

<<足球（中学）>>

图书基本信息

书名：<<足球（中学）>>

13位ISBN编号：9787040189568

10位ISBN编号：7040189569

出版时间：1900-1

出版时间：高等教育

作者：教育部体育卫生与艺术教育司

页数：79

字数：92000

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>

<<足球（中学）>>

内容概要

“体育、艺术2+1项目”是教育部为了落实德智体美全面发展的教育方针，推动学校体育和美育的改革与发展，逐步推进的一项重要工程项目。

其含义是通过学校的课内外体育和艺术教育活动，让每个学生都能好地掌握两项运动技能和一项艺术技能。

足球活动作为深受青少年的项目之一，在开展实验的许多学校中受到普遍重视。

为了指导学生自主学习，本着“健康第一，终身体育”的理念，切实让喜爱足球的学生在九年义务教育阶段掌握足球的基本技能，为今后通过足球活动锻炼身体打下良好的基础，我们为此组织编写了中、小学生足球运动教材。

在编写过程中，我们在广泛调研的基础上初步构建了中、小学足球教学的内容体系，注意足球技能发展的阶段性和可重复性，并注意介绍足球活动中的行为规范和必备的身体健康、心理健康的知识，力图使学生在足球活动中，既发展技能，发展身体，又养成良好的心理品质和行为规范，为学生的全面发展打下坚实的基础。

<<足球（中学）>>

书籍目录

第一章 准备参加比赛 热身运动 合理膳食 医疗护理 学会放松
第二章 足球技术练习 颠耍球 从运球到运球突破 传接球 头顶球 射门 守门员技术
第三章 足球进攻战术 传球与跑位 常用的二过一战术 整体进攻
第四章 足球防守战术练习 选位与盯人 保护与补位 集体防守的种类与方法 规则介绍——犯规和罚任意球
第五章 多种多样的小场地比赛 针对性4对4小场地比赛范例
第六章 发展身体素质的练习 速度练习示例 专项耐力练习示例 力量练习 灵敏性练习示例 柔韧性练习 比赛规则集锦附录 足球技术考核标准

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>