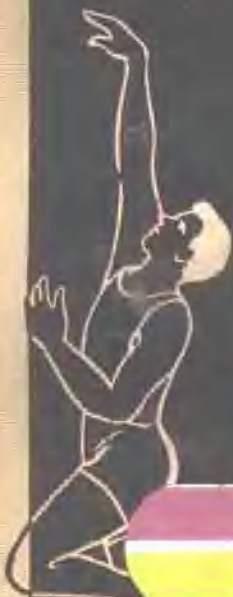


# 籃球裁判法研究

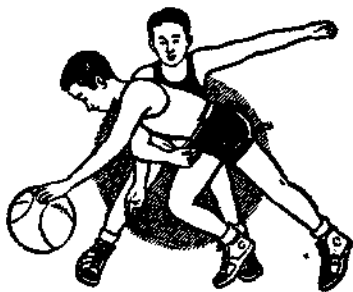


張長清著

上海北新書局出版

# 籃球裁判法研究

張長清著



上海北新書局出版

# 籃球裁判法研究

定價 4,700 元 • 字數 57000 字

著者 • 張長清  
印刷者 • 大新印刷廠  
出版者 • 北新書局

上海復興中路五四一號

一九五三年十一月印刷      一九五三年十一月初版

印數 • 0001—3000 冊

總發行      通聯書店

上海九江路二九五號

## 前言

解放後，體育教育交還了人民，人民有權利、有條件從事體育活動了。毛主席號召「健康第一」、「開展體育運動，增強人民體質」、「身體好，學習好，工作好」我們爲了祖國的建設及安全，有義務參加體育活動。練好我們的身體，培養優良的品質，以從事於建設祖國、保衛祖國。

籃球運動能鍛鍊人的耐力、體力、速度、彈力、機敏等能力及培養人的機警、勇敢、果斷、頑強、組織性、紀律性等優良品質，是一種非常有價值的體育運動；而且在我國尤爲廣大人民羣衆所愛好，已有其廣泛的基礎。今後應更加普遍的推廣及在普遍的基礎上提高。

自從蘇聯籃球隊來中國後，給中國的籃球運動帶來了新生。使我們明確籃球的發展方向，使我國學習了先進的鍛鍊方法及改變了以前錯誤的認識與打法。兩年來籃球水平是提高了，這就促使着與籃球運動不可分割的籃球裁判法也應該提高，以協助籃球運動

的進步。因為籃球裁判工作，是為籃球比賽服務的，裁判法與規則的改進，是要提高運動的本質，使這項運動能更好的發揮它的鍛鍊強健身體、培養優良品質的作用。

著者在工作中，獲得了一些籃球裁判的知識和經驗。根據一九五三年中華全國體育總會審訂的籃球規則及一九五三年全國球類比賽大會籃球組對規則的解釋，並參考了一些書籍，以研究的態度寫成了這本「籃球裁判法研究」，供獻給籃球運動的愛好者參考。但是有的在球場上可能發生的情況及處理辦法，在規則上沒有明確規定，我們根據規則精神及我們的知識和經驗，主觀的提出了判決及處理方法，這只能認為是我們的見解。

此外，在每一章後面，均提出了一些問題，供籃球運動愛好者研究。並希提出意見，以便修正及補充；這是很必要的，也是我們很企望的。

著者一九五三年於天津

# 目錄

前言	一
第一章 籃球規則和裁判法	一
甲 研究籃球規則和裁判法的重要性	一
一 可助開展籃球運動提高技術	一
二 有教育作用	二
三 保護運動員的安全	二
四 能使裁判員充份合作	三
乙 研究規則和裁判法的態度與方法	三
問題	七
第二章 裁判員	九
甲 具備的條件	九
一 要有教育家的修養	九

二	要熟習規則	九
三	有豐富的經驗	〇
四	有強健的身體	〇
五	要公正、果斷、客觀、自信	一
乙	克服不必要的行動和表現	一
丙	裁判員的服裝及用品	二
問題		三
第三章	裁判員的準備工作與檢查工作	五
甲	事前準備	五
乙	開始前的準備	五
丙	比賽前的檢查工作	六
問題		八
第四章	一人裁判法和二人裁判法	九
甲	一人裁判法	九

乙	二人裁判法	二二二
丙	二人裁判的分工	二二六
丁	鳴笛方法與分工	二二八
戊	裁判員的位置交換	二三〇
	問題	三三二
<b>第五章 比賽前、比賽開始及終了</b>		
	比賽前、比賽開始及終了	三三三
甲	隊員進場	三三三
乙	裁判員進場與比賽開始	三三五
丙	前半時結束	三三六
丁	後半時開始	三三八
戊	第一與第三節終了和開始	三三八
己	比賽終了	三三九
	問題	四〇



第六章 比賽平局、棄權及被迫停賽……………四二

甲 比賽平局……………四二

乙 棄權……………四三

丙 被迫停賽……………四四

問題……………四五

第七章 侵人犯規、技術犯規和罰球……………四六

甲 宣判侵人犯規及罰球的程序……………四六

乙 宣判技術犯規及罰球的程序……………四七

丙 宣判犯規和罰球時注意事項……………四八

丁 罰球次數的處理……………五二

戊 侵人犯規……………五四

己 技術犯規……………六八

問題……………七〇

第八章	違例的宣判與運球和帶球跑	七三
甲	宣判違例及擲界外球的程序	七三
乙	宣判違例應注意的事項	七四
丙	兩次運球	七四
丁	帶球跑	七七
	問題	七九
第九章	三秒區違例和後場十秒違例	八一
甲	三秒區違例	八一
乙	後場十秒違例	八四
	問題	八五
第十章	球回後場	八七
甲	球回後場	八七
	問題	九〇

第十一章	球出界和擲界外球	九二
甲	球出界	九二
乙	擲界外球	九四
	問題	九六
第十二章	爭球和跳球	九八
甲	宣告爭球與執行跳球的程序	九八
乙	爭球	九九
丙	跳球	一〇〇
	問題	一〇三
第十三章	暫停與隊員替補	一〇四
甲	暫停、替補和比賽重新開始的注意事項	一〇四
乙	暫停	一〇五
丙	隊員替補	一〇七

問題.....一〇九

第十四章 擲中與罰中.....一一〇

甲 擲中與罰中.....一一〇

問題.....一一二

第十五章 計時員、記錄員注意事項.....一一四

甲 計時員注意事項.....一一四

乙 記錄員注意事項.....一一八

問題.....一二一

# 籃球裁判法研究

## 第一章 籃球規則和裁判法

### 甲 研究籃球規則和裁判法的重要性

#### 一 可助開展籃球運動提高技術

籃球運動技術的提高，除去用科學方法訓練以外，籃球規則和裁判法的改進，也是提高技術開展運動的重要環節。裁判員在場上的一切判斷，都要根據規則。執行規則的正確與否，能夠直接影響運動員和觀眾。裁判員若對規則欠熟悉、裁判欠正確，就會限制了運動員合法的活動和技術的發揮，同時亦能減低比賽的效果。若裁判員對規則有精細的研究，能夠充份的正確的掌握規則和規則的精神來執行裁判，不但可以增加運動員更多的活動和方法，技術也會得以充份的發揮和改進。能使比賽進行得熱烈緊張，對羣

衆的認識上也起着啓發作用，因而有助於運動的開展。

## 二 有教育作用

籃球運動是爲革命事業服務的。參加鍛鍊的運動員，不僅要有強健的體格，還要通過比賽來培養優秀的革命品質。裁判員正確的執行規則、對舉動粗暴、投機取巧、組織性、紀律性不好的運動員，能給以糾正和教育；同時也鼓勵了有優秀品質的運動員的正確活動。

## 三 保護運動員的安全

研究裁判法，對運動員不合法的行動，能有清晰而及時的判斷，可以減少比賽中不應有的糾紛和消除帶有傷害性的犯規，對運動員的身體起保護作用。

#### 四 讓使裁判員充份合作

研究裁判方法，可以減少裁判工作中不能照顧全面的缺點，使兩人分工合作的方法變得更精細，以減少運動員取巧犯規的機會；使比賽進行得更圓滿，並能啓發羣衆的認識，提高其愛好該運動的熱情。籃球運動最初是單人裁判，進而變爲雙裁判制，這說明了裁判方法一定要適合比賽的需要。近來國際比賽中實行二人交換位置的辦法，是裁判合作更進一步的證明。

#### 乙 研究規則和裁判法的態度與方法

(一)首先是個人要認真研究規則，這是一個重要的基礎，並要從實際比賽中發現問題。

(二)僅有個人主觀的努力還是不夠，還要集體互相研究，要虛心地誠懇地提出問題來加以討論，及用問答的方式去熟識規則。

(三)要從實際工作中虛心學習，多參加裁判工作，將理論貫徹到實際工作中去。工作後要作自我檢查，並聽取別人的意見，作分析和研究，從實踐中得以改進。

(四)要多參觀比賽，學習別人的裁判方法，並對犯規違例等與其他問題的處理，要集中注意力去觀察，對於當時情況自作裁判，再與當時的裁判作一比較，以鍛鍊自己，然後在工作中去運用。

(五)要在練習比賽中實習裁判。宣判後如對宣判有懷疑時，可向該隊員詢問，以證實判斷是否正確。如判斷正確，可加強信心；如判斷不當，可改正錯誤。

(六)在練習比賽中也可由四人作裁判。二人作練習裁判，另二人在後協助。如練習裁判對場上情況觀察不到、或認識不清時，協助裁判即可鳴笛；如練習裁判，裁判錯誤時亦可予以糾正。

(七)在練習比賽中實習裁判時，可另由數人在場外觀察，對一般無疑義的判斷可不必討論。如發現情況複雜自己不能肯定時，即停止比賽與場外觀察人討論。

(八)對裁判員活動的路綫也應練習。可由數人在場內作攻守活動，裁判員隨比賽重



心而轉移，以求得能將比賽重心夾在二人當中。此外對跳球、罰球、擲界外球也應各自選定適當的位置。

(九)裁判員應有意識的練習旁視法，以擴大觀察的面積。可由隊員六人在半場內比賽，以助裁判員練習在較大的面積內、對有球或無球隊員的行動，全能照顧的能力。

(十)對鳴笛、宣告和手號，平時應練習純熟，養成隨着鳴笛宣告能立即作出正確手號的習慣。笛聲要有長短高低的區別，以適應場內的情況。宣告宜用術語，要清楚響亮。手號要正確熟練，與判決相符。練習方法：由二人作出違例犯規等動作，練習者要及時鳴笛宣告並作手號。

(十一)跳球時的拋球技術也要在平時練習，應先將球高舉以縮短球向上距離。這樣可以防止球被跳球者所阻及跳球者起跳過早。拋球時身體重心置前足上，後足尖點地。拋出的球應超過跳球者跳起的高度，並能與地面成垂直，球出手後應疾退。

(十二)對前場三秒鐘、後場十秒鐘、罰球十秒鐘和擲界外球五秒鐘時間的計算，應力求準確，過快過慢都能影響比賽。裁判員平時可對照碼錶練習，自己能對時間長短產