

足球比赛中裁判员跑动与选位的培养

作者：西华师范大学 陈业

[摘要]在足球比赛中，裁判员积极的跑动、恰当的选位是提高控制比赛能力及判罚准确性的前提和保证。因此，裁判员必须了解和掌握在不同战术情况下的跑动路线，抢占有利的观察位置。必须经常参加裁判工作实践，通过不同场合或不同级别的比赛，掌握跑位和判罚的规律，做到判罚准确。从而不断提高裁判水平，以适应现代足球比赛发展的要求。

[关键词]足球裁判员；跑动；选位

裁判员是比赛的组织者、领导者、执法者。现代足球运动发展对裁判员的工作提出了更高的要求，责任更为突出。他要为提高比赛质量，促进技、战术的发展，保护双方运动员的健康尽职尽责。为了做到这一点，裁判员必须提高控制比赛的能力及判罚的准确性。而积极的跑动、恰当的选位是提高控制比赛能力及判罚准确性的前提和保证。

一、现代足球运动对裁判员跑动与选位的要求

1、持久的耐力

裁判员除了一般耐力之外，还必须具有良好的速度耐力，现代足球攻守转换频繁，需要裁判员连续往返的冲刺，如果没有良好的速度耐力是难以紧紧跟随球的路线变化。同时，在紧张而激烈的比赛中往往容易产生疲劳，致使注意力分散，影响判罚准确性。

2、跑动迅速

现代足球突出的特征是“快”，队员的跑动速度以及比赛中攻守转换速度加快，双方争夺激烈程度提高，争夺过程缩短，客观上会造成犯规次数增多、犯规动作幅度缩小、犯规动作隐蔽性强且瞬间掠过等新情况，这种情况对裁判员速度的要求也相应提高。如果裁判员没有良好的速度素质，不能跟随球的运动路线变化及时到位，就不能选择恰当位置进行观察、判断，往往造成在关键时刻或关键问题上失误，出现不必要的纠纷，影响比赛顺利进行。

3、预见准确

足球比赛中裁判员跑动抢位的依据是球的移动。裁判员跑动方向、起动时间的选择总是依据球的移动而移动，是被动的，一般跟不上球的运行速度。怎样变被动为主动，这就要求裁判员要提高预见的准确性，也就是说裁判员要预见球的发展方向，提前跑动，如果提前 0.5 秒，裁判员就可以提前跑动几米，还有通过对双方运动员技战术水平运用情况，球势发展的准确分析和有效预测，争分夺秒地提前跑动赢得合理判罚，这样，裁判员的跑动就可以变被动为主动。

4、选位恰当

在裁判员与球保持适宜距离的情况下，不等于裁判员就一定能看清楚双方运动员的动作。在比赛中经常出现这种情况，有时观众在看台能清楚看到运动员的犯规动作，而裁判员还没有看到，显然是裁判员选位不当，由于双方队员的重叠影响



了裁判的视线，影响了裁判员的观察。所以，裁判员的选位十分重要。

二、跑位方法与跑动路线

1、裁判员跑位方法

裁判员的跑动方法分为正面跑、侧面跑、倒退跑。不论采用哪种跑动方法，其基本的要求是始终面向球，因为双方队员争夺的焦点是球。一般情况下，裁判员在球的进攻方向后面时采用正面跑；裁判员在球的进攻方向前面时采用倒退跑；裁判员在球的进攻方向侧面时采用侧向跑。由于场上情况变化无常，裁判员的跑动方法也要随之变化。在比赛进行中，裁判员的活动是以球为中心的紧随进退的，虽然现代足球比赛战术打法多种多样，但进攻形式都是通过中路进攻、边路进攻和转移进攻，最后突破防线达到射门的目的。因此，裁判员必须了解和掌握在不同战术情况下的跑位方法，抢占有利的观察位置。

2、裁判员各种跑动路线

足球比赛的裁判工作是由一名裁判员、两名助理裁判员（巡边员）及第四官员担任。足球比赛场地大、时间长、人数多、变化快，为适应比赛的需要，裁判员不但要能跑，而且还要会跑。根据目前国内的不同跑动路线可以归纳为四种：大S形跑、跟踪跑、小S形跑和直线跑。现在各队都有自己的技术风格与战术特点，应变能力也很强，他们往往在比赛中根据不同对象改变自己的打法。因此，裁判员不能一成不变地采用一种跑动路线来执行一场比赛，裁判员也应具有应变能力，根据不同的打法与特点，采用不同的跑动路线。例如，某队采用长传为主的打法，裁判员可以采用直线回小S型跑；某队以短传为主，稳扎稳打，层层推进，裁判员可以采用跟踪跑等。

三、跑动与选位的有效性分析

提高识别能力和预见性，离不开准确的观察。准确的观察离不开跑动与选位。因此，积极的跑动和恰当的选位是提高判罚准确性的重要条件。一个裁判员要在7000平方米的足球场面对各种犯规进行合理判罚，必须有良好的身体素质和充沛的体力。凡是裁判员体力下降，该跑不跑、该冲不冲、跟不上球的运行，势必出现错判、漏判、甚至反判。但是，我们不能只满足于多跑，还必须学会选择有利于判罚的正确跑动路线和观察角度，掌握各种跑动姿势和方法。因此，裁判员在场上不但要能跑，更要善跑。

四、裁判员在抢位时应注意的问题

1、比赛进行中抢位

比赛进行中的抢位一般出于两种情况：一是当某方转守为攻，即将打动进攻的刹那，裁判员应迅速观察控球队员的意图。如以传球方式发动进攻，应抢在球被传出前，以快速的冲跑抢到球前适当位置，准备进一步转换位置；若控球队员以快速运球寻找进攻机会时，裁判员可待其运球方向明确后，从球的后面绕过，进行抢位。当攻方采取短传渗透时，可随球移动，在球侧后方保持适当距离；若攻方队员进行快速反击和进行长传快攻时，裁判员要抓住球在空中运行的时间，快速向落点附近靠近，并密切注视落点附近双方队员的活动情况。当球即将被队员接控的刹那，跑动速度要放慢，以敏锐的视角反应做出判断。若发现队员接控时，有对方进行干扰或争夺时，应迅速向球运行方向的侧向移动，变抢位为选位以取得有利位置；如果接球人附近无人争抢或接控后摆脱对手，裁判员应该停止向球跑动，以窥视控球队员的意图，预见比赛的发展继续进行抢位。

2、比赛成死球时候的抢位

一般来讲，从死球出现到重新恢复比赛都要暂停一段时间，裁判员在判罚以后，只要双方已经明确发球方向，就应抓紧在球尚未发出的片刻积极进行抢位，以便从容地跑到自己预见可能传出球的路线上或落点附近，观察判断双方运动员范围来球可能发生的各种争抢动作。



3、裁判员在选位时应注意的位置

选位是使裁判员能够观察清楚,判罚准确的前提。选位是已经抢到位或者正在抢位的过程中,通过位置的积极调整以取得最佳的视觉角度,目的在于能清晰看到攻守对抗中各种争抢动作的事实真相,为进一步识别动作创造条件。

总之,裁判员除了要经常不断进行身体训练,保持充沛的体力外,还必须经常参加裁判工作的实践,通过不同场合或不同级别的比赛,掌握跑位和判罚的规律,做到判罚准确,从而彰显裁判员的作用和形象;通过理论和实践的结合,不断提高裁判水平,以适应现代足球比赛发展的要求。

[参考文献]

[1]足球竞赛规则与判法分析[M]. 北京:人民体育出版社,2002

[2]足球竞赛规则 2004[M]. 北京:人民体育出版社,2005

[3]现代足球[M]. 北京:人民体育出版社,2000

[4]赵毅华等《试析足球比赛节奏》[J].武汉:武汉体育学院学报,2004(7)

[作者简介]

陈业,西华师范大学助教。

