帶式橄欖球簡易規則

一、比賽時間：上、下半場各7分鐘不停錶，中場休息2分鐘。

二、人數：每隊報名球員12名，「國小組7人制(帶式)組」可男女混合，下場比賽球員人數

 採7人制。

三、服裝：

 (一)正確的著裝：

 1、球衣必須塞進褲子中。

 . 2、帶子綁在腰際，帶子粘貼在臀部兩邊，顏色必須和球衣不同。

 (二)不正確的著裝：

 1、球衣沒有塞進褲子中。

 2、帶子不在兩邊腰際。

 3、帶子及褲子顏色相同。

 **罰則:違規地點攻守轉換**。

四、得分：

 (一)拿球壓球觸地達陣 – 1分。

 (二)沒有附加攻踢球門。

 (三)進攻球員不能倒撲來達陣得分。

 **罰則：罰踢**。

 (四)國小組不需壓地達陣跑過陣線即可。

 (五)國小組只要有撲球達陣，取消達陣。 **罰則:罰踢**。

五、Tag (Tackle)：

 (一)防守球員扯掉持球者的標示帶時，必須立即將標示帶高舉在空中並叫喊 “TAG”並將

 標示帶交還給被tackle的球員。 **罰則:罰踢**。

 (二) 拉扯標示帶的球員可以成為標記球員，不需退5公尺，但不可在未點球前超過點球者及不可超過攔截點左右兩側1公尺。。

 (三)被拉扯掉標示帶的持球者，必須立即停止並返回在被拉扯掉標示帶的地點，處理球。

 (四)如果有沒拉扯到標示帶喊“TAG”的情況下。**罰則:罰踢，裁判可依利益規則處理**。

六、傳球：

 (一)被拉扯掉標示帶後，持球者可以以下的方法處理球：

 原地傳球(回到TACKLE的點，點由裁判認定或默許，點球之後即可傳球)。快攻時, 後面接球的球員要在點球員後方至少2公尺 (避免危險衝撞發生，由裁判認定是否犯規)

(二)防守方必須退5公尺。**罰則:罰踢 越位的點上。**

七、標記球員 (Marker)：

 (一)Marker在越位線解除後不須再退五公尺即可加入比賽。

八、球出界：距離邊線5公尺，相對應在球出界的地點內開球。

九、踢球：任何形式的踢球，是不允許的。 **罰則：罰踢**。

十、罰踢：碰觸球即走（Tag and Go），將球放在地上，用腳碰觸，然後拿起球。此時防守

 方的球員必須退後5公尺。

十一、越位：

 (一)防守者沒有後退。

 (二)干擾傳球。

 **罰則：罰踢。**

十二、注意事項：

1. 如果進攻球隊在第五次tackle（TAG）之前未能得分，他們將失去控球權，對方球

隊開球。(次數依該大會規定，考量原因:比賽場地。)

 (二)飛撲或倒地搶球是不允許的。 **罰則：罰踢。**

 (三)在陣線前被拉扯掉標示帶，必須回到被拉扯掉標示代的地點處理球(至少退回離陣線5

 公尺)

 (四)持球者被TACKLE前持球者用任何方式去避免阻擋或抵擋防守者，則應該懲罰該球員。 **罰則：罰踢。**(違規事實由裁判認定)

 (五)暴行是一個人在比賽圍場所做的任何違背了比賽規則的文字和精神的事情。它包括阻

 礙，不公平比賽，反覆違例，危險比賽，丟棄標示帶，故意接觸和不當行為，這對比

 賽有害。比賽組織者將決定如果球員在比賽中被驅逐離場，哪些條款是必須的。

 **罰則：在違例的地點或重新開始比賽的地點處以罰踢。**裁判可判紅黃牌（黃牌下場2分鐘, 紅牌則本場不得再下場且不得遞補球員）

 (六)持球球員不允許利用跳躍或轉身來避免被Tag。(轉身定義為超過90度或裁判認定球員以轉身方式躲避對方抓取帶子)

 **罰則：在違例的地點或重新開始比賽的地點處以罰踢。**