

《足球射门技术图解》

图书基本信息

书名：《足球射门技术图解》

13位ISBN编号：9787811001273

10位ISBN编号：7811001276

出版时间：2004-6-1

出版社：北京体育大学出版社

作者：高德宏,高德宏

页数：169

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《足球射门技术图解》

内容概要

本书提供了大量的射门训练方法，教练员可以灵活运用每个训练方法来要示球员选择不同的射门技术，或在训练组合中运用不同的方法来加大或减小训练难度，并在训练中提高身体素质，培养良好的精神面貌，正确对待比赛，在巨大压力下保持冷静以及坚定的自信心等，最终提高球员的射门得分能力。

《足球射门技术图解》

书籍目录

- 一 掀起射门风暴
 - 1 前锋的位置职责
 - 2 射手的七项素质
 - 3 五类射手领风骚
- 二 射门基本技术
 - 1 射门技术分析
 - 2 射地面球
 - 3 射空中球
 - 4 一对一射门
- 三 头球射门
 - 1 头球技术分析
 - 2 基本顶射技术
 - 3 顶射传中球
- 四 射门实战技巧
-
- 五 射门技术训练
-

《足球射门技术图解》

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:www.tushu111.com