

BẢNG GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ

THUẬT NGỮ	GIẢI THÍCH THUẬT NGỮ	TRANG
Dẫn bóng (trong bóng đá)	Động tác điều khiển quả bóng bằng chân di chuyển theo mong muốn của mình.	82, 83, 84
Đẩy hông	Động tác cử động phần hông sang trái hoặc phải.	56, 57, 58
Bài tập không bóng	Các vận động cơ bản như đi, chạy, nhảy,... không sử dụng bóng.	71, 73
Nhún gối	Động tác khụy hai gối.	59, 60, 62, 64, 66, 67, 68, 69
Thể dục nhịp điệu	Môn thể dục thực hiện các động tác kết hợp với nhạc.	54, 55