中国橄榄球协会

国际腰旗橄榄球规则 2023 版

5 对 5 / 非接触

内含

7 对 7 腰旗、沙滩腰旗

4 对 4 腰旗和室内腰旗内容

重要变化

以下变化列表仅用关键词列出了重要变化

- 增加了 7 对 7 腰旗（50*30 码大场地）
- 增加了场地地面要求
- 0 号球衣号码现在是合法的了
- 新增加了根据现场情况球队区域规定可以调整
- 修改了球裤和腰旗标准
- 重新定义了不会破损的眼镜
- 改进了鱼跃的定义
- 修改了暂停的长度、缩短和处理
- 持球人非法踢球、非法跑球和非法跑球进攻现在包含掉档
- 非法触碰自己的传球现在应用于所有传球人而不只是四分卫
- 新增加犯规，传球队球员向前击打一个向后传球
- 更精确的规定了持球人和防守人发生接触时的责任划分（通过实例 AR）
- 修改了安全分/回阵的执行
- 附加分中能够顺延的判罚
- 重新梳理了判罚总结

目录

前言 3
腰旗橄榄球规范 4
腰旗橄榄球 6
腰旗 6
沙滩腰旗 6
室内腰旗 6
国内比赛规则变化（可选） 7
球场尺寸 8
规则 1 - 比赛，场地，球和器材 10
规则 2 - 定义 13
规则 3 - 比赛时段和计时 18
规则 4 - 活球和死球 20
规则 5 - 进攻轮次 21
规则 6 - 踢球 22
规则 7 - 开球和传球 23
规则 8 - 得分 26
规则 9 - 球员行为 28
规则 10 - 判罚的执行 30
规则 11 - 裁判员职责 34
规则 12 - 挑战 36
判罚总结 37
腰旗橄榄球裁判手势 38
说明 39

前言

为了提高比赛安全性和比赛质量的水准，并且明确规则的定义以及目的，IFAF 修订此规则。所有规则改变的原则，他们必须：
对于参加者是安全的；
对于该项目各水平参赛者适用；
有可被教授性，可被裁判员执行性；
保持了进攻和防守的平衡；
对观赛者有趣；
没有妨碍经济效益；
保留了和 IFAF 全装备橄榄球的关联。

规则中最重要的部分就是避免任何显著的和有影响性的接触。

还有一个目标，是让规则尽可能的简短和简洁。因此，规则书中不会包含比赛中可能发生的所有情况组合。球员、教练和裁判应该能根据相关原则理解规则。

腰旗橄榄球规范是规则的不可缺少部分。

IFAF 要求所有成员协会按照 IFAF 规则进行比赛，根据“国内比赛规则变化”列出的内容进行的可选性调整是可以接受的。

这些规则从 2023 年 5 月 1 日起生效。

腰旗橄榄球规范

介绍

腰旗橄榄球规范是一种道德行为规范，需要被仔细阅读并遵守。这些规范督促球员，教练，官员和其他与比赛相关的人员共同让比赛变得更好。
腰旗橄榄球是一种不凶猛，非接触但是仍然充满竞争性的运动。所有的运动员，教练员，官员和其他比赛相关人员都应展现出公平和体育精神。
任何利用不公平策略、违反体育道德方式去有意制造伤病和不尊重他人的行为都是绝不被允许的。企图故意钻规则漏洞和不尊重比赛规则的球员和教练员是不适合腰旗橄榄球这项运动的。
本规则手册意在禁止任何形式的不必要接触、不公平策略和违反体育道德行为；然而，规则不可能覆盖到所有的潜在情况。只有在教练员、队员和裁判员的共同努力下，高道德标准才能维持。

执教的道德

故意指导队员去侵犯规则是不可原谅的。指导队员去故意接触、故意冲撞或干扰比赛只会阻碍一名球员的成长。这些行为不仅对于对手是不公平的，更会让球员对于教练失去信任，更是绝不被允许的。
教练员要时刻牢记，他们对于其队员的巨大影响力，可能是好的，也可能是坏的。教练员永远不要让胜利凌驾于球员的成长和道德之上。运动员的安全与健康永远是第一要义，绝不应为了任何个人威望或自私的荣耀感放弃它们。
为了执教腰旗橄榄球，教练员需要熟知所有关于球员安全和比赛胜负标准的规则。任何企图钻规则空子、用不公平方式占对方便宜，或者故意的违反体育道德行为都是绝不被允许的，有这样行为的人也不配被称为教练。教练员应带头展现出胜不骄、败不馁的气度。用这些准则来严格要求自己的教练不会害怕失败，因为归根结底，教练的成功是用他从队员和对手获得的尊重来衡量的。

体育道德

一名球员或教练故意违反规则，不管是否逃脱了判罚，都是一种不公平表现或违反体育道德行为，他们败坏了比赛的声誉。
球员、教练和裁判员都应强调杜绝在比赛中与对手发起接触的行为。
任何理由的诈伤都是不道德的。根据规则，受伤的球员需要得到全面的保护，但是诈伤是不诚实、违反体育道德、并且与规则相悖的。与队友，对手或官员进行谈话时，内容不自尊、粗俗、有攻击性或喷垃圾话，或是想故意挑起对方的身体或言语回应，都是非法的。
教练员需要时刻注意提醒队员，并且支持裁判员控制队员相关行为的所有动作。
当裁判员执行判罚或作出决定时，他们就是在根据自己看到的内容做自己的工作。他们在场上维持了腰旗橄榄球比赛的公正性，他们的决定就是最终决定，队员和教练都要接受结果。
在比赛中对裁判员发表贬低性言论，或者做出挑起运动员和观赛人员对裁判的对立行为都是违反规则的，并且必须被认定为不宜再参加体育比赛的行为。

原则

规则中最重要的原则就是避免任何严重的，有后果的身体接触。
第一条重点原则是腰旗要容易被瞄准。持球人不允许使用合法腰旗以外的器材，不允许使用合法策略（例如：转身）以外的行为去阻止对手拔旗。相应地，拔旗人要合理地最小化身体接触。
第二条重点原则是点权和路权，这决定了谁应该去躲避冲撞。通常来说，直到传球或交递球完成，进攻拥有优先权。相反情形中，进攻球员需要去避免冲撞。
其他的一些原则：
突袭手通过举起一只手，牺牲了启动姿势来获得路权。进攻球员需要提前算好突袭手的路径，避免影响到他们。

持球人需要提前算好防守人的行为来避免冲撞。
对于向后传球的限制是为了避免比赛变成英式橄榄球的样子。
判罚和执行是不完美的。这是平衡了实际执行和公平原则后的结果。

器材

用宽大短裤或者伪装色腰旗来获利是不公平的。用带条状配色或不同配色的短裤，或者腰旗颜色和短裤颜色对比不明显，都是对于对手不利的。
任何用非法装备获利的行为都应该被判罚，教练和队员要知道这些行为会反映他们的人品。
身着完美规则要求装备（球衣，短裤，腰旗）的队伍，比为了审美原因伤害了规则的队伍更值得尊重。

路权

路权（以及点权）概念的建立，是为了让双方都能公平的比赛并且避免冲撞。这些权利不能为了去制造碰撞，或者瞄准对手迫使他反应，亦或者故意阻挡对手符合规则的动作而过度使用。
运动员需要避免干扰对手进行的合法行为。哪怕拥有路权，故意的与对手制造碰撞也是要被判罚的。

用药

使用非治疗型的药物是不符合业余运动员的目标的，也是被禁止的。
无论如何教练不能批准运动员或者其他人员用药。药剂、兴奋剂和其他药品只能在医师的监管下批准使用。教练员要明白，蓄意无视运动员对于药物的滥用也是一种支持行为。教练需要熟知并践行现行的 IFAF 药物政策。

5 对 5 腰旗橄榄球（常规场地 50*25 码）*标准模式*

IFAF 腰旗橄榄球规则是基于全装备美式橄榄球简化而来的。结构源自全装备橄榄球，但是具体内容数字会有区别。所有腰旗橄榄球情景的判罚都不参考全装备橄榄球规则。尽管全篇文件有 60 页，关于理解比赛的基础内容只要不到一半。

腰旗橄榄球还有很多额外释义（非跑区、中线、突袭手、阻挡、接触、故意冲撞、拔旗、护旗、跳跃、下蹲、转身、俯冲、点权、路权）和相应规则。另外一方面，这个项目也没有头盔、保护垫、踢球、掩护和擒抱。这些都让腰旗橄榄球变成一种更简单、但是独特的、更有速度并且更少伤病的运动。总的来说，腰旗橄榄球是一个快速的传球为主的运动。

腰旗橄榄球是非接触性的。掩护、擒抱和踢球都是不被允许的。

7 对 7 腰旗（大场地 50*30 码）

7 对 7 腰旗基于腰旗橄榄球同样的规则，并有下列规则改动：

R 1-1-1 场地宽度增加到 30 码。
R 1-1-1 队伍包含最多 7 人。队伍名单最大额为 20 人。所有与此数字相关的规则都适用。

4 对 4 沙滩腰旗（小场地 25*25 码）

沙滩腰旗基于腰旗橄榄球同样的规则，并有下列规则变动：

R 1-1-1 比赛区域长度减少到 25 码，没有中场线。
R 1-1-1 线的宽度：2 英寸（5 厘米），场地标记由实线段组成。
R 1-1-1 队伍包含最多 4 人。队伍名单最大额为 10 人。所有与此数字相关的规则都适用。
R 1-3-2 任何种类的鞋都是不合法的。
R 3-1-1 球一开始在球权方 1 码线的位置开始进攻。
R 3-2-1 总比赛时间为 30 分钟，分成 2 个 15 分钟的半场。
R 3-2-5 在 R 3-2-5 中影响的时间段长度缩短为 1 分钟。
R 3-3-4 队伍暂停不应超过 30 秒。
R 7-1-3 传球时间限制缩短至 5 秒。
R 8-3-3 在附加分后，球会被放置在对手 1 码线的位置。
R 8-4-2 在安全分后，球归属于得分方，会被放置在得分方 1 码线的位置。
R 8-5-2 在回阵后，球归属于防守方，会被放置在防守方 1 码线的位置。

室内腰旗（任意模式）

室内腰旗比赛可以按照沙滩腰旗规则，或者场馆足够大，按照腰旗橄榄球或 7 对 7 腰旗规则进行。
室内腰旗的场地尺寸应该尽可能接近现存规则标准。用标志物和立柱充当场地标记。仍然需要有安全区域。适用于场馆的鞋是合法的。

国内比赛规则变化（可选）

国内比赛规则变化使得比赛管理者能调整一条或多条规则，因此在保留规则核心内容的同时，办赛方能更有调整性。
比赛/巡回赛/锦标赛的组织者可以修改以下内容的一条或多条：

腰旗橄榄球和 7 对 7 腰旗：

R 1-1-1 根据比赛地址或年龄可以修改场地尺寸。
比赛区域的一半的长度和宽度，可以均匀的增加或减少最多 5 码。长度变化应该是以场地中线对称的。（例：如果要增加 5 码，两个半场应该各 27.5 码加上达阵区）
注：最大的常规场地是 60 码（54.90 米）*30 码（27.45 米），最小是 40 码（36.60 米）*20 码（18.30 米）。大场地的最大宽度是 35 码（32.05 米），最小是 25 码（22.90 米）。
每个半场还应该近似于一个方形，或 7 对 7 腰旗中的长方形。
达阵区可以缩短至最短 8 码（7.30 米）。
安全区域可以调整。
R 1-1-1 场地标记的最低要求是边线、达阵线和底线。
R 1-1-1 立柱和标志盘可以只是推荐性的。
R 1-1-1 档牌可以只是推荐性的。
R 1-1-1 计分牌可以只是推荐性的。
R 1-1-1 球队名单可以包括超过 15 名运动员。
R 1-1-1 球队可以拥有不同性别的队员。
R 1-1-4 裁判员可以只是推荐性的。
R 1-2-1 比赛用球不必是真皮的。
R 1-2-2 混合性别比赛中可以使用青少年橄榄球。
R 1-3-1 青少年和少儿比赛中腰旗不必要是插扣型的。
R 1-3-1 牙套可以变成强制性的。
R 1-3-2 如果不对其他运动员产生风险或攻击性，头戴物是被允许的。
R 3-1-4 如果平局比较系统不适用，赛事组织者可以决定球队的排名，但是因为公平性和其易用的特性，强烈推荐使用官方制定的系统。
R 3-2-1 因为竞赛或年龄原因，比赛时间可以调整。
R 3-2-5 规则 3-2-5 规定的计时限制所影响的比赛时段，可以从 2 分钟缩短至 1 分钟。
R 3-3-2 暂停的数量可以改变。

沙滩腰旗（除腰旗橄榄球规则改变之外）

R 1-1-1 因为比赛地址和年龄，可以按照和腰旗橄榄球一样的方式调整场地尺寸。
注：小场地最大为 30*30 码（27.45 米），最小为 20*20 码（18.30 米）。
R 1-1-1 场地标记可以用立柱或标志碟完成。
R 1-1-1 球队名单可以包括超过 10 名运动员。
R 5-1-1 档数可以减少至 3。

为了竞赛其他可以改变的规则

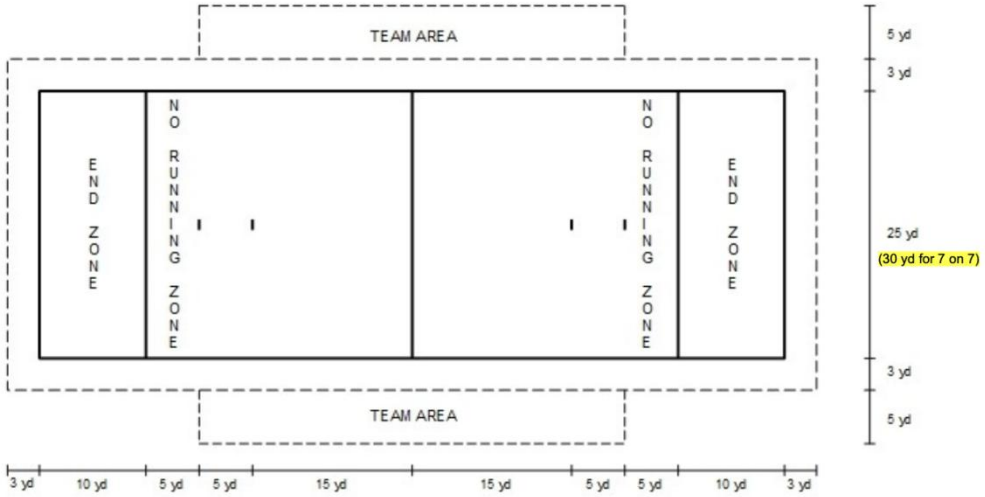
强烈建议不要修改规则，在非竞赛比赛中进行不同的比赛形式。

球场尺寸

场地应为一个长方形区域，具体尺寸和线条如图所示。
场地表面应是坚固、水平并且没有障碍物的。
尺寸测量应从线条的内边开始。达阵线是达阵区的一部分。

腰旗橄榄球:

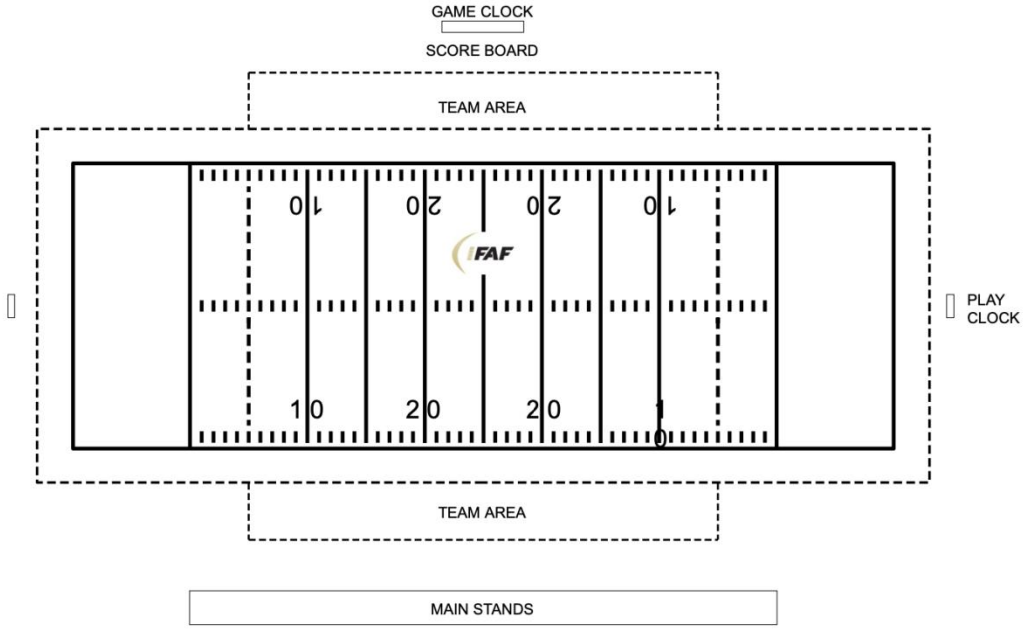
比赛区域：长 50 码（45.75 米），另有两个达阵区长 10 码（9.15 米），宽 25 码（22.90 米）。一块场地包含安全区域的总面积要求为：76 码（69.55 米）*31 码（28.40 米）。
线宽：4 英寸（10 厘米）。如果使用临时线段，它们必须是平整、坚固并且牢固地贴在地面上的平头线。



1 分和 2 分附加分标记应该长 1 码（0.90 米），其中点分别距离达阵线的中点 5 码（4.57 米）和 10 码（9.15 米）远。非跑区应该在边线用标志碟标注，也可在场上补充画出虚线。
在 8 个边线与达阵线以及底线的交叉点上，应摆放立柱或标志碟。标志碟还可以放置在边线和中场线的交叉点、以及场地长轴与安全区域的交叉点上。
安全区域应在边线和底线外的 3 码（2.75 米），并且需要与场地在同一水平面有同样的条件。
安全区域和球队区域不需要被标记，但应被所有参与者注意到。如果两个场地相邻，它们之间没有球队区域的最短间距为 6 码（5.50 米）。
档牌应在主看台对面边线外 2 码的位置。7 码码链应在主看台同侧边线外两码的位置。场地附近应有一个可以观测到的记分牌。

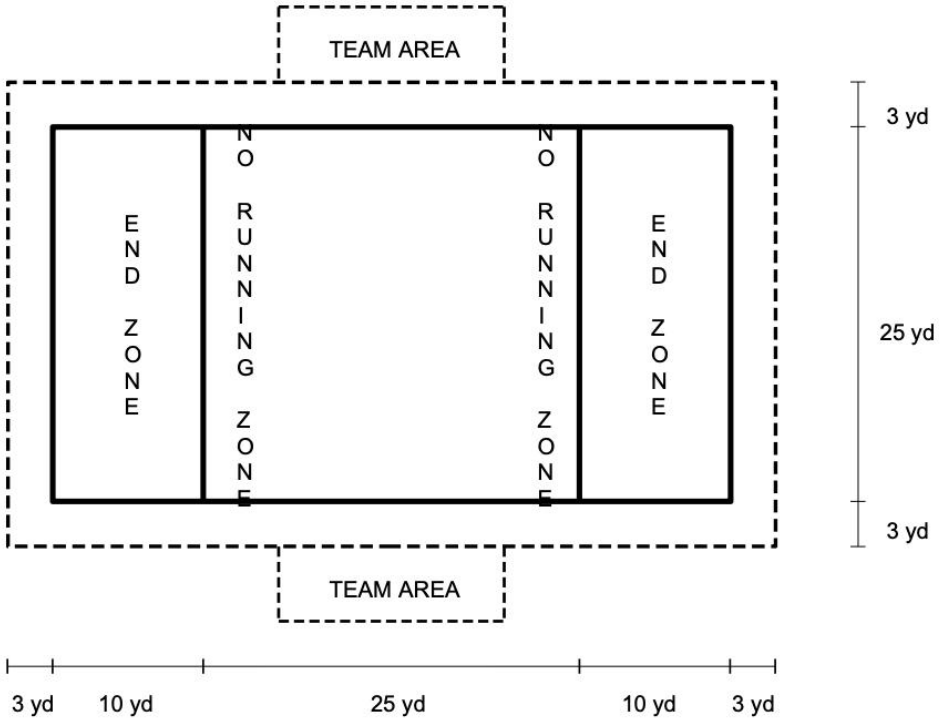
国际锦标赛

国际锦标赛中，额外的场地标记需要添加：
两端距离边线内侧 4 英寸（10 厘米），贯穿场地，每五码画一条线。其中五码线应用长 1 码（0.9 米）的线段，间隔 0.5 码（0.45 米）构成的虚线画出。
在场地长轴和两侧边线内相隔 4 英寸（10 厘米）的位置，每码画一条长 1 码（0.9 米）的线段。
在 10 码和 20 码处的数字标记，高 1 码（0.9 米），距离边线内侧 3 码（2.7 米）。
球队区域需要被标记。
场地上包括中场线，达阵线和底线的 10 个交叉点都需要用立柱标记，长轴不需要摆放标志碟。
在中场线有一个最少长 5 码的 IFAF 标志。
在主看台对面设立一个倒计时比赛时钟。需要在安全区域外至少 1 码远。官方时间需要由场上裁判记录，比赛时钟有需要时可以被修正。比赛时钟还应该是记分板，也可以显示队名、暂停、档数和距离等其他内容。在场地的两端，应有 25 秒倒计时进攻时钟。这些时钟应该放置在场地长轴，在安全区域外至少 1 码（0.9 米）远，但不超过底线外 5 码（4.50 米）的位置，距离地面 2 至 5 码（1.80-4.50 米）。



沙滩腰旗:

场地表面应为沙子，不能是坚固的。
比赛区域：长 25 码（22.90 米），另有两个达阵区长 10 码（9.15 米），宽 25 码（22.90 米）。
包含安全区域的总面积：51 码（46.70 米）*31 码（28.40 米）。
线宽：2 英寸（5 厘米），场地标记应为平头的，牢固贴在地面上的实线。安全区域与腰旗橄榄球一样。
用标志碟标记非跑区。



国际锦标赛不需要额外标记。但是使用立柱代替标志碟，并且需要使用比赛时钟、进攻时钟和记分板。

规则 1 比赛、场地、球和器材

第一节 一般性规定

条款 1 比赛
比赛由两支分别不超过 5 名运动员的队伍，在一个长方形的场地上，用标准比赛球进行。具体细节请查看场地尺寸。
球队可以在少人情况下进行比赛。但如果比常规人数少超过 1 人时，无法凑齐球员的一方被视为弃权。
球队名单最多可以包括 15 名运动员。（5 名场上球员和 10 名替补）。
球队只能拥有相同性别的运动员。

条款 2 获胜队和最终比分
每支球队都有通过传球和跑球带球推进通过对方达阵线的机会。球队根据规则获得分数，在比赛结束时（包括加时赛），得分更高的一方，为获胜队。

条款 3 监管
比赛应在至少 2 名裁判的监管下进行。

条款 4 球队队长和教练
每支球队应向主裁认定最多 2 名球员作为队长，以及最多 2 人担任教练。
只有队长和教练有权向主裁要求解释规则、为球队做出决定或申请挑战。

第二节 球

条款 1 规格
球应该是由 4 条天然棕色的凸点皮革、8 条均匀排布的缝合线构成的全新或接近全新的没有改装过的球。
球应该是符合规定尺寸的椭圆形，并且充气至气压在 12.5-13.5 pis（0.85-0.95 巴）。

尺寸	标准	青少年	少儿
长度	11.00-11.50 英寸（27.9-29.2 厘米）	10.50-11.00 英寸（26.7-27.9 厘米）	10.25-10.75 英寸（26.0-27.3 厘米）
长轴周长	27.00-28.00 英寸（68.6-71.1 厘米）	26.00-27.00 英寸（66.0-68.6 厘米）	25.00-26.00 英寸（63.5-66.0 厘米）
直径	6.25-6.75 英寸（15.9-17.2 厘米）	6.00-6.50 英寸（15.2-16.5 厘米）	5.75-6.25 英寸（14.6-15.9 厘米）
短轴周长	20.00-21.00 英寸（50.8-53.3 厘米）	19.00-20.00 英寸（48.3-50.8 厘米）	18.00-19.00 英寸（45.7-48.3 厘米）
重量	14-15 盎司（400-425 克）	12-13 盎司（340-370 克）	11-12 盎司（310-340 克）

每支球队都可以使用自己的合法用球。标记球的归属也是合法的。



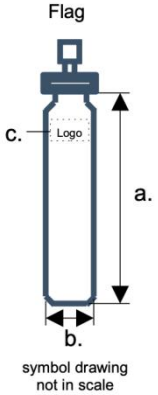
条款 2 尺寸
男子和混合比赛，应用标准球。
女子比赛，应用青少年球。

U16 比赛，应用青少年球。球不必是真皮的。
U13 比赛，应用少儿球。球不必是真皮的。

第三节 器材

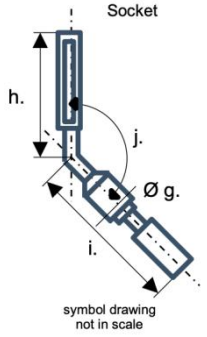
条款 1 强制器材
对手球队应身着对比色球衣。如果两队球衣颜色相近，主场球队有权决定哪支球队需要更换球衣。
a. 同一球队的队员应身着颜色、裁剪和风格相同的球衣。球衣应为完整长度并塞进裤子中，背后有对比色的至少 6 英寸（15 厘米）高的阿拉伯数字号码。一支球队的所有球衣都应该拥有一个 0-99 之间的不同整数号码。球衣不可以以任何形式被粘贴或者打结。
b. 同一球队的队员应身着颜色相同的短裤或裤子，裤子应为单色，除非裤子上需要有商标、标志或数字，这些内容应在裤子前方，最大尺寸不超过 4*4 英寸（10*10 厘米）。裤子或短裤应为相同的裁剪和风格，并且没有口袋、摁扣或夹子。队员不可以通过粘贴胶带或打结的方式改造裤子或短裤使其符合标准。短裙是非法的。
c. 同一队伍的队员应贴身佩戴包含插扣和两条相同腰旗的腰带。队员要尽可能保证每条腰带分别在两侧腰间。插扣应该朝向外侧和下面。腰旗应该清晰可见、自然下垂并且不得以任何方式用服装遮挡。所有部分颜色都要和短裤是对比色。不得对腰旗和插扣涂抹润滑油、胶水或进行任何改装。任何故意操控腰旗的运动员都需要被取消资格。AR 1-3-1-I to IV
d. 如果口内佩戴牙套，它应该清晰可见、非白色并且伸出口腔的任何部分不得超过 0.5 英寸（1.25 厘米）长。强烈推荐队员使用牙套。

条款 2 腰旗规格
腰旗和插扣应该使用相同颜色的相同材料，并且没有尖锐边缘。
所有参数应该能在 32-86 华氏度（0-30 摄氏度）区间内保持。



腰旗：
a. 从插扣起的长度：15-16 英寸（38.1-40.6 厘米）。
b. 宽度：1.8-2.0 英寸（4.6-5.1 厘米）。
c. 标志或品牌：最大尺寸为 2*3 英寸（5.1*7.6 厘米），位于距离插扣总长的 1/4 处。
d. 厚度：0.02-0.10 英寸（0.5-2.5 毫米）
e. 重量：除去插扣最少 0.4 盎司（11 克）
f. 撕裂强度：当腰旗部分被连接到插扣时，最低 300 牛（67 磅力）。（相当于 30 公斤或 66 磅的重量）

插扣：
g. 外圈直径：0.7-1 英寸（1.8-2.5 厘米）。
h. 腰带套：延轴从顶部到拐角长 1.4-1.6 英寸（3.6-4.1 厘米）。
i. 连接腰旗部分：延轴从拐角到底部长 2.4-2.6 英寸（6.1-6.6 厘米）。
j. 拐角角度：130-140 度。
k. 拔出力：成年人比赛最大 100 牛（22 磅力），其他所有比赛最大 50 牛（11 磅力）。（分别相当于 10/5 公斤或 22/11 磅重量）
注：如果腰旗使用的是魔术贴或其他连接方式。具体腰旗规格仍需要合规，连接需要能被轻松分离，最大力不超过 50 牛（11 磅力）。



条款 3 非法装备
a. 球鞋的鞋钉长度超过 0.5 英寸（1.25 厘米）、尖锐、向任何一个方向突出或由任何金属材料构成。
b. 任何种类的胸甲、头盔、头饰（帽子、风帽、头巾、发带或其他相似产品）。
c. 任何对于其他运动员有危险性的护具（例如：尖锐边缘的护膝）。
d. 任何种类的由易碎材料制作的眼镜和镜框。

注：符合标准参数由合成材料制成的受认证眼镜是可以的。
e. 珠宝首饰需要摘下或者被完全覆盖着。
f. 附加服饰，如毛巾或暖手袋。
g. 器材、球员、衣物或其他物品上使用黏性物质、颜料、润滑剂或任何滑的物质，用以影响球和对手。
h. 为了和教练或其他人沟通使用任何电子、机械或其他形式的信号发射设备。

条款 4 队伍认证
在赛前，每支球队都要和主裁递交名单，并确认每一位球员都使用了强制装备，而且被告知过什么是非法装备。

规则 2 定义

第一节 区域和线

条款 1 场地
在安全区域以内包含垂直上方空间的区域是场地。
条款 2 比赛区域
比赛区域是指在边界线内（边线和底线）除了达阵区的区域。
条款 3 达阵区
达阵区是场地两端，在达阵线和底线之间 10 码长的区域。
条款 4 非跑区
非跑区是两个达阵线之前 5 码长的区域。
条款 5 达阵线
每个队伍都有一个达阵线，达阵线对称的在比赛区域尽头处建立。达阵线和达阵线立柱是达阵区的一部分。每条达阵线都是一个垂直平面的一部分，该平面将达阵区与比赛区域隔开，并延伸到边线之外。一支球队的达阵线是他们防守的那一条。
条款 6 中场线
中场线位于两个达阵线之间正中间的位置。中场线的中间是获得新的进攻轮次的目标线，以下简称中线。
条款 7 界内和界外
由边线和底线包围起来的区域是界内，除此之外的所有区域（包括边线和底线本身）都是界外。
条款 8 球队区域
球队区域位于安全区域（边线外 3 码）之外，在场地两个 5 码线之内，纵深不超过 5 码（4.58 米）。
如果与安全区域有冲突，那么球队区域就要搬至别处。
如果，因为空间有限，必须要调整球队区域离开原有位置，那么两支队伍必须被同等对待。两支球队的占地面积应该大体相同，而且都要在场地附近，并且两队之间的间隔至少要有 10 码（9.15 米）。
如果两支球队的球队区域需要安排在场地的同一侧，双方教练都应被允许像往常一样在各自球队区域内活动，并且还可以使用他们球队区域到对方 5 码线之间的安全区域。
如果球队区域被安排在了其他任何位置，两队各自的教练可以在安全区域外，两个五码线之间的区域，在场地对侧进行活动。或者空间不足时，也可以允许教练在对侧的安全区域进行活动。
在球队区域使用电子设备（耳机、录像设备、智能手机等）是被允许的。

第二节 球队和球员认定

条款 1 进攻方（O）和防守方（D）
进攻方是指通过开球让球进入比赛的一方。防守方是对面的队伍。进攻方的一名球员一定是一位开球手、持球人、或接球手。防守方的一名球员一定是一位突袭手，冲传手或者防守人。
条款 2 开球手
开球手是进攻方开球的队员。
条款 3 四分卫
四分卫是进攻方在开球后第一个获得球权的人。他也是第一位持球人。
条款 4 传球人
传球人是一个传出合法传球的持球人。
条款 5 持球人
持球人是持有活球球权的队员。

条款 6 突袭手
一位防守人，在开球时身体所有部分都距离开球线 7 码以外，通过清晰的举起一只手到头顶以上，并且至少保证在开球前的一秒时间都给出这个合法信号，可以使自己成为突袭手。因为他们在追逐持球人，这赋予了他们超过普通进攻路权的更高路权，突袭手需要在开球后立刻冲传，快速、径直地前往四分卫接到开球的位置，才能够维持自己的路权。如果突袭手的冲传有延后、缓慢、朝向其他位置、在冲传中变向或者干脆没有冲传四分卫，这名球员就失去了路权，但依然可以像其他防守人一样参与比赛。如果一名突袭手因为进攻犯规（阻挡）而被迫改变方向，突袭手继续直接向四分卫接到开球点去发起冲传时不会损失路权。
一位没有给出信号，但是合法通过开球线的防守人是一位冲传手。
条款 7 出界
当一位球员的身体任何部分触碰到除其他球员或裁判员以外的任何界外事物，他就出界了。一个不在球员控制下的球，触碰到界外的任何事物就出界了。
条款 8 取消资格的球员
一名球员被取消资格是指他已经被宣布没有资格参与接下来的比赛了。
条款 9 主场球队
如果两支球队都不在主场场地，或者当一个锦标赛有超过两支队伍时，列在第一位的球队就是主场球队，列在第二位的球队是客场球队。

第三节 档、开球线和进攻类型

条款 1 档
一档是比赛的一部分，当球变成准备好的球后，通过一个合法开球开始，终止于球变成死球的那一刻。中间的间隔叫做档间，这时的球是死球。两队在一档之内的行为叫做一次攻防。
条款 2 开球线（SL）
当球已经变成准备好的球后，两支球队各自的开球线就是穿过靠近本方达阵区的球尖，垂直于地面并延伸至两侧边线的平面。当一名球员的任何身体部分越过了自己的开球线，这位球员就越过了开球线。
条款 3 向前传球进攻
一个合法的向前传球进攻始于开球，终止于一个合法的越过开球线的向前传球被完成或者抄截。同样，任何在开球线后进行的向前传球，成为了未完成传球或者被防守人所触碰到，也被视作是一个向前传球进攻。
条款 4 跑球进攻
除了合法的向前传球进攻外，其他的活球行为都叫做跑球进攻。
在开球线后完成的传球是合法的，且都是跑球进攻。

第四节 活球和死球

条款 1 活球
在一次攻防中的球是一个活球。一个还没接触过地面的传球，是一个飞行中的活球。
条款 2 死球
不在一次攻防中的球是一个死球。
条款 3 当球变成准备好的球
当一个死球被放置在地面上，主裁吹响哨声后，就成了准备好的球。

第五节 向前、前面和向前趋势

条款 1 向前和前面
向前、越过或在之前都表示朝着对方底线的方向。向后、后面表示朝着自己底线的方向。
条款 2 向前趋势
向前趋势这个词指的是任意队伍的持球人或空中接球人的推进的最远端，用于找到球在两个底线之间根据规则变成死球时的最前点。（死球点）

第六节 点

条款 1 执行点
执行点是一个犯规的判罚被执行的点。
条款 2 死球点（DB）
死球点是球变成死球时的点。
条款 3 犯规点（SF）
犯规点是犯规发生时所在的点。如果是在界外，他所临近的边线的点就是犯规点。如果在达阵线之后，那么犯规发生在达阵区内。
条款 4 出界点
出界点是球因为出界变成死球时的点。

第七节 犯规、判罚和违例

条款 1 犯规
犯规是指违反了一个包含判罚的规则。恶意犯规是指违反了一个让对手陷入受伤风险情况的规则。
条款 2 判罚
判罚是指一支球队根据规则因为犯规所导致的后果，可能包含以下的一项或多项：损失码数、掉档、自动首攻或取消资格。
如果判罚包括掉档，那么这一档应该计作这一进攻轮次 4 档中的 1 档。
条款 3 违例
违例是指违反了一个不包含判罚的规则，违例不能抵消犯规。
条款 4 掉档（LOD）
“掉档”是“失去重新进行这一档的权利”的缩写。
掉档只应用在进攻球队出现球权转换前的犯规中。
条款 5 自动首攻（AFD）
“自动首攻”是“给予进攻方新的进攻轮次”的缩写。
自动首攻只应用在防守球队出现球权转换前的犯规中。

第八节 移动和横移

条款 1 移动
移动是指，当球变成准备好的球后，在开球之前，进攻球员有 2 人或以上在同时改变位置。移动在所有球员都保持静止整 1 秒后才会停止。
条款 2 横移
横移是指，当移动停止后，在开球之前，进攻球员有 1 人在改变位置。

第九节 处理球

条款 1 交递
交递是指，一名球员以不包含传球的方式，把持有球权成功转移到一名队友身上的行为。假交递是指，持球人把手伸向附近的队友，模拟转移球权行为的任何动作。假传球（预备传球动作或模拟抛球）或者持球人向队友转身但没有手上动作，都不是假交递。
条款 2 传球
传球是指，故意向任何方向投掷球或者把球掉到地上的行为。识别一个传球的标志是，有一段时间没有任何球员持有球权。传球开始于手臂或手故意移动时，球在脱离牢固控制后的最后一瞬。直到球被一名球员完成接球，或者变成死球，它的状态都是一个传球。
条款 3 掉球
掉球是指，除了传球和成功交递球外，任何球员失去球权控制的行为。
只有在球员获得了球权后才会出现掉球。
条款 4 持球
持球是指，牢牢抓住或控制住一个活球。
球队球权转换（COP）发生于对手获得球权控制的时候。
条款 5 击球
击球是指，故意用手或手臂去击打一个球。
条款 6 踢球
踢球是指，故意用膝盖、小腿或脚去击打一个球，踢球是非法的。

第十节 传球

条款 1 向前和向后传球
当传球第一次被触碰的位置，是在球被释放的位置之前时，这个传球是向前的。
其他所有传球都是向后传球，即使是一个平传。（与开球线平行）
当开球手释放球的一瞬间，开球就变成了一个向后传球。如果开球手在开始进行开球时，失去了对于球的控制，这是一个非法开球。
条款 2 越过开球线
一个合法的向前传球，当它第一次触碰的是开球线前界内的任何事物时，就越过了开球线。
条款 3 接球和抄截
接球是指，牢固地建立控制并且保持控制住一个飞行中的活球的行为。接住对方的传球或者掉球就是抄截。一名球员离开地面去进行接球或者抄截时，在初次落地时，需要有身体的任意部位触碰到界内的地面，并且牢固地控制住球，之后在接触地面的过程中要完整地、持续地保持对球的控制，才能完成接球。如果球员失去了对球的控制，并且在完成接球流程之前球触碰了地面，这不是一个成功的接球。
条款 4 杀四
杀四是指，在开球线后，移除一名持有活球球权的四分卫的腰旗（拔旗）。直到球被球员完全释放之前，他都持有球权。

第十一节 拉人、阻挡、接触和故意冲撞

条款 1 拉人
拉人是指，抓住一名对手或他的器材，没有立刻松手并对他造成了影响。
条款 2 阻挡

阻挡是指，通过移动至对手的路径上，不通过身体接触来阻挡对手。一名移动中的没有路权的球员，如果阻碍对手跑路线、接触持球人或者阻碍合法突袭手是违法阻挡行为。
一位站定的球员（拥有点权）没有阻挡，即便他阻碍了一位对手。

条款 3 接触

接触是指，触碰到对手并产生影响。没有产生影响的触碰不是犯规。

条款 4 故意冲撞

故意冲撞是指，瞄准并对一名对手发起接触，或者撞向一名对手，即便此时他拥有路权。
故意冲撞是指，任何对于对手的故意或者可以避免的暴力行为，即便这个动作是为了去拔旗或者在传球过程中对于球的争抢行为。
故意冲撞是指，攻击一个处于持球状态中的球，或者夺走持球人的球的行为。

第十二节 拔旗、护旗、跳跃、下蹲、转身和鱼跃

条款 1 拔旗

拔旗是指，用一只手或多只手移除一位对手的一枚或多枚腰旗的行为。防守人拥有迫近持球人并攻击腰旗的权利。

条款 2 护旗

护旗是指，持球人通过用身体任意部分（手、手臂或腿）或球来遮挡腰旗以此避免被拔旗，或者在对手拔旗前，在臀部以下，腰旗之前来进行摇摆手臂的方式阻碍拔旗。
向着对手伸出一只手，不管有没有球，使得防守人更难接触到腰旗也同样是护旗。

条款 3 跳跃

跳跃是指，持球人蹬地跳起，因此腰旗显著高于常规跑动时的水平高度，以此来躲避拔旗的行为。跳跃是一种护旗行为，并且是非法的。

条款 4 下蹲

下蹲是指，持球人通过一个连贯动作，大幅度屈膝并且降低水平高度，使腰旗显著低于常规跑动时的水平高度。下蹲是合法的。

条款 5 转身

转身是指，持球人沿着纵轴转动身体以此来躲避拔旗。如果腰旗的高度没有显著提升，那么转身是合法的。转身时配合下蹲是合法的，配合跳跃或者鱼跃是非法的。

条款 6 鱼跃

鱼跃是指，持球人向前倾斜上半身，不管是否还有跳跃、下蹲或转身，以此来躲避拔旗或者让对手接近腰旗变得更难。鱼跃是一种护旗，是非法的。

第十三节 点权和路权

条款 1 点权（ROP）

当球员站定保持常规运动员姿势，并且不在任何水平方向进行改变位置的动作，就会被赋予点权。一个完全垂直的动作，包括为了传球或者接球的起跳，不意味着之前建立起的点权会丧失。
当判定谁应该为犯规负责时，点权是高于路权的。

条款 2 路权（ROW）

根据规则，一名以常规方式确立了移动方向的球员，并且没有改变方向，会被赋予路权。
一名拥有路权的球员，在判定谁应该为犯规负责时，要比其他除拥有点权的球员外的其他人有更高优先级。

规则 3 比赛时段和计时

第一节 每个比赛时段的开始

条款 1 上半场
在赛程规定开始时间前的 3 分钟，主裁需要在双方队长出席的情况下，在中场进行猜币，首先指定客队的队长来进行猜币。赢得猜币的一方会选择在上半场还是下半场在本方 5 码线的位置开球来开启进攻。另一支球队会选择在场地的哪个方向来进行防守。
条款 2 下半场
在下半场，球队要防守与上半场防守的达阵线相反方向的达阵线。在上半场没有率先开启进攻的球队，应该在本方 5 码线的位置开球来开启进攻。
条款 3 加时赛（平局处理方法）
平局决胜系统会在两个半场结束后比赛打成平局，并且赛制强制要求必须决出胜者时使用。
a. 在 2 分钟间休后，主裁会在比赛开始前在中场进行猜币仪式。赢得猜币的一方会选择在接下来的每轮比赛时段中先进行进攻还是防守。另一支球队会选择使用场地的哪一端。
b. 球队不会获得球队暂停。
c. 第一个额外的比赛时段，应该包含两个进攻轮次，每支球队分别从中线开启一轮进攻，只有一轮档次（通过中场线不会获得首攻）。如果在第一个轮次中，防守完成得分，并且不是在附加分中的得分，那么额外比赛时段直接结束。
d. 每支球队在各自进攻轮次中都保持拥有球权，直到他们完成得分（包括 1 分或 2 分的附加分）或者用尽了这一轮档次。如果球队球权发生转换，直到被宣布死球之前，球都保持着活球状态。即便在这一档中发生了第二次球队球权转换，这一轮进攻轮次也结束了。
e. 如果第一个额外比赛时段结束后（两轮进攻轮次以及附加分）比分仍持平，第二个和此后的额外比赛时段应包含两个进攻轮次，每支球队在进攻轮次中从 5 码线的位置进行一次 1 分附加分。如果比赛时段结束后，比分不再是平分，或者防守方在这个比赛时段的第一个进攻轮次中就完成得分，那么加时赛结束。
f. 在加时赛当中，获得分数更高的球队应该成为获胜队。
条款 4 赛事平局比较系统
如果在赛事中有两支或以上的球队有相同的胜率（胜-平-负），按照以下流程一步一步来判定球队排名：
1. 如果所有球队都互有交手，比较面对面胜率。
2. 如果所有球队都互有交手，比较面对面净胜分。
3. 如果所有球队都互有交手，比较面对面得分。
4. 总净胜分。
5. 总得分。
6. 猜币。AR 3-1-4-I

第二节 比赛时间

条款 1 比赛与间休时间
比赛的总时长应为 40 分钟，分成 2 个 20 分钟的半场，半场之间有一个 2 分钟的间休。
条款 2 比赛时段的延长
比赛时段应该延续到一个没有发生活球犯规（没有掉档）并且判罚被接受的档。如果在时间耗尽时，这一档发生了犯规抵消，那么这一档会重新进行。
任何比赛时段都不能在球变成死球并且主裁宣布比赛时段结束前结束。 [S14]
条款 3 计时设备

比赛时间和 25 秒钟计时应该由一名裁判操作的秒表或者由比赛助理在相关裁判指导下操作的清晰可见的时钟记录。

条款 4 何时开表

当比赛时钟根据规则停表后，会在下一次合法开球时开表。

例外：当主裁决定暂停或者当一支球队为了节省时间去犯规时，比赛时间会在球变成准备好的球时开表。

AR 3-2-4 I-IV

条款 5 何时停表

当一个半场结束、球队消耗暂停、出现伤病暂停或主裁决定暂停时，比赛时钟会停表。

在每个半场的最后 2 分钟内，以下情景会停表：

1. 给予首攻的时候，也包括球队球权发生转换后。
2. 完成一次判罚时。
3. 当球或持球人出界时。
4. 当一个传球或者掉球（向前或向后）触及地面时。
5. 当掉球人的队友触碰到球时。
6. 当出现得分时，在此时以及接下来的附加分中。
7. 当消耗一次暂停时。

当一个半场或加时赛比赛延长时，比赛时钟不应走表。

条款 6 毛时

在主裁提醒时，如果比赛分差大于等于 30，在比赛最后 2 分钟常规情况下会停表的情景将不会再停表。

主裁会在主裁提醒时通知两支球队半场剩余时间时钟将不会再停表（毛时）。

在主裁提醒后，时钟的记录状态就不会改变了（标准计时或毛时），即便此后分差低于 30 或者超过了 30。

AR 3-2-6 I-II

第三节 暂停

条款 1 如何记录暂停

当比赛因为任何原因暂时停止的时候，主裁应该宣布暂停。每一次暂停都应该记录为其中一支队伍的暂停或者官方暂停。[S3]

在商讨规则或者其他情况需要占用显著时间的时候，主裁应该叫一个官方暂停。

条款 2 记录球队暂停

当球是死球状态时，任何教练或者界内球员申请暂停时，裁判都应允许记录一次球队暂停。每支球队每个半场都被给予了两个球队暂停。没有使用的暂停不会累计到下一个比赛时段。

条款 3 伤病暂停

在出现了球员受伤事件时任何裁判都可以宣布官方暂停，根据规定被叫暂停的球员至少要离开比赛一档。

条款 4 暂停时长

一次球队暂停不应该超过 60 秒。

在两队同意的情况下，主裁可以缩短任何球队暂停的时长。

其他暂停的长度不应该长于主裁认为满足暂停目的所需的时长。

在任何暂停结束时主裁应该通知两支球队，5 秒后宣布球成为准备好的球。

AR 3-3-4 I

条款 5 主裁提醒

当半场时间剩余或不足 2 分钟时，并且球处于或变成死球状态，主裁应该通知所有教练。比赛时钟也会因此停下。

AR 3-3-5 I-II

规则 4 活球和死球

第一节 活球 - 死球

条款 1 死球变成活球情况
开启下一档进攻时球的位置应该位于两个边线间的中轴，所在点和球根据规则变成死球的点，或接受判罚完成以后或给予新的一轮进攻被放置的点在横向同一条线上。
当一个死球成为准备好的球后，在一个合法开球开始时变成活球。
当球成为准备好的球之前就被开出或者被非法开出时，仍保持为死球。
在开球之前的犯规（拖延比赛、侵犯、错误启动、干扰信号、非法突袭信号）会导致球继续保持死球状态。
条款 2 活球变成死球情况
当以下情况发生时，活球会根据规则变成死球，并且裁判要吹哨:
a. 球出界。
b. 持球人出界。
c. 持球人除了手或脚以外的任意部位接触到了地面。AR 4-1-2 I
d. 持球人假装跪地。
e. 一个传球或掉球（向前或向后）触碰到地面。
f. 掉球人的队友触碰到球。
g. 一名球员持有球的时候有少于 2 条腰旗。AR 4-1-2 II
h. 球员因为自己的原因，腰旗没有在正确的位置上，并且持有球权。
i. 当达阵、回阵、安全分或成功的附加分发生时。
j. 一个会导致球变成死球的犯规发生时。（例：非法踢球或传球超时）

在一位裁判误哨时，球变成死球，持有球权的一方可以选择在宣布死球的位置开启下一次攻防或者重打这一档。

规则 5 进攻轮次

第一节 进攻轮次：开始、终止、刷新

条款 1 何时给予进攻轮次
在每个半场开始时、一次得分之后（包括附加分）、安全分、回阵或球权转换后，接下来要通过开球来开启进攻的球队，会被给予一轮连续的 4 档。[S8]
当以下情况发生时，进攻会被给予新的进攻轮次：
a. 当球被合法持有（在任何被接受的活球判罚都已经执行后），通过了中场线，并且是这一进攻轮次中首次通过中场线。如果接下来的比赛或者犯规使得球退回了中线之后，然后球在这个进攻轮次中第二次被推进过了中线，不会给予新的首攻。AR 5-1-1 I-II
b. 一个接受的判罚导致或者强制执行一个首攻。
如果进攻方在第四档后没有能够得分或者获得新的首攻，防守方会在本方 5 码线被给予新的进攻轮次。
在抄截之后，防守方会在死球点被给予新的进攻轮次。

第二节 判罚后的档次和球权归属

条款 1 在球队球权转换之前的犯规
如果一档比赛中在任何球队球权转换发生之前的犯规判罚被接受，球权归属于进攻方，并且重新进行刚刚这一档，除非判罚包含掉档、强制首攻或导致球越过了中线。
条款 2 在球队球权转换之后的犯规
如果一档比赛中在球队球权转换之后发生的犯规判罚被接受，球权归属于犯规发生时持有球权的一方。在判罚执行后，下一档应是一个首攻。
条款 3 判罚取消
如果一个判罚被取消，下一档的数字就应该是如果这一次犯规没有发生时的档数。
条款 4 档间犯规
如果一个犯规发生在档间，下一档的档数就应是犯规发生前应该变成的档数，除非判罚的实施导致球越过了中线或者判罚强制含有一个首攻。
条款 5 双方犯规
如果一档当中出现犯规抵消，此前的一档会重打。

规则 6 踢球

第一节 踢球

条款 1 非法踢球
持球人不可以故意踢球。这个犯规会导致球变成死球。
AR 6-1-1 I-II
判罚：5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S19]

规则 7 开球和传球

第一节 进攻开始的要求

条款 1 球被准备好
a. 在球变成准备好的球之前，任何球员都不能开启进攻。[S1]
注：如果在球已经变成准备好的球后，所有裁判都落位前，球被开出，任何裁判都应立刻叫停比赛，没有判罚出现，主裁会要求这一档重新开始。主裁应该注意，是否所有裁判已经落位，然后再宣布球已经准备好。
判罚： 球保持死球，5 码，从死球点执行。[S19]

b. 在主裁宣布球变成准备好的球之后，应在 25 秒内开启进攻。
判罚：球保持死球，5 码，从死球点执行。[S21]

条款 2 从一次开球开始
在开球手触碰到球后，开球手不能抬起球、向前移动球或模仿开球的动作。
在开球前，球的长轴应和开球线保持正确的角度。
一个合法的开球，是从地面的位置，用手或多只手把球以快速连贯的向后动作，向后的交递或传球，最终导致开球人失去球权。
开球不一定要发生于开球人的双腿之间。
判罚：球保持死球，5 码，从死球点执行。[S19]

条款 3 进攻方的要求
开球时，列阵在开球线上的球员数量没有最低限制
a. 在开球人触碰到球之后，在球被开出之前，所有进攻球员都应该在界内和开球线之后（侵犯）。
b. 第一次和接下来的移动必须在开球开始之前完成。AR 7-1-3 I
c. 任何进攻球员都不可以错误启动或做出任何模拟比赛开始的突然动作。
判罚：球保持死球，5 码，从死球点执行。[S19]
d. 在开球开始时，可以有一位进攻球员在横移，但不能是朝着对手达阵线的方向。当开球开始时，有 2 名或更多的球员在移动，是一个非法移动。AR 7-1-3 II
判罚：球保持死球，5 码，从开球线执行。[S19]
e. 四分卫不得持球跑到开球线前，除非球已经被另一位球员单独持有过然后又回到了他手中，或者球在飞行中被防守人触碰过了。
f. 当球被开球时位于对手达阵区前的 5 码线及以内的位置时（非跑区），进攻方需要执行一个向前传球进攻。如果在完成向前传球进攻之前，四分卫或持球人在开球线后被拔下腰旗，这不是一个非法跑球进攻犯规。AR 7-1-3 III-VII
判罚：5 码，掉档，从开球线执行。[S19]
g. 四分卫在球被开出后，有 7 秒钟的时间去传球或者交递球。如果超过了限制时间，球会在开球线变成死球。
判罚：在开球线掉档。[S21+S9]

条款 4 防守方的要求
a. 在开球前，所有防守人都应该在界内，并且在开球线之后（防守越线）。AR 7-1-4 I
b. 在球被准备好以后，在开球完成之前任何防守人都不得触碰球。
c. 任何防守人不得使用词语或者信号来干扰对手准备开启进攻的过程。
d. 最多可以有 2 名球员建立自己为突袭手。如果一名球员在距离开球线不足 7 码的位置给出信号，或者一名球员给出无效信号，或者有超过 2 名球员在开球手触碰到球以后同时保持着举手，这将是一个非法信号犯规。AR 7-1-4 II-VII
判罚：球保持死球，5 码，从死球点执行。[S18]

e. 任何防守人，只要开球时身体的所有部分都在开球线的 7 码以外，都可以在死球前多次的越过开球线。球员不必一定申请成为突袭手，任何球员（7 码外）都可以在这档冲传四分卫。
f. 所有在开球时距离开球线不足 7 码的防守人，在出现交递球、假交递或四分卫传球前都要保持在开球线之后。
判罚：5 码，犯规点为开球线，从开球线执行。[S18]

条款 5 交递球
a. 只要参与交递的两个人都在开球线之后，而且球没有曾经越过过开球线，并且没有出现过球权转换，进攻组可以多次进行交递球。
b. 开球人不得接到一个向前的交递球。
判罚：5 码，同时掉档，执行点为犯规点。[S19]

第二节 传球和掉球

条款 1 向后传球
球在此前没有被带过开球线，并且此前也没有任何球队球权转换出现过，一名持球人可以向后进行传球。AR 7-2-1 I-IV
判罚：5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S35]

条款 2 传球完成
任何接触界内地面的合法接球人，把传球接住就是一个传球完成。除了完成接球发生在对方的达阵区当中，球在比赛中继续。AR 7-2-2 I-VII
条款 3 传球未完成
任何传球，在被球员牢牢地控制住之前接触了地面便是未完成。如果一名球员跳起接到传球，但是第一落地点在边界线上或以外，也是未完成。[S10]
当一个向前传球未完成时，球归属于传球队伍，位置在此前的开球线，这里也是死球点。
当一个向后传球未完成时，球归属于传球队伍，位置在最后一个球员持球点，这里也是死球点。
条款 4 掉球
当一个掉球触碰地面，或者被持球人（掉球人）的一位队友在对手触碰之前碰到，球就变成了死球，归属于掉球队伍，位置在掉球人失去持球的位置，这里也是死球点。如果掉球人或者一位对手在死球前获得了控球，那么此球继续比赛。AR 7-2-4 I-II
条款 5 非法触球和击打
a. 在传出球后，之后在防守人触碰过球，传球人才被允许去触碰、击打或接球。
b. 进攻球员在一档比赛中主动出界后不得触碰一个飞行中的传球。如果一名进攻球员是因为犯规被迫出界，并且立刻回到比赛区域或者达阵区，这名球员就保持了触球和接球的合法性。
判罚： 在开球线掉档。[S19]
c. 传球队伍队员不可以向前击打一个向后传球。
除了以上限制外，界内的队员可以合法向任何方向接触或击打一个传球。AR 7-2-5 I-III
判罚：5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S19]

第三节 向前传球

条款 1 合法向前传球
在每一个对抗档次中，在发生球队球权转换之前，一支球队可以进行一次向前传球，而且这个传球的发生点应该在开球线之后。AR 7-3-1 I-IV
条款 2 非法向前传球
一个向前传球在下列情况下是非法的：

a. 在球被释放时，传球的进攻球员已经在开球线之前了。
b. 传球的持球人此前已经越过了开球线。
c. 在同一档中，进攻方进行的第二次向前传球。
d. 在一档中，已经出现过球队球权转换。
判罚： 5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S35]

条款 3 干扰接球
干扰接球是指，在一个合法向前传球进攻中，在球被一位队员触碰或者变成未完成之前，出现的一种身体接触。
干扰接球是指，当球还在空中时，影响到一名对手的一个接触。躲避对手是防守人的责任。
当 2 名或以上的合法接球人同时公平的尝试去触碰、击打或接一个传球时，这不是一个干扰接球。两支球队的合法接球员有着对于球的平等权利，但是处于不利位置的球员就有责任去躲避对手。AR 7-3-3 I-III
判罚：10 码，从基准点执行。如果是进攻端犯规掉档。[S33]
如果是防守方犯规自动首攻。[S33]
注：如果在球传出之前，或者传球没能通过开球线时出现的接触，是一个非法接触犯规。(R 9-1-1)

规则 8 得分

第一节 分值

条款 1 得分方式
这些得分方式的分值应为：
达阵：6 分。[S5]
从 5 码进行的成功附加分：1 分。[S5]
从 10 码进行的成功附加分：2 分。[S5]
附加分中防守方的达阵：2 分。[S5]
安全分：2 分。（得分归属于对手）[S6]
附加分中的安全分：1 分。（得分归属于对手）[S6]

第二节 达阵

条款 1 如何得分
以下情况，会得到达阵分：
a. 在持球人控制下的球，从比赛区域推进穿过了对手达阵线所在的平面。
b. 一位队员在对手达阵区内接到了传球。

第三节 附加分档

条款 1 如何得分
如果附加分的最终结果是一个达阵或安全分情形，分数应该按照相应分值给予一方。
条款 2 得分机会
附加分是任何一支球队都有机会去得到 1 或 2 分的一个额外档次。
a. 应该由获得了 6 分达阵的球队开启进攻。如果一档比赛中时间耗尽，有达阵得分发生，那么附加分还要进行。在球变成准备好的球之前，得分方要决定进行 1 分或 2 分附加分。
b. 在球变成准备好的球后附加分开始。
c. 开球应该在两个边线的中间位置，位于对手 5 码线（1 分）或 10 码线（2 分）。
d. 当任意一支球队得分或球根据规则变成死球后，附加分结束。
e. 一个被接受的判罚，会导致重打附加分，或导致得分，或附加分结束。如果在判罚后附加分会重打，分值还应和之前一样。在附加分结束前，变换决定（1 或 2 分）是不可以的。
AR 8-3-2 I-IV
条款 3 下一次攻防
在附加分后，如果没有判罚被执行，应该由对手在本方 5 码线开启进攻。

第四节 安全分

条款 1 如何得分
以下情况为安全分：
a. 除了未完成传球或者在达阵区外出现的掉球外，球在变成死球时，有任何部分在达阵线之上或之后，并且球在这里是由于防守这条达阵线的一方造成的。
b. 一个被接受的犯规的判罚，导致球到违规球队的达阵线之上或之后。

AR 8-4-1 I-III

条款 2 安全分后的开球

在安全分之后，应该由得分方在本方 5 码线开启进攻。

第五节 回阵

条款 1 何时宣布

以下情况为回阵：

a. 除了未完成传球或者在达阵区外出现的掉球外，球在变成死球时，有任何部分在达阵线之上或之后，并且球在这里是由于进攻这条达阵线的一方造成的。

b. 一名防守人在本方 5 码线和达阵线之间完成抄截，他最初的惯性带着他进入了达阵区，随后球保持在达阵区内并在这里变成了死球。

条款 2 回阵之后的开球

在回阵之后，应该由防守方在本方 5 码线开启进攻。

规则 9 球员行为

第一节 接触犯规

条款 1 非法接触（IC）
a. 球员不可以故意接触一位对手或裁判。
b. 球员不可以在另一位球员身上踩踏、起跳或站立。
c. 球员不可以拉住另一位球员。
d. 所有站定的球员都拥有点权，对手需要避免接触。
e. 持球人没有任何路权，要完全承担避免和对手接触的责任。如果持球人和防守人对于接触有平等的责任，犯规应该是进攻方的。
f. 只要合法向前传球还有可能性，所有进攻球员都拥有路权，防守人应当避免接触。当向前传球在空中时，所有球员都有打球的权利，但不能是故意冲撞（隔着对手打球）对手。如果接球手和防守人对于一次非法接触有平等的责任，犯规应该是防守方的。
g. 所有根据规则进行冲传的突袭手拥有路权，进攻球员需要避免接触。
注：如果没有接触发生，仍可能是进攻球员的阻挡犯规。
h. 球员不可以故意冲撞。
判罚：10 码，同时掉档，从基准点执行。防守方犯规自动首攻。[S38]
AR 9-1-1-R I-VIII, AR 9-1-1-B I-XV

条款 2 干扰比赛
任何替补队员或教练不得以任何形式接触或干扰比赛中的球、一名队员或一名裁判。
判罚：10 码，同时掉档，从基准点执行。防守方犯规自动首攻。[S38]

第二节 非接触犯规

条款 1 违反体育道德行为
a. 使用侮辱、威胁或下流的语言或动作，或者做出任何激起恶意或丧失尊严的行为。AR 9-2-1 I
b. 如果一名球员既不把球带回下一个点，也不把它留在死球点附近。
c. 如果一名球员既不把拔下的腰旗还给对手，也不把它留在拔旗点的附近。球员把腰旗归还给对手是更值得提倡的。
判罚：10 码，从死球点执行，应按照死球犯规实施。[S27]

条款 2 不公平行为
a. 球员不应该阻挡一名对手。
判罚：5 码，从基准点执行。[S43]
b. 持球人不得进行跳跃或鱼跃。
判罚：5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S51]
c. 持球人不得进行护旗。AR 9-2-2 I-IX
判罚：5 码，同时掉档，从犯规点执行。[S52]
d. 球员不可以拔下除了模拟持球人的对手或接触了空中飞行的球的对手以外的，非持球人的腰旗。AR 9-2-2 X-XV
判罚：5 码，从基准点执行。[S52]
e. 球员不可以故意去踢一个传球或者掉球。除非是掉球人的队友踢了球，这个犯规不会改变球的状态。
判罚：5 码，从基准点执行。[S19]
f. 一支队伍超过 5 人参加比赛是非法的。

判罚：5 码，犯规点是开球线，从开球线执行。[S22]
g. 在一档比赛中，教练和替补队员不得位于球队区域之外。
判罚：5 码，犯规点是开球线，从开球线执行。[S27]
h. 佩戴非法装备或者缺少强制装备的队员是不得进行比赛的。出现出血伤口的队员应该离开场地。在裁判要求球员离场时，球员应该立刻离场。
违例：违规球队消耗暂停。[S3]
判罚：如果没有暂停剩余，5 码。[S21]

第三节 轮换

条款 1 轮换流程
在死球后，可以有任意数量的合法替补队员进入比赛替换队友。进攻方可以在开球手碰球之前进行轮换。防守可以在开球前进行轮换。
a. 在开球后，双方球队都不得有替补队员进入比赛场地。
判罚：5 码，犯规点为开球线，从开球线执行。[S22]
b. 在开球手碰球后，进攻方的任何球员都不得进入或离开场地。
c. 不得使用模拟轮换、换人的方式来迷惑对手。任何与轮换或者轮换过程相结合的迷惑对手的策略都是不被允许的。AR 9-3-1 I-I
判罚：保持死球，5 码，从开球线执行。[S22]

规则 10 判罚的执行

第一节 一般情况

条款 1 恶意犯规
恶意犯规是指，一个人使得一位对手陷入严重伤病威胁，或者一个人的表现是与体育道德准则相反的。恶意犯规伴随着取消比赛资格。[S47]
任何队员或教练，在同一场比赛中出现两次违反体育道德行为，都应该被取消资格。
被取消资格的队员或教练需要离开球队区域，远离赛场。
巡回赛或锦标赛的管理者可以做出进一步规定。
条款 2 不公平策略
如果一支球队拒绝比赛，或者反复犯规，这样的犯规判罚只会罚剩余距离的一半，或者出现一个规则中没有具体规定的明显的不公平行为，主裁可以考虑采取一个公平的行为。包括：认定一个判罚、取消一位球员或教练资格、要求掉档、给予任意一队首攻、给予得分或者暂停乃至终止比赛。AR 10-1-2 I-VI
注：主裁应该，但不是必须，去警告或告知他们，如果继续反复出现不公平的情形，会被吹罚犯规。
主裁何时应该使用这项规则才是合适的，需要很多的经验来判断。裁判员在主裁进行任何宣判前应该商议一下，以确保行动是合适的。

第二节 完成判罚

条款 1 如何和何时完成判罚
a. 当一个判罚被接受、拒绝或者取消时，就完成了。
b. 任何判罚都可以被非违规球队一方拒绝，但是被取消资格的球员必须要离开比赛。
c. 当犯规出现，判罚应该在下一档球变成准备好的球之前完成。
条款 2 开球同时的犯规
一个在开球同时出现的犯规，会被视为档间犯规。犯规点是开球线。
条款 3 同一支球队的活球犯规
当同一支球队出现 2 个或以上的活球犯规，主裁应向非违规球队一方解释可选的判罚，然后他们选择去执行其中的一个判罚。
条款 4 抵消犯规
如果同时出现两队的活球犯规，犯规抵消重打这一档，除非出现以下情况：
a. 一档中出现了球权转换，最后持球的球队没有在最后一次持球之前出现犯规，他们可以拒绝抵消犯规，因此在犯规的判罚完成后留有球权。
b. 当一个活球犯规被视为死球犯规时，他不会抵消，然后按照发生顺序来执行。
AR 10-2-4 I-IV
条款 5 死球犯规
死球犯规的判罚会被按照发生顺序单独执行。
双方同时发生的死球犯规会被抵消，之前一档是有效的。AR 10-2-5 I
条款 6 节间犯规
在比赛时段之间的犯规判罚，会在下一个进攻轮次执行。

第三节 执行流程

条款 1 基准点（BS）

基准点为开球线，除了以下情况：
a. 在开球线后出现的进攻犯规，基准点为犯规点。AR 10-3-1-a I-VIII
b. 死球点在开球线之前的防守犯规，基准点为死球点。AR 10-3-1-b I-X
c. 在球队球权转换后出现的犯规，基准点为死球点。如果在涉及到的最后一次持球跑动中，最终持有球权的一队出现犯规，且这个犯规是在死球点之后，那么基准点为犯规点。AR 10-3-1-c I-VI
d. 在球队球权转换后出现的犯规，球队在本方达阵区内出现犯规，并且此前球还没有带出过达阵区，那么执行点应该为回阵点。（本方 5 码线）AR 10-3-1-d I-IV

条款 2 流程

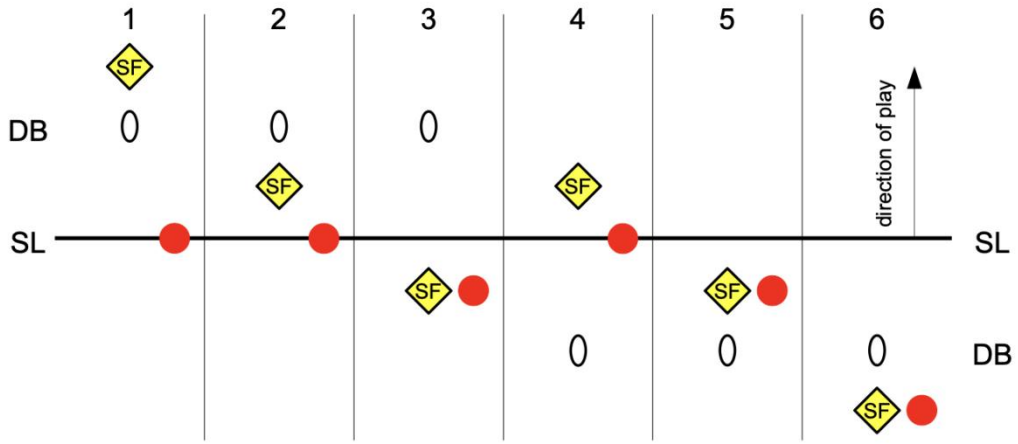
如果在判罚中没有另外说明，活球犯规的执行点为此前的开球线。
死球犯规的执行点为下一个开球线。
在达阵或附加分期间或之后的犯规：
1. 非得分方在达阵中的有 10 码判罚的犯规，会在附加分中执行。非得分方的其他犯规会根据规则被拒绝。
2. 在达阵之后，附加分的球被准备好之前的犯规，会在附加分执行。
3. 非得分方在成功的附加分中有 10 码判罚的犯规，会在下一个进攻轮次执行。非得分方的其他犯规会根据规则被拒绝。
4. 非得分方在有球队球权转换之后的附加分中有 10 码判罚的犯规，会在下一个进攻轮次执行。其他犯规根据规则被拒绝。
5. 附加分之后的犯规会在下一个进攻轮次执行。
AR 10-3-2 I-X

条款 3 执行一半距离

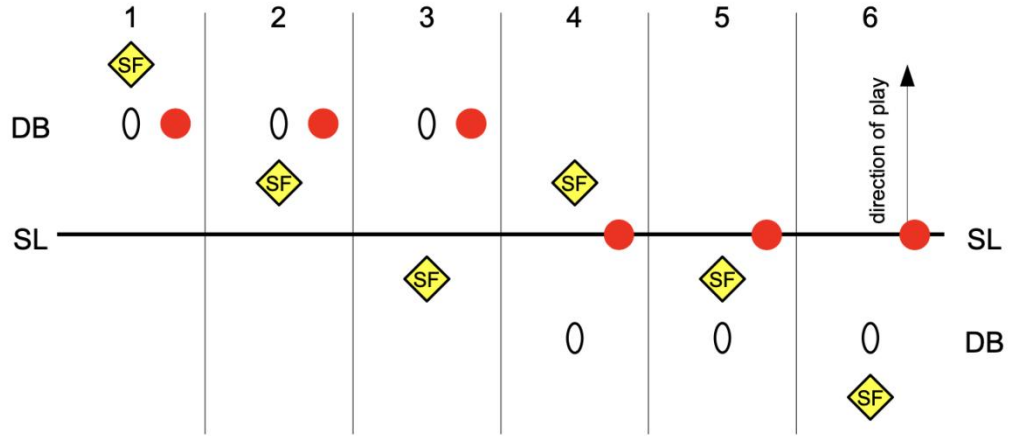
所有距离的判罚，包括附加分，都不能超过从执行点到被判罚一方达阵线之间一半的距离。AR 10-3-3 I-II

基准点执行
基准点会被应用在：干扰接球、非法接触、干扰比赛、阻挡、非法拔旗、故意踢传球
以下为 6 种可能出现的情形，基准点用红点标记

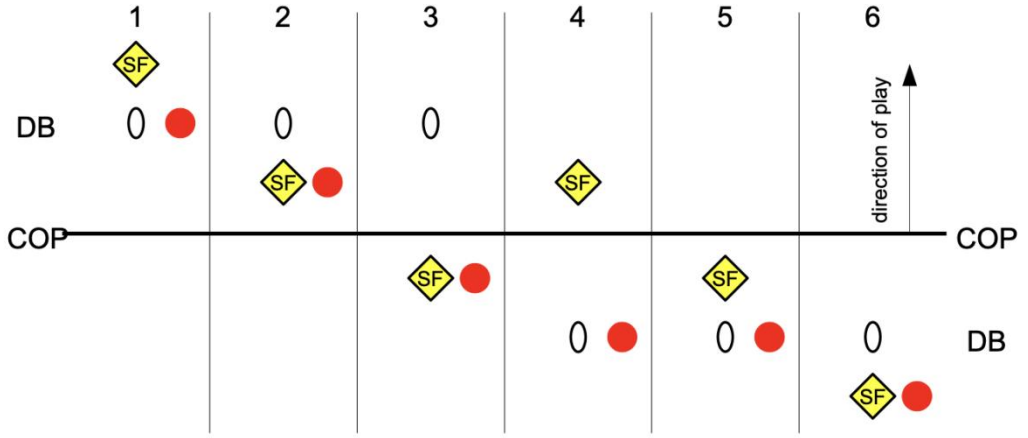
进攻方犯规 - 犯规点 SF 与开球线 SL 确定基准点 BS



防守方犯规 - 死球点 DB 与开球线 SL 确定基准点 BS



球权转换后的犯规 - 犯规点 SF 与死球点 DB 确定基准点 BS
只与持球球队的最后一次跑球中的犯规相关，其他情形中基准点就是死球点



执行的理念

一个简化的快速指南（“大拇指规则”），用以帮助理解规则。
具体的执行应该按照规则进行。

非法接触和违反体育道德行为犯规为 10 码，非接触犯规为 5 码。
只有活球犯规会执行掉档，自动首攻总是会被执行。

开球之前的犯规意味着保持死球，会在死球点执行（开球线）。
非法开球、拖延比赛、侵犯、错误启动、越线、干扰信号、非法突袭信号
技术性犯规会在开球线执行
传球拖延、非法触球、非法横移、非法突袭、边线干扰、非法参赛、非法轮换
只有持球人会犯的犯规会是犯规点犯规，还包括掉档
非法踢球、非法跑球、非法跑球进攻、非法交递球、非法（向前和向后）传球、跳跃、鱼跃、护旗、进攻球员向前击打向后传球
一档中的犯规会在基准点执行
阻挡、非法拔旗、故意踢传球、干扰接球、非法接触、干扰比赛
基准点，对于进攻犯规是开球线和犯规点中最差的，对于防守犯规是开球线和死球点中最差的。
违反体育道德行为会被当作死球犯规执行。

一档比赛中双方的活球犯规会被抵消，重打这一档。
例外：如果在得到球之前没有出现过犯规，最后持有球权的一队可以拒绝抵消判罚，留住球权。最后持有球权的一队的犯规会被执行。（“净手原则”）

球队球权转换之后的犯规会在死球点执行。只有在最后一次持球跑动中出现的犯规，在判断犯规点和死球点时应用最差点原则。在自己达阵区内，球权转换之后出现的犯规，会在回阵点执行。

如果执行点和达阵线之间的距离小于判罚的 2 倍，球会被放置在距离达阵线一半的位置。

规则 11 裁判的职责

第一节 常规职责

条款 1 裁判的管辖权限
裁判的管辖权限始于猜币，终止于主裁宣布最终得分。[S14]
条款 2 裁判数量
比赛应该在 2 名（主裁和副裁），3 名（主裁、档裁和副裁）或 4 名（主裁、档裁、副裁和边裁）的监督下进行。
条款 3 责任
a. 每一位裁判的具体职责在 IFAF 的腰旗橄榄球裁判手册当中有规定，但是每一位在判断上都有着平等的职责和管辖权限。
b. 所有裁判都应该按照 IFAF 腰旗橄榄球裁判手册的要求穿着制服和佩戴装备。

第二节 主裁（R）

条款 1 位置
主裁的初始位置在进攻方后场的后方，靠近副裁的一侧。在 2 人裁判组中，主裁的站位和工作流程如同档裁一样。
条款 2 基本职责
a. 主裁拥有对比赛的总体监管和控制，有确定最终比分的权利，而且他对于规则和其他比赛相关事情的决定是最终结果。
b. 主裁应该巡视场地，将任何不合规情况报告给比赛管理者、球队和其他裁判。
c. 主裁对于球员装备有管辖权限。
d. 主裁应该表明球变成了准备好的球、给予新的进攻轮次和执行判罚。
e. 主裁应当通知球队任何的取消资格情况。
f. 在开球后，主裁有责任对于开球线后的球附近的位置进行比赛判断。
主裁有责任去查看四分卫相关的情况。

第三节 档裁（DJ）

条款 1 位置
档裁的初始位置在档牌所在的边线，开球线的位置。
条款 2 基本职责
a. 档裁有责任去操作档牌。
b. 档裁应该记录档数。
c. 档裁对于开球线和所在边线区域有管辖权限。
d. 一旦球越过了开球线，档裁有责任去判定球附近的情况，和所在一侧场地球的向前推进趋势。

第四节 副裁（FJ）

条款 1 位置
副裁的初始位置在档牌对面边线的 7 码处。

条款 2 基本职责

a. 在 2 人或 3 人裁判组当中，副裁有责任去进行比赛计时或者监管比赛时钟操作员。
b. 副裁对于所在边线有监管权限。
c. 一旦球越过了开球线，副裁有责任去判定球附近的情况，和所在一侧场地球的向前推进趋势。

第五节 边裁（SJ）

条款 1 位置

边裁的初始位置在档牌同侧边线的 7 码处。

条款 2 基本职责

a. 边裁有责任去进行比赛计时或者监管比赛时钟操作员。
b. 边裁有责任去观察深远路线的接球手，判定长传中的情况，以及球的状态还有所在区域的向前推进趋势。

规则 12 挑战

第一节 会议

条款 1 申请挑战

在每个半场都有一次机会，在加时赛有一次机会，一支球队可以使用暂停，立刻申请会议，去挑战一次判定的执行。挑战可以是关于之前一档比赛的内容或行为的判定，或之后的执行。挑战必须在下一次开球之前，并且在主裁宣布半场或比赛结束之前进行，

挑战只能是关于对于规则的错误应用，或者错误的判罚执行。

判断性的判罚不能被挑战。在同一档中任何球队关于同一原因进行的另一次挑战是不会被接受的。AR 12-1-1 I-V

条款 2 流程

当一支球队申请挑战，主裁会叫官方暂停。申请球队在第二位裁判的见证下，向主裁解释，他们具体挑战的内容和原因。主裁会决定根据规则是否接受挑战。第二位裁判会告知对面球队挑战的主题，然后相关的裁判人员会在远离两队的位置聚商。

主裁会和相关裁判解释和讨论所挑战的判定或执行。如果判定需要，主裁可以向挑战队伍询问更多信息。

所有相关裁判都要谨慎而如实地提供信息，以此来决定场地上的判定/执行是正确的还是裁判组出现了失误需要被改正。

作出决定后，其他裁判陪同主裁，会和挑战球队解释判定/执行为什么改变或者没有改变，并提供比赛状态（点，档，时间）信息给他们。这些信息随后也会提供给对面球队。

条款 3 视频回放

挑战队伍不得尝试提供视频、照片、音频、证人或其他证据去支持挑战。主裁应该无视提供的这些内容。

条款 4 暂停

a. 如果挑战被接受，而且判定更改，申请的球队不会被消耗暂停，比赛继续。

b. 如果挑战没被接受，或判定没有更改，申请的球队会被消耗一个暂停，然后被给予其全部时长。

如果这支球队没有暂停剩余，或者比赛在加时赛当中，这将是一个违例，也不会给予暂停的时间。

违例：消耗申请方的暂停。[S3]

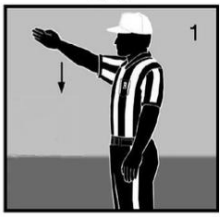
判罚：如果没有暂停剩余，5 码。[S21]

判罚总结

代号：“O”表示裁判的手势代码，“R-S-A”是规则的节和条款序号，“E”是执行点

	O	R-S-A	E
损失 10 码并掉档或首攻			
干扰接球	33	7-3-3	BS
非法接触	38	9-1-1	BS
干扰比赛	38	9-1-2	BS
损失 10 码			
违法体育道德行为	27	9-2-1	DB
损失 5 码并掉档			
持球人非法踢球	19	6-1-1	SF
非法跑球、非法跑球进攻	19	7-1-3	SL
非法交递	19	7-1-5	SF
非法向后传球	35	7-2-1	SF
传球队向前击打向后传球	19	7-2-5	SF
非法向前传球	35	7-3-2	SF
跳跃或鱼跃	51	9-2-2	SF
护旗	52	9-2-2	SF
损失 5 码			
非法开球	19	7-1-1	DB
拖延比赛	21	7-1-1	DB
非法开球	19	7-1-2	DB
侵犯、错误启动	19	7-1-3	DB
非法移动、非法横移	19	7-1-3	SL
越线、干扰信号、非法突袭信号	18	7-1-4	DB
非法冲传	18	7-1-4	SL
阻挡	43	9-2-2	BS
非法拔旗	52	9-2-2	BS
非法踢传球	19	9-2-2	BS
非法参赛	22	9-2-2	SL
边线干扰	27	9-2-2	SL
没有暂停时被消耗暂停	21	9-2-2	DB
非法轮换	22	9-3-1	SL
掉档			
传球拖延	21	7-1-3	SL
非法触球	19	7-2-5	SL
消耗暂停			
身着非法装备队员不离场	. 3	9-2-2	DB
缺少强制装备队员不离场	. 3	9-2-2	DB
有出血伤口的队员不离场	. 3	9-2-2	DB
挑战失败	. 3	12-1-4	DB

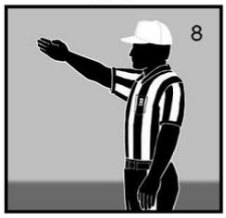
腰旗橄榄球裁判手势

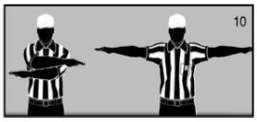
<table>
<tr>
<td>S 1

Ready for play</td>
<td>S 2

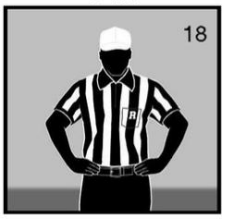
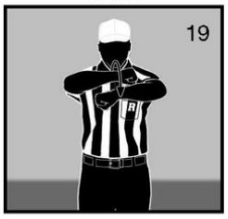
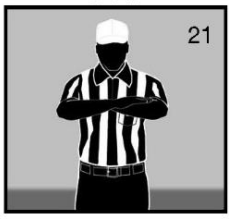
Start the clock
S 3

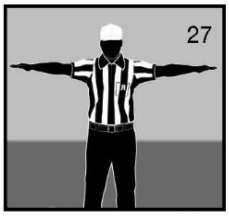
Stop the clock</td>
<td>S 5

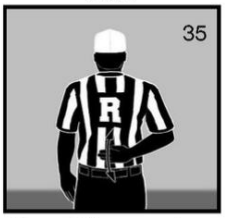
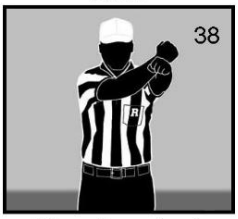
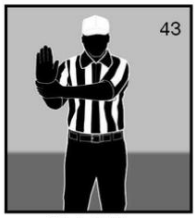
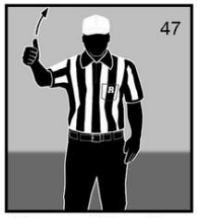
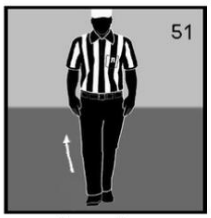
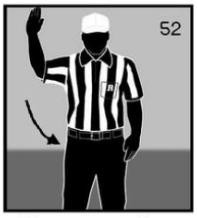
Touchdown</td>
<td>S 6

Safety</td>
</tr>
<tr>
<td>S 8

First Down</td>
<td>S 9

Loss of down</td>
<td>S 10

Incomplete pass</td>
<td>S 14

End of period</td>
</tr>
<tr>
<td>S 18

Offside
Illegal Blitz</td>
<td>S 19

False start
Illegal procedure</td>
<td>S 21

Delay of game
Delay of pass</td>
<td>S 22

Illegal participation
Illegal substitution</td>
</tr>
<tr>
<td>S 27

Unsportsmanlike conduct</td>
<td>S 33

Pass Interference</td>
<td>S 35

Illegal forward or backward pass</td>
<td>S 38

Illegal contact</td>
</tr>
<tr>
<td>S 43

Shielding</td>
<td>S 47

Disqualification</td>
<td>S 51

Jumping
Diving</td>
<td>S 52

Flag guarding
Illegal flag pull</td>
</tr>
</table>

说明：

规则说明，或者判例（AR），是在给定情境下的官方判定。他用来说明判罚的精神和规则的应用。

AR 1-3-1 / 器材
I 一支球队的一名或多名球员穿着非常宽大的短裤或短裙。
判定：非法装备。这类短裤和短裙不是比赛必须的。显然这些球员想要获得优势。
注：如果球队无法更换合法的装备，视为球队弃权。
II 一名球员的腰带长出的部分，长长伸出飘在外面。
判定：非法装备。整条腰带，包括长出的部分，都要紧紧的系好。
III 一名球员的球衣没有塞进裤子内，衣服遮盖住了腰旗的插扣。
判定：非法装备。整条腰旗都需要不被遮盖。
IV 一个身着红色队服白色短裤的队伍，使用的是彩虹色的腰旗。
判定：合法装备。腰旗需要和短裤是对比色，不是队服。

AR 3-1-4 / 比赛平局比较系统
I 在赛事中的 10 支球队，全都互相交手过。5 支球队（A, B, C, D, E)在各自 9 场比赛后胜率相同，于是为了排名你要查看他们之间的胜率。
1. A, B, C 仍然还有相同胜率，D 和 E 胜率相同但较低。系统会把他们分成两组，第一组 3 支队伍，第二组 2 支队伍，然后分别继续比较。
2a. 在 3 队之间，A 净胜分为+6，B 和 C 为-2。所以在比较中 A 是第一名。剩余两支球队会单独继续比较。
3a. 因为 B 和 C 之间是平局，所以得分无法比较出结果。
4a. B 队的总净胜分为+11，C 队则是-5。因此 B 队是第二名，C 队在平局比较中为第三名。
2b. 因为 D 和 E 之间是平局，所以在第二组中的 2 队无法通过净胜分比较出结果。
3b. 因为 D 和 E 之间是平局，所以在第二组中 2 队得分无法比较出结果。
4b. D 和 E 总的净胜分是一样的。
5b. D 总得分高于 E。所以在平局比较中 D 是第四名，E 是第五名。

AR 3-2-4 / 比赛时间
I. 在半场的最后 2 分钟内，时钟因为获得首攻停了下来。
判定：时钟会在开球时重启。
II. 传球未完成，球滚出场地很远的位置，并且没有球员帮助裁判把球带回开球线。
判定：主裁应该判断停表，然后在球变成准备好的球时重新开表。
III. 在一场焦灼的比赛中，还剩下 4 分钟时间，领先的一方重复且故意地出现拖延比赛犯规，以此来消耗时间。
判定：根据规则时钟会因为判罚停下，并在下一次开球时重启。
IV. 在一场焦灼的比赛中，比赛剩余时间不足 2 分钟，进攻方落后，一位在中立区之前的进攻球员把球传出了界外、传到地面或传给了一名队友，以此来节省时间。
判定：判罚-因为非法传球，在犯规点向后罚五码并且掉档。时钟会在球变成准备好的球信号时开启。

AR 3-2-6 / 毛时
I. 在一场胜负分明的比赛中（在主裁提醒时分差在 30 分及以上）比赛只剩 1 分钟，在采用毛时规则，出现了一位因受伤无法离场的队员。
判定：根据规则时钟会因伤病暂停停下，在下一次开球时重启。
注：当球队消耗暂停时是同样的应用。
II. 在一场胜负分明的比赛中（在主裁提醒时分差在 30 分及以上）比赛只剩 1 分钟，在采用毛时规则，一支球队犯规了。
判定：时钟不会因为判罚停下。

AR 3-3-4 / 暂停的长度
I. 当比赛还剩 12 秒时，落后的进攻方在 4 码线完成了一次传球，并且在时钟还剩 6 秒时申请暂停。进攻队长告知主裁他们想要在不使用全部暂停时长的情况下继续比赛。
判定：主裁询问防守队长是否乐于缩短暂停。如果他们同意，主裁会通知双方要准备好球了，并在 5 秒后这样做。
注：如果防守队长不同意，那么完整 60 秒的暂停会被实施。

AR 3-3-5 / 主裁提醒
I. 在一档比赛结束后球变成了死球，在主裁能宣布球变成准备好的球之前，比赛时钟走到了 2 分钟。
判定：掌管比赛时钟的裁判会把表停在 2 分钟，并且主裁会通知两支球队半场比赛剩余的时间。根据规则时钟会在开球时开启。
注：如果球已经变成了准备好的球（死球状态）但是进攻方在时钟走到了 2 分钟的时候还没开球，执行的流程还是一样的。
II. 在一档比赛结束后球变成了死球，比赛时钟还剩不到 2 分钟。
判定：掌管比赛时钟的裁判会立刻停表， 并且主裁会通知两支球队半场比赛剩余的具体时间。根据规则时钟会在开球时开启。

AR 4-1-2 / 活球变成死球
I. 持球人踉跄，为了找回平衡，用手撑地或者用球推地面，并且保持了对球权的控制。然后继续跑动。
判定：比赛继续，规则 4-1-2 中导致球变成死球的情况都没有出现。
注：如果持球人在接触地面时失去了对球的控制，那么这是一个掉球，球变成死球。
II. 一名接球人在攻防开始时丢掉了一条腰旗，继续跑路线，完成接球并且在防守人能拔下他剩余的腰旗前推进了额外码数。
判定：传球完成，但是球在接球完成时就死球了。接球后的推进码数不会记录，防守人也不需要拔任何旗。如果接球人在接球时两枚腰旗都不在了判定也是一样的。
注：不管接球人仅仅是因为意外丢掉腰旗，还是腰旗被防守人非法拔下，判定上是没有区别的。球员完成接球时如果没有两条腰旗，球就会变成死球。如果接球人在完成接球前，能够捡起腰旗，并符合规则的把腰旗重新安装，那么球仍是活球比赛继续。

AR 5-1-1 / 新的进攻轮次
I. 进攻方 19 码线，2 档中线，跑球在中场线被停下。球被放置的位置，前面的球尖深入了宽 4 英寸中场线的 1 英寸的位置。
判定：没有首攻。场地的中线是中场线的中间位置。如果前面的球尖深入中场线的位置达到了 3 英寸，那将是一个首攻。
II. 防守方 19 码线，1 档得分，四分卫在进攻方 23 码线位置被杀四。
判定：进攻方 23 码线，2 档得分。没有获得新首攻的可能性了。
下一档：A 队在防守方 13 码线完成传球。
判定：防守方 13 码线，3 档得分。不会给予新的首攻。

AR 6-1-1 / 非法踢球
I. 进攻方 9 码线，2 档中线，四分卫为了避免被杀四从 4 码线踢球（弃踢）。
判定：判罚持球人非法踢球，从犯规点执行。球变为死球。下一档为进攻方 2 码线，3 档中线。
注：如果是在 4 档中线，那么进攻轮次因为掉档会结束。下一档是对手在 5 码线开始的 1 档中线。
II. 进攻方 9 码线，2 档中线，接球人为了避免出现抄截，把一个向前传球踢开，传球最后未完成。
判定：判罚非法踢传球。这是另一种犯规。下一档为进攻方 4 码线 2 档中线。
注：如果防守人踢飞行中的球也是一样的判定。

AR 7-1-3 / 非法攻防

I. 在球准备好之后，进攻方完成列阵（第一次移动），3 秒后他们移动变阵，并且立刻开球。
判定：判罚非法移动，需要在开球时直接吹哨并且球保持死球。
II. 在球准备好之后，进攻方完成列阵（第一次移动），3 秒后右侧的接球手开始向着四分卫横移，绕着他转了一圈然后继续向右边线移动，在球被开出时他平行于开球线。
判定：没有犯规，合法的横移。
III. 进攻方 24.5 码线，2 档中线，四分卫接短开球，然后向前一步，在被拔下腰旗前把球送过了中线。
判定：没有首攻。判罚非法跑球，下一档进攻方 19.5 码线，3 档中线。
注：对于达阵线钱判定是一样的。理论上那也是一个非跑区的非法跑球进攻犯规。
IV. 进攻方 19 码线 2 档中线，四分卫向外绕出，刚刚好踩到了开球线前，然后被一名开球时在距离开球线不到 7 码的防守人拔下了腰旗。四分卫接下来进行了传球。
判定：判罚非法跑球。没有非法传球，因为球在传球之前就已经是死球了。在四分卫越过开球线后，所有防守人都有权利去拔下持球人的腰旗。下一档为进攻方 14 码线 3 档中线。
注：在尝试拔旗时，即便理论上防守人已经越过了开球线，也没有非法突袭。即便四分卫重新退回开球线之后然后再被拔下腰旗也是如此。
V. 防守方 4 码线，2 档得分，四分卫的传球在防守方 5 码线被完成，然后推进到达阵区。
判定：判罚非法跑球进攻。一个向前传球要越过开球线才会被认定为向前传球进攻。下一档在防守方 9 码线 3 档得分（在非跑区之外），不再需要一定进行向前传球进攻。
VI. 防守方 4 码线，2 档得分，四分卫的传球在开球线后被防守人触碰。四分卫接到球然后跑进达阵区。
判定：达阵。没有非法跑球，一个被防守触碰的传球被认定为向前传球进攻。
VII. 防守方 8 码线，2 档得分，四分卫的传球在开球线后被接球手触碰，或从开球手背后弹起。四分卫接到球假装传球，然后跑进达阵区。
判定：没有达阵。判罚四分卫的非法跑球和非法触球。下一档防守方 13 码线 3 档得分（或防守方 8 码线的 3 档得分）。
注：如果这一档发生在非跑区当中，那么将还是一个没能执行向前传球进攻的犯规。

AR 7-1-4 / 越线和突袭手
I. 一名防守人因为四分卫的开球口令有反应并越过了开球线。
判定：球保持死球。判罚一个死球犯规，防守越线。
注：如果防守人接触到一位对手并产生了影响（接球手从站定位置被移开），还要额外执行非法接触犯规。
II. 一名防守人，位于开球线 7 码以外，举起一只手只有一瞬间，或者手只在肩膀高度。
判定：判罚无效（非法）信号，吹哨并且球保持死球。
注：在下一档之前告知球员需要给出清晰的信号下一次才能获得路权。
III. 3 名或以上的突袭手同时给出了清晰的信号希望获得路权。
判定：判罚非法突袭信号。吹哨并且保持死球。
IV. 2 名突袭手同时给出了清晰的信号希望获得路权。在开球前其中一位放下了手，然后另一位防守人，位于开球线 7 码以外，举起一只手给出了清晰的信号，并在开球前的最后一秒内都保持了信号。
判定：没有非法突袭信号犯规。最后的 2 位突袭手给出信号获得了路权。
V. 一名防守人（46 号），位于开球线外 6 码的位置，举起一只手给出突袭信号。
判定：判罚非法突袭信号。吹哨并且保持死球。
注：副裁应该尽可能在犯规发生前通知球员：“46 号你不在开球线 7 码以外。”如果球员在开球前能调整到一个合法的突袭位置，那么没有犯规。
VI. 一名防守人（46 号），位于开球线外 7.5 码，举起一只手给出突袭信号。他错误的预判了开球，开球时他距离开球线还有 6 码并且还举着手。
判定：判罚非法突袭信号。吹哨并且保持死球。
注：如果 46 号放下了手并且从 6 码开始突袭，这将是一个非法突袭的活球犯规。如果 46 号放下了手并且没有越过开球线，那么比赛继续没有犯规。
VII. 一名防守人，位于开球线外 10 码，举起一只手给出突袭信号。该球员预判开球，开始向开球线跑动，当球被开出时他距离开球线 7.5 码并且保持着举手。然后继续突袭。
判定：没有犯规。突袭手拥有路权。

注：如果突袭手在开球前跑动中放下了手，他还能合法的突袭，但是没有路权。

AR 7-2-1 / 向后传球

I. 进攻方 3 码 2 档中线。四分卫为了躲避杀四，在本方达阵区内将球向后传出界外。
判定：没有犯规，但是是一个安全分。球在上一个最后一个持球点属于进攻组，也就是在达阵区内。
注：如果向后传球或者掉球落在达阵区未完成，也是一个安全分。
II. 进攻方 3 码 2 档中线。四分卫为了躲避杀四，在 1 码线向后传球出界或落在达阵区内地面。
判定：没有安全分，没有犯规。下一档从 1 码线进行 3 档中线。
注：如果是一个未完成的向前传球，判定是相似的。下一档从 3 码线进行 3 档中线。
III. 进攻方 3 码 2 档中线。球被开过了四分卫的头顶，落在达阵区地面或出界变成死球。
判定：没有安全分。下一档从 3 码线进行 3 档中线。
IV. 防守方 3 码 4 档得分。球开高了，四分卫为了避免传球未完成导致这一轮进攻结束，向前击打球。开球手接到了球，随后推进进入达阵区。
判定：进攻方非法击球犯规，没有得分，进攻轮次因为掉档结束。

AR 7-2-2 / 完成传球

I. 两个对手都对传球完成了控制，并且都离开了地面，两人同时在界内回到了地面上。
判定：同时接球，球应该归属传球方。
注：如果对手两人没有同时回到地面上，率先获得球权并回到界内地面上的球员将会获得完成接球。
II. 一位在空中的球员接到传球，牢牢地抓住球然后在回到界内地面时，橄榄球的球尖碰到了地面。球员保持住了对于球的控制而且球从未松动过。
判定：传球完成。
注：如果球员失去了对球的控制，则这是一个传球未完成。空中接球人需要在落地的整个过程中保持对球的控制。
III. 一位在空中的球员接到传球，牢牢地抓住球，接着球员的身体，而不是球在界内接触地面。撞击地面的瞬间，球变得松动，球员二次尝试接球，仍在界内，球碰到地面之前重新控制住了球。
判定：传球完成。
IV. 一名接球人尝试接球但是无法用手控制住球。在球触碰地面之前，接球人在膝盖之间夹住了球，接着在落地过程中没有失去控球。
判定：传球完成。规则没有规定接球一定是用什么方式去控制球。
V. 一名接球人在空中接到传球然后在落回地面之前被一名对手接触，导致球变的松动之后球随后接触了地面。
判定：传球未完成，判罚非法接触。传球没有被完成，犯规发生在球还在空中时。但是因为接触发生在球已经被触碰到了以后，所以不是一个干扰接球。
VI. 一名接球人在场地右侧，在四分卫还未把球传出时被一名防守人接触。球最终在场地左侧未完成。
判定：防守方非法接触。不管球是否传向这名球员，对于对手的接触都是犯规。
VI. 一名接球人在空中控制住了球，在还在空中时，向后把球传给了另一位接球人。第二位接球人持球推进了额外码数。
判定：合法进攻。传球第一次被控制住了但是还未完成，球的状态仍然是第一次传球。第二次接球接触了地面才完成了传球。
注：如果球只是被触碰或击打，还有球不管是向前还是向后，都是一样的判定。如果接球人在控制住传球时已经接触了地面，那就是传球完成，随后便是一个非法向后传球。

AR 7-2-4 / 掉球

I. 进攻方 13 码 2 档中线。持球人在进攻方 20 码线失去对球的控制（掉球），接着球在进攻方 16 码线接触地面。
判定：球在触及地面时死球，没有犯规。下一档为进攻方 20 码 3 档中线。
注：如果球触碰地面时在进攻方 24 码线（向前掉球）或者一名掉球人的队友接到了掉球，判定是一样的。

II. 比赛时钟还剩不到 2 分钟，持球人在被拔旗之前，故意把球掉到地上以此来停表。
判定：表会停下来，因为故意掉球动作会被认定为传球。如果故意掉球发生在开球线之后，那么没有犯规，就如同故意摔球或者传球未完成。如果故意掉球在开球线之前，那就是一个非法传球判罚。根据规则在下一次开球时重新开表。

AR 7-2-5 / 非法触球和击球
I. 防守方 20 码线 2 档得分。四分卫向一个在防守方 10 码线的接球人进行向前传球，接球人没有尝试去接球，而是把球向前击打给了另一位接球人，他在达阵区完成了接球。
判定：合法进攻。达阵。
II. 防守方 20 码线 2 档得分。在开球前，一名接球手向着开球人横移，在 24 码线的四分卫没能控制好开球，没有把球交递给接球手，而是把球击打了给他。接球手接到球，随后推进到了达阵区。
判定：进攻方在 24 码线非法击球犯规。开球是一个向后传球，不能被向前击打。下一档为进攻方 21 码线 3 档得分。
注：理论上来说，这名接球手是四分卫，因为他是第一位持有球权的球员。因此同样有非法跑球。下一档也可能是防守方 25 码线 3 档得分，显然会被取消掉而选择另一个判罚。
III. 防守方 20 码线 2 档得分。四分卫向防守方 22 码线位置的接球手进行向后传球，接球手没有选择接球，而是把球直接击打给了一个位于防守方 19 码线的另一位接球手，接着他推进进入达阵区。
判定：进攻方在 22 码线非法击球犯规。下一档在进攻方 23 码线 3 档得分。

AR 7-3-1 / 向前传球
I. 进攻方 3 码线 2 档中线。四分卫为了躲避杀四，在本方达阵区内进行一个向前传球，球落在了地面。
判定：没有犯规，在腰旗橄榄球中没有故意弃球。下一档为进攻方 3 码线 3 档中线。
II. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在开球线后进行了一个很高的向前传球，随后自己完成了一个 10 码的接球。
判定：判罚非法触球，在防守人触碰过传球之后，四分卫才能接自己的传球。下一档为进攻方 7 码 3 档中线。
III. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在开球线后进行了一个向前传球，球被一名防守人碰到，接着回到了四分卫的手中。
判定：没有非法触球犯规，四分卫可以推进这个球。
IV. 进攻方 15 码线 2 档中线。四分卫为了躲避突袭手绕出，跑到进攻方 17 码线然后把球传到进攻方 23 码线完成了传球。
判定：判罚非法跑球和非法向前传球。下一档为进攻方 10 码线 3 档中线。（或进攻方 12 码线 3 档中线）

AR 7-3-3 / 干扰传球
I. 在开球后，四分卫向右侧绕出，开球手向右侧跑了路线。在右侧的接球手移动到了防守开球人的防守人的路线上。防守人不得不绕过这名接球手来避免接触，然后开球手获得了接球空档。
判定：判罚进攻方掩护。因为球没在空中，所以不是干扰接球。如果接球手和防守人产生了接触，那将是进攻方的故意冲撞。
注：如果接球手是站定的，那么防守人需要避免接触，因为接球手的点权高于任何路权。
II. 两名接球手列阵在进攻的右侧，外侧的接球手以一个角度向内移动，内侧的接球手向外移动随后跑向对方达阵区（wheel 路线）。进行人盯人防守的防守人在防守各自接球手交叉时撞在了一起。
判定：没有犯规，进攻方对于防守人的行为没有责任。
注：如果外侧的接球手穿过了内侧防守人的跑动路径，以此来阻挡他的防守，这将是一个阻挡犯规。这是一个很难的判罚，需要很多经验来判定。
III. 一名接球手直接跑向了一位防守人。在他面前接球手立刻向外变向，轻轻推开了防守人。防守人保持住了平衡但是无法在接球手接球前迫近距离，在完成接球后他拔下了腰旗。

判定：进攻干扰接球（或非法接触）。接球手在传球前有接触产生了影响。这个影响不是在防守人身上，而且在他自己身上以获得加速并且和防守人之间拉开了额外空间。

AR 8-3-2 / 附加分中的判罚

I. 在 1 分附加分中，有判罚被接受，附加分会在 10 码线重打。
判定：进攻方可以进行传球或跑动进攻来获得 1 分。
II. 在 1 分附加分中，有判罚被接受，附加分会在 2.5 码线重打。
判定：进攻方可以进行向前传球进攻来获得 1 分。
III. 在 2 分附加分中，有判罚被接受，附加分会在 5 码线重打。
判定：进攻方可以进行向前传球进攻来获得 2 分。
IV. 在附加分中持球人在 3 码线出现护旗，然后完成得分。
判定：判罚护旗，同时掉档。没有得分，附加分结束。

AR 8-4-1 / 安全分

I. 进攻方 7 码线 2 档中线。一位突袭手在达阵区内抓住了四分卫的短裤，导致他短暂的失去了平衡。随后四分卫进行了一个未完成的向前传球。
判定：判罚非法接触（拉人），执行于进攻方 7 码线。下一档为进攻方 17 码线 1 档中线。
II. 进攻方 7 码线 2 档中线。在防守人尝试拔旗时，四分卫在达阵区内在腰旗前持球。防守人错失腰旗，接着四分卫传球完成了 14 码推进。
判定：判罚护旗，执行点在犯规点，也就是达阵区内，导致安全分。
III. 防守方 21 码线 3 档得分。一名防守人在防守方 7 码线完成抄截，他的惯性带着他进入了自己的达阵区。一名进攻方球员在达阵区内拔下了这名防守人的腰旗。
判定：安全分，因为只有在 5 码线以内的抄截才适用惯性规则。

AR 9-1-1-R / 点权、路权

I. 一位防守人在靠近开球线的位置，直接列阵在了一位接球手的面前。（人盯人防守）
判定：由于防守人拥有点权，因此在前几步，接球手必须要避免接触。如果防守人开始移动，就失去了点权，他就必须避免接触，给接球手跑路线的空间。
II. 一位防守人在靠近开球线的位置，直接列阵在了一位接球手的面前。在开球时，防守人立刻向内侧移动，并且与同样在向场地中间移动的接球手产生了碰撞。
判定：防守非法接触犯规。一旦防守人开始移动就失去了点权，他们有义务避免接触。接球手必须要避开防守人最初站位的位置，但是无法预测防守人会向哪个方向去移动。
III. 一位防守人在靠近开球线的位置，直接列阵在了一位接球手的面前，并且向两侧伸出手臂来阻挡接球手。在开球后，防守人没有移动，接球手尝试绕过防守人时，与防守人的手臂发生接触。
判定：防守人故意冲撞。即便防守人拥有点权，也不能用不必要的动作来制造接触。
注：对于一个通过向两侧伸展双臂来阻挡突袭手的开球手来说，相同的规则也适用。
IV. 一位防守人进行区域防守并且在看着四分卫，此时一位正在跑动穿越场地的接球手故意从背后撞击了这名防守人。
判定：进攻故意冲撞。即使拥有路权，球员也不能故意冲撞和撞击对手。
V. 一位防守人正在将持球人逼向边线。持球人为了拿首攻，维持了原路径尝试留在界内，而不是选择出界。防守人在尝试拔旗时没有减速，结果两名球员发生碰撞。
判定：持球人非法接触，但不是故意冲撞，因为持球人的目标是两人之间的间隔。防守人没有义务减速并给予持球人空间，他们可以合法的瞄准有可能最早完成拔旗的点。持球人是控制比赛的人，没有任何路权并且必须展现出他们在试图避免接触。如果持球人错误估计了防守人的预计路线，是持球人的错误。
注：如果持球人已经停了下来，接下来（1 秒）这名防守人撞到了持球人，这将是防守的故意冲撞。
VI. 两位防守人逐渐把持球人夹在中间，进行关门防守。持球人尝试从两人之间的缝隙过去，然后与其中一人或两人发生了接触。
判定：持球人非法接触，不是故意冲撞因为持球人的目标是两人之间的缝隙。即便这样会停下自己的向前趋势，持球人也必须要避免接触。

VII. 一名防守人跑向持球人时滑倒，就倒在了持球人的面前。持球人为了避免接触跳过了防守人。防守人仍在尝试拔旗，但是没能拔到，持球人随后继续跑动。
判定：持球人跳跃。持球人有责任去避免与防守人接触，即便这意味着他为了避免另外的犯规出现，需要绕过一名躺在地上的防守人。
VIII. 一名接球手完成接球，而且已经站定建立了点权，他的背后是一位在迫近尝试拔旗阻止接球手的防守人。完成接球后，接球手为了改变方向原地转身，然后接球手接触到了防守人。接着接球手摆脱了这位防守人，跑出了额外码数后被拔下腰旗。
判定：没有非法接触犯规。接球手在转身时没有失去点权。
注：有接球手（或防守人）发起的任何额外动作导致了接触，就将是一个非法接触犯规。

AR 9-1-1-B / 突袭手
I. 一名突袭手快速冲向四分卫，一位接球手跑线路时为了躲避突袭手改变了方向。
判定：没有犯规。接球手应该给突袭手更高的路权让路。如果另外一名防守球员，没有通过有效的信号获得路权也在冲传，那将是防守人的阻挡犯规。
II. 一名突袭手快速冲向四分卫，一位接球手跑线路时阻挡或接触了这名突袭手。
判定：判罚进攻的阻挡或非法接触犯规。所有接球手都需要避开突袭手的冲传路径。
III. 一名突袭手慢速冲向四分卫，一位接球手跑路线时被他阻挡。
判定：判罚防守人的阻挡犯规。只有快速冲传时突袭手才能拥有路权，这样接球手才能有机会去估算突袭手的冲传路线。
IV. 一名突袭手朝着四分卫冲传，当四分卫开始向外绕出时，突袭手改变了方向。
判定：当突袭手改变方式时就失去了路权，必须在此后注意不要阻挡接球手。
V. 一名突袭手接触了开球手，开球手自从开球就保持在原地。
判定：判罚防守人的故意冲撞。开球手的点权是比突袭手的路权更高的。
VI. 突袭手列阵在开球手的正前方，在开球后直冲向了四分卫。开球手保持站定获得点权，突袭手为了避免接触改变了方向。在此之后，开球手立刻开始跑路线，并且就向着突袭手的前方，双方发生了碰撞。
判定：判罚进攻方的故意冲撞。突袭手在改变方向时失去了路权，但是这不代表着开球手有权利去制造冲撞。
VII. 一名突袭手冲传跑向开球线，但在越过前停了下来。
判定：没有犯规。这名突袭手没有越过开球线，但是因为停下失去了路权，之后需要躲避进攻球员。
VIII. 一名接球手穿过了突袭手的路径。突袭手试图避免接触但还是撞上了接球手。
判定：判罚进攻非法接触。
IX. 一名接球手穿过了突袭手的路径。突袭手没有试图避免接触，接着撞上了接球手。
判定：判罚进攻阻挡，判罚防守故意冲撞。判罚抵消，重打这一档。
X. 一名接球手穿过了突袭手的路径没有造成阻挡。当两人擦身而过时，突袭手伸出手臂打到了接球手。
判定：判罚突袭手故意冲撞。即便拥有路权，突袭手也不能发起接触。
XI. 在传球出手后，突袭手停在了四分卫身前，触碰到了他在髋附近的手。
判定：触碰没有犯规，因为接触的前提是有所影响。
XII. 在传球出手后，突袭手停在了四分卫身前，用双手推了四分卫的髋，因此四分卫需要再走两步来找回平衡。
判定：判罚防守非法接触。
XIII. 在传球出手后，突袭手停在了四分卫身前。四分卫传球的自然摆动，有一步向前动作使得四分卫接触了突袭手。
判定：没有接触犯规，因为双方都在站立状态并且根据规则 2-13-1 拥有点权。
XIV. 在四分卫传球出手时，突袭手垂直跳起到空中。四分卫在球出手后向前迈出三步，之后接触了突袭手。
判定：判罚进攻非法接触。突袭手即便跳起仍然拥有点权，四分卫的行为意味着他们要对接触负责。如果跳起的惯性带着突袭手撞到了四分卫，那么犯规应该是防守方的。
XV. 在四分卫开始传球时，突袭手向前跳起去尝试破坏，在球离开四分卫的手之前打到了球或者手臂。
判定：判罚故意冲撞，因为他攻击的点是持球人控制中的球。

AR 9-2-1 / 违反体育道德行为

I. 四分卫传出抄截，防守人轻松回攻完成达阵。在越过达阵线之前，防守人使用言语或动作挑衅四分卫。

判定：达阵。判罚违反体育道德行为。判罚将在附加分执行。下一档为从 15 码线进行的 1 分附加分或 20 码线进行的 2 分附加分。

AR 9-2-2 / 拔旗

I. 在附近防守人尝试拔旗时，持球人在他的髋附近摆手。没有产生接触但是防守人错失了腰旗。

判定：判罚护旗。手（或球）在腰旗前阻碍了对手靠近并且制造了不利局面，即便没有产生接触。

注：应从犯规点执行（5 码+掉档）。例：防守方 18 码线 2 档得分，护旗发生在防守方 10 码线，下一档为防守方 15 码线 3 档得分。

II. 一个防守人在很远位置，向着持球人鱼跃绝望地尝试拔旗，持球人在他的髋附近摆手。没有发生接触，防守人错失了腰旗，且有一段距离。

判定：没有犯规。必须是有实际可能的拔旗尝试，才会使持球人产生护旗犯规。防守人的预约和跳跃是合法的。

III. 持球人径直跑向一位防守人，在两人相遇前持球人向前弯曲了上半身。

判定：进攻被判罚鱼跃。防守人必须要躲开持球人的头部和躯干，持球人在此情况的行为阻碍了对手靠近腰旗并且制造了不利局面，不管有没有接触都是这样。

IV. 持球人径直跑向一位防守人，在被拔下腰旗前向前伸球来博取额外码数。

判定：判罚护旗。防守人必须要躲开球员持有的球，持球人在此情况的行为阻碍了对手靠近腰旗并且制造了不利局面，不管有没有接触都是这样。

V. 持球人正在被防守人追逐，在被抓到前持球人向前伸球来博取额外码数。

判定：没有犯规。因为拔旗发生在身后，所以伸球动作不会阻碍防守人。

VI. 持球人通过转身躲避防守人的拔旗。在转身过程中，防守人被持球人的肘接触到。

判定：持球人非法接触。尽管持球人的转身本身并非不合法，持球人也要为接触负责。

注：如果持球人因为下蹲造成接触，规则应用是一样的。

VII. 持球人通过下蹲躲避防守人的拔旗，过程中双手在胸前持球，两肘向两侧支出。防守人降低重心来拔旗，但是因为持球人下蹲手臂挡在了腰旗之前，防守人撞到了持球人的手臂。

判定：持球人护旗。尽管持球人的下蹲本身并非不合法，持球人也要为接触负责。

VIII. 持球人停下，向上跳起的同时转身，以此来躲避防守人的拔旗。

判定：持球人跳跃。持球人的跳跃因为提升了持球人腰旗的水平高度，阻碍了对手接近腰旗。

IX. 持球人停下，侧向（或者向后）跳步，伴随着（或者不伴随）转身动作，以此来躲避防守人的拔旗。

判定：没有犯规。向任何方向的跳跃，只要没有显著的改变腰旗的水平高度就是合法的。

注：降低腰旗的高度（下蹲）也是合法的。

X. 持球人沿着边线，朝着达阵区角前进。防守人尝试迫近，用一个快速、稳定的速度来缩小与边线的间隔，企图把持球人逼出界外，但是没有尝试拔旗。持球人向前跳向达阵区，即便在 1 码线的位置接触了防守人，还是能用球接触到立柱，随后接触到界外的场地。

判定：这是一个达阵行为，但是显然要判罚持球人的非法接触（故意冲撞），从开球线执行，没有得分。

只要防守人的行为是有可预测性的，持球人就要预判防守人的行为。

因为没有尝试拔旗，所以没有鱼跃/跳跃犯规。

注：如果防守人尝试拔旗，还会有第二个犯规：鱼跃（跳跃）。防守方可以选择接受其中一个判罚。（括号中的犯规是同样的判罚和同样的执行）

XI. 持球人沿着边线，朝着达阵区角前进。防守人在距离边线 2 码的位置，沿着平行于边线的路径，慢慢地接近面对面的持球人。持球人尝试在防守人和边线间的间隔钻过去。在最后一刻，防守人突然朝着持球人路径跨了一步，双方发生碰撞。

判定：判罚防守人故意冲撞。持球人是无法预期防守人的最后一个动作的，也没有机会避免接触，防守人需要以可预测的方式打球。

注：如果两位球员都有动作，对于谁该承担责任有疑问，那么就是进攻犯规。

XII. 在球传出后的一刹那，突袭手拔下了四分卫的腰旗。突袭手拿着腰旗然后开始朝着接球手移动，想要停止进攻。
判定：没有非法拔旗犯规，因为防守有权去进行合理尝试。
然而判罚他拿着腰旗的行为违反体育道德行为。突袭手需要立刻递还腰旗或者在追逐接球手之前把它放到地面上。
XIII. 在四分卫把球向后传给自己队友后，突袭手继续冲传然后拔下了四分卫的腰旗。
判定：判罚非法拔旗。如果这是一个特殊进攻，四分卫随后接回了球，这阻止了他跑球的可能性。
注：如果传球越过了开球线，四分卫就没有再次合法获得持球的可能性了，因此不应该吹罚非法拔旗。但是如果突袭手在明显太晚的情况下拔旗，挑衅四分卫，那将是违反体育道德行为。
XIV. 在接球手接触球的一瞬间，防守人拔下了腰旗。接球手颠了一下球，第二次尝试接球完成了接球。
判定：没有非法拔旗犯规。防守人可以预判完成接球会导致接球手变成持球人，不需要等待接球变成完成。
注：在这个案例中，持球人不能再推进球了，因为持球人拥有少于 2 条腰旗就是死球。即便在出现非法拔旗（在触碰球前拔旗）的情况下，持球人也不能推进球了，但是可以通过判罚获得额外的码数。
XV. 开球后，四分卫给另一位进攻队员进行假交递，这名队员假装持球。突袭手改变方向，拔下了假装持球队员的腰旗。随后四分卫把球传给了假装持球的队员。传球被接到，持球人推进到了达阵区。
判定：没有非法拔旗犯规，因为突袭手有权拔下模拟持球人的腰旗。因为持球人少于两条腰旗，所以在接球点球变成死球。

AR 9-3-1 / 轮换
I. 球已经变成了准备好的球，进攻在合法的阵型中，此时通常是四分卫的人向着边线移动，显然是要和教练商量一下，但是在比赛区域面对着边线停了下来。之后开球手触碰球，把球开给了通常打跑卫的球员，他进行了一个合法的向前传球，把球传给了一个开球后在边线直下的球员，他随后完成达阵。
判定：保持死球，判罚与换人过程有关的不公平策略。
从开球线判罚 5 码或 10 码，重打这一档。当球员朝着边线移动，防守方很自然会认为轮换流程开始了，对手不会立刻开球。
注：如果球员清晰展示出轮换流程已经结束了（在接球手位置站定 1 秒钟），就没有犯规。如果在开球手碰球以后出现这个情况，也不是犯规，因为在开球手碰球后，不能出现轮换，所以防守人不应该预期出现轮换。
II. 球已经变成了准备好的球，进攻在合法的阵型中，一名球员离开场地来到球队区域。过了一会，另一位球员悄悄来到场上，明显是在和教练说话，因此防守没有意识到有人员轮换。接着开球手触球，快速开球。四分卫给没被注意到的接球手送出长传。
判定：判罚不公平策略。从开球线判罚 10 码，重打这一档。进攻方不得利用轮换流程来“隐藏”一位球员，这会让主裁合理地将其视为不公平策略。

AR 10-1-2 / 不公平策略
I. 持球人沿着边线冲刺，想要得到制胜分数，防守人离得很远。一名替补球员来到边线，拔下了持球人的腰旗。
判定：这一档比赛在持球人被拔下腰旗的位置死球，但是主裁应该给予他们得分，因为这是通过不公平行为阻止的得分。下一档应该在执行判罚后进行附加分。这位球员应该被取消资格。
注：如果这个情况发生在中线附近，那么适当的判定可能是在中线之前某个位置的首攻，但也还可以是得分。
II. 防守反复在开球前出现越线犯规，希望消耗时间，这样时间能逐渐接近主裁提醒（2 分钟警告），以此来保住领先。
判定：主裁应该停表，并告知球队这样的行为会被视为不公平策略，在下一个合法开球时才会走表。
注：如果进攻反复犯规来消耗时间，判定是一样的。如果他们还不停止这种行为，主裁还可以要求掉档或者给予防守方一个首攻。

III. 防守方反复从开球线 1 码外进行非法突袭犯规，去立刻杀四或者抄截开球。
判定：判罚非法突袭，但是没有不公平策略。进攻方每次都可以获得推进，要么成功进攻后取消判罚，要么至少有 5 码判罚。
注：如果这发生在达阵线附近，判罚执行将会是一半距离，那将会是不公平策略。
IV. 进攻方 21 码线（距离中线不足 5 码）2 档中线。一位防守队员在开球手触球后立刻越线，以此迫使进攻方变成在防守方 24 码的 1 档得分局面。
判定：防守方不公平策略。判罚 10 码。这不可能是球员出现了错误，因此必须视为是通过故意犯规来获得优势。进攻方可以拒绝判罚。防守方队员和教练会被警告，任何后续违规行为会导致同时有不公平策略的 10 码判罚，和违反体育道德行为的 10 码判罚，违规球员会被取消比赛资格。
V. 一位防守方的教练进入场地，拉住了一位还没进入达阵区的明显有空位的接球手。四分卫被迫不能完成这个简单的得分传球，但是传给了另一个在达阵区内的接球手，完成达阵。
判定：活球犯规，干扰比赛，但是主裁应该认定其为死球犯规，应该在下一档比赛执行判罚。这位教练应该被取消资格。
VI. 在最后一档比赛，进攻方达阵得分追平了比分，比赛延长一档附加分。在附加分中四分卫的向前传球被防守人抄截，并且回攻。四分卫是唯一在能拔旗位置的球员。
四分卫拔旗失败，但是他在防守方 21 码线处接触了防守人，导致他在防守方 24 码处倒地。
判定：四分卫非法接触犯规。没有得分，附加分结束。
比赛不能终止于一个接受的判罚，因此防守方会被给予在 15 码线的 1 档得分机会，比赛时钟上没有时间了。
注：如果四分卫没有尝试拔旗，而是把防守人推倒到地面上，判定是一样的，但是四分卫会被取消资格，不仅因为犯规，也因为故意阻止得分。

AR 10-2-4 / 犯规抵消
I. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫传球在进攻方 15 码线完成或者被抄截。在接球前开球手在进攻方 10 码线阻挡了突袭手，一位防守人在进攻方 20 码线接触了一位接球手。
判定：犯规抵消。重打这一档。
II. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫传球在进攻方 15 码线被抄截，回攻到了进攻方 6 码线。在接球前开球手在进攻方 10 码线阻挡了突袭手，在回攻中，突袭手在进攻方 12 码线阻挡了开球手。
判定：防守可以拒绝抵消犯规，在判罚执行后保留球权。基准点为犯规点。下一档为之前防守方球权，在 17 码线 1 档得分。
III. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫传球在进攻方 15 码线被抄截，回攻到了进攻方 6 码线。在接球前一名防守人在进攻方 10 码线接触了一位接球手，在回攻中开球手在进攻方 12 码线拉（非法接触）了持球人。
判定：犯规抵消。重打这一档。
IV. 进攻方 23 码线 3 档中线。持球人在防守方 17 码线护旗犯规，防守人拉住持球人去找腰旗。这一档最终在防守方 12 码线停止。进攻方教练希望拒绝防守犯规的判罚，然后在犯规点执行护旗判罚后获得首攻。
判定：抵消犯规是唯一的选项，重打这一档。是犯规而不是判罚被抵消。教练不会得到拒绝判罚的选项。

AR 10-2-5 / 死球犯规
I. 在死球后，2 名对手互相言语攻击并且推搡对手。
判定：裁判员应该分开两位队员，掷出黄旗标记两人的非法接触。即使判罚被抵消了，裁判也不能容忍这类行为。如果队员开始打架，两人都应该被取消比赛资格。
注：如果一位球员击打对手，随后第二位球员反击，犯规不会抵消，需要在考虑到罚一半码数的情况下去按顺序执行。

AR 10-3-1-a / 进攻犯规的基准点执行
I. 进攻方 7 码线 2 档中场。接球手在进攻方 22 码线出现干扰接球犯规，球最终未完成。
判定：死球点为开球线，所以基准点就是开球线。判罚将从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 3.5 码线 3 档中线。

注：如果接球手在干扰接球后完成了接球并且推进，判定是一样的基准点。
II. 防守方 4 码线 4 档得分。在四分卫的传球接近时，接球手为了获得空间推了防守人，然后在达阵区完成接球。
判定：判罚进攻干扰接球，没有得分。这一轮进攻因为掉档结束。下一档为防守方从本方 5 码线 1 档中场。
III. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤在达阵区内被杀四。开球手在进攻方 10 码线阻挡了突袭手。
判定：基准点为开球线。判罚会从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 3.5 码线 2 档中线。如果拒绝判罚结果就是安全分。
IV. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤在进攻方一码线被杀四。开球手在达阵区阻挡了突袭手。
判定：基准点为犯规点。判罚将从达阵区执行，结果为安全分。拒绝判罚的话下一档为进攻方 1 码线的 3 档中线。
V. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤在进攻方一码线被杀四。开球手在进攻方 5 码线阻挡了突袭手。
判定：基准点为犯规点。判罚将在 5 码线执行。下一档进攻方 2.5 码线 2 档中线。拒绝判罚后为进攻方 1 码线 3 档中线。
VI. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，传球在进攻方 15 码线完成。开球手在进攻方 5 码线阻挡了突袭手。
判定：基准点为犯规点。判罚将在 5 码线执行。下一档为进攻方 2.5 码线 2 档中线。拒绝判罚后为进攻方 15 码线 3 档中线。
VII. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，传球在进攻方 15 码线完成。开球手在进攻方 20 码线阻挡了一位防守人。
判定：基准点为开球线。判罚将在 7 码线执行。下一档为进攻方 3.5 码线 2 档中线。拒绝判罚后为进攻方 15 码线 3 档中线。
注：如果传球未完成，判罚的实施是一样的，但是如果拒绝判罚就变成了进攻方 7 码线 3 档中线。
VIII. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，完成传球，后面推进完成达阵。开球手在对方达阵区内，在完成得分之前阻挡了一位防守人。
判定：基准点为开球线。判罚将在 7 码线执行。下一档为进攻方 3.5 码线 2 档中线。

AR 10-3-1-b / 防守犯规的基准点执行
I. 进攻方 7 码线 2 档中线。防守人在进攻方 22 码线干扰接球，球未完成。
判定：死球点为开球线，所以基准点为开球线。判罚将从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 17 码线 1 档中线。
II. 进攻方 7 码线 2 档中线。防守人在进攻方 22 码线干扰接球，但接球手仍然完成接球，随后推进到了进攻方 24 码线。
判定：死球点为跑球的停止点，所以基准点为死球点。判罚将从进攻方 24 码线执行。下一档为防守方 16 码线 1 档得分。
III. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，在达阵区内被杀四。一名防守人在进攻方 10 码线阻挡了开球手。
判定：基准点为开球线。判罚将从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 12 码线 2 档中线。
注：如果四分卫为了避免杀四传球未完成，执行是一样的。
IV. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，在进攻方 1 码线被杀四。一名防守人在进攻方 5 码线阻挡了开球手。
判定：基准点为开球线。判罚将从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 12 码线 2 档中线。
V. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，完成传球至进攻方 15 码线。一位防守人在达阵区内，阻挡了跑“屏风”路线的开球手。
判定：基准点为死球点。判罚将从进攻方 15 码线执行。下一档为进攻方 20 码线 2 档中线。
VI. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，完成传球至进攻方 15 码线。一位防守人在进攻方 20 码线阻挡了另一位接球手。
判定：基准点为死球点。判罚将从进攻方 15 码线执行。下一档为进攻方 20 码线 2 档中线。

VII. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫后撤，完成传球，随后推进完成达阵。在传球前，一位防守人在进攻方 10 码线阻挡了开球手。
判定：基准点为死球点（对方达阵线）。根据规则判罚被拒绝，得分有效。
注：如果犯规是非法接触，那么判罚将在附加分执行。
VIII. 进攻方 7 码线 2 档中线。在开球线后，突袭手抓了四分卫的裤子，但四分卫仍然完成传球至进攻方 12 码线。
判定：判罚非法接触（拉人）。基准点为死球点。判罚将从进攻方 12 码线执行同时自动首攻。下一档为进攻方 22 码线 1 档中线。
IX. 进攻方 9 码线 4 档中线。四分卫传球，防守人为了阻止完成接球用脚去踢球。传球最终未完成。
判定：判罚非法踢传球。基准点为开球线。判罚将从进攻方 9 码线执行。下一档为进攻方 14 码线 4 档中线。
X. 进攻方 9 码线 4 档中线。四分卫传球，防守人为了阻止完成接球用脚去踢球。进攻方完成接球，推进到了进攻方 22 码线。
判定：判罚非法踢传球。基准点为死球点。判罚将从进攻方 22 码线执行。下一档为防守方 23 码线 1 档得分。

AR 10-3-1-c / 球队球权转换中的基准点执行
I. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻停在了进攻方 12 码线。在球队球权转换后，开球手在进攻方 18 码线拉住（非法接触）了持球人。
判定：基准点为死球点。判罚将从进攻方 12 码线执行。下一档为原防守方在进攻方 6 码线 1 档得分。
II. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻停在了进攻方 12 码线。在球队球权转换后，回攻人的队友在进攻方 18 码线阻挡了开球手。
判定：基准点为犯规点。判罚将从进攻方 18 码线执行。下一档为原防守方在进攻方 23 码线 1 档得分。
III. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻停在了进攻方 12 码线。在球队球权转换后，回攻人的队友在进攻方 10 码线阻挡了开球手。
判定：基准点为死球点。判罚将从进攻方 12 码线执行。下一档为原防守方在进攻方 17 码线 1 档得分。
IV. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻手在进攻方 12 码线掉球。开球手接到了球，跑到了进攻方 20 码线。在第一次球队球权转换后，开球手的一位队友在进攻方 18 码线拉住了回攻手。
判定：判罚非法接触（拉人）。防守方会拥有球权，基准点为死球点。下一档为原防守方在进攻方 10 码线 1 档得分。
V. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻手在进攻方 12 码线掉球。开球手接到了球，跑到了进攻方 20 码线。在第二次球队球权转换后，开球手的一位队友在进攻方 18 码线阻挡了一位对手。
判定：判罚阻挡。进攻方会保持球权，基准点为犯规点。下一档为进攻方 13 码线 1 档中线。
VI. 进攻方 7 码线 2 档中线。四分卫在进攻方 21 码线传球被抄截，回攻手在进攻方 12 码线掉球。开球手接到了球，跑到了进攻方 20 码线。在第一次球权转换后，回攻手的队友在进攻方 18 码线阻挡了对手。在第二次球队球权转换后，开球手的一位队友在进攻方 15 码线撞击了对手。
判定：进攻方会拒绝犯规抵消，在执行非法接触后保持球权。基准点为犯规点。下一档为进攻方 7.5 码线 1 档中线。

AR 10-3-1-d / 回阵基准点执行
I. 防守方 12 码线 2 档得分。一名防守人在达阵区内抄截，还在达阵区内出现护旗犯规，随后推进到防守方 15 码线被拔旗。
判定：犯规出现在球被带出达阵区之前，因此执行点为回阵点。进攻方的进攻轮次结束，下一档为 2.5 码线的 1 档中线。
注：如果球留在了达阵区内，判定也是一样的。

II. 防守方 12 码线 2 档得分。一名防守人在达阵区内抄截，还在达阵区内出现护旗犯规，随后推进到防守方 15 码线被拔旗。在拔旗时，开球手为了找到腰旗拉住了持球人。
判定：犯规抵消，重打这一档。
注：根据规则，防守方可以选择拒绝抵消判罚，而是接受从回阵点的判罚执行。
III. 防守方 21 码线 2 档得分。一名防守人在防守方 3 码线抄截，他的惯性带着他进入了自己的达阵区。在为了避免被拔旗用球盖住腰旗后，另一位进攻球员在达阵区内拔下了他的腰旗。
判定：结果为回阵，执行点为回阵点。
注：如果另一位防守人犯规，判定也是一样的。
IV. 防守方 21 码线 2 档得分。一名防守人在防守方 3 码线抄截，推进到了防守方 14 码线。在回攻中，另一位防守人在自己达阵区内非法接触了一位进攻球员。
判定：接受判罚后为安全分。此犯规的执行点为犯规点（非法接触），在达阵区内。
注：如果抄截发生在达阵区，犯规发生在持球人离开达阵区后，判定也是一样的。

AR 10-3-2 / 执行流程
I. 防守方 19 码线 3 档得分。3 位突袭手同时给出了突袭信号。
判定：保持死球。非法突袭信号犯规。判罚将在防守方 19 码线执行。下一档为防守方 14 码线的 3 档得分。
II. 进攻方 15 码线 2 档中线。持球人在防守方 22 码线出现护旗犯规。
判定：判罚应该在犯规点执行，从而把球带回了中线之后。活球犯规的判罚需要在下一档宣布之前执行。下一档为进攻方 23 码线 3 档中线。
III. 进攻方 15 码线 2 档中线。持球人在防守方 18 码线出现护旗犯规。
判定：判罚会在犯规点执行，最终球在中线之前，会给予新的进攻轮次。下一档为防守方 23 码线 1 档得分。
IV. 进攻方 9 码线 4 档中线。一个向前传球击中了一名防守人的小腿然后未完成。
判定：没有非法踢球犯规，因为接触是无意识的。四档转换失败（进攻轮次结束）。下一档为对手从 5 码线开始 1 档中线。
V. 防守方 10 码线 2 档得分。传球完成获得达阵。防守方出现干扰接球犯规。
判定：达阵。判罚会在附加分执行。
VI. 5 码线进行附加分。传球在达阵区内完成。防守方在这一档中在达阵区内出现非法接触犯规。
判定：附加分成功（达阵，1 分）。判罚会在下一个进攻轮次执行，2.5 码线开始 1 档中线。
VII. 5 码线进行附加分。传球在达阵区内完成。在传球开始飞行之前，进攻方在达阵区内出现非法接触犯规。
判定：没有得分。附加分因为掉档结束。
VIII. 5 码线进行附加分。传球在达阵区内被抄截。在回攻时，进攻方在防守方 18 码线出现非法接触犯规。
判定：没有得分。附加分结束，判罚会顺延到下一个进攻轮次。下一档为 15 码线的 1 档中线。
注：如果是回攻人的接触犯规，附加分结束没有得分，判罚还是会顺延到下一个进攻轮次。下一档为 2.5 码线的 1 档中线。
IX. 加时赛的第一个额外比赛时段，队伍 1（先进攻的一方）达阵得分，尝试 1 分附加分。传球完成达阵。队伍 2（先防守的一方）在附加分中出现了非法接触犯规。
判定：附加分成功（1 分）。判罚将在下一次开球执行。下一档为队伍 2 在本方 15 码线 1 档得分。
注：在加时赛，没有中场获得新的进攻轮次的机会，只有判罚会导致自动首攻。同时队伍 1 也不能选择接受判罚，然后重打附加分，从 5 码线进行 2 分尝试。
X. 加时赛的第一个额外比赛时段，队伍 1 达阵得分，1 分附加分得分，队伍 2 同样达阵得分，尝试 1 分附加分。传球完成拿到达阵，防守方（队伍 1）在这一档中出现非法接触犯规。
判定：附加分成功（1 分）。比赛打平，第二个加时赛时段会进行。判罚会在下一次开球执行。下一档为队伍 1 在 15 码线进行 1 分附加分。

AR 10-3-3 / 执行一半距离
I. 进攻方 7 码线 2 档中线。进攻方错误启动犯规。
判定：保持死球。判罚从进攻方 7 码线执行。下一档为进攻方 3.5 码线 2 档中线。
II. 防守方 13 码线 4 档得分。防守方在达阵区内出现干扰接球犯规。传球未完成。

判定：从防守方 13 码线执行判罚还有自动首攻。下一档为 6.5 码线的 1 档得分。

AR 12-1-1 / 挑战

I. 进攻方 7 码线 2 档中线。进攻方错误启动犯规。判罚在进攻方 7 码线执行了 5 码。下一档为进攻方 2 码线 2 档中线。进攻方教练或队长指出，应该执行一半的距离。

判定：如果主裁意识到他做出了错误的执行，会改正并通知教练。如果主裁依然保持原判罚，教练可以申请挑战，流程随后开始。主裁叫暂停，允许挑战，因为这是一个关乎执行的挑战，而且应该会成功。

II. 在一个成功的附加分中，防守方出现非法突袭犯规。主裁给新的进攻轮次定点在 5 码线。进攻教练指出在执行判罚后，球应该摆在 2.5 码线。主裁告知教练只有 10 码的判罚会顺延。教练不同意然后申请挑战。

判定：主裁叫暂停，允许挑战，因为这是关乎执行的挑战，应该不成功。主裁应该用纸质文件或电子设备向教练展示规则 R 10-3-2。下一档为 5 码线的 1 档中线。

注：如果进攻方没有剩余暂停，不会给予他们挑战机会。

III. 一支队伍申请挑战并且成功。之后在同一个半场，这名教练想要第二次关于规则进行挑战。主裁告知教练他们已经在这个半场进行了一次挑战，不能有第二次了。这名教练坚持要进行挑战。

判定：主裁无视这位教练的申请，比赛继续。

注：如果教练继续大声在边线争执，主裁应该判罚他违反体育道德行为。

IV. 防守方 16 码线 2 档得分，在传球未完成结束后，档裁宣布 4 档得分，所有其他的裁判都同意了。这一档比赛开始，传球在防守方 5 码线完成，在防守方 2 码线停下。主裁宣布防守方新的进攻轮次。进攻方教练挑战了关于下一档的规则。

判定：主裁叫暂停，接受挑战，因为这是一个关于下一档判定的挑战。没有挑战前一个错误的 4 档不会取消他们挑战下一档的机会。（新的进攻轮次）

进攻方教练解释他们这一进攻轮次中没有打第三档，希望得到另一档去打满 4 档。

挑战应该是失败的，因为球队不能挑战已经结束一档之前的判定。如果希望被允许和挑战成功，进攻教练应该去在这一档开始前挑战错误的第四档。

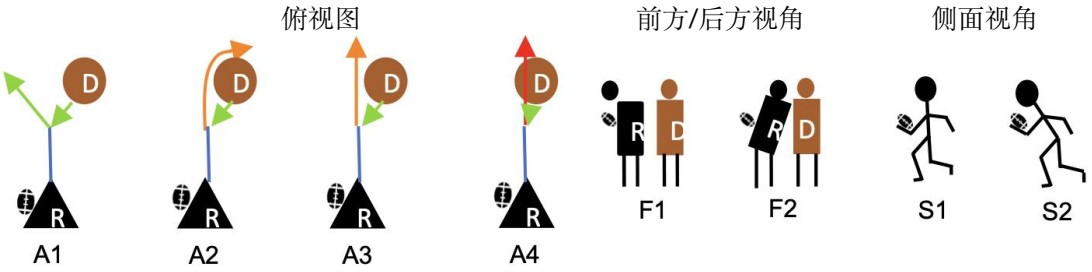
V. 防守方 16 码线 2 档得分，在传球未完成结束后，档裁宣布 4 档得分，所有其他的裁判都同意了。这一档比赛开始，传球在防守方 5 码线完成，在防守方 2 码线停下。两支球队都开始更换人员，此时档裁宣布他犯了错误，接下来的一档应该为进攻方在防守方 2 码线 4 档，主裁同意了。防守方教练挑战了这个判定。

判定：主裁叫暂停，接受挑战，因为这是关于下一档判定的挑战。没有挑战第一个错误的 4 档（他们为什么要这么做？）不意味着他们失去了挑战第二个 4 档的权利。

防守方教练解释，他们进行了一个无可争辩的第四档，希望通过四档转换失败的得到球权。

挑战应该成功。在错误宣布的第四档已经开球后，他就按照宣布的进行了，下一档（新的进攻轮次）必须要建立。

持球人和防守人间的接触



Fouls by O	A1	A2	A3	A4
F1+S1	No flag	check for IC	check for IC	Aiming
F1+S2	No flag	check for IC	check for IC	Aiming
F2+S1	check for IC	IC/Aiming	IC	Aiming (+DSQ)
F2+S2	check for IC	IC/Aiming	IC	Aiming (+DSQ)

如果防守方的目标不是腰旗而是人，要见检查是否有故意冲撞。