

定義

罰踢與自由踢，是因為對方違規而判給非違規隊的踢球。

21.1 罰踢與自由踢在何處判給

除非規則另有規定，罰踢與自由踢的標點是在違規的地點。

21.2 罰踢與自由踢在何處執行

- (a) 踢球員必須在穿過標點的線上的標點上或後方執行罰踢與自由踢。如果罰踢與自由踢的地點，是敵方陣線前5公尺以內時，踢球的標點是在對應於違規地點、距離陣線5公尺的地方。
- (b) 防守方在達陣區內，獲得罰踢或自由踢，執行標點在犯規地點，攻擊方則標點在對應犯規地點距達陣線五公尺執行。

罰則：踢球方有任何的違規，必須scrum時，執行地點在對應罰踢或自由踢標點距達陣線五公尺處，由對方投球。

21.3 罰踢與自由踢如何執行

- (a) 因違規而判給的罰踢或自由踢，可由任何球員，用碰踢、落踢、或定踢任何踢球方式執行。踢球，可用小腿或腳的任何部分，但膝蓋和腳踵是除外的。

規則21. 罰踢與自由踢



- (b) 把球往膝蓋上碰彈，並不是執行踢球。
罰則：踢球方的任何違規結果是在標點的scrum。由對方投進球。
- (c) 踢球員必須使用原比賽用球，除非裁判員認定該球已經有缺陷。
罰則：踢球方的任何違規結果是在標點的scrum。由對方投進球。

21.4 罰踢與自由踢的替代與要求

- (a) **可代以scrum：**被判給罰踢或自由踢的隊，可以選擇scrum做替代並投進球。
- (b) **不許拖延：**如果踢球員向裁判員表示要執行罰踢射門的意志，該踢球必須在表示射門意志以後1分鐘以內完成。踢球意志是靠豎球墊或砂的到達或踢球員在地上做標點來標示的。踢球員必須在該分鐘內完成踢球，即使球滾倒而必須再重豎。如果該1分鐘逾越，不許踢球，在該標點命令scrum而由對方投進球。採其他踢球方式時，踢球也不許有不當拖延。
- (c) **清晰的踢球：**踢球員必須把球踢出一段可見距離。如果踢球員拿著球，它必須被清晰踢離雙手。如果球是在地上，它必須被清晰踢離標點。
- (d) **定踢出界：**踢球員可碰踢出界或落踢出界，但不許定踢出界。
- (e) **踢球員的動作自由：**踢球員可以自由把球踢向任何方向，而且可以再操弄該球。
- (f) **在極陣內執行的踢球：**當罰踢或自由踢在一隊的極陣內執行，而有防守球員靠暴行阻止對方球員達陣得分時，將判給懲罰達陣。

規則21. 罰踢與自由踢



- (g) **在該極陣內成為死球**：如果罰踢或自由踢是在極陣內執行，而球進入極陣邊場、或在死球線上或越過死球線、或有防守球員在球越過陣線以前把它做成死球，將判給5公尺scrum。由攻擊隊投進球。
- (h) **在球後**：所有踢球方球員，在罰踢或自由踢時，必須在球後方，直到球被踢為止。只有採取定踢時的豎球員是可以例外的。
- (i) **急速踢球**：如果罰踢或自由踢急速執行踢球，以致踢球方球員還在球前方，他們將不因越位而被處罰。不過，他們必須即刻後退。他們必須不停後退，直到成為在位為止。他們不許參加比賽，直到成為在位為止。這規定適用在該隊全體隊員，不管他們是在比賽面積內或比賽面積外。
- (j) 在這樣的情形下，球員可因他自己跑回執行罰踢或自由踢的隊友後面，或持球的隊友跑到他前面，或當球被踢時處身在球後面的隊友跑到他前面，而成為在位。
- (k) 越位球員不可能因為敵隊球員的任何行動而成為在位。
罰則：除規則另有規定外，踢球方的任何違規結果是在標點scrum。由對方投進球。

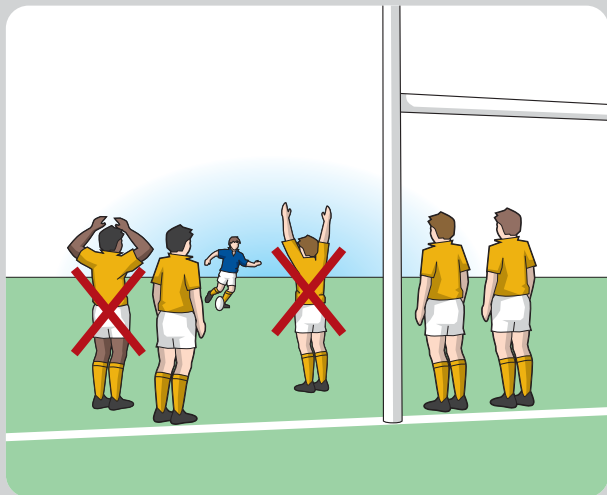
21.5 從罰踢射門得分

- (a) 罰踢進門可由罰踢射門取得。
- (b) 如果踢球員向裁判員表示要射門的意志，他必須射門。踢球員的意志一表示清楚，就不能再更改。裁判員可以詢問踢球員的意志。
- (c) 如果踢球員向裁判員表示意志要射門，敵方球員從踢球員出發預跑到球被踢完為止，必須兩手自然下垂、靜站不動。
- (d) 如果踢球員並未表示意志要射門，但執行落踢並進門，得分成立。

規則21. 罰踢與自由踢



- (e) 如果球正在被踢時，敵隊違規，但射門成功，進門得分成立。違規不另罰。
- (f) 踢球員可置球於砂、鋸木屑或協會核可的豎球墊上。
罰則：除非規則有特別註明，否則踢球方的任何違規，應在標點執行scrum時，由對方來投球。



罰踢射門

21.6 從自由踢得分

- (a) 從自由踢不能射門得分。
- (b) 得到自由踢的一隊，不能落踢射門得分，直到球下一次成為死球以後、或有敵隊球員操弄球或碰觸球以後、或有敵隊球員對持球員做了可成立的tackle以後。這限制也適用於取代自由踢的scrum。

21.7 在罰踢時敵隊必須做什麼

- (a) **必須跑離標點**：敵隊球員必須即刻朝自己的陣線奔跑，直到他們離開罰踢標點至少10公尺的地方，或如果陣線距離標點比較近時，直到他們到達他們的陣線。
- (b) **必須繼續奔跑**：即使罰踢已經被踢而且踢球方正在操弄球，敵隊球員也必須繼續奔跑，直到他們退到必要的距離。他們不許參與比賽，直到他們退完這樣的距離。
- (c) **急遽踢球**：如果罰踢急遽，以致敵隊球員沒有機會後退，他們將不必受罰。不過，他們必須如21.7(b)所述繼續後退、或直到有隊友從標點10公尺後方跑到他們前方，他們才可參與比賽。
- (d) **干擾**：敵隊球員不許做出任何事去拖延罰踢或阻礙踢球員。他們不許故意取球、拋球或踢球使球遠離踢球員或踢球員的隊友。

罰則：敵隊的任何違犯結果是判給第二次罰踢，標點在第一次罰踢標點前面10公尺。這標點不能在陣線5公尺以內。任何球員都可執踢。踢球員可以改變踢球方式並可選擇射門。如果裁判員判給第二次罰踢，該踢球員將等到裁判員做好標點指出懲罰地點後才能執踢。

21.8 在自由踢時敵隊有何選擇

- (a) **必須跑離標點：**敵隊球員必須即刻朝自己的陣線奔跑，直到他們離開自由踢標點至少10公尺的地方，或如果陣線距離標點比較近時，直到他們的陣線。如果自由踢是在防守隊的極陣內，敵隊球員必須即刻朝自己的陣線奔跑，直到他們離開標點至少10公尺而且距離防守隊陣線不少於5公尺的地方。
- (b) **必須繼續奔跑：**即使自由踢已經被踢而且踢球方正在操弄球，敵隊球員也必須繼續奔跑，直到他們退到必要的距離。他們不許參與比賽，直到他們退完這樣的距離。
- (c) **急遽踢球：**如果自由踢急遽，以致敵隊球員沒有機會後退，他們將不必受罰。不過，他們必須如（b）所述繼續後退或直到有隊友從標點10公尺後方跑到他們前方，他們才可參與比賽。
- (d) **干擾：**敵隊球員不許做出任何事去拖延自由踢或阻礙踢球員。他們不許故意取球、拋球或踢球使球遠離踢球員或踢球員的隊友。
- (e) **衝阻自由踢：**敵隊球員一退到必要距離以後，就可拍阻並試圖阻止踢球。他們一等到踢球員開始預跑，就可衝阻該自由踢。
- (f) **阻止自由踢：**如果敵隊球員衝阻而且阻止了自由踢，自由踢不准執行。比賽用在標點的scrum重新開始。敵隊投進球。

規則21. 罰踢與自由踢



- (g) **在極陣內執行自由踢：**如果自由踢被判定在極陣內、或被判定在賽場內而球員退到極陣內執行，而且如果敵隊球員衝阻並阻止了該自由踢，將命令5公尺scrum。由攻擊隊投進球。如果自由踢在極陣內執行，而有敵隊球員在該處合法操球時，可以達陣得分。
- (h) **拍阻下：**如果敵隊球員在比賽面積內把自由踢拍阻下來，比賽繼續。
罰則：敵隊的任何違犯結果是判給第二次自由踢，標點在第一次自由踢標點前面10公尺。這標點不能在陣線前5公尺以內。任何球員都可執踢。如果裁判員判給第二次自由踢，該踢球將等到裁判員做好標點指出懲罰地點後才能執踢。

21.9 罰踢的計謀違規

如果裁判員認定敵方的違規，是因為踢球方的計謀所造成，裁判員將讓比賽繼續而不判定另一次懲罰。

21.10 自由踢的計謀違規

- (a) 踢球員不許假裝踢球。踢球員一有踢球動作，敵方球員就可衝阻。
- (b) 如果裁判員認定敵方的違規是因為踢球方的計謀所造成，裁判員將讓比賽繼續而不判定另一次自由踢。