

<<看懂足球>>

图书基本信息

书名：<<看懂足球>>

13位ISBN编号：9787544134200

10位ISBN编号：7544134202

出版时间：2007-10

出版时间：沈阳出版社

作者：霍建明

页数：361

字数：200000

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>

## <<看懂足球>>

### 内容概要

《看懂足球》是为了帮助国内球迷提高足球欣赏水平而编写的“足球百科全书”。

书中对足球的起源、足球的规则、足球的攻守原则、足球技术、战术打法以及阵型的要点、裁判的技巧和教练的奥秘等几乎所有足球问题做出了解释。

为方便球迷理解，作者亲手绘制了几百幅逼真的插图，并配有详细的图解，使读者像在看了一场精彩足球比赛的同时，也了解了深奥的足球战术问题。

书中的足球技战术和教练的内容，代表了当今国际最流行的足球理念，看了本书以后，球迷就可以以“教练员”的眼光来阅读和欣赏比赛了。

球迷不但能够看懂队员该如何传球、如何跑位、如何回撤、如何逼抢、如何保护，以及局部攻防战术，还能看懂各种全队的攻防战术。

从此以后，欣赏足球会成为你一生的快乐。

书中除了告诉球迷如何看懂足球外，还对球迷生活涉及的足球彩票的填写方法等内容做了必要的介绍和建议，并提出了新的街头足球理念，提倡和鼓励球迷到户外去踢足球，让足球真正成为大众娱乐和健身的工具。

书的最后还对当今国内足球的热点问题提出了自己的看法，权当是抛个话题供广大球迷讨论。

## &lt;&lt;看懂足球&gt;&gt;

## 书籍目录

- 第一篇 足球的魅力 1 喜爱足球是一种生活方式 2 足球是咋来的？
- 第二篇 比赛前须知 3 比赛场地和比赛用球 4 做好上场准备 第三篇 比赛开始 5 比赛开始了  
6 必须尊重裁判员 第四篇 向前进攻 7 进攻的原则 8 娴熟的传接球技术 9 传球是进攻的  
桥梁 10 单骑闯关的运球 11 创造战机的无球跑动 12 避开越位的陷阱 13 局部进攻战术  
14 控制比赛节奏与转移进攻方向 15 前、中、后场的进攻战术 16 避开中路堡垒的边路进攻  
17 虎口拔牙的中路进攻 18 射门是进攻的点睛之笔 19 定位球进攻的威力 20 主要的全队  
进攻战术 第五篇 开始防守 21 防守的原则 22 快速回撤、选位和盯人 23 抢夺、封堵和拦截  
24 防守中的局部配合 25 选择适合的防守体系 26 保持防守队形的紧密 27 前、中、后场  
的防守策略 28 对定位球的特别防守 29 守门员是防守的最后防线 30 主要的整体防守打法 第  
六篇 阵型的秘密 31 揭开比赛阵型的奥秘 32 队员的场上位置和职责 第七篇 裁判的秘密 33  
看懂裁判 34 看懂犯规 第八篇 解开教练的秘密 35 主教练的职责 36 组建球队 37 制订  
训练和比赛计划 38 了解肌肉和能源系统知识 39 组织和安排训练 40 比赛的准备和临场指挥  
41 运动员的伤病处理 42 合理安排运动员的饮食 43 提高队员的信心、毅力和情绪智力 44  
调整运动员的动机水平 45 队员第一、比赛第二的原则 46 与媒体保持良好的关系 47 管理  
球队 48 建立信息收集系统 第九篇 球迷的快乐生活 49 享受看球的快乐 50 买张足球彩票  
51 远离地下赌球 52 体验踢球的快乐 53 侃球的快乐 参考书目 后记

## &lt;&lt;看懂足球&gt;&gt;

## 章节摘录

1 喜爱足球是一种生活方式 足球给平淡的日常生活增添了激情 足球比赛具有高潮迭起和比赛结果高度悬念的特点,有很强的刺激性,是最吸引大众眼球的运动项目。观看足球比赛是世界各国人民共同的喜好,在电视非常普及的今天,通过电视欣赏足球比赛早已成为大多数人生活中一个不可缺少的娱乐和消遣方式。

足球能够让人们在比较平淡的日常生活中有那么一小段时间变得更加富有激情,还能为随后的一段时间提供一些想象的素材和相互间谈论的话题。

足球仿佛具有神奇的魔力,它像宗教一样使全球几十亿人为之狂热。

许多酷爱足球的球迷将足球视为生活中最重要的东西,他们觉得自己是为足球而生,为足球而死。

足球是生活中兴奋的源泉 “足球无关生死,足球高于生死”,这是英格兰的利物浦队前著名教练香克利对足球魅力所做的一句精辟概述。

那么,人们为什么会如此疯狂地痴迷足球呢?

这还得从人的生物性特点说起。

人是具有喜怒哀乐等多种情感的高级动物,人们不仅需要平静的生活,还需要激情,需要偶尔地兴奋一把,以此调剂比较平淡的日常生活。

人类所创造的文学、艺术、影视、竞技体育等形式都是用来满足人们的精神需要的。

但是,一些刺激度比较低的形式满足不了人们对较强刺激的需要,而像酒精、毒品等强烈刺激物虽然能给人带来一时的兴奋和刺激,但这种刺激却是以破坏人的身体器官和大脑的正常功能为代价,是人的生理所无法承受的。

做为竞技体育的足球比赛,由于具有较强的对抗性和高度的悬念性,非常符合人类竞争与好奇的天性,很容易引起人们的兴趣和兴奋,人们一旦喜欢上了足球,就像沾上了“海洛因”一样难以摆脱了。足球联赛每周一至两轮的赛程安排,与人的情绪从平静转入高潮,再由高潮转入平静这样的心理变化周期相适应,因此,足球也就成了人们日常生活中最好的兴奋源。

编辑推荐

进攻技战术解密，防守技战术解密，阵型解密，看懂主裁判，看懂主教练。

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>