

天津体育学院“十二五”规划教材

↑
Lanqiu caipan jiaocheng

篮球裁判教程

L

AN QIU CAI PAN JIAO CHENG

.....➡ 闫育东 孙卫兵 主编



北京体育大学出版社

天津体育学院“十二五”规划教材

篮球裁判教程

闫育东 孙卫兵 主编

北京体育大学出版社

策划编辑 木 凡
责任编辑 李志诚
审稿编辑 吴枫桐
责任校对 春 芝
版式设计 小 小

图书在版编目 (CIP) 数据

篮球裁判教程/闫育东, 孙卫兵主编. —北京:

北京体育大学出版社, 2015. 11

ISBN 978 - 7 - 5644 - 2132 - 8

I. ①篮… II. ①闫… ②孙… III. ①篮球运动 - 裁判法 - 教材 IV. ①G841. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 288729 号

篮球裁判教程

闫育东 孙卫兵 主编

出 版: 北京体育大学出版社
地 址: 北京市海淀区信息路 48 号
邮 编: 100084
邮 购 部: 北京体育大学出版社读者服务部 010 - 62989432
发 行 部: 010 - 62989320
网 址: <http://cbs.bsui.edu.cn>
印 刷: 北京京华虎彩印刷有限公司
开 本: 710 × 1000 毫米 1/16
成品尺寸: 170 × 228 毫米
印 张: 23.75
字 数: 437

2016 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 55.00 元

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

编委会名单

主 编：闫育东 孙卫兵

编 委：尔雨田 赵 晶 李 强

第一主编简介

闫育东，男，教授，博士，硕士生导师，国际级篮球裁判员，中国篮球协会全国篮球裁判培训讲师，国家哲学课题立项及结题评审专家，全国高等院校篮球教材组成员，全国体育传统项目学校体育师资专家库专家，现任天津体育学院继续教育学院院长、天津市教练员学院常务副院长。

1985年毕业于北京体育大学并留校任教。曾从事北京体育大学科研管理及篮球普修课、专修课、校男篮和女篮代表队的教学与训练工作。1995—1996年间，被国家体育总局选派到阿曼担任该国篮球教练。2003年7月以引进人才方式调至哈尔滨体育学院，历任哈尔滨体育学院科研处处长，《哈尔滨体育学院学报》副主编，国家体育总局体育社会科学研究重点基地主任、运动系主任等职。2010年5月又以引进人才方式调至天津体育学院，曾任天津体育学院科研处处长。

近年来，共发表科研论文及文章70余篇，其中全国中文体育类核心期刊30余篇。有关论文曾入选“全国体育科学大会”“国家体育总局体质研究与健康促进论文报告会”“亚太地区体育运动与科学论文报告会”“国家体育总局青年论文报告会”“亚洲体育科学论文报告会”“中国体育博士论坛”。曾获“世界华人重大科技与学术成果奖”“中国‘九五’优秀科学技术成果奖”“黑龙江省高校人文社会科学研究优秀成果一等奖”和“天津市社会科学优秀成果二等奖”等。先后在光明日报出版社、人民体育出版社、高等教育出版社和北京体育大学出版社主编和参编出版学术论著：《学做裁判丛书——篮球裁判必读》《跟专家练丛书——篮球》《篮球训练指南》《体育科研论文写作与投稿指南》《篮球裁判员专业英语》《篮球裁判晋级必读》《英汉篮球裁判工作手册》《篮球运动习题集》《球类运动——篮球》《篮球规则英汉双语教程》《篮球竞赛与裁判教学》《中国篮球裁判员环境管理研究》《篮球裁判训练营》《篮球裁判入门》《我国“后奥运时代”体育管理组织系统的优

化与重构》和《中国参加冬季奥林匹克运动会考证》等17部。先后主持和承担国家体育总局课题《中国篮球运动管理系统优化配置的研究》《以冰雪体育产业带动东北老工业基地经济增长的战略研究》《我国体育裁判员研究》《“后奥运时代”中国体育管理组织系统的优化构想》《从“青奥会”看中国竞技体育后备人才培养模式的战略转移》和《我国集体球类项目的发展现状及对策研究》（重点项目）等6项，主持天津市艺术规划课题《百年文化传承——天津市筹建“中国篮球博物馆”的实证研究》1项，主持天津市哲学社会科学规划资助项目《体育职业化背景下天津三大球项目球迷文化研究》1项，主持黑龙江省人文社科课题《以朝阳产业——冰雪体育产业促进东北老工业基地经济链增效运转的战略研究》1项，主持黑龙江省教育厅骨干教师创新资助项目《新世纪体育高层次人才培养可持续发展战略的研究》1项以及黑龙江省科技厅青年基金课题《篮球裁判员多媒体理论考核软件的研制》等二十余项。

在完成教学与科研工作的同时，闫育东还将极大精力与热情投入到篮球裁判工作之中。1989年，26岁时被国际篮球联合会批准为国际级篮球裁判员，成为我国获批年龄最小的国际级篮球裁判员，也是我国第一位具有博士学位的国际级篮球裁判员。1984年至今分别担任了亚运会、世界奥林匹克大赛、亚洲青年锦标赛、远东及泛太平洋地区残疾人运动会、世界大学生运动会、亚洲俱乐部杯、斯坦科维奇杯和数十次国际邀请赛、上百次全国篮球比赛的裁判工作。在辽宁第12届全运会篮球比赛中，分别为女篮冠亚军决赛（解放军 vs 江苏）和男篮冠亚军决赛（辽宁 vs 广东）执法。曾执裁中国男子职业篮球联赛CBA揭幕战、冠亚军总决赛和“全明星周末”的比赛。数十次获得体育道德风尚奖。曾随中国篮球队出访西班牙、意大利和黎巴嫩等国。业绩被收入《中国当代著名教练员、裁判员大辞典》《科学中国人·中国专家人才库》《中国专家名人辞典》和《中华体育英才大辞典》等。

编写说明

现行的《篮球规则》和《篮球裁判员手册》虽然已最大限度地力求清晰、全面，但由于受各方面的条件所限，因此，它们只是对一些基本原则进行了规定和表述，而对实际比赛中所出现的各种情景，无法包罗万象。所以，本书在编写过程中，力求囊括最新《篮球规则》和《篮球裁判员手册》等多方面内容，并收录了国际篮球联合会对《篮球规则》和“篮球裁判方法”的最新解释，以及近年来中国篮球协会举办的全国篮球联赛、全运会裁判员培训班的主要内容和精神，有近千个经典战例分析，以谋最大限度地满足广大篮球裁判爱好者和应试人员的需求。

全书分为“教学篇”和“考核篇”。

在“教学篇”中，将教学任务、教学重点、教学难点、教学要点、规则动态、教学案例等融为一体，并将规则中的重点词汇进行了中英文对照，还标注了音标，以便使读者更全面、更系统、更有针对性地掌握相关知识。

在“记录台人员工作规范”部分，介绍了记录台人员的工作程序和配合方法。

在“竞赛组织、竞赛编排与名次排列”部分，介绍了如何组织篮球竞赛工作。

在“篮球裁判员的基本素质及能力培养”部分，介绍了一名合格的篮球裁判员应具备的基本素质、各级别的具体标准和审批办法，以及如何进行基本功的自我训练。

在“考核篇”中，我们引用的全部是各级别的正式应试理论试题，并配有参考答案，以及临场工作考核评分和体能测试标准。因此，使人倍感真实、可信和实用。

本书具有“内容全、涵盖广、观点新、时效强、案例精、分析深”等特点，它不但可以作为体育院校教师和学生学习篮球裁判知识、提高篮球竞赛组织能力等的

辅助教材，也可以成为篮球裁判爱好者的必备手册。

由于作者水平有限，敬请广大读者对本书不当之处批评、指正。如有出入，请以国际篮球联合会和中国篮球协会对《篮球规则》和《篮球裁判员手册》的最新解释为准。

2015 年 12 月

目 录

CONTENTS

第一篇 教学篇

第一章 球场和器材	(1)
第一节 球 场	(1)
第二节 器 材	(4)
第二章 球 队	(7)
第一节 球队的组成及服装	(7)
第二节 队员受伤	(11)
第三节 队长的职责和权力	(15)
第四节 教练员的职责和权力	(17)
第三章 比赛通则	(21)
第一节 比赛定义	(21)
第二节 比赛时间、比分相等和决胜期	(23)
第三节 比赛或节的开始和结束	(25)
第四节 球的状态	(29)
第五节 队员及裁判员的位置	(32)
第六节 跳球和交替拥有	(35)
第七节 如何打球	(45)
第八节 控制球	(47)
第九节 队员正在做投篮动作	(49)
第十节 球中篮和它的得分值	(51)
第十一节 掷球入界	(56)

第十二节	暂 停	(70)
第十三节	替 换	(80)
第十四节	比赛因弃权告负	(89)
第十五节	比赛因缺少队员告负	(91)
第四章	违 例	(93)
第一节	违例的定义	(93)
第二节	队员出界和球出界	(94)
第三节	运 球	(98)
第四节	带球走	(102)
第五节	3 秒钟	(107)
第六节	被严密防守的队员	(110)
第七节	8 秒钟	(112)
第八节	24 秒钟	(118)
第九节	球回后场	(135)
第十节	干涉得分和干扰得分	(143)
第五章	犯 规	(158)
第一节	犯规的定义	(158)
第二节	接触的一般原则	(159)
第三节	侵人犯规	(163)
第四节	双方犯规	(174)
第五节	技术犯规	(178)
第六节	违反体育道德的犯规	(194)
第七节	取消比赛资格的犯规	(199)
第八节	打 架	(203)
第六章	一般规定	(208)
第一节	队员 5 次犯规	(208)
第二节	全队犯规的处罚	(209)
第三节	特殊情况	(216)
第四节	罚 球	(230)
第五节	可纠正的失误	(240)

第七章 裁判员、记录台人员和技术代表职责和权力	(252)
第一节 裁判员、记录台人员和技术代表职责和权力	(252)
第二节 主裁判员职责和权力	(254)
第三节 裁判员职责和权力	(259)
第四节 记录员和助理记录员职责	(266)
第五节 计时员职责	(268)
第六节 进攻计时员职责	(271)
第八章 裁判员手势	(274)
第一节 单个手势规格	(274)
第二节 手势宣判程序	(286)
第九章 篮球比赛记录台	
人员工作规范	(293)
第一节 记录台的设置、人员座序及要求	(293)
第二节 赛前工作程序	(295)
第三节 工作职责和方法	(297)
第四节 特殊情况下的操作程序	(316)
第五节 记录台人员工作表格	(318)
第十章 竞赛组织、竞赛编排与名次排列	(320)
第一节 竞赛组织	(320)
第二节 竞赛编排	(323)
第三节 名次排列	(331)
第十一章 裁判员的基本素质及能力培养	(333)
第一节 裁判员应具备的基本素质	(333)
第二节 裁判员的基本功及其训练	(335)
第三节 裁判员能力培养的组织教法	(338)

第二篇 考核篇

第一章 理论考核	(341)
第一节 晋升三级裁判员	(341)
第二节 晋升二级裁判员	(344)

第三节	晋升一级裁判员	(348)
第四节	晋升国家级、国家 A 级、国家荣誉级裁判员	(353)
第五节	晋升国际级裁判员	(358)
第二章	临场考核	(361)
第三章	体能考核	(363)
第一节	莱格尔测试 (20 米折返跑测试)	(363)
第二节	耐力跑测试	(364)
第三节	篮球场见线折返跑测试	(365)
参考文献		(367)

第一篇 教学篇

第一章 球场和器材

第一节 球 场

一、教学任务 使学生全面掌握球场条款

二、教学重点 尺寸标准

三、教学难点 尺寸的丈量方法

四、双语词汇

1. playing /pleiɪŋ/ n. 比赛
2. court /kɔ:t/ n. 球场
3. boundary line /'baundəri laɪn/ n. 界线
4. equipment /i'kwɪpmənt/ n. 器材
5. end line /'endlɑ:ni/ n. 端线
6. side line /'saɪdlaɪn/ n. 边线
7. obstruction /əb'strʌkʃən/ n. 障碍物
8. team bench /ti:m bentʃ/ n. 球队席

- 9. centre line /'sentə laɪn/ n. 中线
- 10. centre circle /'sentə'sə:kl/ n. 中圈
- 11. free - throw line /fri:θrəu laɪn/ n. 罚球线
- 12. three - point line /θri:pɔɪntlain/ n. 三分线
- 13. three - point field goal area /θri:pɔɪt fi:ld gəʊl'ɛəriə/ n. 三分投篮区
- 14. restricted area /ris'triktɪd 'ɛəriə/ n. 限制区

五、教学要点

1. 比赛场地应是一块平坦、且无障碍物的硬质地面，见图 1 - 1 - 1。其尺寸是长 28 米、宽 15 米，从界线的内沿丈量。所有的线应用 5 厘米宽白色画出。

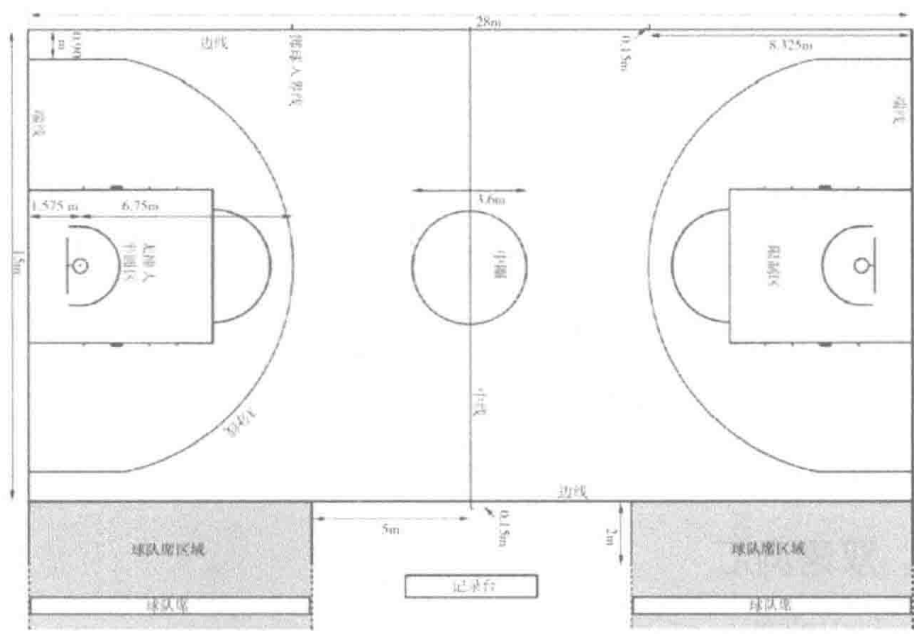


图 1 - 1 - 1 比赛场地图

- 2. 后场是由某队的后场由该队本方的球篮、篮板的界内部分以及由该队本方球篮后面的端线、两条边线和中线所限定的球场部分组成。
- 3. 前场是由某队的前场由对方的球篮、篮板的界内部分以及由对方球篮后面的端线、两条边线和距对方球篮最近的中线内沿所限定的比赛场地部分组成。
- 4. 3 分投篮区是除对方球篮附近被下述条件限制出的区域之外的整个比赛场地的地面区域。这些条件包括：(1) 从端线引出的 2 条垂直于端线的平行线，其外沿

距离边线的内沿 0.90 米。(2) 以对方球篮中心正下方场地上的点为原点,画一个半径(圆弧外沿)是 6.75 米的圆弧。此原点距离端线中点的内沿是 1.575 米,且该圆弧与两平行线相交。(3) 3 分线不是 3 分投篮区的一部分。

六、规则动态

1. 明确了“中线是后场的一部分”。
2. 将无撞人半圆区的线限定为是无撞人半圆区的一部分。

七、教学案例

1. 篮球场上的边线和端线是立体的还是平面的?

在掷球入界时,对掷球入界的队员来说,边线或端线是平面的,所以,他可将手或腿等身体的任何部位越过界线,但不得接触界内地面;而对界内其他队员来说,此时,边线或端线却是立体的,所以,界内队员身体的任何部分都不得越过界线;而在其余情况下,边线和端线对任何队员来说都是平面的。

2. 限制区的线是立体的还是平面的?

在比赛的任何时候,限制区的线都是平面的。

3. 限制区两侧的抢篮板球分位区的线是立体的还是平面的?

在罚球时,限制区两侧的抢篮板球分位区的线是立体的,所以说,在此占位的队员均不得将自己身体的任何部分越过分位线的上空。除此之外,限制区两侧的抢篮板球分位区的线都是平面的。

4. 何谓中立区域?它是立体的还是平面的?

在第一与第二抢篮板球分位区之间有一个 0.40 米宽的区域,这个区域被称为“中立区域”。在罚球时,对在限制区两侧的抢篮板球分位区占位的队员来说,中立区域是立体的。所以,他们都不得将身体的任何部分越过中立区域的上空。其余情况下,中立区域都应被视为平面的。

5.3 分投篮线是立体的还是平面的？

在比赛的任何时候，3 分投篮线都是平面的。

6. 中线是立体的还是平面的？

中线属于后场。它始终都是平面的。

7. 中圈是立体的还是平面的？

只有在跳球时中圈是立体的，其余情况下都是平面的。

第二节 器 材

一、教学任务 使学生全面掌握器材条款

二、教学重点 记录台所需器材的种类

三、教学难点 篮板、篮圈、篮网的规格

四、双语词汇

1. equipment /i'kwipmənt/ n. 器材
2. backboard /bækbo:d/ n. 篮板
3. ring /riŋ/ n. 篮圈
4. net /net/ n. 篮网
5. game clock /geim klɒk/ n. 比赛计时钟
6. scoreboard /'skɔ:bɔ:d/ n. 记录板
7. twenty - four second device /'twenti fɔ:'sekənd di'vais/ n. 24 秒装置
8. score sheet /'skɔ:ʃi:t/ n. 记录表
9. player foul marker /'pleiə faul 'mɑ:ke/ n. 队员犯规标志牌
10. team foul marker /ti:m faul 'mɑ:ke/ n. 全队犯规标志牌
11. alternating possession indicator /ɔ:l'tə:nitiŋ pə'zəʃn 'indikeitə/ n. 交替拥有指示器

12. playing floor /pleiɪŋ flɔː/ n. 比赛地板

13. playing court /pleiɪŋ kɔːt/ n. 比赛场地

五、教学要点

1. 场地上所需器材：(1) 篮板。(2) 篮圈。(3) 篮网。(4) 篮球。(5) 比赛计时钟。(6) 进攻计时钟。(7) 大型显示板。

2. 记录台所需器材：(1) 纸质记录表。(2) 队员犯规标志牌。(3) 全队犯规标志牌。(4) 交替拥有指示器。(5) 计秒表。(6) 蜂鸣器 2 个。

六、规则动态

1. 将“24 秒计时钟”修改为“进攻计时钟”。

七、教学案例

1. 篮板的 4 个边沿和篮板的背面，是属于界内，还是属于界外物体？

篮板的 4 个边沿属于界内物体，因此，在比赛中，当队员投篮或传球时，若球碰在篮板其中的一个边沿上，应继续比赛，甚至当球碰篮板上沿后下落并中篮，则得分有效。而篮板的背面则属于界外物体，因此，在比赛中，当队员投篮或传球时，若球碰在篮板的背面，则应判球出界违例。

2. 裁判员应如何检查球的质量？

充气后使球从大约 1.80 米的高度（从球的底部量起）落到球场的地面上，反弹起来的高度在 1.20 米~1.40 米之间（从球的顶部量起）。达到上述要求的球才能用于比赛。

3. 比赛中，承办比赛的单位或主队提供给裁判员的比赛用球全是新的，是否能用于比赛？

主队应提供至少两个符合规则要求并使用过的球。主裁判员是确定球是否符合标准的唯一鉴定人，如果经鉴定，两个球均不适宜作为比赛用球，主裁判员可以选择客队提供的球或从两队做赛前准备活动的用球中选择一个。若主队和客队都没有合适的使用过的球时，主裁判员有权决定使用承办单位提供的新球。