|  |  |
| --- | --- |
| **Subject/Topic : Giáo án** 1: **DẪN BÓNG**  By: TRINH DINH DUONG **Date:** | |
| **Trong tâm huấn luyện** | Trang thiết bị tập luyện |
| 1. Quan sát 2. Chân hoạt động nhanh 3. Bóng gần chân 4. Động tác giã 5. Chuyển hướng 6. Động tác thoải mái 7. Thay đổi tốc độ | Cầu thủ: 15 VĐV  Bóng: 15 Quả  Marker: 10 Cái  Áo bib: 8 Cái |
| **I.Cơ bản** | |
|  | Một người một bóng dẫn bóng di chuyển trong trong phạm vi sân 20x20m. |
| **II.Nâng cao** | |
| X1 O1  X2 O2 | 2v2. Hai đội thi đấu dẫn bóng (sân 10x10m, 4 cầu môn nhỏ)., bàn thắng được tính khi dẫn bóng dừng trên vạch cầu môn đối phương |
| **III.Tình huống giống thi đấu** | |
| X1 O1  GK X3  O2 GK  X2 O3 | 3V3+2GK. Hai đội thi đấu bàn thắng được tính khi dẫn qua đối phương sút cầu môn. |
| **IV. Tình huống thi đấu** | |
| X1 X3 O1 O2  GK GK  X2 X4 O3 O4 | 5V5. Hai đội thi đấu bình thường |

AFC FUTSA COACHIH COURSE LEVEL 1.