

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

فوتبال (۱)

رشته تربیت بدنی
گروه تحصیلی علوم ورزشی
زمینه خدمات

شاخه آموزش فنی و حرفه‌ای

شماره درس ۴۴۶۳

فوتبال (۱) / مؤلفان: مجید جلالی... [و دیگران]. - تهران: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، ۱۳۹۴. / ۳۳۴	۷۹۶
۹۲ص. : مصور. - (آموزش فنی و حرفه‌ای؛ شماره درس ۴۴۶۳) متون درسی رشته تربیت بدنی گروه تحصیلی علوم ورزشی، زمینه خدمات.	ف/۸۷۶ ۱۳۹۴
برنامه‌ریزی و نظارت، بررسی و تصویب محتوا: کمیسیون برنامه‌ریزی و تألیف کتابهای درسی رشته تربیت بدنی دفتر تألیف کتابهای درسی فنی و حرفه‌ای و کار دانش وزارت آموزش و پرورش.	
۱. فوتبال. الف. خبیری، محمد. ب. ایران. وزارت آموزش و پرورش. دفتر تألیف کتابهای درسی فنی و حرفه‌ای و کار دانش. ج. عنوان. د. فروست.	

همکاران محترم و دانش آموزان عزیز :
پیشنهادات و نظرات خود را درباره محتوای این کتاب به نشانی
تهران - صندوق پستی شماره ۴۸۷۴/۱۵ دفتر تألیف کتابهای درسی
فنی و حرفه‌ای و کاردانش، ارسال فرمایند.

پیام نگار (ایمیل) info@tvoccd.sch.ir
وب‌گاه (وب‌سایت) www.tvoccd.sch.ir

وزارت آموزش و پرورش سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف : دفتر تألیف کتابهای درسی فنی و حرفه‌ای و کاردانش

نام کتاب : فوتبال (۱) - ۳۵۹/۶۵

مؤلفان : مجید جلالی، مسعود اقبالی، محمد خیبری و حمیده نظری تاج آبادی

اعضای کمیسیون تخصصی : علی شاه‌محمدی، محمد خیبری، عزت‌الزمان بازیاری، فریبا حسین آبادی،

معصومه سلطان رضوانفر و حمیده نظری تاج آبادی

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع : اداره کل نظارت بر نشر و توزیع مواد آموزشی

تهران : خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)

تلفن : ۹-۸۸۸۳۱۱۶۱، دورنگار : ۰۹۲۶۶۰۸۸۳، کد پستی : ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب‌سایت : www.chap.sch.ir

عکاس : نسرین اصغری

رسم : فاطمه رئیسیان فیروزآباد

صفحه‌آرا : معصومه چهره آرا ضیابری

طراح جلد : مریم کیوان

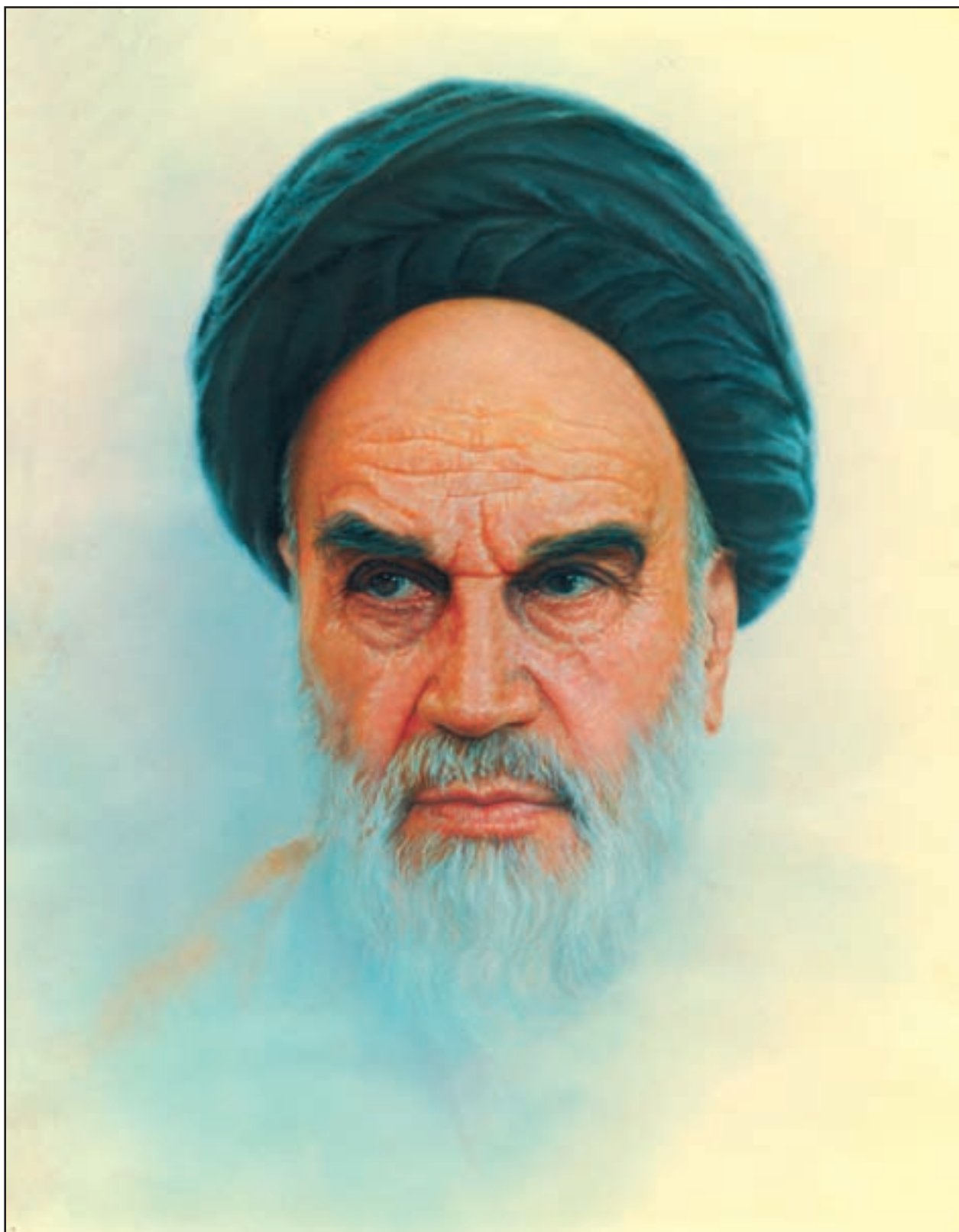
ناشر : شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران - تهران - کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (داروبخش)

تلفن : ۵-۴۴۹۸۵۱۶۱، دورنگار : ۰۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی : ۱۳۹-۳۷۵۱۵

چاپخانه : خجستگان

سال انتشار و نوبت چاپ : چاپ دوازدهم ۱۳۹۴

حق چاپ محفوظ است.



ورزشکاران باید به علی (ع) اقتدا کنند.
امام خمینی «ره»

فهرست مطالب

<p>۴۷ شوت باید به آن توجه خاص داشته باشند</p> <p>۴۸ ۳-۴- تمرینات مربوط به شوت زدن</p> <p>۵۳ خودآزمایی</p> <p>۵۴ فصل چهارم : دروازه بان</p> <p>۵۶ ۴-۱- وضعیت استقرار دروازه بان</p> <p>۵۶ ۴-۲- چگونگی گرفتن توپ در دست</p> <p>۵۶ ۴-۳- دریافت توپهای زمینی</p> <p>۵۷ ۴-۴- مهار توپهای هوایی</p> <p>۵۷ ۴-۵- شیرجه رفتن</p> <p>۵۸ ۴-۶- در خط توپ قرار گرفتن</p> <p>۵۸ ۴-۷- انواع پرتابها با دست</p> <p>۵۸ ۴-۸- تاکتیکهای دروازه بان</p> <p>۶۳ خودآزمایی</p> <p style="text-align: center;">بخش دوم - آشنایی با تاکتیکهای تیمی</p> <p>۶۵ فصل پنجم : آشنایی با تاکتیکهای مقدماتی در فوتبال</p> <p>۶۵ ۵-۱- تعریف تاکتیک در فوتبال</p> <p>۶۵ ۵-۲- انواع تاکتیکها</p> <p>۶۶ ۵-۳- دفاع انفرادی</p> <p>۶۷ ۵-۴- تمرینات مربوط به دفاع انفرادی</p> <p>۷۱ ۵-۵- دفاع گروهی</p> <p>۷۱ ۵-۶- تمرینات مربوط به دفاع گروهی</p> <p>۷۶ خودآزمایی</p> <p>۷۷ فصل ششم : آشنایی با تاکتیکهای پیشرفته در فوتبال</p> <p>۶-۱- عوامل مهم موفقیت تیم در دفاع ضربات</p> <p>۷۸ ایستگاهی</p> <p>۶-۲- نکات مورد توجه به هنگام تشکیل دیوار</p> <p>۷۸ دفاعی در اطراف محوطه جریمه</p> <p>۶-۳- نمونه تمرینات مربوط به ضربات ایستگاهی</p> <p>۸۲ فصل هفتم : حمله گروهی</p> <p>۸۲ ۷-۱- تعریف</p> <p>۸۲ ۷-۲- تمرینات مربوط به حمله گروهی</p> <p>۸۸ خودآزمایی</p> <p>۹۲</p>	<p>۱ مقدمه</p> <p>۳ دانش آموزان عزیز</p> <p>۴ تاریخچه فوتبال</p> <p>۴ ۱- تعریف بازی فوتبال</p> <p>۴ ۲- تاریخچه فوتبال قبل از قرون وسطی</p> <p>۵ ۳- تاریخچه فوتبال در قرون وسطی</p> <p>۶ ۴- پیدایش فوتبال نوین</p> <p>۸ ۵- تاریخچه فوتبال در ایران</p> <p style="text-align: center;">بخش اول - آشنایی با تکنیکهای پایه</p> <p>۱۱ فصل اول : آشنایی با تکنیکهای مقدماتی</p> <p>۱۳ ۱-۱- تعریف تکنیک</p> <p>۱۳ ۱-۲- مهارت</p> <p>۱۳ ۱-۳- دربیلینگ</p> <p>۱۳ ۱-۴- اصول دربیلینگ</p> <p>۱۵ ۱-۵- تمرینات مربوط به دربیلینگ</p> <p>۲۲ ۱-۶- پاس و حمایت</p> <p>۲۳ ۱-۷- پاس بغل پا</p> <p>۲۴ ۱-۸- پاس روی پا</p> <p>۲۴ ۱-۹- پاس داخل و خارج روی پا</p> <p>۲۵ ۱-۱۰- تمرینات مربوط به پاس و حمایت</p> <p>۲۹ ۱-۱۱- کنترل</p> <p>۳۰ ۱-۱۲- تمرینات مربوط به کنترل</p> <p>۳۷ خودآزمایی</p> <p>۳۸ فصل دوم : سرزدن</p> <p>۳۸ ۲-۱- اصول مکانیکی ضربه سر</p> <p>۳۹ ۲-۲- مراحل تمرین برای آموزش بهتر ضربه سر</p> <p>۴۰ ۲-۳- تمرینات مربوط به ضربه سر</p> <p>۴۵ خودآزمایی</p> <p>۴۶ فصل سوم : شوت زدن</p> <p>۴۶ ۳-۱- تعریف شوت</p> <p>۴۶ ۳-۲- اصول مکانیکی شوت زدن</p> <p>۳-۳- مواردی که دانش آموزان به هنگام تمرین</p>
--	--