

Chiến thuật đánh đôi nam nữ trong cầu lông

rong cầu lông thì thi đấu đôi nam nữ cũng là một hình thức đánh đối tượng đối phổ biến. Tuy nhiên, thì khác với chiến thuật đánh đôi nam hay đôi nữ, đánh đôi nam nữ thường lấy nam làm chủ lực tấn công. Còn nữ là người đứng sát lưới hơn và kiến tạo cơ hội cho người nam tấn công. Bài viết hôm nay chúng ta sẽ tìm hiểu và chia sẻ thêm về [chiến thuật đánh đôi nam nữ trong cầu lông](#).

Sự khác biệt trong đánh cầu lông đôi nam nữ

Như đã nói ở trên thì cầu lông đôi nam nữ thì thường lấy nam làm chủ công và nữ là người kiến tạo cơ hội và phòng thủ. Người chơi nam sẽ có khuynh hướng đứng ở phía sau nhiều hơn và bao quát khu vực giữa sân và cuối sân. Trong khi đó, người chơi nữ sẽ có khuynh hướng đứng sát về lưới và bảo vệ khu vực lưới.

Chiến thuật đánh cầu lông đôi nam nữ

1. Giao cầu

Người chơi nữ

- Nên cố gắng giao cầu ngắn và thấp sát lưới và nên kết hợp bất chợt một cú giao cầu dài hay giao cầu tạt. Điều này làm đối phương luôn phải ở vào thế phán đoán đường giao cầu của bạn và cũng không bị bất bại, tê liệt cú giao cầu.
- Khi người chơi nữ giao cầu, người chơi nam hoàn toàn trong tư thế chuẩn bị tấn công. Do đó khi người chơi nữ giao cầu tốt chính là kiến tạo cơ hội rất tốt để người chơi nam thực hiện cú đánh dứt điểm.

Người chơi nam

Cũng như người chơi nữ, nên thực hiện cú giao cầu ngắn, càng sát lưới càng tốt. Người chơi nam trong đánh đôi nam nữ luôn phải đứng sau nữ nên đường cầu sẽ dài hơn nên đối phương sẽ có nhiều thời gian hơn để kịp di chuyển lên lưới và “bắt” cú giao cầu. Điều này buộc người chơi nam phải thường xuyên tập luyện để có được cú giao cầu tốt trong thể loại đánh đôi nam nữ.

2. Nhận giao cầu

Người chơi nữ

- Nếu nhận cú giao cầu ngắn nên trả cầu ở góc lưới vị trí gần mình nhất, càng sát càng tốt, hay trả lại vào đối phương vừa giao cầu cho mình.
- Nếu nhận cú giao cầu dài, thực hiện đập cầu về phía người chơi nữ đối phương hoặc về phía biên.

Sau khi trả cầu, người chơi nữ phải theo đường cầu của mình, và hướng về phía lưới, chỗ khu vực chữ T, càng sớm càng tốt để ổn định lại đội hình.

Người chơi nam

– Nếu nhận cú giao cầu ngắn nên trả cầu ở góc lưới vị trí gần người chơi nữ đồng đội của mình nhất. Giúp tạo điều kiện tốt nhất cho đồng đội của mình chiếm ưu thế trong việc kiểm soát lưới và không chế những cú trả cầu ở khu vực lưới.

– Nếu nhận cú giao cầu dài, thực hiện đập cầu về phía đối phương hoặc về phía biên.

Tuỳ theo đội hình của đối phương mà có thể có cách đánh khác nhau. Những cú đập hai biên nửa sân sẽ gây khó khăn cho đối thủ nếu đối thủ đứng theo đội hình trên dưới. Những cú đập trực diện sẽ gây khó khăn cho đối thủ nếu đối thủ đứng theo đội hình hai bên.

Xem thêm: 4 [kinh nghiệm đánh cầu lông đôi](#) giúp người chơi đạt hiệu quả cao nhất.

3. Khi tấn công

Người chơi nữ

– Phải luôn bám chặt cầu ở khu vực lưới để bắt tất cả những cú đánh lưới, đồng thời đánh chặn càng nhiều càng tốt những cú cầu tạt cầu lài của đối phương. Người chơi nữ phải hạn chế đến mức thấp nhất có thể được những cú nâng cầu bổng.

– Luôn trong tư thế chân trước chân sau và di chuyển nhịp nhàng theo tình huống cầu. Vợt phải luôn được giơ cao qua khỏi đầu mình và trên mép lưới đồng thời hướng về trước trong tư thế sẵn sàng đánh trái cầu ở vị trí cao nhất có thể được khi nó vừa qua lưới. Khi phải đánh trả những cú cầu tạt vừa qua lưới, người chơi nữ nên hơi khuỵu gối hạ thấp người xuống để vẫn có thể đánh được trái cầu của đối phương với tư thế vợt của mình vẫn ở phía trên đầu mình.

– Cố gắng đánh đường cầu càng cắm càng tốt, càng xa tay đối phương càng tốt, hay càng làm rối đội hình đối phương càng tốt. không nên quay ra sau xem đồng đội của mình đánh thế nào. Thay vào đó người chơi nữ nên dõi mắt theo sự di chuyển của đối phương và lắng nghe tiếng cầu đánh của đồng đội phía sau.

Người chơi nam

– Phải bao quát toàn bộ sân từ khu vực giữa đến hết sân và giữ vai trò chủ lực ghi điểm bằng những cú đập cầu hay bỏ nhỏ. Biết phán đoán những cơ hội mà người chơi nữ tạo ra phía trên lưới để biến những cơ hội sắp đến đó thành những cú đánh kết thúc.

– Luôn giữ chiến thuật thi đấu đôi hỗn hợp là áp đặt áp lực lên người chơi nữ của đối phương suốt trận. Khi người chơi nữ của đối phương bị ép, người chơi nam của đối phương sẽ luôn có khuynh hướng di chuyển lên lưới để hỗ trợ. Khi ấy vị trí tốt nhất của người chơi

nam để bao quát sân phía sau lưng người chơi nữ không còn nữa. Đội hình đối phương bị rối loạn. Khi đó cơ hội đánh cú dứt điểm sẽ đến.

– Đòi lúc cũng phải biết cách kiến tạo cơ hội dứt điểm cho đồng đội phía trên. Duy trì những cú đập uy lực có thể khiến đối phương trả cầu lưng lưng tạo cơ hội kết thúc cho người chơi nữ phía trên. Một cú bỏ nhỏ đột ngột từ cuối sân sẽ buộc đối phương đánh lưới lúng túng, đưa đến cơ hội chụp lưới cho người chơi nữ.

4. Khi phòng thủ

Người chơi nữ

– Hạn chế đến mức thấp nhất có thể được những cú nâng cầu bổng lên tạo cơ hội ghi điểm cho đối phương. Chỉ nên đón đánh những pha cầu trước và ngang mình không nên cố gắng lùi lại với những pha cầu phía sau mình sẽ không giải quyết được gì ngoài việc va chạm với đồng đội hay biểu không cho đối phương một cơ hội kết thúc.

– Người chơi nữ nên lui về sau một chút trong tư thế phòng thủ song song với người chơi nam để hỗ trợ. Tuy nhiên người chơi nữ luôn sẵn sàng tư thế trở về bao lưới ngay khi có một đường cầu giải toả áp lực.

Người chơi nam

Cũng nên hạn chế những cú nâng cầu bổng và thay vào đó bằng một cú tạt cầu nhằm giảm đi sức tấn công của đối phương. Nếu phải nâng cầu bổng, hãy cố gắng nâng cầu bổng và sâu về góc cuối sân sao cho hướng tấn công tiếp theo của đối thủ sẽ trở thành cú đánh chéo sân. Một cú đánh chéo sân như vậy sẽ có ít uy lực hơn và người chơi nữ sẽ có nhiều thời gian hơn để đối phó.