

<<足球技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<足球技巧图解>>

13位ISBN编号：9787810515528

10位ISBN编号：7810515527

出版时间：2001-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：麻雪田

页数：199

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>

<<足球技巧图解>>

前言

足球，永恒的魅力，永恒的陶醉。

不仅作为一项竞技体育，而且作为一门瑰丽的艺术，已深深地植根于全世界亿万热情的爱好者心中。从西伯利亚的冰天雪地到南太平洋的点点孤岛，从不列颠的沉沉雾海到北京城的大街小巷，足球，似乎成为了世界通用的语言。

足球比赛之所以比其他体育比赛更吸引人，关键在于比赛自始至终高潮迭起、盛衰交织。它是进球、射门、神奇的扑救、惊险的射偏、流血流汗的拼争和惊天动地的对垒；它是妙不可言的下底传中，精彩绝伦的运球突破、妙夺天工的精确长传、行云流水般的默契配合以及创造比赛的激情；它是充满情感的比赛，欢乐与绝望，喜悦与悲哀，这两种天堂与地狱般极端对立的情感，自始至终伴随着每一个人，它使人们激动和振奋。

在观看足球比赛的时候，我们往往惊叹于贝克汉姆和里瓦尔多百步穿扬的任意球绝技、齐达内和菲戈舞蹈般的盘带技巧、巴蒂斯图塔和舍甫琴科气壮山河的凌空怒射，但极少有教练要求青少年运动员练习并掌握这些一流球员所运用的卓越的足球技巧。

这是足球运动的悲哀。

因为足球运动员如果不掌握足球技术，就像乐师没有乐器、木匠没有锯斧一样，空有凌云壮志只能仰天长叹无所作为。

<<足球技巧图解>>

内容概要

本书关于足球的技巧通过图进行了详细的讲述。

<<足球技巧图解>>

作者简介

麻雪田 1937年出生，辽宁大连人。
北京体育大学教授，博士生导师。
国家教委普通高等学校体育教学指导委员会委员，中国中协科技委员会副主任。

1964年毕业于北京体育学院、留校任教至今。
曾任北京体育学院球类教研室副主任、足球教研室主任、体育教育系系主任、中国足球高级教练员岗位培训中心主任等职。
现任北京体育大学学位委员会委员和《北京体育大学学报》编辑委员会委员。

多年来坚持足球教学、训练、科研和教练员培训工作，出版专著20余本，科研成果曾多次荣获北京体育大学、国家体育总局等单位奖励，其中获国家体育总局科技进步一等奖3项、三等奖1项、省市科研成果二等奖1项，近10余年致力于体育高层次人才的教育培养工作，培养博士生、硕士生和高级访问学者20余人；主持和组织中国足球高级教练员培训工作，主讲足球专项理论与方法，培养了250余名优秀的A级足球教练员。

<<足球技巧图解>>

书籍目录

第1章 身体和球的控制第2章 传球与接应第3章 运球突破第4章 射门第5章 拦截球第6章 守门员第7章 准备和整理活动

<<足球技巧图解>>

章节摘录

与所有的球类项目一样，熟悉球性练习是入门的必修课。

一流足球运动员的脚对球的感觉，与NBA超级球星的手对球的感觉是一样的。

因此，控制球所需要的球感，就成为学踢足球的基础和起点。

在开始阶段，青少年足球运动员的全部精力都要贯注在这一方面，因为假如运动员没有这种球感，他就无法运球自如和尽快掌握高超的技术，就小可能在足球运动中获得任何成就。

天才球员对于足球都有一种异乎寻常的超人感觉，但对于绝大多数的青少年足球运动员来说，球感只能通过正规的、全面的、系统的和有目的的训练才能获得。

基于这个道理，众多的练习内容要分为两个阶段进行：第一阶段旨在尽可能地发展球感，协调性和敏捷的脚步动作，以便自然而然地进入第二阶段；进而去掌握那些在实战中被一流球员所运用的高超技术动作。

本章重点 学习最基本的足球技术。

练习控制球的同时，进行身体的柔韧性、灵敏性训练。

提高快速的脚下功夫，脚下功夫要着眼于双脚快速而有节奏的活动。

进行简单的一对一游戏，激发灵活运用自由发挥的创造性和想象力。

插图：插图：

<<足球技巧图解>>

编辑推荐

A 通俗易懂的文字 从读者的需求出发，用最通俗易懂的文字深入浅出地介绍足球运动的基本知识和基本技术，使读者一看就懂，一练就会，是足球入门的最佳教材。

B 生动形象的动作图解 以详细准确的连续的动作图解形式，来说明各种足球技术动作的要点。图示生动形象，要点简明扼要，动作一目了然。

C 全面图释名将绝招 马拉多纳、克鲁伊夫、卡雷卡、马修斯、齐达内、贝克汉姆、劳尔、德尔·皮埃罗等超级球星成名绝技最详尽的连续动作图解。

<<足球技巧图解>>

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>