



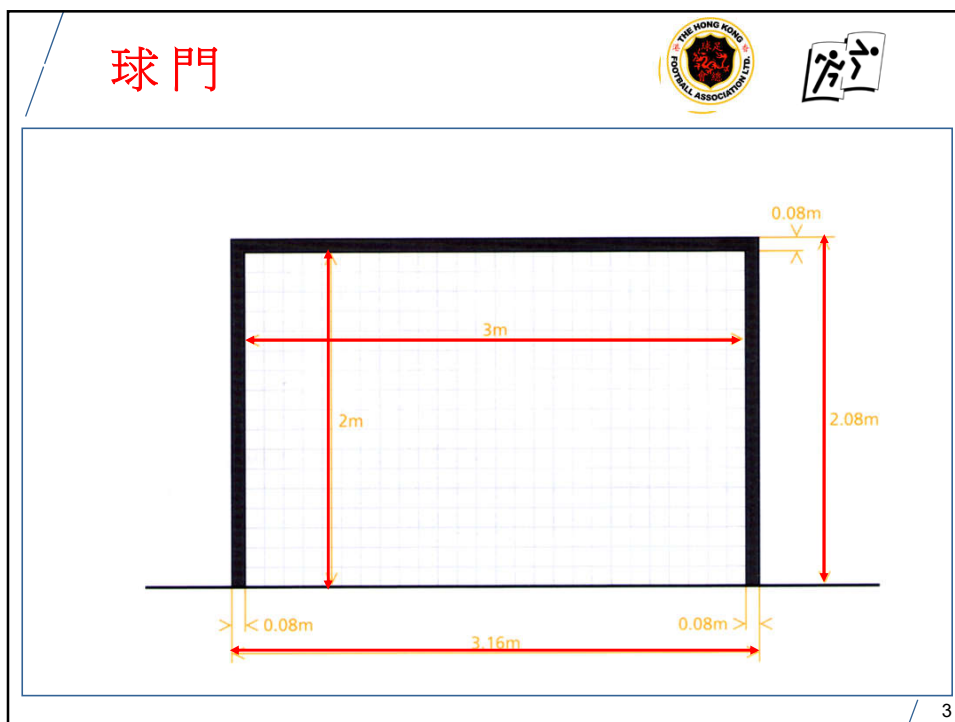
小學校際五人足球 工作坊

第一部份：比賽章則
第二部份：五人足球球例
第三部份：五人足球的「教練
及指導」內容



五人足球球例
2022-2023





球門

球員須穿著有號碼之球衣或有號碼背心、短球褲、襪子及球鞋。球鞋必須為帆布或軟膠製成；鞋底下不可有膠粒或其它突出物體。球員不得穿戴對其他球員有危險性的物件。

護脛可提供球員一定程度的保護，因此必須穿著護脛作賽。

4

球員人數



球員人數

比賽應由兩隊對賽，每隊人數不得超過 5 人，其中 1 人必須為守門員。任何一隊球員少於 3 人時，比賽不能開始或重新開始。

如比賽進行中其中一隊因一名或多名球員故意離開比賽場地，以致比賽場地上少於 3 人時，裁判員不需即時停止比賽，並可運用得益使比賽繼續。在此情況下，於比賽在下一個暫停時，該隊仍然不足 3 人時，裁判員將不得重新開始比賽。

5



球員人數



根據競賽規例，所有球員及後備球員的出場名單必須在開賽前提交給裁判員，如球隊開賽前少於 5 名球員出賽，只有登記於出場名單中的球員或後備球員能夠在到場後參加比賽。

6

球員人數



替換及後備球員人數

在比賽中，替換次數不限。

7

球員人數



替換程序

無論在比賽中或暫停時，球員可以隨時進行替換，當球員進行換人時必須遵守以下規例：

- 離場球員必須由己方替換區域離場，於五人足球球例規定的特別情況除外；



5米

8

球員人數



- 被**替換**之球員**不需**裁判員**准許**，便可以**離開**比賽場地；
- 後備球員進行替換時**不需**裁判員**批准**，便可以**進入**場地；
- 後備球員需要等候**被換出**球員離開場地後，**才可**進入場內；
- 後備球員必須在**己方替換區域**進入比賽場地；

9



球員人數



當後備球員由己方換人區域進入場地的一刻前，須用手將背心交給被換出的球員手上，以完成換人程序。除非被換出球員已獲得裁判員准許或根據五人球例准許的原因從其他區域離開場地，在這情況下，換入的後備球員須將背心交給第三裁判員後才可以進入場地內；

11

球員人數





替換守門員

- 球隊的所有後備球員都可以與其隊之守門員進行替換，在替換前不須通知裁判員或等候在比賽暫停時進行；
- 在比賽場上中的同隊球員與守門員交換位置必須在比賽暫停時進行，及交換位置前必須通知裁判員；

12



球員人數

- 球員或後備球員替換守門員，他們所穿著的守門員球衣，必須在背後標上原本登記的球衣號碼。競賽規例可規定，如球隊使用「進攻守門員」替換守門員，該進攻守門員所穿著的球衣需與原本守門員球衣的顏色相同。

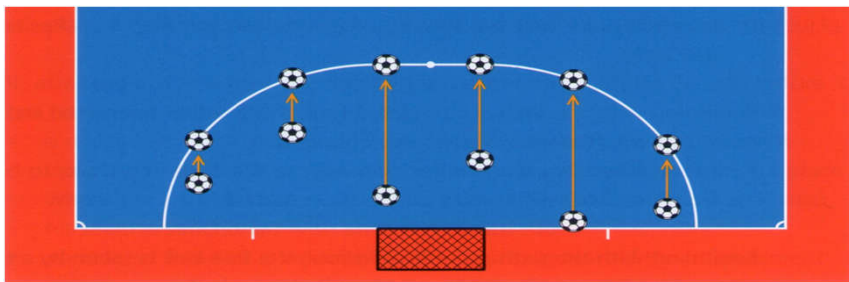
13

球員人數






當球員觸犯換人球例，犯規的球員將會被黃牌警告，判對方球隊獲得一間接自由球重新開始比賽。

如比賽停止時皮球處於點球區域內，則該罰球將放於點球區域界線上重新開始。





14



裁判員

裁判員在比賽中全權執行五人足球球例賦予的權力執法

/ 15



中圈開球

程序

- 裁判員擲毫，擲毫**勝方可**選擇第一節或第二節中圈開球權。
- 除非競賽規例中另有規定，否則**主球隊選擇**在第一節比賽的進攻方向。
- 球隊沒有選擇第一節中圈開球，將於**第二節開始**時中圈開球。

/ 16

中圈開球



所有中圈開球：

- 除開球球員外，所有其他球員必須位於其球隊的半場內；
- 開球的對方球員必須要離球 3 米直至比賽正式開始；
- 皮球必須被放定在中圈點上；
- 當皮球被踢及明顯移動後，比賽便正式開始；
- 中圈開球可直接射門取得入球；但只限射入對方球門。如皮球射入己方球門，判對方得一角球。

17

踢界外球



1 程序

在踢界外球時：

- 皮球必須被放定在皮球越過邊線之位置上；
- 對方所有球員必須站於距離踢界外球地點之邊線位置最少 5 米以外。

當皮球被踢及明顯移動後，比賽便正式開始。

在踢球球員預備踢球時或當裁判員作出訊號後必須在 4 秒內將球踢出。

18

踢界外球



界外球是當整個皮球在地面上，由最後觸球球員之對方球隊在皮球越過邊線之接近邊線位置之處踢出。

踢界外球不可以直接取得入球：

- 如皮球被直接踢入對方球門，判擲球門球
- 如皮球被踢入己方球門，判角球



19

擲球門球



擲球門球是整個皮球在地面或空中越過兩球門柱外的球門線，而最後觸球者為攻方球員而又並非一入球時，判擲球門球

擲球門球是不可以直接將皮球擲入球門取得入球。如皮球直接擲入己方的球門，則判對方得一角球。如直接擲入對方的球門，判對方球隊得一擲球門球。



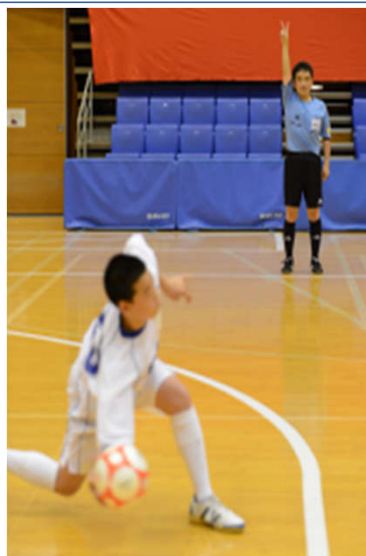
20

擲球門球



1 程序

- 守方守門員可以在點球區域內任向一點將皮球釋放或擲出；
- 當皮球被釋放或擲出及明顯移動後，比賽便正式重新開始；
- 守門員必須在預備發球後或當裁判員發出訊號後的4秒內將皮球擲出；
- 對方球員必須留在點球區域外直至比賽正式開始。



21

點球



在賽事進行中，當一隊在其點球區域內或點球區域界線之場地外觸犯球例第十二章須要判罰直接自由球時，就會被判罰一點球。

點球可以直接射門取得入球。

22

點球



所有球員處於合乎五人球例**要求位置後**，其中一名裁判員**發出訊號後**才可以執行射點球。

主射球員必須將皮球**向前踢出**；利用腳踭踢球是容許的，但皮球必須向前移動。

守方之守門員在皮球被踢時，必須至少有一**隻腳**的一部份**接觸球門線**或與球門線對齊。

23

點球





當皮球**被踢及明顯移動後**，比賽便正式開始。

主射球員在踢出皮球後，在未有其他球員觸球前**不得再次觸球**。

24

自由球



只有在比賽進行中觸犯球例，才會被判罰**直接自由球**、**間接自由球**及**點球**。

所有的**直接自由球**犯規均屬於**累積犯規**項目。

25

自由球



1. 自由球的種類

球員、後備球員、已被驅逐離場球員或**球隊職員**觸犯球例時，裁判員會判予對方球隊一**直接或間接自由球**。

當執行直自由球或間接自由球時，其中一名裁判員需**明確顯示**計算**4 秒**訊號



26

間接自由球



如守門員觸犯下列任何一項犯規，判對方得一間接自由球：

- 將皮球傳出後，如皮球未經對方球員玩球或觸及，在己方半場任何位置再次接觸由己方球員蓄意回傳之皮球；



27

4 秒球例





4 秒球例

1. 守門控制皮球 (自己半場)
2. 自由球
3. 第六次或以上累積犯規或第二點球
4. 踢界外球
5. 擲球門球
6. 角球



紅牌驅逐離場



/ 29



紅牌驅逐離場



在比賽開始後，一名後備球員可在 2 分鐘驅逐離場時間完結後進入場內代替被驅逐離場的球員(即球隊完成比賽2分鐘倒數時間)，但需得到計時員或第三裁判員的准許下進場，除非於該 2 分鐘驅逐離場時間完結前出現入球，並根據以下情況作出替補：

/ 30

- 如場上是 5 人對 3 人或 4 人對 3 人而較多人數一隊取得入球，較少人數的一方只可補入 1 名球員；
- 如兩隊同時場上是 4 人或 3 人，即使有任何入球，不得引用以上原則補入球員，應以此球員數目繼續比賽直至 2 分鐘倒數時間完結；
- 如場上是 5 人對 3 人，而 5 人一隊取得入球，則 3 人一隊只可補入 1 名球員；
- 如場上較少人數一隊取得入球，繼續以現時球員人數比賽直至 2 分鐘倒數時間完結，但若較多人數的一隊其後在倒數時間內取得入球則例外。

31

決定比賽結果方法

互射點球決勝負



程序

在互射點球決勝負前

- 在比賽結束後及在互射點球決勝負開始前，如一球隊比其對方多出球員(包括後備球員)時，可選擇是否減少球員數目至雙方人數相同，球隊必須通知裁判員那一名合資格球員姓名及球衣號碼在名單被刪減。任何被刪減的球員不能參加射點球決定勝負(但下列情況則例外)；

32

決定比賽結果方法
互射點球決勝負

程序
在互射點球決勝負前

- **守門員**在互射點球決勝負**開始前或過程中**不能繼續比賽，可以由**其他球員**或一名**被刪減**達至雙方球員數目相等的球員代替，但該換出的守門員**不能參與**餘下的過程及主射點球；
- 如被**換出的守門員**已經**主射過點球**，該名代替守門員的球員只可在**下輪點球**才可主射點球。

33



決定比賽結果方法
互射點球決勝負






34

決定比賽結果方法
互射點球決勝負






程序
在互射點球決勝負中

- 合資格之**同隊球員**可與守門員**互換位置**；
- 如守門員觸犯球例而導致**點球重射**，守門員會被**口頭警告**，再犯則會被**黃牌警告**；
- 如主射球員在裁判員發出訊號後**觸犯球例而被判罰**，該點球被**判作射失**，而主射球員應被**黃牌警告**；
- 如守門員及該主射球員**同時觸犯球例**，點球被**視作射失**而該**主射球員**應被**黃牌警告**；

35

決定比賽結果方法
互射點球決勝負

程序
在互射點球決勝負中

- 在互射點球決勝負**開始後**，如一球隊**需要減少球員數目**時，人數較多的球隊可**選擇是否減少球員數目**至雙方**人數相同**，如球員有被刪減，球隊必須**通知裁判員**被刪減每一名球員姓名及球衣號碼。任何被刪減的球員**不能參加**射點球決定勝負(但一些情況則例外)。

36

決定比賽結果方法
互射點球決勝負



根據以下情況，每隊主射 5 個點球

- 雙方以**交替式輪流**主射；
- 每一個點球由不同的合資格球員主射及直至同一球隊**所有合資格球員俱曾主射點球後**，球員才可作**第二次主射**；
- 當所有合資格球員**完成首輪點球**決勝負後，要進行第二輪點球決勝負，點球程序原則不變，但球隊可改變**主射點球球員次序**；

37

決定比賽結果方法
互射點球決勝負



根據以下情況，每隊主射 5 個點球

- 如雙方在射完 5 次後的人球數字仍然相同，在此情況下，射點球應繼續進行，直至雙方主射次數相同，而**其中一隊多對方一個人球為止**；
- 互射點球決勝負不能因為有球員**離開比賽場地**而有所延誤。假如該名球員未能在**適當時間**內返回比賽場地內主射該點球，該名球員將會**喪失主射點球權利**(作不入球論)。

38

決定比賽結果方法
互射點球決勝負



在射點球決勝負進行中的替換程序或驅逐離場情況

- 裁判員可向**球員、後備球員**或已被**換出球員**作黃牌警告或紅牌驅逐離場；
- 當**守門員**被**紅牌**驅逐離場，**只可**由另一名合資格球員或後備球員代替完成餘下的程序；
- **除守門員受傷外**，其他不能繼續比賽的球員或後備球員**不得替換**；
- 當其中一隊少於3名球員，裁判員毋須腰斬比賽。

39

累積犯規



累積犯規

所有的**直接自由球**犯規均屬於**累積犯規**項目。

40

累積犯規



每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)

在每一節比賽中，從球隊第六次觸犯累積犯規開始，對方球隊將獲得一第六次或以上累積犯規自由球。無論如何，如第六次或以上累積犯規發生在犯規人仕的點球區域內，則判點球。

41

累積犯規



每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)

第六次或以上累積犯規自由球(DFKSAF)可直接射門取得入球，射球者亦必須嘗試把球射入對方球門內。

執行第六次或以上累積犯規自由球(DFKSAF)時，守方球員不得排「人牆」防守。

42

累積犯規
每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)






- 皮球必須放定在 **10 米** 點球點上或放定在觸犯第六次累積犯規(DFKSAF)的地點



40 x 8 厘米
5 米

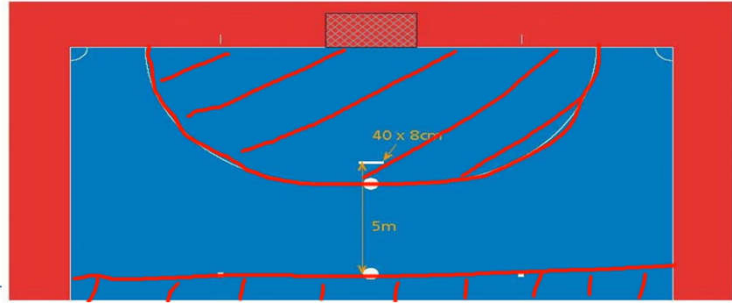
43

累積犯規
每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)

(倘若開球點是在點球區域外，距離守方球門線 **10 米**，想像與球門線平衡之平衡線之間位置)；



- 如累積犯規(DFKSAF)發生在此範圍內，對方球隊可選擇在**10米**點球點或在犯規地點主踢自由球(DFKSAF)；



40 x 8 厘米
5 米

44

累積犯規
每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)




程序

- 守方守門員須留在己方點球區域內並離球至少 5 米直至比賽重開始；
- 主射球員踢出皮球後，在未有其他球員觸球前不得再次觸球。


45

累積犯規
每一節比賽的第六次或以上累積犯規罰球(DFKSAF)



程序

* 球員在比賽重新開始的位置是決定於他們的腳或身體任何部分接觸到球場位置(參考五人足球用語)。



附加標記
10米點球點向
球門線的5米標記線

46

要求暫停

每隊在每一節比賽均賦予一次為時1分鐘的「要求暫停」機會。

原則：

- 球隊職員可向第三裁判員或當沒有第三裁判員的情況，可向計時員提交文件，要求1分鐘的「要求暫停」；
- 比賽進行中球隊提出「要求暫停」，計時員可於其後的比賽暫停及該球隊正擁有控球權時，使用其他的哨聲或聲音訊號通知裁判員，示意比賽暫停；
- 當「要求暫停」的暫停時間
- ❖ 球員可停留在場內或離開場地，而球員補充飲料時必須離開比賽場地
- ❖ 後備球員必須處於比賽場外
- ❖ 球隊職員不可進入比賽場地內作出指示
- 後備球員只可以在哨聲或聲音訊號示意「要求暫停」完結後，才可以進行替換程序。

Teaching/Learning Tools

第二部份： 五人足球球例

Q&A

