

<<青少年足球科学训练探索>>

图书基本信息

书名：<<青少年足球科学训练探索>>

13位ISBN编号：9787811006681

10位ISBN编号：7811006685

出版时间：2007-1

出版时间：体育大学

作者：陈亚中

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>

<<青少年足球科学训练探索>>

内容概要

本书遵从我国青少年身心发育成长规律、遵从智力增长发展规律、遵从足球训练规律等，有针对性地阐明了如何培养我国青少年足球人才问题。

书中主要涉及的内容有青少年足球运动员生长发育、环境因素的影响、运动医学、素质、技术、智能教育方法等。

<<青少年足球科学训练探索>>

书籍目录

第一章生长发育的生理机制第二章自然环境因素对训练的影响第三章足球训练的卫生与保健第四章儿童、少年女足运动员第五章发展身体素质第六章青少年球员营养第七章技、战术训练第八章足球运动智能的内容与训练第九章训练中的教学论与方法论第十章社会环境对青少年球员的影响第十一章青少年足球教练理念主要参考文献

<<青少年足球科学训练探索>>

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>