



『青苗籃球培訓計劃』 強者之戰 章程

組別：男子 A 組、女子 D 組

日期：2026 年 8 月 16 日 (星期日)

時間：上午 8 時半至下午 8 時

地點：順利邨體育館

I. 賽制：

男子 A 組及女子 D 組將以單循環制進行五人賽；
分組安排如下：

男子 A 組		女子 D 組	
男子 A 組 (8-11 歲)	A1	女子 D 組 (8-11 歲)	D1
	A2		D2
	A3		D3
	A4		D4

名次決定：

- 初賽計分方法：勝者得 2 分，負者得 1 分，棄權者 0 分(比分為 20:0)。
- 如兩隊積分相同，則以兩隊對賽成績決定，以勝者為勝。
- 如兩隊以上同分，又未能以(b)決定出線隊伍，則以積分相同的球隊之間的比賽得、失分數之商判定，商大者為勝。
- 如仍相同，則以抽籤決定。

II. 比賽規則：

- 除特別聲明外，其餘按『2022 年國際籃球規則』執行。
- 各組別賽事將依照下列「一般計時法」使用比賽計時鐘。
- 除下列情況按國際籃球規則計時外，比賽計時鐘一概不停：
 - 暫停；
 - 第一節、第二節及第三節，最後三十秒；
 - 第四節及加時最後二分鐘；
 - 職員特別情況下要求。
- 當球隊執行違反運動道德付予發球權發球後及當最後兩分鐘獲得後場發球權之球隊請求暫停後選擇前場發球後，控球時間均為 14 秒。直至控球權發生轉換才回復一般計時法之規定。
- 第一節與第二節之間、及第三節與第四節之間休息一分鐘；第二節與第三節之間休息五分鐘。
- 每節比賽時間為八分鐘。
- 凡比賽法定時間完結時雙方打和，須進行 5 分鐘加時賽；
- 若加時賽完結時仍未能分出勝負，則採用「黃金入波」制決勝，即率先得分（包括罰球或投球）之球隊為勝方。
- 賽事採用五號籃球。



『青苗籃球培訓計劃』 強者之戰 章程

III. 棄權：

- (1) 球隊應依照賽程表編定時間派隊出賽。
- (2) 如於編定時間逾時不派隊出賽、不足五人出賽或未填妥紀錄表均判作棄權論（球隊有責任於臨場比賽前到報到處領取比賽紀錄表填寫出賽名單）。
- (3) 棄權或被判棄權一次，即可取消比賽資格。（同時球隊已賽及未賽之得分不再計算）。

IV. 球員出場安排和防守規則：

- (1) 教練必須於**開賽前**向總會職員遞交「**出場次序表**」。每場比賽均須輪流派出所有學員上陣，如未按表派全員出賽或未交表者，均判棄權（對賽隊伍以 20:0 獲勝）
- (2) 淘汰賽階段（準決賽、季軍賽、冠軍賽），教練只需確保所有球員均有上場機會即可，上陣時間不限。
- (3) 除冠軍賽外，每隊在每場比賽的四節中，必須在**最少兩節採用【半場人盯人】防守**（即全節 8 分鐘均須執行）。
- (4) 總決賽不設防守戰術限制。
- (5) 如有球員在比賽中受傷或出現特殊情況，詳情安排請參閱「出場次序表」。

V. 裁判：

由中國香港籃球總會裁判擔任。

VI. 獎勵：

- (1) 頒獎典禮將於 **A 組和 D 組決賽結束後**隨即舉行，現場將頒發各組別獎項並進行大合照。
- (2) 男子 A 組及女子 D 組設**冠、亞、季及殿軍**。各獲獎隊伍獲獎座乙座，球員皆可獲獎牌乙枚。
- (3) 決賽階段各組設「**最有價值球員獎 (MVP)**」一名（可獲獎座乙座）。由中國香港籃球總會之冠軍隊教練、場監及當值裁判，根據球員在決賽的整體表現投票選出。

VII. 其他：

- (1) 學員必須於**編定時間前 20 分鐘**到達場地向教練報到。
- (2) **首場賽事之參賽球隊**的教練須於 08:50 AM 前攜帶球員身份證明文件、分組表及出場次序表前往報到處，預先供工作人員核對。
- (3) 學員必須帶同付有**照片之身份證明文件**(身分證 / 護照 / 學生手冊 或學生証) 登記。
- (4) 學員必須穿著**整套指定青苗比賽球衣**（包括球衣及球褲）出席賽事，否則一律不准出賽。
- (5) 不可在場內進行飲食，並於比賽前勿過量進食。
- (6) 請勿攜帶大量金錢及貴重物品出席比賽。
- (7) 各參加者必須遵守場館守則。
- (8) 任何球員必須有禮貌及絕對服從裁判的判決。
- (9) 任何組別在比賽中有不君子行為或集體毆鬥，經賽會調查屬實後，則犯規組別將被取消資格。
- (10) 如比賽當日活動開始前兩小時天文台仍然懸掛八號或以上風球，或天文台發出黑色暴雨警告訊號，比賽將會取消。賽會將另行通知參加者有關安排。
- (11) 如賽程有未盡善處，賽會保留修改賽程的權利，參加者不得異議。