

<<足球控制球技术图解>>

图书基本信息

书名：<<足球控制球技术图解>>

13位ISBN编号：9787811001303

10位ISBN编号：7811001306

出版时间：2004-6-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：黄焯军

页数：170

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>

## <<足球控制球技术图解>>

### 内容概要

足球比赛就是为了破门得分夺取胜利，而这首先要掌握控球权。

足球比赛是控制球和反控制球之间的争夺。

控制球的时间越长，创造出射门得分的机会就越多。

每向前控球一步球队便有可能赢得更多的射门机会，得分的希望也就越大。

所以，在足球比赛中，控制了球就意味着控制了比赛。

控制球是足球运动的最基本技能，得心应手的控制球技巧，不仅能够赢得激烈对抗的主动，而且能够给观众带来更多的欢乐气氛和美的享受。

在比赛中，控制球打法能够使球队从后场井然有序地发起进攻，将球稳步地推向中前场，或通过长传球直接进入对方半场后控制好球反复寻找射门的机会，并最终将球射入对方球门。

## <<足球控制球技术图解>>

### 书籍目录

一 乐趣始于控制球 (一) 熟悉球性练习 (二) 柔韧性和敏捷性 (三) 颠控球技巧 (四) 综合性练习  
二 接控球技术 (一) 脚内侧接球 (二) 脚外侧接球 (三) 脚背接球 (四) 脚底接球 (五) 大腿接球  
(六) 胸部接球 (七) 头部接控球  
三 接控技巧与训练 (一) 接控球基本要领 (二) 接控球技术四字诀 (三) 接控球触球方式  
(四) 保护球 (五) 接控球练习  
四 转身技术 (一) 接球转身 (二) 控球转身 (三) 运球转身  
五 快速运球突破 (一) 带球跑 (二) 运球突破 (三) 快速的脚下动作 (四) 虚晃假动作  
六 控制球实战应用 (一) 控制球权 (二) 通过控制球创造空间 (三) 创造性和应变能力

## <<足球控制球技术图解>>

### 章节摘录

控制球是足球运动的最基本技能，得心应手的控制球技巧，不仅能够赢得激烈对抗的主动，而且能够给观众带来更多的欢乐气氛和美的享受。

巴西球员在场上的即兴发挥和富有创造力的精彩表现令全世界球迷赞叹不已。惊人的技术、准确的传球、灵巧的突破、突然性的射门以及难以置信的控球能力，这一切都使巴西成为世界上最出色的球队之一。

为什么巴西人能造就如此众多的优秀足球运动员？

球王贝利说：“是圣保罗的街头足球和里约热内卢沙滩足球游戏的自然结果。

”这种观点有些浪漫，但这正是巴西足球取得举世瞩目成就的根本原因。

街头足球和沙滩足球磨练出了巴西人魔术般的控球技术，无论球来自哪个方向或是他怎样面对球，只要一次触球就能够将球控制下来。

巴西球员迷惑对手以及在狭小宅间战胜对手的能力，是英国、德国等欧洲足球运动员所不具备的。

<<足球控制球技术图解>>

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>