URAWA REDS
Academy SOCCER SCHOOL
Vietnam Hanoi

Trường bóng đá Học viện Urawa Reds Việt Nam – Cơ sở Hà Nội (URASS)　Gửi quý phụ huynh

Định hướng huấn luyện của URASS

Cùng đồng hành, nuôi dưỡng sự trưởng thành của các em

Ngày 27 tháng 10 năm 2026

Lời mở đầu

URASS là ngôi trường nơi các em nhỏ từ U-6 đến U-15, gồm người Việt Nam, người Nhật Bản và nhiều quốc tịch khác, cùng nhau vui chơi và tập luyện bóng đá tại Hà Nội.

Chúng tôi mong muốn nâng cao kỹ thuật bóng đá, đồng thời nuôi dưỡng tâm hồn và mở rộng tiềm năng của từng em.

Biết quan tâm đến bạn bè. Biết tự suy nghĩ. Không sợ thất bại và dám thử thách. Nỗ lực hết mình đến cùng. Chúng tôi mong các em sẽ trưởng thành qua những trải nghiệm như vậy.

Để làm được điều đó, điều quan trọng là nhà trường và quý phụ huynh cùng chung một tâm niệm và cùng nâng đỡ các em.

Tài liệu này giới thiệu định hướng đào tạo mà URASS coi trọng, cũng như những quan điểm chúng tôi mong được chia sẻ cùng quý phụ huynh.

1. Những điều URASS coi trọng

Thông qua bóng đá, nuôi dưỡng tâm hồn, đào tạo con người, kết nối cộng đồng với thế giới. Đây là triết lý cốt lõi của URASS.

Trong quá trình các em vui chơi và nỗ lực thử thách với bóng đá, chúng tôi bồi dưỡng sự quan tâm, sự bền bỉ, khả năng tư duy và tinh thần nâng đỡ lẫn nhau với đồng đội.

Nuôi dưỡng 4 “tấm lòng”

- **Tấm lòng tin tưởng và quan tâm đến đồng đội**: biết trân trọng bạn bè và giúp đỡ lẫn nhau.
- **Tấm lòng cùng nhau vui chơi**: biết chia sẻ niềm vui khi cùng đồng đội thi đấu.
- **Tấm lòng nỗ lực hết mình trong mọi việc**: tích cực thử thách cả những điều khó và cố gắng đến cùng.
- **Tấm lòng biết suy nghĩ**: khả năng tự suy nghĩ, tự phán đoán và tự hành động.

Bóng đá là người bạn của cả cuộc đời

Dù là em mong muốn trở thành cầu thủ chuyên nghiệp trong tương lai, hay em chơi bóng đá như một sở thích, chúng tôi đều trân trọng như nhau. Từ người mới bắt đầu đến người đã có kinh nghiệm, chúng tôi huấn luyện phù hợp với sự trưởng thành của từng em, truyền tải niềm vui của bóng đá và niềm hạnh phúc khi tiến bộ.

Nếu lần đầu làm quen với bóng đá là một trải nghiệm vui vẻ và tràn đầy niềm vui được lớn lên, thì trải nghiệm ấy sẽ trở thành tài sản quý giá suốt đời.

Dùng bóng đá để kết nối cộng đồng với thế giới

Tại URASS, những người bạn khác quốc tịch, khác ngôn ngữ và khác văn hóa cùng tụ họp. Khi cùng nhau đuổi theo trái bóng, cùng chia sẻ niềm vui và nỗi tiếc nuối, sự giao tiếp vượt lên trên ngôn ngữ sẽ nảy sinh.

Công nhận sự khác biệt của nhau, tôn trọng và hợp tác. Kết nối với bạn bè trong cộng đồng thông qua bóng đá và mở rộng tầm nhìn ra thế giới cũng là một năng lực quan trọng mà URASS mong muốn nuôi dưỡng.

2. Huấn luyện phù hợp với sự trưởng thành của các em

Trẻ em có những giai đoạn phát triển của trẻ em. Tùy theo độ tuổi và giai đoạn phát triển, kỹ thuật và năng lực mà các em dễ tiếp thu sẽ khác nhau. Tại URASS, chúng tôi không áp dụng nguyên xi bóng đá của người lớn cho trẻ em, mà huấn luyện phù hợp với từng lứa tuổi.

Vừa vui chơi, vừa nắm vững kỹ thuật cơ bản

Giai đoạn tiểu học, đặc biệt là lứa tuổi được gọi là Độ tuổi vàng (Golden Age), là thời kỳ quan trọng để các em nắm vững những kỹ thuật cơ bản như kiểm soát bóng và các chuyển động cơ thể đa dạng. Ở nhóm U-9 trở xuống, chúng tôi không thiên về một chiến thuật cụ thể nào, mà tập trung huấn luyện các kỹ thuật cơ bản như dừng bóng, dẫn bóng, sút bóng và đổi hướng.

Để nắm vững kỹ thuật cần sự lặp lại. Khi các em được chạm bóng thật nhiều và vừa vui vừa luyện tập lặp đi lặp lại, những điều các em làm được sẽ tăng dần lên.

Tăng thêm niềm vui “Em làm được rồi!”

Nếu bài tập quá khó, trẻ có thể mất tự tin. Ngược lại, nếu quá dễ thì cũng không giúp các em tiến bộ. Chúng tôi chuẩn bị những thử thách phù hợp với độ tuổi và năng lực của từng em, và huấn luyện để các em tích lũy được những lần thử thách và thành công.

Nuôi dưỡng khả năng tự suy nghĩ

Trong bóng đá, mỗi pha bóng đều đòi hỏi nhiều quyết định khác nhau. Chuyền bóng, rê bóng hay sút bóng? Huấn luyện viên không đưa ra mọi đáp án, mà chúng tôi coi trọng cơ hội để chính các em suy nghĩ và quyết định.

Dù có thất bại, các em vẫn suy nghĩ xem lần sau nên làm thế nào. Chúng tôi tin rằng sự tích lũy ấy sẽ trở thành năng lực hữu ích không chỉ trong bóng đá mà cả trong cuộc sống hằng ngày.

Định hướng đào tạo theo từng độ tuổi

Độ tuổi	Điều được coi trọng
U-6	Niềm vui vận động cơ thể, niềm vui chơi đùa với bóng
U-8	Các chuyển động cơ thể đa dạng, kỹ thuật cơ bản để làm quen với bóng
U-10	Nắm vững kỹ thuật cơ bản, tập trung vào kiểm soát bóng
U-12	Nâng cao chất lượng kỹ thuật, bồi dưỡng sự phối hợp với đồng đội và khả năng phán đoán
U-13～U-15	Vận dụng kỹ thuật vào thực chiến, hướng đến sự trưởng thành của cá nhân và của cả đội

※ Độ tuổi chỉ là mức tham khảo. Chúng tôi huấn luyện phù hợp với giai đoạn phát triển và mức độ thành thạo của từng em.

3. 5 năng lực được nuôi dưỡng qua bóng đá

Bóng đá không chỉ mang lại kỹ thuật và thể lực, mà còn có rất nhiều bài học góp phần vào sự trưởng thành về nhân cách của các em.

① Năng lực tự lập

Tự chuẩn bị, tự suy nghĩ, tự hành động. Việc chuẩn bị và dọn dẹp cho buổi tập cũng là cơ hội học hỏi quan trọng.

② Năng lực thử thách bản thân

Dám thử cả những điều chưa làm được, vừa thất bại vừa dần dần làm được. Trải nghiệm đó sẽ giúp các em có thêm sự tự tin và bền bỉ.

③ Năng lực suy nghĩ và phán đoán

Trong bóng đá, tình huống luôn thay đổi. Các em tích lũy trải nghiệm tự quan sát xung quanh, suy nghĩ và phán đoán.

④ Năng lực hợp tác với đồng đội

Bóng đá là môn thể thao không thể chơi một mình. Các em học cách tin tưởng đồng đội, giúp đỡ lẫn nhau và tôn trọng sự khác biệt của mỗi người.

⑤ Năng lực kiên trì nỗ lực

Kỹ thuật không thể có được chỉ sau một buổi tập. Bằng cách lặp đi lặp lại và tích lũy từng bước tiến nhỏ, các em học được tầm quan trọng của sự nỗ lực.

Chúng tôi mong rằng những năng lực này sẽ hữu ích cho các em trong nhiều hoàn cảnh khác nhau của tương lai.

4. Cùng đồng hành với quý phụ huynh

Hãy trở thành “người cổ vũ tuyệt vời nhất” của các em

Liên đoàn Bóng đá Nhật Bản (JFA), thông qua cuốn sổ tay dành cho phụ huynh “Hãy trở thành người cổ vũ tuyệt vời nhất!”, truyền tải vai trò của người lớn trong việc nâng đỡ tính tự chủ và sự trưởng thành của các em. URASS cũng coi trọng quan điểm này và mong muốn cùng quý phụ huynh cổ vũ cho sự trưởng thành của các em.

(1) Hãy thử giao cho chính các em

Việc chuẩn bị cho buổi tập, kiểm tra đồ dùng mang theo, dọn dẹp... xin hãy thử giao cho chính các em tùy theo độ tuổi. Quên đồ hay những sai sót nhỏ cũng là cơ hội để các em tự suy nghĩ. Thay vì người lớn làm trước mọi việc, chúng ta hãy cùng giúp các em dần dần làm được nhiều việc hơn bằng chính sức mình.

(2) Hãy ấm áp dõi theo những thất bại

Khi thử thách điều mới, thất bại là chuyện tự nhiên. Thay vì vội đưa ra đáp án hay chỉ ra lỗi sai, xin hãy ủng hộ để các em tự suy nghĩ và thử thách lại lần nữa. Thất bại là một trải nghiệm quan trọng để trưởng thành.

(3) Hãy vui mừng với sự nỗ lực và trưởng thành, không chỉ với kết quả

Sau trận đấu hay buổi tập, quý vị thường nói gì với các em? Ví dụ:

- “Hôm nay con có vui không?”
- “Con đã thử thách điều gì?”
- “Con đã làm được thêm điều gì?”
- “Lần tới con muốn thử làm gì?”

Những cuộc trò chuyện như vậy giúp các em tự cảm nhận được sự trưởng thành và là động lực để hướng đến thử thách tiếp theo. Khi các em không muốn nói, đừng cố gặng hỏi mà hãy ấm áp dõi theo, đó cũng là điều quan trọng.

(4) Trong trận đấu, hãy tôn trọng sự phán đoán của các em

Người thi đấu trên sân là các em. Chúng tôi mong quý phụ huynh không chỉ đạo từng chi tiết trong lối chơi, mà hãy dùng lời cổ vũ và tiếng vỗ tay để tiếp sức cho sự thử thách của các em. Xin hãy tôn trọng sự hướng dẫn của huấn luyện viên, dành sự kính trọng cho trọng tài, đội bạn và các phụ huynh khác, và cùng nhau tận hưởng bóng đá.

(5) Hãy coi trọng cả những khoảng thời gian ngoài bóng đá

Cuộc sống ở trường, vui chơi cùng bạn bè, thời gian ở nhà và việc nghỉ ngơi đầy đủ cũng không thể thiếu cho sự trưởng thành của các em. Xin đừng chỉ thiên về bóng đá, mà hãy coi trọng việc nuôi dưỡng nhân cách phong phú thông qua nhiều trải nghiệm khác nhau.

Ước mơ của các em là của chính các em

Các em hướng đến điều gì và gắn bó với bóng đá theo cách nào là khác nhau ở mỗi em. Thay vì quyết định con đường và khả năng của các em chỉ dựa trên kỳ vọng của người lớn, chúng ta hãy trân trọng cảm xúc và ước mơ của chính các em, và ấm áp dõi theo sự trưởng thành của các em.

5. Tinh thần khi bước vào trận đấu

Trận đấu là cơ hội quan trọng để các em trưởng thành. Chúng tôi coi trọng việc các em hướng đến chiến thắng và thi đấu hết sức mình trong khi hợp tác với đồng đội. Mặt khác, huấn luyện viên không chỉ coi trọng kết quả trận đấu mà còn chú trọng việc các em đã thử thách điều gì và học được gì. Ngoài ra, trận đấu cũng là nơi các em phát huy kỹ thuật đã học được trong buổi tập, tự suy nghĩ, tự phán đoán và thử thách bản thân. Tại URASS, chúng tôi coi trọng 5 điều sau.

1. **Mọi em đều tham gia vào lối chơi**: chúng tôi coi trọng cơ hội để từng em được chạm bóng và tham gia trận đấu.

2. **Phát huy kỹ thuật cơ bản**: không chỉ dựa vào những pha đá bóng bổng lên phía trước một cách dễ dãi, mà thử thách bằng rê bóng và kiểm soát bóng.
3. **Trải nghiệm nhiều vai trò khác nhau**: đặc biệt ở lứa tuổi nhỏ, không cố định vị trí quá cứng nhắc, mà tích cực tham gia cả tấn công lẫn phòng thủ.
4. **Tự suy nghĩ và tự phán đoán**: hạn chế tối đa những chỉ đạo chi tiết từ băng ghế huấn luyện, và coi trọng cơ hội để chính các em phán đoán.
5. **Không sợ thất bại và dám thử thách**: dù mất bóng hay để thủng lưới, chúng tôi không trách mắng mà khuyến khích các em thử thách ở pha bóng tiếp theo.

Sau trận đấu, chúng tôi cùng các em nhìn lại không chỉ kết quả, mà cả việc các em đã thử thách điều gì, học được gì và đã trưởng thành như thế nào.

6. Những nỗ lực vì sự an toàn

An toàn và an tâm là điều quan trọng nhất đối với chúng tôi. Bóng đá là môn thể thao có va chạm cơ thể, nên những chấn thương nhẹ có thể xảy ra. Trên cơ sở đó, để duy trì môi trường an toàn, chúng tôi thực hiện các biện pháp sau.

- **Kiểm tra trước hoạt động**: kiểm tra độ an toàn của sân và dụng cụ, đồng thời kiểm tra tình trạng sức khỏe của các em. Với em nào không khỏe, chúng tôi không để em gắng sức.
- **Lưu ý khi trời nóng**: bảo đảm bổ sung nước và thời gian nghỉ ngơi. Khi điều kiện thời tiết nguy hiểm, chúng tôi hủy hoặc rút ngắn buổi tập.
- **Chấn thương ở đầu hoặc mắt**: khi bị bóng hoặc vật khác va vào, chúng tôi cho em nghỉ ngay và không để em quay lại tập luyện một cách gượng ép. Dù em có vẻ không sao, chúng tôi vẫn thông báo cho quý phụ huynh ngay trong ngày.
- **Khi xảy ra chấn thương hoặc sự cố**: huấn luyện viên ghi lại tình huống, và Quản lý trường (School Master) liên hệ với quý phụ huynh. Chúng tôi thông báo sự việc một cách cẩn thận. Tuy nhiên, những trường hợp rất nhẹ có thể xảy ra trong buổi tập thông thường như trầy xước, va đập nhẹ, cãi nhau nhẹ sẽ không được ghi lại, và huấn luyện viên sẽ trực tiếp thông báo cho phụ huynh khi cần thiết.
- **Xung đột giữa các em**: chúng tôi dừng lại ngay và trước hết kiểm tra xem có chấn thương không. Chúng tôi lắng nghe câu chuyện của từng em đến cùng, và không phán xét chỉ dựa trên lời kể của một bên.
- **Hoạt động tại trường mầm non, trường học**: chúng tôi tuân theo quy định và công tác quản lý an toàn của từng cơ sở. Việc đưa đón đi và về do huấn luyện viên chịu trách nhiệm dẫn đoàn.
- **Không để các em một mình**: khi huấn luyện viên rời sân, nhất định phải bàn giao cho huấn luyện viên khác.

Những điều huấn luyện viên không làm

- Dùng những lời mỉa mai, châm chọc hay xúc phạm
- Phủ nhận, phớt lờ trẻ, la mắng trẻ trước mặt mọi người, hoặc so sánh với các em khác để phủ nhận
- Quát tháo, uy hiếp hay trút giận lên đồ vật
- Phạt bằng cách đuổi ra khỏi sân hoặc nói “về đi”

- Phạt thân thể, hoặc bạo lực bằng lời nói và thái độ (chúng tôi không làm vậy vì bất cứ lý do nào)
- Tiếp xúc cơ thể không cần thiết (vuốt má hay đầu, hôn má, bế nhấc lên, v.v.). Khi khen ngợi, chúng tôi dùng lời nói, vỗ tay, đập tay (high five), v.v.
- Ở riêng một mình với trẻ ở nơi khuất tầm nhìn. Việc đưa đón, thay đồ và đi vệ sinh được thực hiện trong tầm quan sát của nhiều người lớn.
- Phân biệt đối xử, đánh đồng, trêu chọc hay bắt nạt vì quốc tịch, ngôn ngữ, đặc điểm cơ thể, hoàn cảnh gia đình, v.v.

Hủy buổi tập do ô nhiễm không khí và sấm sét

- **Ô nhiễm không khí (PM2.5)**: 1 giờ trước mỗi lớp, chúng tôi kiểm tra chỉ số tại địa điểm tập. Từ 200 trở lên thì hủy buổi tập, từ 151 đến 199 thì điều chỉnh nội dung và tiến hành, từ 150 trở xuống thì tiến hành như bình thường.
- **Sấm sét**: theo tiêu chuẩn của J.League, khi nghe thấy tiếng sấm trong vòng 20 giây sau tia chớp, chúng tôi tạm dừng trong 20 phút.
- **Buổi học bù**: khi hủy buổi tập vì lý do từ phía nhà trường như thời tiết, ô nhiễm không khí, việc đảm bảo sân bãi, hoặc khi thời gian tập thực tế ít hơn một nửa dự kiến do sấm sét, chúng tôi sẽ sắp xếp buổi học bù. Lịch cụ thể sẽ được thông báo lại.
- **Liên lạc**: khi hủy đột xuất, chúng tôi sẽ thông báo chậm nhất trước 1 giờ.
- Hoạt động ngoại khóa (CCA) tại trường mầm non, trường học: tuân theo tiêu chuẩn của từng trường.

Kính mắt và bảo hiểm

- Trong khi tập, chúng tôi khuyến khích các em tháo kính hoặc dùng kính bảo hộ thể thao. Nhà trường không thể chịu trách nhiệm đối với chấn thương hoặc hư hỏng phát sinh do sử dụng kính thông thường.
- Tất cả học viên đều được tham gia bảo hiểm của nhà trường đối với chấn thương trong khi tập luyện. Việc áp dụng tùy theo điều kiện của hợp đồng bảo hiểm, với mức tối đa là 25,000,000 VND cho mỗi vụ. Phần bồi thường vượt quá mức này nằm ngoài trách nhiệm của nhà trường. Về bảo hiểm và bồi thường, xin vui lòng liên hệ với School Master.

7. Thông tin cá nhân, hình ảnh và liên lạc

- **Hình ảnh, video**: hình ảnh hoạt động chỉ được sử dụng trong phạm vi quý vị đã đồng ý tại quy định nhập học, và chỉ trên các kênh chính thức của URASS (website, mạng xã hội, tờ rơi, v.v.). Huấn luyện viên không chụp, quay, lưu giữ hay đăng tải hình ảnh, video của các em bằng điện thoại hay tài khoản cá nhân. Nếu quý vị muốn ngừng việc sử dụng, xin vui lòng cho chúng tôi biết. Chúng tôi sẽ xử lý ngay.
- **Thông tin cá nhân**: danh sách, thông tin liên lạc, thông tin sức khỏe, v.v. không được sử dụng ngoài mục đích hoạt động. Chúng tôi không cung cấp thông tin của các em hay phụ huynh khác cho người không phải là đương sự.
- **Thành tích, đánh giá**: chúng tôi không công khai đánh giá hay thành tích theo cách gắn liền với từng em.

- **Cách thức liên lạc**: việc liên lạc với quý phụ huynh được thực hiện qua tài khoản Zalo của Văn phòng URASS, không phải qua mạng xã hội cá nhân của huấn luyện viên. Huấn luyện viên không liên lạc riêng với các em qua mạng xã hội hay tin nhắn.
- **Quan hệ riêng tư**: huấn luyện viên có quy định không có quan hệ riêng tư với quý phụ huynh, chẳng hạn như dùng bữa hay liên lạc cá nhân. Rất mong quý vị thông cảm.

8. Liên lạc, vắng mặt và đồ mang theo

- **Nơi theo dõi**: trong khi tập luyện và thi đấu, xin quý vị theo dõi từ bên ngoài sân.
- **Giờ đến**: xin hãy nhắc các em để có thể có mặt tại sân trước giờ bắt đầu buổi tập 15 phút. Nếu đến muộn, xin vui lòng liên hệ trước. Vì an toàn, các em hoàn thành khởi động xong rồi mới tham gia buổi tập.
- **Vắng mặt**: xin vui lòng báo việc vắng mặt hoặc không tham gia trận đấu trước giờ bắt đầu 24 giờ. Với trường hợp vắng dài hạn quá 1 tuần, xin báo trước. Nếu gia đình về nước do hết nhiệm kỳ công tác hoặc đi du lịch dài ngày, chỉ cần quý vị liên hệ trước, chúng tôi sẽ linh hoạt hết mức có thể.
- **Đồ mang theo và trang phục**: xin cho các em mang theo đồng phục của trường, giày phù hợp với sân cỏ nhân tạo và bình nước. Khi thi đấu cần có bọc ống đồng.
- **Tình hình của các em**: nếu có vấn đề về sức khỏe hoặc điều gì lo lắng, xin vui lòng cho chúng tôi biết.

9. Tư vấn và liên hệ

Nếu có điều gì băn khoăn về con em, về việc huấn luyện hay về an toàn, xin đừng ngần ngại trao đổi với chúng tôi. Khi khó chia sẻ với huấn luyện viên, xin hãy nói với School Master. Chúng tôi hỗ trợ bằng tiếng Anh và tiếng Việt. Quý vị sẽ không chịu bất kỳ bất lợi nào vì đã tư vấn.

- Email: info@urass-vn.com
- Đường dây nóng: 077 558 1295
- Website: https://urass-vn.com/

Từ nay về sau, chúng tôi vẫn sẽ cùng quý phụ huynh nâng đỡ sự trưởng thành của các em.

Trường bóng đá Học viện Urawa Reds Việt Nam – Cơ sở Hà Nội

Đại diện Daisuke Shindo