

普通高校大学生篮球裁判员培养方式初探

王 鹏

厦门大学体育教学部, 福建 厦门

收稿日期: 2022年5月1日; 录用日期: 2022年6月2日; 发布日期: 2022年6月9日

摘 要

篮球运动是高校体育的重要组成部分, 学生裁判在其中起着至关重要的作用, 但目前普通高校大学生篮球裁判员普遍整体水平较低, 不能满足校内、外比赛的要求。为保证校园篮球顺利开展, 培养一支优秀的普通高校大学生篮球裁判队伍就显得尤为重要。本文通过从组织裁判等级培训、开设裁判课程、协会培训等多种模式相结合, 不间断地对普通高校大学生进行培养来提高篮球裁判能力, 促进高校篮球运动整体水平的发展与提高。

关键词

普通高校, 学生篮球裁判, 培养

Discussion on the Training Methods of College Students' Basketball Referees in Colleges and Universities

Peng Wang

Physical Education Department of Xiamen University, Xiamen Fujian

Received: May 1st, 2022; accepted: Jun. 2nd, 2022; published: Jun. 9th, 2022

Abstract

Basketball is an important part of college physical education. Student referees play a vital role. However, at present, the overall level of college basketball referees is generally low, which is unable to meet the requirements of competitions inside and outside the school. To ensure the smooth development of campus basketball, it is particularly important to cultivate an excellent basketball referee team of college students. In this paper, the author tries to organize the training of referee grade, set up referee courses, organize association training, etc., combining various modes to con-

tinuously train college students to improve their basketball refereeing skills to promote the development and improvement of college basketball.

Keywords

Colleges and Universities, Student Basketball Referee, Training

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在国家颁布的《全民健身计划(2016~2020年)》《国务院办公厅关于加快发展健身休闲产业的指导意见》《“健康中国2030”规划纲要》等一系列文件中,篮球运动是被要求大力开展的竞技性强、普及面广的运动项目之一。对高校学生养成终身体育锻炼习惯有着重要意义。

篮球运动是高校体育中的一个相当重要的组成部分,深受大学生群体的喜爱,拥有着数量巨大的爱好者。从入学开始的“新生杯”,再到毕业的“欢送杯”,以及“宿舍杯”、“班级杯”、“年级杯”、系联赛、院联赛、甚至校际间的比赛,学校篮球场上经常如火如荼地进行各种各样的比赛。比赛数量的增加,对篮球裁判员需要的数量也随之增加。同时,有身体接触的比赛,或多或少就会有冲突发生。水平越接近、越到比赛的最后阶段,对抗就会越激烈,这对裁判的执裁水平也提出了更高的要求。由此可见,高校普遍急需一支具有一定裁判知识和执裁能力的大学生篮球裁判员队伍。因此,培养出一支优秀的高校大学生篮球裁判员队伍对高校篮球运动的发展就有着十分重要的意义。

2. 组织晋升裁判等级培训

高校拥有的标准篮球教学设施可以为培养高校大学生篮球裁判员提供良好的平台。因此,可以由学校体育教学部门牵头,学校篮球协会与体育局(篮球协会)合作在校园内组织进行晋升篮球二级、三级裁判等级培训班(考试)。使学校的篮球裁判工作得以更加顺利地进行。

2.1. 组织报名

学校篮球协会可通过各院系体育部部长组织具有一定篮球基础并对篮球裁判感兴趣同学来报名参加裁判等级培训,主办单位应为报名的同学尽早提供获得学习材料的渠道,并让同学们关注“中国篮球裁判”公众号,先期自行对篮球规则包括三对三规则、小篮球规则以及裁判法包括二人制裁判法、三人制裁判法、记录台工作等知识进行初步的了解,同时进行针对性的体能训练以能够满足执裁需求。以期在培训过程中能有更好的收获并能顺利通过理论考试、临场考试以及体能测试。

报名裁判等级考试正常情况下是要收取一定的费用,有条件的学校可以为同学们解决部分报名费用,同时对在联赛期间执裁的有裁判级别的同学适当提高比赛裁判补贴。

2.2. 组织学习

学校篮球协会指导老师协助安排好理论教学的教室和临场实践和考试以及体能测试所需的场馆。配合主办方进行培训考核。

培训考核的时间相对较短,因此,学习的内容主要应以裁判知识和执裁能力为主。篮球规则应认真学习。高校学生裁判普遍不足,因此,裁判员手册的学习先期以两人裁判法为主,三人裁判法学习为辅。

2.3. 组织考核

- 1) 理论考试:包含篮球规则、裁判法、记录台工作。
- 2) 临场考试:形象、体能、裁判法、手势、判罚准确率、比赛控制。
- 3) 体能测试(莱格跑):18周岁至30周岁以下,男子86趟,女子66趟。

晋升篮球裁判等级先从三级开始,再到二级裁判。对于通过考试的同学发给相应的等级证书。而对于没有通过考试的同学,可通过进一步的学习和实践使其逐步达到篮球二级、三级裁判员的水平和要求参加下次的裁判等级考试。这样做即可使热爱篮球裁判事业的学生通过学习获得相应的资格认证,也可使学生在今后的执裁中拥有更多的自信。

2.4. 梯队建设

高校体育教学部门与体育局形成长期合作关系,定期进行晋升篮球二级、三级裁判等级培训考试。那么高校中这些具有一定的文化基础、又有篮球运动基础、身体基础的大学生群体,就能通过系统的学习获得裁判等级证书,充实到高校篮球裁判员的队伍中去。这样不但可以进一步扩大篮球运动的群众基础,而且从裁判的数量和质量上保证了学校大量篮球比赛的顺利进行。

同时,通过磨练的裁判员可以在课余时间充实到地方一系列的篮球联赛裁判队伍中去,甚至在其毕业以后对工作的单位和地方的篮球运动也可以做出一定的贡献。另外,有较好的英语功底的大学生裁判,通过不断的学习提升,也可以尝试进入更高层次的篮球裁判员队伍中。从而改善目前篮球裁判员来源较为单一的现状,为篮球裁判综合水平的提高做出一定的贡献。

3. 开设篮球裁判课加强裁判员队伍的培养

以体育课的形式开设篮球裁判课,所设班级可通过学校选课系统或学校篮球协会招募裁判员来进行,参加过裁判等级培训的同学优先,各学院对篮球裁判感兴趣并有一定篮球基础的同学组成篮球裁判班,以体育课的形式,开设于课外活动或周末时间,期末通过考核的同学可获得相应的体育成绩及学分。

3.1. 理论学习

通过理论课对篮球规则以及篮球裁判员手册进行系统地学习,要求同学们能够记忆并理解,以期在日后的临场中能合理运用,同时结合讨论让同学们对在临场实践中碰到的或老师提出的问题探讨、分析,并充分利用“中国篮球裁判网”等多媒体网络现代化手段并建立篮球裁判课微信群对比赛中出现的典型战例进行讨论、分析,充分领会与贯彻规则的精神和意图。

3.2. 实践学习

3.2.1. 裁判员的基本功练习

宣判违例及犯规时首先要做到准确、及时的鸣哨,哨声要能表现出裁判员的果断性,吹得快、准、响。同时能做出清晰、大方、有节奏的手势。及时、规范的手势能树立裁判员的威信。对初学者应要求多练习哨声与判罚手势的默契配合、宣判动作与口语的同时配合运用以及宣判后到记录台报告的顺序。只有练好基本功,才能真正做到在临场执法中公正准确、临危不乱。如果不重视裁判基本功练习,就会出现在执裁过程中犹豫、迟钝、宣判手势不够准确,从而出现错判、漏判、甚至是反判等重大失误。

3.2.2. 裁判法学习

对于两人裁判法和三人裁判法,高校可根据现有条件有选择进行,在裁判员组建先期以两人裁判法为主,在裁判员队伍壮大后,同时开展三人裁判法学习。明确裁判员的分工并有良好的配合。

3.2.3. 临场学习

通过课内外的教学比赛,从教师示范“场下带吹法”(指临场实践中教师吹哨,学生在场下跟随模仿教师的各种判罚、哨声、手势进行训练的方法)、到教师带同学“场上带吹法”(指教师与学生同时上场,教师不带口哨,像自己在执行裁判任务一样。学生学员带哨子紧跟教师。当场上出现犯规、违例以及需要判罚的情况时,教师提醒学生“犯规,鸣哨!”或“违例,鸣哨!”,并及时纠正学生错误的判罚、手势与哨声[1])、再到同学相互之间的配合裁判,通过不断的练习。提高临场执裁水平和对比赛的控制。篮球裁判员对篮球比赛的控制,归根到底是对人的控制,是对运动员、教练员、球队现场作人员以及记录台人员的控制。只有将这些相关人员控制在《篮球竞赛规则》和《裁判法》所规定的范围内,发挥他们各自的职责和功能,才能控制好整个比赛的进行和发展[2]。

3.2.4. 记录台工作的学习

课堂应安排充分时间来学习和掌握记录台工作。明确计时员、24秒计时员、记录员、助理记录员、宣告员等人员的职责,学会操作篮球比赛的记录表、掌握比赛计时钟和24秒计时器的操作、把握好暂停和换人时机等等。从而保证比赛的顺利进行。

3.3. 体能练习

现代篮球攻防节奏快,队伍经常采取频繁换人的方式来保持最佳的体能状况和战术要求,裁判员要有足够的体能才能够及时准确的出现在合理的位置,这就对裁判员的体能提出了新的要求。因此,良好的体能是保证裁判员公正执法的重要身体条件!

为了能够满足执裁需求,课堂的体能练习应该通过莱格尔跑来模拟临场的无氧状态,以期达到裁判员体能测试的要求,同时也应保证12分钟跑在3000米左右。

3.4. 心理素质练习

良好的心理素质是指裁判在比赛的执裁过程中要集中注意力、保持情绪稳定、具有强抗干扰能力。是学生裁判迅速判断、正确执裁的前提。高校基层的比赛经常能见到精神紧张、满头大汗的学生裁判员。因为篮球比赛身体对抗激烈,攻防转换迅速,而学生裁判由于经验不足往往过度紧张、胆小、引起思维混乱,过度紧张会限制大脑对于场上犯规信息的认知加工速度,致使其决策反应时间变长,顾虑太多,降低了执裁判罚的正确率[3]。因此,提高心理素质是一名优秀裁判员的必备素质,只有通过不断的练习提高心理素质,才能够提升判罚的稳定性、准确性。

3.5. 课程思政

裁判员的职业道德是运动项目健康发展的基本要素之一,也是运动员同场竞技公平竞争的重要保证。在高校基层篮球比赛活动中,学生裁判员是比赛场上的“法官”,竞赛规程与规则赋予他们很大的权力,而他们的道德水平、执法水平以及判罚的公正、准确与否,都与比赛结果密切相关。因此篮球裁判课程也应该结合课程思政进行,确保学生裁判员以积极、正确的思想和态度力求判罚公平、公正。

4. 学校篮球协会组织培训活动

高校校内最大型的比赛是院系之间的联赛,同学们都非常重视。比赛激烈且偶有冲突发生,而且偶

尔出现不必要的伤病。而裁判员在保证比赛的顺利进行中起了至关重要的角色。

因此, 篮球协会的指导老师应该在比赛前定期组织裁判员进行规则与裁判法的培训学习, 建立学校篮球协会裁判微信群, 要求成员关注“中国篮球裁判”等公众号。首先请没有参加过裁判等级考试和裁判课的同学认真学习篮球规则与裁判法。同时, 通过裁判等级培训微信群、学校篮球裁判课微信群, 共同讨论基层比赛中常见的现象, 比如明星球员现象和女篮比赛的扎堆等现象。加强对规则、裁判法的学习讨论, 进而加深学生裁判员对规则和裁判方法的理解与运用, 为临场裁判提供必要的理论基础。

在裁判员的安排上应当首先确保参加过裁判等级培训或裁判课的同学上场执裁。比较关键的场次可由老师带同学吹, 以老带新! 并在比赛中对同学们进行指导与监督。同时, 在比赛后对裁判工作进行总结, 让裁判员们对比赛中出现的问题以及改进办法做出书面的总结, 一场比一场进步。通过比赛不断地学习、成长。从而确保了学校篮球比赛的顺利进行。

5. 结语

综上所述, 为保证校园篮球的顺利开展, 高校体育教学部门可以长期通过组织裁判等级培训、开设裁判课程、篮球协会培训活动等一系列课内外的学习模式。这些模式即可单独进行, 也可多管齐下、齐头并进。不间断地在校园内培养出一支“会吹哨”、“吹好哨”的大学生篮球裁判员队伍。使同学们经过各种比赛的磨练不断成长, 从而培养出更多、更好的大学生篮球裁判员。这对促进篮球运动发展有着十分重要的意义。

参考文献

- [1] 刘明慧. 对培养篮球裁判员执法能力的探讨[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2005, 23(2): 96-97.
- [2] 陶勇. 我国篮球裁判员对篮球比赛不同状态的控制行为分析[J]. 武汉体育学院学报, 2016, 50(11): 96-100.
- [3] 李大平, 高静宜, 李凤婷. 篮球裁判员紧张情绪状态对判罚决策影响的实验研究[J]. 山东体育学院学报, 2014, 30(3): 72-75.