

CHIẾN THUẬT TRONG THI ĐẤU ĐƠN:

1 Chiến thuật phát cầu trong thi đấu đơn.

- Thông thường trong thi đấu VĐV hay sử dụng kỹ thuật phát cầu thuận tay với phương châm chỉ đạo phát cầu cao xa nhằm mục đích đẩy đối phương về cuối sân đánh cầu, hạn chế khả năng tấn công của họ. Tuy nhiên không nhất thiết chỉ sử dụng một lối phát cao xa trong cả trận đấu hoặc một hiệp mà cần căn cứ vào vị trí đứng đỡ cầu của đối phương để thay đổi kiểu phát cầu nhằm đánh lừa đối phương.

- Phải luôn giấu được động tác phát cầu của mình, sao cho đối phương khó phán đoán ý đồ, gây tâm lý bị động cho đối phương trong quá trình thi đấu.

2. Chiến thuật đánh cầu trong thi đấu đơn.

Chiến thuật đánh đơn trong cầu lông tương đối đa dạng, tuy vậy căn cứ vào đặc điểm, tính chất có thể đưa ra 6 loại hình chiến thuật đánh cầu cơ bản sau là:

2.1. Chiến thuật phát cầu cướp tấn công:

Phát cầu không chịu sự cản trở của đối phương, do đó, người phát cầu có thể dựa vào luật thi đấu, tùy ý theo thói quen có thể vận dụng bất cứ phương thức nào để phát cầu sang bất cứ một điểm nào trên sân đỡ cầu của đối phương. Người giỏi về lợi dụng kỹ thuật phát cầu biến hóa là người có thể trước hết phát cầu để khống chế đối phương giành quyền chủ động, dùng phát cầu lao nhanh phối hợp với phát cầu gần lưới, tranh thủ tạo ra cơ hội chủ động tấn công ở lần đánh sau, tổ hợp thành chiến thuật phát cầu giành quyền tấn công trước (cướp tấn công).

2.2. Chiến thuật tấn công sân sau (cuối sân):

Sử dụng lặp lại kỹ thuật đánh cầu cao sâu hoặc cầu cao ngang, ép 2 góc cuối sân của đối phương, đẩy đối phương rơi vào trạng thái bị động. Một khi chất lượng của cầu đối phương đánh sang không cao, liền chớp lấy thời cơ tấn công đập, treo cầu vào chỗ trống của đối phương.

2.3. Chiến thuật buộc đối phương đánh cầu trái tay:

Trong thực tế, nhìn chung là tính tấn công của đánh cầu cuối sân trái tay không mạnh, đường cầu cũng tương đối đơn giản. Nhưng khi thi đấu với các đối thủ có kỹ thuật đánh cầu cuối sân trái tay kém, thì không thể bỏ qua việc tăng cường tấn công ở khu vực đánh cầu trái tay cuối sân.

Trước hết cần kéo rộng vị trí của đối phương, làm cho khu vực trái tay của đối phương lộ ra chỗ trống. Sau đó thực hiện đánh cầu vào khu vực trái tay, buộc đối phương phải sử dụng đánh cầu trái tay.

Ví dụ: Trước tiên treo cầu khu vực thuận tay sát lưới của đối phương, đối phương hát cao cầu, chúng ta dùng ngay cầu cao ngang tấn công vào khu vực trái tay cuối sân của đối phương. Khi tấn công lặp lại khu vực trái tay của đối phương, buộc họ phải rời xa vị trí trung tâm, và lúc này đột ngột treo cầu chéo góc sát lưới.

2.4. Chiến thuật đánh cầu 4 điểm rồi đột kích:

Sử dụng kỹ thuật đánh cầu cao ngang tốc độ nhanh, cũng có thể đánh treo cầu chuẩn xác đến 4 góc sân của đối phương, buộc đối phương phải chạy di chuyển sang phải, sang trái, lên trên, xuống dưới. Khi phát hiện đối phương không kịp trở về vị trí trung tâm hoặc mất trọng tâm để lộ ra chỗ trống và chỗ yếu thì tiến hành đột kích ngay.

2.5. Chiến thuật đánh treo, đập cầu rồi lên lưới tấn công:

Trước tiên, ở cuối sân dùng kỹ thuật đập nhẹ phối hợp với đánh treo cầu để ép cầu xuống dưới, điểm rơi cần lựa chọn ở phía 2 bên của sân đối phương, buộc đối phương bị động đánh trả. Nếu đối phương đánh trả cầu sát lưới, liền nhanh chóng di chuyển lên lưới về cầu hoặc móc cầu chéo góc hoặc đẩy cầu ngang tốc độ nhanh. Nếu đối phương đánh trả bằng hất cầu co ở sát lưới, có thể lợi dụng trong lúc họ lùi về phòng thủ, sẽ trực tiếp đánh thẳng cầu vào người họ.

2.6. Chiến thuật phòng thủ trước, tấn công sau:

Chiến thuật này có thể dùng để đối phó với đối thủ tấn công kém hiệu quả và thể lực kém.

Bắt đầu thi đấu, trước tiên dùng đường cầu cao để dụ đối phương tấn công, khi đối phương mải mê với tấn công mà lỏng lẻo trong phòng thủ thì lập tức đột kích tấn công. Cũng có thể trong lúc thể lực đối phương giảm sút, tốc độ di chuyển chậm lại thì mới phát động tấn công. Đây là chiến thuật chờ đối phương mệt mới phát động tấn công để giành thắng lợi.