

The AFC Futsal Level 1 Certificate Coaching Course in Chinese Taipei 29-31,May , 5-7,June 2026.
 亞足聯五人制足球Level 1教練講習 (臺中市立崇倫國中2026年5月29. 30. 31. 6月5. 6. 7日)

	Theory 理論課程		午餐	Practical 實務課程		
	8:00-12:00			14:00-18:00		
Day 1 05月29日 (五)	Opening ceremony 開幕典禮	3) Warm Up 熱身		1) Warm Up 熱身 (Group Work)	3) Dribbling 帶球訓練	討論與回饋
	1) What is Futsal? 什麼是五人制足球	4) Coaching Process 教學流程		2) Ball Feeling & Running with the ball 球感訓練與跑動帶球		
	2) AFC Education M&P 亞足聯五人制教練課程與制度					
Day 2 05月30日 (六)	5) History of Futsal & Legends 五人制足球歷史與教學圖示	7) Coaching Method教學方法	分配實務考試試題 (Topic for practical exam)	5) Control 控球訓練 (Group Work)	6) Passing 傳球訓練	討論與回饋
	6) CTFA Futsal players development 台灣五人制球員發展					
Day 3 05月31日 (日)	8) Players Selection 招募球員	10) Factors of Performance 運動表現因素		7) Shooting 射門訓練	8) Goalkeeping 守門訓練	討論與回饋
	9) 12 Main Orders for Futsal Players 五人制足球員的12個要素	11) The Energy System & Nutrition 能量系統與營養				
Day 4 06月6日 (五)	12) Effective Communication 溝通技巧	14) Criteria of Age Group Training 育成年代的特質		9) Defending 1 v 1 & 2 v 2 (Individual Work) 1對1與2對2 防守		討論與回饋
	13) System & Style 五人制足球打法與陣型	15) Use of Resources 資源運用				
Day 5 06月6日 (六)	16) Hygiene, Sports Safety, Injury Prevention & First Aids 運動保健與急救	17) Futsal Laws of the Game 五人制足球比賽規則	Specific Theory Examination: Laws of the Game 專項理論與規則考試	10) Basic Rotation 進攻輪轉(換位)		討論與回饋
Day 6 06月7日 (日)	General Theory Examination 一般理論考試	Practical Assessment 實務考試 1-12		Closing ceremony 結訓典禮		

白色：室內理論課
綠色：室內操作課
黃色：外師專題課程
咖啡色：規則與理論考試
紅色：實務教學考試