



Zuqiu Jingsai Shangxi yu
Caipan Shijian Jiaocheng

足球竞赛赏析与 裁判实践教程

董 青 /主编



对外经济贸易大学出版社
University of International Business and Economics Press

浙江工业大学重点教材建设项目资助

足球竞赛赏析与 裁判实践教程

主 编 董 青

副主编 肖 伟 郭治冬 许秋亚

对外经济贸易大学出版社

中国·北京

图书在版编目(CIP)数据

足球竞赛赏析与裁判实践教程 / 董青主编. —北京:
对外经济贸易大学出版社, 2016.10
ISBN 978-7-5663-1705-6

I. ①足… II. ①董… III. ①足球运动—竞赛规则—
教材 IV. ①G843.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第264171号

© 2016 年 对外经济贸易大学出版社出版发行

版权所有 翻印必究

足球竞赛赏析与裁判实践教程

董 青 主编

责任编辑: 阮珍珍

对外经济贸易大学出版社

北京市朝阳区惠新东街10号 邮政编码: 100029

邮购电话: 010-64492338 发行部电话: 010-64492342

网址: <http://www.uibep.com> E-mail: uibep@126.com

北京九州迅驰传媒文化有限公司印装 新华书店经销

成品尺寸: 170mm × 240mm 12.5 印张 186 千字

2016 年 11 月北京第 1 版 2016 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5663-1705-6

定价: 26 元

前言

PREFACE

足球竞赛赏析与裁判实践教程

本书对于足球竞赛规则进行了深入的研究,不仅适合足球运动的爱好者,也适合准备参加足球裁判课程或对足球裁判法有兴趣的爱好者,本书不仅仅关注竞赛规则本身,也对足球运动的技战术、竞赛规则在实际中的运用做了分析和指导。

随着足球比赛的广泛开展,竞争也越来越激烈,人们也越来越关注比赛的胜负,这不仅使裁判员在比赛中的角色越来越重要,同时也给裁判员带来了很大的压力。本书可以帮助那些正在实践中的裁判员巩固自己的知识,不断提高自己的执法水平并加深对竞赛规则的理解,进一步思考融入比赛以及应用规则的方法。另外也可以给队员、观众、爱好者和媒体人士一个理解足球规则和裁判员工作的机会。足球裁判员总是被质疑和争议所包围,所有热爱这项运动的人们最好都能够了解裁判员看待问题的角度。

在编译过程中,我们参考了众多的专业书籍和文献,在此表示衷心的感谢。由于编译人员水平所限,书中若有不妥之处,恳请广大读者批评指正。

编者

2016年2月

目录

CONTENTS

足球竞赛赏析与裁判实践教程

第一部分：基础篇/1**第一章 足球运动概述/2**

第一节 足球运动概述/2

第二节 足球运动的价值/12

第三节 中国现代足球运动的发展/20

第二章 足球比赛的欣赏指南/25

第一节 观战准备/25

第二节 从不同角度去欣赏比赛/27

第三节 做出自己的评价, 提高观察水平/29

第四节 如何评价一场足球比赛/30

第二部分：规则篇/37**第三章 足球竞赛规则的产生、演变与发展/38**

第一节 足球竞赛规则的产生/38

第二节 足球竞赛规则的演变/40

第三节 国际足球的管理机构/41

第四节 世界杯足球赛发展过程/42

第四章 比赛组成元素与组织方法/45

第一节 比赛组成元素/45

第二节 比赛组织方法/51



第五章 比赛重点规则与比赛恢复方法/56

第一节 比赛重点规则/56

第二节 比赛恢复方法/63

第三部分：实践篇/69

第六章 裁判员与助理裁判员的跑动和选位/70

第一节 裁判员的跑动和选位/70

第二节 助理裁判员的跑动与选位/75

第七章 准确判罚犯规/78

第一节 犯规的概念和范畴/78

第二节 认识犯规/80

第三节 判罚犯规/85

第四节 红黄牌的使用/88

第八章 提高判罚越位的准确性/95

第一节 观察位置的选择与移动/95

第二节 越位的观察与判断/96

第三节 熟悉战术打法/99

第九章 有利条款的运用/100

第一节 有利条款的精神实质/100

第二节 正确运用有利条款的意义/101

第三节 运用有利条款应注意的事项/102

第十章 裁判员的体态语言/105

第一节 裁判员体态语言的重要性/105

第二节 裁判员的沟通渠道/106

第三节 比赛前裁判员的体态语言/107

第四节 比赛中裁判员的体态语言/109

第五节 比赛结束后裁判员的体态语言/119

第十一章 裁判员的执法技巧/120

第一节 身体动态和心理动态/120

第二节 赛场之外的充分准备/124

第三节 比赛继续与停止的处理/128

第四节 自我情绪的控制/133

第五节 哨子的使用/135

第六节 赛后书面工作/138

第十二章 裁判员的自我保护/141

第一节 对裁判员的暴力/142

第二节 裁判员应有的明智决定/143

第三节 裁判员避免冲突的方式/144

第四节 裁判被攻击的后续处理/152

第十三章 裁判员执法程序指南/155

第一节 一般程序/155

第二节 比赛之前/156

第三节 开始比赛/161

第四节 比赛结束/186

第五节 赛事报告/187

参考文献: /189

第一部分 基础篇。

THE FIRST PART





第一章 足球运动概述

第一节 足球运动概述

一、古代足球运动

我国是具有悠久历史的文明古国,据有关史料记载,世界上最早的足球游戏就产生在中国。远在公元前475—前221年的战国时代就有了蹴鞠游戏,蹴鞠一词最早记载在《史记·苏秦列传》里。人们称其为“蹴鞠”或“蹋鞠”。“蹴”和“蹋”都是踢的意思,“鞠”则是指球。

到了公元前206—公元220年的汉朝时,“蹴鞠”已是一项重要的游戏活动。从东汉人李尤在《鞠域铭》里的记载看,那时就有了蹴鞠专用的场地。当时的球门称“鞠域”或“鞠室”。唐人颜师古进一步说明球是用皮革制成的,内填毛发。《鞠域铭》里还记述双方要有队长和执法的裁判员,按规则进行比赛,还进一步提到“不以亲疏,不有阿私,端心平意,莫怨其

非”。说明当时已有了对裁判员执法公正和运动员服从判决要求的记载。

唐代是我国蹴鞠最为盛行的时期。首先是在场地器材方面,有了“充气的球”,用充气的球代替填满毛发的球。设立了“门”,以“球门”代替了“鞠城”或“鞠室”,在活动方式上又创造了蹴鞠的多种游戏方法。

到公元960—1279年的宋朝,开始出现球会组织。其中有“齐云社”和“圆社”,并且一直沿用到元朝和明朝。

唐代时我国的古代蹴鞠传入日本。在日本一部古书有记载,蹴鞠为古代足球游戏,是比较盛行的活动之一。同时在对外文化交流中,古代足球游戏也是其中的一项。

到了元、明、清朝(公元1271—1840年),由于受儒家思想的影响,社会上兴起“重文轻武”风气。因此,足球游戏由对抗演变为表演,甚至有统治者将足球游戏视为“下流的娱乐活动”,因而就失去群众基础,使我国古代足球游戏逐步走向衰落,尤其在明朝又明令禁止足球游戏。这样到清朝中期(1750年)我国古代足球游戏就走向消亡。

可见,早在2500年前我国就有了足球运动,要比其他国家早1000多年。

二、现代足球运动

(一) 现代足球运动及规则的诞生

现代足球起源地是英国。传说在11世纪,英格兰与丹麦之间有过一场战争,战争结束后,英国人在清理战争废墟时发现一个丹麦入侵者的头骨,出于愤恨,他们便用脚去踢这个头骨,一群小孩见了便也来踢,不过他



们发现头骨踢起来脚痛,于是用牛膀胱吹气来代替它。

12世纪初,英国开始有了足球赛。比赛是娱乐活动,一年两次,一般在两个城市之间举行。主持人把球往空中一抛,比赛就算开始。双方就会一拥而上,大叫大喊,又踢又抱,哪一方能将球踢进对方的闹市区,哪一方就算胜利。如果球中途窜入居民屋里,运动员也就一窝蜂地冲进去乱打乱踢,常常把屋里的东西砸得稀巴烂,房主只好自叹倒霉。路上行人碰到球滚来,就会遭受一场飞来的横祸。因此在当时,球赛一来,人们就得躲避灾难,关门闭户,一直到球赛结束,才恢复正常。这样的球赛遭到市民的强烈反对,英国政府便下了一道禁令:规定足球比赛要在空地上进行,进入闹市区者重罚,于是就出现了专门的足球场。到19世纪初期,足球运动在当时欧洲及拉美一些国家特别是在资本主义的英国已经相当盛行。

1848年,足球运动的第一个文字形式的规则《剑桥规则》诞生了。所谓的《剑桥规则》,即是在19世纪早期的英国伦敦,牛津和剑桥之间进行比赛时制定的一些规则。当时每队有11个人进行比赛。因为当时在学校里每套宿舍住有十个学生和一位教师,因此他们就每方11人进行宿舍与宿舍之间的比赛,当前的11人足球比赛就是从那时开始的。

1863年10月26日在英国伦敦成立了世界上第一个足球运动组织——英格兰足球协会,并统一制定了原始的14条足球规则。从此,国际足坛把这一天作为现代足球的誕生日。英国足协于1872年开始举办“优胜杯”足球赛,推动了全国的足球发展。随着国际交往的增多,特别是英国的海员、牧师、商人、士兵、学者以及政界人士在世界各地的活动,从而把现代足球运动传播到世界各地,并相继成立了足球俱乐部和足球协会。他们都沿用英国人制定的比赛规则和踢球的模式,开展了现代足球运动。1886年英格兰、苏格兰、威尔士和北爱尔兰四个足球协会发起成立了“国际足球

理事会”，进一步统一了比赛规则。

随着足球运动在世界各国迅速的发展，为了便于各国国家间的相互交流、比赛，迫切需要成立一个世界性的组织。1904年5月21日由法国、瑞士、瑞典、比利时、西班牙、荷兰、丹麦等国足球协会的代表在巴黎发起成立了“国际足球联合会”，法文缩写为“FIFA”。1909年英国足协加入了国际足联。国际足联的宗旨是促进国际足球运动的发展和各国足协之间的友好关系。从此，世界足球运动在国际足联领导下得到了迅速发展。

目前，由国际足联组织的世界性比赛有六种：世界杯足球赛、奥运会足球赛、世界青年足球锦标赛、世界少年足球锦标赛、世界女子足球锦标赛、世界室内足球锦标赛。其中世界杯足球赛和奥运会足球赛水平最高，影响最大。

（二）现代足球运动的特点

足球运动有如此大的魅力，不仅在于足球运动孕育着丰富的内涵，而且也与足球运动的特点有关。

一是整体性。足球比赛每队由11人上场参赛。场上的11人思想统一，行动要一致，攻则全动，守则全防，整体参战的意识要强。只有形成整体的攻守，才能取得比赛的主动权及良好的比赛结果。

二是大局性。足球比赛场地大，人数多，如何利用好场地和人数就是胜负的一个关键。双方利用有效的传切、流畅的配合突破层层防线，通过空间上大范围的转移球调动对方以期达到找到漏洞或撕开防线的目的。同时足球联赛的赛季很长，比赛繁重，合理分配体能，适当轮换球员等都是整个赛季全盘考虑的要素。

三是精细性。足球运动粗中有细，大块头其实是很智慧的。个人盘带讲求技术细腻到位，时机得当，有时短短的时间差或半步的距离都会



造成突破、妙传甚至进球!而双方球员不仅在足球技术上对抗,在心理上也有不断地较量:小动作骚扰,大动作施压,言语上的挑衅激怒对方,关键时刻在高压下处理球(如点球时射手和门将的心态,加时赛时能否保持清醒)都是足球的看点与可咀嚼之处。

四是对抗性。足球运动是一项竞争激烈的对抗性项目,比赛中双方为争夺控制权,达到将球攻进对方球门,而又不让球进入本方球门的目的,展开短兵相接的争斗,尤其是在两个罚球区附近时间、空间的争夺更是异常凶猛,扣人心弦。一场高水平的比赛,双方因争夺和冲撞倒地次数多达200次以上,可见对抗之激烈。

五是多变性。足球运动是一项技术上多彩多姿、战术上变幻莫测、胜负结局难以预测的非周期性运动项目。比赛中运用技、战术时要受对方直接的干扰、限制和抵抗,必须依临场中具体情况而灵活机动地加以运用和发挥。

六是易行性。足球竞赛规则比较简练,器材设备要求也不高。一般性足球比赛的时间、参赛人数、场地和器材也不受严格限制,因而是全民健身中一项十分易于开展的群众性的体育运动项目。

(三)现代足球技战术的基本特征

足球作为世界第一大体育运动项目,由于其拥有较强的团队性、观赏性、竞技性,受到了广泛的欢迎。现代足球较之以往,呈现出了不同的特征。

1.现代足球的技术特征

随着现代足球比赛攻守速度的不断加快、对抗争夺的日趋激烈,足球技术特征有以下几个方面:

(1) 技术与目的结合

各项技术的运用都离不开目的性,所以要做到技术与目的相结合,运动员除了具备全面、坚实的技术基础外,还需娴熟、自如地运用各项技术,并在技术的实用性上狠下功夫。

(2) 技术与速度相结合

现代足球正朝着高速度、强对抗的方向发展,赛场上给予运动员完成各项技、战术动作的时间越来越短,空间越来越小。要想真正适应激烈争夺中的快速攻守,最重要的因素是速度。特别是在快速中运用技术能力、完成技术动作的速度以及技术动作之间的衔接速度。如果缺乏速度,那么再漂亮的技术在比赛中也难有“用武之地”。

(3) 技术与意识结合

技术必须赋予意识才有活力和威力。从单一的技术动作到局部的战术配合,直到全队的整体打法,都受意识的支配。因此,技术与意识的结合是非常重要的。

在意识的培养与技、战术训练中,从初学足球开始,就应把意识的培养贯穿在技、战术训练中,寓意识于一切技术行动之中,使它们同步发展。

(4) 技术与意志结合

意志品质是足球运动员必不可少的重要素质之一,特别是在那些具有特殊意义的比赛中,意志品质具有举足轻重的作用。

足球运动员的意志品质基本上体现在三个方面:勇敢顽强的拼搏作风,自我控制情绪的能力,敢于冒险的无畏精神。

(5) 技术与位置结合

当前,足球技术正朝着全面、快速、娴熟、简练、强对抗的方向发展,



近年来,全面型的整体和全面型的个人都在不断发展和提高。每名队员都身负攻守双重任务,这就要求运动员在掌握全面技术的基础上,根据个人的特长和位置的需要发展专长技术。他们既是足球场上的多面手,又是具有个人特点和某个位置上的专家。

(6) 技术与即兴结合

随着技、战术水平的全面提高与发展,比赛中运动员处理球的时间越来越少、空间越来越少。这就需要某些超常的技术才能满足比赛的要求。

所谓超常技术和即兴发挥,是指根据赛场上瞬间即变的环境及突发的情况,随机采取应急手段,打破原有技术动作的结构,达到出奇制胜的目的。

2. 现代足球的战术特征

随着足球运动的发展,运动员的即兴发挥将会运用得越来越广泛、水平越来越高、魅力越来越大。它要求运动员必须具有全面娴熟的技术、突出的意识、敢于冒险的精神、机敏冷静的头脑和迅速的应变能力。而且这些都要在一刹那的时间内表现出来。

(1) 进攻手段多样化

在现代足球运动中,队员的进攻手段向着全面、多样化的方向发展,仅仅依靠几个人之间的小范围配合以及中后场队员的突然插上成为了目前足球比赛中最具有特征的打法。在现代足球中,不仅要求前锋拥有较强的攻击能力,对于后卫、边卫也都要求拥有相当的攻击能力。同时,对于球队的组织者来说,也不仅仅局限于中场队员的组织能力,对于前锋、后卫的组织能力要求也有所提高。同时,对于打法也拥有着更多的变化,在比赛中,球队的进攻方式也更加多样化,能够从地面、空中以及定位球

等各个方面对对方的球门产生威胁,这也正是近年来经常提到的多点式进攻方式,从而能够制造出更多射门的机会。进攻手段与进攻手段之间也不再是独立存在的,而是相辅相成、紧密相关的,其通过队员之间的不同配合方式来实现远接近插、中前场2打1、后排插上以及下底传中等方式以及比赛中的个人突破和战术配合,从而使整个比赛节奏向着全面化的方向发展。

(2) 技术型球队的控制打法

以巴塞罗那为代表,其主要倡导的控制型打法也逐渐被越来越多的球队所使用。在这种打法中,其主要强调的就是在球队的前、后卫之间进行大量、精确的传接球配合,从而尽可能地在比赛中获取更多的球权。这种控制打法的核心理念就是要求更多的队员进入对方半场,并通过精确的传接球配合将对方压制在防守三区之内,而继续在不断地传接球配合之中找寻对手失误的机会,再通过个人突破或者短传配合的方式渗透到对方的防线之中并取得射门机会,而当没有发现良好的空当时则继续耐心地对球权保持控制。这种打法通常比较适用于技术型打法的队伍之中,对球队队员的配合默契性以及个人技术都有着较高的要求。

(3) 压缩空当的防守

足球赛场中的进攻与防守永远是两个对立的关系。由于在现代足球之中,通常都以多方位的方式进攻,这也使得球队的防守逐渐向着有机、轮转、逼迫式的方向发展,其也正是现代足球防守中的主要潮流。同以往派专人全场对对方球队核心人物盯防的方式不同,目前的防守方式更加节约队员的体能,且主要通过轮换盯人、及时协防以及压缩进攻空间等方式完成防守任务,更强调防守过程中的团队配合,从而使球队的防守工



作更具有生命力。最具有代表性的就是意大利队,他们曾通过严密的压迫式防守获取了一个又一个大赛的胜利,从而获得了“钢筋混凝土防线”的美誉。

(4) 整体与个体的高度统一

整体性是球队中所有球员对于赛场指令进行实际运用的能力,其要求球队应当在保证整体配合的同时对个人的能力进行充分地发挥。在现代足球中,整体性的好坏也是衡量一个球队的重要因素。同时,在现代球队中,球员个人的攻防职责也逐渐加大,其主要特点就是球员个体由单一的职责转变成了具有攻击与防守的双重职责。这就使得在比赛中很难对某一名球员的位置进行绝对的判定,这也说明在现代足球中球队的战术打法、职责确认成了最为重要的战术安排。

三、足球组织及赛事

(一) 国际足球协会联合会

1863年英格兰足球协会成立后,欧洲和南美洲国家也成立足球协会,并不同程度地仿效英格兰足球协会进行各自的锦标赛。

随着足球运动在世界各地的迅猛发展,各地足球协会相继成立,一个跨国界足球组织的形成条件逐渐成熟。1904年5月21日,国际足球协会联合会(简称国际足联,缩写为FIFA)在巴黎圣奥诺雷街法国体育运动协会联盟驻地正式成立,创始国为法国、瑞士、瑞典、西班牙、荷兰、丹麦、比利时等。1932年,国际足联总部移至瑞士苏黎世至今。