

<<小型足球运动手册>>

图书基本信息

书名：<<小型足球运动手册>>

13位ISBN编号：9787811000955

10位ISBN编号：7811000954

出版时间：2004-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：刘夫力

页数：171

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>

<<小型足球运动手册>>

内容概要

小型足球可以作为练习手段用来提高技术和对抗能力，也可以以比赛方式吸引更多的青少年参与，是足球基础训练阶段的基本练习形式和主要比赛形式，有利于足球运动的普及。

全书以图文结合、直观简明的形式，从小型足球的魅力与特点、基本技术与练习方法、基本战术打法及竞赛规则等几个方面，介绍相关的知识、技巧和战术奥秘。

其实，足球明星的技艺和比赛风范的养成，更多是从平日一点一滴的练习中磨练和领悟出来的，这本书能帮助你以简捷的途径掌握你中意的技巧，学会从局部到整体的配合方法。

书中技术分类、练习方法及战术打法的阐述都与以往的书藉有所不同，具有自己的体系和特点。

你可以自己边看、边学、边练，也可以与朋友一起或在教练的带领下进行练习。

本书的目的是为了促进小型足球运动的推广，希望能为广大青少年和足球爱好者提供知识和方法的指导，能为广大教师、教练及科研人员提供学习和研究的参考。

<<小型足球运动手册>>

书籍目录

一、知识篇（一）小型足球的魅力 什么是小型足球 小型足球的特点 小型足球的作用（二）小型足球发展的状况 小型7人制足球 小型（室内）5人制足球 小型4人制足球 小型3人制足球（三）小型足球发展的前景二、技术篇（一）控球与运球 控球与运球的技术方法 控球与运球的技术练习（二）假动作 假动作 假动作的技术练习（三）抢球 抢球的技术方法 抢球的技术练习（四）踢球与接球 踢球与接球的技术方法 踢球与接球的技术练习（五）头顶球 头顶球的技术方法 头顶球的技术练习（六）守门员与掷界外球技术 守门员与掷界外球技术的方法 守门员与掷界外球技术的练习三、战术篇（一）小型3人制足球的踢法.....（二）小型4个制足球的踢法（三）小型5个制足球的踢法（四）小型7个制足球的踢法四、规则篇（一）小型7人制足球竞赛规则与裁判员（二）小型5人制足球竞赛规则与裁判员（三）小型4人制足球竞赛规则与裁判员（四）小型3人制足球竞赛规则与裁判员

<<小型足球运动手册>>

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>