

英国足球协会官方指导之



训练 健康 心理 **足球之父** 裁判 俱乐部

足球之父

Football Parents

里斯·豪威	著
阳 效	译
高 扬	审校



北 京 体 育 大 学 出 版 社



英国足球协会官方指导之

足球之父

里斯·豪威 著
阳 效 译
高 扬 审校

北京体育大学出版社

策划编辑 李 飞 责任编辑 高 云
审稿编辑 李 飞 责任校对 静 一
责任印制 陈 莎

版权登记号:01-2005-2148

原书名:Football Parents

作者名:Les Howie

Book First Published 2004

Copyright © 2004 FA Learning Ltd

Chinese Simplified Characters edition Copyright © 2005 by Beijing
Sport University Press

All Rights Reserved

图书在版编目(CIP)数据

足球之父/(英)豪威著;阳效译.-北京:北京体育大学出版社,2005.7

ISBN 7-81100-353-8

I. 足… II. ①豪…②阳… III. 足球运动-儿童教育-教材 IV. G843

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 053316 号

足球之父

(英)豪威 著

出 版 北京体育大学出版社
地 址 北京海淀区中关村北大街
邮 编 100084
发 行 新华书店总店北京发行所经销
印 刷 北京市昌平阳坊精工印刷厂
开 本 850×1168 毫米 1/32
印 张 5.625

2005 年 7 月第 1 版第 1 次印刷 印数 4000 册

定 价 13.00 元

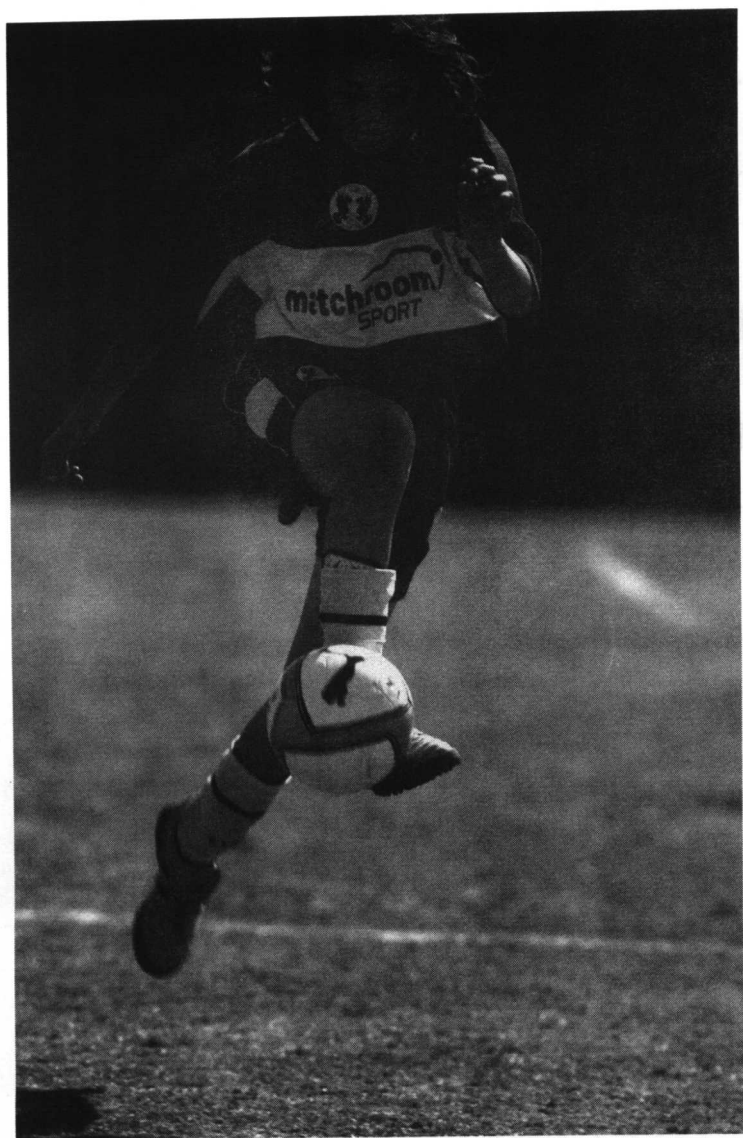
(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)



献 词

写本书引起了许多过往的美好回忆，也使我意识到能为足球运动作个极好的解说是多么幸运的事。谨把此书献给我的父亲，祖父和叔叔麦克（Mac），是他们把我引进了足球的世界。

展望未来，同时也把本书献给我的孩子们贝克（Becky）、凯特（Katie）和汤姆（Tom）。他们让我看到足球世界的另一面，教他们足球使我从中获益匪浅，并使我被冠以足球之父的称谓。





本指导教程的设计理念

本足球系列指导教程旨在接近数以百万计参与足球运动的人，或其他处以任何水平、以任何方式踢球的人。

每本教程都期望增强你对英式足球的了解，并在此基础上提高、加强、改善和扩大你参加这一全球最伟大的体育运动的热情和信心。

这套系列教程以互动的形式设计编写，鼓励你把所学的理论运用于足球实践，也能帮你把这些知识转化为实际的踢球技巧和能力。为了帮你实现以上目标，本书自始至终贯穿以下特点：

■ 每章都设计了不同的训练项目，帮你回忆所学的内容，并帮你思考如何将之付诸实践。

最佳练习 该节内容会给出一个实例，教你如何以较好的或理想的方式行事——可以用在球场上，也可以用

在球场外。

引述

“所有引述的话都会向你传达有用的信息或见解，并鼓励你考虑自己踢球技巧或执教职责的某一方面。”

统计资料

书中的统计数据会经常让你感到吃惊，它肯定会增加你对足球运动的了解。

小 结



每章结尾处的小结会总结本章的主要内容，并帮助巩固所学的知识。

你可以选择任何你喜欢的方式阅读本教程——在家里，在球场上，完整地阅读所有内容，或者浅尝辄止只为寻找某种建议。但无论你选择哪种方式，我们都希望本书能增强你的能力，扩大你的知识面，加强你的参与程度，最重要的是，在你参与足球运动时带给你快乐和激情！



引言

引述

“我们都观看过足球。大部分人踢过足球，一部分读过有关此方面的书，但少部分用来写评论。”



足球作为不因性别、年龄、宗教、种族差异而将人们组合到一起的极少数运动项目之一，是众所周知的“全民运动项目”。到目前为止，它是世界上最流行的体育项目，至今 100 多年的历史，而今仍吸引着较之从前更多的参与者和观众。足球是全世界范围内的运动比赛，可称它为名副其实的“全球流行”。

甚至是一家很小的媒体，或是个人经验都涉及到足球。阅读本书，你将在这项运动中饰演新的主角，走进足球之父的世界。

足球之父

引述

“父亲在足球这项运动中扮演了最重要的角色，这是言之成理的。”

身为“足球之父”，你要做的便是支持，引导和开发孩子对足球一生的倾爱和狂热。

本书精心为您提供一些实际可操作的意见和建议来帮助您培养孩子在足球这项运动上的兴趣，同样也使您从中得到更多的乐趣。

通常，父母在孩子生活中有最大的影响力。今天的成年球迷对足球的热情大多是受父母的熏陶。就像培养孩子在其他任何一项运动或活动的兴趣一样，如果孩子的兴趣处于萌芽阶段，作为父亲的职责便是支持和鼓励他。

首先我们应该明白一点：做一名称职的足球之父，在培养孩子对足球的热爱方面，只关于你的支持和帮助，而无关你有多少顶国家队选手帽或你看过多少场现场直播。或许有些父母只是这项运动的观众，有些是清洗运动器械的后勤工作者，

又或者有些学过怎样指挥训练，但无论你是怎样的角色，足球之父都将是其中具有挑战性和令人激动的一个。

作为三个孩子的父亲，在引导孩子们走入足球世界的过程中，我不断地摸索出这项运动的一些重要规则。谨希望通过此书，将我在足协，更多地是作为足球之父总结到的经验和知识提供给大家。

角色多样性

无论你曾做过足球运动员，教练，裁判员，还是仅仅做个球迷，那么现在作为足球之父意味着你也将进入以下角色：

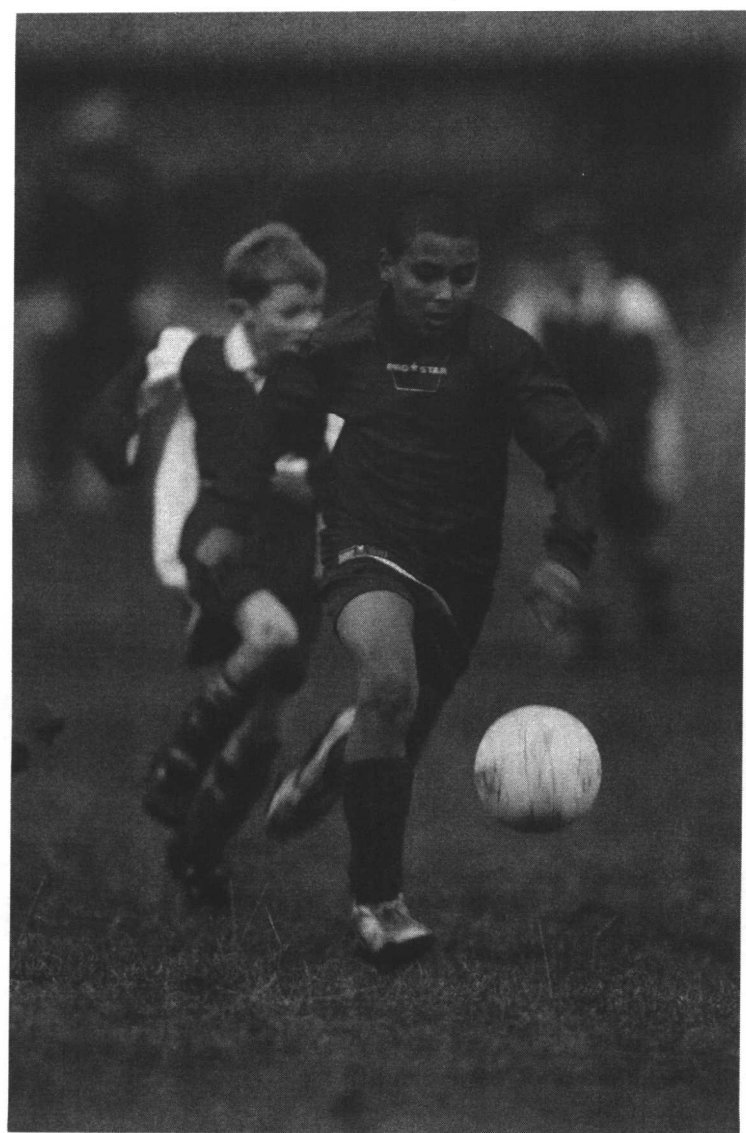
- 教练。
- 顾问。
- 交通服务人员。
- 失利时的安慰者。
- 清洁人员。
- 第一救护人员。
- 对外交涉人员。
- 形象代表。
- 捡球人员。
- 后勤服务人员。
- 球迷。
- 建设性的评论员。

■ 看以上所列各种职务，在足球方面，想一想你可以通过哪种方式来帮助孩子。从某种意义上说，他们会给你带来帮助。

引述

“作为足球父母，你可以把这当成是一种消磨时间的方式，一种挑战，生活的一种调剂，尽管不能被完全认可，但这会给你带来很大的收获。”

现在就让我们一起走进足球之父的世界。





目 录

献 词	1
本指导教程的设计理念	3
引 言	5
第一章 乐趣共享	1
第二章 花园教练	16
第三章 寻找合适的俱乐部和足球训练教程	33
第四章 加入俱乐部	43
第五章 给孩子以支持	56
第六章 足球——孩子对父母的期待	68
第七章 足球——父母对孩子的期望	86
第八章 年轻运动员的训练	99
第九章 足球之父经验之谈	114
第十章 维持年少兴趣	123
结 论	135
附录 1: 常见问题回答	137
附录 2: 足协训练课程表	144
附录 3: 行为准则	145
附录 4: 球门柱安全措施指导方针	153



第一章

乐趣共享

本章要点:

- 分析孩子可融入足球的积极因素。
- 总结孩子踢球的动机。
- 考虑加入此项运动的潜在影响。

依然记得7岁那年和祖父去当地的新卡斯頓联盟（Newcastle United）俱乐部观看足球赛。那个阴沉的周三晚上进行的是新卡斯頓对埃弗特頓（Everton）的季末比赛。多年前，祖父就许诺过我看足球赛。到那时，他终于有了足够的积蓄买两张看台票，所以那次算是祖父请客。

比赛最后以0:0告终，但最美妙的回忆是那令人愉快的现场氛围，新卡斯頓球迷之间的友谊和球场上散发出来的味道。后来我才知道那是从圣·詹姆斯（St. James）花园对面的啤酒厂传出的啤酒花的香味。



之后的15年也常和父亲去看球，随着年龄的增长又和朋友一起。周六简直是一种恩赐，穿着流行的黑白“喜鹊（Magpies）”牌衬衣，为那些顶级棒的球员助威加油。新卡斯頓的赛事使我尝遍了感情上的各种快乐与悲伤，看到过麦可姆·麦克唐纳（Malcolm McDonald）、比士利（Beardley）、瓦德尔（Waddle）、加斯科因（Gascogine）等足球巨星的诞生，还看过温布利（Wembley）的奖杯决赛，凯文·基冈（Kevin Keegan）的初场比赛，经历过足球队排名的进与退。

引述

“人们回忆自己参加的第一场足球比赛就像回忆初吻——对大多数人来说，那是刻骨铭心的传递仪式。”

我对足球的喜爱是受家庭的鼓励，但我并不停留在观看球赛上，还有踢球，在街上，学校里，体育课上，校队里，操场上，后花园。

最佳练习 然而，今天不比过去的30年，时代改变了。现在的父母要具有更高的警惕性，要确定知道孩子踢球的详细地点，商定回家的时间，并确定孩子是搭伙出去的。如果可能，最好有成年人在旁看管或紧随其后，以防万一。

30年后的今天，我已开始向孩子们引荐足球现场比赛。时至今日，我依然像成长年代那样为足球比赛高声呼喊，激动不已。我只希望我的这种热情能传递给孩子们，让他们同样从中收获快乐。

在此章节，以我个人经验，和大家着重探讨和研究在足球运动中的乐趣共享和乐趣培养怎样做到这些，并涉及到影响孩子参加足球运动的各种因素，以及成人足球和孩子足球的区别及这意味着什么。

■ 回想一下你观看的第一场足球赛，感觉怎样？还能记起些什么？

培养兴趣

带孩子看一场球赛或许是个好的开端。并不必要非是一场职业比赛。我便选择了在当地街头举行的北部联盟的林蒂斯法姆（Lindisfarne）队的业余赛。

最佳练习 足球运动是一项全民运动，从地方公园到人头攒动的大型体育场都有赛事。一定要让孩子明白足球比赛有各种类型。即使带他们看一些低水平的比赛，但与比赛现场近距离接触，也同样使人热血沸腾。

电视上看足球

讲起来，我好像比较老土，但确实在我的成长阶段，英国每季度通常只播放两场现场直播赛事：英国足球联赛决赛（The FA Cup Final）和英格兰对苏格兰（England vs. Scotland）比赛。还是中学的时候，也不时有世界男学生或英国世界杯资格赛和每四年一次的世界杯足球赛。但很不幸，在我做孩子的这些年里，英国都无缘入围世界杯。

今天，足球业和电视业共同发展，可以看到几百场的现场直播，而且几乎每天都有重播。不论是国际水平的顶尖世界级比赛，还是非联盟赛，都有机会在电视上看到。随着电视足球节目的逐渐增多，为家庭提供了许多一起看足球的机会。然而，由于这是孩子了解足球的途径，你要有所准备回答他们的提问。