

# 《室内五人制足球方略》

## 图书基本信息

书名：《室内五人制足球方略》

13位ISBN编号：9787564302795

10位ISBN编号：7564302798

出版时间：2009-6

出版社：西南交大

作者：辜建明

页数：144

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](http://www.tushu111.com)

# 《室内五人制足球方略》

## 内容概要

《室内五人制足球方略》内容为：仅仅四年的时间，不仅国家队跻身世界20强之列，全国范围的群众性五人制足球活动也是如火如荼。数百支、上千支球队踊跃参赛，尽享足球竞赛的刺激，体味团队协作的欢悦。

五人制足球是十一人制足球的基础，巴西的世界足球先生罗纳尔迪尼奥、卡卡等著名球星都是在这个领域打造成才的。巴西教练法里纳和他的助手，在执教中国五人制国家队的一年多来，带来了科学的训练方法和专项战术理念，使队伍在短时间内产生了明显的变化，并取得了历史性的突破。

为了使巴西教练传授给我们国家队的技术财富惠及更多的球队、俱乐部和广大的足球爱好者，作者整理编写了这本教材，使实践上升为理论，再用理论指导实践。应用科学的训练方法可以使我们的训练效益提高，达到事半功倍的效果。

# 《室内五人制足球方略》

## 书籍目录

第一章 绪论 一、室内五人制足球（Futsal）运动的起源 二、五人制和十一人制足球比较 三、从五人制到十一人制足球的过渡第二章 五人制足球技术与战术（基础与原则） 一、五人制足球攻防技术要点 二、五人制足球基本防守战术 三、五人制足球基本进攻战术 四、五人制足球定位球攻防第三章 五人制足球攻防战术（高级） 一、进攻 二、防守第四章 球队训练与管理 一、青少年五人制足球队员训练原则和手段 二、如何安排短期集训 三、职业五人制足球队实践观摩课 四、五人制足球守门员快速反应能力。训练法 五、五人制足球守门员传接技术及训练 六、五人制足球身体训练法第五章 室内五人制足球裁判法 一、比赛场地、球 二、队员人数、装备 三、裁判组 四、比赛开始及进球 五、犯规与不正当行为 六、踢界外球，掷球门球，角球以及点球第六章 室内五人制足球竞赛规则问答 一、比赛场地 二、球 三、队员人数 四、队员装备 五、主裁判员 六、第二裁判员 七、计时员和第三裁判员 八、比赛时间 九、比赛开始和重新开始 十、比赛进行及死球 十一、计胜方法 十二、犯规与不正当行为 十三、任意球 十四、累积犯规 十五、罚球点球 十六、踢球点球决定比赛胜者 十七、踢界外球 十八、发球门球 十九、角球

# 《室内五人制足球方略》

## 章节摘录

第一章 绪论 一、室内五人制足球(Futsal)运动的起源五人制足球的历史可追溯至1940年，发源地有两个——巴西圣保罗和乌拉圭蒙特维多。当时基督教青年会YMCA为年轻人发明了一种每队五人的足球比赛。这种比赛在像篮球场大小的场地上进行，既能在室外又可在室内进行，但没有边墙。在西班牙和葡萄牙语中“足球”分别拼为“Futbol”和“Futebol”，而“室内”在这两种语言里分别拼为“salao”和“Sala”，合起来就是“Futsal”。在巴西，室内五人制足球第一次正式比赛在1955年，而规则到1959年才统一起来并由巴西体育协会在全国范围内举行正式比赛。五人制足球在南美，尤其是在巴西得到了迅猛发展。十一人制足球比赛中闻名世界的巴西风格就是在五人制足球运动中暗养出来的。贝利、济科、苏格拉底、贝贝托、罗纳尔多、罗纳尔迪尼奥、德尼尔森以及其他巴西超级球星的技术都是在五人制足球运动中锤炼出来的。尽管巴西还是当今世界五人制足球运动的中心，但在国际足联的推广运作下，这项运动从南美、欧洲发展到北美、中美、加勒比地区以及非洲、亚洲、大洋洲，真正走向了全世界。第一届五人制足球世界锦标赛在国际五人制足球协会（国际五人制足球协会1989年并入国际足联）的运作下，于1982年在巴西圣保罗举行，巴西获得冠军。在西班牙举行的第二届世锦赛上巴西蝉联冠军，但在澳大利亚举行的第三届世锦赛上巴西输给了乌拉圭。

# 《室内五人制足球方略》

## 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](http://www.tushu111.com)