

# 《足球入门与技战术图解》

## 图书基本信息

书名：《足球入门与技战术图解》

13位ISBN编号：9787509404508

10位ISBN编号：7509404509

出版时间：2010-9-1

出版社：蓝天

作者：杨璟勇//马楠

页数：238

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)

# 《足球入门与技战术图解》

## 前言

足球是世界上最普及的体育运动项目之一，具有“世界第一运动”之美称。足球不仅作为一项竞技体育，而且作为一门瑰丽的艺术。它融趣味性和观赏性于一体。已深深地植根于全世界不计其数的足球爱好者心中。目前人们在紧张的学习与工作之余。十分热衷参与体育活动。尤其是足球运动和体育竞赛。但是由于缺乏体育基础知识和正确的锻炼方法。他们一时还难以提高身体锻炼的效果和体育观赏的水平。为此，我们编写了这本《足球入门与技战术图解》。《足球入门与技战术图解》是一本指导球队进行攻击性战术训练的优秀专业读物。本书阐述了足球进攻战术中重要阶段的专业知识，通过多种练习方法。对技战术作了详细的分析和说明。主要包括以下内容：足球运动简介；足球运动员身体塑造及其训练；足球基本技术；足球实用战术；足球运动员心理素质要求；足球比赛观赏攻略等。为了使本书符合时代发展的要求。更贴近足球爱好者学习。在编写过程中着重体现以下几个特点：（1）针对性。本书的阅读对象主要是足球爱好者，所以编写原则是有利于足球爱好者的阅读和指导他们学与练，处处以足球爱好者为本；内容的选取上紧紧围绕“足球爱好者”及“体育与健康”，使人们感到有意义、有趣味、有指导性。（2）新颖性。本书将关于足球的理论和足球运动的学、练方法以图解的方式融为一体，编排新颖，信息量大、知识丰富。有利于不同层次的人员自主选择阅读；既有一般常识的引入，又有较深知识的推介。具有相当的吸引力。（3）权威性。本书是国内众多体育院校的老师在深入实践的基础上，对足球技术、战术等相关内容进行高度浓缩和提炼后精心编写而成的。涵盖了足球运动的重点内容，极具权威性和指导性。（4）实用性。与同类图书相比，本书在内容上更短小精悍，在编写理念上追求“轻松阅读”，在功能上更加“简明实用”。不但是广大足球爱好者的首选学习用书。也是相关体育院校日常教学、培训必备之参考资料。前言不过是个引子，真正丰富的是书中的内容。相信我们的努力。一定能给您带来无限的欢乐。由于时间紧迫。书中难免有误漏之处。敬请广大读者批评指正！

# 《足球入门与技战术图解》

## 内容概要

《足球入门与技战术图解》内容简介：足球技术是指运动员在足球竞赛规则条件下，运用身体的有效部位合理完成各种动作方法的总称。足球技术是运动员进行比赛活动的基本手段和能力，是完成战术配合，决定战术质量的前提和保证。

当代世界足球运动的迅猛发展和全球性普及，促进了足球技术的丰富、发展和提高。尤其是在技术能力上，现代足球强调能适应快速多变的比赛节奏，能适应激烈凶猛的比赛对抗，运动员的攻防技术全面并具有鲜明的个性特征，技术运用的意识含量高。

# 《足球入门与技战术图解》

## 作者简介

杨璟勇，男，1971年生，甘肃省兰州人，大学讲师，毕业于北京体育大学体育教育系，现在同济大学攻读运动人体科学方向硕士研究生。现为同济大学教师。研究方向：健康管理及体育人文社会科学。曾参加编撰《现代高校公共体育管理与体育科学研究》等多部图书，同时是上海市级精品课程《游泳》及多项上海市体育局课题组成员，并在《北京体育大学学报》和《上海体育学院学报增刊》发表论文4篇。

马楠，男，1975生，河南驻马店人，教育学学士，大学讲师，毕业于北京体育大学运动训练系，现为上海金融学院教师。在《北京体育大学学报》、《上海体育学院学报》等国内期刊发表论文6篇，出版图书《现代高校公共体育管理与体育科学研究》等3部，获省级精品课程2项，主持或参与省部级课题1项，厅级课题1项、校级2项，研究方向：体育教学与训练及体育人文社会科学。

# 《足球入门与技战术图解》

## 书籍目录

第1章 足球运动简介 Section 1 足球运动的起源与发展 Section 2 关于足球的基本常识 附录1：球员的职责与分工第2章 足球运动员身体塑造及其训练 Section 1 熟悉球性的练习 Section 2 身体的柔韧性及敏捷性训练 Section 3 脚下动作的练习 Section 4 创造性与反应能力的训练 附录2：足球逸事第3章 足球基本技术 Section 1 颠、挑、拉、扣、拨球技术 Section 2 踢球技术 Section 3 运球技术 Section 4 拦截球技术 Section 5 接球技术 Section 6 头顶球技术 Section 7 掷界外球技术 Section 8 守门员技术 附录3：踢球时应注意的事项第4章 足球实用战术 Section 1 比赛阵型 Section 2 进攻战术 Section 3 防守战术 Section 4 定位球战术 附录4：业余足球实用战术和注意点第5章 足球运动身体与心理素质要求 Section 1 身体素质要求 Section 2 足球运动的准备活动及训练 Section 3 足球运动员的营养和饮食 Section 4 比赛的心理要求 Section 5 心理训练 附录5：伤害事故的预防第6章 足球比赛观赏攻略 Section 1 重大国际赛事介绍 Section 2 足球比赛的欣赏指南 附录6：足球术语

## 章节摘录

插图：第10届世界杯赛，足球运动进入了全攻全守的发展阶段。而我国的足球运动由于受经济和政治的影响则处于起伏、徘徊、波动之中。上世纪60年代初，党和政府克服种种困难，并采取一些积极措施发展足球运动。1964年，国家体委向全国发出了“大力开展足球运动，迅速提高技术水平”的决定，还确定了北京、上海等地区作为全国发展足球运动的十个重点城市。同时倡导“三从一大”的训练原则，并在全国实行了甲、乙级联赛双循环升降级制度。在此期间，重新组建了国家队，培养了一批优秀足球运动员，足球技术水平回升较快，并取得一些成绩。但正当中国足球再次掀起一个新高潮的时候，“十年浩劫”开始了，使足球运动遭到了严重的破坏。1977年在北京举办了我国足球运动史上第一次国际足球邀请赛，后改为“中国长城杯国际足球锦标赛”。1978年开始恢复全国足球甲、乙级联赛双循环升降级制。1979年，国际足联恢复了中国足协在国际足联的合法地位。上世纪70年代末期，我国女子足球运动已在几个城市有所开展。一批女子足球运动员逐渐步入到各省、市的足球运动行列之中。1974年第7届亚运会足球比赛中，中国队失去小组出线权。1976年第6届亚洲杯和1978年第8届亚运会足球比赛中均获得第3名。总之，在此期间，我国足球运动水平仍处于徘徊起伏的状态。（三）探索阶段上世纪80年代以来，我国足球运动处于改革和探索阶段。不仅要改革和探索足球队员的领导体制，建立工作法规，而且还要建立和完善队伍的管理制度。1985年末，国家体委成立了足球办公室，形成了统管全国足球训练、竞赛、外事等为一体的综合体制，取得了一定成效，并慎重地向协会制和俱乐部制过渡。1981年，国家体委在北京召开了全国足球工作会议，会议制定了“振奋精神，勤学苦练，坚持‘三从一大’，狠抓在快速运动中的技术。”

# 《足球入门与技战术图解》

## 编辑推荐

《足球入门与技战术图解》：军地俱乐部丛书。

# 《足球入门与技战术图解》

## 精彩短评

- 1、书的内容比较旧，感觉是2002年左右写的。。。至少后面介绍世界杯阶段也就介绍到2002年世界杯
- 2、给孩子作参考用
- 3、总感觉买了跟没买似的(- -)既然买下了就凑合着用~
- 4、对于爱好足球的老公来说可是好书！
- 5、内容理论很强，但是不够实用
- 6、整体不错，介绍的比较详细，有示意图
- 7、还行，就是理论太多，配图太少太抽象
- 8、国产足球教材水平太有限。技术简图都画不好，莫非中国的美术水平也是国足级别？
- 9、据说没有看着书学踢球的，但至少我喜欢先买一本
- 10、使我对足球有了新的认识
- 11、书有油点，很郁闷行书就这麼个！
- 不过内容还不错！
- 12、插图太差
- 13、我是足球迷，阅读此书，收益颇丰！
- 14、写的还行的书
- 15、通过本书使公司球队的技战术水平得到了提高，基本功也得到了强化。
- 16、很详细，图文并茂。还会再来的。
- 17、内容比较丰富，但是知识有点儿过时
- 18、书还没看，但是书好旧的感觉。
- 19、好看，细致。
- 20、使我从一个足球初学者逐渐转变为一个有了基本理论的实践者。
- 21、文字和图解很详细，是初学者值得参考的一本书
- 22、纸质很好，外表没的说，内容没仔细看
- 23、内容很详细，非常棒
- 24、内容还不错,比较实用
- 25、讲解得很好,但有真图就更好了
- 26、发货速度快，书本质量也不错
- 27、给小侄女买的，还不错。只是纸张略显单薄了点。
- 28、不错，对足球感兴趣的朋友们值得拥有
- 29、不够明白。。。看着看着觉得好乏味
- 30、可以把一个初学者培养成为一个足球专业人士
- 31、还是比较不错的，发货速度还可以
- 32、我帮同学买这本书，他一看非常喜欢，哈哈。内容很全面。因为有图解，所以就买啦。
- 33、足球入门与技战术图解
- 34、描述肤浅，最多也入不了门
- 35、对足球有了更深的了解
- 36、感觉这书也蛮厚的 这个价格买觉得自己是真的赚了 讲解也很清晰。
- 37、内容很差，不要买
- 38、用来休闲，学学战术
- 39、书不错，内容有用
- 40、不错的一本书，不过和大学教科书差不多
- 41、不错，包装很好，物流给力，书也很棒~~



# 《足球入门与技战术图解》

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