

南京市职教（成人）教研室

关于举办 2026 年南京市职业学校校园篮球 “3VS3 联赛”的通知

各职业学校：

为深入贯彻《教育强国建设规划纲要（2024—2035 年）》《关于全面推进健康学校建设的指导意见》（教体艺〔2026〕3 号）及《关于实施学生体质强健计划的意见》（教体艺〔2025〕1 号）精神，全面落实“健康第一”教育理念，推动职业学校体育工作高质量发展，根据南京市职业教育“教会、勤练、常赛”工作要求，决定举办 2026 年南京市职业学校篮球 3 对 3 比赛。

望各有关学校按照赛事规程及相关通知要求积极组队报名，并做好参赛的各项准备工作。具体规程见附件。

联系人：俞和平（13776690599）

南京市职教（成人）教研室

2026 年 4 月 23 日



附件1

2026年南京市职业学校园篮球“3VS3”

联赛规程

一、主办单位：南京职教（成人）教研室

二、承办单位：南京江宁高等职业技术学校

三、竞赛时间和地点：2026年5月（具体时间另行通知）

比赛地点：

四、参加单位

南京市各职业学校。

五、竞赛组别

（一）学生组：必须为在籍学生。

（二）教师组：必须为在编或者聘用教师。

六、参加办法

（一）以学校为单位报名每学校最多允许报名2支学生队（男女各一队），以及一支教师队。

（二）学生参赛运动员必须符合规程规定的年龄，并且是同一所学校的具有正式学籍的、符合相应学段要求的在校在读学生（转出、省队试训试用和所谓“双重学籍”不符合“在校在读”规定，不得报名参赛）。教师参赛运动员必须为在编或者聘用教师。

（三）参赛队自备队服。

（四）使用三人篮球比赛用球，篮圈高度305CM。

（六）比赛计分方法

比赛胜一场得2分，负一场得1分，弃权得0分，积分多者名次列前。如遇两队积分相等，按最新国际篮联三人篮球比赛规则判定。

（七）各队在比赛颁奖仪式结束前不得无故提前离会。

七、竞赛规则

执行国际篮联的篮球竞赛规则。重点提示与补充规则说明如下：

第1条：场地。比赛应在拥有一个球篮的3x3篮球场地上进行，可使用传统篮球场的半场。

第 2 条：球队。每支球队应包括 5 名队员，其中 3 名为场上队员，2 名为替补队员。

第 3 条：比赛裁判。比赛裁判应由 1 或 2 名裁判员和计时员/记录员组成。

第 4 条：比赛开始

4.1. 比赛开始前，双方球队应同时进行热身。

4.2. 双方球队以掷硬币的方式决定第 1 个球权。获胜一方可以选择拥有比赛开始时的球权或拥有可能进行的决胜期开始时的球权。

4.3. 每支球队必须有 3 名队员在场上才能开始比赛。

第 5 条：得分

5.1. 在圆弧线以内投篮中篮得 1 分。

5.2. 在圆弧线以外投篮中篮得 2 分。

5.3. 罚球中篮得 1 分。

第 6 条：比赛时间/胜者

6.1. 规定的比赛时间如下：全场比赛 8 分钟。在死球状态下和罚球期间应停止计时钟。在进攻队和防守队完成一次传递球后，一旦进攻队接到回传球应重新开动计时钟。

6.2. 在规定的比赛时间结束之前，率先得到 15 分的球队获胜。该规则仅适用于规定的比赛时间（而不适用于可能发生的决胜期）。

6.3. 如果比赛时间结束时比分相等，则应进行决胜期。决胜期开始前应有 1 分钟的休息时间。决胜期中率先得到 2 分的队获胜。

6.4. 如果在预定的比赛开始时间球队不到场，或不能使 3 名队员入场准备比赛，则判该队由于弃权使比赛告负。如果比赛因弃权而告负，比赛得分应记录为 W-0 或 0-W（“W”代表胜）。

6.5. 如果某队在比赛结束前离开比赛场地，或该队所有的队员都受伤了和/或被取消了比赛资格，则判该队因缺少队员使比赛告负。如果发生因缺少队员使比赛告负的情况，胜队可以选择保留该队的得分或使比赛因弃权而告负的得分，在任何情况下因缺少队员使比赛告负的队得分应登记为 0。

6.6. 某队因缺少队员告负或以不正当的方式弃权而告负，将取消该队在整个竞赛中的比赛资格。

第 7 条：犯规/罚球

7.1. 在某队犯规达到6次后,该队处于全队犯规处罚状态。在某队犯规达到9次后,随后的任何犯规都被认为是技术犯规。为避免疑义,依据规则第15条,基于侵人犯规的次数,队员不被逐出场外。

7.2. 对在圆弧线以内做投篮动作的队员犯规,应判给1次罚球;对在圆弧线以外做投篮动作的队员犯规,应判给2次罚球。

7.3. 对在做投篮动作的队员犯规,球中篮,得分有效,追加1次罚球。

7.4. 某队全队犯规的第7,第8和第9次总是判给对方2次罚球。第10次和随后的全队犯规以及技术犯规和违反体育道德犯规总是判给对方2次罚球和球权。这条也应用于对一个正在做投篮动作队员的犯规,但不按照7.2和7.3判罚。

7.5. 由违反体育道德的犯规或技术犯规得到的最后一次罚球之后,球权保留,比赛将在场地顶端的圆弧线外,以进攻队与防守队队员之间的传递球方式继续比赛。

第8条:如何打球

8.1. 在每一次投篮中篮或最后一次罚球中篮后(不包括第7.5条),非得分队的一名队员在场内球篮正下方(而非底线后)将球运至或传至场地圆弧线外的任意位置重新开始比赛。此时,防守队不得在球篮下的“无撞人半圆区”内抢断球。

8.2. 在每一次投篮没有中篮或最后一次罚球没有中篮后(不包括第7.5条),如果进攻队抢到篮板球,则可以继续投篮,不需要将球转移至圆弧线外。如果防守队抢到篮板球或者抢断了球,则必须将球转移至圆弧线外(通过运球或传球的方式)。

8.3. 任何死球状态下给予任一队的球权,应在场地顶端的圆弧线外,以(进攻队与防守队)队员之间的传递球方式开始比赛。

8.4. 若队员的双脚都不在圆弧线内,也没有踩踏圆弧线,则被认为“处于圆弧线外”。

8.5. 出现跳球情况时,球权判给防守队。

第9条:拖延比赛

9.1. 拖延或主动地消极比赛(例如不尝试得分)应判违例。

9.2. 如果比赛场地装备了投篮计时器,则进攻队必须在12秒之内尝试投篮。一旦进攻队持球(在和防守队传递球后,或在球篮下方得分后),12秒计时器应立刻开始计时。

备注：如果比赛场地没有装备 12 秒投篮计时器，并且某队消极比赛，裁判员应以最后 5 秒倒计时报数的方式警告该队。

第 10 条：换人

当球成死球时并且进攻队尚未与防守队队员之间传递球前，允许任一队替换球员。替换上场的队员在他的队友离开场地，并与他发生身体接触后，方可进入场地。换人只能在球篮对侧的端线外进行替。换队员无需告知裁判员和记录台人员。

第 11 条：暂停

每队拥有 1 次 30 秒的暂停。在死球状态下，一名队员可以请求暂停。

第 12 条：抗议程序

如果某队认为裁判员的某个宣判或比赛中发生的任何事件损害了该队的利益，则必须按照以下程序进行抗议：

12.1. 该队 1 名队员在比赛结束后、裁判员签字前，应立刻在记录表上签字。

12.2. 该队应于赛后 30 分钟内提交一份文字说明并且把 200 元保证金交给竞赛主任。如果抗议被采纳，则该笔保证金予以退回。

12.3. 比赛录像仅用于决定最后一次投篮是否于比赛结束前出手，以及/或者该投篮应该得 1 分或 2 分。

第 13 条：队伍排名

无论分组排名或整体排名，均遵循以下步骤决定。如果双方在步骤一的比较后积分仍然持平，则进行步骤二的比较，以此类推。

13.1. 获胜场次最多（或比较不同比赛场次的胜率）；

13.2. 积分持平双方彼此之间的交手记录（仅考虑胜负，仅适用于分组排名）；

13.3. 场均得分最多的（不包括因对方弃权而获胜的得分）。

如果上述三个步骤的比较后双方仍平分，排名高的种子队为胜者。

第 14 条：种子队的规定

球队依据相关的排名积分被选为种子队（在比赛前这个队的三名最好的队员的排名得分的总和）。如果排名分数相同，在比赛开始前种子队将被随机决定。

第 15 条：取消比赛资格

在比赛中，一名队员发生了两次违反体育道德犯规将被裁判员和比赛组织者取消比赛资格。在这里特别规定，竞赛组织者将取消那些出现暴力行为、身体和语言

上的攻击行为、影响比赛结果、违反国际篮联反兴奋剂条例（国际篮联内部条例第四篇）或国际篮联的道德准则（国际篮联内部条例第一篇第二章）的队员比赛资格。竞赛组织者有权根据其他球队成员的参与和违反的程度（包括没参与这些行为的队员）取消全队的参赛资格。国际篮联有权在赛事管理体系内强制执行纪律上的裁决。依据第 15 条做出的取消比赛资格不影响 3x3planet.com 的相关条款和国际篮协内部条令。

八、录取名次和奖励

（一）各组别报名队超过等于8队时，设一等奖：各组别前4名；二等奖：除前4名外参赛队。

报名不足8队时，设一等奖：各组别前3名；二等奖：除前3名外参赛队。

（二）给获得一等奖、二等奖的队员颁发获奖证书。给获得一等奖的教练员颁发优秀教练员证书，每队限两名教练员。

（三）设“体育道德风尚奖”评选办法另发。设“十佳球员”评选，办法另发。

九、资格审查

（一）资格审查贯穿比赛始终，参赛队如有不符合参赛资格队员上场比赛或出现弄虚作假、莫名顶替等违规行为，一经发现，立即取消该队比赛成绩并视情节严重程度进行通报批评或追加处罚。

（二）运动队在赛前由承办方派人进行集中资格审查，参赛队员需提供身份证原件及学籍卡打印件加盖教育主管部门学籍专用章。

（三）各参赛队伍须办理运动员保险，报到时带保单原件交大会审核，否则不得参赛。

十、报名与报到

请各队将报名表在4月29号前发送到指定邮箱（583900485@qq.com）。具体报到时间另行通知。

十一、食宿和服装：

1. 参赛人员差旅费自理。
2. 各参赛队比赛服装自备，需备深浅两套比赛服，且运动员号码一致。
3. 餐饮自备。

十二、领队教练员会议时间地点：另行通知。

十三、其他

南京市职教（成人）教研室

