
KỸ THUẬT ĐÁNH ĐÀU

Kỹ thuật đánh đầu có hai loại là : -Kỹ thuật đánh đầu chính diện

- Kỹ thuật đánh đầu trán bên .

KẾT CẤU ĐỘNG TÁC ĐÁNH ĐÀU

Gồm có 4 bước cơ bản như sau :

- Bước 1 : Di động chọn vị trí thích hợp



Hình 1

- Bước 2 : Hoạt động của cơ thể



Hình 2

- Bước 3 : Đầu tiếp xúc bóng(tiếp xúc giữa đầu và bóng)



Hình 3

-Bước 4 : Động tác kết thúc sau khi đầu tiếp xúc bóng

Người viết ThS. Lê Đức Trọng

