

篮球教练员临场指挥中体态语言的作用探析

殷岳林, 余梅

(亳州师范高等专科学校, 安徽 蒙城 233500)

【摘要】通过文献调研、逻辑分析等方法,结合体态语言的相关理论,对篮球比赛中教练员体态语言的特点、作用进行了分析,旨在为篮球教练员的临场指挥提供一定的参考。

【关键词】篮球教练员;体态语言;特点;作用

【中图分类号】G841 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1891(2010)02-0112-03

随着篮球运动的普及和发展,不仅热爱篮球运动的人越来越多,而且赛事开展频繁,水平不断提高。一场激烈的篮球比赛,是对运动员及教练员多方面能力的考验,比赛最终的胜利很大程度上取决于教练员的临场指挥能力。在高强度、高对抗性、场上形势瞬息万变的篮球比赛中,教练员的指挥意图能否迅速、准确地传达给运动员至关重要。篮球比赛具有气氛热烈,节间休息及暂停时间短暂、次数有限,赛场环境嘈杂等特点,在这样的情况下,通常教练员无法直接用口头语言进行临场指挥,而只能借助于非口语性的语言——体态语言进行指挥,因此篮球比赛中教练员体态语言的运用能力显得尤为重要。笔者通过查阅大量的相关文献资料发现,目前针对篮球比赛中教练员体态语言的专门性研究缺乏,鉴于此情况,笔者结合观摩比赛,对篮球比赛中教练员体态语言的特点、作用进行了研究,旨在为篮球教练员的临场指挥提供参考。

1 篮球教练员临场指挥中体态语言的特点

1.1 体态语言的含义

体态语言是指人类身体的整体或部分的反应动作与非反应动作,且能表现人的心态的非语言符号。这种语言不但能发出反应信息,而且还能对接受的信息作出反应。狭义的体态语言包括人体本身的形体外貌和态势动作。如眼神与表情、身姿与动作等^[1]。

1.2 教练员体态语言的特点

1.2.1 隐蔽性强

教练员用体态语言传递信息比口语传递信息的隐蔽性强。篮球比赛是以将球投入对方篮筐并阻止对方投篮得分为目的,以投篮得分的多少决定比赛的胜负。为了战胜对手,最重要的手段之一就是不让对手了解自己的战术意图,而教练员利用体态语言传递信息则比口语语言传递信息有更好的隐蔽性。在看NBA比赛直播时,经常可以看到教练

员用手势、个人习惯动作、眼神、表情等体态语言来告诉场上的运动员实施某项战术。由于教练员在赛前或训练中就与运动员形成了默契,所以在比赛中只要教练员作出某个手势或表情等,运动员就心领神会,知道用什么战术。而对方的教练员、运动员则很难迅速领悟到这些信息,所以起到非常好的隐蔽的作用。

1.2.2 信息容量大

教练员体态语言传递信息比口语传递信息容量大。美国心理学家伯特·梅宾总结出如下公式:交流一项信息的总效果=7%词语+30%声音+55%面部表情^[2]。可见,体态语言在信息交流中十分重要。据研究,各种感觉器官接受信息的比例是:视觉87%,听觉7%,嗅觉3.4%,触觉1.5%,味觉1%^[3]。体态语言是一种可视语言,它主要靠视觉器官感知,所以在信息传递中,体态语言的信息量特别大。体态语言的信息通道也相当宽,因为体态语言可以通过动作、表情、身体姿势、服饰、发式、空间距离等来传递信息。在篮球比赛中,教练员通过体态语言传递的信息,要比通过口头语言传递的信息丰富得多,而且运动员只要看一眼就能全部接收到,迅速理解教练的意图,知道教练员对比赛的情感、态度、满意度等。

1.2.3 传递速度快

教练员体态语言传递信息比口语传递信息速度快。由于篮球比赛的高强度和高对抗性,场上的形势往往会瞬息万变,教练员要在最短的时间内把自己的意图传递给运动员非常重要。由于空间距离、赛场环境等因素的影响,口头语言的传递常常受到干扰和阻碍,信息无法及时的传达给运动员,此时如果用直观的体态语言来传递信息,运动员不管在场地的哪个角落,只要远远的看一眼就能把教练员所要传递的信息照单全收,速度大大超过用口头语言传递。

1.2.4 不受语种的限制

收稿日期:2010-03-19

作者简介:殷岳林(1978-),男,安徽安庆人,助讲,硕士研究生,研究方向:体育社会学研究。

教练员体态语言传递信息比口语传递信息不受语种的限制。由于篮球运动的国际化,不论是NBA还是CBA,甚至许多小级别的联赛,球队中都有很多国际球员,由于语种不同、语言不通,容易给教练员口头布置战术带来困难,而通过翻译获得的信息,在同步性和准确性方面存在缺陷,这给比赛带来了很大不便。在比赛进行当中,场上国际球员要获得教练员的临场指挥意图,只有通过翻译在场边的大喊大叫,这样很容易让对方教练员、运动员得知自己的战术意图,对自己的战术效果就会大打折扣。

1.2.5 不受场地的影响

教练员体态语言传递信息不受场地的影响。根据篮球规则,教练员必须在球队席区域内指挥比赛,由于暂停次数有限,教练员不能每安排一次战术都要暂停,所以很多时候教练员都是在比赛进行当中传达战术。如果用口头语言来安排战术,当队员与教练员有较远距离时,运动员就不能完全接收到教练的信息,同时自己的战术意图又可能被对方有关人员了解。此时,如果用手势等体态语言向本队运动员传达战术要求,队员在很远的地方都能准确的接收,而且又不会被对方识破。

1.2.6 不受环境的影响

教练员体态语言传递信息比口语传递信息不受环境的影响。篮球比赛往往紧张激烈,观众人数很多,赛场环境非常嘈杂,这种情况下依靠口头语言来传递信息效果收益很小,教练员在布置战术过程中,如果能采用口语结合一些体态语言,有时甚至只用体态语言来传递信息,往往会收到很好的效果。

1.2.7 互感性

体态语言不但能传递信息,还能通过他人的体态语言来获得信息。在篮球比赛进行中,教练员可以通过本方运动员或对方运动员、教练员以及裁判员的体态语言获得有用的信息,从而及时调整战术,为比赛的胜利赢得更多机会。例如:教练员可以从自己队员的体态语言中了解他们的竞技状态,从而可以做出更好的人员轮换;可以从裁判员的体态语言中了解本场比赛的判罚尺度,从而可以更好布置攻、防战术等。

2 篮球教练员临场指挥中体态语言的作用

2.1 鼓舞本方士气

影响篮球比赛结果的重要因素之一就是士气,所以在篮球比赛过程中给运动员鼓舞士气就显得尤为重要。口头语言是鼓舞士气的方式之一,而且

体态语言对本方的士气也有着非常重要的影响。比如,教练员良好的仪表语就会对运动员产生积极的影响。仪表语包括一个人的相貌、衣着、发式、装饰等,同时还与他的性格、气质、意志品质、文化修养有密切关系,是自身综合素质与个性情感的外在表现。因此,比赛时如果教练员仪表讲究、举止文明、面带微笑、昂首阔步、精神抖擞,这样会使运动员觉得自己的教练胸有成竹,对比赛有必胜的把握,在比赛中必然会士气大增。切记不能不修边幅、举止粗鲁、面无表情、松松夸夸,显得对比赛准备不足、毫无信心。

2.2 传递指挥意图

在场上形势瞬息万变的篮球比赛中,教练员的指挥意图能否迅速、准确地传达给运动员至关重要。篮球比赛具有气氛热烈,节间休息及暂停时间短暂、次数有限,赛场环境嘈杂等特点,在这样的情况下,教练员仅仅用口头语言进行临场指挥远远不够,所以在传递指挥意图过程中体态语言往往能发挥非常重要的作用。

比赛进行当中,教练员应该信心十足的坐或站在教练席内,并时刻关注场上的一举一动,安排战术的体态语言更要清楚明确,让运动员一看就明白。教练员对运动员的临场发挥水平应持平和的心态,切记不能因为场上的一点小失误就厉声喝斥、暴跳如雷;节间休息与暂停时,教练员应该捉住有限的时间快速的把自己的战略意图传递给运动员。我们看NBA或CBA直播时常常可以看到,教练员在节间休息或暂停时布置战术总是一边讲解一边在战术板上比划,这样就会让运动员更加清楚了,同时也可以节省有限的时间。所以教练员在讲解过程中,用口语讲解的同时,还要注意面部表情、身体姿势等体态语言的应用。

2.3 威慑对手

紧张激烈的篮球比赛,不仅是场上运动员短兵相接、硝烟弥漫的斗智、斗勇,更是场下教练员无声的斗智、斗勇。教练员的一举一动都会显示出一种信息,是胸有成竹还是毫无把握,这些信息对方教练员都尽收眼底。所以无论场上情况如何,教练员都要显得信心十足,向对方教练员显示出实力和信心;篮球比赛中有很多教练员喜欢站在场地边上指挥比赛,比赛过程中场上的运动员不仅关注自己教练的一言一行,同时也能看到对方教练的一举一动。教练员的举止也会对对方运动员产生影响,所以,教练员应该时刻保持沉着冷静、信心十足,在增强本方士气的同时,还能起到威慑对手的作用。

2.4 赢得裁判的“偏袒”

篮球裁判员是竞赛规则的执行者,临场的“执法官”。一场精彩的篮球比赛是与裁判员的精彩评判分不开的,所以赢得裁判的“偏袒”非常重要。篮球比赛中教练员有很多与裁判交流的机会的,例如:暂停、换人、对判罚有异议等都要与裁判交流,因此,教练员有很多的机会赢得裁判的“偏袒”。教练员在与裁判的交流中要做到举止得体、有礼有节,对于合理的判罚要表现出理解、赞赏,尽量得到裁判的认可,但并不等于一味的阿谀奉承,对有明显倾向对方的判罚,教练员也应采取合理的手段向裁判员表达自己的意见。切记教练员不能在场外做出过激的举动,影响裁判的节奏,这样不仅会干扰裁判工作,还会使裁判员产生厌恶心理,对场上的运动员更是不利。

2.5 赢得观众的支持

现代篮球比赛的特点之一就是观众较多,而观众的支持与否对比赛结果会有很大的影响,所以一

般情况下球队的主场战绩都比客场好。因此,在大赛中如何获得现场观众的支持就显得非常重要。赢得观众支持的因素是多方面的,其中之一就是教练员的行为举止。一位有能力的、有魄力的、有修养的、刚毅果断、举止得体有大将风度的教练员,观众没有理由不喜欢,即使是对方的观众也会为之尊重,从而赢得更多的观众,为比赛的胜利赢得更多的机会。

3 结论与建议

综上所述,篮球比赛中教练员的体态语言与口头语言相比具有隐蔽性强、信息容量大、传递速度快、不受语种限制、不受场地和环境的影响、互感性强等特点。在篮球比赛中教练员得体的体态语言不但会起到鼓舞本方士气,及时、准确的传达指挥意图,威慑对手的作用,还能赢得裁判的“偏袒”和观众的支持。因此,建议篮球教练员要加强有关体态语言方面的理论学习与实践,以便在临场指挥中合理的运用,从而为比赛增加获胜的砝码。

注释及参考文献:

- [1]赵升.论体育教学中体态语言的特点与应用[J].山西师大体育学院学报,2003,18(1):63-64.
- [2]郑晓舜.教师实用语言艺术[M].北京:华文出版社,2000.
- [3]黄海澄.美学原理[M].长沙:湖南人民出版社,1986:53.
- [4]中国篮球协会.中国篮球教练员岗位培训A级教程[M].北京:人民体育出版社,2007.

Research on the Function of Body Language of the Basketball Coach During the Game

YIN Chan-lin, YU Mei

(Bozhou Teachers College, Mengcheng, Anhui 233500)

Abstract: With methods of documentary data, logical analysis and so on, and according to the related theory of body language, this paper analyzed the characteristics and effects of the body language of the coaches in the basketball for providing some reference on spot conductor to the basketball coach.

Key words: Basketball coaches; Body language; Characteristic; Effects