

SCORING IS WHAT  
MAKES ME HAPPY  
RONALDO

# 足球

NIKEFOOTBALL.COM

體育教師：盧英娟

# 足球簡介

---

- 人數：標準的足球比賽由兩隊各派11名隊員參與，包括10名球員及1名守門員，互相在長方形的草地球場上互相對抗、互相進攻。
- 足球比賽中除了守門員可以在己方禁區內利用手部接觸足球外，球場上每名球員只可以利用手以外的身體其他部分控制足球(開界外球例外)。
- 時間：90分鐘（上下半場45分鐘，中間休息15分鐘）

# 足球簡介-古代足球



- 古代足球出現於中國戰國時代的蹴鞠，與同時代的古希臘人與古羅馬玩的古希臘足球，2004年初，經專家、學者的考證和國際足聯的確認，古代中國的蹴鞠是足球運動的最早雛形。
- 最早確切可信的文字記載這項運動者，當屬《戰國策》和《史記》，當時它以具有軍事性和娛樂性雙重性質的活動而被記錄下來。
- 隋、唐時代，蹴鞠和佛教一起傳到了日本，今日日語及韓語中仍可見稱足球為「蹴球」的用法，這便是受到中國的影響。

# 足球簡介-現代足球

- 現代足球運動公認為起源於19世紀中期的英國。最早的職業聯賽也在同地開始。1863年10月26日，世界上和西歐第一個正式的足球組織英格蘭足球協會在英國首都倫敦成立。此後，足球運動在全球廣泛傳播。
- 1863年10月26日這一天也被作為現代足球運動的誕生日。
- 目前，歐洲與南美洲被公認為足球水平最高的兩大洲。

# 足球簡介-現代足球

---

- 歐洲足球流派技術簡練實用，注重配合，個人素質上力量強，速度快，作風硬朗，以德國、意大利、法國、荷蘭、英格蘭等為代表，歐洲擁有世界上最高水平的職業聯賽。
- 南美洲足球流派則講究個人技術，注重短傳配合和個人突破，以巴西、阿根廷、烏拉圭等為代表。

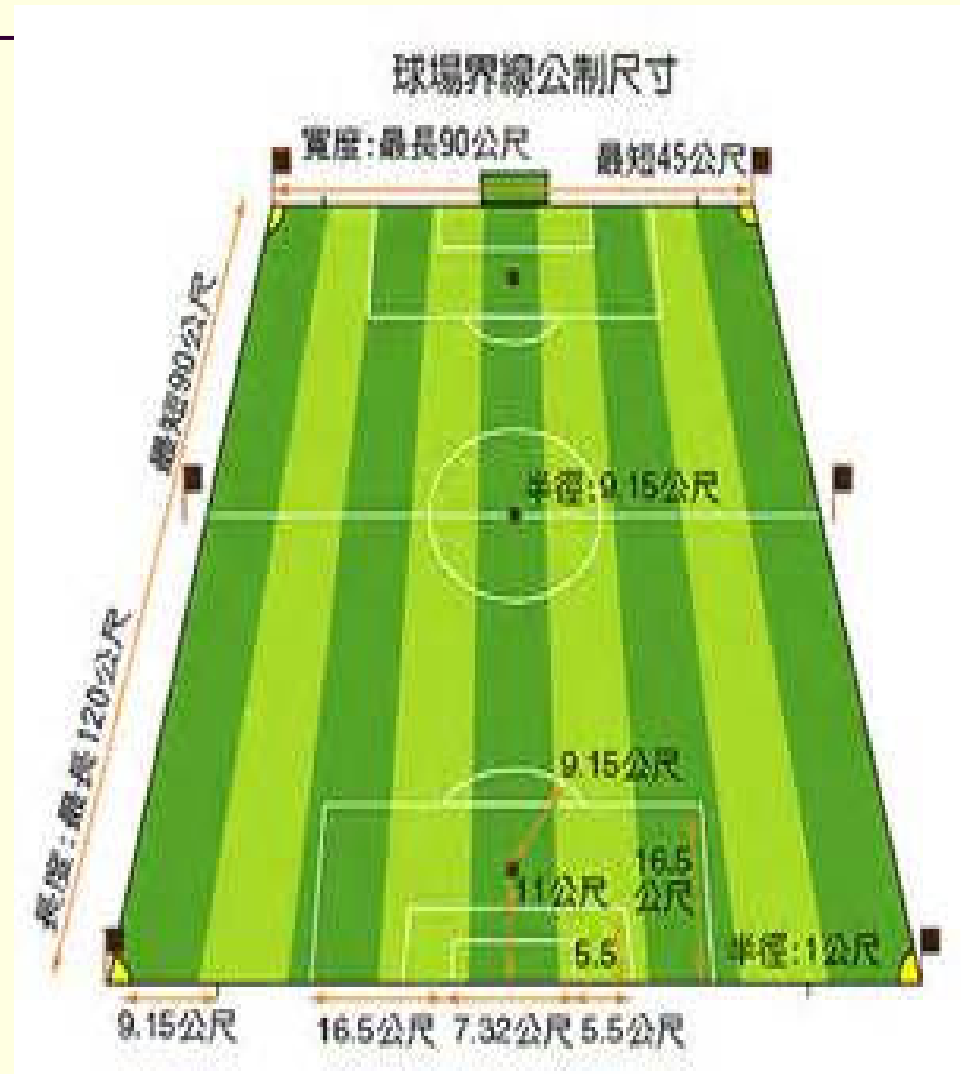
# 基本技術



名稱	內容
踢球	用 <u>腳</u> 內側、腳背正面、腳背內側與外側、腳尖、腳跟 <u>傳球</u> 、 <u>射門</u>
接球和控球	用腳部、胸部、 <u>腹部</u> 、 <u>大腿</u> 、 <u>頭部</u>
頭球	前額正面、側面(原地、助跑、跳躍、魚躍)
搶球	正面、側面、後面[後腳截球]；倒地 <u>鏟球</u> ，截球
運球過人	腳背正面、內側、外側等的運球；各種過人技巧
界外球	原地擲球，助跑擲球
顛球	用頭部、肩部、大腿、腳等

# 足球規則

- **球員**：足球比賽參賽雙方各有**11**名球員，包括**1**名守門員，**3-5**名後衛，**2-5**名中場，**1-3**名**前鋒**球員組成。
- **場地**：



# 11人制簡易規則

- 在禁區內守門員可用手接球，但不可用手接著自己球員的回傳。
- **球門球**：分為生球及死球，生球是足球被守門員接下，他可用腳或用手把球開出，而死球則是對方將球踢出底線，所得的球門球，守門員必須把球放定在地，然後用腳開出。
- **界外球**：**界外球是用手開出**，而擲界外球的球員，必須雙手持球，而球必須經過後腦擲出。
- **角球**：當守方球員把球踢出自己的底線，攻方的球員便可獲得角球，**角球必須用腳開出**，而開球的位置是在底線和邊線的交界處，守方球員必須離開開球處十碼。



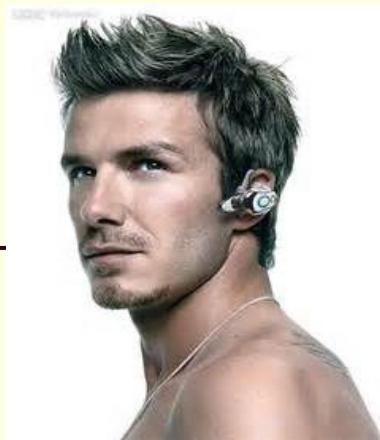
# 足球比賽

- 各種足球比賽裡，最有影響力的是世界杯足球賽，每四年舉辦一屆，1930年由烏拉圭開始舉辦第一屆，因為二戰停辦了兩屆，從1950年開始到現在一直沒有間斷過。
- 成績最好的是參賽次數最多(共18次)的國家隊巴西國家足球隊共五次冠軍，2006年世界杯足球賽的冠軍意大利國家足球隊，共獲得四次冠軍，而德國國家足球隊共獲得三次冠軍，阿根廷、烏拉圭各獲得兩次冠軍，英格蘭、法國、西班牙各一次。

# 球星

- 著名的足球運動員有時代代表著一個足球時代，或者是一個國家足球的象徵，如荷蘭國家足球隊的約翰·克魯伊夫代表著「全攻全守」足球打法的一個時代。
- 意大利國家足球隊的迪諾·佐夫代表著「鋼筋混凝土式防守」打法興起的一個時代。
- 巴西國家足球隊的貝利又被認為是“第一代球王”，阿根廷國家足球隊的馬拉多納被認為是“第二代球王”；還有巴西球員羅納爾多被稱為“外星人”。著名足球運動員，特別是中場核心，全場球隊的組織者，一般都身穿10號球衣，如貝利、馬拉多納、弗朗茨·貝肯鮑爾、濟科、巴治奧等。

# 球星



- 外表英俊而在時尚界出名引領世界時尚潮流的球星，如英國足球運動員大衛·貝克漢姆，他的精準的傳球與能夠直接破門的任意球功夫雖然是他出名的最主要因素。
- 2002年後，巴西的卡卡在AC米蘭獲得成功，成為續碧咸後另外一個廣受歡迎的潮流球星。四次榮獲金球獎的利昂內爾·梅西（阿根廷）、年輕的克里斯蒂亞諾·羅納爾多（葡萄牙）亦為近年來球迷們所最喜愛的球星之一。

