

# የአንድ ሴሽን የልምምድ ፕሮግራም

|                       |               |    |   |
|-----------------------|---------------|----|---|
| የአሰልጣኙ ስም: አምባፄ በፍቃዱ  |               | ቀን | <div>ልምምዱ በምልክት ሲገለፅ የምልክቱ መፍቻ</div> <div>X=የራስ ቡድን ተጫዋች</div> <div>O= የተጋጣሚ ቡድን ተጫዋች</div> <div>● = ኳስ</div> <div><div>→</div> = የኳሱ አቅጣጫ</div> <div><div>---</div>→ = ያለ ኳስ የተጫዋች እንቅስቃሴ</div> <div><div>~~~~~</div>→ = ከኳስ ጋር የተጫዋች እንቅስቃሴ</div> <div>C= አሰልጣኝ</div> <div>S= ድጋፍ ሰጪ</div> <div>GK= በረኛ</div> <div>1,2,3= የድርጊቶቹ ቅደም ተከተል</div> |
| የዕለቱ ልምምድ ርዕስ:        |               |    |   |
| የሰልጣኞቹ ብዛት:           | የዕድሜያቸው ካታላሪ: |    |   |
| ለልምምዱ የሚያስፈልጉ ማቴሪያሎች: |               |    |   |
| የዕለቱ ልምምድ ርዝማኔ በደቂቃ:  |               |    |   |
| የዕለቱ ልምምድ ዓላማ:        |               |    |   |
| ሰዓት<br>በደቂቃ           | የልምምዱ ዓይነት    |    | የልምምዱ ዓላማ እና የአሰልጣኙ የትኩረት ነጥቦች  |
|                       |               |    |   |

| ሰዓት<br>በደቂቃ | የስልጠናው ዓይነት | የልምምዱ ዓላማ እና የአስልጣኙ<br>የትኩረት ነጥቦች |
|-------------|-------------|-----------------------------------|
|             |             |                                   |
|             |             |                                   |