

CHIẾN THUẬT BÓNG ĐÁ

CHIẾN THUẬT 2 QUA 1 TẤN CÔNG BIÊN

Mục đích: Làm cho sinh viên nắm được phương pháp 2 qua 1 tấn công biên

Nhiệm vụ: Dạy các phương pháp tấn công, ngăn ngừa sai lầm thường mắc phải.

Phương pháp:

Phương pháp thị phạm giảng giải trong thực tiễn giảng dạy, huấn luyện chiến thuật.

Khi bắt đầu học chiến thuật mới, giáo viên, huấn luyện viên nhất thiết phải nêu lợi ích tác dụng của loại chiến thuật này trong thi đấu, sự phối hợp của các cầu thủ trên sân tùy theo nhân thức và hiểu biết của người tập mà dẫn đi sâu vào chi tiết và sự phối hợp chiến thuật và các tình huống thay đổi nó. Giáo viên, huấn luyện viên chú ý sửa chữa sai lầm cho vận động viên. Khi giảng giải thật cụ thể, rõ ràng, dễ hiểu, phải sinh động và có chứng minh, giảng giải ngắn gọn nhấn mạnh trọng tâm. Nếu thị phạm của giáo viên, huấn luyện viên đẹp và chính xác có ảnh hưởng đến vận động viên rất lớn bằng sự ngưỡng mộ thán phục, đặc biệt là các đối tượng học sinh, sinh viên thì việc làm này hết sức cần thiết. Nếu có điều kiện sử dụng tranh ảnh màu, băng hình để hỗ trợ cho việc giảng giải thêm rõ ràng thêm sinh động.

Phương pháp xem thi đấu và thảo luận.

Có thể tổ chức cho vận động viên xem trực tiếp tại hiện trường hoặc xem qua truyền hình, tốt nhất là xem thi đấu các đội có đẳng cấp, thi đấu của các vận động viên ưu tú, có như vậy mới học được

sự phối hợp chiến thuật. Trước khi xem cần hướng dẫn cho vận động viên trong lúc xem cần tới một số vấn đề, một số phương diện. Việc thảo luận sau khi xem cần xoay vào những vấn đề đã đề xuất trước khi xem. Có như vậy việc thảo luận mới được tập trung thông qua thảo luận tăng sự hiểu biết sâu rộng hơn.

Cuộc họp trước và sau trận đấu.

Đây là cơ hội tốt trong quá trình giảng dạy chiến thuật, đề xuất chiến thuật thi đấu và yêu cầu chiến thuật được lựa chọn. Cuộc họp sau trận đấu để phân tích thành công và thất bại vào việc ứng dụng chiến thuật trong thi đấu.

Các bước tiến hành: Tiến hành tập luyện không có đối kháng, tập luyện không có vận động viên phòng thủ để làm quen với sự phối hợp, mức độ tăng dần.

. Tập luyện có đối kháng, thiết lập tuyến phòng thủ, mức độ tăng dần theo trình độ tập luyện.

Ví dụ: Lúc đầu vận động viên chạy theo không tranh cướp, cuối cùng mới tranh cướp thật.

Luyện tập trong thi đấu.

Luyện tập trong thi đấu nội bộ.

Tập luyện chiến thuật theo yêu cầu cả giảng viên, huấn luyện viên có thể dùng trận đấu để giải thích, thị phạm sự phối hợp chiến thuật.

Thi đấu với đội mạnh hơn để nhằm kiểm tra năng lực phối hợp chiến thuật.

Chú ý: Trong tập luyện phải tuân theo nguyên tắc từ dễ đến khó, đơn giản đến phức tạp

Sau mỗi lần tập luyện, giảng viên động viên sinh viên khắc phục khó khăn, không bi quan chán nản.

Giảng viên chú ý sửa chữa sai lầm, nếu sai phạm có hệ thống thì dừng tập để sửa sai

Những nguyên nhân gây ra sai lầm:

Khi thực hiện kỹ thuật này lúc dẫn bóng mắt người tấn công cứ vào nhìn vào bóng nên hạn chế tầm quan sát.

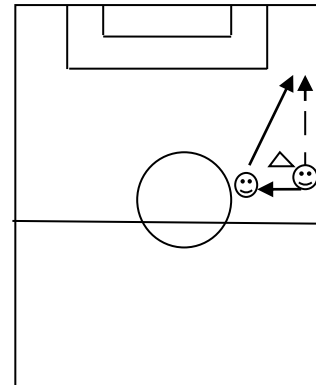
Thời điểm chuyển bóng bật tường khi đồng đội đứng dưới cầu thủ phòng ngự dẫn đến mắc lỗi việt vị

Cầu thủ không có bóng bên đội tấn công chạy chỗ không hợp lý

Các bài tập:

Bài tập 1: (hình 1)

Hai người chuyền bóng bật tường cho nhau chỉ cố định làm tượng trưng cầu thủ phòng ngự làm bước đầu làm quen chiến thuật tấn công này.



dùng mắt cơ để một điểm cho người tập hình dung và