



# 触式橄榄球 国际比赛规则

第五版



## 一、前言

在 2018 至 2019 年间，澳大利亚触式橄榄球协会（Touch Football Australia, TFA）对国内的比赛规则进行了广泛的内部审查。本次的审查团队由现役/退役球员、教练、裁判以及管理人员组成。成员赛事经验丰富，参与过的赛事下至社区比赛，上至高水平国际比赛。为了制定一套适用于所有水平的比赛规则，审查团队在澳大利亚触式橄榄球社区中进行了广泛的咨询。

TFA 比赛规则第 8 版由此诞生。2019 年 10 月，在国际触式橄榄球协会（Federation of International Touch, FIT）开展的巴黎会议上，澳大利亚触式橄榄球协会提出了 TFA 第 8 版比赛规则，随后 TFA 向 FIT 和所有的国家触式橄榄球协会（National Touch Association, NTAs）提供了新规则的免版税使用权。因此，FIT 委员会决定采用 TFA 第 8 版规则作为 FIT 的第 5 版规则，此规则将适用于国际上所有不同水平的比赛。在此，FIT 及其成员感谢澳大利亚触式橄榄球协会提供的规则使用权。

尽管在应用中，保持规则的一致性非常重要，但 FIT 也鼓励成员在地方性比赛的规则中融入自己的特色，以确保所有参赛者能拥有高质量的赛事体验。本规则不是为了强制会员国及会员地区或其授权的赛事主办方实行完全一样的规则。不同地区的比赛可以对规则做出一定的改动，但任何改动都必须在相关赛事指南中阐明，并能随时供运动员、教练及裁判查阅。

版权 © 澳大利亚触式橄榄球协会（Touch Football Australia）2020

保留所有权利。本《触式橄榄球规则》受版权法保护。除《版权法》允许的情况外，未经澳大利亚触式橄榄球协会书面许可，不得以任何形式（包括电子或其他方式）复制本规则。



# 目录

一、术语及定义.....	4
二、比赛模式.....	10
三、比赛规则.....	10
1 比赛场地.....	10
2 球员注册.....	10
3 比赛用球.....	11
4 比赛服装.....	11
5 团队组成.....	12
6 队伍教练和随队官员.....	12
7 比赛开始和重新开始.....	12
8 比赛时长.....	13
9 控球权.....	13
10 触碰.....	14
11 传球.....	15
12 球在空中被触碰.....	15
13 滚球.....	16
14 得分.....	18
15 越位.....	18
16 阻挡.....	19
17 换人.....	19
18 判罚.....	20
19 得益.....	21
20 不当行为.....	21
21 强制换人.....	21
22 临时罚下.....	22
23 驱逐出场.....	22
24 加时赛.....	22
25 赛事官员.....	23

## 一、术语及定义

以下术语和定义适用于触式橄榄球比赛。出现相反意图的情况除外。

### 1. 得益 Advantage

一方队伍犯规后，非犯规方在一定时间内有机会获得的正当利益，其形式包括米数利益、战术利益以及直接得分。

### 2. 进攻得分线 Attacking Try Line

队伍必须将球放在自己的进攻得分线上或线后才能得分。

### 3. 进攻队伍 Attacking Team

拥有或获得控球权的队伍。

### 4. 向后/后方 Behind

朝向队伍的防守得分线的位置或方向。

### 5. 控球权转换 Change of Possession

控球权从一方队伍转移至另一方队伍。

### 6. 死球 Dead/Dead Ball

比赛中橄榄球停止运动的时间段，包括：得分后到比赛重新开始的期间；掉球和/或出现界外球后到下一次滚球开始前的时间。

### 7. 死球线 Dead Ball Line

位于球场两端的边界。详见附录 1

### 8. 防守得分线 Defending Try Line

队伍必须防守此得分线，并阻止对手得分。

### 9. 防守队伍 Defending Team

没有控球权或失去控球权的队伍。

### 10. 驱逐出场 Dismissal

若一名球员被驱逐出场，该球员在剩下的比赛时间内将不得返回比赛。

### 11. 减员加时赛 Drop-Off

在常规比赛时间结束后若两队得分相等时，用以决出胜者的方法。

### 12. 比赛时长 Duration

通常为 45 分钟，其中 5 分钟为中场休息时间。

13. 比赛结束 End of Play  
由裁判示意，表示比赛时间结束。
14. 三罚下场 Exclusion  
当防守队伍在防守七米线内连续三次防守违例，导致一名队员被临时罚下。  
该名队员被视为场上队员并不能被替换。直到临时罚下时间终止。
15. FIT  
全称为 Federation of International Touch，指国际触式橄榄球联合会。
16. 比赛场地 Field of Play  
由边线及死球线围起的区域。详见附录 1。边线和死球线都属于界外。
17. 强制换人 Forced Interchange  
裁判强制要求犯规球员替换至场下。一般出现于球员犯规程度较普通犯规重，但较永久换人、临时罚下以及驱逐出场的犯规程度轻时。
18. 向前/前方 Forward  
队伍朝着靠近自己进攻得分线的死球线前进的方向或位置。
19. 下半场结束 Full Time  
表示下半场比赛结束。
20. 传锋球员 Half  
滚球动作发生后，首位持有球权的队员。
21. 中场休息 Half Time  
比赛上下半场之间的休息时间。
22. 即将发生 Imminent  
用于形容即将且几乎肯定会发生的动作和行为。
23. 犯规 Infringement  
球员违反触式橄榄球比赛规则的行为。
24. 得分区 In-Goal Area  
由边线、死球线及得分线组成，共 2 个，分别位于场地两端。详见附录 1。
25. 换人 Interchange  
一名在场球员离场，并由一名场下球员替代其位置的行为。
26. 换人区 Interchange Area

换人区呈矩形，共 2 个，分别位于球场两侧。一般长 20 米（以中场线为中心向场地两端延伸 10 米），宽不超过 5 米，与边线距离不小于 1 米。所有替补球员必须停留在此区域内，换人行为发生时除外。详见附录 1。

27. 踢球 Kick

球员使用脚对球用力击打、用力推动的动作。此定义下的“踢”与轻踢开球（Tap）中的动作不相同，应予以区分。

28. 标记线 Line Markings

用于标记比赛场地的线。详见附录 1。

29. 连接球员 Link 位于边锋球员一侧的球员。

30. （轻踢开球的）标志点 Mark (for a Tap)

包括：比赛开始开球以及得分后重新开球的位置，即中场线的中央；一方队伍犯规后，裁判示意另一方轻踢开球的位置。

31. （触碰发生的）标志点 Mark (for a Touch)

在球场内，持球球员被触碰时所在的位置。

32. 中锋球员 Middle

站立在连接球员内侧的球员，相比其他球员处于场地中间

33. NTA

National Touch Association, 国家触式橄榄球协会，为 FIT 章程中的定义。

34. 阻挡 Obstruction

进攻或防守球员通过故意干扰来阻止对手获得其正当利益，由此为自己获得不正当利益的行为。

35. （进攻方）越位 Offside (Attacker)

当进攻球员位于持球球员的前方，该球员则为越位。

36. （防守方）越位 Offside (Defender)

当防守球员距离滚球标志点小于 7 米，或距离轻踢开球标志点小于 10 米时，该球员越位。

37. 到位 Onside

球员能合法参与比赛的站位；球员双脚踩于防守得分线后或线上。

38. 传球 Pass

致使控球权在进攻球员之间转移的行为。传球的方向必须为向后或横向平传。传球的动作还包括敲击、轻打、扔抛。

39. 球场外缘线 Perimeter

与比赛场地边线距离不小于 5 米的边界线。详见附录 1。

40. 判罚 Penalty

当球员或球队违反比赛规则时，裁判将授予非违规方轻踢开球的裁决。

41. 控球权 Possession

用于描述球队或球员持球。在其它规则不适用的情况下，持有球权的队伍共有六次发生（主动或被动）触碰的机会。

42. 裁判 Referee

比赛期间被指定参与评判赛事的赛事官方人员。

43. 滚球 Rollball

当触碰发生或交换控球权后，球员需要通过滚球使比赛继续进行。

44. 滚球区域 Ruck/Rollball Area

描述执行滚球的球员和传锋球员之间的区域，两人间的距离不超过 1 米

45. 裁决 Ruling

裁判针对特定情况做出的判决。裁决可能导致的结果包括比赛继续进行、轻踢开球判罚、其他判罚、控球权转换或一方得分。

46. 7 米区 Seven Meter Zone

7 米线与得分线之间的区域。详见附录 1。

47. 边线 Sidelines

比赛场地两侧的边界线。详见附录 1。

48. 临时罚下 Sin Bin

球员必须在四次完整的控球时间内停留在受罚区的判罚。被临时罚下的球员仍被视为场上 6 名队员之一，不允许被顶替受罚，且不能参与换人。

49. 受罚区 Sin Bin Area

指死球线和场地外围线之间的区域。球员被临时罚下或在 7 米区内被三罚下场时，需要在此区域停留。一共有 4 个受罚区。详见附录 1。

50. 比赛精神 Spirit of the Game

拥有良好的体育精神，崇尚公平竞争。

51. 替补球员 Substitute Player

在换人期间与场上球员替换的球员。一支队伍最多有 8 名替补球员。替补球员必须待在换人区，以下不属于替补球员：在场上比赛的球员；被临时罚至受罚区的球员；被驱逐离场的球员。

52. 轻踢开球/轻踢罚球 Tap and Tap Penalty

轻踢开球用于比赛开始；中场休息后比赛重开；以及得分后比赛重开。当裁判判罚后，也采用轻踢开球。轻踢开球要求球员把球放在地面的标志点上或标志点后，两手松开球，用一只脚轻轻踢球或与球接触。球不能向任意方向移动或滚动超过 1 米。捡球的动作必须干净利落，拾球后球不能再次与地面接触。轻踢开球时球员可以使用任意一只脚以及面向任意方向。如果球已经位于标志点上，开球时毋须重新拿起。

53. 队伍 Team

比赛中组成一方的一组球员。

54. TFA

特指 Touch Football Australia。

55. 触碰 Touch

持球球员与任意防守队员之间发生的任何触碰，包括与球、头发和衣服的触碰。触碰可由防守方或持球球员主动发起。

56. 触碰数 Touch Count

每个队伍在控球权发生转换前拥有的可触碰次数，计数范围从 0 至 6。

57. 触地得分 Try

触碰发生前，任意进攻球员将球放在进攻得分线上或的分区内的行为。传锋球员除外。

58. 得分线 Try Lines

用于隔开得分区的标记线。详见附录 1。

59. 自愿滚球 Voluntary Rollball

在没有与防守队员发生任何触碰的情况下，持球球员主动滚球的行为。

60. 边锋球员 Wing

站位在连接球员外侧的球员。

61. 胜者 Winner

比赛中触地得分最多的队伍。

## 二、比赛模式

在触式橄榄球比赛中，队伍的目的是得分并阻止对手得分。进攻方的目的是向前推进并得分。进攻球员可以带球跑动或以其他方式向前移动，并通过传、递、轻击等方式使球在进攻队员间转移。防守方则通过触碰持球的进攻队员来阻止进攻方获得米数优势并得分。

## 三、比赛规则

### 1 比赛场地

1.1 比赛场地呈矩形，场地长 70m（两条得分线之间，不包括得分区），宽 50 米（两条边线之间，不包括换人区）。

1.1.1 比赛场地的尺寸允许调整，但变动必须包含在相关比赛的规定中。

1.2 标记线宽度应为 4cm，最窄不小于 2.5cm，且必须按照附录 1 进行标记。边线与得分线相交处延长 7m 并与死球线相交，划分出宽 50m、长 7m 的得分区。

1.3 换人区与边线的距离不小于 1m。

1.4 在中场线、边线、得分线的相交处，应放置大小适中、色彩鲜明、材质安全柔软的三角锥或三角柱等物品作为标志物。

1.4.1 位于边线与得分线相交点的标志物属于界内。

1.4.2 位于其他相交点的标志物属于界外。

1.5 标准比赛场地为天然草地。允许使用人工草地等作为赛场，但必须符合 NTA 的标准。

1.6 比赛场地的边界线（边线和死球线）属于界外。当球或持球球员接触到边线/死球线或线外的地面时，出现死球。

### 2 球员注册

2.1 参赛球员必须在 NTA 或经认可的 NTA 赛事方处进行注册。

2.2 若出现球员未注册并参与比赛的情况，该球员参与的比赛场次结果均取消。

### 3 比赛用球

3.1 比赛用球为充气的椭圆状球，其形状、颜色和尺寸须经 FIT 与 NTA 认可。

3.2 比赛用球应充气至制造商建议的气压值。

3.3 若球的形状和尺寸不符合 3.1 或 3.2 条规定，裁判应立即暂停比赛，以便更换比赛用球或进行其他处理。

3.4 球不能被藏于球员的衣服之下。

### 4 比赛服装

4.1 参赛球员须穿着一致的队伍比赛服装。

4.2 比赛制服包括衬衫、背心、短裤/紧身裤、袜子及其他经 NTA 或 NTA 比赛方认可的物品。

4.3 所有参赛球员须佩戴唯一的识别号码，其高度不小于 16cm，且能清晰地展示在球员的背部。

4.3.1 标识号码不能超过两位数。

4.4 比赛时允许佩戴帽子，帽子必须安全且符合 NTA 的标准。

4.5 球员必须穿着安全的鞋类，比赛另有规定时例外，如沙滩橄榄球。

4.6 球员允许穿着轻质皮革或合成面料的软底鞋类。

4.6.1 任何球员和裁判都不得穿着带有旋入式鞋钉的鞋子。

4.7 比赛时参赛队员不允许佩戴任何珠宝、链条、身份识别手环/手镯或其他有潜在危害的类似物品。任何无法取下的珠宝及其他物品须用胶带包裹固定至符合裁判的要求。

4.8 球员不允许留有锋利或过长的指甲。从手心观察若指甲超过手指即为指甲过长。

4.9 裁判和球员允许佩戴眼镜或太阳眼镜，眼镜必须安全且佩戴牢固。

4.10 裁判和球员可以佩戴运动检测设备和医疗护具如膝盖和脚踝指甲。物品需经赛事主办方认可其不具有危险性。

## 5 团队组成

5.1 一支队伍最多由 14 名球员组成，比赛中任何时候一方上场的球员不得超过 6 名。

当违反 5.1 的行为在球场边线往内 7m 处被发现，裁判将授予非违规方罚球。罚球点为中场线或球的位置，以对非违规方更有利的位置优先。

5.2 每队在场上至少有 4 名球员才能开始或继续比赛。减员加时赛情况例外。

5.3 若比赛时其中一支队伍场上的球员数量低于 4 名，比赛将直接结束，裁判将宣布非违规队获胜。

5.3.1 此规则不适用于有球员被罚至受罚区的情况。

5.4 在男女混合比赛中，场上的男性球员数量最多为 3 名，至少有 1 名。场上的女球员至少有 1 名。

## 6 队伍教练和随队官员

6.1 队伍教练和随队官员允许进入比赛的场地外缘线，但在比赛期间应停留在换人区或比赛场地的两端。

6.2 队伍教练和随队官员允许在 6.1 所述的两个位置间移动，且移动时不得拖延。当位于场地两端时，教练或官员与死球线的距离不得小于 5m，且不得指导球队和裁判，不能与其进行语言或非语言交流。

## 7 比赛开始和重新开始

7.1 在裁判到场的情况下，双方队长进行抛硬币，胜者可以选择队伍上半场的进攻方向和队伍的换人区域，并决定先持有球权的队伍。

7.2 在裁判的指示下，进攻队员在中场线的中点处通过轻踢球动作开始比赛。

7.3 中场休息结束后，双方队伍改变进攻方向，并由上半场开场时的非控球队伍轻踢球开始比赛。

7.4 一方得分后，由未得分队伍通过轻踢球重新开始比赛。

7.5 轻踢开球前所有进攻队员必须在位，否则不予开球。

若违反规则 7.5，球员将被要求回到原点重新开球。

7.6 若在位的防守球员少于 4 名，或裁判尚未示意，球员不得轻踢开球。

若场上的防守队员少于 4 名，除非裁判示意，否则必须等待所有球员在位方可轻踢开球。

若违反规则 7.6，球员将被要求回到原点重新开球。

7.7 比赛开始及重新开始时，轻踢开球的动作不得延迟。

若违反规则 7.7，裁判将授予非违规方在中场线中点处罚球的机会。

## 8 比赛时长

8.1 比赛时长为 40 分钟，由两个 20 分钟的半场和一次中场休息组成。

8.1.1 若比赛中出现受伤事故，比赛不暂停，仍然计时。

8.2 不同地区的比赛可能有不同的比赛时长。

8.3 比赛时间正好结束时，比赛将继续进行至出现死球或下一次触碰。此时，裁判将宣布比赛结束。

8.3.1 若在此期间裁判授予一方罚球，应照常执行罚球。

8.4 若在第 24.1.6 条规则所述情况之外发生弃赛，NTA 或相关比赛方自行决定比赛结果。

## 9 控球权

9.1 控球队伍在控球权发生转换前拥有六次触碰机会。

9.2 若截球成功导致控球权转换，截球后发生的第一次触碰计作第 0 次触碰。

9.3 若六次触碰结束或其他原因使控球权转换，球必须被尽快送回滚球的标志点。

若出现故意延迟转换球权的情况，非违规方将获得罚开球的机会，开球点为球权交换处向前 10 米的位置。

9.4 若球在比赛过程中掉落地面或被传至地面，两队交换球权。

开球点在球初次触地的地方。

9.5 若在传锋球员的控制下，球与得分区范围内的地面接触，两队交换球权。

若发生上述情况，球权转换后的持球方将在 7 米线上滚球开球。

9.6 若球员对球处理不当，尽管在努力地尝试控制球，但却无意中使球向前移动并撞在其他球员身上，也会导致球权的转换。

## 10 触碰

10.1 任意防守球员和持球球员均可主动发起触碰。

10.2 若触碰尚未发生，防守球员不能声称发生了触碰。若一名球员声称发生触碰，但裁判不确定触碰是否发生时，该次触碰有效。

若违反 10.2，进攻方将在犯规行为发生处罚球开球，犯规队员被临时罚下，罚下时间为四次球权交换。

10.3 防守及进攻球员必须采用所需的最小力量以执行触碰，且必须确保触碰的方式不会对其他球员的安全带来不必要的风险。

若违反 10.3，非违规方将在犯规行为进行轻踢开球。

10.4 若在触碰的过程中，持球球员手中的球被意外击落，该次触碰仍作数，且进攻方保留控球权。

10.5 触碰过程中，防守球员不得故意击落持球球员手中的球。

若违反 10.5，非违规方将在犯规行为进行轻踢开球。

10.6 触碰发生后，控球球员不得以传或其他方式使球转移。

若违反 10.6，原防守方将获得在犯规处罚开球的机会。若犯规情况发生在得分区内，则到就近的 7 米线上进行罚开球。

10.7 传锋球员可以传球或带球跑动，但在控球时不能被触碰。

若违反 10.7，将在触碰发生处交换球权。若犯规情况发生在得分区内，则到就近的 7 米线上交换球权。

10.8 若在得分区内，控球球员在触地得分前被触碰，应回到 7 米线处执行滚球。前提是该次触碰不为第六次，且控球球员为非传锋球员。

10.9 若持球球员在自己队伍的防守得分线上或线后被触碰，一旦裁判在七米线上对应触碰点给出滚球点，持球球员须立即执行滚球。

10.10 若持球球员故意触碰越位的防守球员，而该防守球员正在努力后退并且未主动参与防守，该次触碰有效。

10.11 若持球球员在努力控球但尚未拿稳球的情况下被触碰，且在触碰发生后球稳定回到该球员手上，则该次触碰有效。

10.12 若在触碰发生后，控球球员与边线、场地标志物或场地外的地面发生接触，该次触碰仍有效，球员须返回触碰发生处执行滚球。

10.13 当一名防守球员进入了己方的防守 7 米区，整个防守队伍必须以合理的速度向前移动，直至触碰即将发生（Imminent）或已经发生。

若违反规则 10.13，进攻方在犯规处进行罚球开球。

10.14 当控球球员进入了防守队的 7 米区时，防守队伍并非必须要向前移动，但不能向后退至得分线，直至触碰即将发生（Imminent）或已经发生。

若违反规则 10.14，进攻方在七米线进行罚球开球。

## 11 传球

11.1 控球球员不得故意或无意以踢、传、弹、递、敲击、投掷及其他方式使球向前移动并转移给其他球员。

若违反规则 11.1，裁判将授予防守队在进攻方前传的位置进行罚球开球。需要考虑给予得益的情况除外。

11.2 控球球员不得故意以踢、传、弹、递、敲击、投掷及其他方式使球向前移动并越过防守队员，且在此后继续持球。

若违反规则 11.2，裁判将授予防守队在进攻方前传的位置进行罚球开球。

## 12 球在空中被触碰

- 12.1 若球在空中，防守球员故意与球接触并使其落地，进攻方将保留控球权，且触碰次数从 0 开始计算。
- 12.2 若球在空中，防守球员故意与球接触后，进攻方重新获得球权且未接触地面，比赛继续，下一次触碰计作第 0 次。
- 12.3 若球在空中，防守球员故意与球接触并使球向前（相对进攻队而言为向后）移动，此时进攻球员因尝试夺回控球权而导致球落地，进攻方将保留控球权，且触碰次数从 0 开始计算。
- 12.4 若球在空中，防守球员故意与球接触并使球向防守队身后的死球线方向移动，此时进攻球员因尝试夺回控球权而导致球落地，球权发生转换。
- 12.5 若球在空中，防守球员无意中与球接触并使其落地，此时控球权发生转换。
- 12.6 若球在空中，防守球员无意中与球接触，接触后进攻方重新获得球权，此时比赛继续，触碰按照正常情况计数。
- 12.7 进攻球员不得为了使球反弹或重新计算触碰次数，而故意往防守球员身上传球。

若违反规则 12.7，防守队在进攻方传球的位置进行罚球开球。

### 13 滚球

- 13.1 进攻球员站在滚球标志点上，面向防守队的得分线，站立至与边线平行，有控制地把球放在双脚之间的地面上，然后：
  - 13.1.1 脚跨过球向前走；或：
  - 13.1.2 使球向后往两脚之间滚，滚动距离不得超过 1 米；或：
  - 13.1.3 一只脚跨过球。

若违反规则 13.1，球权交换，防守队在犯规点获得球权并滚球开球。

- 13.2 球员必须在滚球标志点上执行滚球。

若违反规则 13.2，防守队将获得在犯规点罚球开球的机会。

- 13.3 球员不能执行自愿滚球/无触碰滚球。

若违反规则 13.3，防守队将获得在犯规点罚球开球的机会。

13.4 球员不能延误滚球。

若违反规则 13.4，防守队将获得在犯规点罚球开球的机会。

13.5 球员只能在以下几种情况中于标志点处进行滚球：

13.5.1 当一次触碰发生后；或：

13.5.2 当六次触碰结束，两队转换控球权时；或：

13.5.3 球落地或被传至地面导致两队转换球权时；或：

13.5.4 当进攻球员在执行罚球、轻踢球和滚球时违规而导致球权转换时；或：当传锋球员被碰或将球放在得分线上或线后而导致球权转换时；或：用滚球替代罚球开球；或：

13.5.5 根据裁判指示执行。

13.6 在以下情况中，球员需要在场地边线往内 7 米处进行滚球：

13.6.1 由于控球球员被触碰前与边线或场地以外的地面发生接触，控球权发生转换时；或：

13.6.2 当球在不受球员控制的情况下与边线或场地以外的地面发生接触时。

13.7 球员不得以轻踢球动作替代滚球。

若违反规则 13.7，违规方必须回到滚球标志点重新进行滚球动作。

13.8 除进行滚球动作的球员外，任意进攻队员可以在滚球处捡球，捡球的动作不得拖延。捡球的球员被称为传锋球员。

13.9 传锋球员允许在拿起球之前单脚控制球。

13.10 传锋球员把球传给另一名球员后立刻失去传锋身份。

13.11 防守球员不得干扰滚球的进行，也不得干扰传锋捡球。

若违反规则 13.11，裁判将授予进攻队一次罚球开球，罚球点位于犯规点向前 10 米处。

13.12 在传锋球员与地上的球接触前，防守球员不得向前移动超过其在位的位置。裁判另有指示或出现规则 13.12.1 所述情况例外。

13.12.1 当传锋球员与滚球点的距离大于 1 米时，滚球的球员一释放球，在位的防守球员即可向前移动。若传锋球员未到位，防守球员向前移动并与球接触，这会导致两队的球权发生转换。

13.13 若在执行滚球时，进攻球员与边线或场地以外的地面发生接触，这会导致球权发生转换，并在边线往内 7 米的位置滚球开球。

13.14 若触碰发生在死球线和 7 米线之间的区域，进攻球员允许在七米线上滚球，且滚球的位置与触碰的位置相对应。

## 14 得分

14.1 一次触地得分计为一分。

14.2 触地得分指一名球员在没有被触碰的情况下把球放在得分线上或线后。传锋球员除外。

14.3 在尝试得分时，球员在把球放在得分线上或线后之前，必须控制好球。

14.4 若一名球员在尝试得分时，使球接触地面却未接触到得分线：若球员的手已离开球，该球员需要执行滚球开球，且触碰次数增加一次。若该球员未松手，比赛继续，触碰次数不发生变化。

14.5 比赛结束后，得分最多的球队为胜利者。若两队都没得分或得分相同，则宣布平局。

## 15 越位

15.1 进行滚球时，所有防守球员必须从滚球标记点起向后退 7 米，或根据裁判指示退至防守得分线。

若违反规则 15.1，进攻方将在犯规点或犯规点前七米线上对应的位置罚球开球。

15.2 轻踢开球时，所有防守球员必须从轻踢开球标志点向后退 10 米，或根据裁判指示退至防守得分线。

若违反规则 15.2，裁判将授予进攻队一次罚球开球，罚球点位于犯规点，或犯规点前的 10 米线。

15.3 进行滚球或轻踢开球时，防守队员不得后退不合理的距离以至防守得分线之后。

若违反规则 15.3，裁判将授予进攻队一次罚球开球，罚球点位于犯规点，或犯规点前的 7 米线。

15.4 当滚球发生在防守队的 7 米区内，或轻踢罚球的位置与防守得分线的距离小于 10 米时，所有防守球员必须双脚站在线上或线后，且身体的其他部分不能接触得分线之前的地面。

若违反规则 15.4，进攻方将在 7 米线与犯规相对应的位置获得罚球开球。

15.5 完成触碰后，防守队员在向后退 7 米或退到得分线的过程中，不得干扰进攻队员。

若违反规则 15.5，进攻队将获得在犯规点向前 10 米处罚球开球的机会。若犯规发生在得分线上，则在七米线上罚球开球。

## 16 阻挡

16.1 持球球员不得通过跑动或其他方式移动至进攻球员或裁判的身后以避免即将发生的触碰。

若违反规则 16.1，授予非违规方在犯规点罚球开球。

16.2 控球球员不得以搂抱及其他方式阻碍防守队员的行动。

若违反规则 16.2，授予非违规方在犯规点罚球开球。

16.3 进攻球员可以进行必要的移动来实现支持控球球员的目的，但不能抓、搂、推或通过其他方式故意干扰防守队员进行防守触碰。

若违反规则 16.3，授予非违规方在犯规点罚球开球。若犯规发生在得分区，则在七米线上开球。

16.4 防守球员不得阻挡或干扰进攻球员。

若违反规则 16.4，授予非违规方在犯规点罚球开球。若犯规发生在得分区，则在七米线上开球。

16.5 若一名进攻球员在支持控球球员时造成了明显的非自愿或意外的阻挡行为，而持球球员停止移动并允许触碰发生，则该触碰有效。

16.6 若裁判对进攻或防守球员造成阻碍，如球与裁判接触的情况，比赛应暂停并在干扰发生处滚球重开。比赛继续且触碰计数不变。

## 17 换人

17.1 球员可以在任何时候换人。

17.2 换人次数不受限制。

17.3 比赛期间替补球员必须停留在自己队伍的换人区内。

17.4 只有场上球员离开球场进入换人区后，替补球员才能进行换人动作。

17.5 球员进出球场的过程中，不得妨碍比赛的进行。

若违反规则 17.5，非违规队将在犯规点处罚球开球。

17.6 进入球场的球员必须在位（onside）后才能参加比赛。

若违反规则 17.6，非违规队将在犯规点处罚球开球。

17.7 当出现球被截断的情况，或防守队伍的防线被进攻方突破时，球员不能换人直至下一次触碰发生或出现死球。

若一名球员进入球场并成功阻止得分，将授予进攻队得分，且犯规队员被 Sin Bin；

若球员进入球场但并未阻止得分，则犯规队员被暂时罚下四个球权交换的时间。

17.8 在得分发生后，场上球员可以自由换人，不需要等待球员先下后上的原则，也不要通过换人区进出，但是换人必须在重新开球前完成。

## 18 轻踢罚球

18.1 轻踢开球动作必须按照定义执行。

若违反规则 18.1，裁判将指示违规方回到轻踢球标志点重新执行动作。

18.2 对于发生在 7 米线之间的犯规行为，轻踢罚球的标志点为犯规的位置，裁判另作说明除外。

18.3 对于发生在 7 米区的犯规行为，轻踢罚球必须在 7 米线上进行。

18.4 对于发生在球场之外或得分区内的犯规行为，轻踢罚球的标志点为边线往内 7 米处、犯规位置向前最近的 7 米线上，或裁判指示的位置。

18.5 在执行轻踢罚球前，必须由裁判示意罚球的标志点。

18.6 裁判示意罚球标志点后，球员须立即执行轻踢罚球动作。

若违反规则 18.6，非违规队将在犯规点处罚球开球。

18.7 球员可以用滚球动作代替轻踢罚球的动作，且捡球的球员不会成为锋球员。

18.8 若在一次完整的控球时间内，防守队伍在进入 7 米区后共被裁判判罚 3 次，则最后一次犯规的球员将被判三罚下场，直至本次控球时间结束。

18.9 若裁判认为球员、球队官员或观众有明显的阻止进攻队伍得分的行为，且该行为违反了比赛规则或比赛精神，裁判可以授予非违规方罚球开球。

## 19 得益

19.1 当滚球或轻踢球发生时，防守队员越位并试图干扰比赛进行，裁判将授予进攻方罚球开球或进攻优势，最终判决以对非违规方得益更多为准。

19.2 若进攻队伍在得益后出现犯规行为，裁判将对进攻队伍得益前出现的犯规行为进行判决。

## 20 不当行为

20.1 以下的不当行为将处以轻踢罚球、强制换人、临时罚下以及驱逐出场等处罚。

20.1.1 连续或频繁违反比赛规则；

20.1.2 咒骂球员、裁判、观众或其他赛事官员；

20.1.3 争论裁判或其他赛事官员做出的判决；

20.1.4 使用超过触碰所需力量来触碰对手；

20.1.5 体育精神较差的行为；

20.1.6 绊倒、击打或以其他方式攻击球员、裁判、观众及其他赛事官员；或：

20.1.7 其他违反体育精神的行为。

## 21 强制换人

21.1 若发生犯规行为后，裁判认为有必要实施强制换人时，裁判应暂停比赛，指引球员将球放在标志点上，告知犯规球员被强制换下的原因，

并指引球员返回换人区，最后做出相关指令和手势，并授予非违规队罚球开球。

## 22 临时罚下

22.1 场上的裁判必须标明临时罚下的开始及结束时间。

22.2 任何被临时罚下的球员都必须站在对方半场的受罚区，且受罚区与自己队伍的换人区在同一侧。

22.3 任何被临时罚下至受罚区的球员必须先回到自己的换人区，才能重新进入比赛场地。

22.4 任何导致触碰次数清零重计的行为都将延长该次控球时间。为了避免疑问，若防守方把球击落或放弃一次罚球开球的机会，该次控球时间仍将继续，而不代表控球时间结束。

## 23 驱逐出场

23.1 球员或官方人员因不当行为被裁判驱逐出场后，不得参与同一场比赛，并在剩下的比赛时间内停留在比赛场地外缘线之外。

23.2 被驱逐的球员或官员不得被替换，且按 NTA 规定，该球员自动禁赛两次。

## 24 加时赛

24.1 若需在平局中决出胜负，将使用加时赛以下程序确定最终获胜者。

24.1.1 每支队伍的场上球员减少至 4 名，于 60 秒内准备好并在中场线重新开始比赛，加时赛中队伍防守的半场与正赛结束时相同。

24.1.2 加时赛以中场轻踢开球开始，由常规比赛开场时防守的那一方在加时赛开球。

24.1.3 减员加时赛时长为两分钟。

24.1.4 若一支队伍在两分钟结束时领先，宣布该队获胜，比赛结束。

- 24.1.5 若两分钟结束时没有队伍领先，在时间结束信号发出后，比赛将在出现下一次触碰或死球时暂停，且每支队伍场上球员再减少一名。
- 24.1.6 球员一离开场地，比赛立即从暂停前的位置重新开始（即球队保留暂停前的球权和相应的触碰次数，或因犯规/六次触碰结束而转换球权）。比赛将继续进行，直至一方队伍得分。
- 24.1.7 减员加时赛进行期间没有暂停或休息时间，2分钟比赛小节内不停表。减员加时赛进行期间允许换人，具体规则参考常规换人规则。
- 24.2 在减员加时赛期间，男女混合队上场的男性球员不得超过2名。
- 24.2.1 若出现一名男性球员在加时赛开始时仍在受罚区受罚的情况，所属队伍上场参赛的男性球员不得超过1名。
- 24.2.2 若出现一名男性球员被驱逐出场的情况，那么在加时赛期间所属队伍场上的男性球员不得超过1名。
- 24.3 在加时赛开始时，若有一名球员临时罚下的时间尚未结束，则该队须以比对手少一名球员的人数开始加时赛，直至惩罚结束。
- 24.4 在加时赛开始时，若有一名球员已被驱逐出场，则该队在加时赛期间须以比对手少一名球员的人数进行比赛。
- 24.5 为避免对规则24.3和24.4产生矛盾，加时赛期间非违规球队将在比赛中保持人数优势。

## 25 赛事官员

- 25.1 在比赛时间内，裁判对于发生在比赛场地及场地外缘内的一切比赛相关事项有唯一的裁决权，且对所有球员、教练和官方人员都有管辖权，且必须做到：
- 25.1.1 在比赛开始前检查比赛场地、标志物和标志线，确保所有参赛者的安全；
- 25.1.2 根据比赛规则作出判决；
- 25.1.3 实施必要的制裁或惩罚以控制比赛；

- 25.1.4 做出得分判决并记录每一个得分；
  - 25.1.5 在每次控球期间保持对触碰的计数；
  - 25.1.6 对违反规则的行为给予处罚；且：
  - 25.1.7 向相关比赛管理部门报告比赛中所有参与者的临时罚下、驱逐及受伤情况。
- 25.2 每支队伍中只有队长才能直接向裁判询问对于判罚的解释，且只能在比赛休息时或裁判要求沟通的时间段询问。