



# 儿童足球

## 大百科

[意] 阿尔贝托·贝尔托拉齐 / 著

[意] 埃丽卡·德皮耶里 / 绘

杨宇彬 / 译



# 儿童足球

## 大百科

[意] 阿尔贝托·贝尔托拉齐 / 著  
[意] 埃丽卡·德皮耶里 / 绘 杨宇彬 / 译



 中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS

 中青幼编

## 阿尔贝托·贝尔托拉齐

作者以记者这份职业开始了他的写作生涯——他先是为广播电台供稿，然后通过出版社合作，开始为旅游杂志供稿，曾任意大利《今日新闻》主编。作为一名作者，阿尔贝托的作品涉及教育和体育推广，同时也推出了许多普及历史、自然和艺术知识的作品。他的第一本关于体育普及的书籍是2011年出版的《橄榄球拯救世界》。作者本人也是体育运动的积极参与者，他在田径、足球、橄榄球等项目中均达到竞技水平，同时对网球、游泳、潜水等项目也有丰富的运动经验。他曾担任潜水教练、业余足球俱乐部主席以及少年足球和橄榄球队的教练。作者和 NuiNui 出版社合作出版了多本为儿童准备的体育普及读物，其中《儿童运动大百科》和《儿童足球大百科》倍受欢迎。

Original Title:  
Il calcio spiegato ai bambini  
Text: Alberto Bertolazzi  
Illustrator: Erika De Pieri

© Copyright 2017 Snake SA, Switzerland—World Rights  
Published by Snake SA, Switzerland with the brand NuiNui  
© Copyright of this edition: China Youth Press  
This simplified Chinese translation edition arranged through COPYRIGHT AGENCY OF CHINA

### 律师声明

北京市中友律师事务所李苗苗律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由 Snake SA 授权中国青年出版社独家出版发行。未经 Snake SA 和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分內容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

### 侵权举报电话

全国“扫黄打非”工作小组办公室 中国青年出版社  
010-65233456 65212870 010-50856028  
<http://www.shdf.gov.cn> E-mail: editor@cypmedia.com

### 图书在版编目(CIP)数据

儿童足球大百科 / (意) 阿尔贝托·贝尔托拉齐著；  
(意) 埃丽卡·德皮耶里绘；杨宇彬译. —北京：中国青年出版社，2018.3  
书名原文：Football for Kids  
ISBN 978-7-5153-5043-1  
I. ①儿… II. ①阿… ②埃… ③杨… III. ①足球运动—儿童读物  
IV. ①G843-49  
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 030112 号

版权登记号：01-2018-0308

## 儿童足球大百科

[意] 阿尔贝托·贝尔托拉齐 / 著  
[意] 埃丽卡·德皮耶里 / 绘  
杨宇彬 / 译



出版发行：中国青年出版社  
地 址：北京市东四十二条 21 号  
邮政编码：100708  
电 话：(010) 50856188 / 50856199  
传 真：(010) 50856111  
企 划：北京中青雄狮数码传媒科技有限公司  
策划编辑：杨昕宇  
责任编辑：张 军  
营销编辑：王莉莉  
封面设计：邱 宏

印 刷：鹤山雅图仕印刷有限公司  
开 本：965×635 1/8  
印 张：11  
字 数：240 千字  
版 次：2018 年 5 月北京第 1 版  
印 次：2018 年 5 月第 1 次印刷  
书 号：ISBN 978-7-5153-5043-1  
定 价：68.00 元

本书如有印装质量问题，请与本社联系  
电话：(010) 50856188 / 50856199  
读者来信：reader@cypmedia.com  
投稿邮箱：author@cypmedia.com  
如有其他问题请访问我们的网站：<http://www.cypmedia.com>



# 目录



## 足球的 历史和地理

第4页

第6页

## 做好准备

## 个人技术

## 主要 比赛规则

第14页

第12页





**团队技术**

第34页

**球队阵型**

第42页

**国家队**

第60页

**俱乐部**

第78页





# 儿童足球

## 大百科

[意] 阿尔贝托·贝尔托拉齐 / 著  
[意] 埃丽卡·德皮耶里 / 绘 杨宇彬 / 译



 中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS

 中青幼编

# 目录



## 足球的 历史和地理

第4页

第6页

## 做好准备

## 个人技术

## 主要 比赛规则

第14页

第12页





**团队技术**

第34页

**球队阵型**

第42页

**国家队**

第60页

**俱乐部**

第78页





# 足球的 历史和地理

## 足球小历史

- ▶历史上最早诞生的类似现代足球的运动是公元前3世纪出现在中国的蹴鞠。蹴鞠使用的球是由竹网外壳内填充动物羽毛和毛发做成的。
- ▶大约500年以后，在日本也出现了类似中国蹴鞠的日本蹴鞠。球员们需要在只使用双脚的情况下不让球触到地面。
- ▶古希腊人在历史上也有类似足球的埃匹斯基洛斯（Episkyros），罗马人则将他们的这种运动称为哈尔帕斯图姆（Harpastum）。在这种运动里双方球员要带球越过对方的底线得分。
- ▶在中世纪欧洲产生了有着相似规则的佛罗伦萨足球，这种运动流传到今天仍然有人参与。
- ▶现代足球于19世纪中期诞生在英国的大学校园里。



足球是世界上参与人数最多、最流行、最受关注的体育运动。最新数据表明地球上超过10亿人参与到足球运动中，而观看足球比赛的人数更是超过50亿。足球既可以在室外进行，也可以在室内进行。人类踢足球的历史已经超过2000年了！

## 足球地理

从高耸的喜马拉雅山脉，到非洲大沙漠，世界各地都有人在享受足球带来的快乐。不过在有的国家足球运动的参与者数量比其他地方都大得多，譬如美国、中国、俄罗斯等。有的国家观看足球运动是一项由来已久的传统，因为他们拥有最优秀的球员，还有最厉害的国家队——譬如巴西、阿根廷、英格兰、法国、意大利、西班牙、德国……

## 谁能踢足球？

无论男女、长幼，也无论身体健全还是有残缺，谁都可以参与到足球运动中来，所以世界上有着数不尽的足球比赛和庆祝活动。成年男子足球是其中最受关注的，带动了许许多多的体育和经济利益。近年来，在英语国家、中北欧以及北美洲拥有广泛参与者的青少年和女子足球赛事也获得了越来越多的关注。



## 5人、7人和11人制足球

足球运动中最流行的就是在室外草坪场地进行的11人制足球，但每个国家的气候和地理环境都不一样，人们偏好的比赛方式也有所不同。

室内五人制足球也是一种非常流行的比赛方式，五人足球每队有五名队员，使用的场地通常是硬地板。

在热带国家沙滩足球则是一项很普遍的运动，大家也是五人一队，但是需要赤脚在沙地上进行比赛。



## 谁来决定 比赛规则?

最重要的足球组织包括国际足联（FIFA），它的总部坐落在瑞士，负责管理国际足球赛事以及组织世界杯；欧洲足联（UEFA）负责管理欧洲足球赛事以及组织欧洲冠军联赛；国际足球协会理事会（IFAB）则负责制定及更改足球规则。

## 球迷

很多人不止会参与足球运动，而且喜欢在电视上或者去球场观看足球比赛。许多人会拥护和追随某支球队，这些人被称为这支球队的球迷。球迷通常会穿上自己支持球队的球衣、高唱队歌、挥舞队旗。有的球迷会成为“狂热球迷”（Ultras），他们把生活的全部都寄托于他们热爱的球队。还有一种球迷，比起专心地欣赏足球比赛，他们更喜欢挑起事端和宣泄暴力，甚至殴打其他球队的球迷，他们被称为“足球流氓”。



# 做好准备

## 足球的10项基础知识

- ▶ 比赛的目标只有一个——进球!
- ▶ 进球多的一队获胜
- ▶ 每场足球比赛在两支各11名球员组成的队伍间进行
- ▶ 要进球得分就要把球踢进对方球门里
- ▶ 不能用手! (除守门员以外)
- ▶ 一般要用脚踢球, 但是也可以用头、胸或膝盖
- ▶ 比赛在室外进行, 场地为天然草坪或人工草坪
- ▶ 比赛由一名裁判员维持场上秩序
- ▶ 球场上只有一个足球, 大家都想抢到它
- ▶ 比赛时长为90分钟 (分为上下半场)

补时  
几分钟

上半场  
45分钟

下半场  
45分钟

中场休息  
15分钟





## 基础装备

### 足球鞋

以前的足球鞋是用皮革做成的，而现在的新式球鞋则是以合成材料制成，更为柔软及耐用。球鞋的鞋底带有鞋钉，鞋钉的数量和材料根据不同的场地会不一样——在较硬的场地上一般使用8~13颗塑料鞋钉的球鞋；在较软的场地上则需要使用6~8颗金属鞋钉的球鞋。



### 护腿板

护腿板的作用是保护球员的小腿，一般由塑料、聚酯或橡胶等材质制成。护腿板可分为小板和大板。技巧型球员通常喜欢佩戴小板，防守或力量型球员多选择大板。



### 足球

这是足球运动里唯一真正不可缺少的装备！足球以皮革或合成材料制成，周长介于68~70厘米之间，重量为410~450克。



### 守门员手套

守门员一般会使用手套，这样他们既可以在拦截大力射门时保护双手，也可以更容易地把球抓稳。



### 队长袖标

每支球队都有一名队长，队长可以和裁判员进行交流。队长需要佩戴队长袖标以标识身份。





# 比赛场地

足球比赛的场地为长方形，长度为90~120米，宽度为45~90米。球场从中间分为两半，在两个半场的尽头各设有一个球门。球门宽7.32米，高2.44米，后面设有球门网。



两个球门前都各设有一个小的长方形区域，称为球门区。球门区长18.32米，宽5.5米。球门区外是一个更大的长方形区域，称为罚球区。罚球区长40.32米，宽16.50米。在每个罚球区中间距离球门11米的地方设有罚球点，用来标志罚点球的位置。在罚点球时，除了罚球球员及守方守门员外，其他任何球员都不能进入罚球区及弧顶区内。在罚点球时，球动之前，其他球员不能提前进入罚球区。在球场的四个角落处设有角球旗和角球弧以标志罚角球的区域。每场比赛的开球都是在球场的中圈处进行的，一方进球后也在中圈重新开球。



# 场上位置

## 守门员

守门员是比赛中唯一能用手触球的球员，但只限在己方罚球区内。守门员的主要任务是阻止足球进入己方的球门。

## 后卫

后卫的主要任务是阻止对方球员进球得分。在现代足球中，后卫还需要帮助中场球员和前锋们进攻和得分。后卫还分为中后卫（以前被称为清道夫或自由人）和边后卫（以前被称为翼卫）。

## 中场球员

中场球员是足球运动员里的多面手——他们既要参与防守，也要参与进攻。他们积极奔跑，努力夺球和控球，并负责带球向前推进，然后把球传送到前锋脚下，为其创造进球得分的机会。他们在比赛中既要成为艺术家，也要变成战士。中场球员也分为中路球员和边路球员等不同位置——其中包括组织核心（负责组织创造进攻得分机会，掌控比赛节奏）、后腰（防守和奔跑最积极）和前腰（在进攻上参与度最高）。

## 前锋

前锋的任务就是进球得分！但是在现代足球中他们也需要帮助队友们防守。前锋可以分为中锋（有时被称为柱式前锋，他们是进球得分的主要力量）和边锋（有时也被称为翼锋）。边锋主要负责盘球前进和传中，有时他们也会直接射门得分。



# 裁判员

在职业足球比赛中，一共需要6名裁判员！

## 主裁判

主裁判对比赛做最终的评判决定。他/她在场内移动奔跑，并尽可能地靠近足球所在处。在职业赛事中，主裁判会与其他裁判们通过耳机与麦克风进行交流。



## 助理裁判

助理裁判又叫边裁，共有两名，分别位于球场两侧的边线上。他们手中握有小旗子，当严重犯规或越位发生时他们会挥旗示意。



## 底线裁判

底线裁判也是一共有两名，分别位于球场两端球门线靠近球门处。他们会通过麦克风向主裁判示意禁区内的犯规，并帮助主裁判判断皮球是否进入了球门。



## 第四官员

第四官员也是执行足球比赛裁判任务的重要成员之一，在赛场管理、队员替补和伤停补时等工作中都起着重要作用。同时，第四官员还负责向有关机构提交比赛中发生的任何不正当行为或事故的报告。





## 红黄牌



主裁判有一个哨子，当比赛中发生犯规、进球或比赛结束时，他/她就会鸣哨示意。主裁判另外还有两张卡牌，分别是用于警告的黄牌和用于驱逐离场的红牌。裁判会在卡牌的背面记录下被罚球员的名字或者是球衣号码。



### 黄牌

当一名球员做出了相对严重的犯规动作，或者重复多次犯规时，主裁判就会出示黄牌以警告该球员。当一名球员受到第二次黄牌警告的时候他/她就会被红牌驱逐出场。

### 红牌

当一名球员做出非常严重的犯规、危险动作又或者是违背体育精神的行为时，主裁判就会出示红牌把该球员驱逐出场。被罚下的球员不得出现在球场内，按要求一般回更衣室。





# 主要比赛规则

## 不能做的事

在踢足球的时候有些事情是绝对不能做的！

## 越位

- ▶ 用手或手臂触碰足球。  
只有守门员或者球出了边线，需要投掷边线球时才能用手。
- ▶ 踩踏、蹬踹对方球员。
- ▶ 用脚踢对方球员（包括尝试用脚踢）。
- ▶ 用拳头或肘部攻击对方球员（包括尝试攻击）。
- ▶ 猛烈地从后方冲撞对方球员。
- ▶ 用手或手臂抓住或抱住对方球员。
- ▶ 过分危险的动作（即使是冲着球去的）。
- ▶ 在裁判鸣哨示意比赛暂停后仍然用力把球踢到远处。
- ▶ 侮辱或挑衅对方球员或裁判。
- ▶ 以12名球员进行比赛，此时裁判会暂停比赛。
- ▶ 在没有获得裁判的允许前进入或离开赛场。
- ▶ 假装被侵犯——虽然很多球员都会这样做，但如果裁判看到了，会对假摔球员发出警告。

在足球比赛里有一项很特别的规则——越位。什么是越位呢？

▶ 在队友传球时，有触球意向或有可能干扰对方门将的本方球员，处在了对方球门线和对方最后一名防守队员之间。

但是在以下情况下不会形成越位

- ▶ 接球球员处于己方半场。
- ▶ 接球前皮球最后碰到的一名对方球员。
- ▶ 球是直接从角球或边线球发出的。
- ▶ 球是由裁判发出的。