|  |
| --- |
| **Subject/Topic : Giáo án** 4: KIỂM SOÁT BÓNG BẰNG GẦM DÀYBy: TRINH DINH DUONG **Date:** |
| **Trong tâm huấn luyện** | Trang thiết bị tập luyện |
| Chuyền 1.Quan sát 2.Chọn vị trí theo hướng bóng đến 3.Cài bóng bằng gầm 4.Tư thế cơ thể giử bóng 5.Mở rộng góc độ cơ thể6.Quyết định tiếp theo  | Cầu thủ: 15 VĐVBóng: 15 QuảMarker: 10 CáiÁo bib: 8 Cái |
| **I.Cơ bản** |
|   X4 X3  X1 X2 | Chuyền bóng theo hình vuông, yêu cầu nhận chuyển hướng bằng gầm bàn chân.-Cự ly 10X10m |
| **II.Nâng cao** |
|  X4  X1 X3  X2 | 4v2. Bốn cầu thủ tiền đạo cố gắng chuyền cho nhau, 10 đường chuyền là một bàn thăng (chơi ít nhất 2 chạm, nhận bóng bằng gầm).-Sân 8x12m |
| **III.Tình huống giống thi đấu** |
| X1  O1GK X3 O2 GKX2 O3 | 3V3+2GK. Hai đội thi đấu với nhau, chơi 2 chạm và kiểm soát bằng gầm, .-Sân 20x25m |
| **IV. Tình huống thi đấu** |
| X1 X3 O1 O2GK GKX2 X4 O3 O4 | 5V5. Hai đội thi đấu bình thường.-Cả sân 20x40m |

AFC FUTSA COACHIH COURSE LEVEL 1.