



Federació Catalana
de Basquetbol



LA IMATGE DE L'ÀRBITRE

Trobada d'inici de temporada 19-20

Comitè d'Àrbitres

Federació Catalana de Basquetbol

LA IMATGE DE L'ÀRBITRE

1. Imatge i societat actual
2. Presència física
3. Dress code
4. Imatge personal
5. Conducta personal
6. Més enllà dels partits
7. Xarxes socials
8. Impacte en el grup



IMATGE I SOCIETAT ACTUAL

Són els **valors,**
sentiments i actituds
més importants que la
imatge personal?



IMATGE I SOCIETAT ACTUAL



La televisió i els
mitjans de
comunicació ens
mostren un ideal
d'imatge



IMATGE I SOCIETAT ACTUAL

En el bàsquet real, la millor imatge és **encertar**.

Si bé, certament, a menys categoria menys encert.



IMATGE I SOCIETAT ACTUAL

A falta d'encert, **altres aspectes** es valoren per crear una bona imatge.



DRESS CODE



- Cal anar ben afaitat o amb la barba arreglada
- Cabell ben tallat o recollit
- No arribis/surtis de les instal·lacions vestit d'àrbitre
- Evita roba amb missatges polítics o religiosos
- Vesteix amb la roba adequada a la categoria, troba el punt mig
- Si arbitres amb companys queda amb ells
- En presència de companys de l'altre sexe, vestits en tot moment al vestuari

CONDUCTA PERSONAL

- Utilitza un **llenguatge adequat**. Els participants no són els teus col·legues
- Som persones. No robots ni persones inaccesibles. Hem de ser sempre conscients que ens equivocarem.
- Una actitud **col·laboradora i humana** t'obrirà moltes portes, ben al contrari que una xulesca o prepotent
- **Mai toquis** els participants, manté una distància prudent
- No demostris tensió amb **gestos o crits**



MÉS ENLLÀ DELS PARTITS



- Recorda que som àrbitres les 24 hores del dia
- Representes un col·lectiu, les teves accions afecten la imatge de tots
- Cuida, especialment, les teves activitats abans i després dels teus partits
- Quan parlis, sigui on sigui, pensa que algú et pot escoltar

XARXES SOCIALS

- Tenen un gran impacte i difusió
- No t'atreveixis a escriure el que no diries a la cara
- Evita les reflexions públiques sobre les teves avaluacions
- Mai critiquis a ningú
- Valora si vols estar exposat a ser criticat
- Controla la teva imatge



IMPACTE EN EL GRUP

- Per les teves accions ens qualifiquen a tots. Sempre tingues sota control la teva imatge, és la imatge del col·lectiu
- Les accions positives també tenen impacte positiu. Fes-les, costa poc i guanyem molt
- L'àrbitre és un esportista compromès, demostra-ho.

