

A large soccer ball with a black and white geometric pattern is positioned on the right side of the frame, resting on a vibrant green grass field. The background shows a large stadium with a curved, illuminated roof structure under a dark, cloudy night sky. The stadium seating is visible, and a goalpost is seen in the distance on the left.

足球专项理论（二）

——足球竞赛规则 与裁判法

教育部球类教研室
足球课程组

一、足球竞赛规则



二、足球裁判法



一、足球竞赛规则

(一) 足球场地与器材

1. 球场：

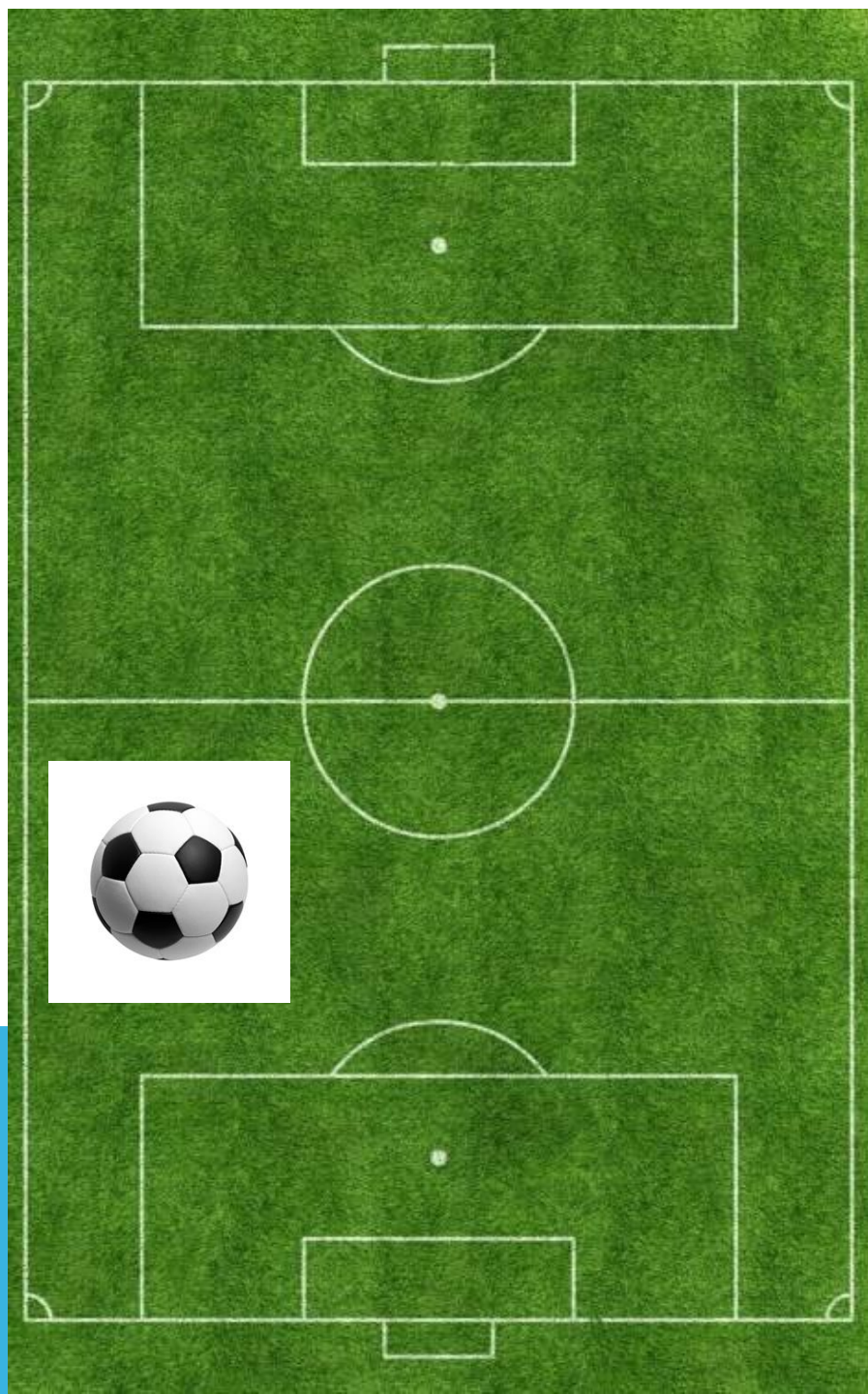
长度90-120m，宽度45-90m。

2. 球门：

宽7.32m，高2.44m。

3. 球：

用皮革制成的球体，圆周在68-70cm之间，重量在比赛开始时在410-450g之间，压力为0.6-1.1个大气压力（600-1100g/cm²）



一、足球竞赛规则

(二) 参赛人数、装备及比赛时间

1. 人数：

不少于7人和多于11人，有一名守门员，每队最多可替补3名队员。

2. 装备：

统一的球服、短裤、护袜，及足球鞋与护腿板。守门员服装颜色必须有别与其他队员。

3. 比赛时间：

分为上、下两个半场，每半场45min。中场休息不得超过15min。



一、足球竞赛规则

(三) 比赛开始

开球：

在上、下半场比赛开始时；在进球得分后，中圈中点处开球，双方队员必须在本方半场，可以直接射门得分。



一、足球竞赛规则

(四) 比赛进行死球

1. 比赛成死球：

- (1) 当球全部越过球门线或边线时；
- (2) 当比赛已被裁判员停止时。

2. 比赛进行：

- (1) 球从球门柱、横梁或角旗杆弹回场内；
- (2) 球从比赛场地上的裁判员或助理裁判员身上弹回场内。



一、足球竞赛规则

(五) 计胜方法

1. 进球得分：

球的整体从球门柱间及横梁下越过球门线。

2. 获胜的队：

在比赛中进球数较多的队为胜者。如两队进球数相等或均未进球，则比赛为平局。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球：比赛中犯规

2. 球点球：在本方罚球区内犯规

3. 球门球：进攻方触球出底线

4. 角球：防守方触球出底线

5. 界外球：队员将球触及出边线



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

直接任意球可以直接射入对方球门得分。

直接任意球

间接任意球

间接任意球不可以直接射门得分，球踢出后须经其他球员触及进门方为有效。

一、足球竞赛规则

(六) 定位球 1. 任意球

(1) 直接任意球

比赛中球员出现下列10种犯规中的任何一种时，应被判罚直接任意球。此时球应放在犯规地点，由被犯规一方的球员将球踢出。直接任意球可以直接射入对方球门得分。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球 1. 任意球 (1) 直接任意球

① 踢或企图踢对方队员



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

② 绊摔或企图绊摔对方队员



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

③ 跳向对方队员



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

④ 冲撞对方队员



合理冲撞

- 冲撞时，使用规定的身体器官（肩以下至肘关节以上的臂侧部）。
- 冲撞的目的必须在于控球或抢球。所以球必须是在球员可控制的范围之内（一般是1-2米）。
- 冲撞时，人必须向球跑动，也就是说必须是以球作为目标。
- 冲撞时臂部必须紧贴自己上体体侧。
- 冲撞的力量要适当，不得用力猛撞或做带有危险性的动作。

一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑤ 打或企图打对方队员

打人是恶劣的犯规行为，除了要被判罚直接任意球之外，还应罚令犯规队员出场。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑥ 推对方队员

为了获得对球的控制，在抢截对方队员时，用手推打对方队员。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑦ 铲球

为了得到对球的控制而抢截对方队员时，于触球前触及对方队员，球员铲球时，应先清楚地铲到球，如果先踢到对方球员则是犯规。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑧ 拉扯对方队员



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑨ 向对方队员吐唾沫



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(1) 直接任意球

⑩ 故意手球



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(2) 间接任意球

此时球应被放在犯规地点，由被犯规一方的球员将球踢出。间接任意球不可以直接射门得分，球踢出后须经其他球员触及进门方为有效。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(2) 间接任意球

比赛中球员出现下列犯规中的任何一种时，应被判罚间接任意球。

- ① 守门员用手控制球后持球超过6秒。
- ② 守门员在发出球之后未经其他队员触及，再次用手触球。
- ③ 守门员用手触及同队队员故意踢给他的球。
- ④ 守门员用手触及同队队员直接掷入的界外球。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

1. 任意球

(2) 间接任意球

⑤ 危险动作：指球员在踢球时，其动作有可能伤害对方或伤害自己。

⑥ 阻挡队员：队员目的不在踢球，球又未在其控制范围以内时，用身体阻挡对方队员行动的犯规。

⑦ 越位



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

2. 球点球

比赛中，队员在本放罚球区内，违反直接任意球条款中任何一条，都将被判罚球点球。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

3. 球门球

队员将球触及出对方底线，将由对方在球门区内发球门球。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

4. 角球

队员将球触及出本方底线，将由对方在角球区内发角球。



一、足球竞赛规则

(六) 定位球

5. 界外球

队员将球触及出边线，将由对方在出界地点掷界外球。在掷出球的一瞬间，掷球者应：

- (1) 面向比赛场地；
- (2) 任何一只脚的部分站在边线上或站在边线外的地上；
- (3) 使用双手；
- (4) 将球从头后经头上掷出。

掷球队员在其他队员触球前不得再次触球。



一、足球竞赛规则

(七) 红黄牌

应被出示**黄牌**给予警告的7种犯规是：

1. 犯有非体育行为；
2. 以语言或行动表示异议；
3. 持续违反规则；
4. 延误比赛重新开始；
5. 当以角球或任意球重新开始比赛时，不退出规定的距离；
6. 未得到裁判员的许可进入或重新进入比赛场地；
7. 未得到裁判员的许可故意离开比赛场地。



一、足球竞赛规则

(七) 红黄牌

应被出示**红牌**给予警告的7种犯规是

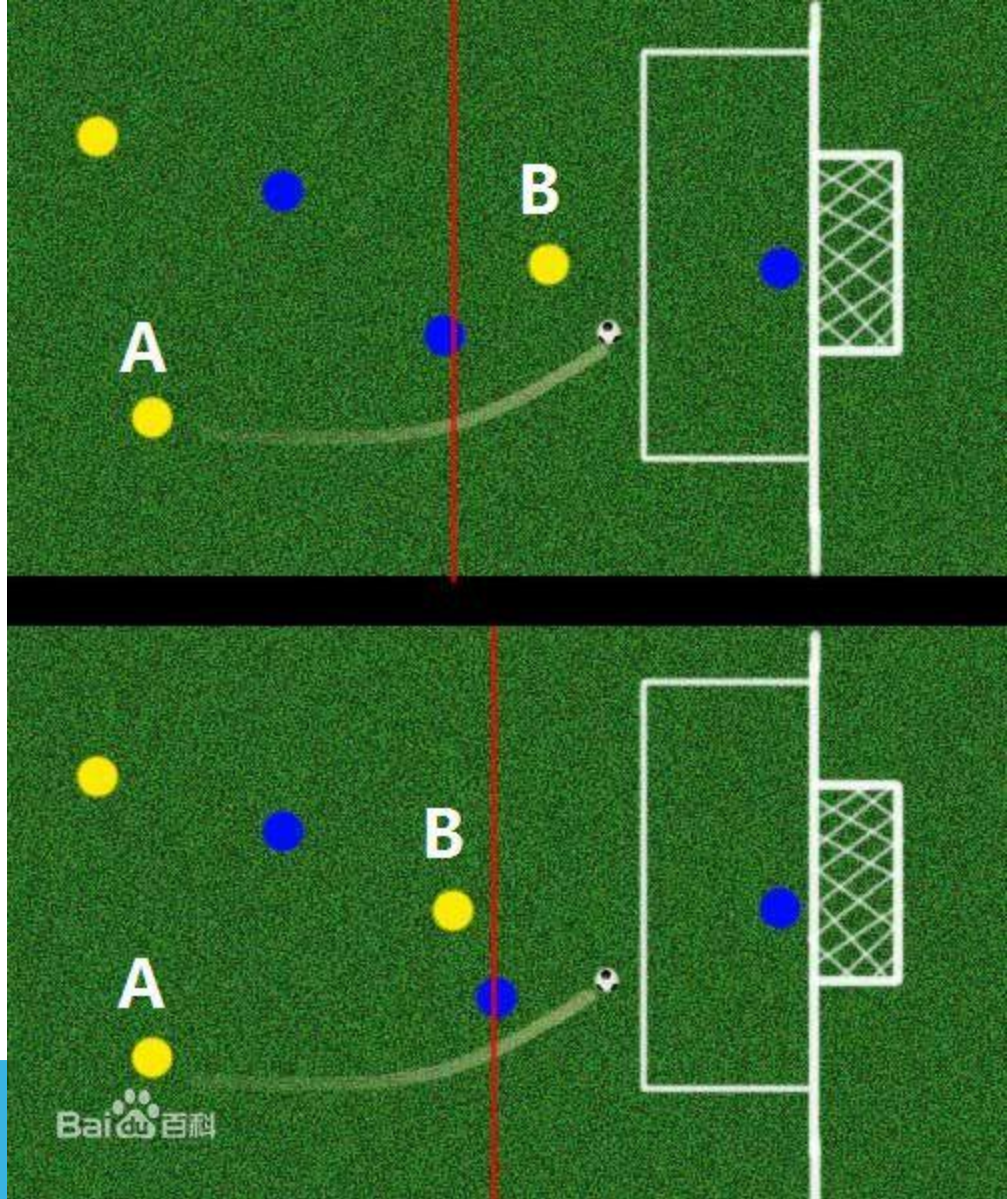
1. 严重犯规；
2. 暴力行为；
3. 向对方或其他任何人吐唾沫；
4. 用故意手球破坏对方的进球或明显的进球得分机会；
5. 用犯规，破坏对方向本方球门移动着的明显的进球得分机会；
6. 使用无礼的、侮辱的或辱骂性的语言及动作；
7. 在同一场比赛中得到第二次警告。



一、足球竞赛规则

(八) 越位

即在进攻球员出球的瞬间，在对方半场，接球球员比倒数第二名防守球员更靠近球门，并参与或干扰比赛就会被判罚越位。角球和界外球，球门球并不算越位。



越位图例1



越位图例2



越位图例3



越位图例4



一、足球竞赛规则



二、足球裁判法



二、足球裁判法

(一) 裁判员的哨声

1. 比赛开始（包括某队胜一球后重新开始比赛）。一声哨
2. 比赛时间终了（包括上半时或全场比赛时间终了）。二促哨，接一声长哨。
3. 判某队胜一球。一声长哨。
4. 执行罚球点球。一声哨，哨声稍长。
5. 场上发生犯规或其他情况，裁判员暂停比赛时，应及时鸣哨。



二、足球裁判法

(二) 裁判员的手势

1. 直接任意球：单臂侧平举，明确批示踢球方向。



二、足球裁判法

(二) 裁判员的手势

2. 间接任意球：单臂上举，掌心向前。此手势应持续到球踢出后，并被场上其他队员触及或成死球时为止。



二、足球裁判法

(二) 裁判员的手势

3. 球门球：单臂向前斜下举，指向执行球门球的球门区。



二、足球裁判法

(二) 裁判员的手势

4. 角球：单臂斜上举，指向执行角球的角球区。



二、足球裁判法

(二) 裁判员的手势

5. 界外球：单臂侧平举，明确批示踢球方向。



二、足球裁判法

(三) 裁判员的旗式

1. 越位：助理裁判员及时将旗上举，向裁判员示意。当裁判员见到旗示鸣哨令比赛暂停后：

远端的队员越位，应面对场内，将旗向前斜上举。

中间队员越位，应面对场内，将旗前平举。

近端的队员越位，应面对场内，将旗向前斜下举。



二、足球裁判法

(三) 裁判员的旗式

2. 界外球：助理裁判员应将旗侧斜上举，批示掷界外球方向。



二、足球裁判法

(三) 裁判员的旗式

3. 球门球：助理裁判员应面向场内，将旗前平举，指向执行球门球的球门区。



二、足球裁判法

(三) 裁判员的旗式

4. 角球：助理裁判员应将旗斜下举指向近端的角球区

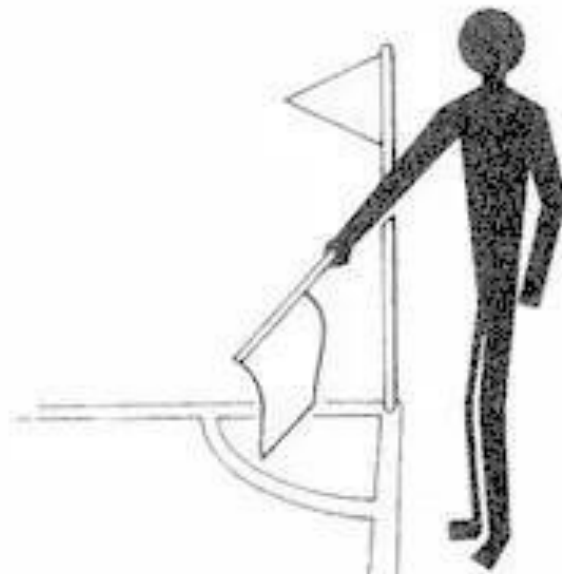
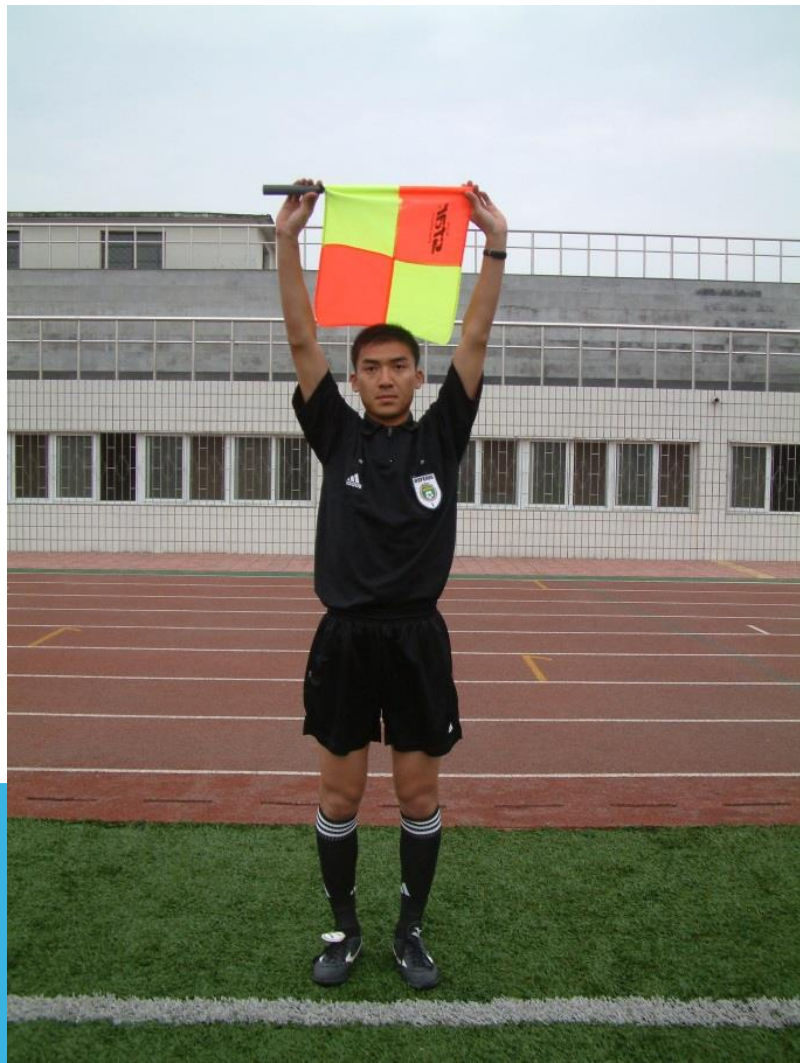


图6 角球

二、足球裁判法

(三) 裁判员的旗式

5. 替换队员：助理裁判员发现某队请示替换队员，应待比赛成死球时用双手将旗横举过头，向裁判员提示某队请示换人。



足球裁判故事分享：



谢谢大家!

