之。

第十二條 全會職員會議，每月至少舉行一次。

第十三條 凡遇必要時得由會長召集各項會議，或有三隊以上之提議，五隊以上之連署，得請會長召集特別大會。(附)各項會議 則臨時訂之。

第八章 經費

第十四條 本會年費，定每年每隊壹元。

第十五條 本會遇各項杯賽，每隊徵收競賽費兩元，個人錦標比賽，每人徵收賽費半元。

第九章 比賽

第十六條 本會每年至少舉行各隊比賽及個人錦標賽各二次。

第十章 權利

第十七條 凡入本會各隊及各隊隊員，均得參加各項比賽之權利。

第十一章 修改

第十八條 本會簡章經三隊以上之提議，五隊以上之連署，大會三分之二以上之同意，得修改之。

第十二章 施行

第十九條 本會簡章，自公佈日施行。

附代表大會會議細則

(一)代表大會每六個月舉行一次，由會長定期召集之。

- (二) 凡加入本會之乒乓球隊，皆得推派代表二人，參加會議。
- (三) 凡出席之代表，須攜有所屬球隊之證明書。
- (四) 凡出席人數，在過半以上者，始作法定人數。
- (五) 本會會長，係代表大會之當然主席。
- (六) 本會書記，係代表大會之當然記錄。
- (七) 凡本會一切過去之賬目及工作狀況，須於代表大會中由負責職員報告之。
- (八) 代表大會負有修改章程，稽核賬目，審定經費，考查會務及選舉職員等職權。
- (九) 代表大會之會議期間，以一日為限；但遇必要時得延長之，至多不得超過二日。
- (十) 本細則經代表大會通過後，施行之。

■附職員會議細則

- (一) 職員會議，每星期舉行一次。
- (二) 本會會長係會議時之當然主席，書記係當然記錄。
- (三) 本會職員，無故不得缺席。
- (四) 本會議以過半數出席為法定人數。

- (五)各職員應將過去所負之工作於會議時報告之。
- (六)本會一切會務，皆由職員會議討論決定之。
- (七)本會細則，經職員會議通過後，施行之。
- (八)本細則有未盡善處，得隨時由職員會議通過修正之。

最新籠球規則

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，就要分為兩期，並在兩個時期中，休息五分鐘。

第七條 職員

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打球打進場內，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。

第三例 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。在這四根桿子上邊，用繩子繞成一樣長方的框子，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，球落下來的時候，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，本隊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；但不可把球停在手內。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。

最新手球規則

第一章 球場

第一條 球場之大小。

(甲)最大 長四十呎，寬二十呎，前牆高十六呎。

(乙)最小 長三十五呎，寬二十呎，前牆高十四呎。

(注意) 按四牆球場之寬長，係長四十至五十呎，寬二十至二十五呎，前牆高十六至二十呎。按本書所定規則，均可適用。

(註一) 底線之後，宜留餘地五呎，以備參觀者之用。(四牆球場則倍之)

(註二) 如有月樓，則其前牆至少須在地板十呎以上。

(註三) 如球場之大小，不能照上項標準時，則牆之比例，約為高四寬五。其邊線應與牆成直角，長為高之二倍半，勻分為二部，其中線須與前牆成平行線。

第二條 球場應勻分為內外二場，其中線與前牆相平行。該線即謂之「發球線。」(See

rvise Line)

第三條 外場近發球線之兩隅，即發球線與邊線之交點，留三方呎之空位，稱爲「發球員區域。」(Partners, boxes)

第二章 球

第一條 球名 (Irish Ace) 係橡皮製成，直徑爲一吋又八分之七。離地四呎擲下時，其彈力不得低於三十吋，但至高不得過三十六吋，始可稱爲標準球。如標準球不能置備時，可以網球代之。

第三章 比球

第一條 每一次比球，以二十一點爲一局，入局人數，二人至四人均可。

第二條 何人先發球，可以抽籤法決定之。發球人應依次更換。

第三條 比賽員之發球者，爲發球員 Server，其接球者，爲接球員 Receiver。

第四條 如發球員失敗，則退爲接球員，而接球員進爲發球員，以下均照此輪流擔任。

第五條 發球時，兩足須立在發球地點以內，俟球落地躍起，方可發出。球既落地後，則可以一足跨出球線外，以手擊球。（如用四牆球場，則球既擊及前牆，乃可觸天花板，或兩傍牆壁，惟必須落在外球場內。球落外球場後，復觸傍牆或後牆時，在球未落地以前，可以還擊。）

第六條 凡發球未過發球線，或球發出底線或旁線外，或球未擊及前牆，而先觸地板或天花板等，均係錯誤。（Fault）倘接球員願意還擊，亦無不可，但於二次錯誤時，該發球員即須停職。

第七條 發出之球，已騰躍過發球線者，對手得於球落地或尚未落地時還擊之。

第八條 發球員可在兩邊發球地點，任擇一角發球兩次。除擊球時可以跨出發球線一步之外，平時必須在發球線之後。

第九條 發球員須於發球之先，口呼「預備」(Ready)。接球員即答以「起賽。」(Play)

第十條 發球員既退後，應給以充分時間，使得就其位置，方可起賽。（見第九條設接球員嘗試還擊，則可作爲已有準備。）

第十一條 發球無論成敗，如接球員尙未準備，不能列入勝負記錄。

第十二條 除第六條外，球既離發球員之手時，即爲比賽之開始。（由公證人決定之）

第十三條 發球員發出之球，落在邊線及底線以內，接球員既經準備後，無論因何故不能還擊時，（除第六條規定外）則發球員勝一點。

第十四條 發球者勝，乃可記分。

第十五條 發球員以下列各項，而損失其發球之資格：

(a) 如兩次發球，均不能擊及前牆，或雖及其前牆，而不能落入外球場者。

(b) 如於遊戲時，不能將球還擊者。

(c) 還擊之球，落在球場之外者。

(d) 犯第六條之規定者，（依照公證人判定）。

第十六條 球落於線上時，一律作爲落於場內。

第十七條 四人比賽規則如下：

(a) 同組者可繼續發球兩次，惟須輪值。但開始遊戲時，發球組祇准一人發球。

(b) 發球員之球員，須相對立於發球地點內，俟球擊出發球線後，乃可自由行動。

(c) 如不按次序發球，則發球員立予停止發球，並將其所得點數扣除。

第十八條 三人比賽之規則如下：

(a) 如各人獨記點數者，則發球員應輪流發球。

(b) 如分一人與二人爲二組者，單人組先發球，俟其停止發球，則雙人組之二人繼續發球，與四人比賽同。

第十九條 發球員擊球時，有下列各項之規定：

(a) 球擊及發球員或其同組球員時，發球員應停止發球。

(b) 球發出後，如擊及其同組球員，發球員即負一點。

(c) 如球擊及對方球員，則發球員勝一點。

(d) 如球觸及場內職員，則以「障礙」論。(Hinder)

(e) 如其觸及觀客。(如無月樓或觀客地位)則不計勝負，另行發球。

第四章 障礙

第一條 當球員可以正式還球時，忽爲觀客阻攔。

第二條 球員被對方有意或無意阻礙，以致失却良好機會還球。

第三條 球如觸及場內任何物具，而該物具又較牆爲低。

第四條 球於前進時，爲對方球員所阻止。

第五條 凡爲「障礙」，則不必計勝負。

(註) 如遇以上各種情形時，仍須將球還擊。

第五章 擊球

第一條 擊球時祇可用一手，且不可用足還擊。

第二條 還球時不可連擊。

第三條 如犯第一第二條，則須罰接球員一點，或令發球員停止發球。

第六章 職員

第一條 職員爲公證人，記錄員，及巡邊員等。

第二條 公證人。公證人之職務爲解決發球還球之各項問題；球之落在場內或場外；球

之是否障礙或錯誤；及解決本規則所未載明之爭執等。

第三條 記錄員。記錄勝負點數，及報告一切。如有月樓，記錄員應處身月樓中。

業餘運動規則

(一)業餘運動之主旨

本會對於中國運動員參加國際及全國各區省市縣等各種運動比賽之業餘資格，訂定其主旨如左：

一、某項運動之職業運動員或明知故犯而已成爲職業運動員者不得參加該項或任何一項運動。

二、業餘運動員不得因參加運動比賽損失其薪水而收受金錢之貼補或酬報。

(二)業餘運動之定義

第一條 業餘運動員，祇爲愛好運動而參加比賽。

第二條 運動員之爲金錢或他種進益而參加任何一項運動比賽，或在應得之服裝及旅宿等費上，取得額外之利益者，則該運動員在任何運動中，均成爲職業運動員。

第三條 運動員未經主管之高級機關許可，而明知故犯與職業運動員，作同隊或對抗比賽者，即成爲職業運動員。

第四條 凡教授訓練或指導運動員，或從事於任何體育工作而受薪金者，均爲職業運動員。

第五條 明知故犯而成爲職業運動員，永遠不得恢復其業餘資格。

第六條 業餘運動員，對其所參加之運動比賽，不得與人作金錢賭賽或與賭賽中發生關係。

第七條 業餘運動員，不得參加爭取無法鑄刻相當字樣之獎品或紀念品之任何運動比賽。

第八條 業餘運動員所得之獎品，其價值不得超過當地通用銀幣百元；但經中華全國體育協進會之特許者不在此例。

第九條 業餘運動員不得將所獲之獎品出售典押或贈送與人。此項獎品，必須保存，以便隨時受中華全國體育協進會之檢查。

第十條 業餘運動員，不得頂替或冒用他人姓名而加入任何比賽。

第十一條 業餘運動員，於赴會出席比賽或由運動會回來時，除實際支出之火車輪船及膳宿等費外，不得收受任何金錢或其他進益。無論如何，所給費用，不得超過火車輪

船上一個客位之普通價目及每日十元或其相等數之膳宿等費。如會中供給膳宿者，則每人每日零用費，不得超過當地通用銀幣兩元。

第十二條 業餘運動員，不得爲其訓練員按摩員或其親友，接受旅費或任何開支。

附註：（此條之意義，非謂訓練員等之旅費不能支付；但此項費用，不能由運動員提出要求或付給於運動員。）

第十三條 業餘運動員不得因加入體育會或其他體育機關爲會員，或繼續其會員資格而收受直接或間接之報酬。

第十四條 業餘運動員收受任何款項，應分別出具收據。此項收據應妥爲保存，以備隨時交付中華全國體育協進會檢查。

第十五條 凡運動員之經售運動器具者，並不作爲職業運動員。

第十六條 業餘運動員，不得因使用某公司某廠家或某經售處之物品而受報酬；亦不准用其姓名作廣告宣傳或因報酬而讚助某公司某廠家之物品。

第十七條 業餘運動員，不得以本人之照片作商店廣告。

第十八條 運動員之並非明知故犯而成爲職業運動員者，停止比賽一年後，仍可恢復其

業餘資格。

第十九條 運動員於其資格能力及成績等，如作虛偽之報告，即失去業餘之資格。

第二十條 不得爲個人利益，而提倡業餘比賽。

第二十一條 業餘運動員於本人所參加之任何運動競賽會（或競賽會中之一部分比賽）中，不得兼充報館訪員，而受其金錢。

第二十二條 出國比賽之時，業餘運動員經中華全國體育協進會之特許，得收受金錢爲置辦服裝或其他個人用品之費。

中小學體育課程標準

我國中小學課程，向無標準。自民國十七年起，教育部聘任專家，組織中小學課程標準起草委員會，主持其事。十八年七八十三月，分別公布暫行標準，令各省市教育廳局試行一年。次年八月，部令延長試驗研究時期一年。迨至二十年六月，各省市將試驗研究結果，呈報到部。教育部以前委員會各項標準，有變更必要，乃另行聘任專家，改組為中小學課程及設備標準編訂委員會，從事彙集各方意見，研究修訂。本可即日頒行，不幸部次長審核未完，而九一八事變繼至，此項標準，暫行擱置。二十二年，朱部長家驊到任後，重聘委員，將各項標準，加以審核修改。計自八月一日至五日止，共開大會五日，將各項標準，編訂就緒。

中小學體育課程標準，係全部課程標準之一部份，經教育部設立之體育委員會，作最後之修正。二十一年十月二十日，教育部頒行小學體育課程標準，同年十一月三日，公布高初中學體育課程標準；並規定自二十二年度第一學期起全國各學校應一律實施新標準。

第一 目標

(一)發達兒童身體內外各器官的功能，以謀全體的適當發育。

- (二) 順應兒童愛好遊戲的本性，發展其運動的能力，並養成以運動為娛樂的習慣。
- (三) 培養兒童勇敢，敏捷，忍耐，誠實，公正，快活等的個人品格，並犧牲，服務，和協，互助等團體精神。

第二 作業 類別

- (一) 遊戲。
- (二) 舞蹈。
- (三) 運動，（包括模仿運動，機巧運動，器械運動，球類運動，田徑運動，簡易國術等。）
- (四) 運動會及遊戲比賽。
- (五) 游泳（有相當設備及指導者方可練習）。
- (六) 其他如姿勢的訓練和比賽。

第三 各學年作業要項

運	蹈舞	戲	遊		
九、八、模、遠、足、等、 山、仿、運、動、登、	七、簡、易、土、風、舞、 六、聽、琴、動、作、	六、五、四、 鄉、競、募、 士、技、仿、 遊、遊、遊、 戲、戲、戲、	三、二、一、 追、故、唱、 逃、事、歌、 拍、遊、遊、 人、戲、戲、 遊、(、	第一・二學年	
105分		150分		時間 每週	
十、 二、 二、 跳、 遠、	九、八、七、 運、簡、機、 徑、單、巧、 短、運、的、 跑、動、球、 動、類、	六、五、 土、歌、 風、舞、	五、四、三、 鄉、募、競、 士、擬、爭、 遊、遊、遊、 戲、戲、戲、	二、一、 繩、競、追、 等、技、逃、 (、如、遊、 跳、	第三・四學年
105分		150分		時間 每週	
七、六、五、 架、器、田、 各、械、徑、 種、低、運、 上、跳、架、 運、法、高、	四、三、 土、歌、 風、舞、		三、二、一、 繩、競、 士、爭、 遊、遊、 戲、戲、	一、 競、技、 (、如、 跳、	第五・六學年
		180分		時間 每週	

動	其他	附註
	九、姿勢訓練 十、準備操	一、課外運動以課內運動時間所教學的活動為主。 二、課外每天應有集團運動和個人自由活動。 三、足球，籃球，由年齡較高的兒童運動。
(三) 擲遠跳 (四) 立定跳 (五) 跳高 (六) 遠足，登山等	十一、姿勢訓練 十二、準備操	
八、游泳 九、遠足，登山等。	八、姿勢訓練 九、準備操	

第四 教學要點

(一) 體育上應有的設備，應盡量擴充。

(二) 體育教材選擇，應根據兒童的身體，年齡和技術程度的高下；並須適合兒童的生理和生活的需要。

(三) 課內所用的材料，最好和課外的活動一致，以便兒童在學習之後實地應用。如

是並能使兒童預知應用的地方，學習時能格外努力。

(四) 材料和方法，都須以興趣爲主。並須顧及品德，防止虛偽，欺詐，驕傲等一切不良習氣的發現。

(五) 兒童自然的活動，爲不妨害兒童身體和學校秩序的跑跳等，不應禁止，且宜提倡，以發展兒童對於活動的機警和速度。

(六) 我國固有兒童遊戲，如「踢毬子」「造房子」等，應當盡量提倡。本地方固有的兒童遊戲，也應選擇好的，盡量提倡。

(七) 我國固有的拳術和其他武術，於相當時地，也可選用爲高年級的教材。

(八) 準備操，如整隊，步伐，轉向，變排等，在每次上課時間內，低年級不得過五分鐘，中年級不得過六七分鐘，高年級不得過七八分鐘，并且要自然而不流於機械。

(九) 兩級以上如採用每日定時的集合操（如早操午後操等），時間宜短，教材應以模仿運動爲主。

(十) 遊戲運動宜就各兒童的擅長和嗜好，迅速的分隊組織，分組活動。教員則指導

輔助，或參加某組運動。

(十一) 鼓勵兒童保持好的姿勢，應舉行姿勢比賽。每週舉行一次姿勢檢查之外，每日並於兒童作文寫字等作業時，注意檢查。每月每學期結算，比較團體或個人的優劣，教員也應時時注意好姿勢的保持，以爲兒童模範。

(十二) 應採用適宜的測驗方法，如麥克樂氏「運動技術標準」等考查兒童的成績，是否因身體的發展而進步，並使兒童自己知道進步的度量而努力學習；教育也可審查教授的效果而求教學方法的改良。

(十三) 按學校的情形，定每學期或每年舉行運動會一次。運動會分下列兩種：(一) 以個人爲單位，(二) 以團體爲單位。

(十四) 低年級注重跳繩，踢毽，拍球，投圈，擲囊，打棒，造房子，滾鐵環，乒乓球等的個人或團體的比賽。

(十五) 指導兒童作身體發育的記錄，以使兒童努力圖謀身高體重等的正當發育。

初級中學體育課程標準

第一 目標

- (一) 鍛鍊體格，使身心發育健全，以作振興民族之準備。
- (二) 從團體運動中培養服從、耐勞、自治、忠勇、合作、守紀律及其他公民道德。
- (三) 養成生活上所需要之運動技能。
- (四) 增進肢體反應之靈敏。
- (五) 養成優美正確之姿勢。
- (六) 養成以運動為娛樂之習慣。

第二 時間支配

- (一) 正課每星期三小時。
- (二) 早操每晨十分鐘。
- (三) 課外運動每日至少半小時。

第三 教育大綱

- (一) 第一學年
- (二) 遊戲

(二) 機巧運動。

(三) 活潑器械運動(冬季用之)。

(四) 球類運動。

(五) 田徑賽運動。

(六) 國術。

(七) 舞蹈(男生酌減)。

(八) 天然活動，包括游泳，滑冰，爬山，騎乘，搖船及其他，在課外時間盡量採用。

(九) 改正體操，凡體格有缺點之學生選修之。

(十) 基本練習，採取球類運動、田徑運動、器械運動之基本動作，以自然之方法教授。

(十一) 和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

(二) 第二學年

(一) 遊戲。

(二) 機巧運動，

(三) 團體混、連續器械運動，

(四) 球類運動，

(五) 田徑運動(女生酌減)，

(六) 國術，

(七) 舞蹈(男生酌減)。

(八) 天然活動，包括游泳、滑冰、爬山、騎乘、搖船及其他，在課外時間盡量採用。

(九) 改正體操，凡體格有缺點之學生選修之，

(十) 自然體操，

(十一) 和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

(三) 第三學年

(一) 遊戲，

(二) 機巧運動，

(三)活潑器械運動。

(四)球類運動。

(五)田徑賽運動(女生酌減)。

(六)國術。

(七)舞蹈(男生酌減)。

(八)天然活動，包括游泳、滑冰、爬山、騎乘、搖船及其他，在課外時間盡量採用。

(九)改正體操，凡體格有缺點之學生選修之。

(十)自然體操。

(十一)和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

第四 實施方法概要

(一)作業要項

(一)正課。

(二)早操。

(三) 課外運動。

(四) 各種課外活動之組織。

(一) 校內比賽，

(二) 校際比賽，

(三) 遠足旅行，

(四) 各種設計及表演。

(二) 教法要點

(一) 相機應用普通教學法之全部學習法與分析學習法，及教育心理學之準備律、練習律、效果律。

(二) 正課，早操，與課外運動三者，應互相聯絡，避免重複，以免學生厭倦。

(一) 正課內各項運動，注重基本之訓練與方法規則之教授，教師工作較重。

(二) 課外運動注重學生之實際練習；教師僅負管理之責。

(三) 早操或課間活動，注意身體之和緩活動；其作用在調劑生活，以自然動作為主。

(三)多採用團體比賽方法。

(四)每學期至少舉行技能測驗一次，學期開始時，預先佈告測驗方法，以鼓勵學生平時努力練習。

(五)國術宜從鍛鍊體格入手；姿勢宜正確，動作宜活潑，並須明瞭各動作之意義與功用。

(六)無室內體育設備之學校，應盡量利用室內普通之設備，作特殊體育活動。

(七)衛生上之設備如浴室之類，應充分設置。

(八)利用節假日，作大團體之體育設計活動，如慶祝會聯合運動會等。

(九)與其他團體作體育上之聯合，以資比較而策進步。

(十)盡量採用能力分組織法。

體育分級，不能按照普通智力分級。因各地學生年齡不齊，身體發育程度不同，同年級之學生未必適用同類之教材；故在可能範圍內，應盡量採用能力分級。分級方法，應以下列六種為標準（參考附錄）。

(十一)每學年于開學時，舉行健康檢查。

(十二)自然體操。

(十三)教授各種運動時，遇不能應用全部學習法，或姿勢不正確時，可用基本練習，以練習其各項運動之基本方法。

第五 附錄 分級方法

(一)性別。(二)身體檢查之結果。(三)年齡體高體重。(四)體能。(五)技能。(六)學級。

現在將六種分級方法，簡單說明如下：

(一)性別男女自十二三歲以後發育漸漸不同，興趣亦異，是以初中以上之體育，應完全分班上課。

(二)健康檢查之結果 健康檢查為學校行政最重要件之一，至少每一個學生應每年檢查一次。檢查之結果，應作為體育分級之參考。身體發育不良，或有缺陷之學生，均應特別教授。

(三)年齡體高體重 年齡不齊，發育不同，同在一起上體育課，極難教學，採用年齡，體高，體重，分級方法之學校甚多。有僅用一種者，有二種合用者，有三

種合用者；而以三種合用爲最佳。麥克樂之運動技術標準分數表，可供應用。現將一個簡單方法，附列於後，應用時仍可變通。如表上共分七級，吾人可以按照實際初中學生所得之指數，分成二級或三級。

男生年齡體高重分級表

指數	年歲	齡月	體高英寸	體重磅	指數	指之數和	級別
1	9—6	以下	50以上	61以下	1	12以下	A
2	9—6	至9—11	50	61—64	2		
3	10—0	10—5	51	65—67	3		
4	10—6	10—11	52—53	68—70	4		
5	11—0	11—5	54	71—75	5	12—20	B
6	11—6	11—11	55—56	76—80	6		
7	12—0	12—5	57—58	81—85	7	21—29	C
8	12—6	12—11	59	86—89	8		
9	13—0	13—5	60—61	90—94	9		
10	13—6	13—11	62	95—100	10	30—37	D
11	14—0	14—5	63	101—106	11		
12	14—0	14—11	64	107—112	12	38—47	E
13	15—0	15—5	65	113—117	13		
14	15—6	15—11	66	118—122	14		
15	16—0	16—5	67	123—127	15	48—57	F
16	16—6	16—11	67	128—130	16		
17	17—0	17—5	68	131—133	17		
18	17—6	17—11	68	134—135	18		
19	18—0	18—5	69	136—138	19	57以上	G
20	18—6	18—11	69	139—141	20		
21	19	以上	69以上	141 以上	21		

例如 13歲 2月之男子
59英寸高
95磅重

1 公尺 = 39 $\frac{1}{2}$ 英寸

年齡指數為 9
體高指數為 8
體重指數為 10
指數之和為 27 = "C"級
1 公斤 = 2.2磅

女生年齡體高重分級表

指數	年歲	齡月	體高英寸	體重磅	指數	指之數和	級別
1	9—6	以下	50以下	61以下	1	12以下	A
2	9—6	至9—11	50	61—64	2		
3	10—0	10—5	51	65—67	3	12—20	B
4	10—6	10—11	52—53	68—70	4		
5	11—0	11—5	54	71—75	5	21—29	C
6	11—6	11—11	55—56	76—80	6		
7	12—0	12—5	57—58	81—85	7	30—37	D
8	12—6	12—11	59	86—89	8		
9	13—0	13—5	60—61	90—94	9	38—47	E
10	13—6	13—11	62	95—100	10		
11	14—0	14—5	,,	101—105	11	48—57	F
12	14—6	14—11	,,	106—110	12		
13	15—0	15—5	63	111—113	13	57以上	G
14	15—6	15—11	,,	114—115	14		
15	16—0	16—5	,,	116—117	15	57以上	G
16	16—6	16—11	64	118—119	16		
17	17—0	17—5	,,	120—121	17	57以上	G
18	17—6	17—11	,,	121—122	18		
19	18	以上	64以上	122 以上	19		

例如 17歲2月之女子

62英寸高

102磅重

年齡指數為17

體高指數為10

體重指數為11

指數之和為38 = "E"級

1公尺 = 39 $\frac{1}{8}$ 英寸

1公斤 = 2.2磅

(四)體能 此指天生之能力而言。此項能力與體育之關係，正如智力之於他種學科，有同樣之關係。但在體育界，現尚無劃一標準之體能測驗。各校所採用者大多未能根據科學方法制定。比較可靠之標準則爲卜氏體能測驗（參考）；Brace D. K. *Measuring Motor Ability* A. S. Barnes Co New York 惟應用時，仍須具有一種研究之精神。

(五)技能 此指學習得來之能力而言。測驗技能方法可分普遍與特殊兩種。例如從各種體育活動中選出五種六種或十種之自然動作，如跑、跳、拋、擲之類，即可用爲普遍之技能測驗。又可用簡單機器測驗，如體力測驗等。至於特殊之測驗，各運動各有其自己之測驗，譬如籃球可以用下列幾種測驗：

(一)投罰球 (二)投籃、接球、傳球 正確 (三)拍球投籃 (四)自由投籃 (五)傳球速度。以上五種分級方法 (一)與 (二)絕對不可缺少；其餘三種亦應完全採用，如果感覺困難時，至少須選用一種。下列三個舉例，可供參考。

(附註) 學級與成績之關係，自屬非常密切，但現在一般分級法每忽視之。須知此種分級標準，亦可使每級獲得其相當之教學成績。

(例一)打破普通年級制度

第一步 按照性別，將各年級學生，分爲男女二組。

第二步 將一年級男生及女生，各按檢查身體結果，將需要特別矯正活動者分

出爲一組，稱爲「子」組。然後按體能或技能測驗或二者合用將其餘學生分爲「丑」「寅」兩組：在全級百分之三十或四十以下者爲「丑」組，其餘爲寅組。

第三步 將二、三年級男生女生，按照第二步分開。惟僅將無須矯正之學生分爲三組：成績在最低百分之廿五或三十以下者爲「丑」組，最高百分之廿五或三十以上者爲「卯」組，其餘中間者爲「寅」組。

第四步 將第二等三兩步所分之組合併，子同子合爲甲組，丑同丑合爲乙組，寅同寅合爲丙組，卯爲丁組，於是全校男女生各分爲甲乙丙丁四組。

第五步 如學生多，且教員不止一人，則以上四組仍可分爲若干組如下：

甲組 按個人之情形再分，將缺陷相類者分在一組。

乙組丙組 可按年齡體高重再分之。

丁組 可就學生之興趣，選修各種選科，如武術，競賽運動，技巧運動，舞蹈等再行分組。

附註 如果按此例分組上課，排時間表時必須注意。最好每日下午三點以後，專為體育時間，不排他課。

(例二) 按照普通年級制度

第一步 將每班分為男女兩組。

第二步 將每班按照身體檢查結果，將須特別矯正運動者分出為一組。其餘再按照年齡、體高、體重、體能、或技能，分為若干組。仍舊同班上課，但用分組教學法。各組設組長，幫同教員負秩序及領導之責任。教員對於組長，須另外加以指導及教學。

(例三) 以上兩例的調和辦法

教授時間按例(二)組織，練習時間按例(一)組織

高級中學體育課程標準

第一 目標

- (一) 繼續鍛鍊體格，使身心發育健全，以作振興民族之準備。
- (二) 從團體運動中繼續訓練公民道德。
- (三) 養成生活上所需要之運動技能。
- (四) 改進身體發育之不良姿勢。
- (五) 養成以運動為娛樂之習慣。

第二 時間支配

- (一) 教授時間，每星期二小時。
- (二) 早操，每晨十分鐘。
- (三) 課外運動，每日至少五十分鐘。

第三 教材大綱

(一) 第一學年

(一) 遊戲。

(二) 團體混合連續器械運動。

(三) 球類運動，

(四) 田徑運動(女生酌減)。

(五) 國術。

(六) 舞蹈(男生酌減)。

(七) 天然活動，課外盡量採用。

(八) 改正體操，身體有缺點者行之。

(九) 採取球類運動，田徑運動，器械運動之基本動作，以自然之方法教導之。

(十) 和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

(二) 第二學年

(一) 遊戲，

(二) 器械運動，

(三) 球類運動，

(四) 田徑運動(女生酌減)。

(五) 國術，

(六) 舞蹈(男生酌減)。

(七) 游泳滑冰，課外練習。

(八) 改正體操，身體有缺點者行之。

(九) 基本練習。

(十) 和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

(三) 第三學年

(一) 器械運動。

(二) 球戲。

(三) 田徑運動。

(四) 國術。

(五) 舞蹈(男生酌減)。

(六) 天然活動。(包括游泳，滑冰，爬山，騎乘，搖船及其他) 在課外時間盡量應

用。

(七) 改正體操，身體有缺點者行之。

(八) 團體混合連續器械運動。

(九) 和緩運動(不宜于激烈運動者選修之)。

(附註) 如因天時關係，不能在室外上課時，可于室內講演體育道德及運動規則等。

第四 實施方法概要

(一) 作業要項

(一) 正課。

(二) 早操。

(三) 課外運動。

(四) 各種課外活動之組織：

(一) 校內比賽。

(二) 校際比賽。

(三) 遠足旅行。

(四) 各種設計及表演。

(二)教法要點

關於高中體育教學法，除初中各原則外，尤應注意於領袖之訓練。以備出校後領導社會體育。茲將教法要點分列如下：

(一)盡量應用普通教學法之全部學習法與分析學習法，及教育心理學之準備律，練習律，效果律。

(二)正課，早操，與課外運動三者，應互相聯絡，避免重複情形以免學生厭倦。

(一)正課內各項運動，注重基本訓練及方法規則之教授，教師工作較重；

(二)課外運動，注重學生之實際練習，此時教師僅負管理之責；

(三)早操，或課間活動，注意身體之和緩活動，其作用在調劑生活，以自然活動為主。

(三)多採用團體比賽方法。

(四)每學期至少舉行技能測驗一次，學期開始時，預先佈告測驗方法，以鼓勵學生平時努力練習。

(五)國術宜從鍛鍊體格入手，姿勢宜正確，動作宜活潑，並須明瞭各種動作之意義

與功用。

(六)無室內體育設備之學校，應盡量利用室內普通之設備，作特殊體育活動。

(七)衛生上之設備，如浴室之類，應充分設置。

(八)依各校之環境，訂定技能。健康常識各種標準。

(九)利用節假日，作大團體之體育設計活動，如慶祝會聯合運動會等。

(十)與其他團體作體育上之聯合，以資比較而策進步。

(十一)每年于開學後三星期內，舉行全校學生之健康檢查。

(十二)盡量採用能力分組辦法。

體育分級，不能以普通智力為標準，因各地學生年齡不齊，身體發育程度不同；同年級之學生未必適用同類之教材；故在可能範圍內，應盡量採用能力分級法。分級方法，應以下列六種為標準（參考附錄）。

(十三)自然體操。

第五 附錄 分級方法

(一)性別 (二)身體檢查之結果 (三)年齡體高體重 (四)體能 (五)技能 (六)學級現在將此

十種分級方法簡單說明如下：

(一)性別 男女自十二三歲以後，發育漸漸不同，興趣亦異，是以高中普通科之體育，應完全分班上課。

(二)健康檢查之結果 健康檢查，為學校行政最重要事件之一，至少一學生每年應檢查一次。檢查之結果，應作為體育分級之參考。身體發育不良，或有缺陷之學生，均應特別教授。

(三)年齡體高體重 年齡不齊，發育不同，同在一起上體育課，極難教學。採用年齡體高體重分級方法之學校甚多。有僅用一種者，有二種合用者，有三種合用者，而以三種合用為最佳。麥克樂之運動技術標準分數表可供應用。茲舉一簡單方法附列於後，亦可供應用，用時仍可變通，譬如表上共分成七級，應用時可按照實際高中學生所得之指數，分成二級或三級。

男生年齡體高重分級表

中小學體育課程標準

指數	年 歲	齡 月	體高 英寸	體 重磅	指數	指之 數和	級別
1	9—6	以下	50以上	61以下	1	12以下	A
2	9—6	至9—11	50	61—64	2		
3	10—0	10—5	51	65—67	3		
4	10—6	10—11	52—53	68—70	4	12—20	B
5	10—0	11—5	54	71—75	5		
6	11—6	11—11	55—56	76—80	6		
7	12—0	12—5	57—58	81—85	7	21—29	C
8	12—6	12—11	59	86—89	8		
9	13—0	13—5	60—61	90—94	9		
10	13—6	13—11	62	95—100	10	30—37	D
11	14—0	14—5	63	101—106	11		
12	14—6	14—11	64	107—112	12		
13	15—0	15—5	65	113—117	13	38—47	E
14	15—6	15—11	66	118—122	14		
15	16—0	16—5	67	123—127	15		
16	16—6	16—11	67	128—130	16	48—57	F
17	17—0	17—5	68	131—133	17		
18	17—6	17—11	68	134—135	18		
19	18—0	18—5	69	136—138	19	57以上	G
20	18—6	18—11	69	139—141	20		
21	19	以上	69以上	141 以上	21		

例如 13歲 2月之男子
59英寸高
95磅重

年齡指數為 9
體高指數為 8
體重指數為 10
指數之和為 27 上 "C" 級
1 公斤 = 2.2 磅

1 公尺 = 39 $\frac{1}{8}$ 英寸

女生年齡體高重分級表

指數	年 歲	齡 月	體高 英寸	體重磅	指數	指之 數和	級別
1	9—6	以下	50以下	61以下	1	12以下	A
2	9—6	9—11	50	61—64	2		
3	10—0	10—5	51	65—67	3	12—20	B
4	10—6	10—11	52—53	68—70	4		
5	11—0	11—5	54	71—75	5	21—29	C
6	11—6	11—11	55—56	76—80	6		
7	12—0	12—5	57—58	81—85	7	30—37	D
8	12—6	12—11	59	86—89	8		
9	13—0	13—5	60—61	90—94	9	38—47	E
10	13—6	13—11	62	95—100	10		
11	14—0	14—5	,,	101—105	11	48—57	F
12	14—6	14—11	,,	106—110	12		
13	15—0	15—5	63	111—113	13	57以上	G
14	15—6	15—11	,,	114—115	14		
15	16—0	16—5	,,	116—117	15	57以上	G
16	16—6	16—11	64	118—119	16		
17	17—0	17—5	,,	120—121	17	57以上	G
18	17—6	17—11	,,	121—122	18		
19	18.	以 上	64以上	122 以上	19	57以上	G

中小學體育課程標準

例如 17歲 2月之女子

62英寸高

102磅重

1公尺 = 39 $\frac{1}{8}$ 英寸

年齡指數為17

體高指數為10

體重指數為11

指數之和為38 = "E"級

1 公斤 2.2磅

(四)體能 此指天生之能力而言。此項能力與體育之關係，正如智力之於其他科學。有同樣之關係，但在體育界內，現在尚無劃一標準之體能測驗。各校所採用者，大多未能根據科學方法制定。較可靠之標準為卜氏體能測驗（參考 Brace, D. H. *Scale of Motor Ability Tests* Barnes & Co New York）。惟應用時仍須具有一種研究之精神。

(五)技能 此指學習得來之能力而言。測驗技能之方法可分為普遍與特殊兩種。例如從各種體育活動中選出五種，六種，或十種之自然動作，如跑，跳，拋，擲，之類，即可用為普遍之技能測驗。又可用簡單機器測驗，如體力測驗等。至於特殊之測驗，各種運動各有其自己之測驗，譬如籃球可以用下列幾種測驗：

- (一)投罰球
- (二)投籃接球
- (三)傳球正確
- (四)拍球投籃
- (五)傳球速度

以上五種中，(一)與(二)絕對不可缺少。其餘三種亦應完全採用，如果感覺困難時至少須選用一種。下列三個舉例可供參考。

附註 學級與成績之關係自非常密切，但現在一般分級每忽之。然須知此種分級標準，亦可使每級獲得其相當之教學成績，故分級時仍須顧及學級。

例(一)打破普通年級制度

第一步 按照性別，將各年級學生，分爲男女二組。

第二步 將一級男生及女生，各按檢查身體結果，將需要特別矯正活動者分出一組，稱爲「子」組。然後按體能或技能測驗或二者各用將其餘學生分爲「丑」「寅」兩組：在全級百分之三十或四十以下者爲「丑」

組，其餘爲「寅」組。

第三步 將二三年級男生及女生，按照第二步分開。惟僅將無須矯正之學生分爲三組：成績在最低百分之廿五或三十以下者爲「丑」組，最高百分之廿五或三十以上者爲「卯」組，其餘中間者爲「寅」組。

第四步 將第二第三兩步所分之組合併。子同子合爲甲組，丑同丑合爲乙組，寅同寅合爲丙組，卯爲丁組，於是全校男女生各分爲甲乙丙丁四組。

第五步 如學生多，且教員不止一人，則以上四組仍可再分爲若干組如下：

甲組 按個人之情形再分，將缺陷相類者分在一組。

乙組 丙組可按年齡體高體重再分之。

丁組 可就學生之興趣選修各種選科，如武術，競賽運動，技巧運動，舞蹈等，再行分組。

附註 如果按照此例分組上課，排時間表時必須注意。最好每日下午三點以後，專為體育時間，不排他課。

例(二)按照普通年級制度

第一步 將每班分爲男女兩組。

第二步 將每班按照身體檢查結果，將須特別矯正運動者分出爲一組。其餘再按照年齡，體高，體重或技能，分爲若干組。仍舊同班上課，但用分組教學法。各組設組長幫同教員負秩序及領導之責任，教員對於組長，須另外加以指導及教學。

(三)以上兩例之調和辦法。

教授時間按例(二)組織，練習時間按例(一)組織。

國民體育實施方案

十八年秋，教育部乘西湖展覽會之便，擬召集全國體育會議，聘褚民誼君爲籌備主任，後以事遷延。自國難發生，提倡國民體育，振刷民族精神，更刻不容緩；於是褚君於二十一年夏初，重申前議，乃由教部提出三十四次行政院會議通過，於八月十六日起，舉行第一次全國體育會議五日討論國民體育方案，及統一訓練問題，以謀全國體育之統一，增進推進之效力，並聘吳蘊瑞，袁教禮，郝更生三專家爲國民體育實施方案草案委員。三君受委之後，先行擬定有組織有統系之大綱，由北平體育界同志，加以批評修正後，再行起草。復將草案鉛印百餘份，分寄各地體育界領袖，又徵得無數意見；於是復將方案擴充，故方案由三君起草而參以數十人之意見也。大會開會，組織方案草案整理委員會，除原有起草三委員外，另推尙樹德，張應蘭，吳邦偉，董守義，王子佩，吳圖南等委員，將大會提案，按其性質及連帶有關係者，歸併列入，以爲補充與修正，復經大會之分組審查，將大會議決案包括於方案之中，方案所有，而議決案所無者，亦加入之，於是經六次全體大會之修正，國民體育實施方案，乃正式由全國體

育會議通過。而由教部修正核准後，於十月十八日，頒布施行之，此後全國各省市之各級教育行政機關之體育行政之組織及設施，各地體育推行之方法，體育師資之訓練，及學校體育，民衆體育之實施，將悉以此方案爲歸依。

第一 目標

- (一) 供給國民機體充分平均發育之機會。
- (二) 訓練國民隨機運用身體以適應環境之能力。
- (三) 培養國民合作團結抗敵禦侮之精神。
- (四) 養成國民俠義勇敢刻苦耐勞之風尚，以發揚民族之精神。
- (五) 養成國民以運動及遊戲爲娛樂之習慣。

第二 行政與設施

(一) 行政及組織系統

全國各級教育行政機關應有體育行政組織如下：

甲、教育部

- (1) 教育部體育委員會。

(2) 主管體育科。

(3) 主管體育之督學。

乙、各省教育廳及行政院直轄市教育局

(1) 省市教育廳局體育委員會(奉到教育部通令設立後，應從速設立)。

(2) 主管體育股。

(3) 主管體育之督學或指導員。

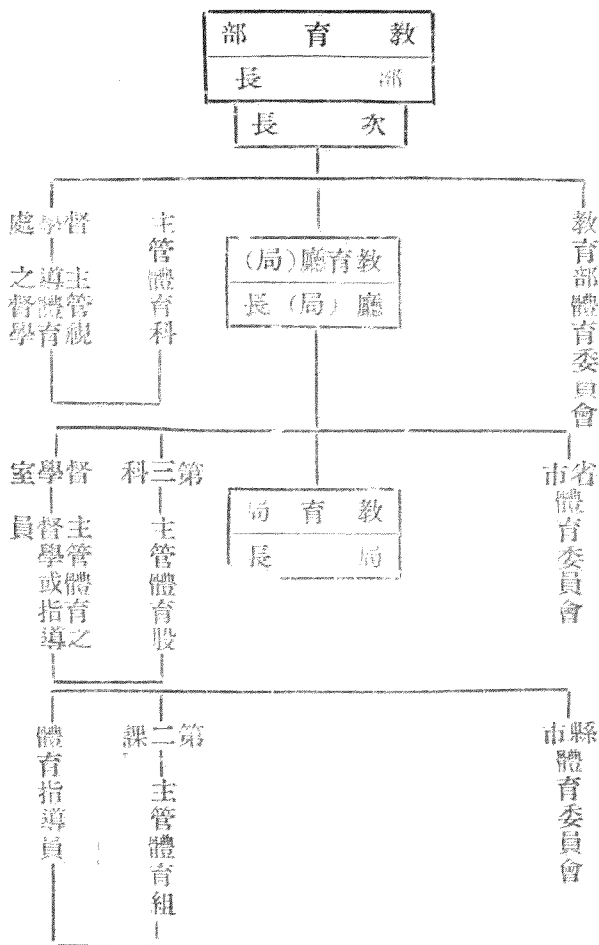
丙、各縣市教育局

(1) 縣市體育委員會(奉到教育廳通令設立後應從速成立)。

(2) 主管體育組。

(3) 體育指導員。

附全國體育行政系統表



(二)設備

甲、學校體育設備

(1) 場地 分球類、田徑賽、器械、國術及遊戲場等，其面積與數量之多寡以能適合實施各級學校體育課程標準為度，並以每一學生至少能佔空地一百方呎為標準。

(2) 建築 凡實施課程所必需之建築，如體育館，雨操場、游泳池、體格檢查室及醫療室等，均應量力建設。

(3) 設置 凡課程及課外運動需要之設備，無論固定之工具或消耗之購置，均應充分設置。

乙、普通體育場

(1) 各省或行政院直轄各市體育場之面積，至少須有八十畝。縣體育場之面積，至少須有二十畝。

(2) 兒童游樂園以完全設置兒童游戲器械及能引起兒童游樂興趣之用具為宜。

(三) 經費

甲、各級學校體育經費，除體育教職員之薪金及特殊之建築外，學校應指定經常費

之一部分充之，不得以學生所繳之體育費併入計算。

乙、各省市縣體育場之經常費，應由各該省市縣社會教育經費項下充分撥付，但建築及特殊之設備費，不得併入計算。

第三 推行方法

(一) 研究工作

甲、體育研究機關，應有下列數種（如未設立者，應請政府分別設立）：

- (1) 設立中央體育研究所。
- (2) 文化基金會設體育講座，資助體育研究工作。
- (3) 指定國內教育研究及實驗機關添設研究體育部份。
- (4) 選擇模範城鎮及鄉村為體育實驗區。
- (5) 增設國術館。

乙、推行事項

(1) 各級學校體育課程標準，由教育部體育委員會設置體育課程標準委員會同高等教育司及普通教育司編製之，如遇有困難時得指定某種學校施行實驗，俟

獲得圓滿結果後，公布各校實行。

(2) 體育考成應包括技能體能測驗等項目，由測驗統計得之，體格之標準亦應確定。

(3) 關於國術之原理與技術，應集全國國術專家與體育專家共同研究普及辦法。

(4) 關於鄉村體育應按各地民族之習慣而定實施體育之種類，蓋吾國民衆鄉居佔百分之八十五，大都務農，有無餘暇從事體育，及何種活動爲適宜，各地不同，提倡之種類亦異，故必先有切實之調查，以資決定。

(5) 關於工商界體育應設法使工友商夥均受體育訓練。

(6) 關於遊戲材料，應從事搜集民間舊有之體育活動，改良之推廣之。如採取外國之民衆體育活動者，務須變通之利用之，使適合中國環境與需要。

(7) 女子運動之範圍應有切實之規定。

(二) 師資訓練

甲、訓練機關

(1) 專科以上學校及高中教師，體育行政人員及體育指導員由國立體育學院（因

利用中央體育場宜設在首都)及公立或已立案之私立各大學酌設體育系訓練之。

(2)初中及小學師資，縣體育場服務人員及低級體育行政人員。由省市立或已立案之私立高中師範或師範學校之體育科與體育專科學校及體育師範學校訓練之。

(3)國術師資，應在國立體育學院或體育專科學校訓練，在體育院校未有國術畢業生以前，由國術館負責訓練之。

乙、訓練課程

體育課程本身及其關係之學科，項目繁多。茲擇其必修科目及其佔全課程中之百分率如下：

(1)生物學科 包括解剖、生理、衛生、救急、按摩、健康檢查、運動生理等科目，佔全部課程百分之十九。

(2)教育學科 包括教育概論、教育心理、教育法、教育行政、教育哲學、健康教育、警探教育等科目，佔全部課程百分之十五。

(3) 體育理論 包括體育原理、遊戲原理、體育行政、體育教學法、小學教材、運動學、體育史、民衆體育等科目，佔全部課程百分之二十。

(4) 術科 佔全部課程百分之二十一。

(5) 文化學科及選科 佔全部課程百分之二十五。

丙、進修辦法

(1) 利用暑假設置暑期學校暑期講習所暑期補習班。

(2) 按期選送體育界服務多年成績優良者赴各國實地考察及研究。

(3) 各省保送留學時，應慎選學術兼優體育人員，分遣國外留學體育。

(4) 教育部及各省舉行留學考試時，應列體育名額。

(三) 學校體育實施辦法

甲、學校體育不以養成運動選手爲目的，應以全體學生共同運動普遍發展體育爲宗旨。

乙、大學教育學院、高中師範及鄉村師範，增設體育必修科目，以培養助理課外運動之人才。

丙、體育課程（國術在內）專科以上學校體育課程標準，在未頒布以前，應由各校自定細目試行，每星期二小時，不及格者，不得升學或畢業。中小學及師範學校依照教育部暫行課程標準辦理，不及格者，不得升學或畢業。

丁、體育教材（國術在內）由教育部體育委員會設置體育教材編輯委員會編輯之。

戊、教師資格 專科以上學校及高中體育教師，由國內外大學體育系得有學位者充任之，初中及小學體育教師，由公立及已立案之私立體育專科學校高中師範科體育組師範學校體育科或體育師範學校畢業者充任之。

己、教師待遇 政府應獎勵體育發明家，學校對於體育教師應與其他教職員同等待遇。例如各級學校早操及課外運動，體育教員薪給標準應與正課同等計算。

（四）民衆體育實施辦法

甲、省市縣立體育場事業進行辦法

（1）民衆體育指導日常工作，宜訂定時間，既易訓練，又便管理。

（2）對於兒童，宜按規定時間集合，作團體之活動，如徒手遊戲、器械遊戲、唱

歌舞蹈等。

(3) 對於婦女宜按時集合，舉行田徑賽、球戲、器械、柔軟操等訓練。

(4) 對於成人，宜就該地運動場活動種類，按時集合指導，或臨時加以組織，舉行比賽，或分別授予健身操術，以便自動練習。

(5) 每日指導工作完畢後，宜將是日所施教法及材料，擇要紀錄，以供研究。

(6) 對於田徑賽球類等競技運動，宜按不同之時季，每年至少舉行公開比賽一次。其分別程度及資格舉行者尤佳，他如兒童健康比賽、姿勢比賽等有關係體育者，亦宜時常舉行，以事實作宣傳。

(7) 對於農工商各界民衆，應隨時隨地利用機會用種種方法，引起其興趣及注意，藉以激動其對於體育之好尚。

(8) 隨時組織各種集團，如郊遊團、游獵團、野餐團、步行團等，以增進社會閑暇生活之興趣。

(9) 徵集民衆對於運動項目之意見，調查來場運動者之個人歷史，及該地社會體育進步之狀況，以作研究改進之參考。

(10) 聯絡及襄助該地其他體育團體或學校，以擴大提倡體育之力量。

(11) 研究及實驗切合於社會需要之新體育事業。

(12) 指導或輔助縣體育場事業之進行。

乙、辦理體育實驗區推廣民衆體育

(1) 各省市從二十一年度起，須辦理體育實驗區一所，時期暫定爲兩年（在何縣舉辦由教廳指定）。

(2) 各省市從二十三年度起，實驗區所實行的辦法普及到全省各市縣，同時即普及到全國。

(3) 實驗區之行政人員如下：教育廳特聘專家一人，爲本區主任，主持本區一切事業。縣教育局體育指導一人，襄理本區事務。民衆教育館，農民教育館特派幹事一人。公安衛生警察若干人。聘幹事一人至三人。特約區教師一人。該區之體育場場長。

(4) 關於職員薪金聘任幹事特約醫師由實驗區供給，其餘各職員，由原有機關支給。

(5) 常年經費在實驗時期內，由教育廳設法，兩年普及後，由教育局支給，並列

(庚)體育演講。

(辛)體育壁報。

(壬)體育展覽會。

(癸)體育出版物。

(五)各種集會

甲、各種運動會

(1)全國運動會每兩年舉行一次，其辦法由體育部體育委員會決定之。

(2)各省市運動會每年舉行一次，其辦法由各省市教育廳局體育委員會決定之。

(3)各級學校每年開運動會一次。

(附註) (1)各種運動會舉行時應加國術一項。

(2)參加各種運動會之運動員先須經過學業品行年齡體格及業餘之審查。

其標準及辦法，由體育部體育委員會規定呈請教育部核准公布之。

乙、各種體育組織原則

(1)各種運動聯合會之組織，無論為臨時的或固定的，均須具左列之標準，向主

管教育機關備案。

(甲)目的純正及純爲業餘性質者。

(乙)比賽須有適當年齡性別之分級。

(丙)負責主辦人員須在體育界服務二年以上有相當成績者。

(丁)加入之單位確係代表教育或職業機關非以運動爲職業及不妨礙業餘精神者。

(戊)有確定經費而不以門票之收入爲維持費者。

(己)運動項目不得爲有害身體之表演。

(2)上項備案之團體繼續辦理三年，經主管教育機關審查認爲有相當之成績者，得予以精神及物質上之援助。如備案後，遇有違背上項之規定者，得設法取締之。取締方法，視情節之輕重分別辦理。

(3)各種觀摩技術之團體，須具左列資格在主管教育機關備案。

(甲)會員均有正當職業而非以運動爲職業者。

(乙)有體育專家擔任指導者。

(丙)加入各種比賽或運動，不以門票收入為維持及分攤於會員者。

(丁)會員入會有納費之義務者。

(4)上項團體備案後有特殊成績時得予以相當之獎勵，如有違背上項規定之標準者，即取消其團體及其全體會員之業餘資格。

(5)上項團體，未在主管教育機關備案者，不得參與教育機關及已備案團體所主辦之各種集會及比賽。

(6)凡以研究體育學術為目的之組織確有成績者，得適用學術團體辦法在教育主管機關立案，並得予以相當之津貼。

(7)凡未設立體育團體之區域，主管教育機關應召集體育界人士提倡組織之。

(8)凡經備案之各種團體，遇有參加國際間之集會或運動會時，得先期呈報主管教育機關查核酌量補助之。

(9)各種團體，不得以團體名義參加政治活動。

第四 考成方法

(一)主持考成機關

甲、全國體育考成工作，由教育部主管體育科掌理之。

(1) 考查國內各國立及已立案之私立專科以上學校之體育，品評其成績揭曉之。

(2) 品評各省之體育成績揭曉之。

乙、各省市(行政院直轄者)體育考成工作，由各省市教育廳局主管體育科會同體育委員會主持之。

(1) 考查本省市內省市立中學師範職業學校及已立案之私立中等學校畢業生之體育成績報告教育廳。

(2) 考查本省市內省市立高初中師範職業學校及已立案之私立中等學校畢業生之體育成績。

(3) 考查本省市之民衆體育，報告考試及格與參加者之成績與人數。

丙、各縣市體育考成工作，由各縣市教育局主持之。

(1) 考查本縣市内縣市立及已立案之私立中小學體育成績，品評其次序揭曉之，並將中學之成績報告教育廳。

(2) 考查本縣市内縣市立及已立案之私立高初中師範及職業學校畢業生之體育成

續報告教育廳。

- (3) 考查本縣市內民衆體育之成績報告教育廳。
- (二) 考成項目由教育部體育委員會規定之。
- (三) 考成之標準由教育部體育委員會規定之。
- (四) 考成之種類。

甲、各級學生畢業考試

- (1) 小學 根據小學體育標準，不及格者不得畢業。
- (2) 中學師範及職業學校 根據中學體育標準，不及格者不得畢業。
- (3) 專科以上學校 根據專科以上學校體育標準，不及格者不得畢業。

乙學校體育成績考試

- (1) 小學 由各縣市體育委員會商請該地教育局執行，由教育局評定次序發表結果。

- (2) 中學師範及職業學校 由省或縣市體育委員會商請主管體育科執行，報告教育廳或教育局，由教育廳或教育局評定揭曉。

(3) 專科以上學校 由所在省之體育委員會商請主管體育科執行考試，報告教育部，由教育部評定揭曉。

丙、各級各類考試均須以體育爲必試科目。

第五 分年實施計劃

本方案所羅列之體育設施及推行辦法，須視經濟人才及地方情形，分期實現之。茲特擬訂分期施行計劃，由主管機關參酌地方情形訂定，呈報教育部備案。

第一 年內應施行者：

- (一) 中央及地方體育行政組織之完成。
- (二) 城市各級學校體育經常費，須按所訂標準實行。
- (三) 各大城市設立體育場。
- (四) 首都設立國立體育學院及國立體育研究所。
- (五) 公布體育人材養成之詳細課程及標準。
- (六) 籌備及辦理暑期學校體育訓練班。
- (七) 頒布體育團體備案及獎勵辦法，並實際施行之。

(八)各省酌設體育留學名額。

(九)各級學校酌量增加體育設備。

(十)重令規定各級學校以體育爲必修科，不及格者不得升級或畢業。

(十一)各省得試辦體育成績考查辦法。

第三
四年應完成者：

(一)各種體育研究工作應有相當結果報告，及設法推行。

(二)各縣設立體育場。

(三)各級學校體育設備及體育實驗區設備繼續補充，並加重其工作。

(四)由中央遣派體育專家數人赴各國研究調查一次，期限一年。

(五)各大城鎮辦理體育成績考查。

第五年內應完成者：

(一)各鄰村設立體育場。

(二)各級學校體育設備，達到本方案之標準。

(三)全國辦理體育成績考查。

(四)體育研究工作應有相當結果，並提出總報告。

以上計劃，應由教育行政體育委員會督促實現。第三年完畢時應召集第二次全國體育會議改進以後之實施方法。

國民體育實施方案

二十二年全國運動大會競賽規程

二十二年全國運動會，將於本年雙十節，在京舉行。規程業已修正通過，茲錄於下。

第一章 日期及地點

第一條 大會定於民國二十二年十月十日起至十月二十日止，在首都中央體育場舉行。遇必要時，得由大會委員會決定延長之。

第二章 競賽單位

第二條 各項錦標比賽，均以左列省、市、區、及華僑團體爲單位。

一、(省)江蘇。浙江。安徽。江西。湖南。湖北。四川。西康。福建。廣東。廣西。貴州。雲南。山東。河南。河北。山西。陝。甘肅。甯夏。遼甯。吉林。黑龍江。綏遠。熱河。察哈爾。新疆。青海。及西藏。蒙古。

二、(市)南京。上海。青島。北平。

三、(區)威海衛。哈爾濱。香港。

四、(華僑團體)星嘉坡。爪哇。檀香山。非列濱。及其他華僑團體。

第三章 選手資格

第三條 凡中華民國國民男子滿十八歲女子滿十六歲者，均得被選。代表其所在地之單位，出席大會比賽。但須不違背下列二項之規定：一、選手必須爲業餘運動員。(業餘運動規則另定之)二、每一選手，不得同時代表兩個或兩個以上單位。

第四章 錦標種類

第四條 大會競賽所設錦標種類如左。

一、男子部 田賽錦標。徑賽錦標。全能運動錦標。游泳錦標。足球錦標。籃球錦標。

。網球錦標。排球錦標。棒球錦標。

二、女子部 田徑錦標。游泳錦標。籃球錦標。網球錦標。排球錦標。壘球錦標。

三、國術部一、拳術。二、擗角。三、器械（槍刀。劍。棍。）四、射箭。五、彈丸。六、踢毬。七、測力。

第五條田賽。徑賽。全能運動。及游泳錦標。所包括之運動項目如下：

一、田賽徑賽

(甲)男子部田賽 跳高。撐竿跳高。跳遠。三級跳遠。推十六磅鉛球。擲鐵餅。擲標槍。

(乙)男子部徑賽 一百米。二百米。四百米。八百米。一千五百米。萬米。百十米跳欄。四百米跳欄。

(丙)女子部田賽 跳高。跳遠。擲標槍。推八磅鉛球。壘球擲遠。擲鐵餅。五十米。百米。二百米。四百米接力賽跑。八十米跳欄。

二、全能運動

(甲)五項運動 跳遠。擲標槍。二百米。擲鐵餅一千五百米。

(乙)十項運動 百米。跳遠。推十六磅鉛球。跳高。四百米。百十米跳欄。擲鐵餅。撐竿跳高。擲標槍。一千五百米。

(丙) 四百米接力賽跑。

(丁) 一千五百米接力賽跑。

三。游泳

(甲) 男子部 五十米自由式。百米自由式。百米仰泳。二百米俯泳。四百米自由式。
。一千五百米自由式。二百米接力游泳自由式。入水比賽。

(乙) 女子部 五十米自由式。百米自由式。百米仰泳。二百米俯泳。二百米接力游泳自由式。

第五章 比賽規則

第六條 各項錦標比賽規則，均按照大會與中華全國體育協進會會同審定之規則辦理。
但各項國術比賽規則，均按照大會與中國國術館會同審定之規則辦理。

第六章 奪標方法

第七條 各項錦標之競賽方法如左。

一、田賽徑賽，全能運動，及游泳，以得分最多之單位爲錦標。若遇兩個或兩個以上單位所得分類相等時，以得第一名較多者爲錦標。若所得第一名之數目相等時，則以得第二名之多寡判之，餘照此類推。

二、球類各項錦標，參加二隊者用三賽兩勝，三隊者用雙循環賽。四隊或四隊以上者用淘汰制比賽，而以決賽之優勝者爲錦標。若遇決賽中勝負不分時，應按照規則延長時間，或重賽解決之。

第七章 總錦標

第八條 大會總錦標，分爲男女兩種，各以單位之獲錦標數最多者得之。（國術總錦標亦分男女兩種）若遇兩個或兩個以上單位所獲錦標數相等時，則以該單位等田賽徑賽兩錦標合得分數多寡決定之。如分數相等時，得照本規程第七條第一項之規定辦理。

第八章 參加辦法

第九條 各單位應由教育廳局及國術館辦理參加事宜，球隊國術隊或選手，不得以單獨

名義，直接向大會報名參加。

第十條 凡無教育廳局及國術館之單位，由本會指定該單位當地機關負責辦理之。

第十一條 各單位應於九月十日以前，將準備參加之錦標種類，用郵電報到大會，以便擬訂秩序，逾期無效。

第十條 各單位應於九月二十五日以前，將全部選手名單，用電報或掛號信寄到大會。選手名單如有調換之必要時，應於十月三日以前，向大會接洽，過期不得再行更動。

第十三條 選手名單，須用大會所印備之表格，用墨筆如法填寫；其用自備紙張，或繕寫不清者，作為無效。

第十四條 各項來往郵電，均須註明日期，以備查考。

第九章 選手定額

第十五條 參加各項錦標比賽各單位之選手人數，不得超過下列之規定。

一、田賽 徑賽，及游泳，每一單位，於每項運動中，得加入選手四人，每一選手。

至多參加四項運動，男女皆同。

二、全能運動 每一單位，於每項運動中，得加入選手六人。但每一選手，不得同時加入五項運動及十項運動。

三、足球 每隊選手至多十五人。

四、籃球 男子每隊選手至多十人，女子每隊選手至多十二人。

五、網球 每隊選手男子至多五人，女子至多六人。（單打兩賽，雙打一賽，每選手不得兼賽。其秩序，先單打，次雙打，末單打。）

六、排球 男子每隊選手至多十二人，女子每隊選手至多十五人。

七、棒球（男子） 每隊選手至多十五人。

八、壘球（女子） 每隊選手至多十五人。

九、國術 每項比賽，每隊選手至多六人。

每一單位。在每項錦標中，祇得加入一隊。

第十章 總領隊及指導員定額

第十六條 每一單位，應有總領隊一人，負一切接洽商榷之責任。

第十七條 每隊得有指導員管理員各一人。

第十一章 比賽抗議

第十八條 某項比賽上之抗議，應由各單位總領隊在該項比賽終了後一小時內，用書面向審判委員會，正式提出之。

第十九條 審判委員會接到抗議後，應於最短期間內開會解決之，其判決爲終。

第二十條 抗議應附繳保證金十元，審判委員會認該項抗議爲無理由，得沒收其保證金。

第十二章 資格抗議

第二十一條 關於選手違反業餘規程之抗議，應照本規程第十二章所定之手續，提交審判委員解決之。

第二十二條 前項抗議之在比賽前提出者，審判委員會應立即開會解決之，其判決爲終。

決。

第二十三條 前項抗議由比賽時發生者，應於比賽終了後一小時內，向審判委員會提出之。

第二十四條 參加田賽，徑賽，全能運動，游泳，及國術之選手，已經證實其違反業餘規程者，應取消其個人資格，及其已得之分數。

第二十五條 球類錦標比賽單位中，有以非業餘運動員充作選手，參加比賽者，一經證實，應取消該單位在該項錦標比賽之資格。

第二十六條 因違反業餘資格而被取消資格之選手或球隊，其所得獎品及獎憑，應一律追回。

第十三章 獎品

第二十七條 大會獎品分團體及個人兩種，個人獎品，除契章外另給獎憑。

第二十八條 各項錦標隊，均給予團體獎。田賽徑賽，全能運動，游泳，及國術團體之第二三四名，亦給予團體獎，其獎品為銀盃或銀盾。

第二十九條 田賽，徑賽，全能運動，游泳，及國術錦標比賽之優勝選手前第四名，均給予個人獎品。其支配如下：第一名，金獎章及獎憑，第二名，銀獎章及獎憑，第三名，古銅獎章及獎憑，第四名，白銅獎章及獎憑。

第三十條 球類錦標隊隊員，均給予金獎章及獎憑。

第三十一條 大會男子兩部總錦標，贈給大銀鼎各一座。

第三十二條 個人及團體優勝者，除上列規定各獎品外，概不得另給獎品。

第三十三條 選手之造成全國之新紀錄者，得由競賽委員會提交大會，分別授與特殊獎品，以資鼓勵。

第十四章 旅費及膳宿

第三十四條 各單位選手，總領隊，指導員，管理員等之參加大會者，其旅費及膳食，由各單位自任，其宿舍則由大會預備。

第三十五條 除選手，總領隊，指導員，管理員，及由大會邀請者外，概不招待。

全國運動會籌備委員會規程

教育部修正公布

第一條 本會定名為二十二年全國運動大會籌備委員會。

第二條 本會委員定十九人至二十五人。由教育部聘任之。

第三條 本會所設於首部教育都。在開會期間移設中央體育場。

第四條 本會之職掌如左。

(一) 暫時接管中央體育場事宜。

(二) 籌備開會一切事宜。

(三) 開會時辦理會場一切事宜。

(四) 辦理開會後結束報告事宜。

第五條 本會設常務委員五人。由教育部長於會員中聘任之。辦理日常事務及召集開會事宜。

第六條 本會設正總幹事副總幹事各一人。承委員會之命。辦理本會一切事務。

第七條 本會設左列各組。

(一)文書組。辦理會議記錄。撰擬文稿。編輯報告。收發文件。保管印信。案卷。及油印公布事宜。

(二)庶務組。辦理購置物品。刊發戳記。指揮工人。保管器具。供給茶水。管理會場商店。分發證章符號。接洽印刷及不屬其他各組事務。

(三)會計組。辦理預算。決算。銀錢出納。登記賬目。保管收發入場券。籌設大會臨時銀行各事宜。

(四)宣傳組。辦理新聞廣告。披露大會消息。暨運動成績。編撰大會特刊。管理會場播音。攝影活動影片。及其他國內外宣傳事宜。

(五)招待組。辦理各單位選手之報到。登記。迎送。膳宿。並照料裁判員及參加運動團體。各種議會及茶會之招待。籌設問事處。及其他招待事宜。

(六)警衛組。辦理會場警衛。糾察秩序。及消防事宜。

(七)交通組。辦理參加運動會之選手職員及觀衆往返會場車輛之支配。指揮會場內外之車馬規定車馬價格。設置並管理會場郵電各事宜。

(八) 衛生組。辦理救急看護及衛生清潔各事宜。

第八條 本會設競賽委員會及審判委員會。分掌競賽及審判各事宜。

第九條 競賽委員會由本會聘請委員十一人至十五人組織之。爲運動大會競賽部分之最高機關。主持一切競賽事宜。

第十條 競賽委員會設主任一人。由各委員互推之。執行競賽委員會一切決議事項並負召集競賽委員會開會之責。

第十一條 競賽委員會設左列各股。

(一) 場地設備股。辦理布置各項運動場地。審核置備各項運動用品。收發整理各項運動用品事宜。

(二) 註冊編配股。辦理各單位選手之註冊。編定號碼。排列運動會各項比賽秩序單冊。分發各單位選手之徽章號布。及通告各單位選手比賽程序各事宜。

(三) 裁判股。主持各項運動比賽。支配各項運動比賽時之裁判員。及判決各項運動之成績名次等事宜。

(四) 紀錄股。保管各項運動比賽紀錄。採擇各項比賽新紀錄。辦理大會各項錦標比賽

成績紀錄各事宜。

(五) 獎品股。獎品之徵求保管及分配事宜。

(六) 國術股。辦理國術選手之註冊。編號排定秩序。分發徽章號布。通知國術選手比賽程序。主持各項國術比賽。支配國術比賽之裁判員。裁決各項國術比賽之成績名次。及會同場地設備股。紀錄股。獎品股。辦理場地布置。保管紀錄。及分發獎品等事宜。

第十二條 審判委員會。由本會聘請委員十一人至十五人組織之。審訂法規及判決爭議之獨立機關。其職掌如左。

(一) 審訂競賽規程。

(二) 審定及解釋各項運動比賽規則。

(三) 審定運動員資格。

(四) 獎懲運動員行為。

(五) 判決比賽爭議。

(六) 監察各種運動場地之秩序。

第十三條 本會各組設主任一人。各股設股長一人。各組股各設幹事及助理幹事若干人若

。由本會任用之。

第十四條 競賽委員會設裁判員計時員各若干人。由本會聘任之。

第十五條 判委員會之紀錄及執行各事務。由本會就文學組及裁判股指派若干人辦理之。

第十六條 總幹事於必要時。得召集各組主任及幹事開幹事會議。

第十七條 本會各項辦事細則另定之。

第十八條 本規程如有未盡事宜由教育部修改之。

第十九條 本規程自公布日施行。

