|  |  |
| --- | --- |
| **Subject/Topic : Giáo án** 10: NGƯỜI PHÒNG NGỰ THỨ 2  By: TRINH DINH DUONG **Date:** | |
| **Trong tâm huấn luyện** | Trang thiết bị tập luyện |
| 1.Thời điểm  2.Cự ly  3.Góc độ  4.Thông tin  5.Phán đoán cắt bóng  6.Luôn nhìn thấy bóng và đối phương. | Cầu thủ: 15 VĐV  Bóng: 15 Quả  Marker: 10 Cái  Áo bib: 8 Cái |
| **I.Cơ bản** | |
| X1  O1 X2  O2 | 2V2. Bàn thắng được tính khi dẫn bóng dừng trên vạch cầu môn của đối phương.  -Sân 15x15m. |
| **II.Nâng cao** | |
| X1 O1  GK O2 GK  X2 | 2v2+2GK. Hai cầu thủ tiền đạo phối hợp tấn công hai cầu thủ hậu vệ.  -Sân 20x20m |
| **III.Tình huống giống thi đấu** | |
| N  X1  O1  GK  GK  X2 O3 | 2V2+1N+2GK. Hai đội thi đấu với nhau, cầu thủ trung gian được phép ghi bàn.  -Sân 20x25m |
| **IV. Tình huống thi đấu** | |
| X1 X3 O1 O2  GK GK  X2 X4 O3 O4 | 5V5. Hai đội thi đấu bình thường.  -Cả sân 20x40m |

AFC FUTSA COACHIH COURSE LEVEL 1.