

第二章 参赛要求

第一节 比赛项目

青少年九人制美式装备橄榄球

第二节 年龄级别

U8: 2022年9月1日前未满8周岁的球员

U10: 2022年9月1日前未满10周岁的球员

第三节 体重分级

参赛队员需要符合每个组别的体重上下限要求，不符合要求禁止参赛。超过攻防线分界的队员在场上只可以参加攻防线的位置，并且会贴上专用线上队员标记（有此标记队员在参加进攻线时，即使符合了基础规则中的第一次向前传球的接球条件，也不可以进行接球。但在活球状态中，如出现掉球、抄截、在空中接到碰触到其他队员的传球、完成第一次向前传球后的后续平行向后传球等则不进行限制）。

U8: 体重下限 25KG, 体重上限 65KG, 攻防线体重分界为 50KG

U10: 体重下限 35KG, 体重上限 75KG, 攻防线体重分界为 60KG

第四节 参赛人员

1. 球队应有独立的教练团队，并由 15 至 25 名球员组成。
2. 双方球队上场参赛球员为 9 人。在比赛进行时，各队至少有 7 名球员进行比赛，少于 7 名球员的球队将自动判负。
3. 球队需要主动向裁判报备本方场上队长及教练员，比赛中允许一名教练员在场上进行指挥，但不得影响比赛进程。
4. 一支球队准许报名 3 名外籍球员（非中国籍）在比赛中，只能准许 1 名外籍球员在场上参赛，可以进行轮换。

第五节 球衣号码规定

球衣上的号码可以 1 至 99 号，0 号和 00 号禁止使用，1 至 99 号不限制使用位置。

第六节 必要的装备

在训练和比赛中，所有球员都需要穿戴以下物品：头盔（保证同队球员统一配色）
肩甲
球裤（保证同队球员统一配色，必须配有膝盖保护、胯骨保护、尾骨保护、

大腿保护)

球衣 (保证同队球员统一配色)

护齿 (必须使用可绑护齿, 同时必须绑在面罩上)

护裆 (男性球员可选择配戴)

球鞋 (不可使用钢制或铁质鞋钉球鞋)

眼镜 (必须是运动眼镜, 禁止配戴金属材质眼镜)

其他保护器具必须由中国橄榄球协会认可后方可佩戴

不可配戴任何饰品

如违反上述规定, 球员将会被停止比赛。

备注: 除头盔、肩甲、护裆以外, 其他护具均需采用软质护具以减少对抗伤害。严禁使用或配戴冰球类、轮滑类、足球类的硬质护具。

第七节 监管人员

每场比赛需要至少有 1 名赛事组委会工作人员在场监督。

第八节 得分方式和胜负判定

每一支队伍被允许通过传球或跑球的方式在规定的进攻档次中带球进入达阵区得分, 并在得分后根据规则进行附加分; 终场时得分最多的球队获得胜利。

第三章 比赛基础规则

第一节 区域和线

第一条 场地

场地是指在场地及安全区域范围内及向上延伸的空间区域。

第二条 比赛区域

比赛区域是指边界线和达阵区前线内的区域 (不包含达阵区)。

第三条 达阵区

达阵区是达阵前线 and 达阵区底线之间的 7-10 码的区域 (达阵区包含达阵区前线)。

第四条 码线

在比赛场地中表面码数的展示线, 根据场地大小, 5 码或 10 码标记一条。

第五条 达阵区前线

达阵区前线设置在比赛场地的两端, 达阵区前线和达阵区底线标明了达阵区。达阵区前线向上延伸成一个垂直于场地的平面, 该平面将达阵区和比赛区域分开, 每个球队都需要防守自己的达阵区前线, 争取不被对手突破。

第六条 中场线

中场线位于双方达阵区前线的正中间，是进攻方获得首攻的标记线。

第七条 界内与界外

由边线和达阵区底线所包围的内部区域属于界内，其他任何位置（包含边线和达阵区底线本身）都属于界外。

第八条 团队休息区

休息区位于场地安全区域外（距离边线 3 码外）如果比赛两队休息区分处在场地两侧，则休息区范围纵向距离为两端非跑区位置之间区域。横向宽度为 5 码。如比赛两队休息区分在场地同侧，则每队的休息区都是呈纵向由己方非跑区至中场线位置，横向宽度为 5 码。休息区允许使用电子设备（耳机、录像机、智能手机等）。

第二节 全面禁止的行为及保护性规则

第一条：（恶意掩护）由下至上用头盔撞击对方球员或直接用身体切击另一名球员的大腿和膝盖。

第二条：（砍伐战术）两名或两名以上球员在阻挡另一名球员时，一名球员用身体切击该名球员腰部或腰部以下部位，另一名球员同时撞击该名球员腰部以上位置。或以明显的攻击性目的对对方球员的膝盖部位进行恶意的攻击行为。

第三条：（头盔撞击）球员使用自己头盔面部或头顶进行任何形式的攻击行为。

第四条：（恶意背部撞击）对非持球球员进行恶意的背部撞击。

第五条：（恶意的攻击性行为）球员在任何时候任何位置都不允许对己方球员和对方球员进行脚部的铲、绊、踢、踹，或用手部有意识的对要害部位的不合理攻击行为。

第六条：（拉拽面罩）任何球员在任何时候任何位置都不允许使用手部去拉拽对方球员的面罩，或者对头部或颈部有明显的攻击行为。

第七条：（恶意延时撞击）当场上球员出现僵持阶段时，不可进行恶意的撞击行为，但可以进行辅助的拉、拽、抱、推等动作。或在已经明细成为死球的情况下进行攻击行为。

第八条：（开球中锋保护规则）在任何阶段，中锋开球时，防守组球员皆不可以面对面与中锋站位，如需要在此位置防守，则需要退后一码距离。开球后，如果中锋球员未向前推进，则防守组球员皆不可以直接从正面撞击中锋球员。（中锋两侧空隙不受限）如果中锋开球后向前推进越过了开球线，则无视此规则。

第三节 比赛时间

全年龄段组别比赛，比赛分为 4 节，每节 12 分钟。

比赛采用毛时计时，下半场最后 2 分钟为官方暂停时间，暂停结束后为静时计时。

静时停表：出界、首攻、暂停、达阵、教练员挑战、裁判员叫停比赛、犯规、球员受伤、附加分。

第一节与第二节之间休息 1 分钟、第三节与第四节之间休息 1 分钟。

第二节与第三节之间为中场休息，休息时间为5分钟，双方交换场地。
每档进攻布置战术时间为30秒（裁判落球响哨后开始计时，最后10秒进行倒数播报）。

第四节 暂停及挑战

每支球队一场比赛有2次暂停机会，暂停时间为30秒。
每支球队每半场比赛有1次挑战裁判判罚的权利，挑战次数不累计（上半场剩余次数不可累积到下半场使用）。
当教练提出挑战后，裁判团队对该档判罚进行复议。如挑战成功，则进行改判；如挑战不成功，则维持原判，并扣除挑战方一次暂停机会。如挑战方已使用完暂停次数，则无权进行挑战。

第五节 球员规定

场上球员为9人。
球队可以无限更换场上球员。
伤病球员康复后必须有医生的诊断证明方可返场参赛

第六节 不合格球员

以下是不合格球员的定义，一旦球队中出现不合格球员，则该球队将被取消比赛资格及比赛成绩。
不按照中国橄榄球协会相关规定签署书面材料的球员（包括但不限于免责声明等）。
不签署规定的球员合同（俱乐部会员合同，非俱乐部会员禁止参赛）。
不按照中国橄榄球协会相关规定要求着装的球员（比赛护具及平时着装）。

第七节 计分方式

达阵——6分
附加分——1分（2码线开球）
附加分——2分（5码线开球）
安全分——2分
任意球——3分（暂无）
弃权——胜负关系判负、单场积分为0分、净胜分按14-0计算

第八节 开球及分段

第一条 上半场（第一节、第二节）

比赛开始前，每队应主动将本队教练员（至多两名）及队长（至多两名）告知裁判员。
赛前三分钟主裁判员与两队队长在场地中央进行猜币仪式，由客队猜先。猜币获胜队伍选择率先进攻或防守（在进攻方10码线上开球），另一支队伍选择进攻方向。

第二条 下半场（第三节、第四节）

下半场比赛双方交换进攻方向，由上半场率先防守的队伍在本方10码线上开始进攻。

第三条 加时赛（决胜局）

如果全场比赛结束时双方比分相同，且比赛必须确定出胜利者，此时将会进入到加时赛。

- a. 加时赛前休息两分钟。主裁判员与两队队长在场地中央进行猜币仪式，由客队猜先。
- b. 猜币获胜队伍选择率先进攻或防守，另一支队伍选择进攻方向。
- c. 加时赛不允许球队暂停。
- d. 加时赛按附加分争胜模式进行。双方按顺序进行 2 分分值的五码线的附加分进攻。两队都进行完成后，如果全都得分或未得分，则再进行下一轮，直至出现一方得分和另一方未得分的情况，由得分方获得比赛胜利。
- e. 在加时赛阶段，如出现犯规，在下一轮次不进行追加处罚。
- f. 如果出现防守方抄截，则直接吹停比赛，按进攻方未得分计算。

第九节 中锋保护规则

任何防守线队员不可以直接面对对方开球中锋站位，如需要在此区域防守则必须离开球线 1 码后站位，同时开球时禁止主动攻击开球中锋。开球中锋未通过开球线时，防守方禁止对他进行任何形式的正面撞击，但可以从中锋两侧的空隙进行突袭，在突袭过程中可以产生合理的身体对抗。

第十节 进攻线线上规则

开球时，必须有不少于五名进攻组球员站在线上，最外侧的两名线上球员可以进行接球（如果最外侧两名球员是体重标记球员，则不可以接球）。线上球员需要顶线站位，但身体任何部位在开球前不能越过开球线。

开球前，准许一名线后球员进行平行及向后的移动，但不能向开球线方向移动。

第十一节 进攻组冲球

四分卫在接到中锋的开球后可以直线跑球（持球冲击中路）。四分卫如果进行递交球战术，在开球线后可以向身体四周任意位置进行递交球动作，并且在开球线后，进攻队员可以进行无限次数的递交球。如果四分卫跑过开球线后，则不能进行向前的递交球或者传球（任何进攻队员都可以在持球越过进攻线后，进行平行和向后的传球或递交球，但不可以向前进行任何形式的传球，同时进攻队员不可以两人或两人以上同时触球前进）。任何进攻组队员进行冲球时，其他队员皆可以进行掩护及阻挡动作，但不能有蓄意的恶性冲撞，如低位切腿等动作。

第十二节 中立区对抗及掩护

在中立区前五码内，双方队员在任何位置都可以进行合理的身体对抗（主要以正面对正面的对抗为合理对抗，但不能对无球队员进行任何擒抱类动作），如进攻方持球突破 5 码后，则防守方只可以对持球队员进行擒抱类（包含拉、推、撞、抓等）动作，进攻组其他队员可以进行安全开路保护，但不能进行背后的撞击和推击行为，可以进行合理的正面及侧面的阻挡动作。

第十三节 其他规则

- a. 达阵后开球点为新的进攻方 10 码线处
- b. 附加分在防守方 2 码线或 5 码线进行（暂无射门）。
- c. 进攻方球员在跑出界后，则在比赛中不可以进行任何形式的接球行为，包括捡掉球和进行二次以上的平行和向后传球。但可以为己方球员进行掩护。
- e. 进攻组球员在列阵后，如果要更换战术站位，需要在进攻方所有球员完成新站位后，全体停留时间超过 1 秒钟后，中锋方可开球。

第四章 基本处罚规则

第一节 防守犯规（向进攻方向罚码）

- 越位：罚 5 码，进攻方重打此档
- 越线侵人：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法阵型：罚 5 码，进攻方重打此档
- 场上多人：罚 5 码，进攻方重打此档
- 拉人：罚 5 码，进攻方获得首攻
- 非法用手：罚 5 码，进攻方获得首攻
- 非法用脚：罚 5 码，进攻方获得首攻
- 非法战术：罚 5 码，进攻方获得首攻
- 撞击中锋：罚 5 码，进攻方获得首攻
- 干扰接球：罚 10 码，进攻方获得首攻
- 抓面罩：罚 15 码，进攻方获得首攻
- 冲撞传球手：罚 15 码，进攻方获得首攻
- 撞击头盔：罚 15 码，进攻方获得首攻
- 拉拽衣领：罚 15 码，进攻方获得首攻
- 延迟撞击：罚 15 码，进攻方获得首攻
- 违体犯规：罚 15 码，进攻方获得首攻

第二节 进攻犯规（向非进攻方向罚码）

- 提前移动：罚 5 码，进攻方重打此档
- 越位：罚 5 码，进攻方重打此档
- 拉人：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法前移：罚 5 码，进攻方重打此档
- 场上多人：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法阵型：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法换位：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法移动：罚 5 码，进攻方重打此档
- 非法用手：罚 5 码，进攻方失去一次进攻机会
- 延迟比赛：罚 5 码，进攻方失去一次进攻机会
- 非法换人：罚 5 码，进攻方失去一次进攻机会
- 非法战术：罚 5 码，进攻方失去一次进攻机会

协助持球队员：罚 5 码，进攻方失去一次进攻机会
干扰接球：罚 10 码，进攻方失去一次进攻机会
非法用脚：罚 10 码，进攻方失去一次进攻机会
违体犯规：罚 15 码，进攻方失去一次进攻机会
切割阻挡：罚 15 码，进攻方失去一次进攻机会
砍伐动作：罚 15 码，进攻方失去一次进攻机会
削剪动作：罚 15 码，进攻方失去一次进攻机会