|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tuổi | **Phát triển kỹ thuật** | **Phát triển chiến thuật** | **Phát triển thể chất** | **Mức độ** |
| 8 – 10 | Bắt bóng đơn giản | Một số điều luật cơ bản liên quan đến thủ môn | Tăng cường khả năng khéo leo | Nâng cao đồng đều về thể chất |
| 10 – 11 | Các tư thế bắt bóng cơ bản | Vai trò và vị trí của thủ môn trong bóng đá | Tăng cường sự khéo léo và sức bật | Phát triển thể chất thông qua các bài tập với bóng |
| 11 – 12 | Chạy di chuyển vị trí các tư thế lăn cuộn thân cơ bản (ngã ) | Chạy chiếm vị trí trong cầu môn (cách đứng vị chí ) | Phát triển sức nhanh và sức bật | Phát triển các tố chất chuyên môn |
| 12 – 13 | Các kỹ thuật đổ thân kết hợp lăn,lộn | Những quan điểm chiến thuật trong thi đấu (bảo vệ chắc chắn – an toàn | Phát triển sức bật ,năng lực khéo léo chuyên môn | Phối hợp các bài tập kỹ thuật với phát triển các tố chất |
| 13 – 14 | Các kiểu chạy nhẩy – xoac trược – ngã | Hoạt động của thủ môn trong phòng thủ | Phát triển năng lực khéo léo chuyên môn và sức mạnh cơ bản | Phát triển nang lực chuyên môn bằng các bài tập kỹ thuật |
| 14 – 15 | Các kỹ thuật đấm bóng , các hoạt động đổi hướng | Chiến thuật theo các tình huống khác nhau | Phát triển sức nhanh chuyên môn ,sức mạnh co bản | Đặt co sở chuyên môn hóa |
| 15 – 16 | Chạy băng lên chặn phá bóng .Ném lăn bóng lên | Chiến thuật rời cầu môn tiến ra phá bóng | Tăng cường sức bật chuyên môn và sức mạnh chuyên môn | Sử dụng kỹ thuật trong các nhiệm vụ khó |
| 16 – 17 | Đẩy trượt bóng về sau ,các kiểu ném bóng | Chiến thuật tấn công của thủ môn | Nâng cao sức nhanh phản xạ và sức bền | ứng dụng kỹ ,chiến thuật vào thi đấu theo các vị trí trên sân |
| 17 – 18 | Các kỹ thuật bắt bóng ở các tư thế bắt buộc ,có va chạm .đá phát bóng | Chiến thuật phối hợp giữa thủ môn và toàn đội | Nâng cao sức bền chuyên môn và sức nhanh phản xạ chuyên môn | Các phương pháp huấn luyên và tự tập luyện của thủ môn |