

<<奔放足球>>

图书基本信息

书名：<<奔放足球>>

13位ISBN编号：9787510019982

10位ISBN编号：7510019982

出版时间：2010-5

出版时间：《奔放足球》编写组 中国出版集团，世界图书出版公司 (2010-05出版)

作者：《奔放足球》编写组 编

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>

<<奔放足球>>

前言

当今时代，人人都明白“科技是第一生产力”“知识就是财富”，但是，千万不能因此就忽略了对青少年健康体质的培养。

青少年时期是身心健康和各项身体素质发展的关键时期。

青少年的体质健康水平不仅关系个人健康成长和幸福生活，而且关系整个民族健康素质，关系我国人才培养的质量。

为此，《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》强调“增强青少年体质、促进青少年健康成长，是关系国家和民族未来的大事。

”“广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力，是一个民族旺盛生命力的体现，是社会文明进步的标志，是国家综合实力的重要方面。

”但是，由于片面追求升学率的影响，社会和学校存在重智育、轻体育的倾向，学生课业负担过重，休息和锻炼时间严重不足，此外，许多学校体育设施和条件不足，学校体育课和体育活动难以保证，导致青少年身体素质下降。

近些年体质健康监测表明，青少年耐力、力量、速度等体能指标持续下降，视力不良率居高不下，城市超重和肥胖青少年的比例明显增加，部分农村青少年营养状况亟待改善。

解决未来一代学生体质健康不断下降已成为当务之急。

2006年12月23日，教育部、国家体育总局、共青团中央联合下发的《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定》，进一步深化了“健康第一”“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的健康生活理念，这是我国为改变学生体质健康状况持续下降的不利局面，推动广大学生积极快乐参加体育活动而发出的伟大号召，意义重大而深远。

阳光体育运动的要求是让中学生走向操场，走进大自然，走到阳光下。

阳光体育运动也是快乐的。

每个参加者在积极主动地，热情地走进丰富多彩的体育运动，锻炼身体，强健体魄的同时，内心充满活力，充满阳光，向往阳光，享受运动带来的快乐。

<<奔放足球>>

内容概要

《奔放足球》内容简介：阳光体育运动的要求是让中学生走向操场，走进大自然，走到阳光下。阳光体育运动也是快乐的。

每个参加者在积极主动地，热情地走进丰富多彩的体育运动，锻炼身体，强健体魄的同时，内心充满活力，充满阳光，向往阳光，享受运动带来的快乐。

<<奔放足球>>

书籍目录

第一章 足球运动概述第一节 足球运动的起源与发展简介第二节 足球运动的特点第三节 足球运动的发展态势第二章 足球运动的基本技战术第一节 足球基本技术介绍第二节 足球基本战术介绍第三章 时尚足球的运动形式第一节 沙滩足球第二节 室内5人制足球第三节 街头足球第四章 足球运动快乐速成途径第一节 基本技术的快乐练习第二节 快乐进攻战术演练第三节 对比赛的认识第四节 足球专项身体素质速成途径第五章 足球综合知识第一节 世界性足球重大赛事第二节 优秀足球联赛简介第三节 足球运动名人第四节 足球运动欣赏第六章 足球运动生理卫生与健康常识第一节 常见的运动损伤第二节 运动损伤的关键因素及预防第七章 足球竞赛规则与裁判第一节 足球运动常识第二节 比赛规则第三节 裁判员哨音及手势附录专业词汇中英文对照表参考文献

<<奔放足球>>

章节摘录

插图：9.如果球落到端线之后和边线标志杆之外时，任意球应该在距端线25码处发。

10.当一队员踢任意球时，同队队员不得处在他与对方端线之间，并且对方队员不可站在距离他10码之内。

11.队员可选择任何方式踢任意球。

12.球从两竿之间或从其间上方无限高度穿过，算胜一球。

13.在比赛进行中，可用身体任何部位接触球，但不得用手、臂、肩部持、击球。

14.所有冲击都是公平合法的，但禁止用手抱、推，用脚绊掉或吵闹。

规则趣事规则确立以后，比赛能否正常进行，主要取决于裁判。

1863年，英国开始有足球裁判。

当时，裁判员没有哨子，只是靠大声喊叫和相应的手势，站在场外进行裁判。

由于足球场地大，看球的人数多，每当观众发出阵阵掌声和欢呼声或球员之间发生纠纷时，尽管裁判员在场边大声喊叫，但在场内比赛的队员却常常听不清裁判发出的指令，因而混乱场面很难避免。

1875年，一场足球比赛因观众拥入场内，秩序大乱而无法进行。

这场比赛的裁判是位警察，情急之下，出于职业的本能，他掏出警笛吹了起来。

同样出于本能，激动的人群一下静了下来，场上秩序很快恢复了正常。

从此，足球场上的裁判开始使用哨子并进入场内。

从出现第一个哨子到目前足球场上普遍采用音量较大的哨子，已经有一百多年的历史。

（三）足球运动与奥运结缘第1届现代奥运会1896年在希腊举行。

因为参赛队较少，足球被列为表演项目，直到1912年第5届奥运会时足球才正式纳入比赛项目，至今已举行了26届。

除第10届奥运会外每届奥运会上均有足球比赛。

女子足球于1996年才被纳入奥运会，但是火爆程度出乎意料，当年的女足决赛吸引了创纪录的76000名观众。

关于足球运动与奥运会，我们分阶段来了解：第一阶段：亮相（第1-4届奥运会）在第一阶段里，足球比赛的参赛队伍很少，最多的时候也只有4个，他们都来自欧洲的足球传统国家，当时的物质和交通条件限制了足球的交流。

在奥运会的赛场上，足球比赛始终坚持传递着一种信息——它将成为一股不可抗拒的力量。

就是在这样艰苦的环境下，足球队伍还是在坚持中慢慢壮大，最终形成井喷态势。

<<奔放足球>>

编辑推荐

《奔放足球》：青少年阳光快乐体育丛书

<<奔放足球>>

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:<http://www.tushu007.com>