

北京体育大学出版社

一册在手 晋级不愁

篮球裁判 晋级必读

闫育东等主编

■ 规则 裁判法 解析
■ 经典 战例 规范
■ 记录 台工 作

■ 裁判员 基本功
■ 专业 英语
■ 理论 试题 精粹

篮球裁判晋级必读

闫育东 等主编

北京体育大学出版社

策划编辑:木 凡

审稿编辑:熊西北

责任印制:陈 莎

责任编辑:梁 林

责任校对:琴 儿

图书在版编目(CIP)数据

篮球裁判晋级必读/闫育东等主编. - 北京:北京体育大学出版社,2003.4

ISBN 7-81051-922-0

I. 篮… II. 闫… III. 篮球运动-裁判法-水平考试-自学参考资料 IV. G841.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 023392 号

篮球裁判晋级必读

闫育东 等主编

北京体育大学出版社出版发行
(北京海淀区中关村北大街 邮编:100084)

新华书店总店北京发行所经销
北京市昌平阳坊精工印刷厂印刷

开本:850×1168 毫米 1/32

印张:15

定价:28.00 元

2003 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数:4000 册

ISBN 7-81051-922-0/G·767

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

《篮球裁判晋级必读》编写组

主 编：闫育东 赵 晶

王春海 胡 乔

副主编：刘 洪 刘 艳

赵 萍 贾志强

编 委：张永山 胡朝文

傅茂柱 汪 洋

李 一 郭 礼

第一主编简介



闫育东，男，1963年出生，河南新乡人。硕士学位，国际级篮球裁判员，现任北京体育大学篮球教研室教师，校中青年骨干教师。

1989年，26岁时被国际篮球联合会批准为国际级篮球裁判员，成为当时我国最年轻的国际级篮球裁判员，也是目前我国唯一一位既有研究生学历又有硕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、亚洲俱乐部杯和数十次国际邀请赛、上百次全国篮球比赛的裁判工作，多次获体育道德风尚奖。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》（世纪珍藏版）和《中国专家人名辞典》。

多年来共发表科研论文及文章44篇，其中核心期刊20余篇，有关论文曾入选“全国第六届体育科学大会”、“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”，并获“世界华人重大科技与学术成果奖”和“中国‘九五’优秀科学技术成果奖”。先后完成学术论著：《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》等五部。

自1985年以来，曾从事北京体育大学篮球普修课的教学、篮球专修课和校男子和女子篮球代表队的训练，以及6年的校科研处行政管理工作。在此期间，曾被国家体育总局选派到阿曼担任两年该国的篮球教练。

序

为了满足人民群众健身、健心的要求，进一步普及篮球运动，也为广大篮球裁判爱好者向更高级别的晋升提供学习资料，我们特编写了此书。

全书约 40 万字，囊括了最新《篮球竞赛规则》、《篮球裁判员手册》、《篮球三人裁判法》和《篮球裁判员专业英语》等多方面内容，并收录了国际篮联对篮球竞赛规则和裁判方法的最新解释，以及近年来中国篮协举办的全国篮球甲 A、甲级联赛裁判员培训班的主要内容和精神，有近 800 个经典战例。全书内容翔实、易读易懂、观点准确、精简实用，可谓一书在手，晋级不愁。

在“篮球裁判员的基本素质”部分，向您介绍要想成为一名合格的篮球裁判员应具备的基本素质，以及具体标准和审批办法。

在“篮球竞赛规则和裁判技巧”部分，将竞赛规则、裁判方法，以及相关战例融于一体，使读者能更全面、更系统地掌握知识。

在“篮球比赛记录台工作规范”部分，告诉您记录台人员的工作程序和配合方法。

在“篮球裁判员晋级理论模拟试题、临场考核评分标准，以及体能测试标准”部分，全部引用的是各级别当时的正式应试试题，以及规范化测试标准。

在“篮球裁判员基本功训练”部分，告诉并指导您如何进行基本功的自我训练。

在“篮球裁判员专业英语”部分，不但包括了裁判工作中的常用单词，而且还配有插图，因此更加直观、生动。在“有关词句”和“专业用语”中，为读者向更深层次的学习提供了条件，从而满足了不同读者的需求。

该书不但是篮球裁判爱好者的必备手册，而且也可作为体育大学、体育学院、体育系学生提高裁判工作能力的辅助教材。

在编写过程中曾得到了北京体育大学梁林博士的大力支持和指导，在此表示衷心感谢。

由于编者水平有限，书中难免出现这样或那样的错误，敬请广大读者批评、指正。

作 者

2003年3月2日

目 录

第一章 篮球裁判员的基本素质	(1)
第一节 篮球裁判员应具备的素质	(1)
第二节 篮球裁判员各等级标准	(3)
第二章 篮球竞赛规则与篮球裁判员手册 (两人裁判的方法和执裁技巧)	(6)
第一节 定 义	(6)
第二节 场地和线条尺寸	(7)
第三节 器 材	(12)
第四节 裁判员、记录台人员和技术代表	(22)
第五节 主裁判员：职责和权力	(23)
第六节 裁判员：宣判的时间和地点	(24)
第七节 裁判员：发生违犯时的职责	(30)
第八节 裁判员：受伤	(32)
第九节 记录员和助理记录员：职责	(32)
第十节 计时员：职责	(34)
第十一节 24 秒钟计时员：职责	(35)
第十二节 球 队	(39)
第十三节 队员和替补队员	(41)
第十四节 队员：受伤	(45)
第十五节 队长：职责和权力	(47)
第十六节 教练员：职责和权力	(48)
第十七节 比赛前工作方法	(52)

第十八节	前场区域分工与配合	(57)
第十九节	比赛时间、比分相等和决胜期	(72)
第二十节	比赛开始和跳球	(73)
第二十一节	球的状态	(88)
第二十二节	如何打球	(89)
第二十三节	控制球	(92)
第二十四节	队员在做投篮动作	(93)
第二十五节	球中篮和它的得分值	(94)
第二十六节	掷球入界	(99)
第二十七节	要登记的暂停	(109)
第二十八节	替 换	(120)
第二十九节	何时一节或一场比赛结束	(131)
第三十节	比赛因弃权告负	(134)
第三十一节	比赛因缺少队员告负	(135)
第三十二节	违 例	(136)
第三十三节	队员出界和球出界、以及队员和裁判员 的位置	(137)
第三十四节	运 球	(142)
第三十五节	带球走	(146)
第三十六节	3 秒钟	(151)
第三十七节	被严密防守的队员	(155)
第三十八节	8 秒钟	(156)
第三十九节	24 秒钟	(158)
第四十节	球回后场	(163)
第四十一节	干涉得分和对球干扰	(170)
第四十二节	犯 规	(181)
第四十三节	接 触	(182)
第四十四节	侵入犯规	(182)
第四十五节	双方犯规	(201)

第四十六节	违反体育道德的犯规	(204)
第四十七节	取消比赛资格的犯规	(206)
第四十八节	行为规定	(209)
第四十九节	队员的技术犯规	(211)
第五十节	教练员、助理教练员、替补队员或随队人 员的技术犯规	(216)
第五十一节	在比赛休息期间的技术犯规	(222)
第五十二节	打 架	(225)
第五十三节	基本原则	(228)
第五十四节	队员 5 次犯规	(228)
第五十五节	全队犯规——处罚	(229)
第五十六节	特殊情况	(235)
第五十七节	罚 球	(250)
第五十八节	可纠正的失误	(263)
第五十九节	全场紧逼防守时的分工与配合	(271)
第六十节	快攻时的分工与配合	(273)
第六十一节	裁判员的手势	(273)
第六十二节	记录表	(288)
第六十三节	抗议程序	(297)
第六十四节	球队的名次排列	(298)
第六十五节	电视 (TV) 暂停	(302)
第六十六节	结 论	(303)

第三章 篮球三人裁判法 (三人裁判的方法和执裁技巧)

第一节	术 语	(306)
第二节	基本原则	(307)
第三节	比赛开始	(308)
第四节	裁判员的占位和责任	(311)

第五节	出界和掷球入界情况	(315)
第六节	投篮的情况	(320)
第七节	手势和程序	(322)
第八节	罚球情况	(332)
第九节	暂停和替换	(335)
第十节	最后片刻的投篮	(336)
第十一节	紧逼时的分工区域	(336)
第十二节	3分投篮时的分工区域	(337)
第四章	全国篮球比赛记录台工作规范	(339)
第一节	设 置	(339)
第二节	赛前程序	(341)
第三节	赛中常规职责	(342)
第四节	工作要求	(347)
第五节	必须学习和掌握的篮球规则等内容	(348)
第五章	篮球裁判员晋升各级别理论模拟试题、临场考核	
	评分标准及体能测试标准	(349)
第一节	晋升三级裁判员理论试题	(349)
第二节	晋升二级裁判员理论试题	(351)
第三节	晋升一级裁判员理论试题	(354)
第四节	晋升国家级裁判员理论试题	(361)
第五节	晋升国际级裁判员理论试题(中文)	(365)
第六节	篮球裁判员临场考核评分标准	(367)
第七节	篮球裁判员体能测试标准	(368)
第六章	篮球裁判员的基本功训练	(370)
第一节	鸣 哨	(370)
第二节	抛 球	(371)

第三节	默计时间	(371)
第四节	移 动	(372)
第五节	手 势	(374)
第七章	篮球裁判员专业英语	(375)
第一节	《篮球竞赛规则》常用术语 (中英文图解对照)	(375)
第二节	《篮球裁判员手册》常用术语 (中英文图解对照)	(406)
第三节	篮球技、战术常用术语 (中英文图解对照)	(425)
第四节	篮球运动组织竞赛、竞赛规则、裁判员手册与技、 战术常用术语词汇表 (中英文对照)	(431)
第五节	篮球裁判员专业用语 100 句 (中英文对照)	(445)
第六节	附 录 (中英文对照)	(454)
参考文献		(466)

第一章 篮球裁判员的基本素质

第一节 篮球裁判员应具备的素质

篮球裁判员是指在篮球竞赛过程中,依据赛会规程和篮球竞赛规则,对参赛运动员、教练员及随队人员在比赛中所表现出来的动作和行为做出裁决并最终评定胜负的人员。篮球裁判工作在我国和世界上其它许多国家均属于业余工作。要想成为一名高水平的篮球裁判员则需要有以下几个方面的素质作保证。

一、思想素质

(一) 热爱篮球事业,具有敬业精神:篮球裁判员必须认识到:裁判工作关系到篮球运动的存在与发展,关系到篮球技、战术水平的普及与提高,关系到良好的体育道德的形成与发扬,关系到国家的荣誉和声望,只有这样他们才能更加热爱和忠诚裁判工作,从而在奉献中感到欣慰,从宣判的公正准确中得到满足,从不断的提高中受到鼓舞。

(二) 具有较高的职业道德修养:篮球裁判员应具有良好的职业道德,不弄权渎职以权谋私,不徇情枉法。此外,高水平的篮球裁判员在为人处事方面也应有较高的修养,这将有助于他们去处理场上所发生的任何棘手问题。

二、业务素质

(一) 精通竞赛规则与裁判法:裁判员是受托在规则的框架和裁判法的指导原则下对比赛进行监察的,为提高裁判水平,裁判员必须把规则和裁判法学深学透。事实表明,裁判员错判、漏判及反判的原因,多是由于对规则理解不深,对裁判法运用不当所造成的。这里所强调的精通,就是要用心钻研,着重领会规则的精神实

质，并把握住各条文之间的有机联系，除此之外，还要将规则解释及各种判例相结合，从而达到对整个规则和裁判法的融会贯通。

(二) 通晓技、战术知识：从规则的角度来说，技术是符合规则要求的正确动作，战术是符合规则要求的正确配合。裁判员为了正确地鉴别技术动作和战术配合的是与非，必须具有篮球技、战术方面的知识。从裁判工作的角度来说，裁判员只有懂得技术，才能分析出某些动作是否合理，才能找出违犯的主因，才不会被表象或假象所迷惑。裁判员只有懂得了战术，他才能把握住宣判重点。凡事预则立，只有在思想上有了充分准备，那么在宣判时才不会惊慌失措，才不会失去工作重点。

(三) 具有较强的英语能力：英语，是国际篮联确定的在国际比赛中的官方语言。在所有的国际比赛中，如有必要使用口语，则必须使用英语。因此，国际篮联对晋升国际级裁判员的笔试和口试都是用英语进行的，所以，如果应试者不精通英语，他将很难应试。即使他成为了一名国际级裁判员，如果不懂英语，也会因为语言的障碍，而直接地影响他的判罚水平和形象。因此，无论是参加国际比赛、还是与他人交往，裁判员英语水平的高低都非常重要。

三、心理素质

(一) 自信：作为篮球比赛“法官”的裁判员，首先要自信，如果裁判员缺乏应有的自信，他在宣判时就会显得犹豫不决，那么，队员就会对他判罚的准确性产生怀疑。自信，能够稳定情绪、产生威严，能够鼓舞斗志、战胜困难，能够控制行动、发挥能力。所以说，自信是裁判员必须具备的意志品质。

(二) 反应迅速、思维敏捷：由于篮球比赛的速度快、变化多，而有些情况稍纵即逝，因此，裁判员只有反应迅速，才能及时地捕捉到违反规则的行为，那样才能做出正确的宣判。有些问题单凭感觉是解决不了的，比赛也不允许裁判员有足够的时间去思考和判断，因此，具有反应迅速、思维敏捷的素质，对篮球裁判员来说是至关重要的。

(三) 果断: 裁判工作的特点是瞬间反应。如果裁判员优柔寡断, 那么就会错过宣判的最佳时机, 从而形成“漏判”。如果裁判员草率妄断, 又会因时机不成熟, 而形成“错判”。所以, 只有那些善观风色、善掌时机、善辩是非, 且又当机立断的裁判员, 才能称得上是高水平的裁判员。

(四) 沉着、冷静: 对裁判员来说, 在他遇到异常或出乎意料的事件时, 能不慌张、不急躁、不失态, 并有修养、有克制、有举措, 这样才能显示出他驾驭比赛的能力。因此说, 沉着、冷静也是高水平裁判员应具备的素质。

四、身体素质

(一) 速度快: 篮球比赛中运动员的移动速度快, 战术变换快, 攻防转换快, 因而高速度是篮球比赛的特点之一。在《篮球裁判员手册》中要求前导裁判员应总是位于比赛的前方, 由此可见, 速度素质对裁判员来说尤为重要。

(二) 耐力好: 篮球比赛整场 40 分钟, 而且赛况紧张, 争夺激烈, 裁判员在大部分时间中都是处在高速的奔跑之中, 如果裁判员没有充足的耐力, 特别是速度耐力, 那么他就会感到身体疲劳、反应迟钝, 从而跟不上比赛的节奏, 自然也就做不好裁判工作。所以, 耐力素质对裁判员保持和提高工作效率也是必不可少的。

(三) 灵敏高: 裁判员在比赛中不但要做起动、疾跑、急停、转身、侧移和后退等各种动作, 而且还要准确、及时地对比赛中的各种情况做出判断, 并适时、规范地做出宣判手势。因而, 这又要求裁判员具有良好的灵敏素质。

第二节 篮球裁判员各等级标准

在我国《裁判员技术等级制度》中规定: 篮球裁判员技术等级分为三级、二级、一级、国家级、国家 A 级, 以及荣誉级。国际篮球裁判员需经国际篮球联合会考核批准。

对篮球裁判的爱好者来说，都把提高自身水平，为篮球运动贡献自己的力量并进而获得更高级别的裁判称号作为自己的奋斗目标。现将篮球裁判员各等级的标准与审批办法简单介绍如下：

一、三 级

三级裁判员应了解《篮球竞赛规则》和《篮球裁判员手册》，能够担任区、县级的篮球裁判工作，具备一定的组织、管理能力，懂得基本的篮球竞赛编排方法。他们的培训、考核和审批工作分别由各区、县级体育局负责。

二、二 级

二级裁判员应初步掌握《篮球竞赛规则》和《篮球裁判员手册》中的主要内容，能较准确地将《篮球竞赛规则》和《篮球裁判员手册》中的精神运用到临场工作中去，具备在市、区、县级或相当于市、区、县级篮球比赛中担任正、副裁判长职务的能力。他们的培训、考核和审批工作分别由各市、区、县级体育局负责。

三、一 级

一级裁判员必须熟练掌握《篮球竞赛规则》、《篮球裁判员手册》和《篮球3人裁判法》中的主要内容，具备一定的裁判理论水平和临场经验，具有培训二级以下裁判员的能力，在省、市、自治区、或相当于省级的篮球比赛中能胜任正、副裁判长工作。报考者须是获得二级裁判员称号2年以上、38周岁以下的人员。他们的培训、考核和审批工作分别由各省、市、自治区体育局、国家体育总局原直属体育院校、行业体协及解放军总政宣传部体育局负责。

四、国家级

国家级裁判员必须熟练掌握《篮球竞赛规则》、《篮球裁判员手册》和《篮球3人裁判法》中的全部内容，具备较高的裁判理论水平和临场经验，能胜任全国比赛的裁判工作。报考条件为：获一级裁判员称号2年以上、有良好的职业道德和较高的业务水平；男子在36周岁以下，女子在35周岁以下；参加全国正式比赛临场裁判

工作2次以上;形体、仪表、气质良好;另外,对于条件优秀、且年龄在25周岁以下者,在同等条件下优先晋级。考试科目为:临场执裁;理论(包括篮球竞赛的有关法规、竞赛规则、裁判员手册、篮球技、战术和英语等);篮球技能;体能(包括国际篮联规定的20米折返跑和男子3000米、女子1500米)。此级别的晋升、考核由本人先填写申请表,经所在单位和当地体育局同意,再经省、市、自治区体育局的竞赛部门审核后报中国篮协,中国篮协裁委会审查合格后,下发参加考试人员名单。原则上中国篮协每两年安排1~2次该级别的考试。

五、国家A级

国家A级裁判员是中国篮协根据国家级裁判员的业务水平、体能、年龄以及日常表现等因素综合评定出的优秀者,每年评出25~35名,他们将与国际级裁判员一起共同承担国内高水平的比赛任务。

六、国际级

国际级裁判员的晋升、考核由中国篮协在征得有关省、市、自治区等体育局的同意后,以中国篮协的名义向国际篮联推荐并申请参加国际篮联组织的考试。考核通过后,由国家体育总局予以公布。报考者必须是优秀的国家A级裁判员,有良好的职业道德和较高的裁判业务水平;年龄在38周岁以下,形体、仪表、气质较好;能运用英语独立执行临场工作;有较好的篮球技能和较高的篮球技、战术理论水平。

七、荣誉级

必须是模范遵守各项规定、思想作风正派、具有良好的职业道德和业务水平,并为篮球事业的发展做出较大贡献的国际级、国家A级、国家级或有特殊贡献的一级裁判员。申报程序为:由本人提出申请,经当地体育局签署意见后报中国篮协,中国篮协或国际篮联审核、批准后,由国家体育总局或国际篮联授予荣誉裁判员称号并颁发证书。