

體育發展方案高中職群組 3 對 3 籃球賽比賽規則

比賽開始：由猜拳決定球權，每次進球後交換球權，比賽僅於有哨音時需要至三分線外洗球恢復比賽。

時間：每場比賽時間8分鐘，最後1分鐘停錶，每隊有1次30秒暫停機會(暫停時停錶)。

得分：在三分線內的投籃得2分、三分線外的投籃得3分、罰球每中一球得1分，先得21分的隊伍獲勝。

驟死賽：比賽時間終了若分數相同時以猜拳決定球權，先得分者獲勝。

罰球：正在投籃動作中的球員於三分線內被犯規獲得2次罰球，三分線外被犯規獲得3次罰球，若被犯規的球員正在投籃動作中：球中籃、得分算再加罰球1次，罰球時需站位搶籃板。

犯規：個人犯規不記，團隊犯規達第四次時，每次犯規由對方罰兩球

不合運動道德犯規及技術犯規：比賽動作過度劇烈、非針對球而接觸對手、口出穢言、意圖使對手受傷等情況被判罰時，對手罰球2次並賦予球權。

其他：

- 每次得分後攻守【進攻球權】互換，須由籃框正下方運球或傳球至三分線外(雙腳回場)，完成攻守交替不需洗球，新防守方(原進攻方)不可於球離開籃底進攻合法衝撞區前進行防守動作。
- 遇爭球時，控球權由原防守方獲得。
- 比賽僅於死球並有哨音時得請求暫停或替補
- 延誤或不積極進行比賽(例：未試圖得分)時宣判違例