

<<青少年足球训练理念与实践>>

图书基本信息

书名：<<青少年足球训练理念与实践>>

13位ISBN编号：9787811008913

10位ISBN编号：7811008912

出版时间：2008-1

出版时间：张庆春 北京体育大学 (2008-01出版)

作者：张庆春

页数：205

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>

<<青少年足球训练理念与实践>>

内容概要

《青少年足球训练理念与实践》从训练学的角度对我国青少年足球训练中的战略性问题进行分析，试图理清弊端，为进行有效的训练，提高中国足球水平提供借鉴。

青少年球员的训练效果决定着其成年后的竞技能力。

中国足球的落后源于几十年来青少年训练的落后，源于中国足球训练理念的落后。

在落后训练理念指导下成长的青少年球员，成年后的比赛理念也必是一种落后的理念，使得中国足球的水平现状成为一种必然。

<<青少年足球训练理念与实践>>

作者简介

张庆春，男，籍贯天津宝坻，1963年3月生于天津。

博士、教授。

自幼喜好运动，1986年毕业于北京体育学院(现北京体育大学)，随即以优异成绩考入国家体委科研院所攻读硕士学位，师从王汝英老先生。

其间，田麦久先生、卢元镇先生以及作为导师助理的谢亚龙先生在专业学习方面给了极大的帮助。

1989年毕业后回河北体育学院任教，从事教学、科研、科研管理等工作。

因生性木讷，多年来虽作了一些课题研究，并发表了数十篇研究论文，但自感无所成就，遂于不惑之年重回母校北京体育大学攻读博士学位，师从刘丹先生，2006年获教育学博士学位。

作为足球人，常为中国足球的委靡烦心，遂花费几年时间，为自己赶制了这件薄衫，算是预祝中国足球振兴的礼服。

<<青少年足球训练理念与实践>>

书籍目录

1 问题的提出1.1 选题依据1.2 国内外文献研究综述1.2.1 国内文献研究综述1.2.2 国外文献研究综述2 研究对象与方法2.1 研究对象2.2 研究方法2.2.1 文献资料法2.2.2 专家访谈法2.2.3 问卷调查法2.2.4 个案分析法2.2.5 数理统计法2.2.6 训练与比赛观察法3 结果与分析3.1 本研究相关概念的探讨3.1.1 训练理念3.1.2 训练理论3.2 现代足球的竞技特点及发展趋势3.2.1 足球比赛制胜规律探讨3.2.2 现代足球比赛的发展趋势分析3.2.3 现代足球比赛的基本特征3.2.4 现代足球比赛球队获胜的趋势分析3.3 青少年足球战略性训练理念分析3.3.1 国外青少年足球战略性训练理念分析3.3.2 中国青少年足球战略性训练理念分析3.3.3 青少年足球训练理念内涵及其评价3.4 青少年足球操作性训练理念分析3.4.1 操作性训练理念的内涵和意义3.4.2 国外青少年足球操作性训练理念分析3.4.3 中国青少年足球操作性训练理念分析4 青少年足球实践训练探讨4.1 培养兴趣, 树立以球员为中心的训练理念4.1.1 满足球员追求乐趣的需要4.1.2 按照少年儿童的自主意志安排训练4.1.3 青少年球员的训练要摆脱成人的足球模式4.2 树立球员第一、球队第二的训练理念4.3 树立为青少年长远发展精心规划的理念4.3.1 足球作为集体项目的要求4.3.2 发展与变化的足球要求4.4 树立依据青少年的年龄特点安排训练内容的理念4.4.1 确立个人训练目标4.4.2 短期目标与青少年球员的发展阶段相适应4.5 树立及时反馈的训练理念4.6 树立正确归因的训练理念4.6.1 归因的意义4.6.2 运用归因理论的原则4.7 树立强化对抗的训练理念4.7.1 规则制约律4.7.2 实战技能律4.7.3 赛练结合律4.7.4 个性特征律4.7.5 本质特征律5 青少年足球训练实践探讨5.1 青少年训练的4个要素5.1.1 娱乐因素: 如何使足球运动对青少年有吸引力并能使他们开心5.1.2 为将来准备: 明天的球员今天该做什么5.1.3 考虑年龄因素: 什么时间学什么5.1.4 保持同步: 青少年球员要从俱乐部中得到什么5.2 足球作为集体项目对青少年的要求5.3 不同年龄球员的分组训练——从4对4到11对11的训练5.3.1 4人制的训练与比赛5.3.2 7人制的训练与比赛5.3.3 11人制5.4 青少年基础训练概要5.4.1 用非常适合儿童的比赛游戏方式进行基础训练5.4.2 教练员的角色5.4.3 迈向目标的一步——7对7比赛5.4.4 4人制足球训练与比赛要点5.4.5 4人制足球的基本原理5.5 周训练计划5.5.1 训练内容5.5.2 训练单元要点5.5.3 组织帮助5.5.4 基础训练的内容(图)5.5.5 7对7形式的比赛5.5.6 训练的基本原则6 参考文献7 致谢8 附件后记

<<青少年足球训练理念与实践>>

编辑推荐

《青少年足球训练理念与实践》由北京体育大学出版社出版。

<<青少年足球训练理念与实践>>

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>