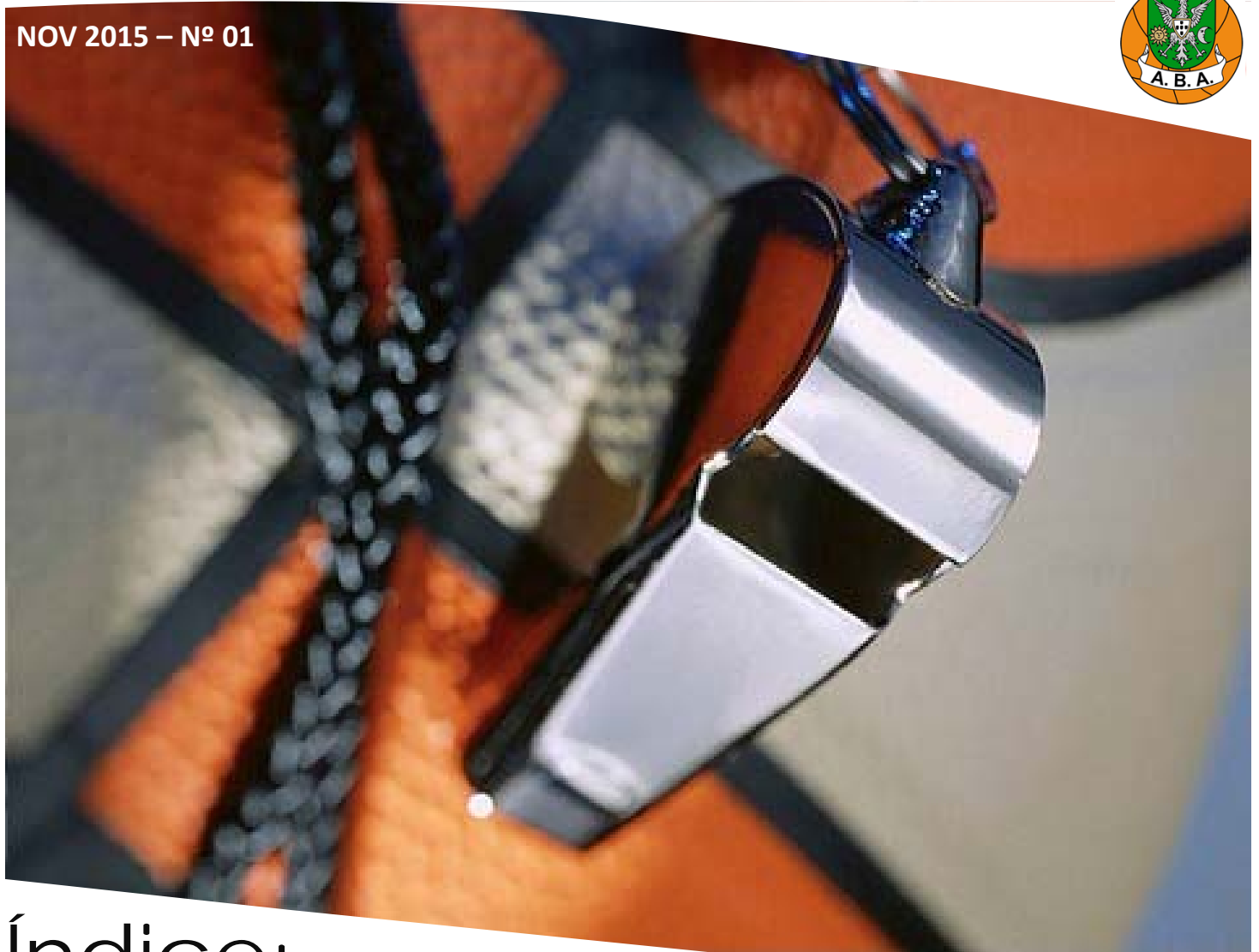


ARBITRAGEM

“Árbitro ou Oficial de Mesa ... Uma forma diferente de jogar Basquetebol”



NOV 2015 – Nº 01



Índice:

PAG. 2 CONCENTRAÇÃO

PAG. 3 CRITÉRIO

PAG. 4 COMUNICAÇÃO

PAG. 5 CONSISTÊNCIA

ASSOCIAÇÃO DE BASQUETEBOL DE AVEIRO

“JUNTOS SEREMOS MAIS FORTES”

ESTÁDIO MUNICIPAL DE AVEIRO

RUA CONDESSA DE TABOERA

PISO 0, LOJA 3

3804-506 - AVEIRO

TELEFONE: 234 424 655

geral@abaveiro.pt



CAD AVEIRO:

DR. PAULO ALMEIDA

HUGO SILVA

JORGE MARQUES

BRUNO SÁ

DIOGO BASTOS

TODOS AQUELES QUE PRETENDAM
CONTRIBUIR COM COMENTÁRIOS,
DÚVIDAS OU CONSIDERAÇÕES DE
ARBITRAGEM, PODE ENVIAR PARA:

arbitragem@abaveiro.pt

www.facebook.com/CAD Aveiro

CONCENTRAÇÃO

Muito importante no bom desempenho da EQUIPA DE ARBITRAGEM!

Toda a equipa de arbitragem à chegada ao local da competição deve dedicar-se com empenho no seu trabalho Efetuar o seu melhor trabalho de acordo com as regras de jogo.

A concentração constante é essencial e nunca deve diminuir de intensidade. Enquanto um jogador tem a oportunidade de reduzir a sua concentração quando não está diretamente envolvido no jogo (quando está no banco por exemplo) a equipa de arbitragem nunca pode relaxar, mesmo durante as interrupções do jogo e/ou descontos de tempo para as equipas. Devemos, portanto, nos preparar para todas as situações.

A concentração não é inata em cada um de nós: De facto, tal como as capacidades físicas podem ser apuradas, o mesmo também se pode fazer com as psicológicas. Os árbitros mais eficazes não nascem com um conjunto completo de competências psicológicas. O que se passa é que as suas capacidades de concentração, relaxamento sobre pressão, confiança e relacionamento com os colegas de equipa são sistematicamente repetidas e praticadas. Dado que estas qualidades são de facto competências, elas dissipar-se-ão tal como as capacidades físicas se não forem trabalhadas.

Deste modo, parece necessário uma combinação adequada tanto de competências mentais como de capacidades físicas para se ser um árbitro superior, sendo que as ultimas poderão ser as mais importantes.

A concentração diminui no final da jogo com o aparecimento da fadiga para os árbitros por causa do esforço físico, mas também para os oficiais de mesa, por causa da excitação dos dois últimos minutos de jogo e face as tentativas legítimas das equipas para parar o relógio, nomeadamente através dos pedidos de desconto de tempo e/ou substituições, juntamente com inúmeras faltas cometidas no espírito do jogo.

Situação que ocorre com frequência, sendo um dos erros das equipas de arbitragem, é diminuir a concentração quando uma das duas equipas ganha uma vantagem significativa na pontuação. A qualquer momento a equipa que está em desvantagem pode começar a acertar e a equipa de arbitragem não estará preparada para a possível mudança de jogo.

Por outro lado com grandes diferenças na pontuação o “jogo” pode perder interesse para os jogadores, valorizando mais outras situações no mesmo. Assim poderão aparecer situações complicadas em termos de comportamentos ou atitudes que até ali não se tinham verificado, comprometendo dessa forma a gestão do próprio jogo por parte da quipá de arbitragem ... Muita atenção !

Os bons árbitros sabem que os pensamentos irrelevantes distraem-nos da sua eficácia.

Um lapso na concentração pode levar a uma má decisão que pode resultar na diferença entre quem ganha e quem perde uma competição. Muitos acontecimentos desportivos duram 2 a 3 horas, pelo que não é uma tarefa fácil manter-se concentrado durante todo o tempo.

Felizmente, a concentração é uma competência que pode ser praticada e melhorada.

Atenção - CONCENTRAÇÃO - do início ao fim do jogo!

A equipa de arbitragem deve ter a capacidade de julgar corretamente e de forma uniforme o normal desenrolar do jogo. Assim, antes de começar o jogo, no “pré-game”, deverão ser discutidos critérios aprovados por todos os membros da equipa para serem aplicados no jogo desde a bola ao ar até ao fim do mesmo.

Critério geral:

Definição de um critério tão uniforme quanto possível em todo o jogo no que diz respeito às situações de “passos”, “palming”, cilindro, verticalidade, “flopping”, legalidade nos bloqueios, jogo de poste, Handchecking, empurrões, ato de lançamento, movimento contínuo, intervenções no lançamento, FAD, FD, etc.

O critério a aplicar deve sempre ser em função do tipo de jogo, mas constante para a duração do mesmo. Nos momentos importantes só pode variar a frequência de decisões por causa das alterações de jogo ou a intensidade do mesmo, mas o critério deve permanecer o mesmo. A capacidade de manter um critério uniforme traduz em maior credibilidade do trabalho da equipa de arbitragem.

Critério Disciplinar:

Uso rigoroso das medidas disciplinares disponíveis (aviso informal, aviso oficial, FT, FD). Não sermos complacentes, no entanto intervir sempre da maneira mais própria. Ser “bom rapaz” na atividade da arbitragem nunca é um prenúncio de coisas boas. Uma equipa de arbitragem que “permite” aos treinadores e jogadores comportamento teatral ou o seu “queixume” constante de certo não terá boa atuação no final ... Podem nos fazer perder o controlo do jogo!

As decisões de um árbitro devem ocorrer simultaneamente à ação observada ou o mais rapidamente possível. Isto não significa que você deva tomar todas as decisões sem hesitar.

Você pode precisar de fazer uma pequena pausa para compreender o que acabou de ver.

Mas uma pausa demasiado longa dá aos jogadores e treinadores a impressão de incerteza, sendo maior a probabilidade de questionarem uma decisão demorada.

Decisões de julgamento não poderão ser alvo de protesto formal.

Deste modo, você pode evitar controvérsias tomando decisões rápidas e determinadas. Quanto mais duvidosa é a decisão, mais importante se torna a determinação com que a mesma é tomada (“vender” bem a decisão).

Torna-se imperativo uma ação decidida e clara. Deste modo, ao tomar este tipo de decisão, um árbitro deve dar a impressão de estar absolutamente certo do que viu.

O bom julgamento começa com a exaustiva e completa compreensão das regras e regulamentos que regem um desporto em particular.

Uma vez estabelecido, o conhecimento das regras serve de guia para determinar a legalidade do jogo. Então, o correto julgamento adquirido através da experiência permitir-lhe-á enfrentar as exigências de uma variedade de situações.

O árbitro que continua a estudar as regras e analisa a experiência com o objetivo de melhorar, provavelmente tornar-se-á competente. Você deve repetidamente arbitrar para desenvolver a sua capacidade de julgamento, tal como um desportista deve praticar técnicas para desenvolver as capacidades físicas requeridas.

COMUNICAÇÃO

A comunicação é a qualidade de nos relacionarmos eficazmente com os outros.

Uma boa comunicação com os outros é desejável em qualquer atividade humana e talvez ainda mais importante na arbitragem. Os árbitros devem tentar estabelecer uma boa comunicação tanto com treinadores como com jogadores.

Enquanto árbitro, você não está a tentar vencer um concurso de popularidade, mas também não está à procura de inimigos.

A chave para estabelecer uma boa comunicação é a eficácia comunicacional.

Se você comunicar eficazmente com os jogadores e treinadores, é mais provável que eles cooperem consigo e questionem menos vezes as suas decisões.

Os árbitros podem também melhorar a comunicação tratando os jogadores e treinadores com cortesia e respeito. Devendo esperar o mesmo tratamento por parte destes.

Embora você deva ser comunicativo ao arbitrar, deve também manter a distância apropriada dos competidores para dissipar qualquer dúvida em relação à neutralidade da sua posição.

Estar acessível e disposto a ouvir as questões dos queixosos, mas não permitir aos participantes interromper o decurso do jogo com questionamento contínuo.

Evitam-se debates longos reiniciando o jogo logo que possível.

Estão excluídas destas "conversas" substitutos e acompanhantes de equipa.

Nas palavras recomenda-se a precisão do vocabulário e o uso de linguagem técnica.

No modo não-verbal recomenda-se: o contato visual, expressões faciais, o uso de gestos à distância ideal (ou perto ou distante)

Se houver um protesto flagrante, parar (ou afastar-se) em vez de se aproximar.

Igualmente importante é a comunicação entre elementos da equipa de arbitragem.

Deve existir um respeito mútuo, uma colaboração comum e sentido de equipa, assumindo cada um o papel que lhe foram designados e facilitar o trabalho de cada companheiro;

Como equipa tem que comunicar, não somente na sinalização que temos que efetuar, mas também durante o jogo, através de comunicação visual e gestual entre os seus elementos, sempre em vista que o trabalho de todos seja o mais positivo para o próprio jogo.

Esperar nas situações de substituição ou desconto de tempo iminentes, auxiliar na reposição ou não do aparelho 14/24" e verificar posicionamento do colega em campo, são alguns dos exemplos que devemos aplicar.

A sinalização deve ser bem elaborada e efetuada parada, num local diretamente visível para os oficiais de mesa e deve corresponder fielmente ao tipo de ação sancionada, pelo que o sinal deve corresponder à violação ou falta cometida;

Portanto, cuidar da postura, imagem, linguagem corporal e gestos muito mais do que palavras.

CONSISTÊNCIA

Cada membro da equipa de arbitragem tem de mostrar, para cada ação, dependem muito da qualidade e validade das medidas tomadas em cada situação de corrida.

No nosso desporto a capacidade do árbitro estar presente na hora certa no lugar certo é crucial. Na verdade, em todas as situações devemos tomar as decisões mais corretas e até mesmo ser corajoso nas mesmas especialmente nas situações de crucial importância, fundamentais e decisivas para o jogo. Mas quando o jogo corre normalmente, sem grandes perturbações, embora o espírito competitivo, não deverão ser os juizes os responsáveis pela sua quebra.

Os jogadores e treinadores esperam que os árbitros sejam consistentes.

As suas decisões devem ser as mesmas face a circunstâncias idênticas ou similares, devendo aplicar as regras igualmente a ambos os oponentes. A inconsistência na arbitragem é frequentemente criticada por ser perturbadora para treinadores e jogadores.

Os próprios árbitros reconhecem a importância da consistência no seu trabalho.

Alcançar a consistência necessária para arbitrar a alto nível requer duas capacidades.

- A primeira implica a demonstração de técnica, conhecimento das regras e a manifestação das qualidades previamente descritas. Muitos árbitros são inconsistentes simplesmente porque ainda não dominam suficientemente a interpretação das regras, a mecânica ou até o conhecimento do próprio jogo. Você deve melhorar as suas lacunas nestas áreas antes de conseguir alcançar a consistência na sua arbitragem.

- O segundo requisito para alcançar um alto nível de consistência implica as competências mentais e emocionais. A arbitragem consistente requer um estado mental estável. Oscilações na performance encontram-se frequentemente relacionados com inconsistências psicológicas. A capacidade para atingir o adequado enquadramento psicológico e mantê-lo ao longo do jogo é fundamental para uma arbitragem eficaz.

Os árbitros competentes tem confiança neles próprios e nas suas capacidades.

Esta autoconfiança transcende qualquer jogo ou situação em particular.

Os árbitros confiantes mantêm o controlo face a situações adversas. Isto não significa que não experimentam sentimentos de insegurança mas não perdem a confiança neles próprios só porque tomaram uma decisão errada ou experimentaram outros contratempos. Todos os árbitros têm jogos que prefeririam esquecer, mas os árbitros confiantes não deixam que os mesmos afetem a sua genuína crença de que são bons naquilo que fazem.

Embora a confiança possa também ser ilusória, um árbitro bem sucedido mantém uma atitude positiva independentemente das circunstâncias.

Tais árbitros não estão preocupados com os acontecimentos que não podem controlar; em vez disso têm confiança que irão ter um melhor desempenho possível na medida das suas capacidades. Se um árbitro vai para um encontro com a expectativa de um fraco desempenho e sem acreditar nele próprio é melhor preparar-se para um longo jogo