



# 比赛规则 橄榄球

内附橄榄球比赛宪章

2024



WORLD  
RUGBY

2024 Copyright © World Rugby

版权所有。严禁在未经世界橄榄球（应向世界橄榄球 提出申请）书面许可的情况下复制，传播或传播全部 或部分作品，无论是通过电子方式或以其他方式复制或存储在任何媒体上。

根据1988年“版权，外观设计和专利法”（特此声Copyright, Designs and Patents Act, 1988）



**World Rugby**

World Rugby House, 8-10 Pembroke Street Lower, Dublin 2, Ireland

**Tel** +353-1-240-9200

**Web** [www.world.rugby](http://www.world.rugby) **Email** [info@worldrugby.org](mailto:info@worldrugby.org)

## 世界橄榄球规则教学网页

English · Français · Español · Русский · 中文 · 日本語 · Italiano  
Română · Afrikaans · Deutsch · العربية · Português · Polski



- 研读比赛的规[及比赛宪章
- 观摩规[条文à践的视频
- 自q评p规[条文并Q载证书
- Q载PDF格式规[条文



免费×得World Rugby规则的iOS/Android应用软件



前言	3
比赛宪章	4
文字及A表的B点	16
定义	17
<b>规则 1</b> 场地	26
<b>规则 2</b> 球	30
<b>规则 3</b> 球队	31
<b>规则 4</b> 允许的服装	35
<b>规则 5</b> 时间	37
<b>规则 6</b> 比赛执法人员	39
<b>规则 7</b> 利益规则	46
<b>规则 8</b> 得分	47
<b>规则 9</b> 暴行	51
<b>规则 10</b> 一般比赛中的越位及在位	55
<b>规则 11</b> 前掉及前传	58
<b>规则 12</b> 开球及重新开始	59
<b>规则 13</b> 一般比赛中的球员倒在地上	63
<b>规则 14</b> Tackle	64
<b>规则 15</b> Ruck	70
<b>规则 16</b> Maul	74
<b>规则 17</b> Mark	77
<b>规则 18</b> 出界, 快捷投进及争边球	79
<b>规则 19</b> Scrum	93
<b>规则 20</b> 罚踢及自由踢	104
<b>规则 21</b> 极阵	108
十九岁以下变化规则	111
七人制变化规则	114
十人制变化规则	123
变化比赛开始	129
裁判手势	135

**橄**榄球竞赛的目的,是由各以15名、10名或7名球员所组成的两队,根据规则和运动精神,遵守君子之争的原则,靠带球、传球、踢球和压球触地,极尽可能争取分数,而以得分的较多与较少来决定两队的胜与负。

橄榄球规则,包括19岁以下(U19)、10人制及7人制的变化规则是完整的,它们包含有让比赛正确与公平地进行所必须的一切规定。

**橄榄球(Rugby Union)是一种涉及身体接触的运动。任何涉及身体接触的运动,都有它潜在的危险性。所以球员参加比赛,必须符合规则而且留意自己与他人的安全,这是非常重要的。**

**球员有责任为参加比赛而必须在生理上及技术上有充份的准备,而且能具备确保遵守比赛规则与维护安全的心态。**

**也因此,教练与老师们必须负起责任,使球员具备确保遵守规则与维护安全的心态。**

**裁判的职责,除开经世界橄榄球(World Rugby)批准的实验规则及变化以外,必须公平应用全部规则在每一场比赛中。**

协会的责任确保每一级的比赛都是按照纪律和体育行为进行的。

公平竞赛的原则不能单靠裁判维护。其遵守的责任也取决于协会,俱乐部,其他附属机构,教练和球员。

每个协会都应该为年轻球员制定一个途径计划。通过这一计划,年轻球员可以在适当的时候逐渐进入橄榄球的各个阶段,为他们提供更多的保护。这个计划的年龄和内容应该由每个协会来决定,这取决于该协会内部的比赛环境的独特特征。





# 比赛宪章



## 序文

橄榄球,从一种简单的游戏开始,演变到现在已经成为全球性的活动。围绕着它,有众多巨大球场被兴建,有错综的管理架构被创作,有复杂的经营策略被修订。它具有多个层面,和其他活动一样,吸引着各式各样人们的兴趣与热心。

全世界范围参与橄榄球运动的人都来自不同背景及不同年龄。超过八百五十万从年龄六至六十岁以上的人士定期参与赛事。比赛所需的技能和身体要求的广泛变化意味着每个人都有机会参与各种形状,大小和能力。

撇开赛球和相辅的支持不谈,橄榄球孕育有勇气、忠诚、纪律、运动家风度和团队精神等无数社会情怀。本宪章旨在提供橄榄球核验单,使它的比赛模式和行为能得到评估,以便达成「确保橄榄球能维持它在球场以及球场以外的独特个性」的目的。

本宪章从赛球和教导的基本原则涵盖到规则的制订与应用,是比赛规则的重要附件,期待能为橄榄球各阶层的相关人员树立标竿。

正直 · 热诚 · 团结  
纪律 · 尊重

# 橄榄球比赛的原理

## 行为

威廉·韦伯·埃利斯，1823年在拉格比学校 (Rugby School) 首先捡起足球带着它奔跑创造橄榄球特殊容貌的功勋人，尽管之后有无数的修正者理论，他的传奇依然流传人间。橄榄球的起源，必须要有这样热情的公然反抗，看来总算是适切的。

就不经心的观察者乍见之下，橄榄球是一大堆矛盾，很难发现比赛背后的指引原则。这很难怪，因为简单的例子是：橄榄球为了争取球的占有，看起来必须施加强烈的身体压力给对方，却又不可故意或恶意的伤害对方。

这就是球员和裁判运作时的界面。之间的分辨能力加上控制力与教养，包括个人的和团体的，就是行为规范所据以建立的。

## 精神

橄榄球是依照规则的字面和条文的精神来比赛的，所以有很多魅力来自这一事实。要确保它的魅力，不能单靠个人，必须包括教练、队长、球员和裁判，共同努力。

透过纪律、自制与互相尊重，橄榄球的精神才会蓬勃；而且针对橄榄球这种充满身体挑战的运动游戏，这些内涵是促进友谊与君子之争意识，驱使橄榄球进步成功与永生的重要因素。





# 正直

正直是橄榄球运动的核心，由诚实和公平竞技衍生而来

# 橄榄球比赛的原理

也许这些内涵只是古传统道德,但它们经得起时间的考验一直存在于各阶层的比赛中。它们将会像辉煌过去一样重要地留在橄榄球的未来。橄榄球的原则是一些基本的因素,它的比赛原则就建立在这些因素上。这些因素让参与者能即刻辨认橄榄球比赛的特色与造成橄榄球在运动界独占鳌头的原因。

## 目的

比赛的目的是通过传球、传球、踢球和触球压地,根据比赛的规则、运动的精神和公平的竞争,尽可能地比对方球队多得分。

## 对抗及连续性

拥有球的对抗是橄榄球的关键特征之一。这些对抗在整个比赛中以不同的形式出现:

- 接触
- 在一般比赛
- 当比赛重新开始于scrums, lineouts, 开球和重新开始开球。



## 热诚

橄榄球参与者对橄榄球比赛充满激情。橄榄球运动为全球的橄榄球家族成员孕育着刺激和感性的归属感

# 橄榄球比赛的原理

控球权的争夺,是在对抗后平衡各种动作的奖惩。譬如,某队因无力保持比赛而被迫把球踢出界外时,就不能在该争边球得到投进权。同样地,某队因把球前掉或前传,就不能在后续的scrum得到投进权。因此,虽然在这些场合的比赛中,重要的是两队能公平地争夺,但利益还是必须给与投进球的一队。

控球攻击的一队,目标在于拒绝把球权让给对方,以便维持连续攻击,同时运用技术向前推进并争取得分。如果失败,将意味着攻击队或因控球能力的拙劣,或因对方防守质量的优秀,而交出控球权给对方。控球权的争夺与攻击的连续,两队一得一失。

一队企图维持连续控球,另队努力争夺球,提供了连续比赛与连续控球之间必要的平衡。这种竞争性与连续性的平衡在组态的组成与一般比赛中同样都在发生。





## 团结

橄榄球运动为友谊、友情、协调合作和忠诚提供了凌驾于地缘、政治和宗教的一个终生一致的精神

# 规则的原理

橄榄球比赛规则所依据的原则是：

## 适合全民的运动

橄榄球比赛规则提供机会给不同体格、技术、性别和年龄的球员，在可掌控、可竞争又可享乐的环境下，去参加适合他们能力水平的比赛。因此，所有参与橄榄球的人都必须有义务去对比赛规则做彻底的了解并取得充分的知识。

## 维持独特个性

比赛规则确保，经由scrum、争边球、maul、ruck、开球与重新开球等，维持橄榄球的独特个性；同时，经由侵略性的tackle、向后传球等，维持它控球权争夺与连续攻击相关的主要特征。

## 享受和娱乐

提供了一个比赛的框架，既愉快地来比赛又可以有趣的观赏比赛。假如，有时候这些目标似乎是不兼容的，那么球员就可以充分发挥自己的技能，从而提高娱乐性和观赏性。为了达到正确的平衡，规则正在不断审查。

## 适用

球员有责任遵守规则，尊重公平竞争的原则。规则必须确保比赛按照比赛原则的方式运用。比赛执法人员可以通过公正性，一致性，敏感性以及适当的管理来实现这一点。作为回报，教练，队长和球员有责任尊重比赛执法人员的权威。





# 纪律

纪律是橄榄球运动在场内或场外不可或缺的部份。从严守规则、章程和橄榄球核心价值中反映出来

# 结论

橄榄球被视为是一项适合所有人的运动。它替运动伙伴建立团队默契、明白事理、合作与尊重。它的基础一向是：

- 参与的乐趣
- 比赛所需的勇气与技术
- 团队运动的热爱丰富了所有参与者的生活
- 通过比赛中的共同兴趣而建立的终身友谊。

是因为，不是尽管，橄榄球的强烈的身体和运动特质，比赛前后才会存在一种伟大的友爱。随着球员离开球场渗入社会环境的球员互相抗争取乐的长期传统，沉积成橄榄球的真核心。

橄榄球虽然已经完全迈入职业纪元，但仍保有它娱乐比赛的精神与传统。在众多传统运动质量备受淡化甚至挑战的年代，橄榄球很骄傲地有能力保持高水平的运动精神、伦理行为和君子之争。期待本宪章能有助于加强这些耿耿于怀的价值。

这一章程将有助于加强这些珍惜的价值。

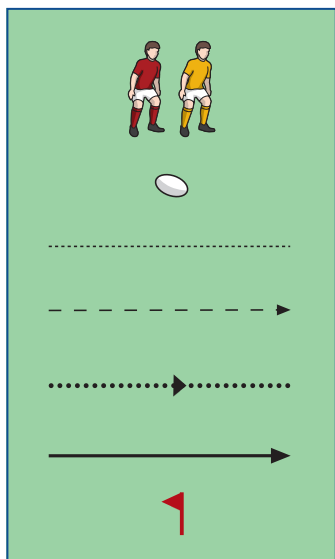


# 尊重

尊重队友、对手、球赛工作人员和其他橄榄球运动参与者, 是一种卓越的情操

## 图表

本书中的A表适用于Q列规[y]



球员

球

球被踢出的路径

球被投掷或传出的路线

球前掉/封阻的路径

球员的路径

旗杆

## 文字

β行中的测试规[修~y]

罚[的]色表示如Qy

**红色** - 被判罚罚踢

**绿色** - 被判罚自由踢

**蓝色** - 被判 scrum, P新开球, 快发或争边球

**金色** - 踢球不被允许



# 定义



## 0-9

**22:** 阵线和22米线以及边线之间的区域。它包括22米线,但不包括阵线或边线。

## A

**(Actual time) 实际时间:** 连续的时间 (详见比赛时间)。

**(Advantage) 利益规则:** 对手违例后产生的明确、实际的战术或地域上的利益。

**(Attacking team) 进攻队:** 当比赛在某队半场内进行的对方队,就是进攻队。

## B

**(Ball-carrier) 持球者:** 持带着球的球员。

**(Beyond or behind or in front of a position) 在某地点或在某地点之后或在某地点之前:** 除开前后文致使不适合的情况以外,指的是两脚都在某地点或超过某地点或在某地点之前的意思。

**(Binding) 夹扎:** 使用整个手臂与肩膀接触、并紧紧抓住另一名球员的肩膀和臀部之间的身体。

**(Blood injury) 流血受伤:** 不受控制的持续出血。

**全球实验规则(Brake foot) 制动脚:** 其中勾球球员的一只脚位于通道中间的前方,以帮助稳定并避免轴向载荷。在交战序列的“半蹲”和“夹扎”阶段都采用这种姿势。脚只能在“定位”后和勾球前收回

## C

**(Captain) 队长:** 由球队提名并领导该球队的球员,可咨询裁判并选择有关裁判的裁决。

**(Crocodile Roll) 鳄鱼翻滚:** 一个被禁止的动作,球员在tackle区横向翻滚/扭转或拉一名站立的球员到地面。此动作经常发生在球员的下肢。

## D

**(Dead) 死球:** 裁判吹哨停止比赛或附加攻门失败后,球变成死球。

**(Dead-ball line) 死球线:** 比赛面积的两端(而不属于比赛面积)的线。

**(Defending team) 防守队:** 当比赛在某队半场内进行,该队就是防守队。

**(Directly caught) 直接接住:** 没有先触及任何人或地面的球被接住。

**(Drop-kick) 落地踢:** 将手上或者手中的球故意掉落到地面之后,在球第一次反弹时就被踢。

## F



**(Field of play) 赛场：**阵线和边线之间的区域。这些线不是赛场的一部分。

**(Flying wedge) 飞劈挡人：**一种非法的进攻，通常发生在阵线前，无论是罚踢、自由踢或在一般比赛中。在与对手接触之前，队友以楔形阵型夹扎在持球者的两侧。通常，这些队友中的一个或多个在持球者的前面。

**(Forward) 向前：**朝向对方的死球线。

**(Foul play) 暴行：**球员在比赛围场中所做的，任何违反规则9的阻挡、不公平的比赛、重复的违例、危险的比赛和不当的行为。

**(Free-kick) 自由踢：**因对手违例而获得或一个mark。

## G

**(Goal) 进门得分：**赛场上定点踢球或落踢并越过对手的横杆上方。

**(Goal line) 阵线：**赛场的两端(而不属于赛场)的线。

**(The ground) 场地：**规则1, 图中显示的全部区域。

## H

**(Half-time) 半场：**两个半场比赛之间的间隔。

**(Hand-off) 推挡：**一个允许的行动，持球者用手掌抵挡对手的动作。

**(Hindmost) 最后：**最靠近球队自己的达阵线。

**(Holding the ball) 持球：**将球放在手上或双手中，或放在手臂或双臂上。

## I

**(In-goal) 极阵：**阵线和死球线、以及极阵边线之间的区域。它包括阵线，但不包括死球线或极阵边线。

**(Infield) 场内：**在比赛面积内，远离边线。

## J

**(Jackler) 挖球者：**挖球者是行Tackle球员的队友，第一个抵达Tackle区域。他们必须保持站立才能直接争夺球权。如果他们之前参与了Tackle，则他们必须在争夺球权之前完全地放开了持球者。

**(Jersey) 球衣：**穿在身体上半身的衣服，没有附在短裤或内衣上。

## K

**(Kick) 踢球：**是用脚或腿的任何部分踢球，除了脚后跟，从脚趾到膝盖，但不包括膝盖。踢球必须将球踢离手或沿着地面移动一段可视的距离。

**(Kick-off) 开球：**用落踢开始每半场比赛和加时比赛的方法。

**(Kicked directly into touch) 踢球直接出界:** 球被踢后没有在赛场内先触地或接触球员或裁判而出界。

**(Kicking tee) 踢球垫:** 任何由比赛组织者批准在踢球时支撑球的装置。

**(Knock-on) 前掉:** 前掉发生在球员失去球的持有后该球向前运行, 或球员用手或手臂碰到球使球向前、或球碰到球员的手或手臂以后向前运行, 而该球在原球员能接到它以前触碰到地上或其他球员的时候。

## L

**(Latched) 抓住(如门链连接般地抓住):** 在接触之前与队友夹扎。

**(Line of touch) 出界线:** 见出界 (touch)

**(Line through the mark or place) 穿过某标点或地点的线:** 除另有规定外, 指的是穿过某标点或某地点而平行于边线的直线。

**(Lineout) 争边球:** 争边球是由每队至少两名队员组成的行列, 争抢由边线投入的球。

**(Lineout players) 争边球球员:** 在争边球两行列中的球员。

**(Loitering/Loiter) 游荡/游荡:** 一名球员保持在越位位置是游荡。游荡者是在比赛中阻止对方球队按自己意愿打球的, 可能会受到处罚。游荡者不得因对方的行为而导致对方处于下风。

## M

**(Mark) Mark:** 一种通过在自己的22公尺线区域或极阵内, 直接接住对手的踢球同时高喊“MARK”来暂停比赛和赢得自由球的方法。

**(Mark of touch) 出界点:** 在赛场内的一条假想线, 与通过投球位置的边线成直角。出界点不能在阵线前的五米之内。

**(Match officials) 比赛执法人员:** 那些掌管比赛的人, 通常由一名裁判和两名助理裁判或边审组成, 但也可能包括一名电视裁判, 7人制比赛中还包括两名极阵边审。

**(Match organiser) 赛事组织者:** 负责比赛的管理机构, 可能是世界橄榄球, 协会或多个协会或世界橄榄球组织批准的任何组织。

**(Maul) Maul:** 由一名持球员和每队至少一名球员双脚站立并夹扎在一起的组态。

**全球实验规则(Misconduct) 处理不当:** 根据《世界橄榄球规则》第18条或赛事组织者的同等规定, 属于违法行为。

## N

**(Near) 附近:** 一公尺范围之内。

## O

**(Obstruction) 阻碍:** 当一个球员试图竞争的时候被非法阻碍和阻止。

**(Off feet) 倒地:** 身体的任何部分被地面或地上的球员所支撑。

**(Offside) 越位:** 一种位置上的违例, 可以不参与比赛而不会受到惩罚。

**(On feet) 站立:** 如果身体的其它任何部分不被地面或地上的球员所支撑, 则为站立。

**(Open play) 一般的比赛:** 开球、重新开球、自由踢、罚踢或组织进攻之后, 在下一个组态之前, 或者在两个组态之间的时间间隔内, 不包括死球时。

## P

**(Participating players at a lineout) 参与争边球的球员:** 包括争边球球员, 每队一名接球者 (如果有), 投球者及相对应的对方球员。

**(Pass) 传球:** 球员将球传抛或递交给另一名球员。

**(Penalty) 罚踢:** 因对手严重犯规而获得。

**(Penalty try) 惩罚达阵:** 如果裁判认为如果不是由于对手的犯规行为, 可能会得分 (或者在更有利的位置得分)。

**(Phase of play) 比赛组态:** Scrum, 争边球, ruck或maul。

**(Place-kick) 定点踢:** 球被定点放置在地上 (或踢球垫上) 之后被踢的状况。

**(Placer) 竖球球员:** 协助队友定点踢而扶住球的球员。

**(Plane of touch) 出界面:** 边线或极阵边线的垂直上升的平面。

**(Played) 被操弄:** 球员故意碰触球, 该球就是被操弄。

**(Player grounded) 球员在地上:** 详见“off feet”。

**(Players' clothing) 球员的服装:** 球员的服装必须符合世界橄榄球规章第12条。

**(Playing area) 比赛面积:** 赛场加上极阵。边线, 极阵边线和死球线不是比赛面积的一部分。

**(Playing enclosure) 比赛围场:** 比赛面积加上它周围的空间, 这被称为比赛围场。

**(Playing time) 比赛时间:** 实际时间, 不包括停止或暂停的时间 (见实际时间)。

**(Possession) 占有球:** 试图控制球或控制球的个人或球队。

**(Punt) 碰踢:** 球员将球抛出并在球接触地面之前将其踢出。

## Q

**(Quick-throw) 快捷投进:** 在争边球形成之前的快速投入。球由有争边球投球权的球队投入。

## R

**(Receiver) 接球员:** 不在争边球行列中的球员, 可以接到从争边球行列中传回或敲回的球。

(Red card) **红牌**: 裁判向球员出示的牌, 表明该队员已被永久排除在比赛之外。

(Replacement) **替换**: 由于伤病或战术原因, 替换队友的球员。

(Restart kick) **重新开始开球**: 在得分或挽球后用落踢来重新开始比赛的方法。

(Ruck) **Ruck**: 一个组态, 每个球队的一名或多名球员, 双脚站立, 身体接触, 紧紧围绕在地面上的球。

(Rucking) **Ruck争球**: 合法地用脚试图赢得或保持一个在Ruck中的球。

## S

(Sanction) **罚则**: 犯规或停止后重新开始比赛的方法。

(Scrum) **Scrum**: 一个组态, 通常由每队八名球员夹扎组成。

(Scrum zone) **Scrum区域**: 赛场内可组成Scrum的区域。

(Sent off) **驱逐离场**: 一名球员被出示红牌, 并被永久排除在比赛之外。

(Shorts) **短裤**: 从腰部开始并在膝盖以上结束的裤子, 具有松紧腰带和/或拉绳, 并且没有附接到球衣或内衣上。

(Sin-bin) **短暂禁赛区域**: 赛场外的指定地点, 短暂禁赛的选手必须留在此区域内。

(Stiff-arm tackle) **硬臂Tackle**: 非法的tackle, 球员用手臂撞击持球者。

## T

(Tackle) **Tackle**: 抱住持球者并将该球员带到地面的方法。

(Tackled player) **被Tackle的球员**: 持球者被一个或多个敌方球员擒捉倒地。

(Tackler) **行Tackle的球员**: 擒捉被TACKLE的球员并同时倒地的对方球员。

(Team) **球队**: 开始比赛时的15名球员加上其他替补球员。

(Team-mate) **队友**: 同队的其他球员。

**全球实验规则(Technical Zone/Area) 技术地带/区域**: 规则1中所示的指定区域, 替换人员、送水员和教练必须留在此处, 直到需要为止。在23人的比赛中, 只有送水员可以进入技术区。

(Temporarily suspended) **短暂禁赛**: 在比赛时间内, 被排除在比赛外, 通常为十分钟。

(Throw forward) **前传**: 当球员向前投掷或传球时, 即如果球员传球时手臂向前移动。

(Touch) **界外**: 在赛场旁边的区域, 包括边线以及其外的区域。

(Touch-in-goal) **极阵界外**: 在极阵旁边的区域, 包括极阵边线以及其外的区域。

## U

(Uncontested scrum) **无竞争的Scrum**: 两队不允许向前推进, 由投球方赢得球权。

**(Underwear) 内衣:** 内衣, 覆盖身体, 从腰部, 是短或无腿的, 在膝盖之上结束, 紧贴皮肤或穿在衣服下面, 并且不附着在球衣或短裤上。

**(Union) 协会:** 由世界橄榄球批准的组织, 负责在特定的区域内组织和举办赛事。

## Y

**(Yellow card) 黄牌:** 裁判向球员出示的牌, 表明该球员已被警告并短暂禁赛。



# 定义

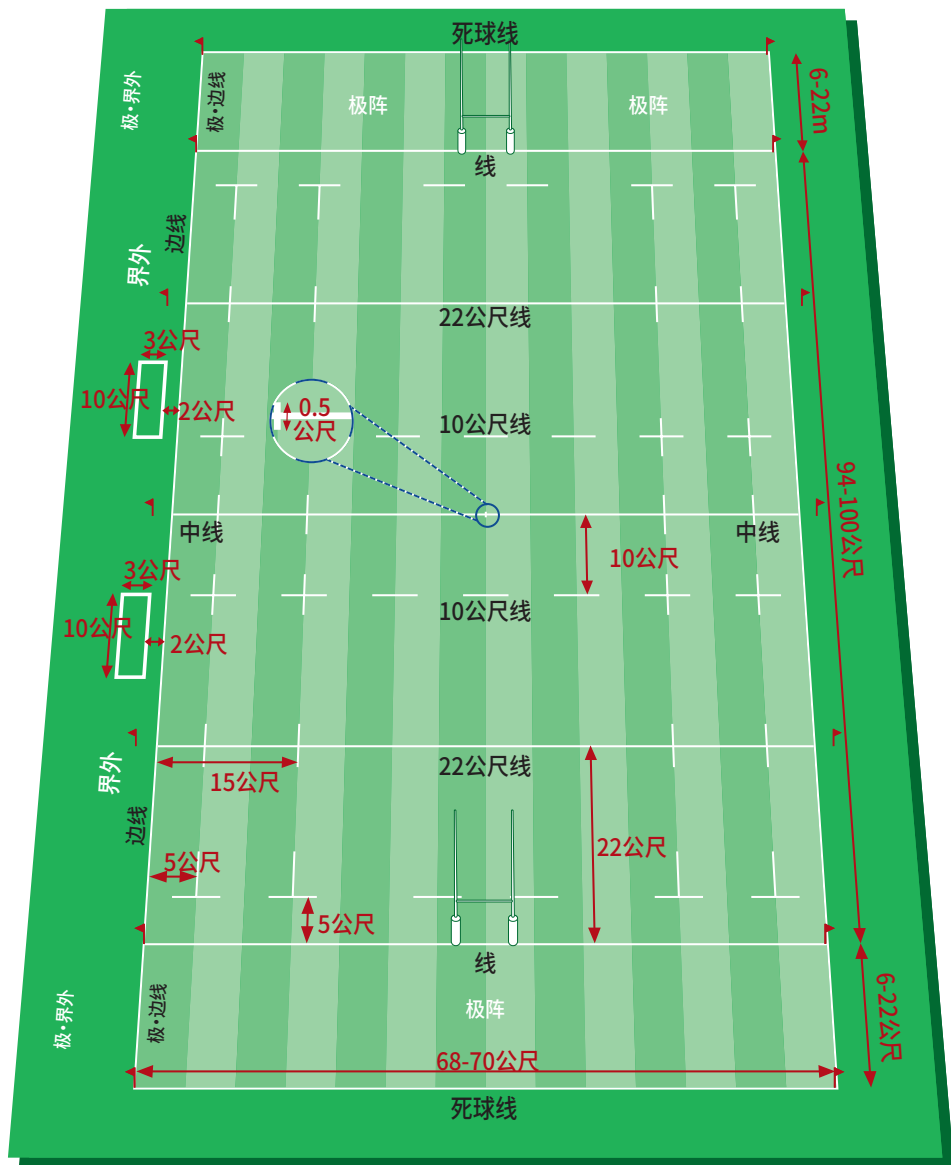




# 比赛规则



# 规则 1 场地

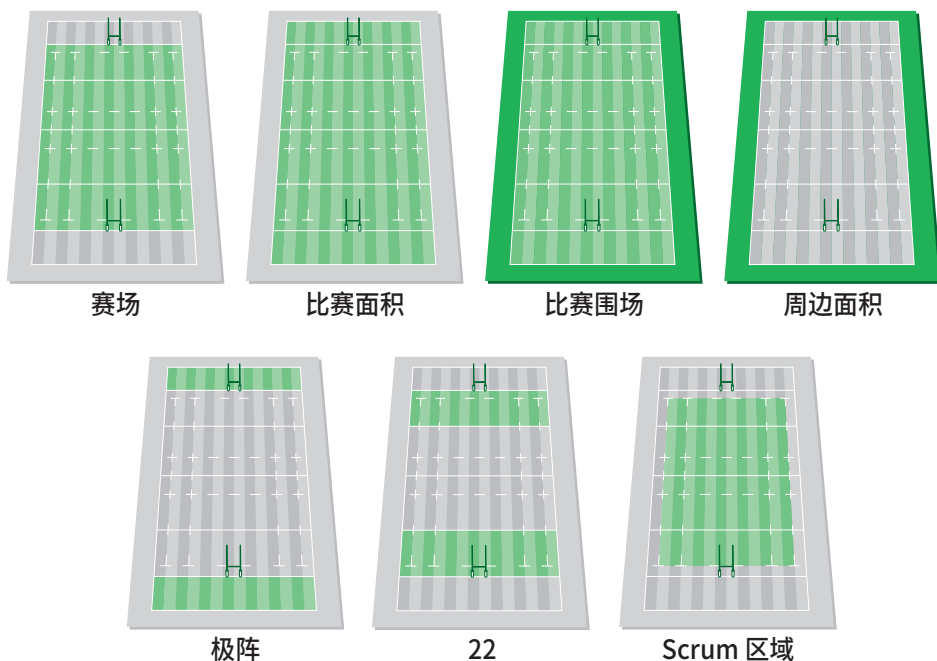


场地

1. 比赛场地表面必须安全。
2. 允许的表面类型为草地, 沙地, 粘土, 雪地或人造草地 (符合世界橄榄球规章22)。
3. 图中显示比赛场地的尺寸。

尺寸	赛场长度	极阵长度	宽度
最大 (公尺)	100	22	70
最小 (公尺)	94	6	68

- a. 比赛面积呈长方形。
- b. 对于这些尺寸的任何变化都必须得到相关协会的批准, 以进行国内比赛或世界橄榄球的国际赛事。



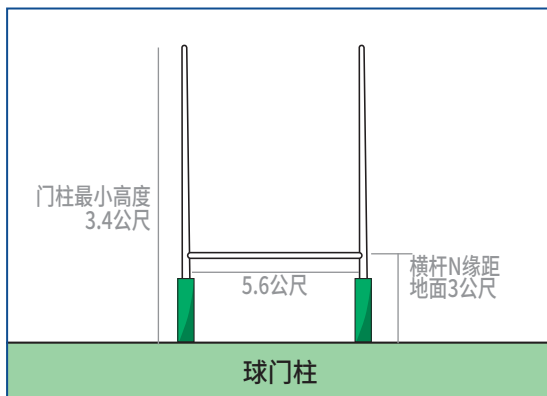
- c. 赛场的长度小于100公尺,则10公尺线和22公尺线之间的距离应相对地减小。
- d. 赛场的宽度小于70公尺时,两条15公尺线之间的距离应相对减小。
- e. 在可行的情况下,周边面积不得少于5米宽。

### 线段

- 4. 实线配置如图所示。实线是：
  - a. 死球线和极阵边线。
  - b. 阵线。
  - c. 22公尺线。
  - d. 中线。
  - e. 边线。
- 5. 虚线的配置如图所示。每一条虚线都是五公尺长。虚线有：
  - a. 距离每条边线5公尺,且与之平行的5公尺线。
  - b. 距离每条边线15公尺,且与之平行的15公尺线。
  - c. 距离中线两侧各10公尺,且与之平行的10公尺线。
  - d. 距离每条阵线前5公尺,且与之平行的5公尺线。
- 6. 一条0.5公尺长的线与中线的中心相交。

## 球门门柱与横杆

7. 如果有保护垫缠绕在门柱时,从阵线到保护垫外缘的厚度不可超过30公分。



## 旗杆

8. 附旗帜的旗杆有14支,旗杆从地面的最小高度为1.2公尺。
9. 在每个极阵边线和阵线的交点,以及每个极阵边线和死球线的交点,必须插有旗杆(共8支旗杆)。
10. 在球场两侧的22公尺线和中央线的延长线上也必须插有旗杆。旗杆必须插在距边线外侧2公尺地方的比赛围场内(共6支旗杆)。

## 对场地的异议

11. 如果球队对场地有异议,必须在比赛开始前告诉裁判。
12. 裁判必须试图解决所提出的问题,但如果有任何场地的任何部分被认为不安全时,裁判不能开始比赛。

1. 球必须是椭圆状而且由四片组成。
2. 它的尺寸如下所示：



3. 球的重量410-460公克。
4. 青少年组的比赛可以用较小的球。
5. 球由皮革或适当的合成材质。可加以处理使防水并易于抓取。
6. 比赛开始时的球压为65.71-68.75千巴, 或每平方公分0.67-0.70公斤, 或每平方英寸9.5-10磅。
7. 比赛中应有预备球。

## 人数

1. 在比赛进行时, 各队不能有多于15名球员在比赛面积上。
2. 赛事主办者可以核准每一队少于15人的比赛。
3. 球队对对手的球员人数有异议时, 可向裁判提出。当某球队有过多球员时, 裁判命令该队队长适当减少球员。异议当时的比赛分数保持不变。 **罚则: 罚踢**
4. 国际比赛每个国家协会代表队伍最多可提名8名替补球员。
5. 在其他比赛时, 替补球员的人数由赛事组织者决定, 最多为8名。
6. 替换只能在死球的时候并在裁判的允许下完成。
7. 如果球员未经裁判允许, 自行重返球场或替换球员, 假如裁判认为这行为对该队有利, 裁判将以不当行为处罚该球员。 **罚则: 罚踢**

球队人数	球队前排球员最少人数	必须能在第一次替代要求时有能力提供替换
15 或以下	3	-
16, 17 或 18	4	一名支柱球员或勾球员
19, 20, 21 或 22	5	一名支柱球员及勾球员
23	6	松头支柱(1号), 紧头支柱(3号) 及勾球员(2号)

8. 下表列出了球队按球队的人数来确定替补前排球员最少人数的义务。赛事组织者可以在各级别中考虑球员的福利, 决定前排球员阵容和最少的前排替补球员。球队人数球队前排球员最少人数必须能在第一次替代要求时有能力提供替换15 或以下3-16, 17 或 184一名支柱球员或勾球员19, 20, 21 或 225一名支柱球员及勾球员236松头支柱(1号), 紧头支柱(3号) 及勾球员(2号)
9. 当赛事组织者决定球队的人数为23人, 而某队只能提名两名前排的替补球员时, 那么该队只能提名22名球员。
10. 比赛前, 每队必须告知适当的赛事执法者, 他们的前排球员及前排替补球员, 只有这些球员且按照他们的位置能参与有对抗的Scrum。
11. 前排替补球员可以在比赛开始时打另一个位置。
12. 确保所有的前排球员和前排替补球员有适当的训练及经验, 是球队的责任。



### 无对抗的 SCRUMS

13. 如果其中一支队伍无法派上一名经过训练的前排球员,或因裁判要求,scrum将成为无对抗的。
14. 赛事组织者可决定是否以无对抗的scrum开始比赛。
15. 由驱逐离场,短暂禁赛或受伤造成的无争的scrum 必须由每边8名球员进行。
16. 当前排球员离开比赛区域时,无论是因为受伤还是暂时或永久禁赛,裁判都会在下一次Scrum时询问该队是否可以继续进行有争议的争球。如果裁判被告知该队不能争球,那么裁判会命令进行无争议的争球。如果这名球员回来或者另一名前排球员上场,那么有争议的争球可能会重新开始。
17. 有23名球员的球队,或者根据赛事组织者斟酌,如一名队员的离开导致裁判改成无对抗的scrum,则该离开球员将不能被替换上场。
18. 只有在没有可用的前排队员替换时,允许其他球员担任前排。
19. 如果由于前排球员被判短暂禁赛的原因,球队无法正常进行有对抗scrum时,该队可以指定一名球员离开比赛面积以便另一名可用的前排球员参加比赛,被指定离场的球员不可以在短暂禁赛结束前返回比赛,或作为替换球员上场。
20. 如果由于前排球员被驱逐离场,球队无法正常进行有对抗scrum时,该队可以指定一名球员离开比赛面积以便另一名可用的前排球员参加比赛,被指定下场的球员可作为替换球员上场。

### 永久替换

21. 球员受伤,是可以被替换的。球员如果是因伤被替换的,不可再返回参与该场比赛。
22. 如果出现以下情况,视为球员受伤:
  - a. 在全国级赛事,医生认为球员无法继续比赛。
  - b. 在其他的赛事,比赛组织者被医疗人员知会,球员继续比赛是不可取的。如果没有医疗人员在场,而裁判同意的话,该球员可以被替换。
  - c. 裁判认定(无论有没有医疗建议),球员继续比赛是不可取的。裁判命令该球员离开比赛面积。
23. 裁判还可以命令受伤球员离开比赛场地进行医学检查。

## 永久替换 – 识别和退场

24. 在比赛过程中的任何时候, 如果球员脑震荡或被怀疑有脑震荡, 则该球员必须立即永久地离开比赛面积。这个过程被称为“识别和退场”。

## 临时替换 – 流血受伤

25. 当球员出现流血受伤的情况, 该球员可暂时性地被替换。流血受伤的球员当出血的伤口被控制或覆盖后, 可以回到赛场。如果该受伤的球员, 无法在15分钟内(实际时间)再次回到赛场上, 这将成为正式的替换, 被替换的受伤球员将不能再次返回赛场。
26. 在国际比赛中, 驻场的赛事医生将决定是否出血性受伤而需要临时替换。在世界橄榄球事先批准使用HIA流程的比赛中, 在临时替换流血受伤的球员之前, 比赛不能重新开始。

## 临时替换 – 头部受伤评估(HIA)

27. 在世界橄榄球队事先批准使用HIA流程的比赛中, 需要HIA的球员:
  - a. 必须离开赛场, 并且
  - b. 临时替换(即使所有的替换名额已经用完)。在需要HIA的球员被临时替换之前, 比赛不能重新开始。如果球员在离开比赛面积12分钟之内(实际比赛时间)没有再返回赛场, 临时替换将成为永久替换。

## 临时替换 – 所有

28. 临时替换可以暂时替换(即使所有替补已被替换)。
29. 如果临时替换的球员受伤, 该球员也可以被替换。
30. 如果临时替换的球员被驱逐离场, 原本被临时替换的球员是不允许再返回比赛面积的, 除非执行规则3.19或3.20, 并且只有当球员得到了医疗许可, 并且在规定的时间内回到赛场。
31. 如果有临时替换的球员被短暂禁赛时, 在禁赛时间未满前该被临时替换的球员是不允许再返回赛场的, 除非执行规则3.19或3.20, 并且只有当球员得到了医疗许可, 并且在规定的时间内返回赛场。
32. 如果在半场时间内临时替换的时间已到, 则此替换将成为永久性的, 除非被替换的球员在下半场开始时立即返回赛场上。

### 战术替换加入比赛

33. 被战术替换的球员可能只有在下列情况,才能替换返回比赛:
- 受伤的前排球员。
  - 一名流血受伤的球员。
  - 头部受伤的球员。
  - 因为暴行而受伤的球员(经比赛执法人员证实)。
  - 第3.19或3.20条所述的被提名的选手。

### 循环替换

34. 赛事组织者可以依球队的等级,采用循环替换制度,但人数不得超过12人,有关循环替换的规定及制度,由赛事组织者全权负责。

1. 所有服装及装备必须符合世界橄榄球规章第12条的规定。
2. 球员穿着上衣、短裤、内衣、袜子和球鞋。球衣袖子的长度必须延长到由肩部至肘部的中点位置。
3. 允许穿着的项目：
  - a. 球员可以穿着有弹性或压缩材料制成的可洗护垫。
  - b. 护胫。
  - c. 球员可以在袜子里穿着护踝。护踝不能高过胫长的三分之一，而且，如果是坚硬的，必须由金属以外的材料制成。
  - d. 露指手套。
  - e. 垫肩或认可的胸垫
  - f. 护齿或牙齿保护物。
  - g. 头盔。
  - h. 绷带，包扎物，薄胶带或类似材料。
  - i. 眼镜。
  - j. 鞋钉，包括模压橡胶，附着在鞋底上。
  - k. 在短裤和袜子内穿着单一侧缝线的棉混纺长紧身裤。
  - l. 长度头巾或覆盖物，只要它们不会对佩戴者或其他球员造成危险。
  - m. 球员监控设备
4. 禁止穿着的项目：
  - a. 球员不许穿着染有血迹的任何项目。
  - b. 球员不许穿着尖、锐、粗糙磨擦的任何项目。
  - c. 球员不许穿着含有带扣、夹子、环圈、铰炼、拉链、螺丝、栓子、坚硬材料或本规则所不允许的其他突起物。
  - d. 珠宝首饰。
  - e. 手套。
  - f. 缝有填充物的短裤或长紧身裤。
  - g. 任何通常在规则上允许的项目，但是裁判认为有可能造成伤害。
  - h. 通讯机具。

5. 裁判在任何时间, 都有权决定球员穿着的部份是危险或违法的。如果裁判认为穿着是危险或违法的, 裁判必须命令该球员除去那些物品。该球员在除去该穿着的项目之前, 是不许参加当场比赛的。
6. 如果在赛前检查装备时, 比赛执法人员已经告诉某球员他正佩着规则禁止的衣物, 然后发现该球员仍然穿着该衣物在赛场上, 该球员必须被以恶劣行迹驱逐离场。  
**罚则: 罚踢**
7. 裁判员不可允许任何球员离开比赛面积去更换衣着装备, 除非该衣着装备染有血迹。

请参阅WORLD RUGBY规章第十二条:

<https://www.world.rugby/organisation/governance/regulations/reg-12>

1. 比赛时间不超过80分钟(分为两个半场,每个半场不超过40分钟,再加上时间的损失),除非赛事组织者允许当两队在淘汰赛中打平时,延时加赛。
2. 赛事组织者决定中场休息不超过15分钟。在此期间,球队和赛事执法人员可以离开比赛围场。
3. 非国际的赛事,赛事组织者可以决定缩短比赛的时间。如果赛事组织者没有决定,球队就比赛的时间达成一致。如果他们不能协议,裁判决定。
4. 裁判计时,但可以委任一位或两位助理裁判或/和大会计时员负责,此时裁判示意每一暂停。在没有大会计时员的赛事中,如果裁判对正确的时间发生疑问时,可咨询助理裁判。只有在助理裁判无法帮助时,才可询问于他人。
5. 裁判可以停止比赛,并允许时间:
  - a. 球员受伤最多一分钟。如果球员受伤严重,裁判有权决定允许多于一分钟,让该球员从比赛面积中移出。
  - b. 与其他赛事人员进行磋商。
6. 一旦成为死球,裁判可以允许:
  - a. 更换球员。
  - b. 替换或修理球员的服装。
  - c. 绑鞋带。
  - d. 拿回球。
7. 每个半场的结束是,时间终了变成死球后,除非:
  - a. 在时间终了之前获得的,Scrum,争边球或达阵或触地后的重新开球尚未完,尚未回到一般比赛。这包括当scrum,争边球或不正确的重新开球。
  - b. 裁判判罚自由踢或罚踢。
  - c. 罚踢将球踢出界外,如果不先碰触球,并且球没有接触到其他球员。
  - d. 球队达阵,在这种情况下,裁判允许该队进行附加攻门。

8. 球队达阵后, 球队可以尝试附加攻门或放弃。
  - a. 选择放弃附加攻门。必须由达阵的球员, 在达阵之后告知裁判 “no kick” (不踢)。
  - b. 如果在时间终了之前尝试或放弃了附加攻门, 裁判将允许重新开球。
  - c. 如果选择附加攻门, 时间从击中球开始计算。
9. 当天气条件异常炎热和/或潮湿时, 裁判可酌情决定是否允许一分钟的喝水时间。这个一分钟的喝水时间应该在半场进行到一半, 在得分之后或者在中线附近的死球时进行。
10. 裁判如果认定比赛继续将会有危险时, 有权随时结束比赛。



### 原则

赛事由赛事执法人员负责,包括裁判,两位边审或助理裁判。其他人员由赛事组织者委派,包括候补裁判及/或候补助理裁判及电视裁判,赛事计时员,赛事医生,随队医疗人员,不参赛的随队人员及捡球员。

助理裁判及边审负责示意出界,极阵出界或射门成功与否。另外,助理裁判可在裁判的要求下提供协助,包括举报暴行。

### 裁判的委派

1. 裁判由赛事组织者委派。如果没有委派,由两队自行协商。否则由地主队委派。
2. 如果裁判无法完成全程执法任务,裁判的替换依赛事组织者的指示处理。赛事组织者如果没有委派,由原裁判指定。原裁判如果无法指定,由地主队指定。

### 比赛前裁判员权责

3. 裁判主持掷币。两名队长,一掷币、一猜面以决定胜负。掷币赢得一方决定要开球还是要选边。如果掷币赢的一方决定要选边,输的一方必须开球。反选则反是。
4. 比赛执法人员必须按规则4的条文检查球员的服装。

### 比赛中裁判的权责

5. 在比赛围场内：
  - a. 裁判是比赛的事实与规则的唯一判定人。裁判必须把比赛规则公平地应用在每一场比赛中。
  - b. 裁判记录时间。然而赛事组织者可以委派计时员来示意每个半场的结束。
  - c. 裁判记录分数。
6. 裁判可以在比赛安全的情况下允许球员和替补球员进入比赛面积。全球实验规则
7. 裁判允许运动员离开比赛场地。然而，一名球员可以从他们的技术区域取水，或者在判了一次试射后从死球线后面取水，而不需要得到允许。

### 哨笛

8. 裁判携带哨笛并吹响：
  - a. 示意每一半场比赛的开始与结束。
  - b. 停止比赛。裁判有权随时停止比赛。
  - c. 示意得分或挽球。
  - d. 警告或驱逐离场及随后在判给罚踢或惩罚达阵时第二次鸣哨。
  - e. 当变成死球时，除了附加攻门失败之外。
  - f. 当球成为无法比赛时。
  - g. 当判给罚踢，自由踢或scrum。
  - h. 若比赛继续进行，将会构成危险情况或球员严重受伤时。

### 当球变成死球

9. 在以下情况下裁判认为是死球：
  - a. 球出界或极阵出界。
  - b. 球在极阵内被触地。
  - c. 附加攻门已经尝试。
  - d. 达阵, 罚踢或落地攻门已经得分。
  - e. 球或持球者接触死球线或死球线外的任何物体。
  - f. 球击中比赛面积上的任何东西。

### 球或持球员碰触裁判或非球员

10. 若球或持球员碰触到裁判或其他非球员人士, 双方都未因此而获得利益时, 比赛继续。若有任何一队 在赛场中因此获得利益, 则裁判判SCRUM给最后控球的一队。
11. 如果持球者在极阵内碰触到裁判或其他非球员, 其中一队获得利益时:
  - a. 如果攻击球员控球, 裁判在碰触地点判给达阵。
  - b. 如果防守球员控球, 裁判在碰触地点判给挽球。
12. 如果球在极阵内碰触裁判或非球员, 裁判应判断可能演变的情况, 而在球被碰触地点判给达阵或挽球。

### 裁判和助理裁判/边审之间的相互作用

13. 裁判可以就助理裁判的职责, 有关暴行和计时的事宜进行咨询, 并可以要求在其他方面协助裁判。
14. 裁判可以在边审或者助理裁判举旗示意出界, 极阵出界或助理裁判举报暴行后改变决定。全球实验规则

### 赛事电视执法人员

15. 赛事组织者可指定一名比赛执法人员作为电视裁判 (TMO), 利用技术设备明确相关情况:
  - a. 球在极阵区内是否有触地。
  - b. 当有球触地的动作时, 是否有出界或极阵出界或变成死球。
  - c. 当对攻踢球门是否成功有疑问时。
  - d. 当比赛执法人员认为在比赛面积中有犯规或违例的发生导致达阵或阻碍了达阵。
  - e. 暴行, 包括罚则。
16. 任何比赛执法人员, 包括TMO, 都可建议由TMO进行回顾。回顾将按照TMO协议进行, 可在: <https://passport.world.rugby/media/5fhju510/2022-tmo-protocol-approved-by-council-may-2022.pdf>

### 比赛结束后裁判的职责

17. 裁判把得分告知两队和赛事组织者。
18. 如果球员被驱逐离场, 裁判将尽速把该暴行犯规书面报告给赛事组织者。

### 边审及助理裁判的委派及管制

19. 每一场比赛都有两名助理裁判或边审。除非他们是由赛事组织者委派或授权, 否则两队各提供一名边审。
20. 赛事组织者将指派一名后备人员来准备替换助理裁判或边审。该后备边审或后备助理裁判在周边面积区域待命。
21. 裁判对助理裁判或边审有管制权。裁判可告诉他们什么是他们的职责且可以推翻他们的判决。裁判如果对边审不满意, 也可以要求撤换。如果裁判确认边审有不当的行为时, 有权勒令该边审离场并递交报告给赛事组织者。

### 比赛中

22. 赛场两侧各有一名助理裁判或边审。除了判定攻踢球门外，都应留在边线边的界外。在攻踢球门时，他们应站在极阵内，门柱后方。
23. 助理裁判可以进入比赛面积举报犯规。这只能在下一个比赛停止时及裁判允许后完成。

### 信号示意

24. 助理裁判或边审各持有一把旗帜或类似物，来示意判决。
25. 示意射门结果：助理裁判或边审各站在一支球门柱边或后方。如果球越过横杆与两门柱之间时，他们将举旗标示进门得分。
26. 示意出界：
  - a. 当球或持球员出界或极阵出界时，助理裁判或边审举起旗帜。
  - b. 助理裁判或边审站在投球地点并指向投进的一队。
  - c. 当球被投进时，助理裁判或边审放下旗帜，但下列情况是例外的：
    - i. 当投球者把脚的任何部份踩进赛场时。
    - ii. 当非投球方投进球。
    - iii. 当快捷投进时，原出界的球已经被更换或，球出界之后，被出界的持球员或投球者以外的人士所碰触时。
  - d. 球是否从正确的地点被投进，是由裁判来判定而不是由助理裁判或边审来判定的。

### 27. 示意暴行:

- a. 赛事组织者可以赋予助理裁判举报暴行的权利。
- b. 助理裁判示意暴行或不当行为时, 将旗帜垂直于边线平举指向赛场。
- c. 如果助理裁判举旗示意暴行, 该助理裁判应留在边线外的界外, 继续执行其他职务直到下一次比赛停止时为止。
- d. 助理裁判可以应裁判的邀请进入比赛面积向裁判举报犯规事件。裁判随后将采取适当措施。
- e. 如果有球员因助理裁判的举发而被驱逐离场, 助理裁判在比赛后应尽快呈送有关该犯规事件的书面报告给裁判由裁判转送赛事组织者。

### 额外的人员

任何其他不遵守规则的人可能会被警告或罚下, 比赛组织者可能会对其提出不当行为的指控。

28. 受过适当培训和认可的急救或即时(场边)护理人员可以在任何安全的情况下进入比赛区域来照顾受伤的球员。
  - a. 可能会有两个医务人员, 一个在球场的一边, 他们可能会跟踪比赛。
  - b. 这些医务人员只能为他们治疗的球员运送和提供水。
  - c. 当球在现场比赛时, 医务人员不能上场或触摸球

**罚则: 比赛重新开始时的处罚**

29. 只要不妨碍比赛,下列人员可以进入比赛区域:

- a. 在比赛因球员受伤而暂停或达阵得分时,两名指定送水员。(注意:炎热天气指南可能会保证每半场有一次休息)
  - i. 在比赛中有23人的队伍,水童只有在达阵得分时才能进入比赛 — 得分方在自己半场10米线附近的区域。不得分的一方,可以将水带入球门或从死球线后取回。水童必须在附加攻门时离开。
  - ii. 在惩罚达阵时,任何水童不得进入场地。
  - iii. 只有在没有达阵得分的情况下,才应该在球场上的一个中立位置进行自然停赛,让球员得到水。当伤病发生时,水童必须在医生离开球场时离开球场。
  - iv. 球员可以在技术区和自己的死球线后面取水。如果水留在得分区域内这一特权将被取消。
  - v. 运水者不得是橄榄球队的主教练或总监。
- b. 一个人只携带一个球托和一个水瓶,(仅供踢球者使用),在一个队表示他们打算射门或一次达阵得分后。
- c. 半场休息时教练加入他们的球队。
- d. 在进入上述允许的比赛场地之前,这些额外的人必须一直呆在他们的技术区域内。在比赛进行中,包括在技术区,他们不得持球或触球。**罚则:比赛重新开始时的处罚**

30. 除了与球员治疗有关的医务人员外,其他人不得接近比赛官员,对其发表评论。

31. 替补席的管理可以委托给比赛组织者委派的场边经理。有关场边管理的资料可以在以下网址找到: <https://officiating.worldrugby.org>



### 原则

如果一队在对对手违例后获得利益，裁判可以继续比赛以保持比赛的顺利进行。

#### 1. 利益：

- a. 可能是战术性的。没有犯规的球队可以随心所欲地操弄球。
- b. 可能是地域性的。比赛向违规方的死球线前进。
- c. 可能是战术性和地域性的组合。
- d. 必须是明确和真实。仅仅获得优势的机会是不够的。

#### 2. 当出现下列情况时，利益结束：

- a. 裁判认为，非违规方已经获得了利益。裁判允许比赛继续；或
- b. 裁判认为，非违规方不可能获得利益。裁判停止比赛并对违规方实施罚则；或
- c. 非违规方在获得利益之前违规。裁判停止比赛并对第一项违规行为实施罚则。如果其中一项或两项违规行为是暴行，裁判会对违规行为运用适当的罚则；或
- d. 因违规球队第二次或之后的违例行为，而使非违规队无法获得利益。裁判停止比赛并允许非犯规队队长选择最有利的罚则。

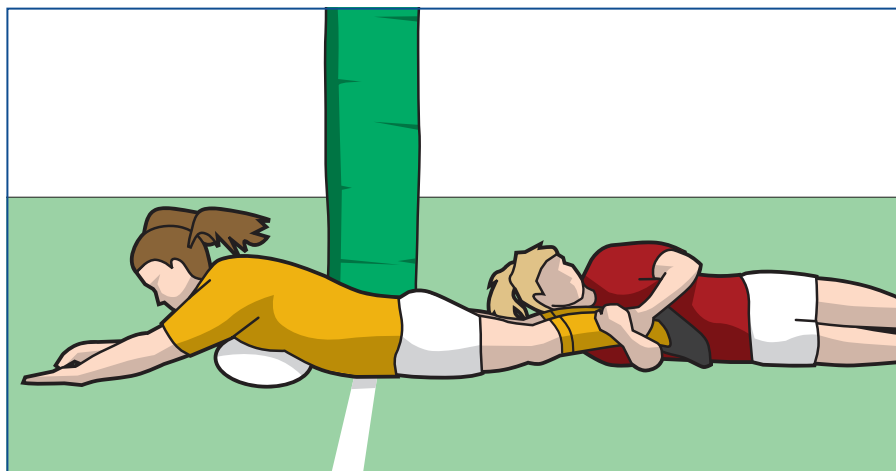
#### 3. 在以下情况下，不得使用利益规则，裁判必须立即鸣哨：

- a. 当球或持球员碰触到裁判，且任一球队因此获得利益。
- b. 球从scrum的隧道任一端口出来时。
- c. 当scrum被旋转超过90度。
- d. 当有球员在scrum中被扬升悬空或向上挤出scrum且没有任何支撑在地面时。
- e. 快捷投进，自由踢或罚踢执行不正确。
- f. 当球成为死球。
- g. 让比赛继续会有危险。
- h. 怀疑球员严重受伤。

1. 得分方法和得分值：
  - a. 达阵。**5分**。
  - b. 附加攻门。**2分**。
  - c. 惩罚达阵。**7分**。
  - d. 罚踢射门。**3分**。
  - e. 落地踢射门。**3分**。

## 达阵

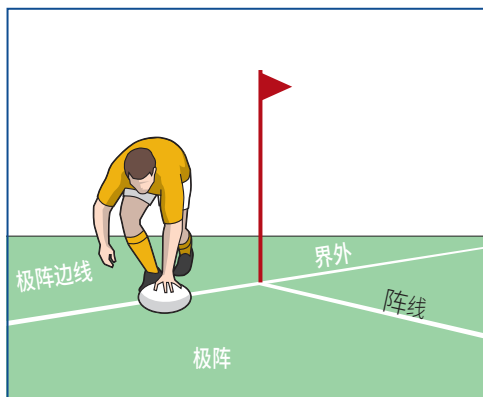
2. 进攻球员达阵得分：
  - a. 首先在对手的极阵内压球触地。
  - b. 当 scrum, ruck或 maul越过对方阵线, 首先压球触地。
  - c. 球员在阵线前被 tackle, 但惯性冲力将该球员带进对方的极阵区, 并首先压球触地。
  - d. 球员在对方阵线附近被tackle, 该球员能即刻伸出手压球触地时。
  - e. 球员在界外或极阵界外, 他只要不拿起球, 可以在对方极阵内压球触地。



压球触地



达阵得分 - 当scrum越过达阵线



达阵得分 - 球员在极阵界外

## 惩罚达阵

3. 如果没有防守队的暴行,或许已经达阵得分,或会在更好的地点达阵时,将在两球门柱之间判给惩罚达阵。犯规的球员必须被警告并短暂禁赛或被驱逐离场。无须附加攻门。

## 附加攻门, 罚踢射门及落地射门

4. 要取得任何成功的进球,必须在没有先碰到队友或地面的情况下将球踢越横杆和球门柱之间。
5. 如果球越过横杆并高过球门柱的高度,但相信球还是在两球门柱之间时,进球成功。
6. 如果球已经越过了横杆,被风吹回到赛场,得分成立。

## 附加攻门

7. 当达阵得分后,得分队就获得附加攻门权利,附加攻门可以用定点踢或落地踢。
8. 踢球者:
  - a. 使用原比赛球,除非该球有缺陷。
  - b. 附加攻门要在赛场内进行,通过达阵的地点且平行于边线。
  - c. 直接把球放置在地上或砂子、木屑或踢球垫上。踢球球员可以有竖球球员协助。使用其他形式的协助均不允许
  - d. 达阵获得承认后90秒(比赛时间)内踢球,即使球滚倒而必须再次放置球。  
**罚则:踢球不被允许。**
9. 踢球队除了帮扶球的队友外,其他人要在留在球后面,不可做任何事情以误导对手过快地封阻。**罚则:踢球不被允许。**
10. 如果球在踢球员开始预跑前倾倒,裁判员允许踢球员重新竖球。在重新竖球时,对方球员必须留在自己阵线后。
11. 如果球在踢球员开始预跑后倾倒,踢球员可在当时踢球或尝试落地射门。
12. 如果球倾倒而且滚离穿过达阵地点的线,而踢球员在当时把球踢越横杆,附加攻门得分成立。
13. 如果球在踢球员开始预跑后倾倒而且滚进界外,不准踢球。

## 附加攻门时的防守队

14. 所有防守方都必须退到自己阵线的后方,而且在踢球员预跑或向任何方向跑动去踢球前都不许踩越阵线。防守方须等到踢球员开始踢球动作时,才可以封阻或跳跃去阻止进门得分,但身体被其他球员支撑的动作是不受允许的。
15. 在射门时,防守队是不许叫喊的。  
**罚则:**如果防守队违规,但攻门成功,进门得分成立。如果射门失败,踢球员可以重新踢球而且方守队是不允许封阻的。当重新踢球被允许时,踢球员可以重复全部准备动作。踢球员也可以改变踢球方式。
16. 如果球在踢球员开始预跑后倾倒,防守方是可以继续封阻的。
17. 如果防守队碰触到球,但射门成功,进门得分成立。

### 罚踢射门

18. 罚踢得分可由罚踢射门取得。
19. 踢球队必须毫不拖延地表明他们打算攻踢球门的意图。
20. 如果球队向裁判表示踢球射门的意图，他们必须踢球射门。踢球的意图可以传达给裁判，或通过踢球垫或沙子的到来，或者当球员在地面上做出标记来示意。
21. 在球队表示射门意图后60秒内（比赛时间）必须踢球，即使球滚倒并且必须再次放置球。**罚则：踢球不被允许，scrum被授予。**
22. 如果踢球员向裁判表明了射门的意图后，防守方必须从踢球员开始踢球到踢球结束为止，保持双手下垂站立不动。
23. 如果踢球者没有示意攻踢球门的意图，但利用落地射门成功，得分成立。
24. 踢球员直接把球放置在地上或砂子、木屑或踢球垫上。踢球球员可以有竖球球员协助。使用其他形式的协助均不允许。**罚则：Scrum**
25. 任何故意碰触球的球员试图阻止进球，都是非法触球。
26. 在射门时，防守队是不许叫喊的。
27. 如果防守队违规，但射门成功，进门得分成立并不会再获得另一个罚踢。如果射门失败，踢球队可以在原罚踢点前10公尺处再获得一个罚踢。**罚则：罚踢**

### 落地踢射门

28. 一般比赛中，落地踢射门得分可由落地踢取得。
29. 球队得到自由踢时（包括选择scrum或lineout来取代），不可以直接落地踢射门得分，要等到球再次成为死球或对方球员操弄球，碰触球或持球员被tackle以后。任何这样的踢球都被认为是失败的，比赛继续。

## 原则

犯规的球员必须被警告或暂时停赛或驱逐离场。

## 阻碍

1. 当球员与对方球员奔跑争球时,除肩肩相擦以外,不许冲阻或推挤对方。
2. 越位球员不得故意阻挡对手或妨碍比赛。
3. 球员不得故意阻止对手tackle或试图tackle持球者。
4. 球员不得故意阻止对手有操弄球的机会,除非争夺占有权。
5. 持球者不得故意利用越位的队友来阻挠对方。
6. 死球时,禁止阻挡或以任何方式干扰对方。

**罚则:罚踢**

## 不公平的比赛

7. 球员不得:
  - a. 故意违犯任何规则。
  - b. 故意用手或臂将球拍击,放置,推或扔出比赛面积。
  - c. 做任何行为,让裁判员认为是对方球员犯规。

**罚则:罚踢**

- d. 浪费时间。**罚则:自由踢。**

## 重复违规

8. 球队不能重复违犯同一规则。
9. 球员不许重复违犯任何规则。

**罚则:罚踢**

10. 同一球队中不同球员重复违犯同一规则,裁判若认为是重复违规,必须警告该球队,再有相同犯规,违规球员将被短暂停赛。

### 危险比赛

11. 球员不得做任何鲁莽或对他人有危险的事情, 包括用肘或前臂领先, 或跳入或越过铲 Tackler
12. 球员不许在身体上或语言上凌辱任何人。身体的凌辱包括但不限于: 咬伤, 殴打, 眼睛或眼睛周围的接触, 使用手臂的任何部分, 肩膀, 头部或膝盖来打击对手, 践踏, 绊倒或踢。
13. 球员不许过早, 太迟或危险地 tackle 对手。危险的 tackle 包括但不限于, tackle 或企图 tackle 对手的肩线以上, 即使 tackle 是由肩线以下开始的。
14. 球员不得 tackle 没有控球权的对手。
15. 除了 scrum, ruck 或 maul 之外, 任何没有控球的球员都不得捉着, 推, 冲阻或阻挡未控球的对手。
16. 球员不许冲阻或冲撞对方持球员, 而不尝图抓住该球员。
17. 球员不许 tackle, 冲阻, 拉, 推或抓双脚离地的对手。
18. 球员不许将对手从地面抬起, 并摔落或推撞对手, 使其头部和/或上半身与地面接触。
19. Scrum 中的危险比赛。
  - a. 前排球员不许以一段距离来冲撞对方前排的球员。
  - b. 前排球员不许拉对方。
  - c. 前排球员不许故意扬升对方前排球员使他们双脚离地或把他们向上挤出 scrum。
  - d. 前排球员不许故意让 scrum 崩塌。
20. Ruck 或 Maul 中的危险比赛。
  - a. 球员不许向 ruck 或 maul 冲撞。冲撞包括在 ruck 或 maul 中没有任何夹扎到其他球员的接触。
  - b. 球员与对手接触时不许超过肩线以上。
  - c. 球员不许故意让 ruck 或 maul 崩塌。
  - d. 球员可以通过向后推/推 (包括抓住膝盖/腿) 将抢断者从 tackle 区离开, 但不得翻滚、拉扯或扭动对手。
  - e. 球员不得将身体重心落在对手身上或瞄准下肢。
21. 球员不许报复。
22. 球队不许使用‘飞劈挡人’。
23. 球员不许试图从持球者手中踢球。

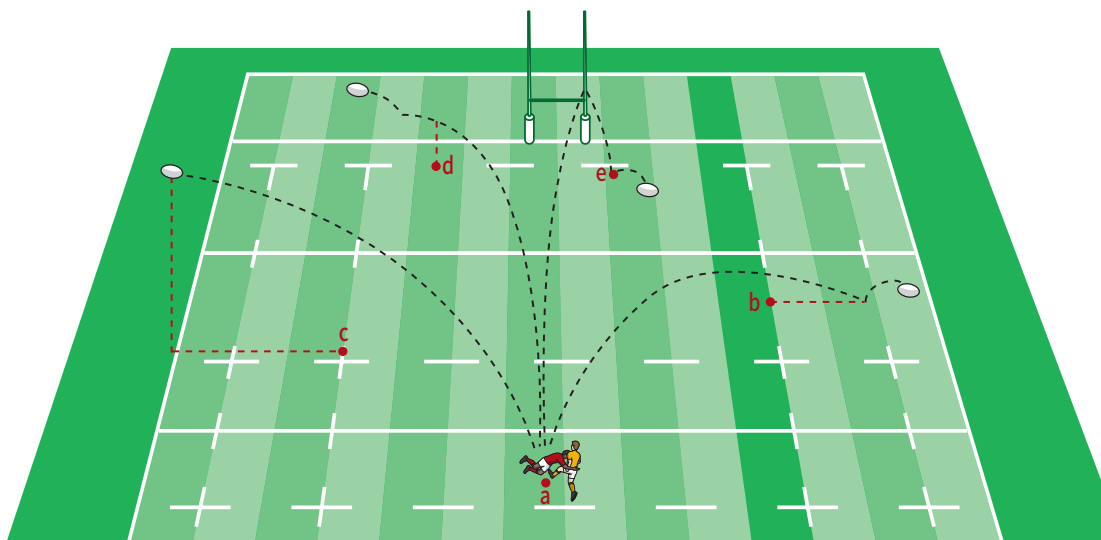
24. 持球者被允许用手推挡对方球员, 但不许使用过度的力量。

**罚则:** 罚踢

25. 球员不许故意冲阻或阻碍刚踢完球的对方球员。

**罚则:** 罚踢。非违规队可以选择罚踢:

- a. 违规的地方;
- b. 或球落地或接着比赛之处, 但距离边线不少于15公尺; 或
- c. 如果球直接出界, 在15公尺在线与球穿过边线的位置一致; 或
- d. 如果球落在极阵内, 极阵边线出界或越过球死线, 距离阵线5公尺相对应球穿过阵线, 但距离边线至少15公尺; 或
- e. 如果球击中球门柱或横杆, 球落地之处。



过迟冲阻踢球员

26. 在一般比赛中, 任何球员都可以托举或支撑队友。该球员必须在任何一个球队赢球后立即安全地将队友放回地面。**罚则:** 自由踢。



### 不当的行为

27. 球员不许做出违反运动精神的任何动作。
28. 球员必须尊重裁判的权威。他们不应反驳裁判的判决。当裁判鸣哨停止比赛时，他们必须立即停止比赛。

**罚则：罚踢**

### 黄牌及红牌

29. 当球员被警告并短暂禁赛10分钟时，裁判会向该球员出示一张黄牌。如果该球员再次违犯黄牌的罪行，则必须将该球员驱逐离场。
30. 当球员被驱逐离场时，裁判会向该球员出示一张红牌，球员将不能再参加余下的比赛。被驱逐离场的球员不得被更换。

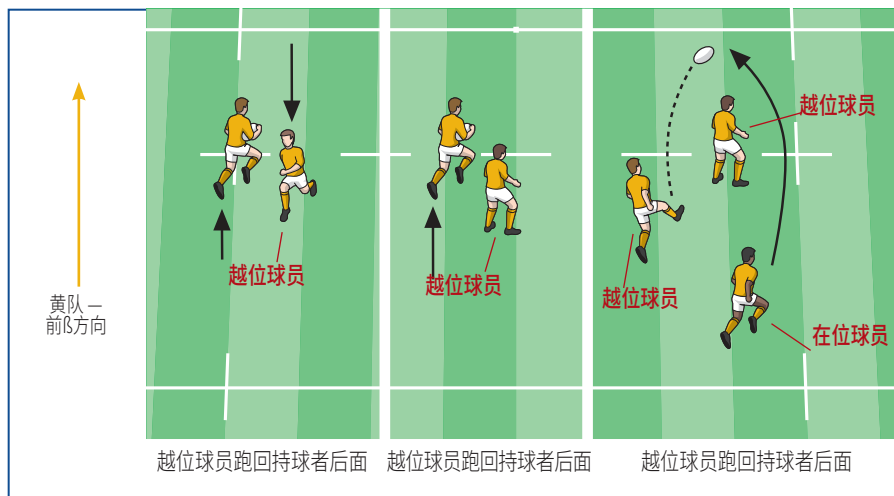
## 原则

只有在位的球员才能参与比赛。

## 一般比赛的越位及在位

1. 如果球员位于持球队友、或者最后操弄球的队友的前方，则该球员在一般比赛中越位。越位球员不得干扰比赛。这包括：
  - a. 操弄球。
  - b. Tackle持球者。
  - c. 阻止对手按他们的意愿操弄球。
  - d. 在越位位置徘徊
2. 球员会在比赛面积的任何地方越位。
3. 接到无意前传的球员并不是越位。
4. 越位球员可能会受到惩罚，如果该球员：
  - a. 不努力后退并干扰比赛，或
  - b. 朝球的方向前进，或
  - c. 在踢球队友前面，没有立即退回到在位队友之后，或离接球对手或球的落点10公尺处的假想线之后，即使球首先碰到球门柱或横杆。如果这涉及不只一名球员，则最接近球的落点或接球者的球员将被惩罚。这就是所谓的10公尺规则，如果球被碰触或被对手操弄，仍然适用，但不适用于当踢球被封阻时。**罚则：**非犯规队可以选择：
    - i. 在犯规的地点罚踢；或
    - ii. 在犯规队最后操弄球的地点Scrum。
5. 如果球员不能避免被球或被持球队友碰触，球员为意外地越位。只有在违例队获得利益时，比赛停止。**罚则：**Scrum
6. 任何越位的球员可以被置于在位当该球员
  - a. 移动到最后一操弄球的队友身后；或
  - b. 移动到在位的队友身后。
7. 除了根据规则10.4c外，越位球员可以在下列情况下被置于在位：
  - a. 当在位的队友越过越位的球员时，且该球员要在或重新进入比赛面积内。
  - b. 该球员的对手：
    - i. 踢球；或
    - ii. 有意地碰触球而没有占有球。

8. 根据规则10.4c越位球员不能因为对手的任何行为或动作而被置于在位, 除非是封阻球。



因队友的动作而在位

## 从 RUCK, MAUL, SCRUM或争边球的退后

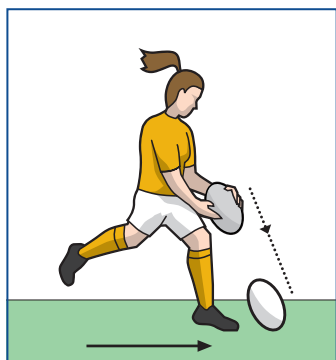
9. 球员在 ruck, maul, scrum或 lineout中越位, 即使ruck, maul, scrum或 lineout结束后仍是越位。
10. 只有在下列情况球员才能被置于在位:
- 球员立即回到适用的越位线后面;或
  - 对方球员持球向任何方向跑越5公尺;或
  - 对方球员踢球。
11. 越位球员可能会受到惩罚, 如果该球员:
- 没有立即后退及从被置在位而获得更有利的位置中得益;或
  - 干扰比赛;或
  - 朝着球移动。

**罚则: 罚踢**

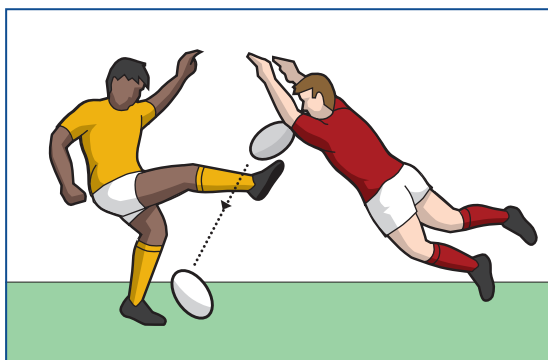


## 前掉

1. 前掉可能发生在比赛面积的任何地方。
2. 如果一个球员tackle对方时与球发生接触，球离开持球员的手后向前运行，这是一个前掉。**罚则**:Scrum。(如果球出界，非违例方可以选择快捷投进或争边球)
3. 球员不许故意用手或臂把球拍向前。**罚则**:罚踢
4. 如果在试图接球的情况下，如果球员有合理的被理解可以获得控球权，这不是故意前拍。
5. 如果出现以下情况，并不是前掉，比赛继续：
  - a. 球员在对手踢出球后立即拍挡使球向前（封阻）。
  - b. 如果球员拉扯球或把球从对手的手里打掉，球离开持球者的手或手臂后往前运行。



前掉



封阻

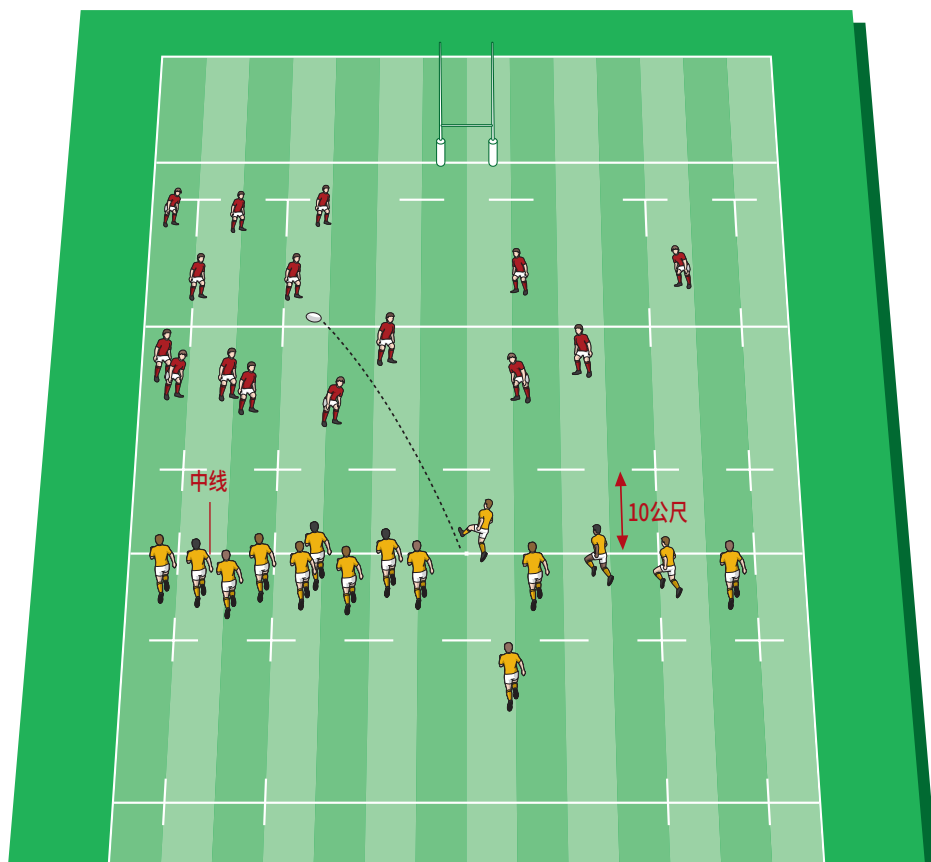
## 前传

6. 前传可能发生在比赛面积的任何地方。**罚则**:Scrum
7. 球员不能故意向前抛球或传球。**罚则**:罚踢

## 原则

开球是用来开始每个半场的比赛或延时加赛。重新开始开球用于恢复比赛。

1. 所有的开球和重新开始开球都是落地踢。**罚则：**非踢球队可选择重新踢球或 scrum。



开球

### 开球和得分后的重新开始开球

2. 在中线的中央或后面开球。**罚则**:非踢球队可选择重新踢球或scrum。
3. 比赛开始时开球队对手,开始下半场的开球。
4. 在球队得分后,他们的对手在中线的中央或后面重新开始比赛。**罚则**:非踢球队可选择重新踢球或scrum。
5. 当球被踢时:
  - a. 踢球员的队友必须要在球的后面。**罚则**:Scrum
  - b. 对方球员必须在10米线上或之后。**罚则**:重踢
6. 球必须达到10公尺线。**罚则**:非踢球队可选择重新踢球或scrum。
7. 如果球到达10公尺线但是被风吹回,或如果对手在球到达10公尺线之前先操弄球,比赛继续。
8. 如果球直接出界,非踢球队选择下列之一:
  - a. 重踢。
  - b. Scrum。
  - c. 争边球。
  - d. 快捷投进。
9. 如果球在没有接触到任何球员被踢入对手的极阵内,且对手立即压球触接地或球越过死球线,那么非踢球队可以选择重踢或scrum。
10. 如果球被踢入球队自己的极阵内,被自己的球员操弄成死球或者在进入极阵后变成死球,那么非踢球队就可以获得一个五公尺scrum。

## 其它重新开始开球(反攻踢)

11. 当一个不成功的罚踢射门或落地踢射门的尝试或被防守队在极阵压球触地变成死球,又或者球从这些尝试中通过极阵变成死球时,比赛将以 22 米的反攻踢重新开始。
12. 在以下情况下,阵线反攻踢将重新开始:
  - a. 球被进攻球员踢入球门,然后被对手抱起、触地或以其他方式合法地形成死球。
  - b. 除了开球,得分后的重新开始开球,落地踢射门,反攻踢或罚踢射门的尝试之外的进攻性踢球,被防守方对在自己的极阵内压球触地。
  - c. 进攻球员在对方极阵区内前掉。

**重新开始开球的类型:** 22米反攻踢

**踢球的位置:** 在防守球队的22米线上或之后

**约束线:** 22米线

**重新开始开球的类型:** 阵线反攻踢

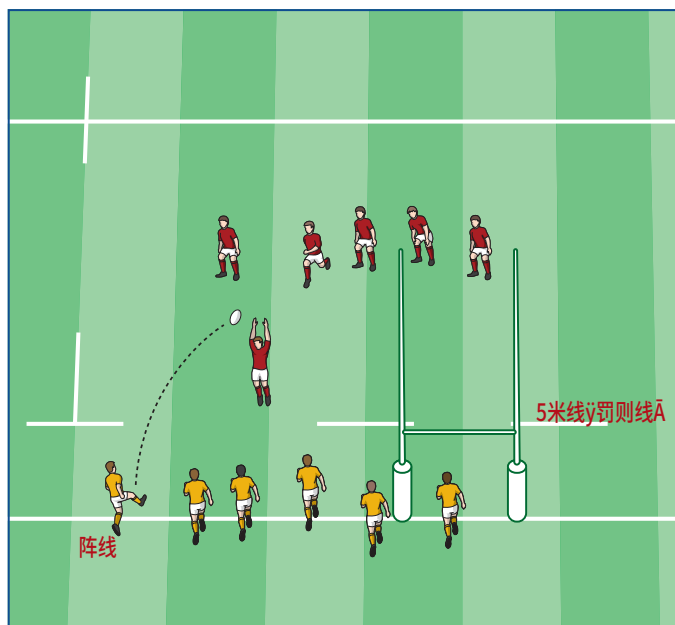
**踢球的位置:** 在防守球队的阵线上或之后

**约束线:** 5米线

13. 反攻踢:
  - a. 在表中指定的位置开始。**罚则:** Scrum
  - b. 不能延迟踢球。**罚则:** 自由踢。
  - c. 必须越过表中指定的约束线。**罚则:** 非踢球队可选择重新踢球或scrum。
  - d. 不能直接出界。**罚则:** 非踢球队选择下列之一: 重开反攻踢;或Scrum;或争边球;或快捷投进。
14. 在球被踢出之前,对手不得超越约束线。**罚则:** 自由踢。
15. 处于约束线前的对手不得拖延或阻碍反攻踢。**罚则:** 罚踢
16. 如果球越过约束线,但被风吹回来,比赛继续。



17. 如果球没有越过约束线, 可以运用利益规则。
18. 如果反攻踢在没有接触任何球员的情况下进入对手的极阵, 且对手立即压球触地或球在极阵出界或越过死球线, 非踢球队可以选择重踢或scrum。
19. 队友在踢球时必须球的后面。在球被踢的时候在球前面的球员可能会受到惩罚, 除非他们后退及没有干扰比赛, 且直到因队友的行为成为在位。 **罚则: Scrum**



阵线反攻踢

## 原则

比赛是由双脚站立的球员来进行的。

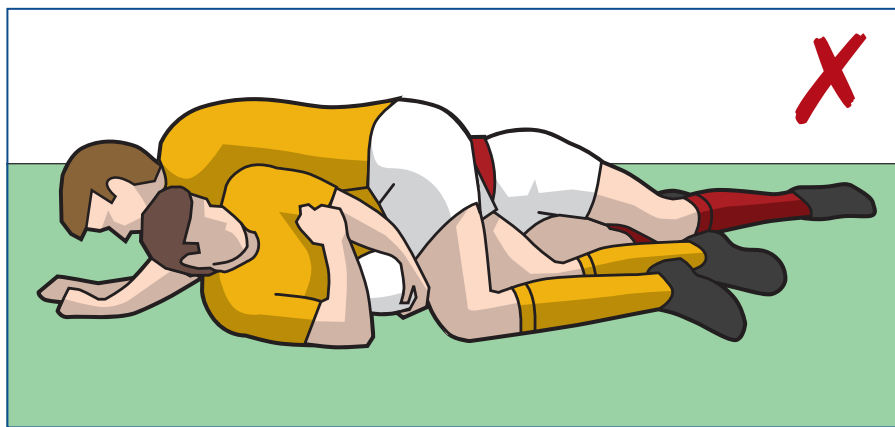
1. 球员, 倒到地上或带球倒地, 必须立即:
  - a. 拿球站起来; 或
  - b. 操弄球 (不包括踢); 或
  - c. 放开球。

### 罚则: 罚踢

2. 当球被传出或把球放开后, 球员必须立即起身或离开球的范围。罚则: 罚踢
3. 一名球员在比赛场地的地面上, 无球即退出比赛, 必须:
  - a. 允许双脚站立对手操弄球或争取控球。
  - b. 不能操弄球。
  - c. 不能tackle或试图tackle对手。

### 罚则: 罚踢

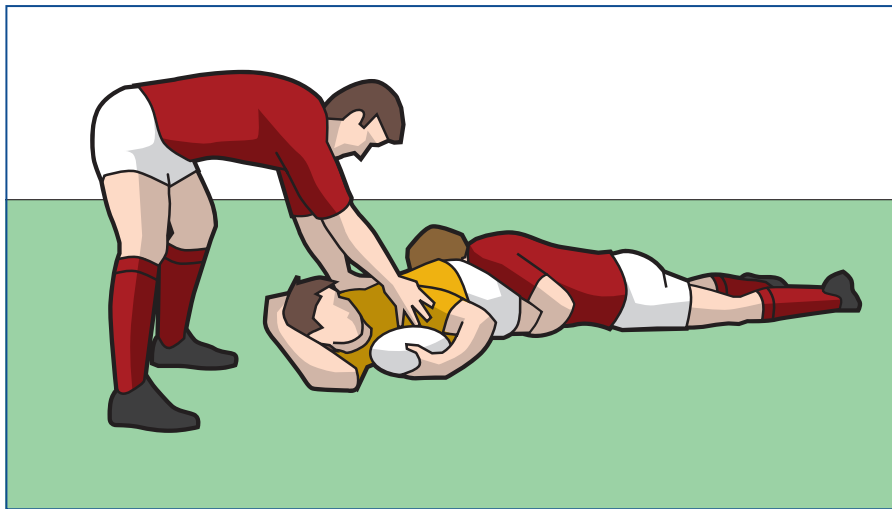
4. 球员不许故意倒到或倒越拥有球或在球附近的倒地球员身上。罚则: 罚踢



球员不许倒到或倒越被tackle的球员身上

### 原则

Tackle 可以在赛场的任何地方发生。参与tackle的球员的行为必须确保公平的比赛,并允许球立即可被操弄。



Tackle

### TACKLE的要求

1. Tackle的发生,持球者被一个或多个对手擒抓并被带到地上。
2. 被擒抓倒地意味着持球者躺,坐或至少单膝跪在地上或倒地的球员之上。
3. 被擒抓意味着行tackle的球员必须持续抱住持球者直到持球者倒到地面上。

## TACKLE中的球员

4. Tackle中的球员：
  - a. 被Tackle的球员。
  - b. 行Tackle的球员。
  - c. 其他：
    - i. Tackle中抱着持球者,但并未倒地的球员。
    - ii. 到达tackle来争抢球权的球员。
    - iii. 已经在地上的球员。

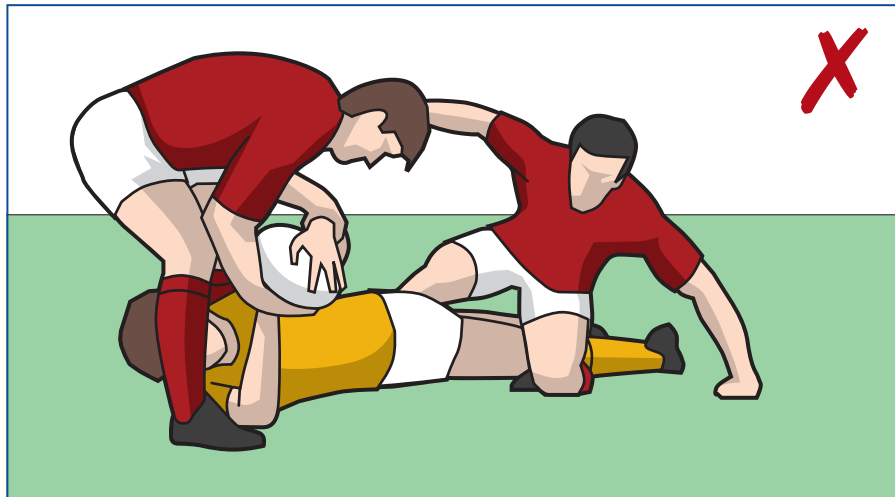
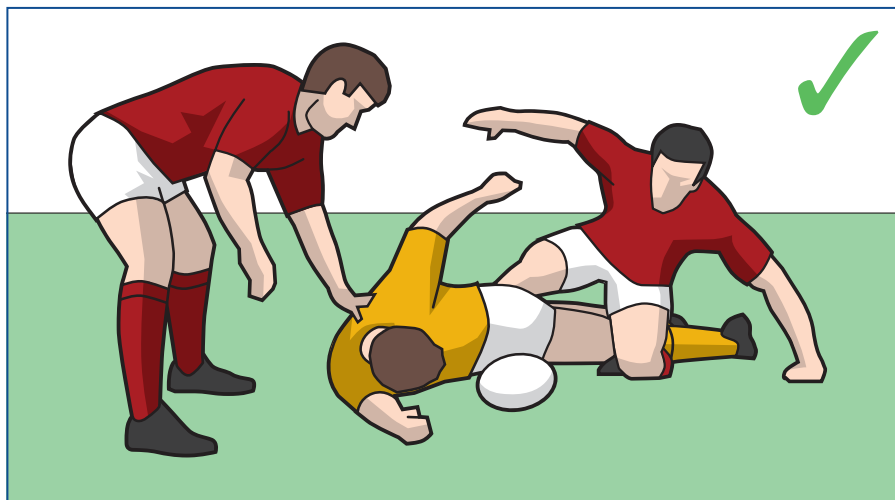
## 球员的义务

5. 行Tackle的球员必须：
  - a. 双方球员倒地后立即松开球和持球者。
  - b. 立即离开被tackle的球员和球或起身站立。
  - c. 在试图操弄球之前先双脚站立。
  - d. 允许被tackle的球员释放球或操弄球。
  - e. 允许被tackle的球员离开球。

### 罚则: 罚踢

6. 如果他们遵守了上述责任,并且ruck还没有形成,那么行tackle的球员可以从他们自己的阵线的方向来操弄球。
7. 被Tackle的球员必须立即：
  - a. 通过除向前以外的任何方向释放球,传球或推动球,使球可以被操弄让比赛持续。他们可以把球放置在任何方向。
  - b. 离开球或起身站立。
  - c. 确保他们不会躺在,躺越或靠近球,以妨碍对手争取获得球权。

### 罚则: 罚踢

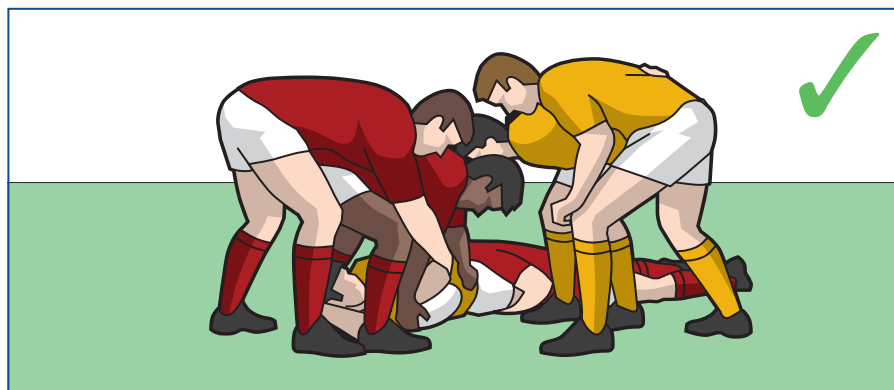


被tackle的球员必须即刻放球

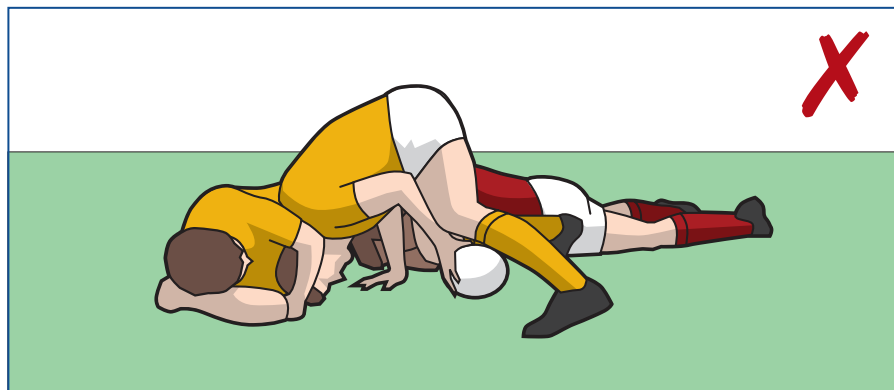
## 8. 其他球员必须：

- a. 保持双脚站立, 并立即放开球和持球者。
- b. 保持双脚站立来操弄球。
- c. 在操弄球之前从自己的阵线方向进入tackle。
- d. 当倒在tackle附近地上时不能操弄球或试图tackle对手。
- e. 不得将被tackle的对手翻滚、拉拽或扭倒在地

### 罚则: 罚踢



在tackle后, 所有这些球员要操弄球, 都必须两脚站立



球员在tackle处非两脚站立而操弄球

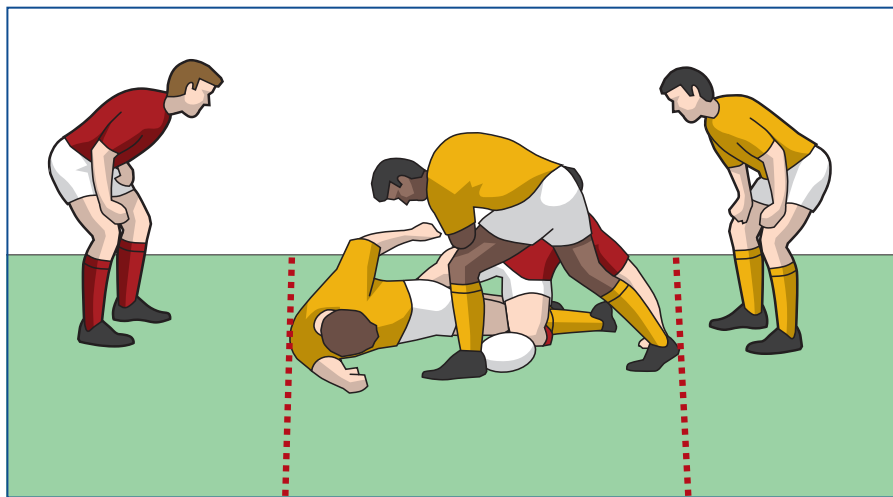


球员在tackle处非两脚站立而操弄球

9. 任何获得控球权的球员：
- 必须立即通过带球离开、或传球或踢球来操弄球。
  - 必须双脚站立，不要在倒到或tackle附近的地上，除非被对方tackle。
  - 可以被Tackle，行tackle的球员要从自己的阵线方向进入。

**罚则：罚踢**

10. 当至少有一名球员站立并且遮盖在地上的球时，越位线成立。每个球队的越位线为在tackle中的任何球员或站立遮盖球的球员的最后一点，并与阵线平行。如果该点在阵线上或在阵线之后，则该队的越位线为阵线。



球员站立遮盖地上的球,越位线成立

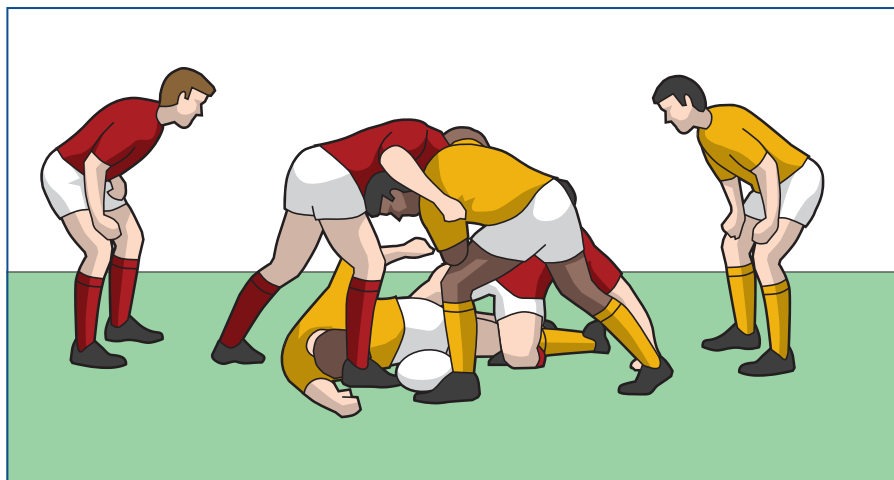
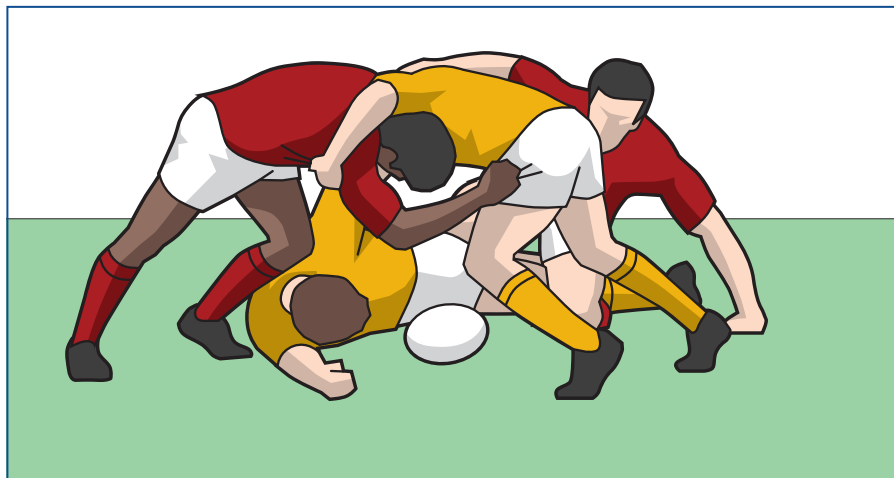
11. Tackle在下列情况下结束:

- a. Ruck的形成。
- b. 任何一队双脚站立的球员获得控球权并离开或传球或踢球。
- c. 球离开tackle区域。
- d. 当球无法被操弄时,如果怀疑球员不符合规则规定,裁判会判给scrum。踢球方是裁判鸣哨停止比赛前向前推进的球队,如果没有球队向前推进的话,进攻队投进。



## 原则

Ruck的目的是让球员竞争在地上球。



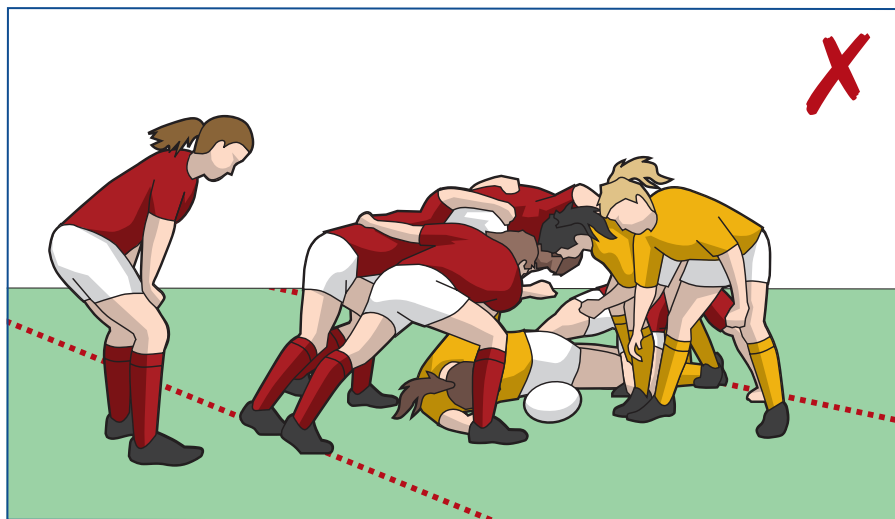
Ruck

## RUCK的组成

1. Ruck只有在赛场才能发生。
2. 当每队至少一名球员双脚站立, 围绕着地上的球相互接触时, Ruck形成。
3. 参与ruck的球员在任何时候必须使他们的头和肩膀不低于他们的臀部。 **罚则: 自由踢。**

## RUCK中的越位

4. 每个球队都有一条越位线, 通过任何参与RUCK的最后一点与阵线平行。如果该点位于阵线上或阵线之后, 该球队的越位线是阵线。



在Ruck中, 越位线是穿过任何一队最后一名球员的最后点。右边黄色球衣的球员越位。

### 加入RUCK

5. 到达ruck的球员必须双脚站立,从他们的越位线后面加入。
6. 球员可以并排,但不能从最后面球员的前面加入。
7. 球员必须夹扎到队友或对手。夹扎必须在与身体的任何其他部分接触之前或同时进行。
8. 球员必须立即加入ruck或退到越位线之后。
9. 已加入ruck的球员可脱离ruck并重新加入ruck,前提是他们要从在位的位置加入。

**罚则:罚踢**

### RUCK进行中

10. 占有球权可以通过Ruck争球或将对方推越球来赢得。
11. 一旦ruck形成,没有球员可以用手操弄球,除非他们能在ruck形成之前已经将手放在球上并保持双脚站立。
12. 球员必须努力在整个ruck中保持双脚站立。
13. 所有加入ruck的球员都必须被抓住或夹扎在一起,而不仅仅是在站旁边。
14. 球员可以用脚操弄球,只要他们以安全的方式进行。
15. 在地上的球员必须尝试离开球,不能操弄在ruck中的或即将浮现的球。
16. 球员不得:
  - a. 用双腿把球夹起来。
  - b. 故意让ruck崩溃,或跳到ruck上。
  - c. 故意踩在另一名球员身上。
  - d. 当球落在地面上时,落在或越过球。
  - e. 踢,或尝试将球踢出ruck。

**罚则:罚踢**

- f. 把球送返ruck中。
- g. 在ruck未结束时,不许采取任何动作让对手以为ruck已经结束。

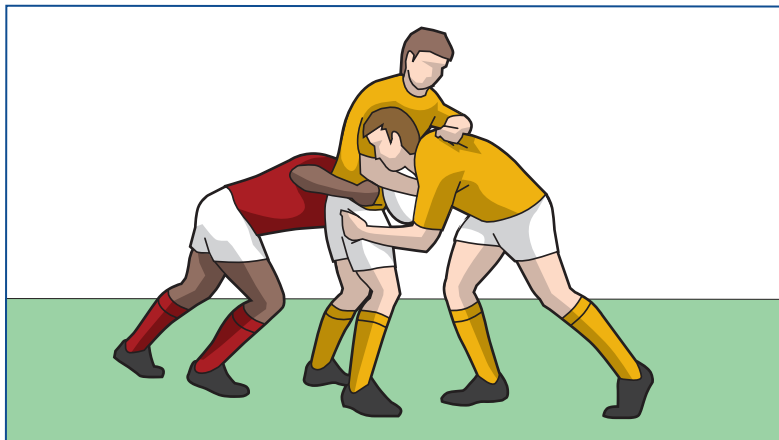
**罚则:自由踢。**

### RUCK的结束

17. 在RUCK时, 当球已经被一个球队清楚地赢得了, 且球可以被操弄, 裁判会喊“use it”, 球必须在五秒钟内被操弄。 **罚则: Scrum**
18. 当球离开ruck, 或者当ruck中的球在阵线上或越过阵线时, ruck结束且比赛继续。
19. 当球不能被操弄时, Ruck结束。如果裁判认为在合理的时间内球不能浮现, 就会判给scrum。

## 原则

Maul的目的是让球员们争夺被持抱着且不在地上的球。



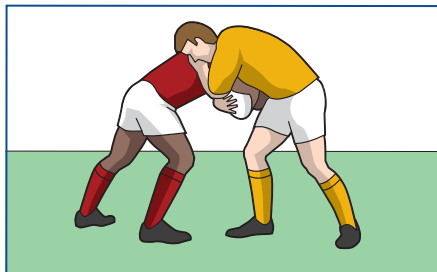
Maul

## MAUL的组成

1. Maul只能在赛场内发生。
2. 它由一名持球队员和每队至少一名队员组成，他们被绑在一起，站着。从持球人手中抢球的球员必须与该球员保持对抗，直到他们将球转移出去。

### 罚则：罚踢

3. 一旦maul形成，maul必须向阵线移动。



Maul 没有形成

## MAUL的越位

4. 每个队都有一条越位线, 通过参与maul的球员的最后一只脚与阵线平行。如果最后一只脚在阵线上或阵线后面, 该球队的越位线是阵线。
5. 球员必须立即从在位的位置加入或退回越位线。 **罚则: 罚踢**
6. 球员离开maul必须立即退回越位线。这些球员可以重新加入maul。 **罚则: 罚踢**

## 加入 MAUL

7. 加入maul的球员必须:
  - a. 从在位的位置加入。
  - b. 夹扎到maul中的最后一名球员。**罚则: 罚踢**
  - c. 头部和肩膀不得低于臀部。 **罚则: 自由踢。**

## MAUL进行中

8. 只要持球者能够立即使球可以操弄, 可以带球倒地。 **罚则: Scrum**
9. 所有其他的球员都必须努力保持双脚站立。
10. 一个Maul中的所有球员都必须被夹杂在其中, 而不仅仅是在它旁边。持球的球员不得在比赛中滑行或向后移动。**罚则: 罚踢**
11. 球员不得:
  - a. 故意让maul崩溃, 或跳到maul上。
  - b. 试图将对手从maul中拖出。**罚则: 罚踢**
  - c. 当maul尚未结束时, 不许采取任何动作让对手以为maul已经结束。**罚则: 自由踢。**
12. 当非控球队的球员故意离开maul, 使得该球队没有任何球员留在maul中, maul继续。

13. 当非控球队的球员故意离开maul,他们可以重新加入maul,只要第一个球员与控球队的最前面的球员夹扎。**罚则:罚踢**
14. 当maul停止向阵线移动超过5秒钟,但球有被移动且裁判可以看到球时,裁判会指示球员操弄球。控球的球队必须在合理的时间内操弄球。**罚则:Scrum**
15. 当maul停止向阵线移动,maul可以重新开始向阵线移动,但要在五秒钟内完成。如果第二次停止,但球有被移动且裁判可以看到,裁判指示球员操弄球。控球的球队必须在合理的时间内操弄球。**罚则:Scrum**

### MAUL的结束

16. 当maul结束且比赛继续时:
  - a. 球或持球者离开maul。
  - b. 球在地上。
  - c. 当球在阵线上或球越过阵线时。
17. 在下列情况下,maul不成功结束:
  - a. 球变得无法被操弄。
  - b. Maul崩溃(不是由于暴行)。
  - c. Maul不能向阵线移动超过5秒钟且球不能浮现。
  - d. 持球者带球倒到地上,球不能立即被操弄。
  - e. 球可以被操弄,裁判喊“use it”且并没有在五秒钟内操弄球。

#### **罚则:Scrum**

18. 在一般比赛中如果球员直接接住对方球员的踢球后maul立即形成,在上述情况下maul无法成功的结束,scrum会判给接球方。

## 原则

一种在球员自己的22内通过直接接住对手踢来的球停止比赛的方式。



## MARK的取得

1. 为了得到一个mark, 球员必须：
  - a. 在接球时或在空中接球落地时, 至少有一只脚在自己的22公尺线上或线后; 和
  - b. 在球碰到地上或其他球员之前, 直接接到飞越22公尺线垂直面的对手的踢球; 和
  - c. 同时喊“mark”。
2. 即使球被接住前击中球门柱或横杆, 球员也可以取得mark。
3. 当mark被正确取得时, 裁判立即停止比赛, 并判给控球队一个自由踢。
4. Mark不得从开球或得分后的重新开始开球做成。



### MARK之后重新开始比赛

5. 球员取得mark后会获得自由踢(依照规则20)。
6. 如果球员在要mark点的同时受伤,并且无法在一分钟内做出自由踢,。队友可以要自由踢
7. 自由踢在以下位置进行: Mark的地点自由踢的位置22公尺之内在相对应mark取得的地点,但距离阵线至少五公尺。极阵内在相对应取得mark的五公尺在线。

Mark的地点	自由踢的位置
22公尺之内	在相对应mark取得的地点,但距离阵线至少五公尺。
极阵内	在相对应取得mark的五公尺在线。

## 原则

赛场的边界被称为边线。当比赛到达边线时,球出界并变成死球。  
快捷投进和争边球是在球或持球员出界后把球投进重新开始比赛的方法。

## 出界或极阵出界

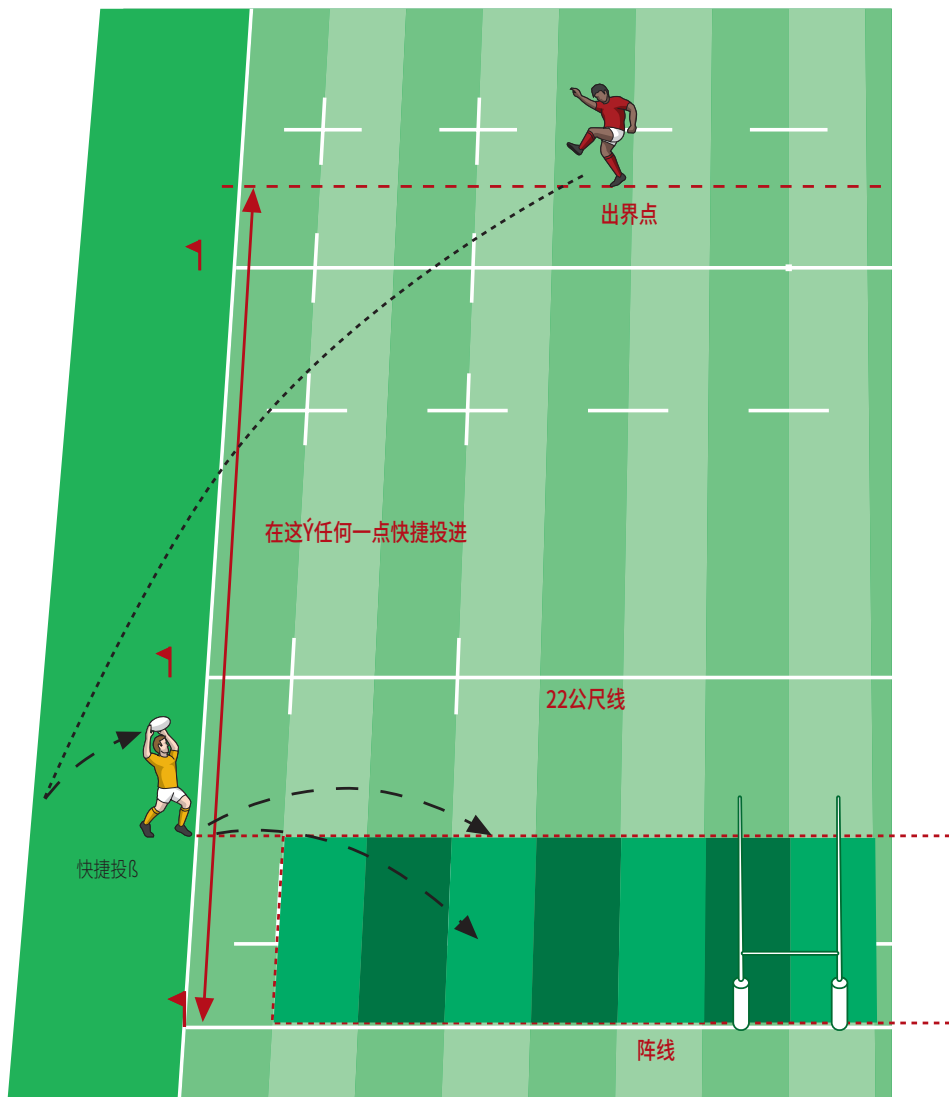
1. 在以下情况下,球出界或极阵出界:
  - a. 球或持球者接触边线、极阵边线或界线外的任何东西。
  - b. 已经接触边线、极阵边线或界线外任何东西的球员,接住或持有球。
    - i. 如果球在被接住时已经触及界线重直平面,接球球员不被认为带球出界。
    - ii. 如果球未触及界线重直平面时已被接住或拿起,无论球是滚动还静止的,接球球员被认为带球出界。
2. 如果出现以下情况,球没有出界或极阵出界:
  - a. 球触及到出界平面,但被在比赛面积上的球员接住,拍击或踢。
  - b. 无论球是否触及出界平面,球员从比赛面积内或外跳起,并接住球,然后落在比赛面积内。
  - c. 无论球是否触及界线重直平面,球员从比赛面积内跳起,在落到界外或极阵界外之前将球拍(或接住并释放)回比赛面积。
  - d. 只要球没有触及出界平面,在界外的球员踢或拍击球,但没有持球。

### 快捷投进

3. 球员带球出界必须立即释放球, 以便快捷投进。**罚则: 罚踢**
4. 快捷投进时, 球应按下列条件被投进:
  - a. 在出界点及己方阵线之间; 及
  - b. 平行于或朝向己方阵线投进; 及
  - c. 使球在接触地面或碰触球员之前飞越五公尺线; 及
  - d. 球员的双脚在赛场之外。

### **罚则: 选择争边球或Scrum。**

5. 如果出现以下情况, 快捷投进将不被允许, 且争边球将判给同一支队伍:
  - a. 争边球行列已经形成, 或
  - b. 球出界后被除投球者或带球出界的球员之外的其他人士碰触; 或
  - c. 球不是原出界球。
6. 球在被操弄前必须飞越五公尺线, 在此之前球员不能阻止球飞越五公尺。**罚则: 自由踢。**
7. 如果出界点在22公尺线以外, 防守队可以在22内快捷投进, 但会被认为是自己带球进入22公尺线。



快捷投进

## 争边球

8. 如果比赛重新由争边球开始, 哪个球队投进的决定如下:

a. 一般

事件	出界点的位置	谁投进
球员在己方的半场踢球进入对方的22米区域且间接出界。球队没有将球带入自己的半场, 或在半场内发生了Tackle、Ruck或Maul, 或者对手在半场内碰到球。这种变化不适用于开球或任何类型的重新开始踢球。	当球碰触边线	踢球方
持球者带球出界或踢球间接出界(除了从己方半场踢球至对方的22米区域且出界)。	球员或球出界或界外的触地点。	对手
球员无意拍击, 传或扔出界	当球碰触边线	对手
球碰触球员后直接出界。	球触及边线的位置或边线上最接近球碰触球员位置的点, 以更接近最后碰触球者的阵线为准。	对手
球碰触球员后弹地出界。	当球接触边线	对手
在界外的球员, 接住或拿起触及界线重直平面的球。	球飞越界线重直平面的位置。	接住或拿起球的球员的队。
在界外的球员, 接住或拿起未触及界线重直平面的球。	球员所在之地点	对手
在界外的球员, 接住或拿起未触及界线重直平面的球。	球员所在之地点	对手

## b. 开球或重新开始开球时球直接出界

事件	出界点的位置	谁投进
开球或得分后的重新开始开球直接出界。	如果出界选项被采用, 则出界点是球接触边线的位置或中线, 以更接近踢球者的阵线为准。	非踢球方
反攻踢直接踢出界	如果出界选项被采用, 则出界点是球接触边线的位置或反攻踢的约束线, 以更接近踢球者的阵线为准。	非踢球方

## c. 球由罚踢踢出界

事件	出界点的位置	谁投进
球员踢球出界 (不论是直接出界或在赛场落地弹出界外或碰触对方球员或裁判)	球越过边线的位置	踢球方
在界外的球员接球, 无论球是否已经触及边线。	当球触及边线或, 球尚未触及边线, 被球员接住的地点。	踢球方
在界外的球员, 拿起尚未触及界线垂直平面的球。	球员所在之地点	踢球方

d. 球从自己的22公尺线或极阵之内被直接踢出界。

事件	出界点的位置	谁投进
<b>不获取地域</b>		
防守队把球带进了己方22公尺内, 没有tackle、ruck或maul发生, 且没有对手在22公尺内碰到球。如果一名在22公尺内的球员, 拿起在22公尺线外的球或者接住尚未触及22公尺线平面的球, 然后直接在22公尺线内踢球出界, 则视为该球员自己将球带回22公尺线内。		
球员直接踢球出界	球触及边线或在边线上相对应球被踢的地点。	非踢球方
对方球员在界外接住球	球触及边线或在边线上相对应球被踢的地点。	非踢球方
<b>获取地域</b>		
防守队没有把球带进22公尺, 或tackle、ruck或maul在22公尺线内发生, 或对手在22公尺线内碰到球。		
球员直接踢球出界	当球触及边线。	非踢球方
对方球员在界外接住球	当球触及边线。	非踢球方
球员将在22公尺线内获得的自由踢, 踢出界外	当球触及边线。	非踢球方

## e. 球在22公尺线之外直接踢出界

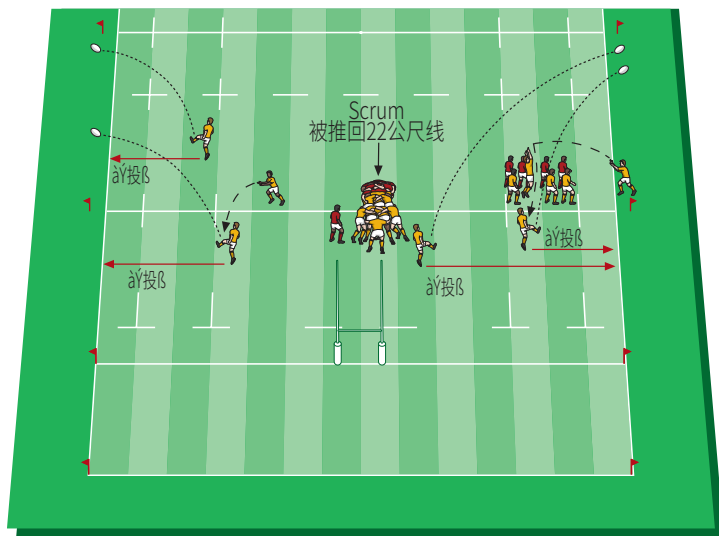
事件	出界点的位置	谁投进
球员在一般比赛中或自由踢将球直接踢出界。	球触及边线或在边线上相对应球被踢的地点, 以更接近踢球者的阵线为准。不获取地域。	非踢球方

## f. 争边球的选择

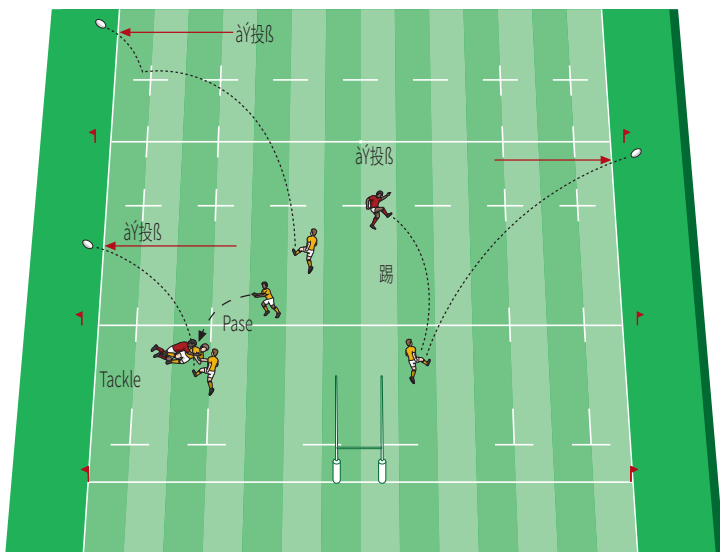
事件	出界点的位置	谁投进
不正确的投进	原争边球的地点	对手
不允许的快捷投进	原争边球的地点如果快捷投进没有进行	同一球队。
不正确的快捷投进	不正确的投进地点	对手
前掉或前传后球出界	球触及边线的地点。	对手
因争边球而获得的罚踢或自由踢	原争边球的地点	对手



# 规则 18 出界, 快捷投进及争边球



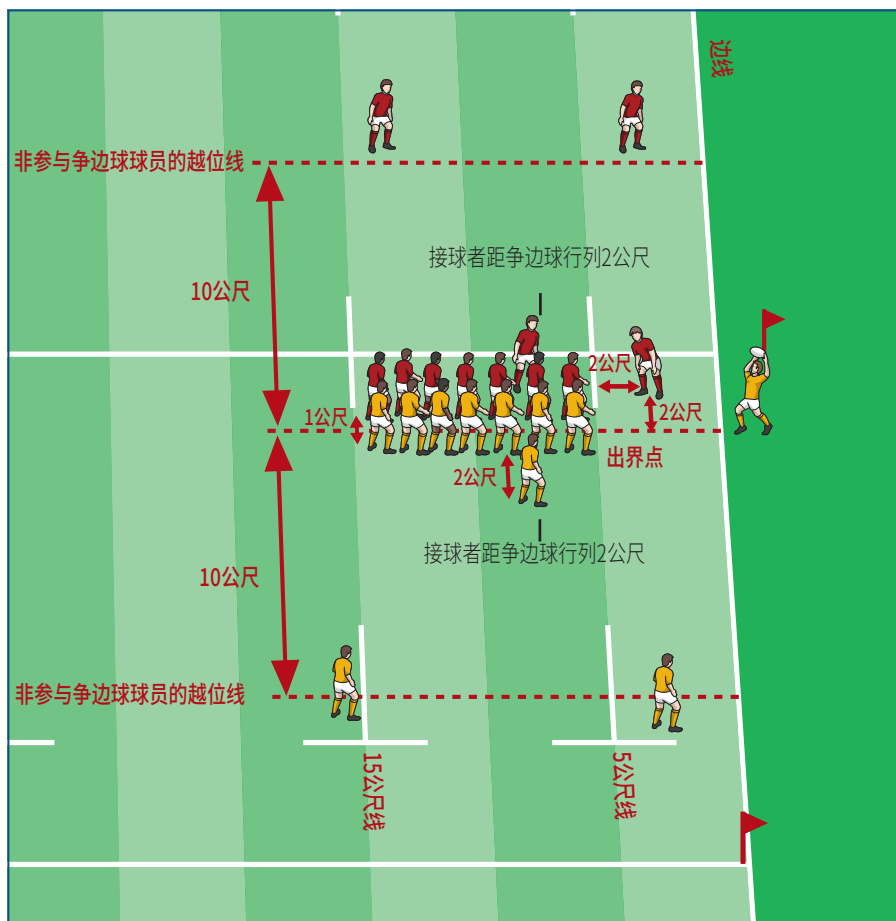
不获取地域



获取地域

## 组成争边球

- 9. 争边球在出界点上组成。
- 10. 每队在5公尺线和15公尺线之间组成距离0.5公尺并平行于出界点的单一行列。球被投进之前必须保持争边球的间距。**罚则**: 自由踢。



争边球

11. 每队至少要有两名球员组成争边球行列。
  12. 球队不能延迟组成争边球行列。 **罚则: 自由踢。**
  13. 投进的球队决定争边球行列球员的最多人数。
  14. 除非争边球形成后球立即被投进, 非投进方参加争边球球员的人数不可多于投进方的人数(可以更少)。 **罚则: 自由踢。**
  15. 非投进球的球队必须在边线和五公尺线之间有一名球员。该名球员站在己方距离出界线2公尺且距离五公尺线2公尺。 **罚则: 自由踢。**
  16. 如果球队选择接球员, 接球员站在5公尺线及15公尺线之间, 距离队友的争边球行列2公尺。每队只能有一名接球员。 **罚则: 自由踢。**
  17. 一旦争边球行列形成, 球员:
    - a. 投进队的球员不能离开争边球行列, 除非是与参加争边球行列的队友交换位置。
    - b. 非投进队的球员可以离开争边球行列, 仅确保他们没有比对手有更多的球员。
- 罚则: 自由踢。**
18. 参与争边球的球员可以在球投进之前改变争边球行列中的位置。
  19. 参加争边球的球员为支撑或托举队友跳跃争球是可以事先抓住队友的, 前提是事先抓住的位置从后面不低于短裤从前面不低于大腿。 **罚则: 自由踢。**
  20. 在球离开投球者的双手之前, 球员不许跳跃、或被支撑或举起。 **罚则: 自由踢。**
  21. 在球投进之前, 球员不许与对手有接触。 **罚则: 罚踢**

## 投进争边球

22. 投进球的球员在出界点双脚站在赛场外。投球者不得踩进赛场, 直到球被投进。 **罚则:**选择争边球或Scrum。

23. 球必须:

- 沿出界点投直; 及
- 球投进后必须在触地前或被操弄前, 至少穿越5公尺。

**罚则:**选择争边球或scrum。如果选择争边球且球又没有投直, scrum将判给原投进球的球队。

- 一旦争边球行列行成, 立即投进球。 **罚则:**自由踢。

24. 投球者不能假装投球。 **罚则:**自由踢。

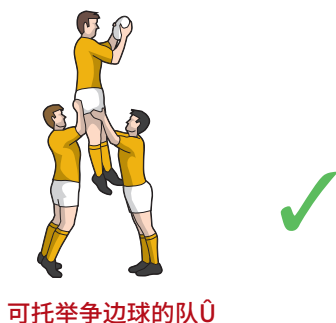
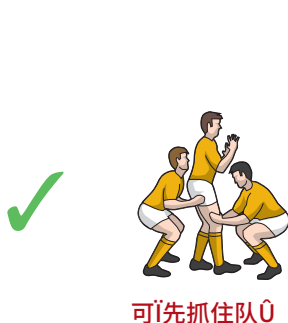
25. 没有球员能阻挡投球或阻止球飞出五米。 **罚则:**自由踢。



### 争边球进行中

26. 一旦球离开投球者的手, 争边球开始。
27. 一旦争边球开始, 投球者和其对应球员可以:
  - a. 加入争边球。
  - b. 退到己方非参加争边球球员的越位线。
  - c. 留在距离边线5米以内。
  - d. 移动到接球者的位置, 如果该位置是空置的。
28. 如果这些球员移动到其他任何位置, 他们越位。 **罚则: 罚踢**
29. 一旦争边球开始, 任何参与争边球的球员可以:
  - a. 争夺控球权。
  - b. 接球或拍回球。球员跳跃争球时, 只有双手高于头部时才能用外侧手臂去接球或拍回球。 **罚则: 自由踢。**
  - c. 托举或支撑队友。当球被任何一队争得时, 做此动作的球员, 就必须立即把队友安全地放回地面上。 **罚则: 自由踢。**
  - d. 离开争边球来接球的球员, 必须在距离出界点10公尺内且一直保持在10公尺区域内移动直到争边球结束。 **罚则: 自由踢。**
  - e. 如果球员不在空中, 抓住并且把争夺球权的对手带到地面。 **罚则: 罚踢**

# 规则 18 出界, 快捷投进及争边球



### 争边球的越位

30. 所有参与争边球的球员留在出界点本方一侧直到球被投出并接触到球员或地上为止, 是为在位。
31. 跳跃越过出界点接不到球的球员, 必须立即回到自己的一边。
32. 球被投进后, 参加争边球的球员的越位线是出界点。球碰触了球员或地面之后, 他们的越位线是球。
33. 当ruck或maul在出界点形成时, 参赛的球员可以:
  - a. 加入ruck或maul, 或
  - b. 退到越位线, 即是该队参与ruck或maul的球员的最后一只脚。
34. 当球投进后, 球员可能会越过15公尺线来接球。如果球没有越过15公尺线, 该球员必须立即返回争边球。
35. 未参加争边球的球员必须留在距离出界点十公尺的己边或阵线后 (如果距离更近)。如果球被投进时有球员越位, 只要这些球员立即退回在位的位置, 他们不会被惩罚。这些球员不因其他任何球员的动作成为在位。
36. 球被队友投进, 没有参加争边球的球员可能会前进。如果发生这种情况, 那么他们的对手也可以前进。如果球没有投越过15公尺线, 只要这些球员立即退回到越位线, 他们将不会受到惩罚。

**罚则: 罚踢**

### 争边球的结束

37. 争边球在以下情况下结束:
  - a. 球或球员拥有球权:
    - i. 离开争边球行列; 或
    - ii. 进入边线和五公尺线之间的区域; 或
    - iii. 越过了15公尺线。
  - b. 形成ruck或maul且所有在ruck或maul中的球员脚都越过了出界点。
  - c. 球变得无法被操弄。
38. 除了移动去空置的接球者位置外, 任何参加争边球的球员, 在争边球结束前不能离开争边球行列。 **罚则: 罚踢**

## 原则

Scrum的目的是在轻微违例或比赛暂停之后重新开始争取球权。

1. 哪里用scrum重新开始比赛, 哪个球队投进如下:

违例 / 暂停	Scrum的地点	谁投进
除在争边球中的前掉或前传	在scrum区域接近违规的地点	非违例的球队
争边球中的前掉及前传; 不正确的争边球投进; 不正确的快捷投进	距出界点15公尺	非违例的球队
一般比赛的越位 (scrum选项)	在scrum区域接近违例队最后操弄球的地点	非违例的球队
罚踢 或自由踢 ((scrum选项)	在scrum区域接近犯规的地点	非违例的球队
防守队带球进入极阵做成死球	在scrum区域接近球变成死球的地点	进攻队
无法进行的 tackle或ruck.	在scrum区域接近 tackle或ruck发生的地点	最后向前推进的球队。如果没有球队向前推进, 进攻队
Maul不成功的结束	在scrum区域接近maul结束的地点	在maul开始时没有控球权的球队。如果裁判无法决定哪一队有控球权, 在maul停止前向前推进的球队。如果没有球队向前推进, 进攻队。
一般比赛中踢球后的maul无法进行。	在scrum区域接近maul的地点	maul开始时占有球权的球队。
不正确的开球或重新开始开球 (scrum选项)	在Scrum区域, 尽可能靠近开球或重新开始开球线的中心点。	非踢球的球队
scrum, ruck或 maul中没履行 “use it”	在scrum区域接近scrum, ruck或maul发生的地点	不占球权的球队



违例 / 暂停	Scrum的地点	谁投进
球或持球者碰触裁判而有任一队获得利益。	在scrum区域接近事件发生的地点	最后操弄球的球队
受伤暂停	在scrum区域接近球最后被操弄的地点	最后拥有球权的球队
Scrum重组 -没有违例	原来scrum发生的地点	原来的投球队
没有在规定时间内完成罚踢射门	在scrum区域接近原获得罚踢的标点	非违例的球队
无法在1分钟内执行因mark而获得的自由踢	在scrum区域接近自由踢获得的地点	因mark而获得自由踢的球队
裁判因规则没有规定的其他原因而判给scrum	在scrum区域接近暂停的地点	最后向前推进的球队。如果没有球队向前推进, 进攻队



Scrum

### SCRUM的组成

2. Scrum在scrum区域内裁判指示的标点处组成。
3. 裁判给予一个标点来确立平行于阵线的Scrum中线。
4. 球队必须在裁判给予标点后30秒内准备好组架scrum。**罚则：自由踢。**
5. 当两队都有15名球员时，每支球队中有8名球员按照图中所示的排列组合在一起。每队必须在前排有两个支柱和一个钩球员，在第二排有两个锁锚。每支球队有三名后排球员来组成scrum。**罚则：罚踢**
6. 当一支球队因某种原因减少到15名球员以下时，每支球队参加scrum的球员数量可以相应地减少。在一队允许减少人数的情况下，另一队不需要作出类似的减少。但是，球队参与Scrum的人数不得少于五人。
7. 在Scrum中的球员以下列方式夹扎：
  - a. 支柱夹扎到钩球员。
  - b. 钩球员双臂夹扎。这可以是上臂式或下臂式夹扎支柱。
  - c. 锁锚与他们前面的支柱及彼此夹扎。
  - d. 所有其他在scrum的球员都至少用一只手臂夹扎在锁锚身上。

#### **罚则：罚踢**

8. 两队面对面，两边平行于中线。
9. 两队的前排与钩球员在标点上相对站立相隔不超过一臂之长。全球实验规则

## 组架

10. 当双方都是端正地, 平稳及静止时, 裁判会喊“crouch”。

- a. 前排就会采用半蹲的姿势如果他们还没有这样做的话。他们的头部和肩膀不低于他们的臀部, 在Scrum进行期间保持这个姿势。
- b. 前排半蹲且头在他们的对手的左侧, 如此没有球员的头部会碰到对手的脖子或肩膀。
- c. 勾球球员必须有一个“制动”脚, 以帮助稳定和避免轴向载荷。

**罚则:**自由踢。

11. 当双方都是端正地, 平稳及静止时, 裁判会喊“bind”。

- a. 每个松头支柱将左臂放置在相对的紧头支柱的右臂的内侧来夹扎。
- b. 每个紧头支柱将右臂放置在相对的松头支柱的左臂的外侧来夹扎。
- c. 每个支柱通过抓住对手球衣的背部或侧面来夹扎。
- d. 在scrum进行期间所有球员都要保持夹扎。

**罚则:**罚踢

12. 当双方都是方的、稳定的、静止不动的, 及勾球球员仍然使用制动脚时, 裁判叫“定”。

- a. 只有在那时, 勾球球员必须移开制动脚, 两队开始比赛, 完成Scrum的形成, 并创造一个球将被扔进的通道。
- b. 所有的球员必须有正确的姿势并准备好向前推。
- c. 每个前排球员必须将双脚放在地面上, 使他们的体重稳定地落在至少单脚上。
- d. 每个勾球员脚必须与该队支柱的最前面的脚成一排或位于后面。

**罚则:**自由踢。

## 投进

13. 传锋选择Scrum的一边投进球。
14. 传锋如图所示的握球。
15. 当双方都是端正, 稳定地且静止地时候, 传锋投进球:
  - a. 从选择的一边。
  - b. 从隧道外面。
  - c. 不延迟。
  - d. 一个单一的向前动作。
  - e. 以快速的速度。
  - f. 直投。传锋可以将他们的肩膀对准Scrum 的中间线并站在靠近本队一边。
  - g. 它首先触及隧道内的地面。

罚则: 自由踢。



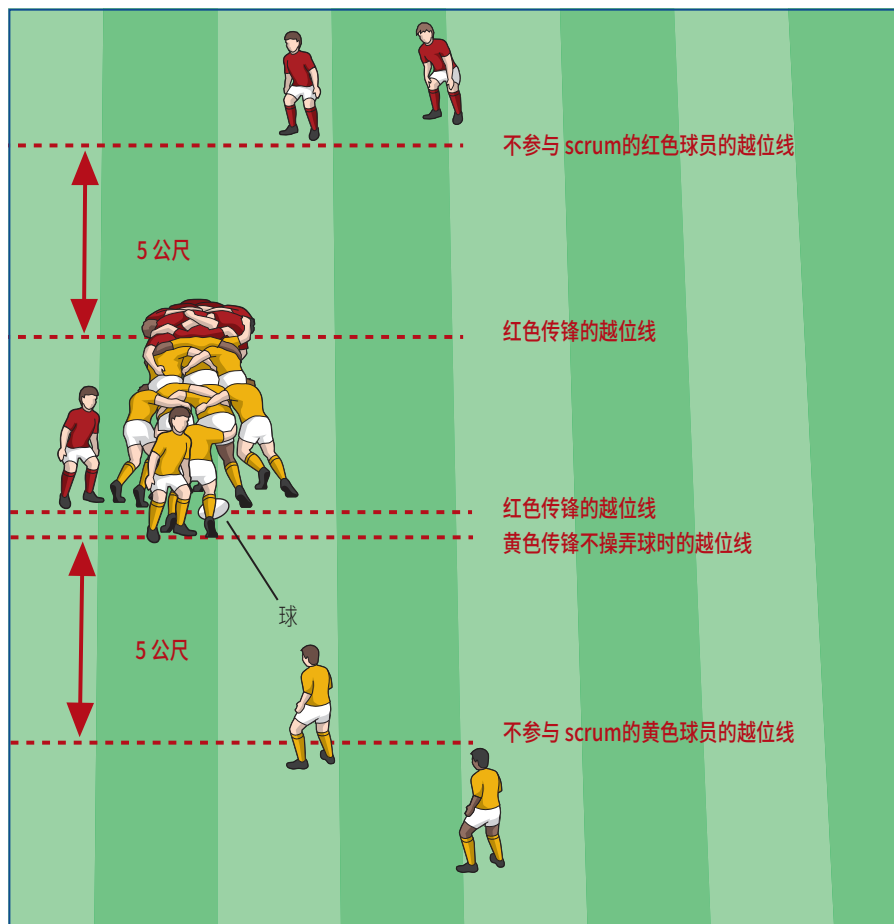
球在scrum的投进

## SCRUM进行中

16. 当球离开传锋的手时, Scrum开始。
17. 只有当Scrum开始时, 队才可推动。**罚则: 自由踢。**
18. 控球权可以通过将对手向后推并且离开球而获得。
19. 球员可以推动, 只要他们保持向前直推并和地面保持平行。**罚则: 罚踢**
20. 前排球员可以通过用脚击球来获得控球权, 但是只有当球在隧道中触及到地面后。**罚则: 自由踢。**
21. 前排球员可以用任何一只脚来争取球而不是两只脚同时进行。**罚则: 罚踢**
22. 投球方的钩球员, 必须要碰触到球。**罚则: 自由踢。**
23. 前排球员不能有意将球从投进的方向踢出隧道。**罚则: 自由踢。**
24. Scrum内的任何球员都可以操弄球, 但只能用脚或小腿, 而且不能将球抬起。**罚则: 罚踢**
25. 如果Scrum崩溃或Scrum中的球员被扬升或被向上挤出Scrum, 裁判必须立即鸣哨, 让球员停止推进。
26. 当Scrum静止时, 球已经在Scrum后面可被操弄三~五秒钟后, 裁判会喊“use it”。然后球队必须立即操弄球让球离开scrum。**罚则: Scrum**

### SCRUM的越位

27. 在scrum期间, 球员需要保持在位。
  28. 在Scrum开始之前, 不是投球方的传锋站在:
    - a. Scrum中线的己边, 对方传锋的旁边; 或
    - b. 距离参加scrum的本队最后一名球员的最后一只脚至少5公尺, 并且直到scrum结束。
  29. 当scrum开始, 有控球权的球队的传锋至少要有一只脚跟球保持水平或在球的后面。
  30. 当Scrum开始, 没有控球权的球队的传锋:
    - a. 双脚要站在球的后面及接近scrum但不能站在前锋侧翼及八號球員之間或
    - b. 退回越位线, 或是球队的最后一只脚, 或
    - c. 退到距离球队最后一只脚后方至少5公尺处。
  31. 所有没有参加scrum的球员都在距离球队最后一只脚后方至少5公尺处。
  32. 当球队的最后一只脚在极阵内或在该球队阵线前五米内时, 该队非参与scrum球员的越位线是阵线。
- 罚则: 罚踢**
33. 一旦scrum结束, 越位线不再适用。



Scrum的越位



### SCRUM的重组

34. 在没有违规的情况下, 裁判将会在下列情况下暂停比赛并重组scrum:
- 传锋将球投进, 且球在隧道的任何一端出来。
  - Scrum崩溃或在结束之前分开。
  - 旋转超过90度, 以致scrum的中线已经超越了与边线平行的位置。
  - 双方都没有占有球权。
  - 球被无意中踢出了隧道。例外: 如果球被反复踢出scrum, 裁判必须将其视为有意为之。**罚则: 罚踢**
35. 当Scrum被重组时, 球由原投球队投进。

### SCRUM的结束

36. Scrum的结束:
- 当球从除了隧道以外的任何方向出来。
  - 当球到达最后球员的脚步时, 被该球员拿起或被该球队的传锋操弄球。
  - 当八号球员拿起在第二排球员脚下的球时。
  - 当有违例裁判鸣哨时。
  - 当scrum里的球在阵线上或越过阵线时。

### SCRUM的危险动作及限制

37. Scrum中的危险动作包括:
- 前排冲撞对方球员。
  - 拉对手。
  - 故意扬升对手使其悬空, 或向上挤出scrum。
  - 故意崩溃scrum。
  - 故意下坠或跪地。

**罚则: 罚踢**

38. Scrum 其他的限制包括：

- a. 当球从scrum浮现后立即倒在或倒越在球上。
- b. 传锋踢在scrum里的球。
- c. 非前排球员抓住或推对手。

**罚则：罚踢**

- d. 当球离开scrum后，将球带回scrum。
- e. 非前排球员操弄隧道内的球。
- f. 传锋不许采取任何动作让对手以为球从scrum中出来。

**罚则：自由踢。**

## SCRUM规则的变化

39. 协会在辖区内特定级别的比赛，可采用U19 的scrum规则。

## 原则

罚踢及自由踢是违例后用来重新开始比赛的。

## 罚踢或自由踢的地点

1. 罚踢或自由踢的标点必须在赛场内, 并且距离阵线不少于5公尺, 如下表所示:

违例	罚踢或自由踢的地点
球在比赛中, 不包括过迟冲阻踢球者。	在违例的地点。
变成死球。	- 在比赛重新开始的地点, 如果该地点在边线上或距离边线15公尺之内, 标点在15公尺线上对应的地点。 - 如果比赛由反攻踢重新开始, 这个标点位于约束线的任何地点 (由非违规球队决定)。
比赛进行中任何在比赛面积之外的违例。	在15公尺线上对应违规地点的位置, 如犯规地点在极阵界外或死球线之外, 则在五公尺线上对应违规地点的位置, 但是距离边线不少于15公尺。
争边球的违例。	在出界点距离边线15公尺。
比赛中各种状态的越位。	在违例队的越位线上。
在第一次罚踢或自由踢获得之后、执行之前, 原违例队再次违例。	距离原始标点前10公尺。

违例	罚踢或自由踢的地点
过迟冲阻踢球者。	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 非违规的球队可以选择在违规地点, 或球掉落或球随后被操弄的地点。</li> <li>- 如果违规发生在踢球者的极阵内, 罚踢标点在相对应于违规地点, 距离阵线5公尺而距离边线至少15公尺的地方。</li> <li>- 不违规的球队可以选择在球落地的地点或球未落下已被操弄的地点, 至少距边线15公尺。</li> <li>- 如果球掉落在界外, 可选择的罚踢的标点是在相对应于球出界的地点而距离边线15公尺的地方。</li> <li>- 假如球落地的地点或落地前被操弄的地点, 在距边线15公尺以内, 则标点对应该地点的15公尺线上。</li> <li>- 如果球掉落在极阵内, 极阵界外, 或在死球线上或越过死球线, 可选择的罚踢标点是在相对应于球越过阵线的地点, 距离阵线5公尺而距离边线至少15公尺的地方。</li> <li>- 如果球碰触到门柱或横杆, 可选择的罚踢标点是在球掉落到地上的地方。</li> </ul>
故意投掷或拍球出界。	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 如果球被掷出或拍击:</li> <li>- 从比赛面积内进入界外或极阵界外或越过死球线, 标点在违例发生的地点, 但距离边线15公尺, 距离阵线5公尺。</li> <li>- 从极阵内进入界外或极阵界外, 标点在5公尺线上距离边线至少15公尺的位置。</li> <li>- 从极阵内越过死球线, 标点在五公尺线上对应违例发生的地点。</li> </ul>
任何极阵内或距离阵线5公尺内的违例。	在赛场内, 距离阵线5公尺处, 相对应违例的地点。

2. 罚踢或自由踢要在获得的标点上或标点后穿过标点且平行于边线的线上进行。如果在错误的位置进行罚踢或自由踢, 必须重新执行。

### 罚踢或自由踢的选项

3. 获得罚球的球队可以选择打scrum。
4. 该团队荣获
  - a. 在边线球处犯规可以选择在同一个标记处进行边线球或争球
  - b. 在争边球时获得自由踢的球队可以选择在相同位置的争边球。

### 罚踢或自由踢的执行

5. 罚踢或自由踢不许延迟踢球。
6. 除因mark而获得的自由踢，任何非犯规球队的球员都可以踢球。
7. 踢球者必须使用原比赛用球，除非裁判认定该球已经有缺陷。
8. 踢球者可以碰踢，落地踢或定位踢（除了踢出界之外）。
9. 踢球者可以向任何方向踢球。
10. 除定点踢的竖球员之外，其余队友必须留在球后面，直到被踢出去为止。
11. 踢球者必须把球踢出一段可见距离。如果踢球者拿着球，它必须清晰离开双手。如果球是在地上，它必须被清晰踢离标点。一旦踢球成功，踢球者可以再次操弄球。

**罚则:Scrum**

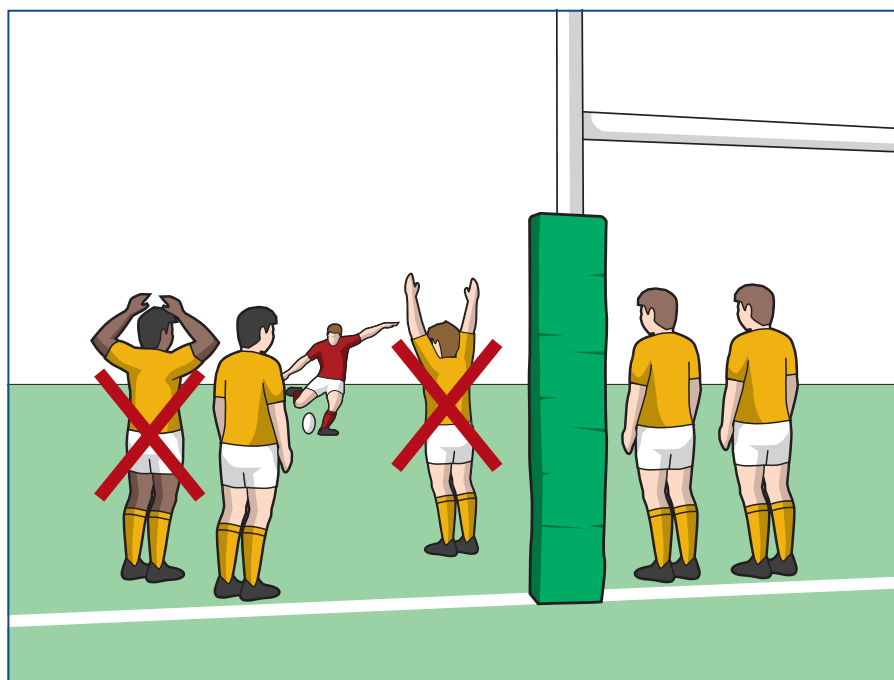
### 罚踢或自由踢时的对手

12. 当判罚踢或自由踢时，对方球员必须立即朝自己阵线方向退10公尺，或者退到他们的阵线（如果距离更近）。
13. 即使罚踢或自由踢快速开球且踢球方正在操弄球，对方球员也必须不断后退到必要的距离。他们不许参加比赛，直到他们退到足够的距离。
14. 如果快速开球对手没有机会后退，他们不会因此而受到惩罚。但是，直到他们从标点上退回10公尺，或直到有队友从标点后方10公尺处超越他们，他们才可参与比赛。

15. 对方球队不能采取任何措施推迟踢球或者阻挡踢球者, 包括故意将球带离, 扔走或踢出使球远离踢球方。 **罚则:** 第二个罚踢或自由球, 在原标点前面10公尺处。在裁判给出标点之前, 第二个罚踢或自由踢不得进行。

## 自由踢时的对手

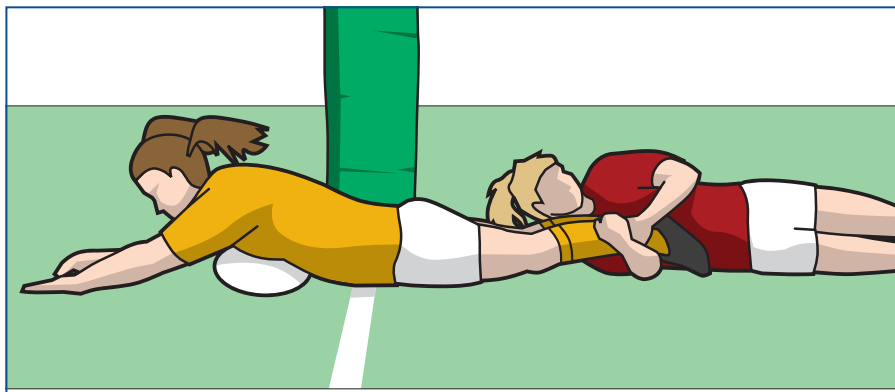
16. 一旦踢球者开始踢球, 对方球队可以封阻并尝试tackle踢球者来阻止踢球或拦截踢球。
17. 如果对方队伍公平地封阻并阻自由球被踢出, 则踢球不算。比赛重新在原标点由scrum开始, 由对方投进球。



罚踢射门

## 压球触地

1. 在极阵内可以压球触地：
  - a. 拿着球，用球压触地面；或
  - b. 球员用单手或双手，单臂或双臂，或从颈部到腰部的身体正面向下压球。



压球触地

2. 拿起球不是压球触地。球员可以拿起球在极阵内的其他地方压球触地。
3. 进攻球员在极阵内压球触地，即为达阵得分。
4. 当持球的进攻球员在极阵内压球触地同时，接触到极阵边线或死球线（或线外的界外），22公尺反攻踢将判给防守队。
5. 当持球者在极阵内压球触地同时，接触到边线（或边线外的界外），球在赛场内出界，对手获得争边球。
6. 防守球员在极阵内压球触地，是为挽球。
7. 如果被tackle的球员因冲力把他带入自己的极阵内，他们可以挽球。
8. 如果球员在自己的阵线前被tackle可以伸出手压球触地来挽球，但必须立即完成。  
**罚则：罚踢**
9. 如果球员在界外或极阵界外，他们只要不持球，可以将极阵内的球压球触地来挽球或达阵得分。
10. 如果被Tackle的球员正在伸手触地试球或触地得分，防守球员可以向后击球，或从球员手中拿球，但不得踢球或试图踢球。**罚则：罚踢**

## 球被踢穿过极阵成为死球

11. 如果球队在赛场内踢球,球穿过对手的极阵进入极阵界外或在死球线上或越过死球线,防守队可以选:
  - a. 在22公尺线上或后方任何一点执行反攻踢;或
  - b. 在踢球的地点举行scrum。
  - c. 例外:攻门或尝试落地踢攻门失败。在这些情况下,防守队重新以22公尺反攻踢开始比赛。

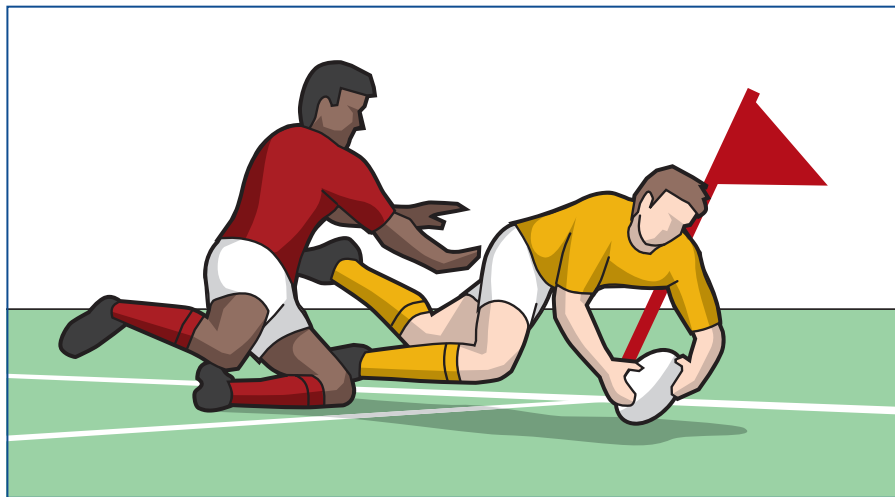
## 极阵内的防守球员

12. 如果防守球员的任何部分在极阵内,则该球员被认为是在极阵中,只要他们不是在界外或在死球线上或越过死球线。
13. 如果一名球员在极阵内,接住或拿起在赛场内的球,该名球员被视为将球带入极阵。
14. 如果球员在死球线上或在死球线之外或球员在极阵界外,拿起一个在极阵内的球,该球员被认为将球变成死球。

## 角旗杆

15. 如果球或持球者碰触到旗面或角旗杆而没有其他出界或极阵出界的情况,比赛继续,除非球被压地同时倚靠到角旗杆。





球员将球触地前碰触角旗

### 球在极阵内无法压地

16. 当一名持球球员被阻挡在球得分区，以致该球员不能将球触地或踢球时，该球无效。比赛以得分线外或5米Scrum重新开始，这取决于球如何进入In-goal。(规则12.12a和规则19.1第5行)

### 关于压地的怀疑

17. 如果对哪一队极阵内首先压球触地有怀疑，比赛将在相对应压球触地的地点由5公尺scrum重新开始。由进攻队投进球。



# 十九岁以下 变化规则



比赛规则适用于19岁以下的比赛,具体的规则变化如下:

## 规则 3: 球队

附加:

8. 如果球队报名22名球员,必须至少6名球员可以担任前排球员以备松头支柱,钩球员,紧头支柱各位置的替换。

附加:

35. 被技术替换过的球员可以替换任何受伤的球员。

## 规则 5: 时间

1. 比赛时间不超过80分钟(分为两个半场,每个半场不超过40分钟,再加上时间的损失),除非赛事组织者允许当两队在淘汰赛中打平时,延时加赛。

替换:

1. 比赛时间持续70分钟(分为两个半场,每个半场不超过35分钟)再加上时间的损失。不允许延时加赛。

## 规则 19: SCRUM

6. 当一支球队因某种原因减少到15名球员以下时,每支球队参加scrum的球员数量可以相应地减少。在一队允许减少人数的情况下,另一队不需要作出类似的减少。但是,球队参与Scrum的人数不得少于五人。

替换:

6. 前排三个位置和后排两个位置的所有球员都必须接受此些位置的适当训练。如果球队无论出于何种原因都无法派出经过适当训练的球员,那裁判必须下令无争的scrum。由驱逐离场,短暂禁赛或受伤造成的无争的scrum必须由每边8名球员进行。
  - a. 在八人的scrum中,阵型必须是3-4-1,最后的单一球员(通常是八号)推两名后排球员。这两名后排球员必须把他们的头夹扎到钩球员的两侧。
  - b. 当某个球队由于某种原因减少到15名球员以下时,每个球队参加scrum的球员数量必须相应地减少。

- c. 在一队允许减少人数的情况下,另一队参加scrum的人数必须作出相对的减少,最少不得少于五人。
- d. 人数不完整的Scrum,它型式必须如下:
  - i. 七名球员 - 三四阵型(即没有八号球员)。
  - ii. 六名球员 - 三二一阵型(即没有侧翼球员)。
  - iii. 五名球员 - 三二阵型(即没有侧翼球员及八号球员)。

**罚则:**自由踢。

34. 在没有违规的情况下,裁判将会在下列情况下暂停比赛并重组scrum:

- c. 旋转超过90度,以致scrum的中线已经超越了与边线平行的位置。

**替换:**

- c. Scrum 无意旋转超过45度。

38. Scrum 其他的限制包括:

**附加:**

- g. Scrum向对手的阵线推进超过1.5米。
- h. 当球传送及控制到Scrum的后面,将球保留在Scrum中。

**罚则:**自由踢。

- i. 故意旋转scrum。

**罚则:**罚踢



# 七人 制变化规则



比赛规则适用于七人制的比赛,具体的规则变化如下:

## 规则 3: 球队

1. 在比赛进行时,各队不能有多于15名球员在比赛面积上。

替换:

1. 在比赛进行时,各队不能有多于七名球员在比赛面积上。

2 删除

4. 国际比赛每个国家协会代表队伍最多可提名8名替补球员。

替换:

4. 球队最多可提名及使用5名替补球员。

5. 在其他比赛时,替补球员的人数由赛事组织者决定,最多为8名。

替换:

5. 替补球员的人数由赛事组织者决定,最多为5名。

8-13 删除

16-20 删除

31. 如果有临时替换的球员被短暂禁赛时,在禁赛时间未满足前该被临时替换的球员是不允许再返回赛场的,除非执行规则3.19或3.20,并且只有当球员得到了医疗许可,并且在规定的时间内返回赛场。

替换:

31. 如果有临时替换的球员被短暂禁赛时,在禁赛时间未满足前该被临时替换的球员是不允许再返回赛场的,并且只有当球员得到了医疗许可,并且在规定的时间内返回赛场。

33a 删除

33e 删除

## 规则 5：时间

1. 比赛时间不超过80分钟(分为两个半场,每个半场不超过40分钟,再加上时间的损失),除非赛事组织者允许当两队在淘汰赛中打平时,延时加赛。

### 替换:

1. 比赛时间持续14分钟(分为两个半场,每个半场不超过7分钟)再加上时间的损失。当两队平手需要延时加赛时,比赛在一分钟的休息后重新开始,加时以不超过五分钟为一节。每一节,都应换边但不设休息时段。  
决赛的时间可以不超过20分钟(分为两个半场,每个半场不超过10分钟),再加上时间的损失和延时加赛。
2. 赛事组织者决定中场休息不超过15分钟。在此期间,球队和赛事执法人员可以离开比赛围场。

### 替换:

2. 中场休息不超过2分钟。

## 规则 6：比赛执法人员

3. 裁判主持掷币。两名队长,一掷币、一猜面以决定胜负。掷币赢得一方决定要开球还是要选边。如果掷币赢的一方决定要选边,输的一方必须开球。反选则反是。

### 附加:

- a. 延时加赛开始时,裁判如同开场前一样主持掷币。

### 附加:

## 极阵边审

### 附加

31. 每场比赛都有两名极阵边审,每个极阵区域一名。
32. 裁判对极阵边审如同对助理裁判或边审一样具有管控权。
33. 极阵边审示意罚踢射门或附加攻门的结果。
34. 极阵边审示意当球或持球者踩进极阵界外。
35. 如果需要的话,极阵边审会协助裁判做出达阵或挽球的判决。
36. 比赛组织者可能会授予极阵边审在极阵内举报暴行的权利。
37. 比赛有TMO(电视裁判)时,则不需要极阵裁判



## 规则 8：得分

7. 当达阵得分后，得分队就获得附加攻门权利，附加攻门可以用定点踢或落地踢。
7. 当达阵得分后，得分队就获得附加攻门权利，但只能用落地踢。

### 8. 踢球者：

- d. 达阵获得承认后90秒（比赛时间）内踢球，即使球滚倒而必须再次放置球。  
**罚则：**踢球不被允许。

### 替换：

- d. 达阵获得承认后30秒（比赛时间）内踢球。**罚则：**踢球不被允许。

## 附加攻门时的防守队

14. 所有防守方都必须退到自己阵线的后方，而且在踢球员预跑或向任何方向跑跑去踢球前都不许踩越阵线。防守方须等到踢球员开始踢球动作时，才可以封阻或跳跃去阻止进门得分，但身体被其他球员支撑的动作是不受允许的。

### 替换：

14. 所有对方球员必须即刻集合到己方的10公尺线近旁。

**罚则：**如果防守队违规，但攻门成功，进门得分成立。如果射门失败，踢球员可以重新踢球而且防守队是不允许封阻的。当重新踢球被允许时，踢球员可以重复全部准备动作。踢球员也可以改变踢球方式。

### 替换：

**罚则：**如果防守队违规，但攻门成功，进门得分成立。如果射门失败，踢球员可以重新踢球而且防守队是不允许封阻的。

## 16 删除



21. 在球队表示射门意图后60秒内 (比赛时间) 必须踢球, 即使球滚倒并且必须再次放置球。**罚则:**踢球不被允许, scrum被授予。

替换:

21. 在球队表示射门意图后30秒内 (比赛时间) 必须踢球。**罚则:**踢球不被允许, scrum被授予。

24. 踢球员直接把球放置在地上或砂子、木屑或踢球垫上。踢球球员可以有竖球球员协助。使用其他形式的协助均不允许。**罚则:**Scrum。

替换:

24. 必须用落地踢。**罚则:**Scrum。

附加:

### 延时加赛

附加:

30. 在延时加赛中, 首先得分的球队立即宣布胜出, 剩余的比赛无须再继续。

### 规则 9: 暴行

29. 当球员被警告并短暂禁赛10分钟时, 裁判会向该球员出示一张黄牌。如果该球员再次违犯黄牌的罪行, 则必须将该球员驱逐离场。

替换:

29. 当球员被警告并短暂禁赛2分钟时, 裁判会向该球员出示一张黄牌。如果该球员再次违犯黄牌的罪行, 则必须将该球员驱逐离场。

## 规则 12：开球及重新开始

4. 在球队得分后，他们的对手在中线的中央或后面重新开始比赛。**罚则：非踢球队可选择重新踢球或scrum。**

### 替换：

4. 在球队得分后，得分队在中线的中央或后面重新开始比赛。重新开球必须在附加攻门完成或被拒绝的30秒内，或从罚踢攻门或落地踢攻门后开始算起。

**罚则：自由踢。**

5. 当球被踢时：

- a. 踢球员的队友必须要在球的后面。**罚则：Scrum。**

### 替换：

- a. 队友必须要在踢球者的后面。**罚则：自由踢。**

6. 球必须达到10公尺线。**罚则：非踢球队可选择重新踢球或scrum。**

### 替换：

6. 球必须达到10公尺线 **罚则：自由踢。**

8. 如果球直接出界，非踢球队选择下列之一：

- a. 重踢。
- b. Scrum。
- c. 争边球。
- d. 快捷投进。

### 替换：

8. 球不能直接踢出界外。**罚则：自由踢。**

9. 如果球在没有接触到任何球员被踢入对手的极阵内，且对手立即压球触接地或球越过死球线，那么非踢球队可以选择重踢或scrum。

### 替换：

9. 如果球在没有接触到任何球员被踢入对手的极阵内，且对手立即压球触接地或球越过死球线，那么非踢球队可以获得自由踢。

11. 当一个不成功的罚踢射门或落地踢射门的尝试或被防守队在极阵压球触地变成死球,又或者球从这些尝试中通过极阵变成死球时,比赛将以 22 米的反攻踢重新开始。

**替换:**

11. 除开球或重新开球之外,如果球被攻击球员操弄或带进对手极阵内,并被对手操弄成死球,比赛由22公尺反攻踢重新开始比赛。

**12 删除**

## 规则 18: 出界,快捷投进及争边球

8. 如果比赛重新由争边球开始,哪个球队投进的决定如下:  
a. 一般

事件	出界点的位置	谁投进
球员在己方的半场踢球进入对方的 22米区域且间接出界。球队没有将球带入自己的半场,或在半场内发生了 Tackle、Ruck或Maul,或者对手在半场内碰触到球。这种变化不适用于开球或任何类型的重新开始踢球。	当球碰触边线	踢球方
持球者带球出界或踢球间接出界(除了从己方半场踢球至对方的 22 米区域且出界)。	球员或球出界或界外的触地点。	对手

12. 球队不能延迟组成争边球行列。**罚则:自由踢。**

**替换:**

12. 球队必须在助理裁判或边审标示出界点后15秒内,组成争边球行列。**罚则:自由踢。**

## 规则 19: SCRUM

4. 球队必须在裁判给予标点后30秒内准备好组架scrum。 **罚则:自由踢。**
4. 球队必须在裁判给予标点后15秒内准备好组架scrum。 **罚则:自由踢。**
5. 当两队都有15名球员时,每支球队中有8名球员按照图中所示的排列组合在一起。每队必须在前排有两个支柱和一个钩球员,在第二排有两个锁锚。每支球队有三名后排球员来组成scrum。 **罚则:罚踢**

### 替换:

5. 每队在Scrum时必须有三名球员。此三名球员必须相互夹扎直到scrum结束。  
**罚则:罚踢**

### 6 删除

### 7c 删除

### 7d 删除

23. 前排球员不能有意将球从投进的方向踢出隧道。 **罚则:自由踢。**

### 替换:

23. 前排球员不能有意将球踢出隧道或向对手的阵线将球踢出scrum。 **罚则:罚踢**

### 36. Scrum的结束:

- b. 当球到达最后球员的脚步时,被该球员拿起或被该球队的传锋操弄球。

### 替换:

- b. 当球被球队的传锋操弄。

## 规则 20：罚踢及自由踢

8. 踢球者可以碰踢，落地踢或定位踢（除了踢出界之外）。

### 替换：

8. 踢球者可以碰踢，落地踢但不能定位踢。

## 规则 21：极阵

### 球被踢穿过极阵成为死球

#### 附加

必须在不成功的攻门后30秒内重新开始比赛。

16. 当一名持球球员被阻挡在球得分区，以致该球员不能将球触地或踢球时，该球无效。比赛以得分线外或5米Scrum重新开始，这取决于球如何进入In-goal。（规则12.12a和规则19.1第5行）

### 替换：

16. 当持球球员在极阵内被抱住，以致该球员无法压球触地或操弄球时，该球是死球。比赛在相对应球员被抱住的地点由5公尺scrum重新开始。由进攻队投进球。



# 十人制变化规则



比赛规则适用于十人制的比赛,具体的规则变化如下:

## 规则 3: 球队

1. 在比赛进行时,各队不能有多于15名球员在比赛面积上。
1. 在比赛进行时,各队不能有多于10名球员在比赛面积上。

### 2 删除

4. 国际比赛每个国家协会代表队伍最多可提名8名替补球员。

### 替换:

4. 球队最多可提名及使用5名替补球员。
5. 在其他比赛时,替补球员的人数由赛事组织者决定,最多为8名。

### 替换:

5. 比赛组织者可以改变球队替补球员的人数和/或替换次数。
6. 替换只能在死球的时候并在裁判的允许下完成。

### 替换:

6. 在比赛的任何时候,球队都可以替换任何数量的球员。球员必须在被替换的球员离开赛场后由中线进入赛场。**罚则:罚踢。**

### 34 删除

## 规则 5：时间

1. 比赛时间不超过80分钟(分为两个半场,每个半场不超过40分钟,再加上时间的损失),除非赛事组织者允许当两队在淘汰赛中打平时,延时加赛。

### 替换:

1. 比赛时间持续20分钟(分为两个半场,每个半场不超过10分钟)再加上时间的损失。1.当两队平手需要延时加赛时,比赛在一分钟的休息后重新开始,加时以不超过五分钟为一节。每一节,都应换边但不设休息时段。

2. 赛事组织者决定中场休息不超过15分钟。在此期间,球队和赛事执法人员可以离开比赛围场。

### 替换:

2. 中场休息不超过2分钟。

## 规则 6：比赛执法人员

3. 裁判主持掷币。两名队长,一掷币、一猜面以决定胜负。掷币赢得一方决定要开球还是要选边。如果掷币赢的一方决定要选边,输的一方必须开球。反选则反是。

### 附加:

- a. 延时加赛开始时,裁判如同开场前一样主持掷币。

## 规则 8：得分

7. 当达阵得分后,得分队就获得附加攻门权利,附加攻门可以用定点踢或落地踢。

7. 当达阵得分后,得分队就获得附加攻门权利,但只能用落地踢。

8. 踢球者:

### 8c 删除

- d. 达阵获得承认后90秒(比赛时间)内踢球,即使球滚倒而必须再次放置球。

**罚则:**踢球不被允许。

- d. 达阵获得承认后30秒(比赛时间)内踢球。**罚则:**踢球不被允许。



## 附加攻门时的防守队

14. 所有防守方都必须退到自己阵线的后方,而且在踢球员预跑或向任何方向跑去踢球前都不许踩越阵线。防守方须等到踢球员开始踢球动作时,才可以封阻或跳跃去阻止进门得分,但身体被其他球员支撑的动作是不受允许的。

### 替换

14. 所有对方球员必须即刻集合到己方的10公尺线近旁。

**罚则:**如果防守队违规,但攻门成功,进门得分成立。如果射门失败,踢球员可以重新踢球而且防守队是不允许封阻的。当重新踢球被允许时,踢球员可以重复全部准备动作。踢球员也可以改变踢球方式。

### 替换

**罚则:**如果防守队违规,但攻门成功,进门得分成立。如果射门失败,踢球员可以重新踢球而且防守队是不允许封阻的。

## 16 删除

21. 在球队表示射门意图后60秒内(比赛时间)必须踢球,即使球滚倒并且必须再次放置球。**罚则:**踢球不被允许,scrum被授予。

### 替换

21. 在球队表示射门意图后30秒内(比赛时间)必须踢球。**罚则:**踢球不被允许,scrum被授予。

24. 踢球员直接把球放置在地上或砂子、木屑或踢球垫上。踢球球员可以有竖球球员协助。使用其他形式的协助均不允许。**罚则:**Scrum

### 替换

24. 必须用落地踢 **罚则:**Scrum

### 附加:

## 延时加赛

### 附加:

30. 在延时加赛中,首先得分的球队立即宣布胜出,剩余的比赛无须再继续。

## 规则 9：暴行

29. 当球员被警告并短暂禁赛10分钟时，裁判会向该球员出示一张黄牌。如果该球员再次违犯黄牌的罪行，则必须将该球员驱逐离场。

### 替换

29. 当球员被警告并短暂禁赛2分钟时，裁判会向该球员出示一张黄牌。如果该球员再次违犯黄牌的罪行，则必须将该球员驱逐离场。

## 规则 12：开球及重新开始

4. 在球队得分后，他们的对手在中线的中央或后面重新开始比赛。**罚则：非踢球队可选择重新踢球或scrum。**

### 替换

4. 在球队得分后，得分队在中线的中央或后面重新开始比赛。**罚则：自由踢。**

5. 当球被踢时：

- a. 踢球员的队友必须要在球的后面。**罚则：Scrum**

### 替换

- a. 踢球员的队友必须要在球的后面。**罚则：自由踢。**

6. 球必须达到10公尺线。**罚则：非踢球队可选择重新踢球或scrum。**

### 替换

6. 球必须达到10公尺线。**罚则：自由踢。**

8. 如果球直接出界，非踢球队选择下列之一：

- 重踢。
- Scrum。
- 争边球。
- 快捷投进。

### 替换

8. 球不能直接踢出界外。**罚则：自由踢。**

9. 如果球在没有接触到任何球员被踢入对手的极阵内,且对手立即压球触接地或球越过死球线,那么非踢球队可以选择重踢或scrum。

替换

9. 如果球在没有接触到任何球员被踢入对手的极阵内,且对手立即压球触接地或球越过死球线,那么非踢球队可以获得自由踢。

## 规则 19: SCRUM

5. 当两队都有15名球员时,每支球队中有8名球员按照图中所示的排列组合在一起。每队必须在前排有两个支柱和一个钩球员,在第二排有两个锁锚。每支球队有三名后排球员来组成scrum。**罚则:罚踢**

替换

5. Scrum时必须要有五名球员分成两排球员。前排由两个支柱和一个钩球员组成,第二排由两个锁锚组成。所有五名球员都必须夹扎直到scrum结束,且不能不夹扎来操弄球。**罚则:罚踢**

6 删除

7d 删除

36. Scrum的结束:

- b. 当球到达最后球员的脚步时,被该球员拿起或被该球队的传锋操弄球。

替换

- b. 当球被球队的传锋操弄。

## 规则 20: 罚踢及自由踢

8. 踢球者可以碰踢,落地踢或定位踢(除了踢出界之外)。

替换

8. 踢球者可以碰踢,落地踢但不能定位踢。



变化  
比赛开始



比赛规则完全适用于比赛的全球变化,但以下变化可由联盟和地区自行决定。这些可以单独选择,不需要一次全部使用。

比赛化的全球变化针对的是社区比赛的低端,在那里招募和保留通常是主要的挑战。每个工会都有责任决定其管辖范围内的社区构成。

## 规则 1 : 场地

3. 图中显示比赛场地的尺寸。

替换:

3. 球场的尺寸是可适应的,应该满足社区和球员数量的需求,例如:半个球场的10人制,在一侧的球门上进行附加攻门踢,场地是边线到边线。

## 规则 2 : 球

附加

4. 青少年组的比赛可以用较小的球。

## 规则 3 : 球队

2. 赛事主办者可以核准每一队少于15人的比赛。

替换:

2. 赛事主办方可以授权每队少于15人的比赛,最少10人。球员数量必须相等

13. 如果其中一支队伍无法派上一名经过训练的前排球员,或因裁判要求,scrum将成为无对抗的。

替换:

13. 即使从比赛开始,如果任何一个球队不能安排一个经过训练的前排球员,或者裁判决定,Scrum必须是无对抗的

14. 赛事组织者可决定是否以无对抗的scrum开始比赛。

替换:

14. 赛事主办方可以规定比赛可以在人数较少的Scrum、无对抗的Scrum或19岁以下的Scrum向对手的阵线推进1.5米。球员数量必须相等

34. 赛事组织者可以依球队的等级,采用循环替换制度,但人数不得超过12人,有关循环替换的规定及制度,由赛事组织者全权负责。

替换:

34. 赛事主办方可以实施“循环替换制度”,这样只要球员没有受伤,他们就可以回到赛场。替换次数没有限制

附加:

## 其他比赛-附加变化:

附加:

35. 赛事主办方也可以采用半场比赛规则,即所有球员必须至少打半场比赛。添加:

附加:

36. 赛事主办方可以通过基于体重的比赛来招募/保留特定人群,例如:70公斤以下

## 规则 5: 时间

3. 非国际的赛事,赛事组织者可以决定缩短比赛的时间。如果赛事组织者没有决定,球队就比赛的时间达成一致。如果他们不能协议,裁判决定。

替换:

3. 比赛应至少持续40分钟,但可以分成相等的一半、四分之一或三分之一。

## 规则 8: 得分

8. 踢球者:

b. 附加攻门要在赛场内进行,通过达阵的地点且平行于边线。

替换:

b. 由赛事主办方规定,在球门前踢球

## 规则 9：暴行

13. 球员不许过早、太迟或危险地tackle对手。危险的tackle包括但不限于，tackle或企图tackle对手的肩线以上，即使tackle是由肩线以下开始的。

### 替换：

13. 球员不许过早、过迟或危险的Tackle对手。危险的Tackle包括但不限于在腰线以上Tackle或试图Tackle，即使Tackle开始于腰线以下。腰部可以用“乳头线”代替，因此有效匹配组织者有三种选择：肩部(目前的规则)、乳头线或腰部高度。

## 规则 14：TACKLE

### 原则

#### 附加：

如果赛事主办方利用比赛对全球腰部高度Tackle的变化，建议他们也确保持球者不会降低他们的身体高度，并且双人Tackle得到批准

## 规则 17：MARK

4. Mark不得从开球或得分后的重新开始开球做成。

### 替换：

4. Mark不得在开球、得分后的重新开球或22米内由进攻方开始

## 规则 18：出界，快捷投进及争边球

### 原则

#### 附加：

赛事主办方可能会决定参赛队伍不得在边线上举球和/或比赛

## 规则 19: SCRUM

### SCRUM规则的变化

40. 赛事主办方可以减少有对抗的Scrum中的人数(根据法律19.6),应用19岁以下1.5米的最大距离推进的变化,或者实施无对抗的Scrum

## 规则 20: 罚踢及自由踢

8. 踢球者可以碰踢,落地踢或定位踢(除了踢出界之外)。

### 替换:

8. 如果罚踢或自由踢发生在球队自己的半场内,踢球的人可以碰踢、落地踢或定位踢(除了踢出界之外)。如果是在对手半场内进行,罚踢或自由踢必须碰踢后立即开始比赛。





# 变化 比赛开始



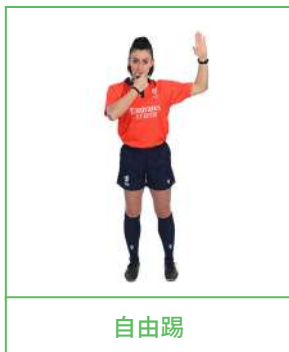
# 裁判手势



## 裁判主要手势



肩膀与边线平行。手臂水平指向投球队。



肩膀与边线平行。手臂弯曲在肘部呈直角，上臂指向没有违规的队伍。



肩膀与边线平行。手臂向上倾斜，指向没有犯罪的队伍。



一手臂在肩膀高度外伸，指向未犯规方约5秒钟。



裁判背向死球线，一手臂向上伸直。



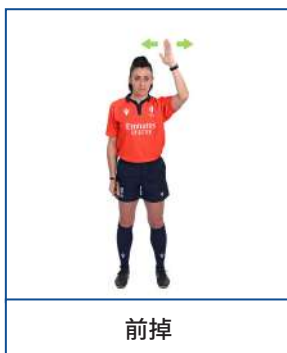
手臂在身前交叉后打开。

单手指向22公尺线。

## 裁判辅助手势 SCRUM



双手做假想向前传球的动作。



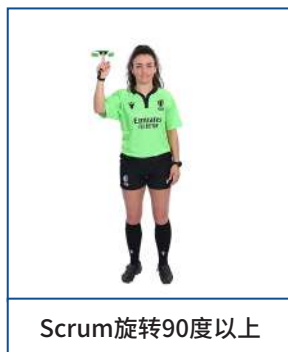
一手张开，高过头，反复左右摆动。



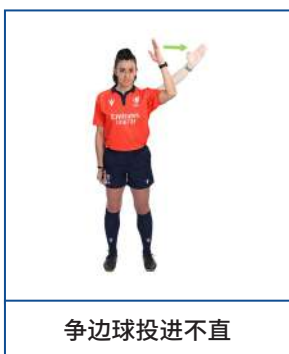
肩膀平行于边线，手臂平举指向scrum投进的一队，另一手臂平举然后指向另一队的阵线，在胸前来回反复动作。



Description



Description



Description



Description

## 自由踢



前排球员抬脚过早

Description



Scrum投进不直

Description



收紧争边球间隔

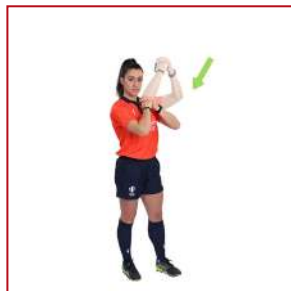
Description



争边球中的扬升与过早支撑

Description

## 罚踢



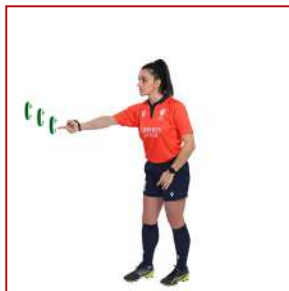
在tackle中不立即放球

双手在胸前做抱球状。



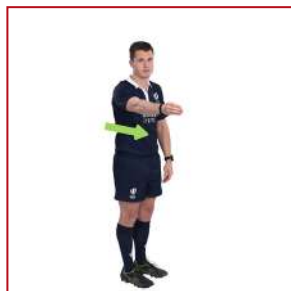
进行tackle不放人

双手在胸上紧收做抱人状，然后张开做放人状。



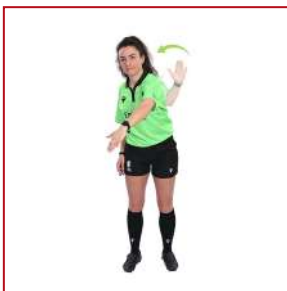
进行tackle或被tackle人不滚离球或人

手指及手臂划小圆从身体扫开。



从错误方向进入tackle处

一手臂水平举起，然后扫划半圆。



故意倒越

弯曲一手臂顺违犯球员倒越的方向模拟倒越动作。



在tackle附近潜跃倒

一直臂手势，斜指向下模拟潜倒动作。



从侧边及最后脚前加入  
ruck或 maul

一手与臂水平、横移。



故意破坏ruck或maul

两臂在肩膀高度作围绕对手状,然后上身下降并扭转把上面的对手下拉。



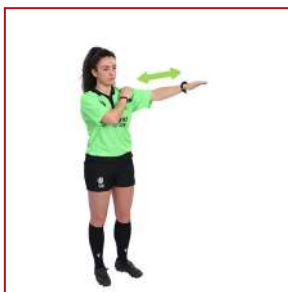
Prop拉下对手

握拳、弯臂,做拉下对手状。



Prop拉扯对手

单臂握拳、肩膀高,做拉扯对手状。



夹扎不实

单肘水平指向外,肩与臂左右移动做撞挤对手样。



手操弄ruck或scrum中的球

单手在地上扫动做操弄球状。





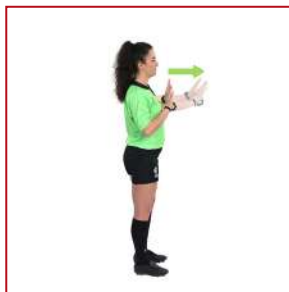
争边球中撞挤

单肘水平指向外，肩与臂左右移动做撞挤对手样。



争边球中倚靠球员

单臂水平、弯肘，手掌面下做向下运动手势。



争边球中推挤敌人

双手肩膀高，双掌向外做推挤状。



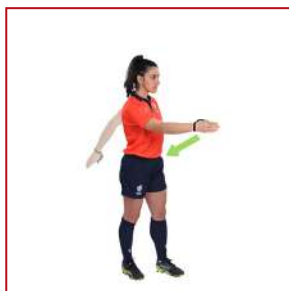
争边球中的越位

单手与臂在胸前向犯规处水平扫动。



在一般比赛的阻碍

双臂在胸前直角交叉如张开的剪刀。



scrum、ruck或maul的越位

双肩平行于边线。单臂下垂，沿越位线做弧线摆动。



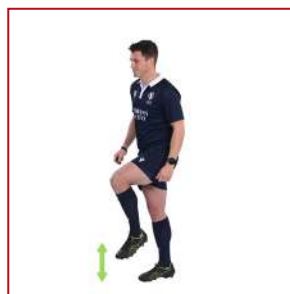
10公尺规则下的越位与罚踢 和自由踢的不够10公尺

双手张开高过头。



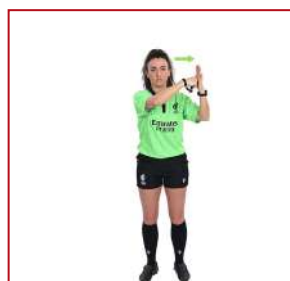
过高的Tackle (暴行)

单手在颈前水平移动。



踩踏 (暴行)

踩踏动作或类似动作来表示犯规。



拳打 (暴行)

一手握拳打张开的另一手掌。



异议 (反驳裁判的判决)

伸出单臂反复开闭手掌模拟说话状。

## 其他手势



组架 scrum

弯手肘两手高过头手指相触。



越位选择: 罚踢或scrum

一臂高举如罚踢。另一臂指向可能替代罚踢的scrum位置。



防护员需求

举起单臂表示受伤球员需要物理治疗师。



医生需求

高过头举起两手臂表示受伤球员需要医生和/或担架



流血的伤口

双臂高过头交叉表示球员有流血受伤必须暂时换人。



开表及停表

当计时需要停止或开始时举手并吹哨。



手臂外展弯曲触碰头部。



手臂组成T型。



伸出食指画一个矩形表示电视屏幕。



裁判向球员出示的牌,表明该球员被警告并短暂禁赛。



裁判向球员出示的牌,表明该队员被永久排除在比赛之外。

## 助理裁判的手势



攻踢球门成功

举旗向上来指示球被踢越两球门柱之间与横杆上方。



出界及投进球队

站在出界点，一手举旗向上，另一手指向投球方。



暴行

将旗帜垂直于边线平举指向赛场。







**WORLD  
RUGBY**



**World Rugby House,**  
8-10 Pembroke Street Lower,  
Dublin 2, Ireland

**Tel** +353-1-240-9200

**Email** [info@worldrugby.org](mailto:info@worldrugby.org)

**[www.world.rugby](http://www.world.rugby)**