

特殊奧運

—— 足球 ——



特殊奧運足球運動規則

(版本：2022 年 10 月)

1. 總則	4	4. 規則與修改	5
2. 正式比賽	4	4.1 五人制足球.....	5
2.1 個人技術賽.....	4	4.2 七人制與八人制足球.....	11
2.2 五人制足球（戶外）.....	4	4.3 十一人制比賽.....	17
2.3 七人制與八人制足球（戶外）.....	4	4.4 五人制室內賽.....	22
2.4 根據國際足球總會規則的十一人制比賽.....	4	4.5 融合運動團體賽	
2.5 根據國際足球總會規則的五人制室內賽.....	4	（十一人制、八人制、七人制、五人制和五人制室內賽）.....	22
2.6 融合運動五人制團體賽.....	4	4.6 個人技術賽.....	23
2.7 融合運動七人制團體賽.....	4	5. 足球團隊技術評分測試	27
2.8 融合運動八人制團體賽.....	5		
2.9 融合運動十一人制團體賽.....	5		
2.10 融合運動五人制室內團體賽.....	5		
3. 分級	5		
3.1 分級基礎.....	5		
3.2 排位賽.....	5		
3.3 守門員評估.....	5		



1 總則

正式特奧足球運動規則適用於所有特奧足球比賽，針對這項國際運動項目，特奧會根據國際足球總會（Federation Internationale de Football Association, FIFA）的足球規則（詳見 <http://www.fifa.com/worldfootball/lawsofthegame.html>）訂定了相關規則。國際足球總會（FIFA）或全國運動管理機構（NGB）之規則應予以採用，除非該等規則與正式特奧足球運動規則或特奧通則第 1 條有所抵觸。若有此情形，應以正式特奧足球運動規則為準。

診斷出有寰樞椎不穩的唐氏症運動員不可參與足球賽事。

有關行為準則、訓練標準、醫療與安全規範、分組、獎項、比賽升等條件及融合運動團體賽等資訊，請參閱特奧通則第 1 條：<http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/2014-Article-I.pdf>。

2 正式比賽

這一系列的活動旨在為各種不同能力的運動員提供比賽機會。比賽項目可能會決定賽事內容，並且在必要時提供賽事的管理指南。教練負責提供訓練以及選擇出適合每一位運動員技術和興趣的賽事。以下列表是特殊奧運會所提供的官方賽事：

- 2.1 個人技術賽（Individual Skills Competition, ISC）
- 2.2 五人制足球（戶外）
- 2.3 七人制與八人制足球（戶外）
- 2.4 根據國際足球總會規則的十一人制比賽
- 2.5 根據國際足球總會規則的五人制室內賽
- 2.6 融合運動五人制團體賽
- 2.7 融合運動七人制團體賽

2.8 融合運動八人制團體賽

2.9 融合運動十一人制團體賽

2.10 融合運動五人制室內團體賽

3 分級

3.1 團隊會根據本規則第 5 節的團隊技術評分測試來分級，基於 SOEE 分級 DVD 的事先分級，或經本項目所批准的事先分級／團隊評級表，並通過現場排位賽的方式進行。

3.2 在排位賽中，各隊至少要進行兩場評估賽，每場至少一次 8 分鐘（五人制）、一次 8 分鐘（七人制）或一次 15 分鐘（十一人制）的評估比賽。

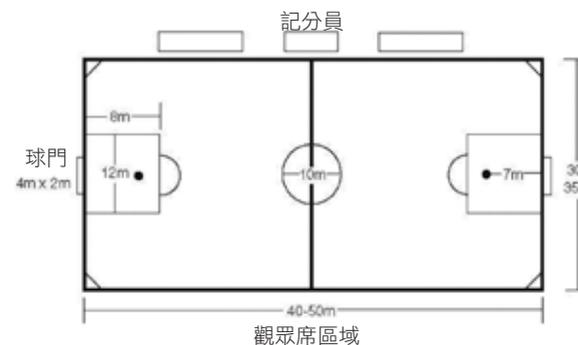
3.3 分級委員會應確保所有守門員得到適切評估。

4 規則與修改

4.1 五人制足球

特殊奧運會建議能力水準低下的球員、項目或地方水準使用此種比賽方式，世界級比賽將不提供五人制足球比賽。

4.1.1 規劃圖





4.1.2 比賽場地

4.1.2.1 五人制比賽場地應為長方形：最大面積為 50 x 35 公尺，最小面積為 40 x 30 公尺。能力較為不足的隊伍推薦使用較小的場地。

4.1.2.2 場地應如上圖所示進行標記。

4.1.2.3 球門尺寸應該介於最小 3 x 2 公尺與最大 4 x 2 公尺之間。

4.1.2.4 球門區域應為 8 x 12 公尺。球門尺寸是 4 x 2 公尺時，罰球標誌必須在 7 公尺以外；球門尺寸為 3 x 2 公尺時，罰球標誌必須在 6 公尺以外。

4.1.2.5 球場表面建議使用草坪。

4.1.3 足球

4.1.3.1 年齡介於 8 歲至 12 歲：四號球，尺寸不大於 66 公分（26 英寸），不小於 63.5 公分（25 英寸）。

4.1.3.2 其他所有球員：五號球，尺寸不大於 70 公分（28 英寸），不小於 68 公分（27 英寸）。

4.1.4 球員人數

4.1.4.1 球隊名冊人數將由比賽委員會決定。在特殊奧運會中，球隊名冊人數不得超過 10 人。

4.1.4.2 比賽由兩支隊伍進行，每隊上場球員為 5 人，其中 1 人為守門員。任何時候一方場上的球員人數不得少於 3 人。

4.1.4.3 換人次數不限（球員被換下後還可以回到賽場上參加比賽），只要在球出界時、比賽間隙、進球得分後或傷停期間，都可以換人。教練必須向裁判或巡邊員示意要求換人。替補球員只有在得到裁判示意後才能上場。

4.1.5 球員裝備

4.1.5.1 球衣上須有號碼。

4.1.5.2 必須佩戴護脛。

4.1.5.3 不可有金屬螺釘。

4.1.6 裁判

4.1.6.1 每場比賽指定一位裁判全權執行與該場比賽有關的比賽規則。

4.1.7 助理裁判

4.1.7.1 兩位助理裁判被指派為負責地區和國際比賽。在地區、項目和國家比賽上，若助理裁判人數不足，則建議場上應有兩位裁判。

4.1.8 比賽時間

4.1.8.1 比賽應分成上下兩個時間等長的半場，每個半場比賽為 15 分鐘，上下半場之間有一段 5 分鐘的休息時間。由裁判負責計時。

4.1.8.2 如果需要加時賽（兩個 5 分鐘）來打破平局，則使用兩個 5 分鐘的加時賽。如果仍為平局，則採用點球以分出勝負（見第 4.3.17 條規則，十一人制比賽平局的協議）。

4.1.9 比賽開始

4.1.9.1 除了開球的球員以外，所有球員須待在屬於其球隊的半場中。

4.1.9.2 球必須靜止在中心標記上。

4.1.9.3 裁判給出信號。

4.1.9.4 當球被踢出且有明顯移動時，比賽開始。

4.1.9.5 開球時可以直接朝對方進球；如果球直接進入踢球者的球門，則由對方踢角球。

4.1.10 界內球與出界球

4.1.10.1 超出邊線的球為界外球。

4.1.10.2 球如果越過底線，應開球門球或角球。

4.1.10.3 球必須完全越過邊線和底線才能認定為出界球。

4.1.11 球門球

4.1.11.1 當球被進攻方球員踢出球門線（沒有踢入球門），守門



員應站在己方罰球區內，將球擲回比賽場地中，球必須被擲出罰球區，但不得超過中線（即球在越過中線前必須觸地或觸及其他球員）。球在離開罰球區時，即被認為進入比賽。

4.1.11.2 上述球門球之規則亦適用於守門員用雙手抓住仍在比賽中的球。

4.1.11.3 違規處罰

- 4.1.11.3.1 如果守門員擲出的球沒有先碰到其他球員或觸地就越過了己方的半場，裁判應判對手獲得一次在中線任意位置任何一點上發間接球的機會。
- 4.1.11.3.2 從守門員擲出球開始，若有任何球員在罰球區觸球，應由守門員重新擲球。

4.1.12 評分規則

4.1.12.1 整顆球必須完全越過球門內的線才算進球。

4.1.13 犯規與不當行為（除了沒有越位以外）

4.1.13.1 任何間接自由球所導致的犯規（除了點球 = 直接自由球）。

4.1.13.2 如果球員被逐出比賽（得到兩張黃牌或一張紅牌），該球員不得重新進場。其球隊必須在缺少一名球員的情況下打2分鐘。

- 4.1.13.2.1 計時2分鐘的時間是裁判的任務。
- 4.1.13.2.2 2分鐘後作為替補進入比賽的球員，只有經過裁判同意或球在界外時才能進入場內。

4.1.14 重新開始

4.1.14.1 任何判給防守方在自己罰球區內的自由球，將由守門員投球重新開始。

4.1.15 自由球

4.1.15.1 對手球員必須退到離球至少5公尺處，以進行所有的自由球。

4.1.15.2 當間接自由球被判給在罰球區內、距離球門線五公尺以

內的進攻隊伍時，裁判員必須把球放在距離球門線五公尺處。

4.1.16 罰球

4.1.16.1 罰球是在7公尺或6公尺處進行，取決於球門的大小。（見第4.1.2.4條規則）。

4.1.17 界外球（相當於十一人制比賽中的擲界外球）

4.1.17.1 如果整顆球越過邊線，應由最後觸球球員的對手球隊球員將球從出界的地方（在邊線上）踢回場內。必須在球靜止後才能發球。球被踢出並明顯滾動之後，即被視為立即進入比賽。發界外球的人在其他球員觸球之前不得再次觸球。對手球員必須退到距離發界外球的點5公尺以外。

4.1.17.2 界外球不能直接得分。

4.1.17.3 守門員不得用手接隊友直接踢過來的球。

4.1.17.4 在隊友刻意將球踢到自己面前時，守門員不得用手觸球。

4.1.18 違規處罰

4.1.18.1 如果踢界外球的球員在球被其他球員碰觸之前進行第二次踢球，將判給對手球員一次從違規地點開始的間接自由球。

4.1.19 角球

4.1.19.1 當防守隊伍的球員將球踢過己方的底線時，判給進攻隊伍。

4.1.19.2 對手球員應離球至少5公尺的距離。

4.1.20 飲水休息

4.1.20.1 在極端炎熱的情況下，比賽委員會的官方代表（如場地經理）可以向裁判發出信號，在比賽的自然休息時間，大約在每半場進行到一半時，讓球員飲水休息（最長3分鐘）。

4.1.21 加時賽／點球

4.1.21.1 在常規的聯盟比賽中，平手即視為比賽完結。

4.1.21.2 在錦標賽中，會有兩次五分鐘的加時賽。



4.1.21.3 如果比賽在加時賽之後依舊維持平手，可使用點球來決定勝負。

- 4.1.21.3.1 裁判選擇踢球的球門。
- 4.1.21.3.2 裁判拋擲硬幣，贏得投擲硬幣的隊長決定先攻或後攻。
- 4.1.21.3.3 每支球隊從比賽結束時留在場上的球員中選出五名來執行點球，並確定他們的踢球順序。
- 4.1.21.3.4 五次點球之後，得分最高的隊伍則贏得比賽。裁判員須對點球結果進行記錄。
- 4.1.21.3.5 根據下述解釋的條件，兩隊皆須踢五次球。
- 4.1.21.3.6 踢球順序採用交替進行的方式。
- 4.1.21.3.7 在兩隊完成五次踢球之前，如果某隊得分已不可能超過另外一隊，則不須踢完五次點球。
- 4.1.21.3.8 在兩隊完成五次踢球之後，雙方得分相同或皆未進球，則繼續以相同順序踢球，直到其中一隊進球得分高於另一隊相同踢球次數的分數。
- 4.1.21.3.9 在點球時，如果守門員受傷而無法繼續擔負職責，可以由指定的替補隊員替換。
- 4.1.21.3.10 除上述情況外，只有比賽結束時留在場上的球員才有資格踢點球，其中包括適當時的加時賽。
- 4.1.21.3.11 如果在比賽結束時，一隊的球員人數多於對手，則必須減少其人數，使雙方人數均等。隊長必須通知裁判員被排除的球員的姓名和號碼。裁判員必須確保每隊有同等數量的球員留在中圈內，由他們負責踢球。
- 4.1.21.3.12 每一次由不同的球員踢，必須讓所有符合條件的球員都踢過一球後，才能讓其他球員踢第二球。
- 4.1.21.3.13 一旦所有符合條件的球員都踢了點球，就不必遵

循第一輪踢球時的相同順序。

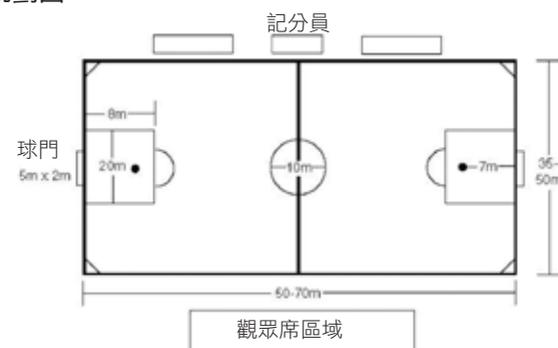
- 4.1.21.3.14 在罰球區踢球時，符合條件的球員可以在任何時候與守門員交換位置。
- 4.1.21.3.15 在融合運動的點球中，必須由運動員和搭檔交替踢球，由運動員為每隊踢第一球。

4.1.22 替補席區域的指導

- 4.1.22.1 每支球隊都會提供一個替補席區域。
- 4.1.22.2 每個替補席區域都是一個劃定的長方形，長度為 15 公尺，位於邊線上，距離邊線至少 5 公尺，距離中線 10 公尺以內。
- 4.1.22.3 在每個區域都應提供一個球隊替補席。
- 4.1.22.4 教練和替補球員應全程坐在球隊席上。只允許一位教練站立。違反本規定的教練將被罰出比賽場地。
- 4.1.22.5 教練只可做簡單的口頭鼓勵指導。
- 4.1.22.6 辱罵球員或裁判，或在邊線上有過多、明顯的指導將被視為沒有運動道德的行為，可能招致裁判警告。若犯規的教練繼續如此，裁判可將其罰出比賽場地。

4.2 七人制和八人制足球賽

4.2.1 規劃圖





4.2.2 比賽場地

4.2.2.1 七人制與八人制足球場應為長方形：最大面積為 70 x 50 公尺，最小面積為 50 x 35 公尺。較小的場地適合能力較低的隊伍。

4.2.2.2 球門尺寸應為 5 x 2 公尺。

4.2.2.3 球門區域（goal area）應為 8 x 20 公尺。

4.2.2.4 場地表面建議使用草坪。

4.2.3 足球

4.2.3.1 8 歲至 12 歲：四號球，不大於 66 公分（26 英寸），不小於 63.5 公分（25 英寸）。

4.2.3.2 其他所有球員：五號球，不大於 70 公分（28 英寸），不小於 68 公分（27 英寸）。

4.2.4 球員人數

4.2.4.1 球隊名冊人數由比賽委員會決定。在特殊奧運會中，球隊名冊人數不得超過 12 人。

4.2.4.2 比賽由兩支隊伍進行，每支隊伍包含 7 到 8 名球員，其中一人為守門員。任何時候都應該至少有 5 名球員在場上。

4.2.4.3 換人次數不限（球員在被替補後可返回球場）。在球出界、進球之後或受傷暫停的期間，任何時候都可以進行換人。教練必須向裁判或邊線員發出信號，才能進行換人。被替換的球員只有在裁判發出信號時才能上場。

4.2.5 球員裝備

4.2.5.1 球衣上須有號碼。

4.2.5.2 必須配戴護脛。

4.2.5.3 不可有金屬螺釘。

4.2.6 裁判

4.2.6.1 每場比賽指定一位裁判全權執行與該場比賽有關的比賽規則。

4.2.7 助理裁判

4.2.7.1 兩位助理裁判被指派為負責地區和國際比賽。

4.2.7.2 在地區、項目和國家比賽上，若助理裁判人數不足，則建議場上應有兩位裁判。

4.2.8 比賽時間

4.2.8.1 比賽應分成上下兩個時間等長的半場，每個半場比賽為 20 分鐘，上下半場之間有一段 5 分鐘的休息時間。由裁判負責計時。

4.2.8.2 若利用加時賽來打破平手局面，則會進行兩次 5 分鐘的加時賽。如果比賽依然平手，則以點球方式分出勝負（見第 4.3.17 條規則，十一人制打破平局的協議）。

4.2.9 比賽開始

4.2.9.1 除了開球的球員以外，所有球員須待在屬於其球隊的半場中。

4.2.9.2 球必須靜止在中心標記上。

4.2.9.3 裁判給出信號。

4.2.9.4 當球被踢出且有明顯移動時，比賽開始。

4.2.9.5 開球時可以直接朝向對方進球；如果球直接進入踢球者的球門，則由對手踢角球。

4.2.10 界內球與出界球

4.2.10.1 球超出邊線時，應擲界外球。

4.2.10.2 球越過底線，應開球門球或角球

4.2.10.3 球必須完全越過邊線才能認定為出界球。

4.2.11 球門球

4.2.11.1 當球被進攻方球員踢出球門線（沒有踢入球門），守門員應站在我方罰球區內，將球擲回比賽場地中，球必須被擲出罰球區，但不得超過中線（即球在越過中線前必須觸地或觸及其他球員）。球在離開罰球區時，即被認為進入比賽。



4.2.11.2 以上球門球規則亦適用於守門員雙手抱住比賽中的球時。

4.2.12 違規處罰

4.2.12.1 如果守門員擲出的球沒有先碰到其他球員或觸地就越過了自己的半場，裁判應判對手獲得一次在中線任意位置任何一點上發間接球的機會。

4.2.12.2 守門員擲出球後，如果球碰觸到罰球區內的任何球員，則須重新擲球。

4.2.13 評分規則

4.2.13.1 整顆球必須完全越過球門內的線才算進球。

4.2.14 犯規與不當行為（除了沒有越位以外）

4.2.14.1 任何間接自由球所導致的犯規（除了點球 = 直接自由球）。

4.2.14.2 如果球員被逐出比賽（得到兩張黃牌或一張紅牌），該球員不得重新進場。其球隊必須在缺少一名球員的情況下打2分鐘。

- 4.2.14.2.1 計時2分鐘的時間是裁判的任務。
- 4.2.14.2.2 2分鐘後作為替補進入比賽的球員，只有經過裁判同意或球在界外時才能進入場內。

4.2.15 重新開球

4.2.15.1 任何被判給防守方在自己罰球區內的自由球，將由守門員投球重新開始。

4.2.16 自由球

4.2.16.1 對手球員必須退到離球至少5公尺處，以進行所有的自由球。

4.2.16.2 當間接自由球被判給在罰球區內、距離球門線5公尺以內的進攻隊伍時，裁判員必須把球放在距離球門線5公尺處。

4.2.17 罰球

4.2.17.1 罰球是在7公尺標記處進行。除了踢球員與守門員外，

所有球員都必須退到罰球區和弧線外。守門員須站在己方的球門線上，直到罰球開始進行。

4.2.18 界外球（相當於十一人制比賽中的擲界外球）

4.2.18.1 如果整顆球越過邊線，應由最後觸球者的對手球員將球從出界的地方（在邊線上）踢回場內。必須在球靜止後才能發球。球在經過被踢並有明顯滾動之後，即被視為立即進入比賽。發界外球的人在其他球員觸球之前不得再次觸球。對手球員必須退到距離發界外球的點5公尺以外。

4.2.18.2 界外球不能直接得分。

4.2.18.3 守門員不得用手直接觸碰隊友踢過來的球。

4.2.18.4 在隊友故意將球踢向自己時，守門員不得用手碰球。

4.2.19 違規處罰

4.2.19.1 如果踢界外球的球員在球被其他球員碰觸之前進行第二次踢球，將判給對手球員一次從違規地點開始的間接自由球。

4.2.20 角球

4.2.20.1 當防守隊伍的球員將球踢過己方的底線時，判給進攻隊伍。

4.2.20.2 對手球員應離球至少5公尺距離。

4.2.21 飲水休息

4.2.21.1 在極端炎熱的情況下，競賽委員會的官方代表（如場地經理）可以向裁判發出信號，在比賽的自然休息時間，大約在每半場進行到一半時，讓球員飲水休息（最長3分鐘）。

4.2.22 加時賽／點球

4.2.22.1 在常規的聯盟比賽中，平手即視為比賽完結。

4.2.22.2 在錦標賽中，會有兩次五分鐘的加時賽。

4.2.22.3 如果比賽在加時賽之後依舊維持平手，罰球應採用以下程式來決定比賽。



- 4.2.22.3.1 裁判選擇踢球的球門。
- 4.2.22.3.2 裁判拋擲硬幣，贏得投擲硬幣的隊長決定先攻或後攻。
- 4.2.22.3.3 每支球隊從比賽結束時留在場上的球員中選出五名來執行點球，並確定他們的踢球順序。
- 4.2.22.3.4 五次點球之後，得分最高的隊伍則贏得比賽。裁判員須對點球結果進行記錄。
- 4.2.22.3.5 根據下述解釋的條件，兩隊皆須踢五次球。
- 4.2.22.3.6 踢球順序採用交替進行的方式。
- 4.2.22.3.7 在兩隊完成五次踢球之前，如果某隊得分已不可能超過另外一隊，則不須踢完五次點球。
- 4.2.22.3.8 在兩隊完成五次踢球之後，雙方得分相同或皆未進球，則繼續以相同順序踢球，直到其中一隊進球得分高於另一隊相同踢球次數的分數。
- 4.2.22.3.9 在點球時，如果守門員受傷而無法繼續擔負職責，可以由指定的替補隊員替換。
- 4.2.22.3.10 除上述情況外，只有在比賽結束時留在場上的球員才有踢點球的資格，其中包括適當額外時間的加時賽。
- 4.2.22.3.11 如果在比賽結束時，一隊的球員人數多於對手，則必須減少其人數，使雙方人數均等。隊長必須通知裁判員被排除的球員的姓名和號碼。裁判員必須確保每隊有同等數量的球員留在中圈內，由他們負責踢球。
- 4.2.22.3.12 每一次由不同的球員踢，必須讓所有符合條件的球員都踢過一球後，才能讓其他球員踢第二球。
- 4.2.22.3.13 一旦所有符合條件的球員都踢了點球，就不必遵循第一輪踢球時的相同順序。
- 4.2.22.3.14 在罰球區踢球時，符合條件的球員可以在任何時

候與守門員交換位置。

- 4.2.22.3.15 在融合運動的點球中，必須由運動員和搭檔交替踢球，由運動員為每隊踢第一球。

4.2.23 替補席區域的指導

- 4.2.23.1 每支球隊都會提供一個替補席區域。
- 4.2.23.2 每個替補席區域都是一個劃定的長方形，長度為 15 公尺，位於邊線上，距離邊線至少 5 公尺，距離中線 10 公尺以內。
- 4.2.23.3 在每個區域都應提供一個球隊替補席。
- 4.2.23.4 教練和替補球員應全程坐在球隊替補席上，只允許一位教練站立。違反本規定的教練將被罰出比賽場地。教練只可做簡單的口頭鼓勵指導。
- 4.2.23.5 辱罵球員或裁判，或在邊線上有過多、明顯的指導將被視為沒有運動道德的行為，可能招致裁判警告。若犯規的教練繼續如此，裁判可將其罰出比賽場地。

4.3 十一人制足球

4.3.1 比賽場地

- 4.3.1.1 十一人制場地應為長方形。邊線應比底線來得長。
- 4.3.1.2 最大尺寸為 120 x 90 公尺，最小尺寸為 90 x 45 公尺。
- 4.3.1.3 球門尺寸應為 7.32 x 2.44 公尺。
- 4.3.1.4 球場表面建議使用草坪。

4.3.2 足球

- 4.3.2.1 年齡 8 到 12 歲：四號球，不大於 66 公分（26 英寸），不小於 63.5 公分（25 英寸）。
- 4.3.2.2 其他所有球員：五號球，不大於 70 公分（28 英寸），不小於 68 公分（27 英寸）。

4.3.3 球員人數

- 4.3.3.1 球隊名冊人數由比賽委員會決定。在特殊奧運會中，球隊



名冊人數不得超過 16 人。

4.3.3.2 比賽由兩支隊伍進行，每隊上場球員為 11 人，其中 1 人為守門員。任何時候一方場上的球員人數不得少於 7 人。

4.3.3.3 替補：球隊能使用列於名冊中的替補球員。一旦被替補，原本的球員不可重回球場。如果比賽委員會認為此項規定會對比賽品質造成重大不利影響（例如能力較低的組別），則可以做例外規定。在此情況下，可以「無限次」換人，即球員被換下後還可以回到賽場上參加比賽。關於規則的決定，必須在比賽前儘早傳達給參賽隊伍。

4.3.4 球員裝備

4.3.4.1 球衣上需有號碼。

4.3.4.2 必須佩戴護脛。

4.3.4.3 不可有金屬螺釘。

4.3.5 裁判

4.3.5.1 每場比賽指定一位裁判全權執行與該場比賽有關的比賽規則。

4.3.6 助理裁判

4.3.6.1 每場比賽指定兩位助理裁判。

4.3.7 比賽時間

4.3.7.1 比賽委員會可以根據參賽隊伍的能力水準和整體身體狀況，調整比賽的時間（從標準的兩個 45 分鐘半場開始）。

4.3.7.2 最短的比賽時間應為兩個 20 分鐘的半場。

4.3.8 比賽開始

4.3.8.1 除了開球的球員以外，所有球員須待在屬於其球隊的半場中。

4.3.8.2 球必須靜止在中心標記上。

4.3.8.3 裁判給出信號。

4.3.8.4 當球被踢出且有明顯移動時，比賽開始。

4.3.8.5 開球時可以直接朝向對方進球；如果球直接進入踢球者的球門，則由對方踢角球。

4.3.9 界內球與出界球

4.3.9.1 球超出邊線時，應擲界外球。

4.3.9.2 球越過底線，應開球門球或角球。

4.3.9.3 球必須完全越過邊線才能認定為出界球。

4.3.10 評分規則

4.3.10.1 整顆球必須完全越過球門內的線才算進球。

4.3.11 犯規與不當行為

4.3.11.1 絆倒、推人、手球或衝撞將導致直接自由球。妨礙或危險比賽將導致間接自由球。

4.3.11.2 如果球員被逐出比賽（得到兩張黃牌或一張紅牌），該球員不得重新進場。其球隊必須在缺少一名球員的情況下繼續進行比賽。

4.3.12 自由球

4.3.12.1 在所有自由球中，對手球員須離球至少 9.15 公尺（10 碼）的距離。

4.3.13 罰球

4.3.13.1 罰球是從罰球區踢出。除踢球者和守門員外，所有球員都必須退到罰球區和弧線外。守門員必須站在己方的球門線上，直到罰球開始進行。

4.3.14 界外球

4.3.14.1 當整顆球越過邊線時，應從其越過線的地方（在邊線上），由出界前最後觸球者的對手球員拋擲回比賽中。發界外球的人在其他球員觸球之前不得再次觸球。對手球員必須退到距離發界外球的點 5 公尺以外。



4.3.14.2 界外球不能直接得分。

4.3.15 角球

4.3.15.1 當防守隊伍的球員將球踢過己方的底線時，判給進攻隊伍。

4.3.15.2 對手隊員應離球至少 9.15 公尺（10 碼）的距離。

4.3.16 飲水休息

4.3.16.1 在極端炎熱的情況下，競賽委員會的官方代表（如場地經理）可以向裁判發出信號，在比賽的自然休息時間，大約在每半場進行到一半時，讓球員飲水休息（最長 3 分鐘）。

4.3.17 加時賽／點球

4.3.17.1 在常規聯盟比賽中，平手被視為比賽完結。

4.3.17.2 在錦標賽中，可使用兩個七分半鐘的時間段。

4.3.17.3 在錦標賽中，加時賽每段時間應為七分半鐘。

4.3.17.4 若比賽在加時賽之後依舊持平，可使用點球來決定勝負。

- 4.3.17.4.1 裁判選擇踢球的球門。
- 4.3.17.4.2 裁判拋擲硬幣，贏得投擲硬幣的隊長決定先攻或後攻。
- 4.3.17.4.3 每支球隊從比賽結束時留在場上的球員中選出五名來執行點球。
- 4.3.17.4.4 五次點球之後，得分最高的隊伍則贏得比賽。裁判員須對點球結果進行記錄。
- 4.3.17.4.5 根據下述解釋的條件，兩隊皆須踢五次球。
- 4.3.17.4.6 踢球順序採用交替進行的方式。
- 4.3.17.4.7 在兩隊完成五次踢球之前，如果某隊得分已不可能超過另外一隊，則不須踢完五次點球。
- 4.3.17.4.8 在兩隊完成五次踢球之後，雙方得分相同或皆未進球，則繼續以相同順序踢球，直到其中一隊進球得分高於另一

隊相同踢球次數的分數。

- 4.3.17.4.9 在點球時，如果守門員受傷而無法繼續擔負職責，且該球隊替補上場的隊員人數尚未超過規則所允許的最高替補人數，則可由指定的隊員上場替補守門員。
- 4.3.17.4.10 除上述情況外，只有比賽結束時（包括適當的加時賽）留在場上的球員才有資格踢點球。
- 4.3.17.4.11 如果在比賽結束時，一隊的球員人數多於對手，則必須減少其人數，使雙方人數均等。隊長必須通知裁判被排除的球員的姓名和號碼。裁判員必須確保每隊有同等數量的球員留在中圈內，由他們負責踢球。
- 4.3.17.4.12 每一次由不同的球員踢，必須讓所有符合條件的球員都踢過一球後，才能讓其他球員踢第二球。
- 4.3.17.4.13 一旦所有符合條件的球員都踢了點球，就不必遵循第一輪踢球時的相同順序。
- 4.3.17.4.14 在罰球區踢球時，符合條件的球員可以在任何時候與守門員交換位置。
- 4.3.17.4.15 在融合運動的點球中，必須由運動員和搭檔交替踢球，由運動員為每隊踢第一球。只能用第二節加時賽結束時還留在賽場上的球員。

4.3.18 替補席區域的指導

4.3.18.1 每支球隊都會提供一個替補席區域。

4.3.18.2 每個替補席區域都是一個劃定的長方形，長度為 15 公尺，位於邊線上，距離邊線至少 5 公尺，距離中線 10 公尺以內。

4.3.18.3 在每個區域都應提供一個球隊替補席。

4.3.18.4 教練和替補球員應全程坐在球隊替補席上，只允許一位教練站立。違反本規定的教練將被罰出比賽場地。

4.3.18.5 教練只可做簡單的口頭鼓勵指導。



4.3.18.6 辱罵球員或裁判，或在邊線上有過多、明顯的指導將被視為沒有運動道德的行為，可能招致裁判警告。若犯規的教練繼續如此，裁判可將其罰出比賽場地。

4.4 五人制室內賽

4.4.1 特殊奧運會規則遵循國際足球總會所發布的五人制足球現行規則。

4.5 融合運動團體賽（十一人制、八人制、七人制、五人制、五人制室內賽）

4.5.1 球員人數

4.5.1.1 名冊應包含相應數量的運動員和合作搭檔。

4.5.1.2 比賽當中，隊伍人數不應該超過：

- 4.5.1.2.1 十一人制比賽：一支球隊在比賽中最多可以有 11 名球員，最少可以有 7 名球員。只允許以下陣容搭配：

- 6 名運動員和 5 名搭檔
- 5 名運動員和 5 名搭檔
- 5 名運動員和 4 名搭檔
- 4 名運動員和 4 名搭檔
- 4 名運動員和 3 名搭檔

◎4.5.1.2.1.1 若不遵守所需人數比例，則會被取消資格。

◎4.5.1.2.1.2 在運動員或融合搭檔被罰紅牌的情況下，不能為了保持陣容的人數比例而強迫隊友離開球場。

- 4.5.1.2.2 八人制比賽：一支隊伍在比賽時最多可以有 8 人，最少可以有 5 人。只允許以下陣容搭配：

- 4 名運動員和 4 名搭檔
- 4 名運動員和 3 名搭檔
- 3 名運動員和 3 名搭檔
- 3 名運動員和 2 名搭檔

◎4.5.1.2.2.1 若不遵守所需人數比例，則會被取消資格。

- 4.5.1.2.3 七人制比賽：一支隊伍在比賽時最多可以有 7 人，最少可以有 5 人。只允許以下陣容搭配：

- 4 名運動員和 3 名搭檔
- 3 名運動員和 3 名搭檔
- 3 名運動員和 2 名搭檔

◎4.5.1.2.3.1 若不遵守所需人數比例，則會被取消資格。

- 4.5.1.2.4 五人制比賽與五人制室內賽：一支隊伍在比賽時最多可以有 5 人，最少可以有 3 人。只允許以下陣容搭配：

- 3 名運動員和 2 名搭檔
- 2 名運動員和 2 名搭檔
- 2 名運動員和 1 名搭檔

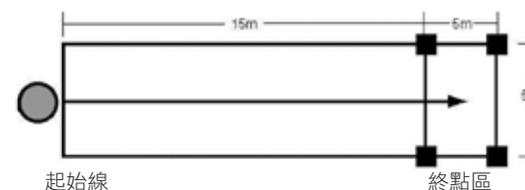
◎4.5.1.2.4.1 若不遵守所需人數比例，則會被取消資格。

- 4.5.1.2.5 每支球隊需要一位不參與比賽的成人教練，負責比賽陣容與隊伍行為。

4.6 個人技術賽

4.6.1 個人技術比賽包含三種項目：運球、射門和跑動傳球。比賽者必須先經過一輪分級賽。在分級賽中，每名運動員在每個項目上都有一次比賽。根據三個專案的總分來將運動員分進能力相似的比賽（決賽）級別。在決賽中，每位運動員在每個項目上有兩次比賽機會。將兩次比賽中的得分相加得到的總分即為最後得分。

4.6.1.1 個人技術賽——項目 1：運球





●4.6.1.1.1 設備

◎4.6.1.1.1.1 四號球或五號球，膠帶或粉筆，用來標記終點區的四個大圓錐體。

●4.6.1.1.2 描述

◎4.6.1.1.2.1 運動員從起始線帶球到終點區，不得超出規定的跑道。終點區用圓錐體和粉筆畫出場地。當運動員和球停於終點區內後停止計時。如果運動員衝出終點區，必須將球帶回終點區，才算完成比賽。

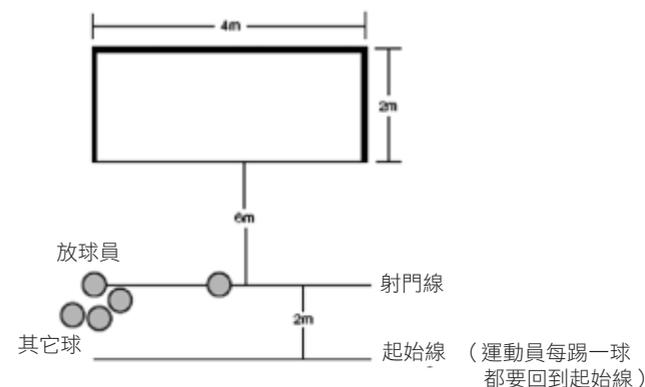
●4.6.1.1.3 計分

◎4.6.1.1.3.1 將運動員帶球所用的時間（以秒計）按下面的等級轉換成分數。如果球越過跑道的邊線或運動員用他／她的手觸球時，每次扣5分。（注意：如果球越過邊線，裁判應立即把另外一顆球放在出界點對面的球道中央。）

●4.6.1.1.4 得分換算表：

運球時間（秒數）	得分
5-10	60分
11-15	55分
16-20	50分
21-25	45分
26-30	40分
31-35	35分
36-40	30分
41-45	25分
46-50	20分
51-55	15分
55或以上	10分

●4.6.1.2 個人技術賽——項目2：射門



●4.6.1.2.1 設備

◎4.6.1.2.1.1. 四號球或五號球，膠帶或粉筆，4 x 5 公尺的五人制帶網球門。

●4.6.1.2.2 描述

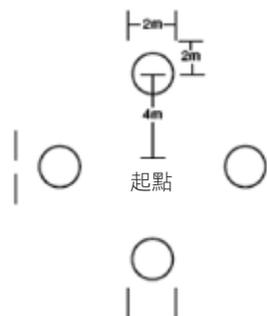
◎4.6.1.2.2.1 運動員從起點線開始，跑到任意一顆球的地方，從6公尺外將球踢入目標球門。一次只允許踢一球。運動員回到起點線。放球員（官員）將另一顆球放置完畢，等待球員踢球。球員重複上述動作。總共五球。當球員踢最後一球時，計時停止，時間最長不得超過2分鐘。

●4.6.1.2.3 計分

◎4.6.1.2.3.1 每成功射入一球得10分。



4.6.1.3 個人技術賽——項目 3：跑動傳球



4.6.1.4 設備

- 4.6.1.4.1 四顆四號或五號球。
- 4.6.1.4.2 標出一個位於中心的起點。
- 4.6.1.4.3 在每顆球前方 2 公尺處，設置一個 2 公尺寬的目標球門（用圓錐體或旗幟標出）。

4.6.1.5 描述

- 4.6.1.5.1 運動員從起點標誌開始。運動員跑到任意一顆球處，將其踢入目標球門。每球只許踢一次。運動員然後跑動，將另一球踢入目標球門。運動員觸最後一球的瞬間停止計時。

4.6.1.6 計分

- 4.6.1.6.1 記錄從運動員開始到其踢完球所用的總時間（以秒計），然後按下面的轉換表，將所用時間轉換成對應的分數。
- 4.6.1.6.2 每成功踢入目標球門一球，另外加 5 分。

4.6.1.7 得分換算表：

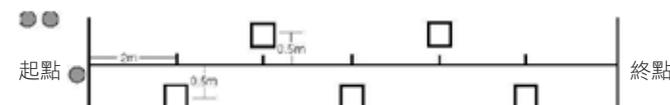
帶球時間（秒）	得分
11-15	50 分
16-20	45 分
21-25	40 分
26-30	35 分
31-35	30 分
36-40	25 分
41-45	20 分
46-50	15 分
51-55	10 分
55 或以上	5 分
55 或以上	10 分

5 足球團隊技術評分測試

5.1 賽事

下列測試用來決定運動員與球隊能力等級，僅作為初始的分級。這些測試不應與 4.6 個人技術賽混淆。

5.1.1 足球團隊技術評分測試——運球



5.1.1.1 場地布置

- 5.1.1.1.1 12 公尺長的運球障礙跑道：5 個圓錐體（最低高度 18 英寸）以 2 公尺間隔交替放置在中線兩邊，距離中線 0.5 公尺。起始線放置有 3 到 5 顆球。

5.1.1.2 測試

- 5.1.1.2.1 時間：1 分鐘。

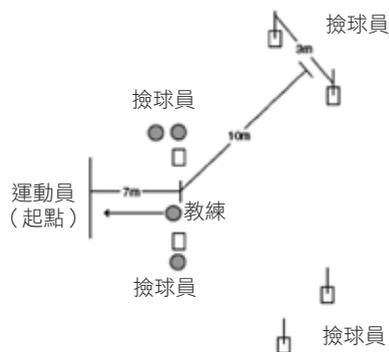


- 5.1.1.2.2 運動員以最快的速度帶球穿過障礙跑道，必須繞過所有圓錐體。
- 5.1.1.2.3 運動員將球留在終點線上（球必須停住），然後快速跑回起點。將球留在終點線上（球必須停住），然後快速跑回起點。一分鐘時間結束時，應吹響哨音表示測試結束。
- 5.1.1.2.4 如果有剩餘時間，運動員可以從第二球開始重複以上過程。
- 5.1.1.2.5 運動員可以重複過程到 1 分鐘時間結束為止。
- 5.1.1.2.6 一分鐘時間結束時，應吹響哨子表示測試結束。

5.1.1.3 計分

- 5.1.1.3.1 運動員每過一個圓錐體（外側）得 5 分（即每成功跑完 5 個圓錐體得 25 分）。
- 5.1.1.3.2 圓錐體被碰倒則不得分。

5.1.2 足球團隊技術評分測試——控球與傳球



5.1.2.1 場地設置

- 5.1.2.1.1 在距離起點線 7 公尺遠的地方用兩個圓錐體標出一個 5 公尺寬的「通道門」。
- 5.1.2.1.2 兩個如圖所示的「目標通道門」（用圓錐體和 1 公尺高的旗幟）。
- 5.1.2.1.3 4 到 8 顆足球（如果球不夠，可以只用 4 個球，但要有一個高效的撿球機制，將球迅速傳回給教練）。

5.1.2.2 測試

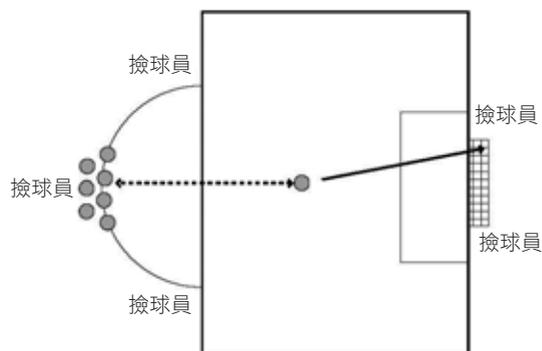
- 5.1.2.2.1 時間：1 分鐘。
- 5.1.2.2.2 教練以中等球速將球滾向待球運動員。
- 5.1.2.2.3 球一旦滾出後，運動員可以線上上等待，也可跑向球。
- 5.1.2.2.4 運動員控球，並運球穿過通道門。
- 5.1.2.2.5 教練任意說出和以肢體指示「左」或「右」來指定目標。
- 5.1.2.2.6 運動員在將球帶過目標通道門之前，可以將球帶到盡可能接近通道門的位置。
- 5.1.2.2.7 運動員返回起點線後，教練應立即滾出下一球。
- 5.1.2.2.8 一分鐘結束時，應吹響哨音表示結束測試。

5.1.2.3 計分

- 5.1.2.3.1 運動員每成功穿過一個目標通道門即得 10 分。
- 5.1.2.3.2 球撞上圓錐體後穿過目標通道門也算得分。



5.1.3 足球團隊技術評分測試——射門



在少年組，球應放在距離球門 12 碼的地方，運動員從 6 碼線開始射門。

5.1.3.1 場地設置

- 5.1.3.1.1 標準場地上的罰球區和帶網的標準球門。
- 5.1.3.1.2 在罰球弧的頂端放四到八個球（如果球不夠，可以用四到五個球進行測試，但要有一個有效的撿球機制）。

5.1.3.2 測試

- 5.1.3.2.1 運動員從罰球點開始，跑到第一個球處，控制住球，運球到罰球區並射門。儘量將使球騰空飛起射进球門。
- 5.1.3.2.2 運動員進入罰球區後，可以任意選擇射門的距離。
- 5.1.3.2.3 運動員射門後，他／她應立即返回，重新開始另外一球。
- 5.1.3.2.4 一分鐘結束時，應吹響哨音表示結束測試。

5.1.3.3 計分

- 5.1.3.3.1 球從腳上飛起進入球門，每次得 10 分。球在觸地後進入球門，每次得 5 分。