



校园 足球 手册

中国足球学校 编著

北京体育大学出版社



二维码

视频教学

校园足球手册

中国足球学校 编著

北京体育大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

校园足球手册 / 中国足球学校编著. -- 北京: 北京体育大学出版社, 2017.5

ISBN 978-7-5644-2585-2

I. ①校… II. ①中… III. ①足球运动—中小学—教学参考资料 IV. ①G633.963

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 112051 号

校园足球手册

中国足球学校 编著

策划编辑: 秦德斌
审稿编辑: 苏丽敏
版式设计: 华泰联合

责任编辑: 秦德斌
责任校对: 成昱臻

出版: 北京体育大学出版社
地址: 北京市海淀区中关村北大街信息路 48 号
邮编: 100084
电话: 010-62989432 62989438
印刷: 北京昌联印刷有限公司
开本: 787 × 1096 1/16
成品尺寸: 185 × 260
印张: 15
彩插: 16
字数: 400 千字
版次: 2018 年 1 月第 1 版
印次: 2018 年 1 月第 1 次印刷
定价: 60.00 元

(本书因印制装订质量不合格本社发行部负责调换)

颠球、头球和停球



正脚背颠球



头颠球 大腿颠球



正脚背颠球



原地头顶球



跳起头顶球



胸部停球

运球过障碍



右扣左拨

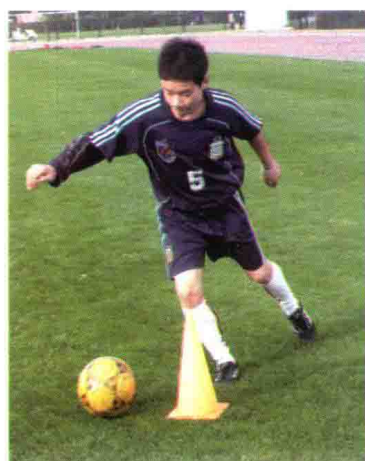


右扣左拨

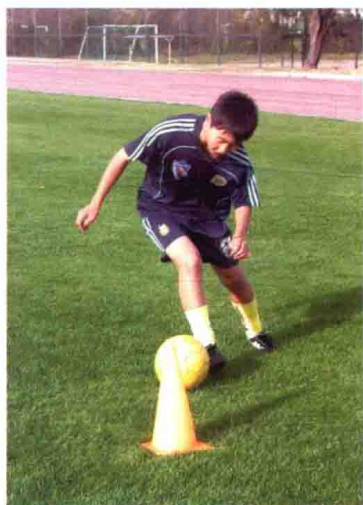
运球过障碍



右扣左拨



右 拨



右 拨

运控球（盘带）



右脚外脚背拨球

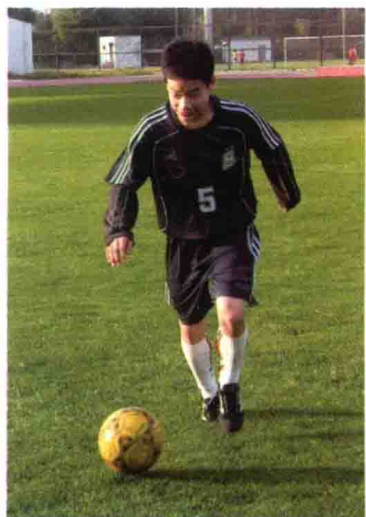
运控球（盘带）



左脚外脚背拨球



右脚外脚背运球



右脚外脚背运球



双扣（左右脚里脚背扣球）



正脚背挑球



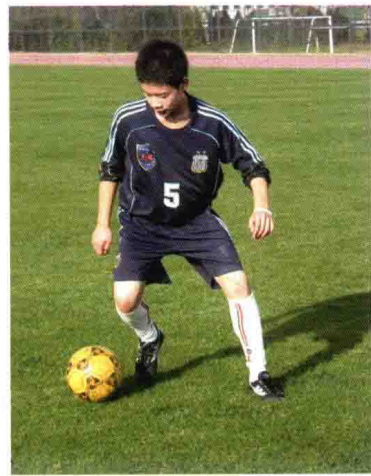
右脚扣球转身



右脚拉球转身接左脚拉球转身



右脚掌踩球



右脚拨球转身

假动作

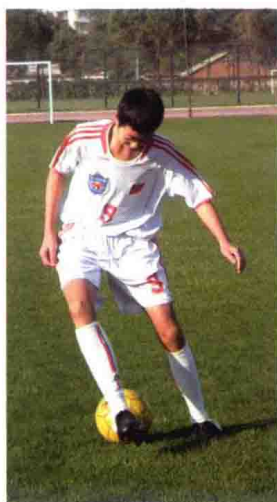


晃动





晃 动



双跨（右脚跨球接左脚跨球）





