

FIBA 篮球规则详解

01

篮球比赛的基本规则与组织结构

篮球比赛的基本规则概述

比赛双方各由5名球员组成

- 每队至少有1名内线球员和1名外线球员
- 比赛过程中可以更换球员

比赛分为4节，每节10分钟

- 每节比赛结束后休息2分钟
- 半场比赛结束后休息15分钟

比赛目标是将篮球投入对方篮筐得分

- 投篮命中得2分
- 三分线外投篮命中得3分
- 罚球命中得1分



篮球比赛的组织结构介绍

FIBA（国际篮球联合会）负责全球篮球比赛的组织与监管

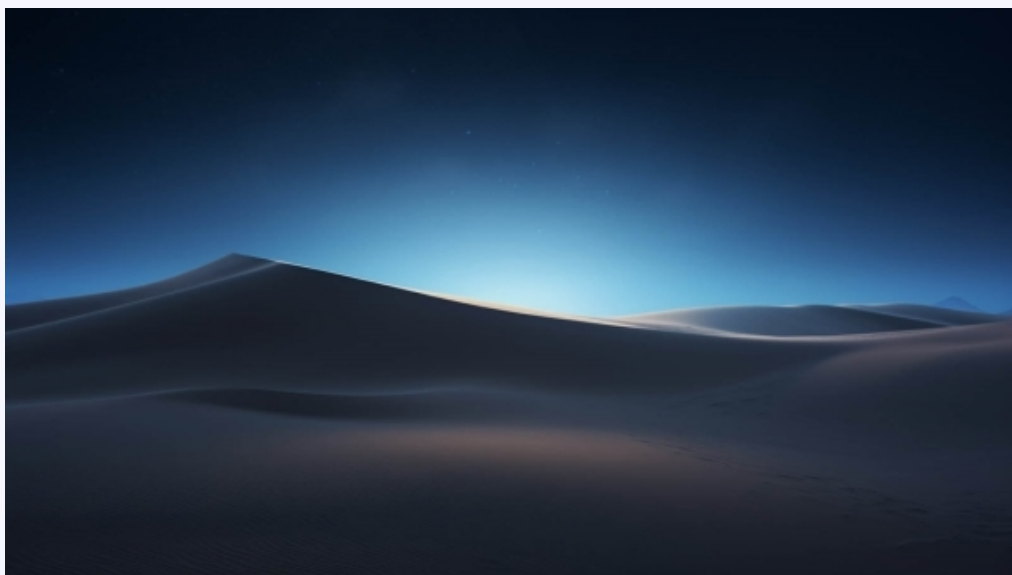
- 制定篮球比赛的规则与制度
- 组织各类篮球比赛与锦标赛

篮球比赛分为不同级别与类型

- 国际比赛：如FIBA世界杯、奥运会等
- 国内比赛：如NBA、CBA等
- 业余比赛：如学校联赛、社区比赛等



篮球比赛的时间与得分制度



比赛时间分为4节，每节10分钟

- 每节比赛结束后休息2分钟
- 半场比赛结束后休息15分钟



比赛得分制度

- 投篮命中得2分
- 三分线外投篮命中得3分
- 罚球命中得1分
- 进攻方在篮下抢篮板球成功后得2分



02 篮球比赛的比赛场地与设备

篮球比赛场地的设计与要求

篮球比赛场地为长方形，长28米，宽15米

- 场地两端各有一个篮筐
- 篮筐高度为3.05米

篮球比赛场地要求平整、坚实

- 场地表面应铺设专业木地板或PVC地板
 - 场地周围应有足够的缓冲空间，以确保比赛顺利进行
-



篮球比赛设备的种类与用途



篮球：比赛用球应为圆形，周长为74.96厘米，重量为600-650克

- 篮球材质要求具有较高的弹性和耐磨性
- 篮球内部充气，气压保持在7-9磅之间



篮筐：由铁圈和篮网组成，高度为3.05米

- 铁圈直径为45厘米，篮网由尼龙或涤纶制成
- 篮筐应安装在离地面2.43米的高度，确保比赛公平性

篮球比赛场地的维护与管理



比赛场地应定期进行清洁与保养

- 清洁场地表面，确保无杂物
- 检查并修复场地上出现的损坏



比赛设备应定期进行检查与更换

- 检查篮球的磨损情况，及时更换新球
- 检查篮筐的稳定性，确保比赛安全

03

篮球比赛的比赛时间与暂停规则

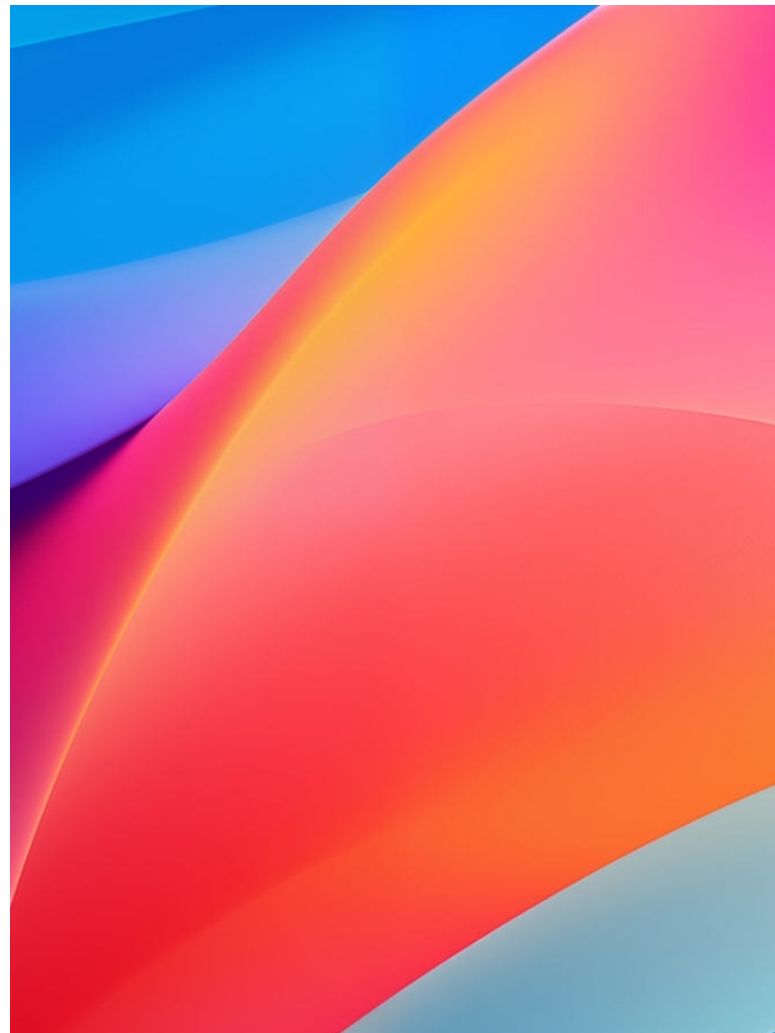
篮球比赛的时间规则与安排

比赛时间分为4节，每节10分钟

- 每节比赛结束后休息2分钟
- 半场比赛结束后休息15分钟

比赛进行过程中，如出现特殊情况，裁判可以暂停比赛

- 暂停时间不计入比赛时间
 - 每队每节最多可暂停2次
-



篮球比赛的暂停规则与程序

比赛暂停由裁判发出信号

- 裁判鸣哨并做出暂停手势
- 比赛暂停时，计时员应停止计时

暂停过程中，球员可以进行休息、战术讨论等

- 暂停时间不得超过30秒
 - 如超过30秒，裁判将判罚对方罚球
-



篮球比赛的特殊规则 与调整

- 如比赛出现特殊情况，裁判可以调整比赛时间
- 如比赛出现严重受伤情况，裁判可暂停比赛进行治疗
- 如比赛出现超时情况，裁判可根据实际情况调整比赛时间

04

篮球比赛的比赛人数与换人规则

篮球比赛的比赛人数与限制

比赛双方各由5名球员组成

- 每队至少有1名内线球员和1名外线球员
- 比赛过程中可以更换球员

比赛过程中，如出现特殊情况，裁判可以调整比赛人数

- 如出现球员受伤或犯规次数过多，裁判可暂停比赛进行调整



篮球比赛的换人规则与程序



比赛换人由教练发出信号

- 教练通过举牌或口头示意进行换人
- 比赛换人时，裁判应允许被换下的球员离场



比赛换人次数不受限制

- 教练可根据比赛情况进行灵活换人

篮球比赛的特殊换人情况与处理

- 如比赛出现特殊情况，裁判可以调整换人规则
 - 如比赛出现严重受伤情况，裁判可暂停比赛进行治疗
 - 如比赛出现超时情况，裁判可根据实际情况调整换人规则

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/648045020010006101>