

3V3 篮球比赛规则

比赛预计报名 8 支队伍（可调整），分为两个小组。小组交叉单循环前两名出线。淘汰赛分为半决赛和决赛。

（1）开赛：比赛前进行热身，通过罚球决定初始球队的归属，球队可以获得比赛的初始球权和可能的加时赛的初始球权。

（2）得分：罚球进 1 分，三分线内 1 分，三分线外 2 分。队伍中一名女选手让 3 分（决赛 5 分，且出场时间应大于全场比赛时间 70%）。

（3）比赛时间和胜出：

小组赛半决赛比赛分上下半时，全场比赛 10 分钟。上下半时各 5 分钟。

决赛分上下半时，全场比赛 20 分钟。上下半时各 10 分钟。

在常规时间首先获得 21 分或者分数更多的球队胜出。

常规时间结束时双方打平，两队将进入加时赛，加时赛中首先获得 2 分的球队获胜。

（4）犯规/罚篮：

全队犯规累计 6 次后该队进入罚球状态，当全队犯规达到 9 次时，随后每一次犯规都将被视为技术犯规，球员不会因为个人犯规数到达特定次数而被罚下场。

三分线内的投篮犯规被判罚篮一次，三分线外的被判罚篮两次。投篮得分被侵犯时，得分有效并执行一次罚篮。全队犯规次数达到 7，8，9 次时，每次犯规都将被判罚 2 次罚篮，第 10 次全队犯规及以上，犯规被判罚 2 次罚球并享有随后的球权。

（5）比赛

每次投篮或最后一次罚篮命中后，非得分方球员发球，防守球员不得在三分线外进行防守。每次投篮不中或罚篮不中后，进攻方可以获得篮板直接进攻，防守方持球人需双脚踩出三分线外，方可组织反攻，如果没有达到要求，将视为违例，得分无效；双方陷入争球状态，球权给与防守球队。

（6）拖延比赛：球队需在 12 秒之内进行有意图的进攻投篮动作。

（7）换人：替换球员必须向裁判申请，并且只能在死球的情况下进行替换；

（8）暂停：每支参赛队一场比赛有一次 30 秒的暂停，且必须在死球状态下。

三分球比赛规则

三分线外 5 个点，每个点 3 个球，每个点前两个球为 1 分，最后一个球为 2 分，限时 60 秒。