

# 五人制棒球

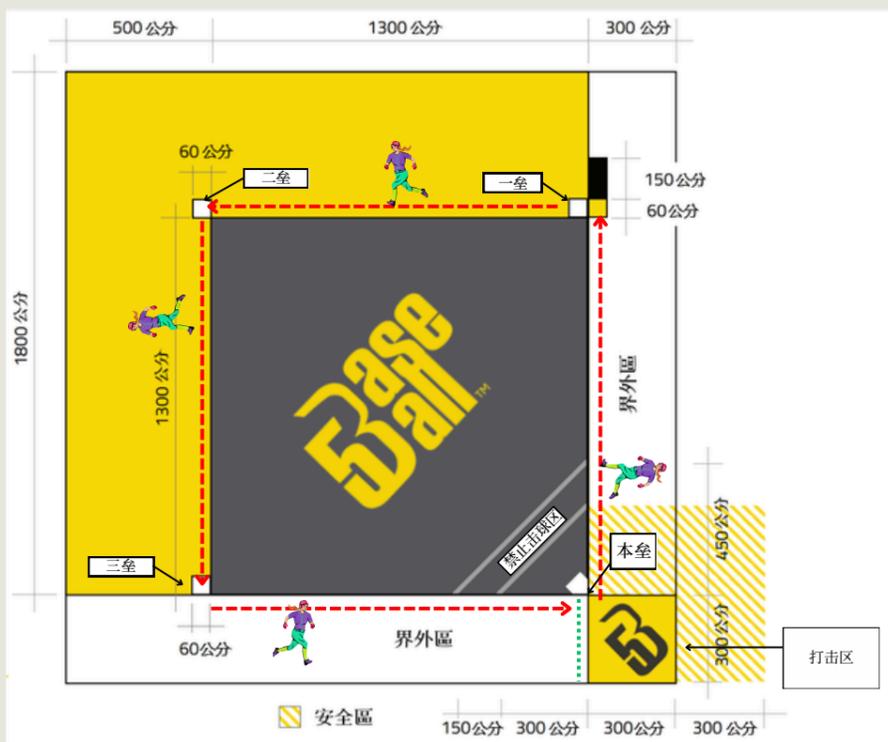


## 一般规则

### ALL YOU NEED IS A BALL



1. '五人制棒球' 的比赛单位 '局'，包括了两队在进攻及防守上的交换。  
**一场比赛共有五局。**
2. 每队球队人数五至八人（正选五人、后备三人）。
3. 球队必须在比赛前15分钟在打击顺序卡上填上打击球员之号码。
4. 若比赛以「混合性别」形式进行，防守方必须维持两名同性别运动员在场  
上。（3男2女   或 2男3女  ）
5. 比赛开始时，主队先进行防守，客队先进行进攻。



6. 当击球球员击球时，防守方的五位球员都得要在界内区域
7. 球第一次触地必须要在「禁止击球区」外。U-15及其他年龄的组别，如果非法击球或是打成界外球，选手可以有第二次机会。
8. **防守球队在每一局使进攻队三名球员出局，攻守双方可交换攻守角色。**
9. 赛事进行中，若代表成员公然地反对裁判员的判决，该成员将获口头或书面警告。若再次受到警告，该成员将自动被驱逐出场。

### 10. 比赛结束 (领先一队为胜方)：

- a) 五局结束，一方球队的分数比对方球队的分数要多；
- b) 三局结束，一队领先达十五分；
- c) 四局结束，领先达十分；
- d) 五局後，誰得分多為勝隊。

### 11. 若五局后双方得分相同，则以延长比赛局数直到一方球队得分超越对方：

- a) 延长赛第一局：开始时，进攻一方直接进占一垒 (上一局最后一位击球手)；
- b) 延长赛第二局：开始时，进攻一方直接进占一、二垒 (上一局最后两位击球手)；
- c) 延长赛第三局开始，每局皆以满垒开始，进攻一方直接进占一、二及三垒 (上一局最后三位击球手)
- d) 所有垒上跑者必须依照打击顺序进占。



		MATCH 1					
		1	2	3	4	5	R
	CUBA	9	12	0	X	X	21
	MEXICO	0	0	0	X	X	0



# 五人制棒球

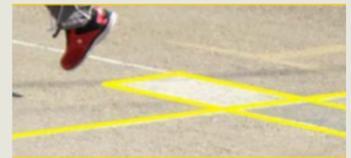


## 进攻

→得分方式：→一名进攻球员自行抛球并击球（手掌或拳头击/拍出）后，**完成绕过每个垒包，便得到一分。**也就是依照顺序接触到一垒、二垒、三垒以及本垒(或打击区)。  
→在跑垒期间，**进攻球员可在一垒、二垒或三垒停留期间持续触垒，以避免出局。**

进攻球员会因为以下非法行为/举动而酿成自己出局：

1. 当击球时，踏出打击区的任一条线；
2. 当将球击到界外区（包括「禁止击球区」）；
3. 当球接触界内区域后，在第一垒或第三垒前飞越界外区；
4. 被自己击出的球击中；
5. 试图挥击下完全没有打到球；
6. 故意假装要击球；
7. 在球触及围墙或是越过围墙前，没有与比赛场地接触；
8. 在未有触及防守球员情况下，球未能触及外野围栏；
9. 不依打击顺序进行打击；
10. 垒上跑者在打击者击到球之前离开垒包；
11. 在跑垒时，超越同时正在跑垒的队友；
12. 当两名、或超过两名跑者同时占据同一垒包，而被防守一方持球触碰。在打击顺序上居后的跑者应该要被判决「出局」。
13. 击出的球在接触界内区前，击球手踏出打击区；
14. 跑垒者利用「铲垒」及「飞跃」等动作进占垒板。



- \* 跑者应该要尽一切可能，避免与防守一方接触相撞。
- \* 避免在本垒发生碰撞，来自三垒的跑手可跑越「打击区」而取得分数，而不用踏上「本垒」垒板。

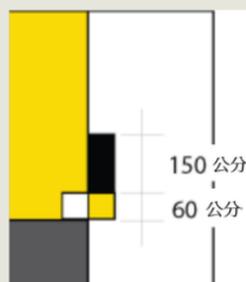
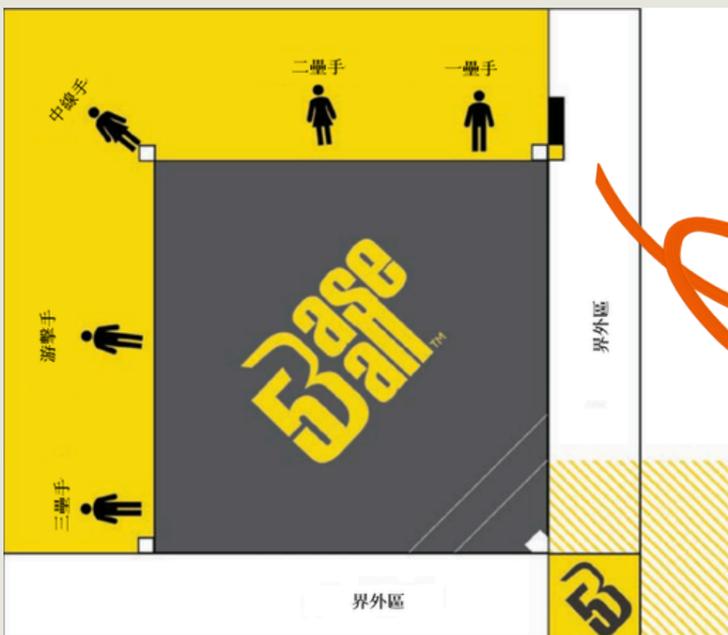
## 防守

目标：防止进攻方得分，透过以下方式使进攻球员「出局」：

1. 持球并先于跑垒者触碰垒包（封杀）；
2. 将进攻球员所击出的球第一次触地前将球接住（接杀）；
3. 「接杀」击球手后，持球并先于跑垒者触碰垒包；
4. 手持球时，触碰没有接触垒包的跑者（触杀）；
5. 如果打者成功上到一垒，但无法保持在安全区内，并且被防守球员持球在安全区外触碰。



这只是典型的守备阵势，防守球员可以根据球队所需，调动防守的位置



参考资料：Official Baseball5 Rulebook 2024

此资讯图由教育局课程发展处编制

鸣谢中国香港棒球总会协助制作



# 五人制棒球



(简化版)

## 比赛形式

### ALL YOU NEED IS A BALL



- 「五人制棒球」的比赛单位「局」，包括了两队在进攻及防守上的交换。 **一场比赛共有五局。**
- 防守球队在每一局使进攻队三名球员出局，攻守双方可交换攻守角色。

## 进攻

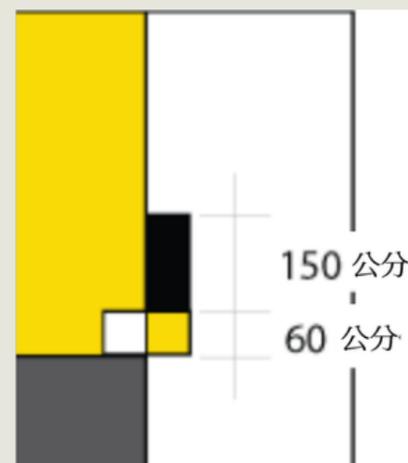
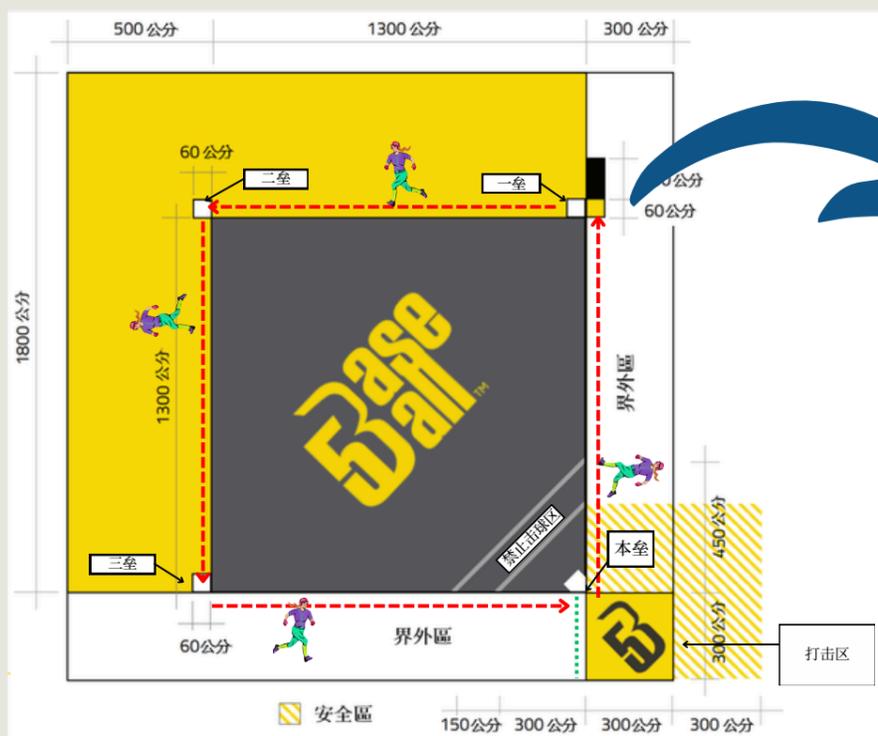
得分方式：

- 一名进攻球员自行抛球并击球（手掌或拳头击/拍出）后，完成绕过每个垒包，便得到一分。也就是依照顺序接触到一垒、二垒、三垒以及本垒（或打击区）。
- 在跑垒期间，进攻球员可在一垒、二垒或三垒停留（期间持续触垒），以避免出局。



## 防守

- 目标：防止进攻方得分，透过以下方式使进攻球员「出局」：
- 持球并先于跑垒者触碰垒包（封杀）；
- 将进攻球员所击出的球第一次触地前将球接住（接杀）；
- 「接杀」击球手后，持球并先于跑垒者触碰垒包；
- 手持球时，触碰没有接触垒包的跑者（触杀）；
- 如果打者成功上到一垒，但无法保持在安全区内，并且被防守球员持球在安全区外触碰。



参考资料：Official Baseball5 Rulebook 2024  
此资讯图由教育局课程发展处编制  
鸣谢中国香港棒球总会协助制作

