



**TOPICS & TRAINING SCHEDULE**

**SOCCER SCHOOL & SOCCER SCHOOL PLUS COURSE**

Topics	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Remark
<b>Technique</b>													
Ball Mastery	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
Receiving & Passing	X	X	X	X	X		X		X	X	X		
Dribbling	X	X	X	X	X		X		X	X	X		
Shooting	X	X	X	X	X		X		X	X	X		
Heading													
<b>Tactic</b>													
1 v 1 defend & Attacking	X	X	X	X	X		X		X	X	X		
Small side game	X	X	X	X	X		X		X	X	X		
Ball Possession													
<b>Physiologies</b>													
Agility													
Coordination													
Balance													
Flexibility													
Power													
Strength													
Speed													
<b>Activity</b>	<p><b>Activity Total per Month and Year</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>For Soccer School Course training 1 Month : 7 time 1 friendly or competition : Course 1 year training 84 times 12 friendly/ competition</li> <li>For Soccer School Plus training 1 month: 10 times 2 friendly or competition: Course 1 year training 120 times 24 friendly/ competition</li> </ul>												
Friendly Game													
Soccer School Camp													
Competition													
						Friendly Game Soccer School Plus		Friendly game & Competition Soccer School Course				Friendly Game Soccer School Plus	

## HOW WE TRAIN

### FOUNDATION PHASE



### - TOPIC TRAINING

- FUNGAME, PHYSIOLOGIES
  - Agility, Balance, Coordination, Flexibility, Speed
- BALL MASTRY
  - Ball control
  - Dribbling, Running with the ball
  - Change Direction, Finesse
- RECEIVING & PASSING
  - First touch & Running with the ball
- TRANSITION 1 V 1, 2 V 2
  - Attacking
  - Defending
- FINISHING
  - Basic shooting
  - Dribbling to shooting
  - Finesse to shooting
- SMALL SIDE GAME

### INPOSSESSION

- การอยู่กับลูกบอล , บอลแรก
- พัฒนาความเชี่ยวชาญในการเล่นกับลูกฟุตบอลและความมั่นใจในการลองทำสิ่งใหม่ ๆ
- ตื่นตัวกับลูกบอลและคิดสร้างสรรค์
- มีความตื่นตัวและมีมุมมองที่ดีในความครอบครองบอล เล่นด้วยความเป็นตัวของตัวเอง และด้วยมีองค์ประกอบเป็นอุปสรรคในการเล่น
- เชื่อมต่อและผสมผสานอย่างสร้างสรรค์กับผู้อื่น
- มีความคิดสร้างสรรค์และชาญฉลาดร่วมเล่นกับผู้อื่นเพื่อทำประตู

### OUT of POSSESSION

- การปกป้องเชิงบวกและความกระตือรือร้น
- สนุกกับแย่งบอลกลับมา และการเล่นเพื่อจะชนะเมื่อเล่น 1 v 1 มองหาการเริ่มต้นการโจมตีเมื่อได้ลูก
- มีความฉลาดในการป้องกัน
- มีตำแหน่งท่าทางการยืนและตำแหน่งที่ดี มีความมั่นใจในความสามารถในการแย่งบอล ตื่นตัวเมื่อฝ่ายตรงข้ามครองบอล
- เรียนรู้เทคนิคและบทบาทในการเล่นการป้องกันที่หลากหลาย
- สนุกไปกับฝึกการป้องกันในหลากหลายบทบาทและพัฒนาเทคนิคต่างๆเพื่อแย่งบอลมาครอง

### TRANSITION

- การตัดสินใจที่สร้างสรรค์
- ปฏิบัติตอบสนองอย่างรวดเร็วและได้เปรียบเมื่อครองบอลหรือ ไม่ได้ครองบอล และมีทางเลือกและการกระทำที่หลากหลาย
- ปฏิบัติที่ได้เปรียบและเล่นอย่างชาญฉลาดในการเล่นเกมรุก
- มีทัศนคติที่ดีเมื่อครอบครองบอลและเคลื่อนที่ไปอย่างรวดเร็วในขณะที่มีบอลและไม่มีบอล ใช้ทุกโอกาสที่มีในการบุกและทำประตู
- ปฏิบัติที่ได้เปรียบและเล่นอย่างชาญฉลาดในการเล่นเกมรับ
- พยายามที่แย่งลูกกลับให้ได้อย่างรวดเร็วเพื่อป้องกันไม่ให้ฝ่ายตรงข้ามเล่นเกมรุก มีความตื่นตัวเมื่อเสียบอลและความมั่นใจในการเล่นเกมรับ

### หลักการสำคัญในการฝึกสอน

- สนุกสนามกับการฝึกซ้อม และมีความสุขในการเล่นฟุตบอล
- สร้างแรงจูงใจในการฝึกซ้อม
- การฝึกซ้อมที่ทำทหายและรูปแบบใหม่
- กระชับและรวดเร็ว ไม่กดดันนักเตะ
- ยิ้มแย้มสนุกสนามกับการฝึกซ้อม
- ไม่ล้อเลียนบุคลิกของนักกีฬา อาทิ อ้วน เตี้ย ผอม ฯลฯ