

<<青少年足球训练教程>>

图书基本信息

书名：<<青少年足球训练教程>>

13位ISBN编号：9787500920724

10位ISBN编号：7500920725

出版时间：2001-1

出版时间：人民体育出版社

作者：克斯科内尔 编

页数：153

字数：120000

译者：高赞

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>

## <<青少年足球训练教程>>

### 内容概要

本书详细叙述了如何指导青少年足球运动员练习一些重要的足球技能，以及在这个年龄段适用的足球战术,并解决了教练员在训练中教什么，以及怎么教的问题。

本书以清晰准确的笔法田盖了足球教学的所有基础内容。

本书将帮助教练员克服这些挑战，体验训练青少年的成功和喜悦，专门为那些从事青少年训练的教练员准备的。

教练员可以在本书中学到如何运用各种训练原则，如何成功地给青少年传授各种关于足球规则、技术、战术等方面的内容。

同时本书也是美国体育大纲中规定教练员的课程教材。

本书详细叙述了如何指导青少年足球运动员练习一些重要的足球技能，以及在这个年龄段适用的足球战术,并解决了教练员在训练中教什么，以及怎么教的问题。

本书以清晰准确的笔法田盖了足球教学的所有基础内容。

<<青少年足球训练教程>>

作者简介

译者：高赞 编者：(美国)克斯科内尔

## <<青少年足球训练教程>>

### 书籍目录

第一章 我是一名教练员吗 第一节 我想得到帮助 第二节 是父母还是教练员 第三节 教练员的职责是什么 第四节 如何得到帮助第二章 教练员需要具备什么 第一节 理解 第二节 观点 第三节 情感 第四节 个性 第五节 幽默 第六节 你属于哪种类型的教练员第三章 教练员应该如何让孩子们进行交流 第一节 什么是可以进行交流的 第二节 如何更为有效地传递信息 第三节 如何提高接受信息的技巧 第四节 如何将信息传递的各个环节有机地结合起来 第五节 教练员还需要与哪些人进行交流第四章 如何让球队准备训练 第一节 如何进行足球技术训练 第二节 需要制定什么样的训练计划 第三节 正确的训练方法由什么组成 第四节 如何将练习有机地结合起来第五章 如何注意安全 第一节 如何防止运动员受伤 第二节 运动员在训练中受伤了该怎么办 第三节 教练员如何保护自己第六章 足球运动都包括些什么 第一节 足球运动的优点 第二节 足球运动入门方法 第三节 足球竞赛规则第七章 应该教哪些技术及采用哪些训练方法 第一节 有哪些重要的足球技术 第二节 如何有效地组织足球训练 第三节 应该使用什么足球训练法第八章 如何半运动员组合成一支队伍 第一节 关于球队的进攻战术 第二节 关于球队的防守战术 第三节 球队进攻的训练 第四节 球队防守的训练 第五节 进行对抗训练正确方法 第六节 怎样才能学习更多的足球与教学的内容附录A 足球初学者季节性训练计划的范例附录B 足球比赛中的正规手势

<<青少年足球训练教程>>

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>