



Jak być lepszym sędzią

Piotr Dudek, Wojciech Maroszek

O czym będziemy mówić?

Na początek nowej kadencji chcemy spojrzeć na pracę sędziego z szerszej perspektywy



Jakie stawiamy sobie cele?

1. Zachęcić o pomyślenia, w jakim miejscu rozwoju każde z nas jest
2. Zainteresować autoanalizą - co mogę zrobić, by być jeszcze lepszym sędzią
3. Porozmawiać o technice sędziowania
4. Nie zanudzić



**W naszej prezentacji przewijać się będą kierowane Was pytania,
oznaczone tak:**

Zapraszamy do podnoszenia rąk!



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Kto z nas jako sędzia I ma przy sobie na słupku zapasowy gwizdek?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Ściąga z historii

Siatkówka została wymyślona w USA na koniec XIX wieku jako alternatywa dla koszykówki.

Do popularyzacji siatkówki w Europie najbardziej przyczyniła się armia amerykańska w czasie I wojny światowej.

Siatkówka debiutowała na Igrzyskach Olimpijskich w 1964 roku w Tokio.



Ściąga z historii

1895 – 1964
sport amatorski

1964 – 1984
sport zawodowy

1984 – obecnie
widowisko sportowe

sędzia – symbol; od notowania
wyniku do oceny akcji

wzrost presji; żądana
profesjonalizacja

sędzia – profesjonalny reżyser
widowiska, nie anonimowy



**Kto z nas oceniając jakość odbicia bierze pod uwagę
pozycję zawodnika?**



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Widowisko sportowe

Mówimy widowisko sportowe, więc wzorcem nie jest już po prostu postępowanie wedle przepisów gry, ale ich umiejętna interpretacja

- nie dopuścić do meczu, dlatego, że piłka jest nieregulaminowa albo zimno na sali?
- czy już dać karę, czy jeszcze tylko upomnienie?
- czy w końcówce meczu zagwizdać minimalne dotknięcie siatki albo nieczyste odbicie w widowiskowej akcji?

Dobry sędzia reżyseruje grę w sposób niewidoczny.

Po dobrym sędziowaniu zespoły nie pamiętają, kto sędziował.



Pielugi Collina – sędzia na nowe czasy?



Pielugi Collina – sędzia na nowe czasy?



SIATKARSCY

Kto z nas zapamiętuje z kartki z ustawieniem, oglądanej przed rozpoczęciem meczu, więcej niż pozycję rozgrywającego i zawodnika po jego przekątnej?



Etapy rozwoju sędziowskiego

- Etap 1. Nie mam pojęcia, co się stało w tej wymianie
- Etap 2. Wszystko widzę – wszystko gwizdzę
 - Etap osiągany po paru latach sędziowania
 - Podejście „białe – czarne, nic pośrodku”, podejście „naukowe”
- Etap 3. Wszystko widzę – decyduję, co gwizdzę, a co nie
 - Cel naszych dążeń
 - Rozumiem ducha przepisów, by je lepiej stosować
 - Decyduję w oparciu o zdrowy rozsądek
 - Doceniam wagę zaufania do partnerów i uczestników zawodów



Cechy doskonałego sędziego

Okazujący szacunek

Solidny

Skupiający się na szczegółach

Punktualny

Posiadający wiedzę

Godny zaufania

Pewny siebie



Kto z nas liczy w głowie odbicia „raz – dwa – trzy”?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Czym różnimy się od zawodników i trenerów?

- ... długa wymiana, piękne ataki, na końcu genialna kiwka i ...
- ... radość w zespole wygrywającym, oklaski publiczności, zachwyty dziennikarzy i ...
- ... nikt nie chwali sędziego – po prostu zrobił to, co należało.

W pracy sędziego nie ma elementów, za które sędzia jest wynagradzany

Zawodnik zaczyna mecz od 0 punktów i może je tylko zdobywać...
... sędzia zaczyna mecz od 100 punktów i może je tylko tracić.



„Mafia” sędziowska

Korporacjonizm – Samorządność. O naszych sprawach tylko we własnym gronie

Nie komentujemy błędów kolegów wśród ludzi spoza „mafii”

Współpraca w meczu – możesz nie lubić partnera, ale na meczu masz obowiązek lojalnego wspierania!

Profesjonalny kontakt z zawodnikami i trenerami

Finanse na drugi plan

Punktualność

Obiektywizm

Jeden sędzia potrafi zepsuć wizerunek całemu kolegium!



Kto z nas sprawdza jeszcze raz stan boiska, linii i wolnej strefy zaraz po wejściu na słupek?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Autorytet a prawidłowe decyzje

dobra decyzja + mierny autorytet = mierny efekt

zła decyzja + dobry autorytet = dobry efekt



Czynniki sukcesu

Doświadczenie

Taktyka

Wiedza

Technika

Umiejętności psychologiczne

Odporność na stres

Wygląd

Refleks

Przygotowanie do meczu



Czynniki sukcesu

Z tych 9 elementów najważniejsze jest doświadczenie, które rośnie wraz z kolejnymi przesędzowanymi meczami

Odporność na stres, refleks, umiejętności psychologiczne to cechy dane nam przez naturę i można je poprawić w niewielkim stopniu

Każdy ma wpływ natomiast na wiedzę, taktykę, technikę, wygląd i przygotowanie do meczu – to bardzo dużo!



Kto z nas patrzy w oczy zawodnika, któremu odgwizdał błąd, albo który próbuje wymusić na sędzim decyzję?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Rady Thomasa Blue

Zadbaj, by na meczu pojawić się w najlepszej możliwej formie fizycznej i psychicznej

Przygotuj się na próby wpływania na Ciebie ze strony zawodników i trenerów. Twoje doświadczenie i osobowość służą Ci pomocą!

Dbaj o dobre relacje z innymi sędziami. Przecież będziesz potrzebować ich pomocy. Bądź towarzyski.

Pracuj nad jak najlepszą współpracą w zespole sędziowskim (z gwizdzącym partnerem, liniowymi i sekretarzami) oraz obsługą zawodów. Podtrzymuj ich aktywność w czasie meczu przez kontakt wzrokowy i kontakt niewerbalny



Rady Thomasa Blue

W odprawie przedmeczowej z obsadą pomocniczą tak naprawdę nie chodzi o sprawdzenie, czy wszyscy znają swój zakres obowiązków, ani o przypomnienie kolejny raz zasad współpracy. Sztuką jest zdopingować kolegów do dobrej pracy, przekonać o Twoim do nich zaufaniu i że na nich polegasz.



Rady Thomasa Blue

Bądź jak dyrygent, a nie policjant

Utrzymuj stały poziom oceny – określ się pierwszym gwizdkiem i utrzymaj ten poziom

Pozwól trenerom i zawodnikom na normalne ludzkie reakcje, także frustrację. Daj im czas na dojdęcie do siebie po zakończonej wymianie.

Ale:

- nie pozwól na przeciągający się protest
- nie pozwól na obrażanie przeciwników ani sędziów



Rady Thomasa Blue

Zawodnicy i trenerzy będą zawsze próbować wpływać na Ciebie tak daleko, jak im pozwolisz. Pokaż wyraźnie, gdzie stawiasz granice!

Sędzia musi czuć grę oraz rozumieć emocje i taktykę jej towarzyszące. Przewiduj zachowania trenerów ze względu na wynik meczu!

Niech to zawodnicy zdecydują o wyniku meczu. Wpływ sędziego na grę z jakiegoś mało istotnego powodu uderza nie tylko w zespół, ale w widowisko i jakość całego sportu.

Dbaj o technikę – przewiduj, co się stanie, ustaw się jak najlepiej i patrz we właściwe miejsce, jeżeli chcesz być w stanie ocenić każdą trudną piłkę.



Kto z nas po ubiegłorocznym wykładzie pani psycholog stosuje jakąś technikę relaksacyjną albo kotwiczenie?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Jak się ustawiać, na co patrzeć?

Ustawiamy się tak i patrzymy tylko tam, gdzie mogą zdarzyć się sytuacje w naszym zakresie obowiązków

Sędzia I: zalecane jest lekkie wychylenie ciała od strony ataku, jeżeli atak ma miejsce przy jego stanowisku.

Warto spojrzeć na zawodnika blokującego zaraz po akcji bloku – czy krzyczy „graj”, jak reaguje na piłkę wychodzącą w aut.



Jak się ustawiać, na co patrzeć?

Sędzia II: zalecana jest duża aktywność ruchu przy słupku – zawsze po stronie zespołu blokującego (przejdźcie na drugą stronę zanim piłka dotrze do rozgrywającego), z ruchem w przód i w tył w zależności od miejsca ataku. Przy ataku w pobliżu sędziego II dopuszczalne jest odejście na dodatkowy krok od słupka, celem obserwacji antenki i bloku przy ataku „po prostej”.

Nie należy patrzeć zbyt długo na górną taśmę – najpóźniej w momencie opadnięcia bloku trzeba spojrzeć na linię środkową.



Jak się ustawiać, na co patrzeć?

Są dwie zasadnicze techniki obserwacji kontaktu piłki z rękami, boiskiem lub innym przedmiotem:

1. Podąża się wzrokiem za piłką, obserwując, czy zmienia się kierunek jej lotu („piłka jest nieruchoma, tło się rusza”)
2. Wzrok zatrzymuje się w miejscu, gdzie spodziewamy się kontaktu („tło jest nieruchome, piłka przelatuje przez obserwowany obszar”)



Kto z nas stosuje drugą z metod - zatrzymuje wzrok w potencjalnym miejscu odbicia piłki?



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012

Autoocena – klucz do sukcesu

Stara prawda głosi – po meczu sam sędzia wie najlepiej,
jak mu poszło

Jeżeli nie potrafisz być szczery ze sobą i samokrytyczny,
nie będziesz dobrym sędzią



Autoocena – klucz do sukcesu

Znajdź czas na rozmowę z Twoim partnerem meczowym po zawodach, koniecznie z zachowaniem prywatności

Podziękuj za współpracę!

Dziel się ze swoimi uwagami szczerze, ale konstruktywnie

Akceptuj uwagi kierowane do Ciebie

Nigdy nie dziel się z otoczeniem swoimi negatywnymi uwagami na temat partnerów, z którymi sędziowałeś



Autoocena – klucz do sukcesu

Gdy opadną emocje związane z meczem (czasem godzinę po, czasem tydzień po!), poświęć czas na autoocenę

Przykładowy układ autooceny:

- Jak mi generalnie poszło?
- Co poszło źle?
- Czy miałem wpływ na „wpadki”? Gdzie i jakie popełniłem błędy?
Jak powinienem był się zachować w tych sytuacjach?
- Czy powtórzyłem błędy, które wcześniej mi się zdarzały?
- Jakie wcześniejsze błędy wyeliminowałem?
- Czy moi partnerzy mają powody, by nie chcieć więcej ze mną sędziować?
- Czy zespoły mają powody, by nie chcieć mnie więcej oglądać?



**Kto z nas patrzy na swoje ręce w czasie sygnalizacji,
by wypadła ona jak najlepiej?**



Kurs unifikacyjno-szkoleniowy Krynica 2012



Rozwój kariery sędziowskiej

Piotr Dudek, Wojciech Maroszek