|  |
| --- |
| **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 VĐVBóng: 15 QuảMarker: 10 CáiÁo 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 O1GK X3 O2 GKX2 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 O2GK GKX2 X4 O3 O4 | 5V5. Hai đội thi đấu bình thường |

AFC FUTSA COACHIH COURSE LEVEL 1.