

<<足球（中学）>>

图书基本信息

书名：<<足球（中学）>>

13位ISBN编号：9787040189568

10位ISBN编号：7040189569

出版时间：1900-1

出版时间：高等教育

作者：教育部体育卫生与艺术教育司

页数：79

字数：92000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<足球（中学）>>

### 内容概要

“体育、艺术2+1项目”是教育部为了落实德智体美全面发展的教育方针，推动学校体育和美育的改革与发展，逐步推进的一项重要工程项目。

其含义是通过学校的课内外体育和艺术教育活动，让每个学生都能好地掌握两项运动技能和一项艺术技能。

足球活动作为深受青少年的项目之一，在开展实验的许多学校中受到普遍重视。

为了指导学生自主学习，本着“健康第一，终身体育”的理念，切实让喜爱足球的学生在九年义务教育阶段掌握足球的基本技能，为今后通过足球活动锻炼身体打下良好的基础，我们为此组织编写了中、小学生足球运动教材。

在编写过程中，我们在广泛调研的基础上初步构建了中、小学足球教学的内容体系，注意足球技能发展的阶段性和可重复性，并注意介绍足球活动中的行为规范和必备的身体健康、心理健康的知识，力图使学生在足球活动中，既发展技能，发展身体，又养成良好的心理品质和行为规范，为学生的全面发展打下坚实的基础。

<<足球（中学）>>

书籍目录

第一章 准备参加比赛 热身运动 合理膳食 医疗护理 学会放松第二章 足球技术练习 颠耍球  
从运球到运球突破 传接球 头顶球 射门 守门员技术第三章 足球进攻战术 传球与跑位 常  
用的二过一战术 整体进攻第四章 足球防守战术练习 选位与盯人 保护与补位 集体防守的种类  
与方法 规则介绍——犯规和罚任意球第五章 多种多样的小场地比赛 针对性4对4小场地比赛范例  
第六章 发展身体素质的练习 速度练习示例 专项耐力练习示例 力量练习 灵敏性练习示例 柔  
韧性练习 比赛规则集锦附录 足球技术考核标准

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>