

106 學年度樂樂足球、保齡足球『簡易規則』

※ 規劃精神 ※

- (一) 幼兒園及國民小學足球尚屬運動啟蒙階段，相關活動以遊戲為重競技為輔，設計內容考慮學童年齡採簡化、易學且兼顧安全性、趣味性，規則導引比賽活動，以地面球控、傳、踢為主軸，增加參與成就感。
- (二) 規則設計以『器材簡單、學習容易、場地方便、活動安全』之精神，並**參考 105 學年度全國各縣市活動實施狀況，調整部分文字敘述。**
- (三) 考量學校辦理教學活動及班級競賽活動時之方便性，比賽場地、球門、用球、球員裝備及相關規則皆可適時調整。

『保齡足球』

- 一、幼兒園、國小學童及青少年足球初學者趣味競賽遊戲。
- 二、相關資料及規則圖例說明如附件。(彩色圖例及活動資訊公告於中華民國足球協會網站
<http://www.ctfa.com.tw> 首頁 『樂樂足球』專區)

『樂樂足球』

一、球場：

(一) 教學活動或校內競賽：

- (1) 以籃球比賽場地規格為原則，學校躲避球場、排球場、羽球場及相關空地皆可。
- (2) 球場規格可自行調整，長 18~30 公尺，寬 10~18 公尺，罰球區半徑 4~7 公尺，PK 區半徑為一半，任何草地、硬地皆可活動。

(二) 縣市或全國比賽規格：(罰球區半徑 6.5~7 公尺，PK 區半徑為一半)

- (1) 硬地(水泥、PU、木板等)：長 28 公尺，寬 15 公尺(以籃球比賽場地規格為原則)。
- (2) 草地(含泥土、紅土)：長 28 公尺，寬 15 公尺。

二、球門：

- (一) 教學活動或校內競賽：簡易球門自訂規格，或以學校現有設備轉換運用。
- (二) 縣市或全國比賽規格：標準球門 2 公尺(寬) 1 公尺(高)。

三、球：

- (一) 教學活動、校內競賽：改良式樂樂足球、軟式 3 號泡棉足球、排球、足球、躲避球(硬度低、重量輕)，可自行決定，惟需注意安全性。
- (二) 縣市或全國比賽：採用改良式樂樂足球。

四、球員人數：每隊登錄球員 30 人(球衣號碼 1~30)，比賽時每隊上場球員 5 名，男女生

差異不得多於 1 人（3 男 2 女或 3 女 2 男皆可）。

五、球員上場及替換規定：

- （一）每節先發球員 5 名（可用任何登錄號碼）只可以參與本節次比賽，替換離場後不得再次入場比賽。
- （二）其他為替補球員，只能替換上場比賽一次，替換離場後不得再次入場比賽。
- （三）比賽球員場內需保持至少 2 名女生，才准許 5 名球員於場內比賽。
- （四）替換球員須於替補區進行，替換人次不限，可於比賽進行中自行更換球員（比賽球員需先退場，替補球員才可進場，違規者可判罰警告）。

六、球員裝備：

- （一）同一球隊之球衣要相同，並需有號碼區分 1~30 號，可用號碼衣替代。
- （二）需穿戴長襪、護脛，可自由使用頭套、護肘、護膝等防護裝備（軟式、安全性）。
- （三）比賽球場只准許穿平底運動鞋出賽，禁止穿橡膠釘、鋁釘、金屬釘、活動釘球鞋。
- （四）眼鏡須經裁判檢查判定安全性，才可配戴比賽。

七、比賽時間、球員席及發球權：

- （一）高年級比賽 3 節、中年級 2 節，每節 8 分鐘，各節次休息 3 分鐘，並需交換場地及球員席（**第 3 節不必交換場地**），比賽時間以裁判計時為準。
- （二）賽程表排名前者（球員席位於紀錄台左側）第 1 節先發球，第 2 節後者發球，第 3 節發球權由第 2 節結束時控球隊決定（比賽時場外需另備用比賽球 2~3 個以上**並配置檢球員**，避免球隊為戰術需求拖延時間）。

八、裁判執法：

- （一）依據樂樂足球規則精神執行比賽（需於賽前召開裁判會議、技術會議或聯席會議，統一執法標準），並以球員安全維護為優先考量。
- （二）為求比賽順利並流暢進行，**裁判執法**有權降低相關規則處罰條例。
- （三）比賽不使用『合法衝撞』條款，絕對不允許衝撞、鏟球、危險性動作，裁判將對相關犯規加重處罰（黃牌警告、紅牌離場）。
 - （1）黃牌警告：球員於同一場比賽有 2 張黃牌，需立即離場並取消該場比賽資格。
 - （2）紅牌離場：球員被判罰離場（本場失格，需離開球員席），2 分鐘以後（或對方得分）才可替補球員。
- （四）犯規（判罰自由球）：比賽進行中，不得故意用手觸球、衝撞、阻擋、危險動作、鏟球、推人、拉人、踢人、絆人、打人等，及其他不正當或傷害性之意圖及行為。
- （五）得分：
 - （1）球的位置需在射門有效區內（甲隊的罰球區，就是乙隊的射門有效區），以合

法方式射入對方球門得 1 分。

(2) 比賽進行中，球在對方罰球區域外射入球門不算得分，由對方發球門球。

(3) 中線發球、邊線球、球門球、角球、自由球等直接射入球門不算得分，由對方發球門球。

(六) 定位球：

(1) 中線開球、邊線球、球門球、角球、自由球等，踢球瞬間踢球者一隻手必需扶持球固定之（容許踢球者手離開，但須在身體直立前踢中球，不得站直身體後再踢球，需嚴格執行）；對方球員須離球 5 公尺（裁判主動告知對方球員），直接射門入網算球門球，故意延遲踢球 4 秒轉換發球權；**球門球**由對方『發角球』。

(2) 踢罰球點球可以助跑，距離不限，故意延遲 4 秒轉由對方發自由球。

九、中線開球：踢球員可跨越對方半場，並向任何方向踢球。

十、邊線球：球需在擺放於線上或線外（約 25 公分距離內），用腳踢球入場（重心腳可在場外或踏入球場）。

十一、球門球：球需在己方罰球區任何地點（含界線上）範圍內，用腳踢出罰球區，球未離開罰球區比賽不算開始，有人觸球需重踢球門球。

十二、角球：需在角球區域（球門線與邊線交叉點）用腳踢球入場比賽。

十三、自由球：犯規地點踢球。

十四、罰球點球：

(一) 守方球員於己方罰球區內犯規，由對方球隊派人（限場內球員）罰踢。

(二) 攻方球員未進入 PK 區前，守方球員不得故意進入（攻方球員進入 PK 區內或在 PK 區邊緣，守方球員可 1vs1 或 2vs1 貼身防守，但不得故意阻擋球門前），若故意攔阻射門可加重處罰（攻方在射門有效區射門不進.. 守方觸球. 或. 球由 PK 區域內出界.. 判罰球點球 .. 參考規則 PK 圖例）。

(三) 由對方球員於罰球點（中線發球點）罰踢（球需在靜止狀態），踢入球門得 1 分，踢中門柱反彈至場內立刻停止比賽，由守方發球門球。

十五、移動球門：射門時，守方故意移動，球進得分，球不進判罰球點球；攻方故意移動，判守方球門球；犯規者需受黃牌警告。

十六、未得分詮釋：比賽進行中，球在射門有效區域外（含中線發球、邊線球、球門球、角球、自由球）直接射入球門不算得分，由對方發球門球。

十七、附則：中華民國足球協會網站 <http://www.ctfa.com.tw> 首頁 『樂樂足球』專區公告之最新規則圖例，為文字規則之最終補充說明及裁判執法準則。