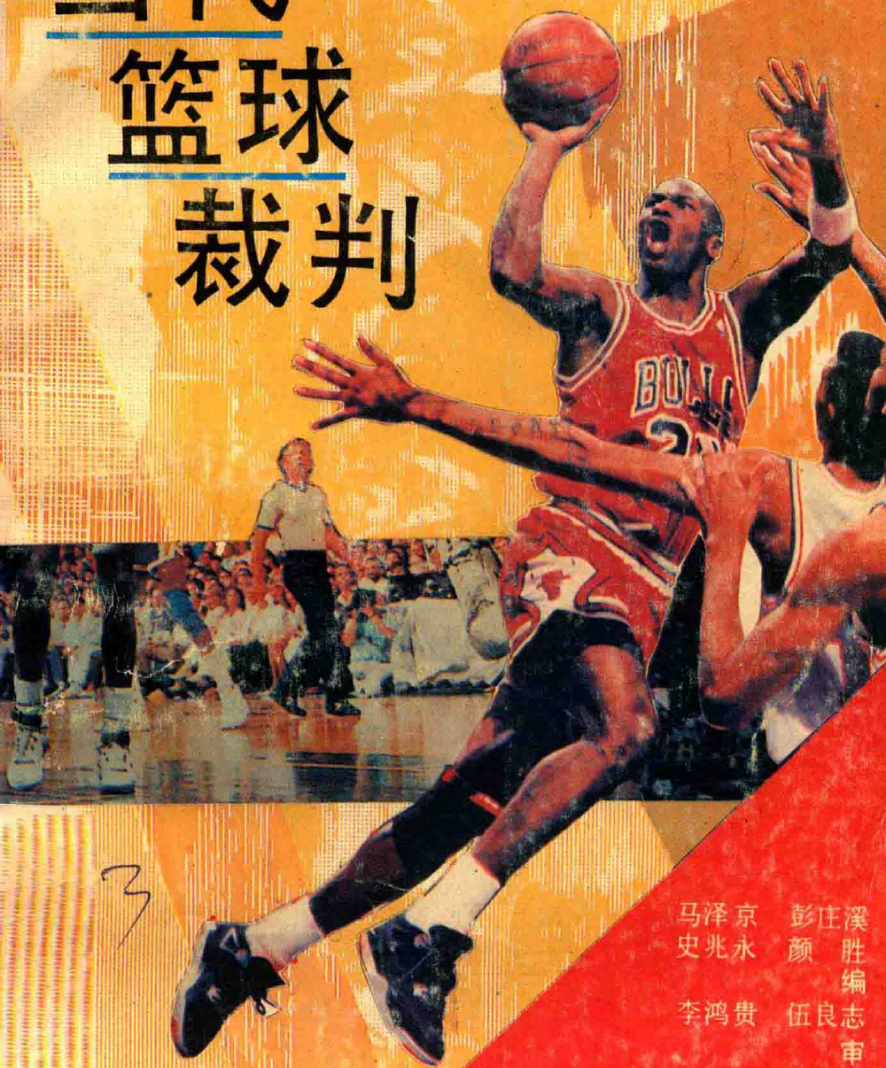


当代 篮球 裁判



马泽京 彭庄溪
史兆永 颜胜编
李鸿贵 伍良志
审

湖南教育出版社

当代篮球裁判

马泽京	彭庄溪	编 审
史兆永	颜 胜	
李鸿贵	伍良志	

湖南教育出版社

当代篮球裁判

马泽京 彭庄溪

史兆永 颜胜 编

责任编辑：汪逸

湖南教育出版社出版发行

湖南省新华书店经销 湖南省新华印刷一厂印刷

787×1092毫米 32开 印张，16.628 字数，240,000

1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷

印数：1——5,000

ISBN7—5955—1211—9/G·1206

定价：3.30 元

前 言

篮球是广大人民群众十分喜爱的体育运动项目之一，它在我国有数以百万计的运动员和数以亿计的观众，场地设施遍及城乡大地；篮球也是世界性运动大会，如奥运会、亚运会等所必选的体育竞赛项目之一，也是有些国家被视为国球。随着篮球技、战术的飞速发展，当代篮球竞赛在激烈、快速的攻防争斗中形成强对抗、高比分，频繁换、快节奏的新格局，这对临场裁判提出了更高、更严、更难的新要求。裁判工作的重要性日益为人们所重视，比赛记录台的工作也不能有丝毫忽视。1972年慕尼黑奥运会上，苏美男篮的比赛在距终场还剩最后三秒新时，由于记录台的误差，造成比赛几度中断，当美国队自认为以一分胜利获得冠军时，苏联队却在美国队毫无准备之下，记录长传球不命中，反以一分优势取胜，使美国队从连获两届奥运男篮霸主席上跌落下来。

一百年前，篮球运动在美国诞生时，只有五条最原始的规定，而1985年我国国家体委审定的篮球竞赛规则已达93条之多，并且还在不断地修改补充之中。作为一名篮球裁判，不仅要求思路敏捷，做到执法严谨、配合默契、风度潇洒，更重要的是要精通规则、判之有理、罚之有据。为了更好地普及篮球裁判工作，根据当前篮球运动的发展，结合我们长期从事篮球裁判工作的经验，在吸收国内外篮球裁判理论与实践的丰富经验的基础上，编写了这本《当代篮球裁判》，旨在为大专院校、工矿企业、部队、机关、农村及各级体协篮球裁判培训班提供一本

有益的教材，也为广大篮球裁判员、篮球爱好者提供有关篮球裁判的基础知识。

本书共分十三章，内容包括：篮球技、战术的基本知识，篮球裁判员的素质培养、工作方法、技术等级、考核考试，篮球法规，违例与判罚、记录台工作、表格运用、组织编排、英语常用词汇等。汇编了近几年来一级裁判员、国家级裁判员和国际级裁判员的考核试题并做出相应的参考答案，并收录了国际篮球联合会（FIBA）于1990年8月6日正式通过的《篮球规则》（中国篮球协会译），中国篮协要求此规则从1991年3月起在我国全面实施。

本书由国家级裁判员马泽京、彭庄溪、史兆永，一级裁判员顾胜编写，并由湖南省篮协主席李鸿贵、副主席伍良志审定。在编写出版过程中，得到湖南省体委竞赛处的大力支持，谨致以衷心的感谢。

最后要说明的是，篮球竞赛规则是不断发展的，由于我们水平所限，对其认识、研究还有待于不断深入，加之时间仓促，书中难免存在一定的缺点错误，诚恳希望广大读者批评指出，以利今后修改、订正。

编 者

1990.10于长沙

目 录

第一章 篮球裁判员的素质	(1)
第一节 篮球裁判员的思想素质	(1)
第二节 篮球裁判员的业务素质	(8)
第三节 篮球裁判员的身体素质	(4)
第四节 篮球裁判员的心理素质	(6)
第二章 篮球裁判员的工作方法	(8)
第一节 裁判长的工作方法	(8)
第二节 裁判员的赛前准备与结束时的工作	(12)
第三节 临场裁判员的职责范围与工作内容	(20)
第四节 临场裁判员的区域分工与配合	(21)
第五节 其它情况的分工与配合	(24)
第六节 临场裁判员的信号	(34)
第七节 临场裁判员的宣判程序	(37)
第三章 篮球裁判员心理学	(42)
第一节 良好的心理素质是临场工作的保证	(42)
第二节 努力培养临场的注意品质	(43)
第三节 情感情绪的自我调节和控制	(46)
第四节 培养良好的意志行为品质	(48)
第五节 发展个人的气质优点, 培养完美的性格特征	(49)
第四章 篮球技术和战术的基本知识	(52)
第一节 篮球基本技术	(52)
第二节 篮球基本战术	(58)
第五章 篮球法规	(66)
第一节 篮球法规综述	(66)

第二节	篮球法规的内容	(67)
第三节	国家队、训练与科研	(71)
第四节	领队、教练、运动员、裁判员的职责与考核制度	(72)
第五节	外事活动	(75)
第六章	犯规与罚则	(77)
第一节	侵人犯规	(77)
第二节	技术犯规	(115)
第三节	比赛场面的控制	(120)
第七章	违例的处理	(123)
第一节	违例的定义、罚则和种类	(123)
第二节	违例的判断	(124)
第八章	记录台工作	(140)
第一节	记录台工作的重要性	(140)
第二节	记录台工作专业职责与工作程序	(142)
第三节	国际篮联对记录台工作采用的新措施	(151)
第九章	篮球竞赛中的表格运用	(154)
第一节	竞赛管理部门公布的表格	(154)
第二节	裁判员长使用的表格	(160)
第三节	记录台裁判填写的表格	(164)
第十章	篮球竞赛的组织与编排	(168)
第一节	篮球竞赛的组织工作	(168)
第二节	篮球竞赛的编排方法	(174)
第十一章	篮球裁判英语常用词汇	(189)
第十二章	篮球裁判员技术等级及考核考试	(202)
第一节	裁判员的技术等级制度	(203)
第二节	裁判员的考核考试内容	(206)
第三节	裁判员的考核考试形式与方法	(208)
第十三章	篮球裁判员考核试题选	(214)
第一节	一级裁判员考核试题	(214)

• 湖南省 (1989年) 考核试题	(214)
• 北京市 (1987年) 考核试题	(218)
• 四川省 (1987年) 考核试题	(220)
第二节 国家级裁判员考核试题	(222)
• 1986年篮协杯赛 (呼和浩特赛区) 考核试题	(222)
• 1986年篮协杯赛 (大庆赛区) 考核试题	(225)
• 1986年全国篮球联赛第二阶段 (常州赛区) 考核试题 (含 国际级裁判员考试)	(227)
• 1986年全国篮球联赛第二阶段 (武汉赛区) 考核试题 (含 国际级裁判员考试)	(230)
• 1987年第六届全运会分区预赛篮球裁判员统一考核试题 (含 国际级裁判员考试)	(231)
• 1989年申报国家级篮球裁判员考试试题	(234)
第三节 篮球裁判员考核试题参考答案	(237)
第四节 国际级裁判员考核试题	(255)
• 1984年上海第十届亚洲女篮锦标赛考核试题 (口试) 及答案	(255)

篮球规则〔国际篮球联合会(FIBA)于

1990年8月6日正式通过〕..... (267)

第一章 篮球裁判员的素质

近年来，篮球运动发展很快，各项战术的运用，基本技术的提高，场地的扩大，规则的变化，都使篮球比赛日趋激烈。除运动员技术的提高促进了篮球运动发展外，篮球裁判队伍水平的提高，也同时促进了篮球运动的发展。在任何一次篮球竞赛中，裁判任务是极为重要的工作，它不仅能使运动队发挥正常水平，达到锻炼队伍、提高技术的目的，又能为整个竞赛增添光彩。裁判员不但是竞赛的重要组成部分，也是竞赛的组织者和执行者。其言行集中反映了各种不同的素质水平。因此，加强裁判员的自身建设，提高裁判员的素质是摆在每个篮球裁判员面前的首要任务，也是各级体委和篮球协会一项十分必要和紧迫的工作。1986年12月武汉会议后，国家体委篮球处和中国篮协十分重视和关怀篮球裁判员素质的提高。在1987年北京国际男篮邀请赛期间举办的全国青年篮球裁判员学习班上，杨伯镛同志代表篮协重申了加强裁判员素质的工作，并根据我国篮球裁判员的实际情况、裁判工作的性质、特点，提出篮球裁判员的素质主要为：思想素质、业务素质、身体素质和心理素质四个方面。

第一节 篮球裁判员的思想素质

篮球裁判员的思想素质是篮球裁判员进行工作的首要条件和基础。一个合格的篮球裁判员必须具备良好的思想素质，否

则，就不可能履行自己神圣、光荣的使命。

我国是在中国共产党领导下的社会主义国家，坚持四项基本原则，热爱社会主义祖国，热爱党的体育事业，全心全意，不为利、不为名、不计报酬、兢兢业业为我国的篮球事业服务，为提高和促进我国篮球运动技术水平而努力奋斗，是我国篮球裁判员思想素质的基础。

篮球裁判员不但是比赛的组织者，还是场上的执法者。这就要求每一个篮球裁判员必须作风正派、坚持原则、不徇私情、秉公执法。在比赛中，裁判员手中的权力是较大的。但在任何情况下，决不能利用手中的权力来“整”、“压”运动员和教练员，也决不能利用手中的权力来帮助某队取得不该赢得的胜利。只能以坚持原则、秉公执法的工作作风，在规则的范畴内判罚和处理比赛中所发生的问题，保证竞赛在公平中进行。

在临场工作中，国家体委提出的“公正、准确、积极、稳定”的八字方针，不仅是衡量临场裁判水平高低的尺子，也体现和反映了临场裁判员的思想素质和道德标准。作为一个篮球裁判必须认真地、无条件地遵守《篮球法规》和《裁判员守则》所规定的行为准则，来指导自己的裁判工作，也只有坚持了这个行为准则，坚持公正第一，才能在临场中做到无私无畏、大胆果断、光明磊落，才能使比赛双方公平竞争、胜负无怨，才能真正树立起裁判员在临场中的权威。无数事例证实，不具有公正的态度，也就不可能有准确的宣判，任何心术不正的裁判员，决不是一个称职的裁判员。

篮球裁判员的思想素质集中体现了裁判工作的职业道德，它是社会主义体育道德规范的一个重要部分，也是篮球运动健康发展的重要组成部分，它促进着篮球运动水平向更高、更有利于人类的境界发展。因此，不断提高篮球裁判员的思想素

质，加强篮球裁判员的思想建设，使裁判水平进步提高是建设一支优秀裁判队伍的首要任务。

第二节 篮球裁判员的业务素质

篮球裁判员的业务素质，是裁判员工作的物质基础，它包括精通篮球竞赛规则、裁判法和熟悉篮球技战术两部分，它是篮球裁判员理论知识水平和实践经验的总和，它是使比赛顺利进行的重要保证，是衡量篮球裁判员水平高低的标志。

一、篮球裁判员必须精通规则和裁判法

篮球竞赛规则是篮球竞赛的总纲，是运动员在比赛场上行动的总则。裁判法是裁判员临场工作的方法。随着篮球运动技术水平的不断提高，篮球竞赛的日趋激烈，要求篮球裁判员对篮球规则及裁判法的理解和运用也应不断提高，只有这样才能适应现代篮球运动发展的需要，才能充分发挥裁判员在比赛中的重要作用。

一个优秀的篮球裁判员，必须精通规则条例，熟练地运用裁判法。裁判员是比赛场上的法官，规则是保证比赛正常、顺利进行的“法律”，要执法得当，不出“冤、假、错”案就要全面理解规则，精通规则，掌握规则的精神实质，准确地按规则的规定去处理比赛中出现的一切复杂的问题。而裁判法是裁判员临场工作的具体方法，是裁判员在比赛中执法的具体手段。熟练地运用裁判法，就能使裁判员临场不乱，处理问题的程序正确、清楚，与同伴（另一裁判）的配合默契。也只有精通了规则和熟悉了裁判法才能真正地提高临场工作能力，完成比赛任务。

二、篮球裁判员必须熟悉篮球技战术

一个优秀篮球裁判员不但要精通规则和熟悉裁判法，还必须熟悉篮球技、战术。经常了解和研究篮球技、战术的新发展，并会打篮球。只有这样，才能在千变万化的激烈对抗中，自如地有预见的应付和处理可能出现的各种问题。同时，了解运动员的心理状态，而不被运动员的一些假象动作所迷惑，促进技、战术水平的正常发挥，与教练、运动员找到共同的语言，更好地在场上进行合作。这些对顺利完成比赛任务无疑是大有好处的。

篮球裁判工作是一项实践性很强的业务工作，它要求每个裁判员不仅要有较高的理论水平，有丰富的实践经验，还要在实践中不断总结经验，不断提高业务素质，在国际比赛中还应熟练运用英语，为我国篮球裁判员走向世界篮坛，在世界性大赛中担任重要任务创造条件。

篮球裁判员还必须在规则和裁判法的范围内，创立自己的风格，在场上应潇洒自如，风度翩翩，始终给队员、教练员、观众一种美感。

第三节 篮球裁判员的身体素质

现代篮球比赛强化水平日益增长，不断朝着高速度、高优势和高技巧的方向发展，对抗愈来愈激烈，有数据表明，在近10年中，一场篮球比赛攻守转换的数量增加了2—8倍。特别是篮球规则的变化，教练员对积极的攻、守战术形式的探索及运动员对新技术动作的掌握，导致了进攻时间的缩短和比赛速度的大幅度提高。因此，对篮球裁判员的身体素质也提出了更高的要求。特别是裁判法中，明确要求临场裁判必须积极移动，从第一分钟起到最后一分钟止履行自己的职责，在快速的移动

中，及时地占据最佳观察位置，对瞬息间发生的违反规则的行为做出及时、准确的判断。“跑不动的腿等于看不清的眼睛，”一位国际篮球裁判的权威人士所说的这句话是十分有道理的。一场激烈的篮球比赛，裁判员大约要用100米的速度跑2000—2500米，由此可见，没有旺盛的精力和良好的身体素质是无法胜任的。篮球裁判只有加强自我身体训练，提高身体素质，才能适应现代篮球比赛裁判工作的需要。

从我国篮球裁判员身体素质水平的实际情况看，一个篮球裁判员在平时应进行包括速度、耐力、灵敏和起码的力量在内的身体素质训练，赛前15天就开始。

一、发展速度训练可采用的方法

1. 30米加速跑。

2. 50米加速跑。

3. 球场对角线的加速跑。

4. 30米往返跑。

5. 各种不同距离的变速跑。

二、发展耐力训练可采用的方法

1. 每天早上应坚持跑2000—3000米。

2. 每周可安排1—2次越野跑。

3. 综合性练习

一般练习跑：12分钟，休息5分钟，再跑12分钟。

三次5分钟间歇跑：跑5分钟，走1分钟。

三、发展灵敏性训练可采用

1. 各种徒手操。

2. 听、看信号做出各种反应，如听、看信号做起跑、快速跑练习或变向跑练习。

3. 用栏架或障碍进行跑的综合练习。

四、发展力量训练可采用

1. 俯卧撑。

2. 仰卧起座。

3. 收腹举腿。

4. 各种器械的练习。

第四节 篮球裁判员的心理素质

现代篮球运动，不仅要求运动员有良好的生理素质。同时，对一个篮球裁判员来说，也同样需要具备良好的心理素质。事实证明，心理素质较高的裁判员，无论在任何复杂、困难的情况下，都能保持清醒的头脑，承受各种压力，稳定情绪，不受外界干扰（包括运动员、教练员、观众的干扰），坚信自己的能力，使比赛始终在自己的掌握下进行。而对于那些心理素质较差的裁判员来说，在激烈的比赛中，由于受各种因素的干扰，往往会出现紧张、不稳定、反应迟钝、失误较多、宣判不准的现象或出现不敢吹、不敢管、无法控制整个比赛的被动局面，使整场比赛出现许多不该出现的问题。因此，对裁判员进行心理素质的训练是十分重要的，要想成为一个优秀的裁判员，不在心理上进行必要的训练，也是徒劳的，过去我们往往忽视了这个问题，最近几年中才逐渐引起裁判界的关注和重视。

裁判员的心理素质训练，主要是以自我训练为主，归纳起来，大致可以从以下几方面进行：

1. 多观察运动队的比赛训练，了解运动员的心理状态。

2. 加强思想素质的提高，端正临场动机，坚持原则，秉公执法。

3. 注意自己的仪表、举止，任何时候都要给人一个好的

印象。

4.精通规则，熟练的掌握、运用裁判法，熟悉篮球技、战术。对临场中随时要有预见性。

5.学会自我暗示，始终保持清楚头脑和自信心，要坚信自己的能力，要敢于控制局面，不手软、不怯场。对场上已出现的错判，不要想得过多，应尽快忘却，下决心以公正、准确的判断，迅速赢得运动员、教练、观众的信任。

6.加强意志磨练，在外界干扰中要稳定，不受影响。

7.多实践、多总结、多听取各种不同意见，多学习优秀裁判的先进经验，多观摩优秀裁判员的临场工作。不断积累临场的经验，提高自己的技巧水平。

第二章 篮球裁判员的工作方法

篮球裁判员的工作方法是指篮球裁判员在比赛期间根据竞赛规则的规定和精神实质进行工作的程序、措施和正确处理临场中各种问题的具体办法。熟练、准确地掌握这些方法,不仅保证了篮球竞赛工作的顺利完成,而且也反映了一个篮球裁判员的业务素质 and 裁判技巧,它是裁判员全面、熟练地掌握和运用规则的结晶,对各级裁判员都具有十分重要的意义。

第一节 裁判长的工作方法

篮球竞赛一般设裁判长一人,副裁判长二至三人。裁判长在竞赛部门的直接领导下,主要负责整个比赛期间的裁判工作,是竞赛裁判工作的组织者与领导者,在竞赛中起着十分重要的作用。

一、裁判长的基本要求

1. 裁判长应有高度的事业心和责任感,具有严肃认真的工作作风。

2. 裁判长应具有公而忘私的高尚品德,要做到不徇私情,不诱于鉴,公正廉洁。

3. 裁判长应有做艰苦细致的思想工作的耐心,能戒骄纳言,虚怀若谷,将相之和时时在身,团结同志,坚持量才录用的原则。

4. 裁判长应具有全面掌握竞赛业务的能力,熟悉规则,精通裁判法,并具有较丰富的临场裁判工作经验和具有与竞赛规

模相应级别的裁判等级。一般来讲，全国性的篮球比赛由国家级以上的篮球裁判员担任正、副裁判长；省级或相当于省级的比赛应由一级以上的篮球裁判员担任正、副裁判长；县级或相当于县级的比赛应由二级以上的篮球裁判员担任正、副裁判长。

5.裁判长还应较全面地了解竞赛制度，掌握各种竞赛制度的编排方法，会制定和使用各种表格，如裁判员临场安排表，比赛场次统计表，成绩记录表等。

二、裁判长的分工与工作方法

裁判长全面负责整个比赛期间的裁判工作；副裁判长协助裁判长做好工作或按照分工、分管某些具体事务，如组织裁判员学习，整理规则统一意见，负责裁判员生活纪律管理，负责记录台裁判工作人员的学习与管理等。

裁判长的主要工作内容与方法：

1.提前到会，熟悉比赛有关情况，拟定裁判员的学习计划和工作计划。

制定学习计划内容应根据竞赛要求与裁判员的业务水平的高低相一致，要切合实际。一般应包括规则要点，裁判法中有关分工配合、临场实习任务安排、记录台工作以及有关竞赛文件等。

2.组织裁判员进行学习和实习，讨论研究竞赛规则和裁判法，讲解疑难问题，对规则精神及提出的问题求得统一认识、统一要求、统一尺度，认真、充分做好竞赛的业务准备工作。

要重视和加强实习，使裁判员在较短的时间内熟悉比赛环境。进一步默契配合方法。裁判长通过观察，及时了解和掌握裁判员的业务水平，发现问题（如犯规尺度，违例判罚的失误，裁判法执行的情况，以及临场工作中的有关要求），及时纠正、提醒，尽快改正，力求在复杂紧张的比赛中的组织最佳的裁判工作方案。