

<<足球基本技术练习方法>>

图书基本信息

书名：<<足球基本技术练习方法>>

13位ISBN编号：9787564309688

10位ISBN编号：7564309687

出版时间：2011-1

出版时间：西南交通大学出版社

作者：付宏

页数：233

字数：204000

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>

<<足球基本技术练习方法>>

内容概要

本书分四章。

第一章是足球基本技术，内容包括颠球技术、踢球技术、运球技术、头顶球技术、接球技术、假动作、界外球、抢截球技术、守门员技术9个部分。

第二章是足球基本战术。

第三章是游戏式足球的练习，为了提高大家训练的兴趣，编者特别编写了此章。

第四章是为了让读者能够看懂足球比赛，所以在《足球基本技术练习方法》中介绍了足球竞赛规则与裁判法。

<<足球基本技术练习方法>>

书籍目录

第一章 足球基本技术

- 第一节 颠球技术
- 第二节 踢球技术
- 第三节 运球技术
- 第四节 头顶球技术
- 第五节 接球技术
- 第六节 假动作
- 第七节 界外球
- 第八节 拦截球技术
- 第九节 守门员技术

第二章 足球基本战术

- 第一节 比赛阵型
- 第二节 比赛战术原则及主要战术分析
- 第三节 足球基本战术教学与练习方法

第三章 游戏式足球的练习

- 第一节 猎击灰太狼游戏
- 第二节 摆脱猎人游戏
- 第三节 螃蟹足球游戏
- 第四节 传球比赛游戏
- 第五节 头球对攻游戏
- 第六节 突破比赛游戏
- 第七节 骑马踢球比赛游戏
- 第八节 运球追捕游戏
- 第九节 往返运球接力比赛游戏
- 第十节 快速反应游戏
- 第十一节 运球贴膏药游戏
- 第十二节 踢排球游戏
- 第十三节 头顶足球接力赛游戏
- 第十四节 对号入座游戏
- 第十五节 头球射门比赛游戏
- 第十六节 圈中打鸭子游戏

第四章 足球竞赛规则与裁判法

- 第一节 十一人制比赛规则
- 第二节 七人制比赛规则
- 第三节 五人制比赛规则
- 第四节 三人制比赛规则
- 第五节 足球比赛裁判法

参考文献

<<足球基本技术练习方法>>

章节摘录

版权页：插图：3.快速反击当一方在门前进攻失误后，另一方有时通过长传或迅速推进，乘对方后方空虚、防守失调的情况进行快速反击，往往使对手猝不及防。

由于长传距离远，突然性强，加之运动员奔跑速度快，裁判员常会感到力不从心，如果再对比赛的发展缺乏敏锐的预见性，就会跟不上比赛的形势。

因此，裁判员要对比赛形势的发展作出各种预测的准备。

一旦出现快速反击，裁判员应沿最短的跑动路线以最快的奔跑速度迅速跟进，巡边员L2此时应高度注意反击的发展情况，在排除越位的前提下，全速跟上反击的球员，并协助裁判员观察犯规和进球情况。

巡边员L1仍应跟上本方半场倒数第二个防守队员。

四、裁判员开始比赛的程序与执法信号（一）开始比赛的程序通过掷币，猜中的队如决定选择进攻方向，则另一队开球并开始比赛。

下半时比赛开始两队互换位置，并由上半时选择球门一方的队开球并重新开始比赛。

开球是比赛开始和重新开始的一种方式，包括：在比赛开始时，在进球得分后，在下半时开始比赛时，在每节决胜期开始时。

<<足球基本技术练习方法>>

编辑推荐

《足球基本技术练习方法》由西南交通大学出版社出版。

<<足球基本技术练习方法>>

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>