

亞東技術學院
106 年度教材編纂及教具製作
結案報告

課程名稱：體育(籃球 - 籃球規則裁判法)

(選擇題題庫)

申請人：鄧碧珍

單位：體育室

民 國 一 〇 六 年 卅 月

亞東技術學院結案報告(1052)(教材編纂及教具製作)

鄧 碧 珍

體 育 室

體育(籃球 - 籃球規則裁判法)

摘要

本題庫係將上課所用教材，經整理、分析後製作成 100 題選擇題，將來建置於學校教學網站平台，可供學生上網進入該平台自行於課餘瀏覽學習。

關鍵詞： 籃球；籃球規則；裁判法

前言

籃球運動始於 1891 年，至今已 126 年的歷史。它誕生在美國馬薩諸塞州的春田市，創始人是當時該市基督教青年會訓練學校的體育教師加拿大人詹姆士·奈史密斯(James Naismith) 博士。

1892 年奈史密斯專門制定了十三條比賽規則，第二年又把每隊上場比賽的人數確定為五人，並一直沿襲至今。其後百餘年內，籃球運動逐漸蓬勃發展，受到世人的重視與喜愛，1936 年，第 11 屆奧林匹克運動會將男子籃球列入正式比賽項目。四十年後，第 21 屆奧林匹克運動會又將女子籃球納入正式比賽項目。除此之外，國際籃聯分別在 1950 年、1953 年舉辦了男女第一屆世界錦標賽。這兩項賽事一般每四年舉行一次。

國際比賽，自然有嚴密完善的比賽規則，否則比賽中會產生許多爭議，比賽結果亦難以服眾。但籃球運動並非只限於籃球隊的籃球員，許多地區性、甚至規模更小的賽事經常在舉辦，更甚者，街頭籃球，三對三鬥牛比賽亦常可見，更別說鄰里親朋間的捉對比賽了！有道是：內行的看門道，外行的看熱鬧。籃球運動，許多人喜歡參與，基本的規則大多知曉，但實則許多細節規則卻不甚了了，故球場上的爭議，時時可見。

學生們喜愛籃球運動，課餘常在籃球場上分隊打球競技，雖然也上了籃球課，但對詳細正確的規則，許多條文仍一知半解，透過題庫的自我瀏覽學習，應能加深印象。

一、 研發理念

籃球運動是一種相當專業的運動，籃球運動與比賽，包含了幾個面向：體能訓練、進攻技術、防守技巧、運動傷害與競賽規則。每一種面向都有相當專業的領域與論述，本計畫則僅針對競賽規則範圍製作題庫。

二、 學理基礎

1892 年，籃球發明者詹姆士·奈史密斯制定了《青年會籃球規則》，原始規則只 13 條。1893 年規則條文增加到 23 條，1897 年增加對犯規罰球之規定。1904 年，美國青年會男子籃球聯合會正式出版了第一本籃球規則。最遲在 1915 年，美國已制定統一的籃球競賽規則，並供應多種語文版本。1932 年，國際業餘籃球聯合會(Fédération Internationale de Basketball Amateur) 成立，並編訂第一份世界統一的《國際籃球規則》。隨籃球運動的發展，其規則亦同步修改。近年來，國際籃球規則變動依然頻繁。

國際籃聯基本規則：

01. 國際籃球規則下的比賽為 40 分鐘，分四節，每節時為 10 分鐘。
02. 國際籃球球場的 3 分線距離籃框 6.75 米。
03. 國際籃球球場面積為 28 米 × 15 米。
04. 國際籃球三秒面積為 5.8 米 × 4.9 米的長方形。
05. 國際籃球比賽中暫停為 5 次，每隊上半時允許請求兩次暫停；下半時允許請求三次暫停，加時賽暫停 1 次。
06. 國際籃球的暫停時長為 1 分鐘。
07. 國際籃球每次進攻限制用時為 24 秒（必須在 24 秒內進攻）。
08. 國際籃球每場比賽個人限犯規限制次數為 5 次。
09. 國際籃球的罰球時間限制是 5 秒。
10. 國際籃球臨場裁判人數為 2-3 人。
11. 每場比賽超過犯規次數的罰球，國際籃球規則為每節球隊第 5 次犯規。
12. 攻擊方不得在禁區待超過 3 秒 發球不得超過 5 秒

三、 主題內容

本計畫主要集中於籃球運動中比賽規則的觀念與應用。

四、 方法技巧

001. 下列敘述，哪一項是錯誤的？
 - ① 不可穿著連身球衣
 - ② 球衣前後應採同一底色
 - ③ 比賽時，所有球員必須將球衣的下擺塞進短褲內
 - ④ 比賽雙方無須採同一款式球衣

002. 下列敘述，哪一項是錯誤的？
 - ① 球褲前後應採同一底色
 - ② 球褲顏色必須與球衣相同
 - ③ 球褲長度必須在膝蓋以上
 - ④ 球褲質料無須與球衣相同

003. A 隊球員 A1 持球跳起時被 B 隊球員 B1 合法封阻，雙方落地時都以單手或雙手牢牢地按住球體，此時裁判應宣判
 - ① 球權屬於甲隊
 - ② 球權屬於乙隊
 - ③ 雙方爭球
 - ④ 以上皆非

004. A1 持球從他的前場起跳被 B1 合法封阻，雙方落地時都以單手或雙手緊按球體，此時 A1 有一隻腳落在他的後場，裁判應宣判
- ① 雙方爭球
 - ② 球權屬於甲隊
 - ③ 球權屬於乙隊
 - ④ 以上皆非
005. 當 A1 投籃的球在空中時，投籃計時鐘信號響起，之後球停置於籃圈與籃板之間，此時球權輪替屬於
- ① A 隊
 - ② B 隊
 - ③ 雙方爭球
 - ④ 以上皆非
006. 上一題球權輪替係因 A 隊超過
- ① 8 秒
 - ② 16 秒
 - ③ 24 秒
 - ④ 30 秒 違例。
007. A1 持球為了得分持續朝球籃前進，在前進的同時 B1 以手緊按在球體上，造成 A1 踏出超過帶球走規則所允許的步數，此時裁判應宣判
- ① 雙方爭球
 - ② A1 違例
 - ③ B1 犯規
 - ④ 以上皆非
008. 在下列哪種情況下可稱球隊已開始控制球？當一位球員
- ① 持球
 - ② 運球
 - ③ 活球在其可處理的位置
 - ④ 以上皆是
009. 籃球術語中，「中籃」係指
- ① 籃框中心位置
 - ② 籃板中央位置
 - ③ 籃球場中央分割線
 - ④ 向敵籃進攻並使球進入球籃

010. A1 在 3 分投籃區域出手，球在上升時被進攻球員 A2 在 A 隊的 2 分投籃區域合法觸及，球持續飛行並中籃，則應判得
- ① 1 分
 - ② 2 分
 - ③ 3 分
 - ④ 4 分
011. A1 在 3 分投籃區域出手，球在上升時被防守球員 B1 在 A 隊的 2 分投籃區域合法觸及，球持續飛行並中籃，則應判得
- ① 1 分
 - ② 2 分
 - ③ 3 分
 - ④ 4 分
012. A1 在靠近中線處的邊線發界外球，若在他的後場發球，則
- ① 有權將球傳進球場的任何地方
 - ② 只能傳進他的後場
 - ③ 只能傳進他的前場
 - ④ 以上皆是
013. A1 在靠近中線處的邊線發界外球，若在他的前場發球，則
- ① 只能傳進他的前場
 - ② 只能傳進他的後場
 - ③ 有權將球傳進球場的任何地方
 - ④ 以上皆是
014. 在第二節開始時，從記錄台對面的中線延伸線發球，則
- ① 有權將球傳進球場的任何地方
 - ② 只能傳進他的後場
 - ③ 只能傳進他的前場
 - ④ 以上皆是
015. 在球置於 A1 可處理的位置後，A1 合法橫向跨出一步，因此改變了他位於前場或後場的位置，則
- ① 只能傳進他的後場
 - ② 有權決定將球傳進前場或後場
 - ③ 只能傳進他的前場
 - ④ 以上皆是

016. 暫停次數，上半場每隊可給予

- ① 1 次
- ② 2 次
- ③ 3 次
- ④ 4 次

017. 暫停次數，下半場每隊可給予

- ① 1 次
- ② 2 次
- ③ 3 次
- ④ 4 次

018. 下半時的最後 2 分鐘內最多允許

- ① 1 次
- ② 2 次
- ③ 3 次
- ④ 4 次 暫停

019. 每一延長賽可有

- ① 4 次
- ② 3 次
- ③ 2 次
- ④ 1 次 暫停

020. 每隊每次合法攻擊時間規定為

- ① 15 秒
- ② 16 秒
- ③ 20 秒
- ④ 24 秒

021. 對於跳在空中的球員來說，他的位置應依其

- ① 不一定
- ② 落地後之前腳位置為準
- ③ 落地後之後腳位置為準
- ④ 起跳點為準

022. 籃球比賽事由

- ① 裁判員
- ② 記錄台職員
- ③ 監督委員
- ④ 以上皆是 去管理。

023. 比賽球場應是平坦堅實場內無障礙物的平面，由界線內沿丈量，長為

- ① 18 公尺
- ② 22 公尺
- ③ 28 公尺
- ④ 30 公尺

024. 比賽球場應是平坦堅實場內無障礙物的平面，由界線內沿丈量，寬為

- ① 12 公尺
- ② 15 公尺
- ③ 18 公尺
- ④ 20 公尺

025. 比賽球場應是平坦堅實場內無障礙物的平面，由界線內沿丈量，長 × 寬為

- ① 18 公尺 × 12 公尺
- ② 22 公尺 × 12 公尺
- ③ 25 公尺 × 15 公尺
- ④ 28 公尺 × 15 公尺

026. 比賽球場中，所有界線均劃成白色，寬為

- ① 2 公分
- ② 3 公分
- ③ 4 公分
- ④ 5 公分

027. 比賽球場中，任何障礙物包括坐在球隊席區後面的人員，應距球場至少

- ① 1 公尺
- ② 2 公尺
- ③ 3 公尺
- ④ 4 公尺

028. 中線是兩條邊線中點的連結線，並延伸出兩條邊線外

- ① 5 公分
- ② 10 公分
- ③ 15 公分
- ④ 20 公分

029. 中圈劃在球場中央，從圓周的外沿丈量，半徑

- ① 1.20 公尺
- ② 1.50 公尺
- ③ 1.60 公尺
- ④ 1.80 公尺

030. 罰球線應與端線平行，長

- ① 1.60 公尺
- ② 2.60 公尺
- ③ 3.60 公尺
- ④ 4.60 公尺

031. 罰球線的外沿距端線內沿

- ① 2.80 公尺
- ② 3.80 公尺
- ③ 4.80 公尺
- ④ 5.80 公尺

032. 限制區域應是長方形，包括兩條連結罰球線延伸線與端線的直綫及部份端線所劃定的場區，該兩條直線與端線交點各距端線中點

- ① 5.45 公尺
- ② 3.45 公尺
- ③ 2.45 公尺
- ④ 1.45 公尺

033. 球隊的三分投籃區域，包括：垂直於端線而向場內延伸之兩條平行線，線的外沿距邊線內沿

- ① 0.70 公尺
- ② 0.80 公尺
- ③ 0.90 公尺
- ④ 1.00 公尺

034. 球隊的三分投籃區域，其圓弧部分係以對方球籃中心鉛垂點為圓心，此圓心距端線中點內沿
- ① 1.345 公尺
 - ② 1.575 公尺
 - ③ 1.625 公尺
 - ④ 1.875 公尺
035. 球隊的三分投籃區域，其圓弧部分係以對方球籃中心鉛垂點為圓心，此圓弧應計算至線的外沿，其半徑為
- ① 6.75 公尺
 - ② 6.25 公尺
 - ③ 5.75 公尺
 - ④ 5.25 公尺
036. 球隊席區應設置
- ① 14 張
 - ② 15 張
 - ③ 16 張
 - ④ 18 張 座椅。
037. 發球線係在記錄台對面邊線上劃兩條標誌線，各長
- ① 0.10 公尺
 - ② 0.15 公尺
 - ③ 0.20 公尺
 - ④ 0.25 公尺
038. 在球場上劃出無撞人半圓區域，係以籃圈中心鉛垂點為圓心，
- ① 1.00 公尺
 - ② 1.25 公尺
 - ③ 1.50 公尺
 - ④ 1.75 公尺
- 為半徑劃一半圓。
039. 下列哪一項常是籃球比賽的限制條件
- ① 年齡
 - ② 身高
 - ③ 體重
 - ④ 容貌

040. 每一球隊，具有比賽資格的隊員不超過
- ① 20 人
 - ② 18 人
 - ③ 15 人
 - ④ 12 人
041. 每一球隊，有一名教練員，若球隊需要可設
- ① 1 名
 - ② 2 名
 - ③ 3 名
 - ④ 4 名
- 助理教練員。
- 042 負有特定職務並准許坐在球隊席的球隊隨員不超過
- ① 3 人
 - ② 4 人
 - ③ 5 人
 - ④ 6 人
043. 負有特定職務並准許坐在球隊席的球隊隨員包括：
- ① 領隊
 - ② 物理治療師
 - ③ 統計員
 - ④ 以上皆是
044. 每一隊員的球衣，後面的號碼至少高
- ① 25 公分
 - ② 20 公分
 - ③ 15 公分
 - ④ 10 公分
045. 每一隊員的球衣，前面的號碼至少高
- ① 25 公分
 - ② 20 公分
 - ③ 15 公分
 - ④ 10 公分

046. 球隊應使用的號碼，應為

- ① 0-15 號
- ② 1-15 號
- ③ 4-15 號
- ④ 0-99 號

047. 各國籃球協會主辦的比賽，球隊應使用的號碼，可以採用

- ① 1-15 號
- ② 1-20 號
- ③ 1-99 號
- ④ 以上皆可

048. 每一隊員的球衣上，任何廣告或標誌，距號碼至少

- ① 1 公分
- ② 3 公分
- ③ 5 公分
- ④ 7 公分

049. 比賽兩隊球衣顏色的深淺，決定方式為

- ① 秩序表上排名先後順序
- ② 抽籤決定
- ③ 大會決定
- ④ 到場先後順序

050. 下列哪一種配戴品不得使用

- ① 髮飾
- ② 覆蓋護墊的護膝
- ③ 透明的牙套
- ④ 透明無色的貼布

051. 下列哪一種配戴品不得使用

- ① 覆蓋護墊的護膝
- ② 皮革製成的護具
- ③ 透明的牙套
- ④ 透明無色的貼布

052. 下列哪一種配戴品不得使用

- ① 覆蓋護墊的護膝
- ② 透明的牙套
- ③ 軟塑膠製成的護具
- ④ 透明無色的貼布

053. 下列哪一種配戴品不得使用

- ① 覆蓋護墊的護膝
- ② 透明的牙套
- ③ 透明無色的貼布
- ④ 金屬製成的護具

054. 球員可配戴由單一顏色布料、軟性塑膠或橡膠製成的不會造成擦傷的頭帶最寬

- ① 6 公分
- ② 5 公分
- ③ 4 公分
- ④ 3 公分

055. 下列哪一種情況，裁判員不應響哨：

- ① 活球時發生球員受傷
- ② 控球隊投籃
- ③ 失去控球權
- ④ 持球停止進攻

056. 受傷球員若不能於約

- ① 5 秒
- ② 15 秒
- ③ 30 秒
- ④ 45 秒

內繼續比賽或接受了治療，則他必須被替補離場。

057. 預定比賽開始前

- ① 5 分鐘
- ② 15 分鐘
- ③ 20 分鐘
- ④ 30 分鐘，

每一教練員或他的代表應向記錄員提交該隊具有比賽資格的隊員姓名與相應號碼，並登記隊長、教練員及助理教練員姓名。

058. 每隊教練員應於預定比賽前

- ① 5 分鐘
- ② 10 分鐘
- ③ 15 分鐘
- ④ 20 分鐘，

在記錄表上簽名以確認該隊教練員及隊員姓名與相應號碼無誤，同時提出該隊最先上場的五名球員。

059. 每場籃球比賽包括

- ① 2 節
- ② 3 節
- ③ 4 節
- ④ 5 節

060. 每場籃球比賽，每節時間為

- ① 10 分鐘
- ② 12 分鐘
- ③ 15 分鐘
- ④ 20 分鐘

061. 預定比賽開始前有

- ① 5 分鐘
- ② 10 分鐘
- ③ 20 分鐘
- ④ 30 分鐘

休息時間。

062. 上半時第一節與第二節之間有

- ① 1 分鐘
- ② 2 分鐘
- ③ 3 分鐘
- ④ 5 分鐘

休息時間。

063. 下半時第三節與第四節之間有

- ① 5 分鐘
- ② 4 分鐘
- ③ 3 分鐘
- ④ 2 分鐘

休息時間。

064. 每一加時延長賽之前有

- ① 1 分鐘
- ② 2 分鐘
- ③ 3 分鐘
- ④ 5 分鐘

休息時間。

065. 上下半場間的休息時間

- ① 8 分鐘
- ② 10 分鐘
- ③ 12 分鐘
- ④ 15 分鐘

066. 第四節比賽時間結束得分相等，應進行

- ① 1 次加時
- ② 2 次加時
- ③ 3 次加時
- ④ 直至分出勝負為止

067. 球隊有權於

- ① 第 1 節及第 2 節
- ② 第 1 節及第 3 節
- ③ 第 1 節及第 4 節
- ④ 第 2 節及第 3 節

之前，在對方球籃之半場作熱身運動。

068. 所有加時賽，球隊應繼續朝向

- ① 第一節
- ② 第二節
- ③ 第四節
- ④ 不一定

相同的球籃進攻。

069. 所謂「球成活球」，即：

- ① 跳球時，球離開裁判員的手
- ② 罰球時，球放在罰球員可以處理的地方
- ③ 發界外球時，球放在發球員可以處理的地方
- ④ 以上皆是

070. 所謂「球成死球」，即：

- ① 任何中籃或罰球中籃得分
- ② 活球時，裁判員響哨
- ③ 罰球時，球明顯不會中籃而隨後有其他罰球
- ④ 以上皆是

071. 當一名或以上不同隊的球員各以單手或雙手緊握球體，如不用粗暴動作則不能獲得球時，即宣判

- ① 爭球
- ② 跳球
- ③ 奪球
- ④ 搶球

072 跳球時，跳球員雙足應站在中圈靠近他的本籃之

- ① 中圈線上
- ② 半圓內
- ③ 半圓外
- ④ 以上皆可，
其中一足靠近中線。

073. 裁判員在兩名不同隊的球員之間將球向上(垂直)拋起，其高度應超過該兩名球員之

- ① 肩部
- ② 身高
- ③ 能跳起的高度
- ④ 以上皆非

074. 跳球時，球觸及任一名非跳球員或地面前，任一名跳球員不得接球或拍撥球超過

- ① 一次
- ② 兩次
- ③ 三次
- ④ 無限制

075. 球未經至少

- ① 一名
- ② 二名
- ③ 三名
- ④ 無限制

跳球員拍撥，應重新跳球。

076. 裁判員須將球遞交給或將球放在發球員可以處理的地方、亦可以將球拋給或彈地傳給發球員，但裁判員與發球員的距離不得超過
- ① 1 公尺
 - ② 2 公尺
 - ③ 3 公尺
 - ④ 4 公尺
077. 發球員可以橫向及/或向後移動，球亦可在端線外隊友之間互相傳遞，但當界外第一名球員可以處理球時，即開始計算
- ① 2 秒
 - ② 3 秒
 - ③ 4 秒
 - ④ 5 秒
078. 每次暫停應給予
- ① 1 分鐘
 - ② 2 分鐘
 - ③ 3 分鐘
 - ④ 4 分鐘 時間
079. 上半時准許每一隊請求暫停
- ① 1 次
 - ② 2 次
 - ③ 3 次
 - ④ 4 次
080. 下半時准許每一隊請求暫停
- ① 1 次
 - ② 2 次
 - ③ 3 次
 - ④ 4 次
081. 每一加時准許每一隊請求暫停
- ① 1 次
 - ② 2 次
 - ③ 3 次
 - ④ 4 次

082. 若一名球員犯規達五次或被取消資格，必須盡快於約

- ① 10 秒
- ② 20 秒
- ③ 30 秒
- ④ 40 秒內完成替補

083. 若裁判員認為某隊延誤比賽時，則宣判該隊暫停一次，若該隊已經沒有暫停，則宣判該隊教練員「技術犯規」，登記

- ① A
- ② B
- ③ C
- ④ D

084. 預定比賽時間

- ① 15 分鐘
- ② 20 分鐘
- ③ 25 分鐘
- ④ 30 分鐘

之後，球隊沒有到場或不足五名球員能立即上場比賽，則該球隊因被判 “喪失比賽資格”，判作失敗。

085. 在錦標賽中，若球隊被判 “喪失比賽資格”

- ① 1 次
- ② 2 次
- ③ 3 次
- ④ 4 次，

則取消該隊參賽資格，該隊所有比賽結果均應取消。

086. 跳球時，球離開裁判員的手，此時為

- ① 第一節
- ② 第二節
- ③ 第三節
- ④ 第四節 開始

087. 比賽中只准用手來打球，但下列哪一項是違例的動作？

- ① 拋球
- ② 撥球
- ③ 滾球
- ④ 以拳擊球

088. 下列哪一項不是違例的動作？

- ① 持球走
- ② 故意踢球
- ③ 腿部無意觸及球
- ④ 以拳擊球

089. 下列哪一項不算球隊開始控制球？

- ① 持球
- ② 運球
- ③ 可以處理球
- ④ 球在裁判手中

090. 下列哪一項不算是球隊失去控球權？

- ① 對手獲得控球權
- ② 球成死球
- ③ 投籃或罰球，球離開球員的手
- ④ 球在隊友之間傳遞著

091. 當一個活球從上方進入球籃並停留在球籃內、或穿過球籃，稱為

- ① 投籃
- ② 跳籃
- ③ 中籃
- ④ 穿籃

092. 罰球中籃得

- ① 一分
- ② 兩分
- ③ 三分
- ④ 以上皆非

093. 若一名球員意外將球投入該隊本籃，則判給對隊得

- ① 一分
- ② 兩分
- ③ 三分
- ④ 以上皆非

094. 若一名球員故意將球投入該隊本籃，則
- ① 判給對隊得一分
 - ② 判給對隊得兩分
 - ③ 判給對隊得三分
 - ④ 屬違例，中籃無效
095. 發界外球時，發球員不得超過
- ① 十秒
 - ② 八秒
 - ③ 七秒
 - ④ 五秒
- 球才離手。
096. 每次暫停應給予
- ① 1.0 分鐘
 - ② 1.5 分鐘
 - ③ 2.0 分鐘
 - ④ 2.5 分鐘 時間。
097. 球隊被判 “喪失比賽資格”，判作失敗，此時判給對隊勝，比分為
- ① 10：0
 - ② 15：0
 - ③ 20：0
 - ④ 25：0
098. ”喪失比賽資格”的隊在名次排列的積分計為
- ① 負一分
 - ② 零分
 - ③ 一分
 - ④ 以上皆非
099. 在錦標賽中，若球隊被判 “喪失比賽資格”
- ① 一次
 - ② 兩次
 - ③ 三次
 - ④ 四次
- 則取消該隊參賽資格，該隊所有比賽結果均應取消。

100. 下列哪一項不是球隊被判“喪失比賽資格”，判作失敗的原因？

- ① 預定比賽時間十五分鐘之後，球隊沒有到場或不足五名球員能立即上場比賽。
- ② 球隊的行為妨礙比賽正常進行。
- ③ 球員與觀眾發生激烈爭吵。
- ④ 第一裁判員通知後拒絕出場比賽。

五、 成果貢獻

- (1) 完成後的題庫，可供學生於課餘自行上網進入學校教學平台瀏覽預習；
- (2) 老師可酌量做為期末筆試測驗題目；
- (3) 學生不再只是會打籃球，還能具有正確豐富的籃球比賽規則的知識；
- (4) 學習成效良好的學生，可以擔任籃球比賽的裁判；
- (5) 籃球比賽可以減少紛爭，成為真正愉快的運動方式。