

<<足球>>

图书基本信息

书名：<<足球>>

13位ISBN编号：9787564401979

10位ISBN编号：7564401974

出版时间：2009-8

出版时间：北京体育大学出版社

作者：马冰 编著

页数：147

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>>

内容概要

本书为“体育爱好者丛书”中的一本。

全书主要向你介绍了足球基本技术和足球基本战术两部分内容。

本书内容丰富、结构合理，可作为普通高等学校专选教材或体育专业选修教材；也可作为足球运动员、教练员、科研人员及广大网球爱好者的参考用书。

作者简介

马冰，1960年生，教授，硕士研究生导师，北京体育大学成人教育学院院长。

1995年至2001年任北京体育大学足球教研室主任。

2001年任中国足协韩、日世界杯信息组成员，为中国足球队出线做了大量信息、情报工作。

2002年至2003年任北京国安足球俱乐部总经理。

在多年足球教学、训练实践中从事了大量足球科研工作，发表、出版了一批有关足球的文章、专著及译著。

<<足球>>

书籍目录

第一部分 足球基本技术 一、踢球 二、接球 三、运球突破 四、传球 五、射门 六、抢截
七、头球第二部分 足球基本战术 一、足球比赛中的战术用语 二、比赛阵型的奥秘 三、战术阵
型中各位置的职责 四、足球进攻战术

<<足球>>

章节摘录

插图：第一部分 足球基本技术一、踢球（二）脚背正面踢球由于其解剖特点，脚背正面踢球摆幅相对较大。

可以达到较大的相对摆速，加之用脚背踢球其接触面（与球）相对较大，因而踢球力量很大，准确性也较强。

但由于以上的这些条件，出球的方向及性质相对变化也较小。

在比赛中经常使用脚背正面踢定位球、地滚球、空中球、反弹球及倒勾球等。

其踢出球的性质多为不旋转的直线球，脚形略加改变（背屈），但不论前旋或回旋，其摆动腿前摆时大腿屈膝上摆，小腿向上提拉，使脚触球时给球的是一种摩擦力使球旋转。

不论踢哪种情况的直线球，都应在脚触球一瞬间使脚背正面对准击球方向。

并使触球前踢球腿的摆动方向尽量与出球方向相同。

从而保证踢出球方向的准确性。

<<足球>>

编辑推荐

《足球》：体育爱好者丛书。
篮球 足球 排球 网球 羽毛球 乒乓球 台球 游泳 跆拳道 轮滑 健美 滑雪

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>