

<<少年足球训练指南>>

图书基本信息

书名：<<少年足球训练指南>>

13位ISBN编号：9787508217307

10位ISBN编号：7508217306

出版时间：2002-3-1

出版时间：金盾出版社

作者：康信德

页数：126

字数：96000

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>

<<少年足球训练指南>>

内容概要

这是一本由全国著名少儿足球教练员康信德老师集30年教学经验而编著的少儿足球训练实用技术书籍。

本书根据少年儿童生长发育的规律及其生理、心理特点，具体讲授少儿参加足球运动的好处、少儿足球基本技术训练、少儿足球综合训练100例以及不同年龄段少儿足球训练提纲等。

教学方法以启蒙开导为主，辅之以灵活多变的实际练习和游戏。

本书内容丰富，图文并茂，通俗易懂，集科学性、实用性、趣味性于一体，适合青少年足球爱好者阅读和少儿足球教练员教学及家长辅导训练使用。

<<少年足球训练指南>>

作者简介

康信德，上海市足球重点传统项目学校——平凉路第四小学高级教师。

从1974年起，作者就在这所学校从事少儿足球训练至今。

经他悉心培养，平凉路四小曾40多次获得上海市少年儿童足球比赛冠军，12次代表上海市参加全国比赛，为国家足球队、上海足球队输送运动员10多名。

现国家足球队队员鞠李勤、申思、上海申花队队员虞伟亮等，就是他当年的学生。

由于他的出色成绩，被评为全国优秀体育教师，并担任上海市中小学足球教研组组长。

<<少年足球训练指南>>

书籍目录

前言第一章 儿童参加足球运动的好处和训练前选苗子的方法第二章 少儿足球启蒙训练 第一节 儿童心理和兴趣培养 第二节 足球运动的场地 第三节 组织农村少儿开展足球运动第三章 少儿足球训练前的身体训练第四章 少儿足球基本技术训练 第一节 熟悉球性 第二节 直线带球 第三节 曲线带球 第四节 踢球训练 第五节 传接球技术训练 第六节 头部、胸部、大腿接球技术训练 第七节 射门训练和掷界外球第五章 少儿足球战术训练 第一节 一脚出球 第二节 “一对一”带球过人 第三节 “二过一”战术训练 第四节 反方向传球战术训练 第五节 防守战术和盯人战术训练 第六节 射门战术训练 第七节 掷界外球技术战术训练 第八节 角球的战术训练第六章 少儿足球比赛 第一节 学前儿童足球比赛 第二节 在校儿童足球比赛 第三节 门将的选拔与训练第七章 少儿足球训练100例第八章 少儿足球分段训练提纲 第一节 第一年(6岁-7岁)少儿足球训练提纲 第二节 第二年(7岁-8岁)少儿足球训练提纲 第三节 第三年(8岁-9岁)少儿足球训练提纲附录：关于足球竞赛规则(摘要)

<<少年足球训练指南>>

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>