

《足球技战术实战从入门到精通（全病

图书基本信息

书名：《足球技战术实战从入门到精通（全彩图解第4版）》

13位ISBN编号：9787115404046

出版时间：2016-1

作者：【美】乔·A.勒克斯巴切尔

页数：253

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

《足球技战术实战从入门到精通（全彩图解第4版）》

内容概要

通过阅读《足球技战术实战从入门到精通（全彩图解第4版）》一书，您将掌握足球场上所运用的各种技术。这本全面的指导书通过一步一步的指引，让球员熟练掌握个人技术和团队战术。在详细的解说和全彩色插图的帮助下，使用者可以不断提升自己的带球、传球、接球、射门、防守、抢球、头球和守门能力，掌握所有基础的足球技术。然后学习如何在比赛场合中恰当地运用这些技术，例如赢得一对一对抗以及在进攻和防守中获胜。《足球技战术实战从入门到精通（全彩图解第4版）》一共包含170多项训练和小规模测试赛，并通过简单易行的记分系统测试您是否准备好进入下一步。

《足球技战术实战从入门到精通（全彩图解第4版）》可帮助您成为一名能够运用各种技术并执行各种战术的全能球员，本书已经成功帮助10万多名球员让自己的水平更上一层楼。

《足球技战术实战从入门到精通（全病

作者简介

乔·A. 勒克斯巴切尔 (Joseph A. Luxbacher)

勒克斯巴切尔博士拥有30多年的足球运动职业经验，并在各个级别的比赛中担任过球员和教练。勒克斯巴切尔博士是健康、健身和竞技体育领域的专家，拥有健康、体育和娱乐教育博士学位，曾作为专业的大学足球运动员在北美足球联盟、美国足球联盟和室内足球大联盟中进行比赛。他从1984年至今一直担任匹兹堡大学男子足球队的教练。他带领过的球队在一级联赛中一共赢得过200多场比赛。

勒克斯巴切尔博士曾经两次被提名为大东联盟年度教练。此外，他还获得了由美国足球协会颁发的教练奖。勒克斯巴切尔在1995年正式成为Beadling Sports Club名人堂成员，在2002年成为Upper St. Clair High School Athletic名人堂成员，在2005年成为Western Pennsylvania Sports名人堂的成员。在2003年他荣幸地当选为匹兹堡大学的优秀运动员。

勒克斯巴切尔是Shoot to Score Soccer Academy足球学校的创始人和总教练。该机构为7-18岁的球员提供训练营、实地教学和锦标赛训练，每年都有数百名年轻的足球运动员到该学校学习。他还同SportVideos.com合作，撰写并推出了《赢得足球比赛》DVD系列。

《足球技战术实战从入门到精通（全病

书籍目录

一步一步登上足球成功的阶梯	vi
致谢	viii
足球运动	ix
符号说明	xviii
第 1 步 带球、护球和抢球	1
第 2 步 传接地滚球	33
第 3 步 传接空中来球	57
第 4 步 主导空中比赛	77
第 5 步 射门完成进攻	95
第 6 步 守门	118
第 7 步 在一对一对抗中获胜	164
第 8 步 作为小组进攻	178
第 9 步 作为小组防守	196
第 10 步 作为团队进攻	212
第 11 步 作为团队防守	229
第 12 步 理解阵型、队员的角色和职责	242
关于作者	253

《足球技战术实战从入门到精通（全病

精彩短评

- 1、不但印刷很棒，教学内容也特别有料，从带球开始学起，直至团队攻防和阵型演练，由浅入深地教授足球的技战术技巧，100多项训练内容几乎囊括了足球运动的精髓，照着书里的安排进行练习，提高足球技术完全不是问题，关键在于坚持练习。
- 2、原版卖得挺火，中文版也终于给盼来了。的确很棒，没有让我失望。
- 3、买了一本来照着练，感觉还不错
- 4、教学很详细，介绍的训练方法也特专业，对全面提高足球技能特别有帮助。
- 5、训练项目真全面，无论是个人技巧练习，还是团队的对抗和战术练习都能在书中找到，实用性好得没话说
- 6、引进版的足球教程，貌似原版在国外买得很火。训练的项目特别丰富，针对实战中的各项技战术都有针对的训练，学习的效果应该不会差，将这本书作为提高足球技术的教材来说再合适不过了。
- 7、图解的演示方式，可以更清楚的了解动作的重点和关键，避免在训练的时候因为动作的偏差造成伤害。除此之外，这书的训练内容也很全，几乎包含了足球实战中涉及到的各个方面的训练，专业又科学。
- 8、全彩印刷的书就是不一样，书的质量非常好。书中的各项技战术训练项目很多，针对性特别强。无论是针对个人基础的技能提升方面的训练，还是和几个爱好足球的朋友一起练习对抗和战术，都有专门的训练内容来帮助你实现，挺全面的。
- 9、训练内容丰富，几乎囊括了足球运动的所有精髓
- 10、专业的足球训练教程，学起来很系统，训练效果好得没话说。

《足球技战术实战从入门到精通（全病

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