

- 1996 - စပ်ပေးကွန်ဂရက်ဂျော့တင်ဂျွမ်းတုမ်တီးမွန်းစရေးသီးလိုင်းတံး SUD
- 2000 - လံးရှပ်လို့ဂ်းတင်ပိမ်းရှပ်ပင်းလူင် ဂျော့စီမ်းတီမ်းပိုင်းငင်းပိုင်းမိုင်းလိုင်းတံး (SSCDC)
- 2001 - ရှမ်းဂျော့တင်ဂျော့ပမ်းဂီမ်းစလေးရှမ်းမိုင်းလောင်းရှိုင်း (ENSCC) ဝံးမားလီဂ်းလံးပိမ်းခွင်သီ၊လောင်းရှိုင်း (ENC)
- 2004 - လံးရှပ်လို့ဂ်းပိမ်းဇူးရှပ်သုဂါးရှပ်ပင်းလူင် (SDU)

လွန်လိုက်စော့ပွမ်းသင်၊ ဆိုက်ဂါးလို့ဂ်းလောင်း

- * ရှပ်လီလံးရှပ်လောင်းတုး တူင်ဂပ်ပိမ်းသင်
Know your own identity
- * ရှပ်လီလံးရှပ်လောင်းတုး တူင်ဂပ်ယူ၊လမ်းထမ်းလို့
Know your own status
- * ရှပ်လီလံးရှပ်လောင်းတုး တူင်ဂပ်၊လုဂ်းယူ၊တမ်းရှိုင်းလို့
Know your own position

တင်း 3 စော့ဆို့ လီလံးထတ်းသင်ရှပ်လီင်းလီင်း ရှပ်လီင်းလီင်း ပုမ်းစွပ်းလီင်းလီင်း စလေး လီလံးရှိုက်းလွမ်းလီင်းလီင်း။
ပေးတေပိုတ်၊စဆ ရှပ်တီဂ်းလီင်းဆို့ တေယာင်းယူ၊ ရှပ်ရှပ်ငံးလီဆဆ ခွဲးတီဂ်းစဆ လုမ်းရှမ်းပိတ်မာဂ်၊ဆင် Football Team။

- တေလံးရှပ်တူင်တုး လင်းဂပ်၊ လီဆပေးဆိုးလုမ်းကီးသင်?
(လီဆးယူ၊ဆိုးလုမ်းဆို့ ကမ်၊လို့လီဆးဂျော့လီလံး)

Identifying yourself with the team

- ရှပ်တူင်တုး လမ်းထမ်းလို့ Knowing your status
(လမ်းရှပ်းရှိုမ်း၊ လမ်းလေးပီင်း၊ လမ်းလိုင်းမိုင်း၊ လမ်း Coach ရှိုပ်?) ခူးသွမ်း Coach ဂျော့ ပေးဆိုးလုမ်းဆင်၊ဂပ်၊
လမ်းဇူးရှပ်ဂမ် Captain ဂျော့ပိမ်းဇူးစပ်းပေးယူ၊ဆိုးလုမ်းရှပ်း
- ရှပ်တူင်တုးလီဆးတမ်းရှိုင်းလို့?၊ လုမ်းခိုမ်းဆေး?၊ လုမ်းလီဆးဂင်?၊ လုမ်းစစလင်? Knowing your position။
လုမ်းဆေး- ပိဂ်၊သံ (left wing) ပိဂ်၊စျ (right wing) ဆိုးသံ (left inner) ဆိုးစျ (right inner) ဂင်ဆေး (Center half)
လုမ်းဂင်- သံ့ခိုင်း (left half) စျခိုင်း (right half) ဂင်ခိုင်း (Center half)
လုမ်းလင်- လင်သံ့ (left back) လင်စျ (right back) လင်းရှပ်း (Goal Keeper)

လီမီးပဂ်းပိုင် ဂ်ဂ်၊လူလံးလံးဇိုဂ်း၊ လံးလို့ဂ်းရှပ်းလီဆး၊ လံးဝါင်းဇီဆင်ဂါးပံးတိုဂ်း (strategy) ကိဂ်း၊တင်းလံးတိုဂ်း (tactics)
လံးရှပ်းဂမ်စလေးလီဆးလွမ်းဇီဆင်ဂါး၊ တီးစဆဆမ်ဂတ်ဂျော့ ဇွမ်ဂမ်တင်းလုမ်းသေ စဆတင်းဂတ်လံး လင်၊တေကွင်၊ပေတင်းလုမ်း၊ လင်၊တေပီဆင်
(champion) လံး။

ခူးဇိုဂ်းသွမ်း coach ဆဆို့ ပိမ်းဇူးဝါင်းဇီဆင် ဇူးလီသင်၊ ကမ်၊လို့ဇူးလီဆး၊ လီလံးမံတွင်း၊ ဇွမ်ဂမ်ကမ်ကမ်တုးဆဆို့ ကမ်၊လို့ဇွမ်ဂမ်
ပိမ်းဇင်လူင်ရှပ်းလုးတီးမာဂ်၊ဆင်မီး၊ ရှပ်မေ့သုင်၊မာဂ်၊ဆင် passing လံးလီ၊ ခိုက်းဝံးမိမ်းယမ်၊ ခိုမ်းလုင်းဇီဆင်၊ ရှပ်ရှပ်ဂျော့စတီးလို့လီမိုမ် ဂမ်
လုမ်းဇူး၊လီမိုမ်ဂမ် လင်၊လင်းကွင်၊ပေ။

ခူးဇိုဂ်းသွမ်း coach ဆဆို့ ဆမ်ဂတ်မီးလို့ဂ်းရှပ် လင်၊ပိမ်းလံးကမ်တုးဆဆို့ဂျော့ လီကွမ်ဂမ်ပုဆို့။ လံးဂီတ်၊စစလုမ်းလင် 4 စလေး လုမ်းဂင် 4 ကိဂ်း၊
လုမ်းဆေး 3။ လံးလီဆးလုမ်းဆေး 4 လုမ်းဂင် 4 လုမ်းလင် 3 လီမိုင်းဆို့- ပိမ်းဇီဆင်ဂါးစွင် coach ဂါးမိုင်းဂျော့ တေးဆင်၊ဆမ်ယပ်။

* ရှပ်ပိမ်းသင်? (Identity) ရှပ်ပိမ်းဇူးရှပ်လို့ဂ်းလောင်း၊ ရှပ်တိုဂ်းကပ်သုမ်းလံးတီပံးတတ်းရှပ်းစော့ (Rights of self-determination)
ရှပ်တိုဂ်းလူလံးလံးဂတ်းယီဆင်ဂျော့ယပ်၊ ယိဂ်းရှပ်းဂင်၊သေတိုဂ်းကပ်ဂျော့လံး ရှပ်ယူ၊ဇူး၊တုး မုဂ်းလုမ်းကမ်ရှပ်းမိုင်း ပမ်ဂင်လို့
လို့ဂ်းတင်းမွပ်းပမ်ကျ၊ဆေးပုဆို့ယူ။

* ရှပ်ယူ၊လမ်းထမ်းလို့? (Status) ရှပ်စပ်းပိမ်းလုမ်းရှိုက်းဂါး ပုမ်းတုးလို့ဂ်းလောင်း၊မိုင်းသေတုး ရှပ်ကမ်၊လို့လုမ်း
ကမ်ရှပ်းမိုင်းမွပ်းပမ်ကျ၊ဆေးပင်လို့ဂ်းတင်းမား၊ ယူ၊တီးလမ်းကမ်၊မီးကျ၊ဆေးကမ်ရှပ်းမိုင်းမွပ်းပမ်ဆဆို့သေတုး လွမ်းဆင်၊ရှပ်လောင်း
ပုမ်းဇူးတူင်ဂပ်၊ပိမ်းတံးစလေး လံးရှိုက်းဂါးပုမ်းတုး၊ဝါးမိုင်းလို့ဂ်းရှပ်း။

* ရှင်းလင်းမှု၊ တီထွင်မှု၊ တစ်နေ့လုံး (Position) ရှင်းရှင်းတူတူ မှီခိုဆင်၊ သွင်စေ့ပျံ့ဆွဲဆင်ယင် ရှင်းယူ၊ တင်၊ တီတင်၊ မှိုင်း (ကမ်း၊ ဆင်) ယူဆွဲမှိုင်းသေယိပ်းရှင်းရှင်း၊ ခပ်ပွဲတိုင်း။ ယူ၊ တီ၊ ရှင်းလင်းမှု၊ တီ၊ လိုတီ၊ ဆင်၊ သေမှီတီးပုန်းလှိုင့်လတ်းဝါးမှိုင်း ဆင်၊ ရှိုပ်ပေးတေကပ် လံး သုန်းလံးတီဝ်းတတ်းရှင်းစေ့ (Self-determination)။ ယူ၊ တီ၊ ရှင်းကမ်းမှီတီးလွမ်းဖိဆင်ကမ်းပံးတိုင်း (Strategy) စလး လံးတိုင်း (Tactics) ကမ်း Coach ကမ်းမှိုင်းရှင်းတမ်းဝါးဖိဆင်ပုံပန်း။ ယူ၊ တီ၊ ရှင်းကမ်းကမ်းလင်းပန်းပံးပူဆွဲ၊ တင်းရှင်းထိုင်ရှင်းတီ၊ Coach ကမ်း မှိုင်းရှင်းဆင်ယင်။

ပေး 3 စေ့ပျံ့ဆွဲဆင်လံးလံးလီယင်လိုင် စေ့ပျံ့လမ်းလွင်းမှိုင့်လိုက်မန်း ယူ၊ တီ၊ ဆင်ကတ်ရှင်း ဂေ့လှိုင့်ဂေ့ဆင်၊ လမ်းလှိုင့်လမ်းဆင် မေ့မှီတီးလွမ်းဖိဆင်ကမ်းပံးတိုင်း Strategy တင်းလံးတိုင်း Tactides ကမ်း Coach ကမ်းမှိုင်းရှင်းတမ်းပန်းရှင်းပုံ (ကမ်းလံးတီဝ်းမှိုင့် လေးပန်း၊ ကမ်းလံးလတ်းစဆင်ကမ်းဂေ့၊ တေလံးမီးဆင်ကတ်းစံးလှိုင့်ပူဆွဲကွက်၊) ဆင်သေ ယူ၊ တီ၊ ဆင်ကတ်ရှင်းမေ့ကပ်းသားကမ်း ဂေ့၊ တေ့၊ ဂေ့၊ လမ်းတေ့၊ လမ်းဆင် ကွမ်းကမ်းတိုင်းကပ်သုန်းလံးလွင်းထင်၊ ရှင်းရှင်းလိုင် တေကွင်ပေ့ယူ၊ ကမ်းရှင်။

စေ့လိစဆေး စလး စေ့ထတ်းသင် သွင်စေ့ဆွဲ ကမ်းမှိုင့်ကမ်းကမ်းဝါးဆင်လီပွင်လှိုင့်။ တေလံးကွမ်းကမ်းစေးလိစဆေး (ရှပ်းစပ်းလွမ်း ကမ်းဖွဲးစီဆင်)၊ တေလံးကွမ်းကမ်းစတ်းလှိုင့် ရှပ်းပေးမေ့ယွမ်းရှင်ထွမ်း၊ စေ့ထတ်းသင် (ရှပ်းပိုင်းစေ့ထတ်းသင်လီဆင် ယူ၊ တီ၊ လေးတေ့၊ လီသေ ထတ်းသင်စဆင်ကမ်းကမ်း၊ မီးဆင်ကတ်းလင်၊ တေလင်းမှိုင့်ကမ်းလွမ်းစေ့ထတ်းသင်လီဆင်လံး။)

ရှမ်းမီးဆင်ကတ်းမေ့ထတ်းသင်၊ ရှမ်းကမ်းမီးဆင်ကတ်းမေ့လိစဆေး ရှမ်းလှိုင့်ကတ်းပေးမေ့စသ၊ တမ်း၊ ရှမ်းမားဆင်၊ မေ့သမ်းမိဆင်၊ ရှမ်းလှိုင့် လီ မေ့ယိုဆင်ကမ်း၊ ရှမ်းရှပ်း-မေ့ယွင်းယေ့။ ရှမ်းရှမ်း- စဆင်ရှင်သွက်၊ မေ့ရှမ်းကွက်၊ ဆိုင်ဝါး၊ ရှမ်းမှိုင့်သမ့် မေ့မှီတီးမေ့သင်။