



# Rules of Fast5 Netball

2020 Edition

<b>Introduction 簡介</b>	4
<b>Technical Specifications 技術規範</b>	5
F1 Court and Related Areas 球場及相關範圍	5
<b>Match Duration 比賽時間</b>	7
F2 Match Length 比賽長度	7
<b>Match Personnel 比賽人員</b>	8
F3 Captains 隊長	8
F4 Players 球員	8
F5 Match and Technical Officials 賽事與技術人員	9
<b>Sanctions 罰則</b>	10
F6 Sanctions 罰則	10
<b>Starting Play 比賽開始</b>	11
F7 Centre Pass 中場傳球	11
<b>During the Match 比賽進行期間</b>	12
F8 Substitutions 換人	12
<b>Scoring a Goal 得分</b>	13
F9 Scoring a Goal 得分	13
<b>Game Management 球賽管理</b>	14

F10	Game Management 球賽管理	14
	<b>Umpire Hand Signals 裁判手勢</b>	15
F11	Umpire Hand Signals 裁判手勢	15
	<b>Fast5 Guidelines for Umpires 裁判準則</b>	16
1	Increased Teamwork between Umpires 增加裁判間的團隊合作	16
2	Lead and Trail Umpires 主及副裁判	16
3	Start of Play 比賽開始	18
4	Keeping the Game Moving 維持比賽進行	18



OFFICIAL SUPPLIER

Gilbert Netball is the official and exclusive ball supplier to INF  
[www.gilbert-netball.com](http://www.gilbert-netball.com)

快速 5 人賽是一項由籃網球賽修改型式並由國際籃網球總會 ( INF ) 認可的比賽。國際籃網球總會快速 5 人賽規則 ( 2020 ) 是官方規則並且取代之前的版本。它們可與國際籃網球總會籃網球規則 ( 2020 ) 連接。

國際籃網球總會籃網球規則是給予所有比賽情況而未特別針對快速 5 人賽規則。快速 5 人賽規則之以「F」字母為專有規則。

其餘參考則依據國際籃網球總會籃網球規則 ( 2020 ) 。

**國際籃網球總會以多種語言出版籃網球規則。如果遣詞用字有差異，則以英文版為主。**

Copyright © 2020 International Netball Federation

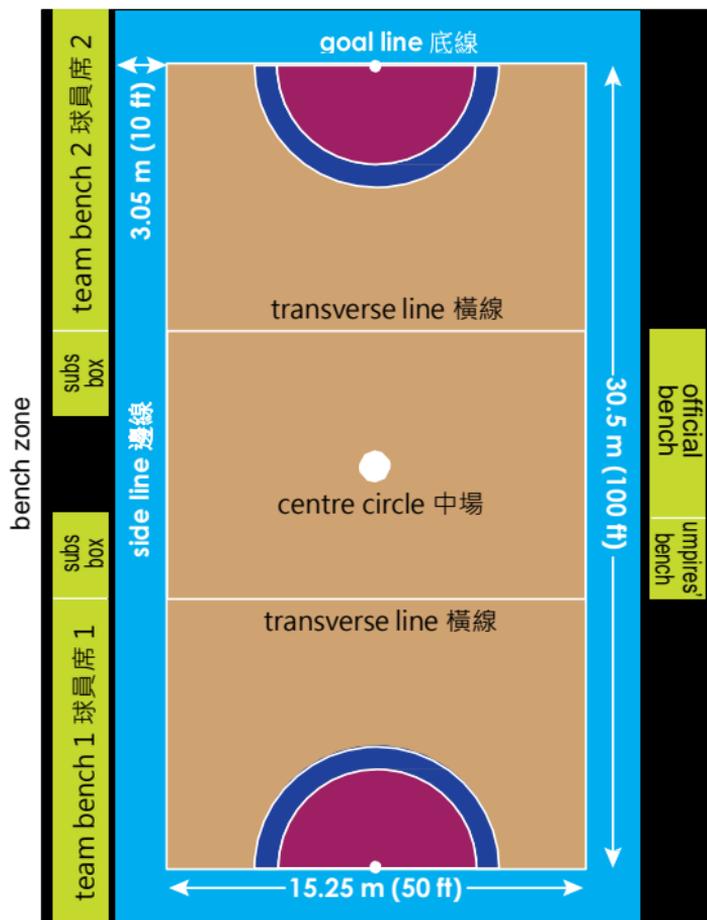
All rights reserved.

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means without the prior written permission of the International Netball Federation, nor be otherwise circulated in any form of binding or cover other than that in which it is published.

**Rule F1 規則 1 Court and Related Areas 球場及相關範圍**

- ( 1 ) 快速 5 人賽是在籃網球場地增加一個半徑 3.5 公尺 ( 11.5 英吋 ) 的半圓，標註在射球圈裡 ( 中點是在球柱中央 )。這個半圓內部區域稱為「內圈」；在這個半圓與射球區底線之間的區域稱為「外圈」。
- ( 2 ) 一個長方形換人區域 4 公尺 x1 公尺 ( 13.1 英吋 x3.28 英吋 ) 標記在靠近球場週邊的地板上，在中場對面，球員區旁邊。長邊與邊線平行且外線與橫線呈水平。
- ( 3 ) 比賽工作人員席置於球場週圍，在球場中心的對面。可放在球場的任一邊，但如果是與球員席同一邊，則建議要提高辨識度。

COURT AND RELATED AREAS 球場與相關區域



Key:

-  Outer Circle 4.9 m (16 ft) radius
-  Inner Circle 3.5 m (11.5 ft) radius
-  Goal Thirds and Centre Third
-  Centre Circle 0.9 m (3 ft) diameter
-  Court Surround 3.05 m (10 ft)

**Rule F2 規則 2 Match Length 比賽長度**

- (i) 一場比賽包含 4 節，每節 6 分鐘，第 1 節與第 2 節、第 3 節與第 4 節之間間隔 1 分鐘，中場間隔 3 分鐘。每節結束後球隊換邊。

1st quarter 第 1 節	Interval 間隔	2nd quarter 第 2 節	half time 中場	3rd quarter 第 3 節	Interval 間隔	4th quarter 第 4 節
6 minutes 6 分鐘	1 minute 1 分鐘	6 minutes 6 分鐘	3 minutes 3 分鐘	6 minutes 6 分鐘	1 minute 1 分鐘	6 minutes 6 分鐘

- (ii) 每 1 隊可以指定 1 個「power play quarter」（集中攻勢節）。在這 1 節裡，指定的球隊得分加倍計算。
- (iii) 如果比賽必須分出勝負，及比賽終了時 2 隊平手，必須加賽時間的規定如下列：
- 比賽停止且在隊長擲幣選擇中場開球權之前球員留在原地（不換人）直到比賽重新開始。
  - 立即重新開始比賽 1 分鐘。
  - 如果在延長比賽終了時領先的隊伍即為勝隊；如果依然平手，比賽繼續進行到有得分時。
  - 集中攻勢的這一節並不實施延長時間。

### Rule F3 規則 3 Captains 隊長

比賽開始前由隊長擲幣選擇進攻方向、中場發球權及選擇集中攻勢節。

(i) 擲幣贏隊：

- (a) 選擇進攻方及開始比賽。
- (b) 第 1 節與第 3 節在中場第 1 次發球。
- (c) 集中攻勢節的優先選擇權。

(ii) 擲幣負隊：

- (a) 第 2 節與第 4 節在中場第 1 次發球。
- (b) 在其他隊未選擇的節次選擇集中攻勢節。

### Rule F4 規則 4 Players 球員

(i) 一隊包含最多 10 位球員，位於 5 個位置，位置分佈與籃網球相同：

Goal Shooter 射球手 (GS),

Goal Attack 攻擊手 (GA),

Centre 中鋒 (C),

Goal Defence 後衛(GD),

Goal Keeper 阻攻手 (GK)

(ii) 比賽期間每隊不可有超過 5 名球員在場上。如果發生同時有超過 5 位球員在場上，裁判可暫停比賽及要求多餘的球員離場。

罰則：暫停比賽時依球所在地點罰自由球。

## MATCH PERSONNEL

- (i) 1 隊至少要有 4 位球員在場上(包含換人時準備入替的球員)。
    - (a) 在 1 節比賽開始時：當比賽準開始時，1 隊至少要有 4 位球員入場(其中 1 位必須是中鋒)。如果 4 位球員未出現，在比賽判給另 1 隊獲勝前允許有 30 秒可等待球員出現。
    - (b) 比賽進行中：如果 1 隊少於 4 名球員在場，裁判暫停比賽並要求球員立即返回球場。
- 罰則：暫停比賽時依球所在地點罰自由球。**
- (c) 如果因為暫停或無人可換使得沒有球員可以上場或超過 1 個位置空缺，裁判中止比賽並宣佈對方球隊獲勝。

## Rule F5 規則 5 Match and Technical Officials 賽事與技術人員

- (i) 裁判一起盯住球場並掌控整場比賽(參考快速 5 人賽裁判準則)。
- (ii) 紀錄：
  - (a) 紀錄每隊的得分情況。
  - (b) 當 1 支球隊在相關節次持續進行時向技術人員席立起集中攻勢卡(每隊各有獨特的顏色數字卡)使用集中攻勢節，要表明球隊使用集中攻勢節。
  - (c) 當比賽進入延長時要在工作人員席以可看見的信號表明。

## Rule F6 規則 6 Sanctions 罰則

- (i) 除非對未犯規球隊無不利，當有犯規行為發生時若不利於未犯規的球隊，處於罰球（籃網球規則 7.1.1 (i) (b)）。如果不利發生時，於犯規者所站之處執行罰球。
- (ii) 不利情況發生：
  - (a) 通過球場：假如未犯規的球員站立於靠近球隊的球柱底線。
  - (b) 在射球區內與附近：假如未犯規的球員站立於靠近球隊較高的球柱區域。
- (iii) 球員發自由球可以：
  - (a) 直接罰球。
  - (b) 犯規者站立處直接罰球。

## Rule F7 規則 7 Centre Pass 中場傳球

- (i) 指定每 1 節中場開球[Rule F3 規則 3].
- (ii) 其他中場傳球由上次未進球的隊伍進行。
- (iii) 球隊不得為了更換中鋒而延遲中場發球。

罰則：哨音響起後，未犯規隊伍在射球區底線進行罰球，  
不可更換中鋒及直接罰球。

## Rule F8 規則 8 Substitutions 換人

(i) 比賽進行中可以換人（還有暫停與中間間隔時）。任何時間替換球員的人數沒有限制，1 次可換 1 個或多於 1 個。換人時時間不會暫停。

(ii) 比賽間換人：

(a) 所有替換球員應全程待在所屬球隊的換人區裡。

(b) 在離開換人區之前，替換球員舉手表明球員離開球場。

(c) 球員在進場 / 退場時需察看離場規則，且不得干擾到裁判。

罰則：當球員在進場 / 退場時有干擾裁判的情事發生時之  
現場罰自由球。

(d) 球員離開球場後返回球員席。

## Rule F9 規則 9 Scoring a Goal 紀錄得分

- (i) 當球由射球手或攻擊手在攻擊區(包含射球圈)投球完全進入籃框內即算得分。
- (ii) 每個成功的得分分數紀錄如下列情況。得分多少是依球員投籃出手及球員投籃前接球與持球時接觸地面的位置而定。

<b>3 goal points</b> 三分(super shot)超級射球	the player had no contact with the ground in the goal circle 球員需在射球圈內與地面沒有接觸
<b>2 goal points</b> 2 分	the player had contact with the ground in the outer circle but no contact with the ground in the inner circle 球員在外圈有接觸到地面但無接觸內圈地面
<b>1 goal point</b> 1 分	the player had contact with the ground in the inner circle 球員有接觸內圈地面

- (iii) 如果球員在落地時雙腳同時橫跨圈圈的邊界，投籃所得分數以較少的得分圈計算。
- (iv) 在球隊所選擇的集中攻勢節裡得分都雙倍計算。

## Rule F10 規則 10 Game Management 比賽管理

(i) 國際籃網球規則第 13 條 [Rule 13] 提供額外的比賽暫停時間 1 分鐘。

另外，下列提供：

(ii) 快速 5 人賽的目的是讓進攻隊伍在底線表現出得分的企圖心。沒有展現這個目的（例如只傳球來拖延時間）則被認為是「沒有運動精神」。

在這樣的例子下：

(a) 裁判喊出“使用它”並以指向有關球隊的球柱端的手勢，該球隊必須立即將球傳向球柱端，以便嘗試進球。

(b) 如果球員未能立即執行裁判員的指示，球員將受到處罰。  
罰則：*在非犯規球隊的射球圈外判罰自由球，該球員被警告。*

(a) 在球隊擁有球權或嘗試射球之前，該手勢仍然有效。

## Rule F11 規則 11 Umpire Hand Signals 裁判手勢

除了籃網球的 INF 規則 [附錄 B] 指定的裁判手勢外，還使用以下手勢。在 Fast5 中，希望將語音聯繫保持在最低限度，並僅在需要提出說明時使用。

### (i) One goal point 一分球

一手垂直舉起



### (ii) Two goal points 二分值

雙手在空中高舉，兩手要靠攏



### (iii) Three goal points 三分值

兩手臂分開高舉於空中



以下指引旨在協助裁判確保 Fast5 是一個激動人心且快速進行的比賽，對球員和觀眾具有廣泛的吸引力。它們基於“保持比賽進行”的原則，裁判之間的高水準團隊合作，減少哨聲的使用以及使用手勢進行清晰的溝通。

## 1 增加裁判之間的團隊合作

裁判在任何時候都能合作無間。它們涵蓋的球場如下：

- (i) 每個裁判控制球門右側第三位（包括球門線）和較近的邊線。
- (ii) 當比賽通過中場時，裁判一起掌控比賽（見下文）。
- (iii) 無論球在哪裡，任何一名裁判都可以因受傷/疾病、流血或任何其他適當原因停止比賽（球員可以向任何一名裁判提出）。

## 2 主和副裁判

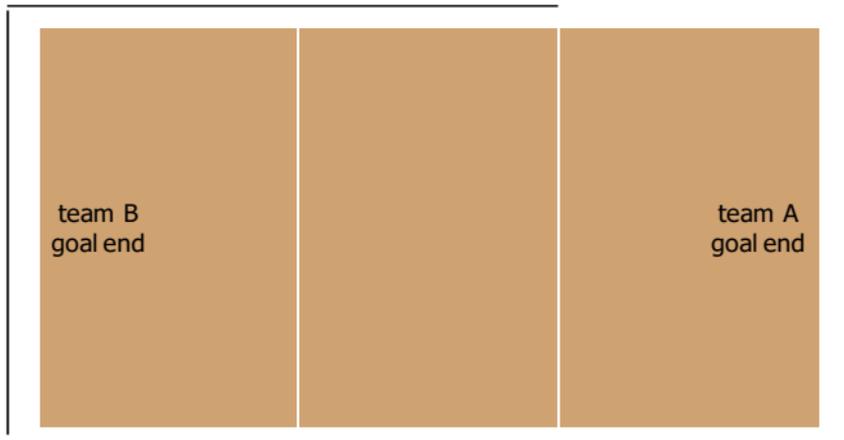
為了幫助描述兩位裁判在共同工作時的職責，使用了術語“主裁判”和“副裁判”（應該注意，這些術語的使用與其他運動的含義不同）：

- (i) 主裁判是指朝著球柱一端接近的裁判。
- (ii) 副裁判是移動遠離球門的裁判。

在下圖中，如果 A 隊擁有球權，則認為球正在向 A 隊的球門端移動（與球的位置無關）。因此，裁判 X 是首席裁判，裁判員 Y 是追隨裁判。

球賽進行方向 → → →

副裁判 (Y)



主裁判 (X)

如果裁判 Y 位於邊線上：

裁判 Y 控制 B 隊第三球區和整個中鋒第三球區，裁判 X 從第二橫線控制並只控制 A 隊第三球區。

如果裁判 Y 位於球柱線上：

裁判 X 可以在中場的任何位置進行控制，只要認為適合比賽即可。

### 3 比賽開始

在每節開始和每個進球之後，比賽由首席裁判宣佈開始。這表示：

- (i) 在每節開始時，比賽由預定移動方向的裁判開始。
- (ii) 在每一個進球得分後，比賽由半場未進球的裁判宣佈重新開始。
- (iii) 在暫停後，裁判根據球的位置決定誰重新開始比賽。

### 4 讓比賽繼續進行

裁判應盡其所能確保上場時間最大化。這表示：

- (i) 應在犯規發生地附近採取罰則。除非涉及不公平的情況，否則裁判不應對位置過於挑剔。
- (ii) 當判罰自由球時，應清楚地指出位置（包括射球區）。  
罰球將在非侵權球員站立的地方判罰，但應要求可移至侵權者站立的位置。
- (iii) 最好有更多的可用球，這樣比賽可以快速重新開始。  
（例如，在進球後，球出界時）。

# Contact

INF Secretariat  
Albion Wharf  
19 Albion Street  
Manchester  
M1 5LN  
England

T: +44 (0) 161 234 6515

F: +44 (0) 161 228 6516

E: [inf@netball.org](mailto:inf@netball.org)



INTERNATIONAL  
**NETBALL**  
FEDERATION

[www.netball.sport](http://www.netball.sport)