

<<足球学练问答>>

图书基本信息

书名：<<足球学练问答>>

13位ISBN编号：9787810518543

10位ISBN编号：7810518542

出版时间：2003-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：杨刚

页数：261

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>

<<足球学练问答>>

内容概要

为了提高我国足球运动水平，帮助那些有志成为未来球星的少年儿童能够更好的自学足球，以为有基层教练员提供教学训练的一些基本方法，作者在多年教学训练基础上编著了《足球学练问答》，希望能对广大的青少年儿童和基层教练员提供帮助。

《足球学练问答》分为四章，内容包括现代足球运动的发展趋势，现代足球技术训练实践，现代足球战术训练实践，现代足球身体训练实践几个方面。

<<足球学练问答>>

书籍目录

- 一、现代足球运动的发展趋势（一）现代足球技术发展趋势与主要特征1．现代足球技术发展的主要趋势与主要特征是什么？
 - （二）现代足球战术发展趋势与主要特征2．现代足球战术发展的趋势与主要特征是什么？
 - （三）现代足球训练实践的主要趋势3．现代足球训练实践的主要趋势是什么？
 - 二、现代足球技术训练实践（一）传球技术训练4．脚内侧踢球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 5．脚背内侧踢球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 6．脚背正面踢球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 7．脚背外侧踢球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 8．头顶球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - （二）接球技术训练9．脚内侧接地滚球、反弹球、空中球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 10．脚背正面接空中球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 11．脚背外侧接地滚球、反弹球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 12．大腿接平球与高球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 13．胸部接平球与高球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - 14．脚掌接地滚球、反弹球技术学习中易犯错误与纠正方法是什么？
 - （三）运球技术训练15．脚内侧运球技术的运用特点、易犯错误与纠正练习方法是什么？
 - 16．脚背内侧运球技术要领、易犯错误与纠正练习方法是什么？
 - 17．脚背外侧运球技术动作要领、易犯错误与纠正练习方法是什么？
 - 18．脚背正面运球技术动作要领、易犯错误与纠正练习方法是什么？
 - 19．脚掌拉球、易犯错误与纠正方法是什么？
 - 20．提高身体各部位颠球技术能力的要点与练习方法是什么？
- ……三、现代足球战术训练实践四、现代足球身体训练实践

<<足球学练问答>>

章节摘录

一、现代足球运动的发展趋势 (一) 现代足球技术发展趋势与主要特征 1. 现代足球技术发展的主要趋势与主要特征是什么?

答: (1) 位置技术特长将越来越重要。
一个运动员在比赛中的作用大小, 重要的判断标准是看他能否在其位置上超水平的发挥出自己位置作用。

因此, 足球场上不同位置队员的位置技术能力的高低对全队的整体水平发挥起着重要的影响作用。比赛中如果每个队员都能够很好地完成自己的本职工作, 那么这个队的成绩就会取得令人满意的结果。

(2) 具有突然性好特征的技术将会受到特殊的重视。
一个球队的队员在这些具备突然性好特征的技术动作水平上是否占优是今后比赛中能否取胜的重要因素。

(3) 实用与简练是比赛中技术运用的首要选择, 也是实战技术的主要发展方向。
现代足球比赛中, 运动员在比赛场的各个角落都拼抢得十分激烈, 各种有利战机稍纵即逝, 因此在比赛中根本没有可能让运动员花费时间来表现自己的“花俏技术”。
在保证完成战术任务的前提下, 技术运用过程中越省时、越省力, 越好。

(4) 全面、合理、熟练、精细、变化, 是现代足球比赛中运动员在掌握、选择、运用和对抗情况下运用技术动作的典型特征。

技术全面是现代足球比赛对足球运动员提出的最起码的要求。

同时, 由于在比赛中运动员完成技术动作时常常处于高速激烈对抗之中……
……

<<足球学练问答>>

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>