

《足球》

图书基本信息

书名：《足球》

13位ISBN编号：9787040150643

10位ISBN编号：7040150646

出版时间：2004-10

出版社：高等教育出版社

作者：周雷

页数：143

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《足球》

内容概要

本书以国家教育部2002年颁发的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》的主要内容和基本要求为依据编写，经全国高等学校体育教学指导委员会审定。全书理论联系实际，深入浅出地介绍了足球运动的基本理论、技术和战术，提供了多种自我锻炼范例和自我评价方法，并介绍了高校学生足球俱乐部的组织与活动。本书既可作为普通高等院校及高职高专学生的体育教材，也可作为体育爱好者的自学用书。

《足球》

书籍目录

基础篇 第一章 足球运动的发展 第一节 历史沿革 第二节 现代足球运动的发展 第二章 足球运动的健身与保健 第一节 足球运动对运动员的影响 第二节 运动与营养 第三节 常见运动损伤及处理 第三章 足球运动的基本技术和战术 第一节 基本技术 第二节 基础战术配合 第四章 足球运动竞赛 第一节 竞赛规则 第二节 裁判法 第三节 小场地比赛提高篇 第五章 足球技术与战术的组合与运用 第一节 接应与保护 第二节 局部进攻 第三节 常见的进攻与防守打法 第四节 定位球战术 第五节 比赛阵形 第六章 自我锻炼与自我评价 第一节 自我锻炼原则及方法 第二节 自我锻炼范例 第三节 自我评价 第七章 校园足球俱乐部 第一节 俱乐部性质和作用 第二节 俱乐部的管理参考文献

第一章 足球运动的发展 本章导读：当之无愧的世界第一运动——足球运动，令无数人如痴如醉。这项运动的魅力究竟从何而来，相信通过本章对足球运动起源的考证，足球运动发展与人类发展关系的简述，以及从足球运动本身发展规律出发，简要介绍现代足球运动的发展概况后，能使同学对其有所了解和认识，从而对足球运动产生浓厚兴趣，并从自发转到自觉地参与到足球运动这个项目中去。

第一节 历史沿革 一、足球的产生 足球运动是一项古老的运动，其历史则源远流长，几经波折，终于以自身的魅力，赢得了“世界第一运动”的美誉。 （一）

起源 1. 游戏说 早在炎黄之初，古老的黄河流域，就有了最古老的足球——蹴鞠运动。据史料记载，我国在公元前15世纪就有了“足球舞”游戏。在3 000多年前的商代甲骨文中，也有蹴鞠舞记载。司马迁在他的《史记》中，也描述了战国时期齐国临淄，百姓在安居乐业的同时开展蹴鞠活动。西方国家也有足球游戏的文字记载，像意大利的“gioco del calci0”（一种脚踢运动）。这些都是一种脚踢的娱乐游戏，基本属于一种个体的玩耍。

2. 比赛说 大多数人的倾向是足球起源于集体间的相互比赛。人们可以想象足球比赛，能使比赛双方在一定的方式下确定谁优谁劣，最终达到一种使人强烈兴奋，奋发进取的快乐。据记载，我们的祖先黄帝是蹴鞠运动的创造者，曾用蹴鞠来训练武士。汉代的高祖刘邦，在宫苑内修建了开阔的校场——鞠城，两端有鞠室，比赛双方以进鞠室多者为胜。这个说法比较贴近我们现代足球运动发展的现状，也符合现代足球运动的基本特征。 ……

《足球》

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:www.tushu000.com