第一图书网, tushu007.com

<<现代足球训练理念诠释与应用>>

图书基本信息

书名：<<现代足球训练理念诠释与应用>>

13位ISBN编号：9787562330455

10位ISBN编号：756233045X

出版时间：2009-1

出版时间：华南理工大学出版社

作者：曲晓光　主编

页数：161

字数：148000

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

内容概要

本书针对目前我国足球训练存在的问题，对现代足球训练理念核心内容方面的变革进行了较为系统的阐述和分析，“教练员工作程序”、“青少年足球训练课的基本模式”等均为新的归纳和总结，练习实例的操作思路紧扣足球比赛实战。
通篇既注重阐述现代足球训练理念的基本原理和内容，又努力细化实践细节，有利于将现代足球训练理念的新内容落实于中国足球训练的实践中。

作者简介

曲晓光 1951年8月出生于吉林省长春市。
1983年毕业于沈阳体育学院研究生部，并获北京体育学院授予的教育学硕士学位。
毕业后担任吉林体育学院足球教师，1994年调入佛山科学技术学院，现任体育学院教授。
主要著作有《现代足球训练简明教程》、《足球学习指导》等，已公开发表学术论文和译文40余篇，其中《对我国足球技术训练理念的探讨》获广东省第六届大运会优秀论文一等奖。
承担国家体育总局多项课题，且如期结题。
自1999年起多次担任中国足球协会教练员培训讲师，并多次担任裁判员讲师和裁判长：2007年曾受聘出任中国国家男子足球队科研教练员。

书籍目录

第一章　足球比赛基本要素与训练　一、足球比赛的基本要素　二、街头足球的启迪　三、足球比赛基本要素与训练　四、训练“真正足球”第二章　足球运动与享受足球乐趣.　一、足球乐趣与运动本身　二、足球乐趣与创造性　三、足球乐趣与训练第三章　足球运动员的基本功　一、我国足球界对基本功的认识　二、外国专家对我国球员存在主要问题的评价　三、欧洲足球强国对基本功的认识　四、对足球基本功的感悟第四章　“阅读”和分析足球比赛　一、“阅读”和分析比赛的作用　二、“阅读”分析比赛方法第五章　足球比赛四个时刻与基本打法　一、本队控球时　二、对方控球时　三、由守转攻时　四、由攻转守时第六章　比赛与训练关系及足球教练员训练工作程序　一、足球比赛与训练的关系　二、教练员训练工作程序第七章　学习与提高足球技术能力的途径　一、欧洲人认识上的改变　二、现代足球技术练习方式　三、我们的足球技术训练状况　四、学习与提高足球技术能力的具体途径第八章　青少年足球训练课的基本模式 一、训练课主课部分的结构和内容 二、当今青少年足球训练课的基本模式特点 三、训练实例介绍第九章　足球教练员训练课组织　一、准备场地和用品　二、准备开始训练　三、控制练习　四、灵活运用影响练习效果的各种因素第十章　足球教练员训练课指导第十一章　足球战术训练第十二章　足球运动员专项身体训练第十三章　确立中国足球训练理念参考文献后记

章节摘录

第一章 足球比赛基本要素与训练一、足球比赛的基本要素足球比赛顾名思义是以足球为中心进行的竞赛活动，许多人一举一动的指向都围绕着足球，可以说，离开了“ 球 ”，足球比赛就不复存在；足球比赛的争夺焦点是针对球门进行的。
比赛最主要的两个方面就是射门和阻止射门，控球方力争射门得分，无球方则拼命阻止对方进球并力图夺回控球权，双方的根本目的非常明确，均是要争取射门得分取胜，即球门就是攻击的明确目标。
足球比赛是两队间的竞争，相互间争夺对抗激烈，有攻有守且转换频繁，同伴与对手必然同时存在。
攻守双方均要寻求最佳的整体配合来力争在相互抗衡中占得上风，每个人都要试图根据同伴和对手行动上的瞬时变化，及时做出最佳判断与选择。
也只有在这充满对抗的竞争中，才能促使足球大师们尽情发挥聪明才智。
足球比赛有规定的场区限制，有沿袭多年、原则事项一般不轻易改动的竞赛规则，使比赛双方有章可循、有法可依。
同时，足球比赛的停顿只有在球出界或裁判员鸣笛停止比赛时才会出现，这样保证了足球竞赛过程的顺畅并维系了足球比赛跌宕起伏的魅力，使球员们能在规定的、较宽阔的时间和空间里尽显英雄本色。

编辑推荐

《现代足球训练理念诠释与应用》写了中国足球运动水平长期以来徘徊不前，原因固然很多，但从专业角度来说，训练是根本。
我们只有从这一根本问题上着手加以解决，并确立先进的训练理念，彻底改变多年来基本未变的训练思路，努力使我国足球训练发生质的变化。

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