最新篮球裁判员培训班 篮球裁判员培训心得体会(模板5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

篮球裁判员培训班篇一

本办法所称库区的范围包括：

(二)库区水域内的洲岛、洲滩及湘江长沙综合枢纽工程;

(三)库区水域两岸堤防及堤防背水坡脚向外延伸30至50米(经过城镇的堤段不得少于10米)的地带，无堤防的，历史最高洪水位或者设计洪水位线向外延伸20米的地带。

前款所称湘江支流回水水域具体范围如下：浏阳河从湘江河口至磨盘洲;捞刀河从湘江河口至水渡河坝;靳江河从湘江河口至九江闸坝;龙王港从湘江河口至西二环桥;沙河从湘江河口至谭家巷水闸。

篮球裁判员培训班篇二

一、热爱篮球事业，为提高我国篮球水平做出不断努力，精通篮球规则和裁判方法，严格遵循竞赛规程、规则，坚持“恪守职业道德、公正准确执法”的原则，保证竞赛公平、公正、稳定、有序地进行。

二、裁判员必须贯彻执行党的路线、方针、政策，热爱祖国、热爱体育事业、热爱裁判工作，接受所在单位、所在注册单

位和当地体育局（地方篮协）的领导，积极做好本职工作，正确处理裁判工作和其他工作的关系。

三、积极进取，相互学习、相互尊重、相互支持，不断提高业务水平；有较强的组织观念，认真执行中国篮协所主办的各类型的比赛及全国各省市、行业体协的各项比赛管理规定。接受技术代表和裁判长的领导和管理，服从工作分配，禁止相互攀比执裁场次等，对执裁任务不推卸、不索要，认真完成每一场执裁任务。

四、维护团结，严禁搬弄是非，传播流言蜚语和不利于裁判队伍团结及形象的言论。

五、秉公执裁，，确保公正、准确、统一、一致。对违犯体育道德的坏动作、伤人动作等违规行为，严格按规则和规定进行判罚，为运动队、运动员提供公平竞争环境。

六、如被选派执裁中国篮协主办的比赛，因故不能参加的裁判员须在比赛一周前由所在裁判员管理单位向中国篮协书面请假。未经请假、无故不参加比赛的裁判员，将不再安排本年度的所有比赛的执裁任务。不请假，无故晚于规定时间到达赛区的，不予安排工作，旅差费自理。同一裁判员一年内两次在赛会制比赛中工作请假的，不再安排当年裁判工作，并在主客场赛制的联赛中酌情使用。

七、坚持原则，廉洁自律，禁止裁判员在工作期间与运动队相关人员有私下或者非正当的接触，谢绝运动队一切宴请、馈赠物品及礼品，包括有价证券或高消费娱乐活动；严禁接受超标准酬金；不得无故滞留赛区或进行公费旅游。

八、严禁在赛区饮酒、打牌等活动；严格遵守作息时间安排，参加赛区集体活动不许迟到早退，不得无故外出，外出必须向裁判长或技术代表请假，说明原因。

九、认真开好赛前联系会和赛后总结会，及时总结经验教训，不断提高对规则精神和正确执裁一致性的理解和运用。

十、处理好严格执行规则和保证比赛顺利流畅之间的关系，鼓励球队和运动员打出水平、赛出风格。

十一、坚持身体锻炼，时刻保持良好的身体状况和精神状态。注意个人的形象气质，在特定的场合穿着得体的服装；工作时精神饱满、仪表端正、服装整洁。根据不同比赛的要求，配戴相应等级裁判胸徽。

篮球裁判员培训班篇三

对于篮球裁判来说，对待比赛公平、公正、公开、平等执法非常重要。严肃认真的对待比赛，需熟读篮球规则，吃透规则，才能掌控比赛的判罚。下面说一下初吹篮球比赛的通病，供大家参考，希望对那些初学篮球裁判的有所帮助。

首先得学会篮球球裁判的跑位，基层篮球比赛一般都是两人制的，注意主裁抛球后的进攻方向，副裁变前导马上跑到底线左侧（面对比赛场地），主裁变追踪，待队员进入前场后迅速跑到比赛场地的一号区。注意两个裁判的分工，公共区同时鸣哨，以最近裁判执法为主。在篮球比赛中，初学者要敢于鸣哨，不要怕错，每个人都有第一次的，要敢于犯错，练自己的胆量，多吹几次就好了。基层篮球犯规比较多，这就需要篮球裁判吃透篮球规则，有的犯规是没必要吹得，影响比赛流畅性，而有的犯规必须要严厉处罚，以严，让他们知道下次再这样就要处罚的，还有就是看准犯规的第一时间鸣哨，初学者的通病就是打手势比较快，有时容易犯错。比如进攻方向，球出界等，打手势一定要慢，自己思思想想。基层篮球一般都是上下半场，下半场一定要吹严一点，每个队都想胜利，下半场身体接触相当多，吹得松一些，就比较容易产生冲突。

通过吹一些比赛树立自己的信心，场上比赛瞬息万变，自信心是篮球裁判的精神支柱，是不可缺少的心理品质之一。有了自信心，才能在比赛场上应变自如，处变不惊。两个裁判一定要相互联系，相互信任，做到既有分工又有合作。不强哨，不漏判，让靠近犯规及违例地点的裁判来判定，力求在自己的区域不漏判，不该判同伴的判罚。

当然，自己也是菜鸟一个，篮球制裁技能还需进一步提高，希望通过吹一些比赛来提高自己，希望大家共勉。

[篮球裁判员工作总结范文]

篮球裁判员培训班篇四

经过很久的篮球课的学习，我学习到了很多有用的技术与技巧，篮球水平有了很大提高。下面是经过学习，我在打篮球方面的一些心得体会：

一、传球中应注意的问题：

1、要注意全队的进攻配合，在自己持球的位置要预感到可能发生的进攻配合和机会。

2、尽量提前观察到每个潜在的接球队员和防守队员的情况。

3、传球要到位，要会用球领人，尽量做到球到人到，一般情况是把球传到同伴远离防守一侧的位置，传球要及时。

二、接球中应注意的问题。：

1、在本队战术要求的范围内，积极移动迎前接球寻找理想的接球角度。

2、结合传球队员有要求的信号，要能控制较大的接球范围给

传球队员安全感。

3、接球的同时要尽快地与下一步的进攻动作衔接好。

4、接球的瞬间要利用来球的惯性，使球“粘”在手上。

三、投篮中应注意的问题：

1、必须是先清楚自己与投篮的距离和角度，坚信能够投中篮。

2、要判断防守者的情况，要有突然性，掌握投篮时机。

3、尽量按照自己习惯的节奏，要把注意力集中在投篮的动作和投篮目标上。

4、应以打篮板投篮为好。

四、运球中应注意的问题：

1、始终将球保持在自己所能控制的范围内要远离防守者的手运球。

3、应学会左右手都能运球，能传球时尽量不运球。

4、不要向队员聚集的区域运球，离边线和场角区域远一些。

5、运球中要掌握好节奏，不仅要有方向的变化，而且应有速度快慢的变化。

6、运球中没有好的传球机会时不要停止运球，以免被对方夹击抢掉球或造成5秒违例，尤其紧逼时更是如此。

五、持球突破时应注意的问题：

1、运用持球突破时，要与投篮和传球相结合。

2、对反应快，移动灵活的防守者可多利用假动作，对反应较慢，移动能力稍差的防守者可多用突破的起动突破防守者。

3、突破前的重心要低而稳，突破时要敢于帖近防守者，进行合理的身体接触。

我不仅学会了如何规范地掌控篮球，而且学到了这个运动所体现的深层次的文化和精神。

1、篮球运动教会我们重视规则

2、篮球运动能够提高我们的心理素质

3、篮球运动能够培养我们的团队意识和协作能力

4、篮球运动能够提高个人能力

5、篮球运动让我们更健康

6、打篮球能够增进我们之间的交流

篮球裁判员培训班篇五

一回到家，我真想倒头便睡，谁让我累得上气不接下气，中间差点断了气，想知道怎么回事，就继续往下看。

今天下午，我来到操场，进行篮球训练，唉，谁让我是篮球训练中的一员了。教练看我是个新手，就让我在旁边看他们锻炼，首先教练让他们训练空中接力。龙波把球投在篮板上，球落下时，把球在空中接住，在投到篮板上。但是，把球投在篮板上时脚不能落地。之后，教练又教我们‘滑步’，是拦人时的动作，手张开，腰挺直，腿像马一样张开。我们九个队员在跑，被训练篮球的女生看见了，她们说我们是新学走路的小螃蟹，我气得火冒三丈，想冲出去海扁她们一顿。

但是，他们的人比我们的人多，值得忍气吞声，终于走完了三圈，一个个累得筋疲力尽，坐在地上不想起来，我又掏刘扬的球，他左运一下右运一下，搞得我晕头转向，又去掏时，被跌了一跤，表烂了，回去要挨骂。

不说了，我还是想想表烂了怎么交代。