

《青少年学足球》

图书基本信息

书名：《青少年学足球》

13位ISBN编号：9787535956620

10位ISBN编号：7535956629

出版时间：2012-7

出版社：广东科技出版社

页数：142

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

《青少年学足球》

内容概要

青少年学足球，ISBN：9787535956620，作者：张孝平 编

《青少年学足球》

作者简介

张孝平，广州体育学院教授，硕士生导师。1974年毕业于安徽师范大学体育系并留校任教。现就职广州体育学院青少年体育研究中心、广州体育学院足球教研室。从教近40年，一直从事体育教学与训练及其研究工作，同时对青少年体育活动和体育竞赛的理论与实践进行研究。主编《体育竞赛组织编排》、《围棋初学》及编写《足球教学与训练》等著作。2011年获广州体育学院首批“教学名师”称号。

书籍目录

第一章 足球——世界第一运动

第一节 古代足球溯源

一古代足球游戏起源中国

二外国古代足球活动

第二节 现代足球的发展

一现代足球运动在英国诞生

二国际足球联合会与足球比赛

三足球流派

第三节 未来足球的趋势

一全攻全守是主导

二战术是获胜的关键

三进攻是足球的生命

四快速是足球的核心

五整体和球星完美结合

第二章 初识足球

第一节 球的部位与触球的部位

第二节 足球技术和战术分类

一足球技术分类

二足球战术分类

第三节 足球比赛阵形

一比赛阵形

二位置职责及打法

第三章 学好足球技术

第一节 运球和控球

一运球

二控球

三运球过人

四学习要点与练习方法

第二节 踢球和接球

一踢球

二接球

三射门

四学习要点与练习方法

第三节 头顶球

一前额正面顶球

二前额侧面顶球

三鱼跃顶球

四学习要点与练习方法

第四节 抢球和截球

一抢球

二截球

三铲球

四学习要点与练习方法

第五节 掷界外球

一原地掷界外球

二助跑掷界外球

第六节 守门员技术

- 一位置选择
- 二准备姿势
- 三移动
- 四接球
- 五扑球
- 六拳击球和托球
- 七掷球
- 八踢球
- 九学习要点与练习方法
- 第四章 战术是比赛获胜的关键
 - 第一节 进攻战术
 - 一跑位
 - 二传球
 - 三传切配合
 - 四二过一配合
 - 五交叉掩护配合
 - 六三人配合
 - 七中路进攻
 - 八边路进攻
 - 九转移进攻
 - 十快速反击
 - 第二节 防守战术
 - 一选位与盯人
 - 二保护与补位
 - 三混合防守
 - 四整体防守
 - 第三节 定位球战术
 - 一任意球战术
 - 二角球战术
 - 第四节 教学要点与练习方法
 - 一教学要点
 - 二练习方法
- 第五章 享受比赛的乐趣
 - 第一节 足球竞赛与规则
 - 一十一人制足球
 - 二七人制足球
 - 三五人制足球
 - 四三人制足球
 - 第二节 欣赏足球比赛
 - 一观赏足球比赛的益处
 - 二足球比赛的看点
 - 三看球知识点
- 参考文献
- 后记

章节摘录

版权页：插图：1.守门员 主要职责是守住球门，同时要做到：组织指挥防守；发动进攻。守门员要扩大活动范围，控制罚球区。出击时应向同伴呼叫，行动要果断，有气势，保证能接到或击到球。守门员的发球是组织进攻的开始，应准确、快速地将球掷给处于有利位置的同伴，避免盲目踢高远球。2.边后卫 主要职责是防守自己一侧的边路区域，紧紧盯住进入防区内的对手，不让其接球或运球突破，一旦被对手突破，应注意和中卫互相补位。同时要和中卫积极配合，协调一致，保证防线的稳固。边后卫还要伺机插到中场和前场，积极参与进攻。3.中后卫 主要职责是防守球门的中间通道，是防守的核心。中卫的打法一般有2种：一是一个中卫在前紧紧盯住对方突前中锋，另一中卫拖后对整个后卫线起指挥和保护补位的作用；二是2个中卫根据情况交替轮流紧盯对方突前中锋和拖后保护补位。中卫在进攻时要跟上接应，在中场起到前卫组织进攻的作用；中卫还应看准时机插入锋线直接参加进攻，特别在前场任意球和角球时，发挥身材高大的优势，抢点射门。4.前卫 主要职责是控制中场，积极参与进攻和防守。前卫应是队内技术最全面、战术意识最好、奔跑能力最强的人。前卫线由3~5名球员组成，根据各人不同的特点，担负各自侧重攻、防或组织进攻的任务。不同类型前卫之间的相互配合和换位，前后左右大范围的交叉跑位和频频插上射门是现代前卫进攻的特点。防守时前卫要及时快速回防到位，在中场进行堵抢，守住罚球区前要害地带，不给对方轻易起脚射门，是中后卫前的重要防守屏障。5.边锋 主要职责是担负边路进攻的任务，要具有速度快、身体灵活、运球突破能力强、传中技术好、善于捕捉战机射门得分的能力。防守时要盯住对方插上进攻的边后卫或退回己方半场协助前卫争夺中场。6.中锋 主要职责是突破防线、射门得分。中锋位于进攻的最前沿，是球队的主要得分手。进攻时经常运用传球跑位、运球突破、头球摆渡、左右前后扯动与边锋、前卫交叉换位等手段，扰乱对方的防线，为自己或同伴创造突破防线和射门的机会。由攻转守时，中锋应立即反抢，延误、堵截或破坏对方的第一传，阻挠对方的快速反击，为同伴及时回防争取时间。

《青少年学足球》

编辑推荐

《青少年来运动丛书:青少年学足球》是青少年来运动丛书，精准的射门技巧，完美的防守技术，实战性的战术分析。

精彩短评

1、不如看视频来的真切

《青少年学足球》

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