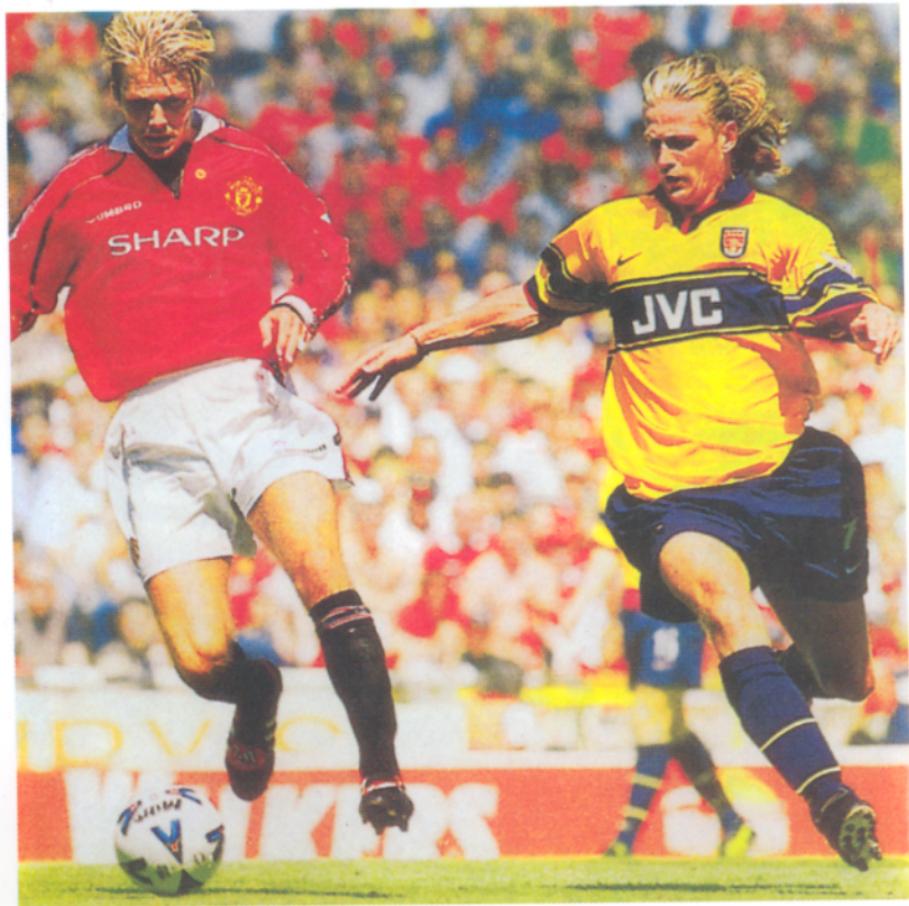


MA TUYẾT ĐIỀN

# BÓNG ĐÁ

KỸ CHIẾN THUẬT VÀ PHƯƠNG PHÁP TẬP LUYỆN



NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO

MA TUYẾT ĐIỀN

BÓNG ĐÁ  
KỸ CHIẾN THUẬT VÀ  
PHƯƠNG PHÁP TẬP LUYỆN

*Người dịch: ĐẶNG BÌNH*

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO  
HÀ NỘI - 2003

*DỊCH TỪ NGUYÊN BẢN TIẾNG TRUNG QUỐC:*

# 怎 样 踢 足 球

主编 麻雪田

副主编 何 旭 运快生

潘敬安 施志社

苏州大学出版社

1996

# Lời nói đầu

Trong những năm gần đây, cùng với việc thi đấu khởi sắc của bóng đá Việt Nam trên các đấu trường quốc tế, sự chú ý, quan tâm của người hâm mộ dành cho đội tuyển cũng như phong trào tập luyện, thi đấu trong quảng đại quần chúng cũng ngày càng được phát triển mạnh mẽ và sâu rộng hơn.

Để phục vụ cho yêu cầu của đông đảo bạn đọc và tạo điều kiện thuận lợi cho công tác giảng dạy, huấn luyện, tập luyện của các huấn luyện viên, vận động viên... Nhà xuất bản Thể dục Thể thao xin trân trọng giới thiệu với bạn đọc cuốn: "Bóng đá kỹ chiến thuật và phương pháp tập luyện".

Đây là một cuốn sách hay được dịch từ nguyên bản tiếng Trung Quốc của tác giả Ma Tuyết Điền với đầy đủ các nội dung cơ bản như: lịch sử phát triển của môn Bóng đá, xu hướng phát triển kỹ,

*chiến thuật, các kỹ thuật đá bóng cơ bản, chiến thuật thi đấu, phương pháp huấn luyện, phương pháp tổ chức thi đấu...*

*Hy vọng cuốn sách này sẽ trở thành tài liệu bổ ích đối với huấn luyện viên, vận động viên và các cổ động viên nhiệt thành của môn thể thao số một hành tinh này.*

**NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO**

## **CHƯƠNG I**

# **NGUỒN GỐC VÀ SỰ PHÁT TRIỂN CỦA BÓNG ĐÁ**

### **I. ĐẶC ĐIỂM VÀ TÁC DỤNG CỦA BÓNG ĐÁ**

Bóng đá là môn thể thao chủ yếu là sử dụng chân để khống chế và điều khiển bóng. Hai đội theo một qui tắc nhất định thay nhau tiến hành các hoạt động công thủ trên một sân bóng hình chữ nhật.

Đặc điểm của môn bóng đá là có tính đối kháng mạnh, có kỹ thuật đa dạng, chiến thuật phong phú, dễ khai triển... và vì vậy nó luôn được gọi là "Môn thể thao của những người dũng cảm" hoặc "Môn thể thao số 1 hành tinh". Đặc điểm này đã được thể hiện rõ nét qua các đặc tính sau:

#### **1. *Tinh thần rộng rãi***

Liên đoàn Bóng đá Quốc tế, tổ chức vẫn thường được gọi là "Liên hợp quốc nhỏ" là tổ chức thể thao

lớn nhất trên thế giới, với 191 nước hội viên (tính đến năm 1996). Theo thống kê chưa đầy đủ thì con số vận động viên đăng ký chính thức\* của Liên đoàn Bóng đá Quốc tế đã đạt tới trên 400.000 người. Tất nhiên, con số người tham gia đá bóng ở các nước trên thế giới còn lớn hơn con số này nhiều.

## **2. Có ảnh hưởng rất lớn**

Tất cả mọi người trên thế giới, bất kể là nam hay nữ, già hay trẻ đều đặc biệt yêu thích môn thể thao này và vì vậy số lượng người theo dõi các trận thi đấu bóng đá cũng là một con số mà những môn thể thao khác không thể nào sánh được. Qua bảng 1 chúng ta có thể thấy số lượng khán giả trong các giải Vô địch Bóng đá Thế giới đã lên tới con số hàng chục tỷ người và họ đã tạo ra một khung cảnh ồn ào, náo nhiệt chưa từng có trên các sân bóng đá. Nhiều khi lòng đam mê bóng đá đã vượt ra khỏi khuôn khổ của mỗi cá nhân để tạo nên những ảnh hưởng tác động trực tiếp tới mối quan hệ giữa các quốc gia và điều này đã chứng tỏ ảnh hưởng rất sâu rộng của bóng đá.

---

\* Vận động viên đăng ký chính thức là những vận động viên thuộc 1 tổ chức bóng đá của một nước nào đó và đang tham gia tập luyện, thi đấu.

**Bảng I: THỐNG KÊ SỐ LƯỢNG KHÁN GIẢ THEO DÒI  
CÁC GIẢI VÔ ĐỊCH BÓNG ĐÁ THẾ GIỚI**

Lần thứ	Năm	Nước tổ chức	Số trận thi đấu	Tổng số người xem	Số người bình quân mỗi trận
1	1930	Uruguay	18	434500	24139
2	1934	Ý	17	395000	23235
3	1938	Pháp	18	483000	26833
4	1950	Braxin	22	1337000	60772
5	1954	Thụy Sĩ	26	943000	36270
6	1958	Thụy Điển	35	868000	24800
7	1962	Chi Lê	32	776000	24250
8	1966	Anh	32	1614677	50458
9	1970	Méxicô	32	1673957	52317
10	1974	Tây Đức	38	1774022	46685
11	1978	Achentina	38	1610215	42374
12	1982	Tây Ban Nha	52	1856277	35698
13	1986	Méxicô	52	2441731	43956
14	1990	Ý	52	2514443	48354
15	1994	Mỹ	52	3567415	68604

### **3. Tính tranh đua quyết liệt**

Tính tranh đua quyết liệt trong thi đấu bóng đá được tạo ra bởi chính đặc điểm của môn thể thao này. Đặc điểm này có thể được khái quát thành "3 điểm nhất": sân bóng có kích thước lớn nhất; lượng vận động lớn nhất và độ khó cao nhất. Trong thi đấu bóng đá hiện đại, để giành được thắng lợi thì tất cả các cầu thủ đều phải cố gắng dốc hết sức để đua tài.

Sân thi đấu chính thức có diện tích vào khoảng 7000 m<sup>2</sup> và trong một trận đấu, mỗi cầu thủ (ngoại trừ thủ môn) phải hoạt động ít nhất là trong khoảng 10.000m. Mỗi cầu thủ phải thực hiện tới trên 200 lần chạy với tốc độ cao và mỗi động tác kỹ thuật của họ đều phải thực hiện trong điều kiện có tốc độ cao và tính đối kháng mạnh.

Ngày nay, sự cạnh tranh trong thi đấu bóng đá còn thể hiện ở:

- *Thứ nhất* là mức độ chuyên nghiệp hoá ngày càng được nâng cao. Nếu trước đây các cầu thủ bóng đá chuyên nghiệp chỉ tập trung chủ yếu ở châu Âu và Nam Mỹ thì hiện nay các câu lạc bộ ở châu Á và châu Phi cũng đã đua nhau thành lập. Sự thành công của Hàn Quốc và Nhật Bản trong

các giải thi đấu chuyên nghiệp hai năm gần đây đã có tác dụng thúc đẩy rất lớn đối với việc phát triển môn bóng đá trong khu vực Đông Á. Bên cạnh đó, bóng đá chuyên nghiệp Trung Quốc tuy chỉ mới bắt đầu nhưng nhất định cũng sẽ thu được những kết quả tốt.

- *Thứ hai* là xu hướng chuyên nghiệp hóa ngày càng được thể hiện rõ nét. Bóng đá chuyên nghiệp đòi hỏi phải lấy nghề đá bóng để sống, do đó các câu lạc bộ chỉ có giành được thành tích tốt thì mới có thể sinh tồn. Họ có thể mua, bán các cầu thủ chuyên nghiệp - lấy chất lượng của các cầu thủ để định giá - và cũng không ngại đầu tư một khoản tiền lớn để thu được một hiệu quả cao hơn. Ví dụ trong đội hình thi đấu của ACMilan (Ý), giá trị của mỗi ngôi sao có thể lên tới hàng chục triệu đô la Mỹ. Tuy nhiên, chính nhờ có sự chuyển đổi giữa các cầu thủ mà các đội bóng chuyên nghiệp mới có thể duy trì được một trình độ cao và chỉ bằng cách này thì các đội bóng mới có thể thu hút được khán giả và thi đấu với hiệu quả cao hơn.

#### **4. Giàu tính nghệ thuật**

Người ta đã tổng kết rằng trong thi đấu bóng đá có 5 yếu tố cơ bản là: thể chất, kỹ thuật, chiến

thuật, phong cách và ý thức. Do kết quả thi đấu phụ thuộc vào kết quả của sự tổng hợp và phát huy 5 nhân tố này, cho nên thi đấu bóng đá thường biến ảo khôn lường, thắng, thua khó phân định và các tình huống gay cấn liên tiếp xảy ra. Tuy nhiên chính những tình huống gay cấn, biến hoá mang nhiều kịch tính này lại chính là chỗ "đáng xem" và là "ma lực hấp dẫn của bóng đá". Trên sân cỏ vừa có sự tranh cướp dũng cảm, vừa có sự chống đối ngoan cường. Có tiến công mạnh mẽ để sút bóng vào cầu môn nhưng lại có sự phối hợp để khéo léo ghi bàn. Có khi sắc mùi thuốc súng nhưng có lúc lại chan chứa tình người, vừa có mồ hôi, đầm mùi bùn đất, nhưng lại vừa có tính hóm hỉnh và khôi hài...

Do bóng đá là môn thể thao giàu tính nghệ thuật, cho nên việc phát triển phong trào vừa phải tăng cường về thể chất lại vừa phải rèn luyện, bồi dưỡng về tinh thần. Các cầu thủ phải dũng cảm trong tiến công, ngoan cường trong phòng thủ và phải có tác phong tư tưởng vững vàng. Phát triển môn bóng đá có tác dụng hỗ trợ tích cực tới việc xây dựng tinh thần văn minh nhân loại, đồng thời nó cũng là một phương pháp hữu hiệu nhất để

tăng cường tinh thần dân tộc và mở rộng giao lưu quốc tế.

## II. NGUỒN GỐC CỦA BÓNG ĐÁ

### 1. Trung Quốc là nơi bắt nguồn của trò chơi bóng đá cổ đại

Năm 1985, Liên đoàn Bóng đá Quốc tế đã tổ chức Giải thi đấu Bóng đá Thiếu niên Thế giới lần thứ nhất (từ 16 tuổi trở xuống) tại Bắc Kinh. Tại buổi lễ khai mạc, Chủ tịch Liên đoàn Bóng đá Quốc tế ông Havelange đã nói: "Môn bóng đá được bắt nguồn từ Trung Quốc và nó đã tồn tại ở quốc gia hàng ngàn năm nay". Trên thực tế câu nói trên của ông Havelange là có bằng chứng lịch sử rõ ràng.

Nền văn hóa Trung Quốc đã có nguồn gốc từ rất lâu đời và từ rất sớm, ngay trong thời kỳ Chiến quốc (475 - 221) trước công nguyên, sử sách Trung Quốc đã có những sự ghi chép đáng tin cậy về trò chơi bóng đá. Chiến quốc sách - Tể sách ghi rằng: "... Dân Lâm Tri bảy vạn hộ... vùng Lâm Tri rất giàu có, người dân ở đây không ai là không biết thổi sênh, gẩy đàn, đánh đàn bầu, đánh đàn cầm,

đánh gà chơi, nuôi chó săn, cờ bạc và thạp cúc (đá bóng nhồi bằng da)". "Thạp cúc" hay còn được gọi là "Xúc cúc" là một loại trò chơi tựa như đá bóng, trong đó "xúc", "thạp" có nghĩa là chôn đá vào vật, còn Cúc là quả cầu được làm bằng da thú, bên trong chứa đầy lông, tóc. Khi thi đấu, hai bên sắp xếp theo hàng ngũ và thay nhau tiến hành các hoạt động công, thủ. Có thể dễ dàng nhận thấy trò chơi bóng đá trong thời cổ đại ở Trung Quốc đã hết sức chú trọng tới việc bài binh bố trận và tư tưởng chiến thuật. Từ các bài văn, thơ ca ngợi của một số nhà thơ và nhà sử học đối với một số cầu thủ đá "xúc cúc" nổi tiếng nhất thời bấy giờ đã cho thấy vào thời điểm đó trò chơi bóng đá đã có规模 khá lớn và đã được mọi người ưa thích.

Đến thời nhà Đường trò chơi bóng đá của Trung Quốc lại có thêm những sự phát triển mới: Bóng được làm bằng da bên trong bơm đầy khí và cầu môn được treo lưới. Kể từ đó môn "xúc cúc" cổ điển đã bắt đầu được truyền sang Nhật Bản, Triều Tiên... và trở thành một thủ pháp ngoại giao của Trung Quốc.

Có thể tóm tắt hoạt động của bóng đá cổ đại Trung Quốc bằng những điểm chủ yếu sau:

- a. Từ rất sớm đã phát minh ra phương pháp dùng da bọc ngoài quả bóng.
- b. Áp dụng phương pháp bơm đầy hơi vào ruột bóng.
- c. Tạo ra cầu môn có lưới treo.

## ***2. Nguồn gốc của bóng đá hiện đại và sự thành lập của Liên đoàn Bóng đá Quốc tế***

Ngày 26 tháng 10 năm 1863, là một ngày có ý nghĩa rất lớn trong lịch sử của bóng đá thế giới. 11 Câu lạc bộ đã triệu tập một hội nghị tại thủ đô Luân Đôn nước Anh để thành lập tổ chức bóng đá đầu tiên trên thế giới: Liên đoàn Bóng đá Anh và họ cũng đã tiến hành thảo luận để thống nhất một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng đá. Do đó, làng bóng đá quốc tế luôn coi ngày này là ngày ra đời của môn bóng đá hiện đại và vì vậy nước Anh cũng trở thành quê hương của môn bóng đá hiện đại.

Việc thành lập Liên đoàn Bóng đá Anh không chỉ kéo theo việc một số quốc gia ở châu Âu và Nam Mỹ kế tiếp nhau thành lập tổ chức bóng đá của mình, mà nó còn thúc đẩy sự phát triển nhanh

chóng của môn bóng đá. Năm 1872 Anh và Scotlan đã phối hợp tổ chức thi đấu và đây là lần đầu tiên trên thế giới có trận thi đấu giữa hai liên đoàn bóng đá của hai nước. Năm 1890 Áo bắt đầu tổ chức giải thi đấu bóng đá. Trước và sau năm 1900, một số nước như Tây Ban Nha, Hà Lan, Aherentina, Đan Mạch, Niuzilân, Chilê, Bỉ cũng đã thành lập liên đoàn bóng đá của mình. Những hoạt động trên không chỉ thúc đẩy mạnh mẽ cho sự phát triển của môn bóng đá mà đồng thời nó cũng đặt nền móng cho việc thành lập một tổ chức bóng đá mang tính quốc tế.

Trong thế kỷ 19 châu Âu là trung tâm phát triển của môn bóng đá và các quan chức như thư ký Liên đoàn Bóng đá Hà Lan và thư ký Hiệp hội Thể dục Thể thao Pháp là những người đề xướng tích cực cho việc sáng lập của Liên đoàn Bóng đá Quốc tế. Thư ký Liên đoàn Bóng đá Hà Lan đã gửi thư cho Liên đoàn Bóng đá Anh và hy vọng họ đứng ra thành lập một tổ chức bóng đá mang tính quốc tế. Tuy nhiên đề nghị này đã bị phía Anh từ chối bởi vì họ cho rằng việc thành lập Liên đoàn Bóng đá Quốc tế là một ảo tưởng không thể nào thực hiện được. Một thời gian sau, thông qua các

hoạt động tích cực của mình, các liên đoàn bóng đá của một số nước đã quyết định không đợi nước Anh nữa mà gửi thư tới tất cả các liên đoàn bóng đá ở châu Âu để yêu cầu họ cùng đứng ra thành lập Liên đoàn Bóng đá Quốc tế. Ngày 21/5/1904, Liên đoàn Bóng đá Quốc tế (gọi tắt là FIFA) đã được chính thức thành lập tại trụ sở của Hiệp hội Thể dục Thể thao Pháp ở Paris. Các đại biểu đại diện của 7 nước là Pháp, Thụy Sĩ, Thụy Điển, Bỉ, Tây Ban Nha, Đan Mạch, Hà Lan đã ký tên vào các văn kiện có liên quan.

Ngày 23/5/1904 Liên đoàn Bóng đá Quốc tế triệu tập Đại hội đại biểu lần thứ 1 và ông Robert Guerin (người Pháp) được chọn làm vị Chủ tịch đầu tiên của FIFA. Trong một thời gian ngắn FIFA đã thực hiện được một số lượng lớn công việc như thành lập cơ cấu bộ máy làm việc, tiếp nhận các hội viên mới, mở rộng ảnh hưởng và giúp đỡ một số nước thành lập liên đoàn bóng đá của mình. Ngày 14/4/1905 Liên đoàn Bóng đá Anh tuyên bố thừa nhận và yêu cầu được gia nhập FIFA. Chẳng bao lâu sau Scotlan, Xứ Uên, Ai Len, Bắc Ai Len cũng kế tiếp nhau gia nhập và đối với một tổ chức mới ra đời như FIFA thì đây quả là một thắng lợi rất lớn.

Tôn chỉ hoạt động của FIFA là: Thúc đẩy sự phát triển của môn bóng đá trên trường quốc tế, mở rộng mối liên hệ giao lưu hữu hảo giữa các liên đoàn bóng đá các nước, tăng cường tình hữu nghị giữa nhân dân và vận động viên các nước trên thế giới.

Cơ cấu quyền lực cao nhất của FIFA là Đại hội đại biểu được định kỳ tổ chức 2 năm một lần. Mỗi liên đoàn bóng đá của một nước là thành viên chính thức của FIFA được cử tối 3 đại biểu để tham gia thảo luận, nhưng chỉ có một người được quyền biểu quyết. Chỉ có các đại biểu chính thức của đại hội mới được phép tham gia vào việc sửa đổi các điều luật thi đấu. Muốn sửa đổi một chương hoặc điều mục nào đó trong Luật thi đấu thì cần phải thu được từ 3/4 số phiếu tán thành trở lên. Bầu cử được áp dụng theo hình thức bỏ phiếu kín và các nghị quyết sẽ có hiệu lực sau 3 tháng kể từ khi được đại biểu thông qua. Trong thời gian giữa hai Đại hội hoạt động hàng ngày của FIFA sẽ do Ban chấp hành gồm 21 người đảm nhiệm dưới sự chỉ đạo trực tiếp của Tổng thư ký Ban chấp hành và những trợ lý của ông ta. FIFA thành lập Ban chấp hành (để phụ trách việc quản lý hành chính), Ủy ban tổ chức giải vô địch bóng đá thế giới, Ủy ban thể thao nghiệp dư, Ủy ban trọng tài,

Ủy ban kỹ thuật, Ủy ban y tế, Ủy ban thông tin tuyên truyền, Ủy ban kỷ luật, Ủy ban pháp chế, Ủy ban tổ chức giải thi đấu thanh niên thế giới, Ủy ban bóng đá nữ, Phòng thư ký... để cùng phối hợp tiến hành công việc. Tổng thư ký là nhân vật lãnh đạo chủ yếu của FIFA. Nhiệm vụ của ông ta rất nặng nề và trách nhiệm rất lớn, ông ta vừa là sợi dây nối liền giữa các liên đoàn bóng đá các nước, các liên đoàn bóng đá của các châu lục, các tổ chức và các Ủy ban, vừa phải phụ trách Ban chấp hành và 2 năm một lần phải đệ trình một phần báo cáo hoạt động trước đại hội đại biểu và thực hiện cụ thể nghị quyết của Ban chấp hành.

Tuy nhiên, người lãnh đạo cao nhất của FIFA vẫn là Chủ tịch FIFA.

### **III. QUÁ TRÌNH PHÁT TRIỂN CỦA BÓNG ĐÁ HIỆN ĐẠI**

#### ***1. Những cột mốc quan trọng trong lịch sử phát triển của bóng đá hiện đại.***

Ngày 26/10/1863 liên đoàn bóng đá đầu tiên trên thế giới: Liên đoàn Bóng đá Anh đã được

thành lập trong một khách sạn ở phố Hoàng Hậu tại thủ đô Luân Đôn và cái mốc này đã đánh dấu sự ra đời của bóng đá hiện đại. Năm 1872 lần đầu tiên Anh và Scotland đã tổ chức giải thi đấu bóng đá giữa hai nước. Năm 1885, bắt đầu thực hiện chuyên nghiệp hóa trong bóng đá và ở Anh điều này đã được pháp luật cho phép. Năm 1898, thành lập Hội liên hiệp vận động viên (nay gọi là Liên đoàn vận động viên bóng đá chuyên nghiệp, gọi tắt là TFAD).

Năm 1899, lần đầu tiên chế độ lên xuống hạng được đưa ra sử dụng: 2 đội đứng đầu ở hạng 2 sẽ thay vị trí của 2 đội đứng cuối hạng 1.

Năm 1900 lần đầu tiên bóng đá được đưa ra trình diễn ở thế vận hội Olympic với tư cách là một môn biểu diễn.

Ngày 21/5/1904 Liên đoàn Bóng đá Quốc tế được thành lập tại Paris (gọi tắt là FIFA).

Ngày 14/4/1905, Liên đoàn Bóng đá Anh trở thành hội viên chính thức của FIFA. Năm 1912, qui định thủ môn chỉ được phép dùng tay bắt bóng trong khu vực cầu môn. Năm 1916, Giải thi đấu bóng đá Nam Mỹ lần đầu tiên được tổ chức.

Năm 1921, ông Rimét người Pháp được bầu làm Chủ tịch FIFA. Ông đã đưa ra chủ trương tổ chức giải vô địch bóng đá thế giới với nòng cốt là các cầu thủ chuyên nghiệp. Năm 1925, luật việt vị được sửa đổi từ: "giữa cầu môn và người tấn công cần phải có 3 người phòng thủ" thành "cần phải có 2 người phòng thủ".

Năm 1928 Liên đoàn Bóng đá Anh rút khỏi FIFA.

Năm 1930, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ nhất được tổ chức ở Uruguay và đội Uruguay đã đoạt chức vô địch.

Năm 1932, trụ sở của FIFA dời đến thành phố Zurich của Thụy Sĩ và tồn tại cho đến ngày nay.

Năm 1942, do ảnh hưởng của chiến tranh Thế giới lần thứ 2 nên giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 4 tạm ngừng tổ chức. Trong thời gian này bóng đá Nam Mỹ bắt đầu khởi sắc.

Năm 1946, Liên đoàn Bóng đá Anh lần thứ 2 gia nhập FIFA.

Năm 1949, các cầu thủ đội tuyển Ý bị tai nạn máy bay ở gần Turin tất cả những người ở trên máy bay đều bị thiệt mạng.

Năm 1950, giải vô địch bóng đá thế giới được tái tổ chức và giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 4 được diễn ra ở Brazil và Uruguay lại đoạt chức vô địch lần thứ 2.

Năm 1954, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 5 được tổ chức tại Thụy Sĩ và đội Cộng hòa Liên bang Đức đã đoạt Cúp. Chiến thuật "4 tiền đạo" của đội Hungary lần đầu tiên được đưa ra áp dụng đã làm lu mờ sự thống trị nhiều năm của chiến thuật WM và đã dẫn đến cuộc cách mạng lần thứ nhất trong làng bóng đá thế giới. Tại giải lần này vòng chung kết có 16 đội tham gia. Cũng trong thời điểm này Liên đoàn Bóng đá châu Âu và châu Á đã được thành lập và trụ sở được đặt ở thành phố Zurích của Thụy Sĩ và một thành phố ở Malaysia.

Năm 1955, Cúp các đội vô địch quốc gia (Cúp C1) và Cúp vô địch của các câu lạc bộ bắt đầu được tổ chức. Năm 1956, Câu lạc bộ Rêan Madrít đoạt Cúp C1 lần thứ nhất.

Cũng trong năm này Liên đoàn Bóng đá châu Phi được thành lập và trụ sở được đặt ở Cairô - Ai Cập. Năm 1957 "Vua bóng đá" Pêlê được chọn vào

đội tuyển Brazil và bắt đầu sự nghiệp bóng đá huy hoàng của mình. Jones Charles là cầu thủ bóng đá đầu tiên của một câu lạc bộ Anh được chuyển nhượng cho một câu lạc bộ ở nước ngoài.

Năm 1958, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 6 được tổ chức ở Thụy Điển, lần đầu tiên Brazil áp dụng chiến thuật "4 - 2 - 4" đầy hiệu quả để đoạt chức vô địch và điều này đã dẫn đến cuộc cách mạng lần thứ 2 trong làng bóng đá thế giới.

Năm 1960 giải Vô địch các quốc gia châu Âu lần thứ 1 được tổ chức tại Paris và đội Liên Xô đã đoạt chức vô địch.

Năm 1961 ông Stenley Rous (người Anh) được bầu làm Chủ tịch FIFA. Liên đoàn Bóng đá Trung Bắc Mỹ và khu vực Caribê được thành lập và trụ sở được đặt tại Goatê Mala.

Năm 1962 giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 7 được tổ chức tại Chilê. Đội Brazil lần thứ 2 đoạt chức vô địch.

Ngày 24/5/1964, đội Achentina và đội Pêru trong một trận đấu giành quyền vào thi đấu ở Thế vận hội Olympic do sự bất đồng ý kiến của các trọng tài trong việc xử phạt đã dẫn tới sự lộn xộn

của các khán giả và đã tạo thành một thảm kịch với 400 người chết và 1000 người bị thương. Cho đến nay đây vẫn là một sự kiện bi thảm nhất trong làng bóng đá quốc tế.

Năm 1966, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 8 được tổ chức ở Anh và đội Anh đã đoạt chức vô địch.

Cũng trong thời gian này Liên đoàn Bóng đá châu Đại dương được thành lập và trụ sở được đặt tại Niuzilan.

Ngày 19/11/1969, Pelé ghi bàn thắng thứ 1000 của mình và trở thành vận động viên đầu tiên trong lịch sử vượt qua được cửa ải 1000 bàn thắng. Năm 1970, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 9 được tổ chức ở Mêxicô. Đây là lần đầu tiên thẻ vàng và thẻ đỏ được đưa vào sử dụng trong thi đấu. Đội Brazil lần thứ 3 đoạt cúp và được phép giữ vĩnh viễn Cúp Nữ thần vàng.

Năm 1972 Cúp các đội đoạt cúp quốc gia châu Âu (C3) lần thứ nhất được tổ chức để thay thế cho Cúp vô địch giữa các câu lạc bộ.

Năm 1974 ông João Havelange người Brazil được bầu làm Chủ tịch FIFA. Cũng trong năm đó,

giải Vô địch Bóng đá Thế giới được tổ chức tại Tây Đức và đội Cộng hòa liên bang Đức đã đoạt chức vô địch.

Chiến thuật bóng đá tổng lực (toute đội tấn công toàn đội phòng thủ) của đội Hà Lan, đã tạo ra cuộc cách mạng lần thứ 3 trong làng bóng đá thế giới.

Năm 1977 giải thi đấu bóng đá thanh niên Thế giới (Cúp Côte d'Ivoire) được tổ chức và đội Liên Xô đã đoạt chức vô địch. Năm 1978, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 11 được tổ chức ở Argentina và đội Argentina đã đoạt chức vô địch. Cũng trong thời điểm này FIFA đã quyết định: Vòng chung kết giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 12 sẽ tăng số đội tham dự từ 16 lên đến 24 đội.

Năm 1979 FIFA công nhận Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa là nước hội viên chính thức và hợp pháp của mình, đồng thời đổi Liên đoàn Bóng đá Đài Loan thành "Hiệp hội Bóng đá Đài Bắc - Trung Quốc" và cấm Đài Loan không được sử dụng bất cứ một biểu tượng nào của "Trung Hoa dân quốc".

Năm 1980, nhân kỷ niệm 50 năm ngày thành lập FIFA, Uruguay đã tổ chức giải vô địch bóng đá

thế giới thu nhỏ giữa các đội vô địch thế giới<sup>(\*)</sup> và đội Uruguay đã đoạt chức vô địch.

Năm 1982, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 12 được tổ chức tại Tây Ban Nha với 24 đội tham gia thi đấu ở vòng chung kết. Đội Ý kế tiếp sau Brazil, lần thứ 3 đoạt chức vô địch.

Từ ngày 17 đến ngày 23/5/1984 FIFA đã tổ chức các lễ hội tại trụ sở của mình ở thành phố Zurich Thụy Sĩ để kỷ niệm ngày thành lập lần thứ 80.

Năm 1985 Giải thi đấu Bóng đá Thiếu niên Thế giới lần thứ 1 được tổ chức ở Trung Quốc và đội Nigéria đã đoạt chức vô địch.

Năm 1986 được FIFA quyết định là "Năm trọng tài".

Năm 1988 được FIFA quyết định là "Năm cạnh tranh công bằng".

Năm 1989, Giải thi đấu Bóng đá trong nhà lần thứ 1 được tổ chức tại thành phố Rôtxtéc Đam - Hà Lan và đội Brazil đã đoạt chức vô địch.

---

(\*) Do đội Anh vô địch năm 1966 không tham dự nên FIFA quyết định lấy đội Hà Lan hai lần thứ nhì Thế giới năm 1974 và 1978 để thay thế

Từ ngày 17 đến ngày 30/11/1991 "Giải vô địch Bóng đá nữ Thế giới" lần thứ 1 được tổ chức ở Quảng Châu - Trung Quốc, các đội Mỹ, Nauy và Thụy Điển chia nhau ba vị trí: Vô địch, thứ 2 và thứ 3.

Từ ngày 5 đến ngày 20/3/1993 Giải vô địch Bóng đá thanh niên Thế giới (từ 20 tuổi trở xuống) "Cúp Cô ca cô la" lần thứ 7 đã được tổ chức ở Úc.

Từ ngày 20/8 đến ngày 5/9 Giải vô địch thanh niên Thế giới (từ 17 tuổi trở xuống) đã được tổ chức ở Nhật Bản.

Ngày 16/6/1994 Đại hội đại biểu lần thứ 49 của FIFA đã được triệu tập ở Chicagô (Mỹ), ông Havelange (Brazil) lần thứ 6 liên tục được bầu làm Chủ tịch FIFA. Cũng trong năm đó, từ ngày 17/6 đến ngày 17/7, giải Vô địch Bóng đá Thế giới lần thứ 15 được tổ chức ở Mỹ và đội Brazil lần thứ 4 đoạt Cúp.

Từ ngày 5 đến ngày 18/6/1995, Giải vô địch Bóng đá nữ Thế giới lần thứ 2 được tổ chức ở Thụy Điển và đội Nauy đoạt chức vô địch.

Ngày 1/3/1996, khai mạc vòng đấu loại Giải vô địch Thế giới lần thứ 16. Từ ngày 20/7 đến ngày 4/8 tiến hành vòng chung kết bóng đá Olympic ở

Atlanta. Lần đầu tiên bóng đá nữ được đưa vào và trở thành môn thi đấu chính thức tại Thế vận hội Olympic. Kết quả, đội nam Nigéria và đội nữ Mỹ đoạt chức vô địch. Từ ngày 24/11 đến ngày 8/12 tại Tây Ban Nha đã tổ chức Giải bóng đá mini Thế giới trong nhà (5 người).

#### **IV. QUÁ TRÌNH PHÁT TRIỂN KỸ, CHIẾN THUẬT BÓNG ĐÁ HIỆN ĐẠI**

##### ***1. Quá trình phát triển kỹ thuật đá bóng***

Kỹ thuật là tổng hợp những động tác hợp lý mà vận động viên sử dụng trong khi thi đấu.

Trải qua quá trình luyện tập lâu dài, gian khổ và qua thực tế thi đấu, kỹ thuật sẽ được từng bước hình thành, phát triển và hoàn thiện dần. Trên thực tế điểm cốt lõi của kỹ thuật bóng đá chính là những kỹ thuật đá bóng. Trong thời kỳ đầu tiên kỹ thuật đá bóng vẫn còn hết sức đơn giản, thô sơ và các cầu thủ chỉ biết đá mạnh về phía trước. Tuy nhiên đến đầu thế kỷ này kỹ thuật đá bóng đã có những bước tiến bộ vượt bậc, ngoài việc dùng mu và mũi bàn chân để đá bóng, các cầu thủ còn sử

dụng cả mu trong để đá bóng và bắt đầu chú ý tới lực và hướng tiếp xúc bóng.

Vào đầu những năm 30 đã xuất hiện kỹ thuật đánh gót: dùng gót chân đưa bóng về phía sau. Đến thập kỷ 40, môn bóng đá đã nhanh chóng được phổ cập và kỹ thuật đá bóng cũng được phát triển toàn diện. Các cầu thủ đã sử dụng các kỹ thuật đa dạng như đá bóng bằng lòng bàn chân, má trong, má ngoài sút mu chính diện... cho đến những kỹ thuật có độ khó cao như quay người đá bóng, ngả người đá móc, đá vô lê... Bước vào thập kỷ 50, kỹ thuật đá bóng tuy không thay đổi nhiều về thực chất, nhưng tư thế và những động tác của cơ thể khi đá bóng lại có sự cải tiến và biến hóa khá lớn. Trong thời kỳ này đã xuất hiện các kỹ thuật như xoạc bóng, đá nửa nảy, cắt bóng, đá bóng theo hình vòng cung... đồng thời, tính chuẩn xác và độ bí mật của những đường chuyền bóng cũng được nâng cao và không ngừng hoàn thiện. Trình độ dứt điểm (sút cầu môn) cũng được nâng cao rất nhiều và các cầu thủ có thể nhanh chóng tung chân sút bóng mà không cần lấy đà trong tất cả mọi tình huống và vì vậy nó đã làm tăng thêm tính bất ngờ trong thi đấu.

Từ thập kỷ 70 cho đến nay, sự phát triển của kỹ thuật bóng đá được thể hiện cụ thể qua các mặt sau: Tốc độ đá bóng nhanh hơn, độ khó cao hơn, các kỹ thuật đa dạng hơn làm tăng thêm tính bí mật, tính bất ngờ và tính thực dụng của các đường bóng. Có thể nói trong giai đoạn này, kỹ thuật đá bóng đã đạt tới một mức độ phát triển toàn diện.

Cùng với sự phát triển của kỹ thuật đá bóng, kỹ thuật dừng bóng cũng được hình thành và phát triển. Trong thời kỳ đầu tiên kỹ thuật dừng bóng chỉ đơn giản là dùng lòng hoặc một bộ phận của bàn chân để dừng hoặc giảm lên bóng. Cùng với thời gian, kỹ thuật dừng bóng cũng không ngừng được nâng cao và các cầu thủ có thể dừng bóng bằng một chân, hai chân, bằng bắp chân, má trong lòng bàn chân, bằng đùi hoặc bằng ngực.

Đến thập kỷ 50, 60, kỹ thuật dừng bóng đã được đa dạng hóa và các cầu thủ có thể sử dụng các bộ phận như má trong, mu, má ngoài, mũi bàn chân, đùi, ngực, đầu để dừng bóng. Căn cứ vào từng tình huống cụ thể các cầu thủ sẽ lựa chọn những phương pháp khác nhau để dừng bóng khi: bóng đang lăn trên mặt đất, bóng ở tầm thấp, bóng bật đất, bóng ở tầm cao... Tuy nhiên dù sử dụng

phương pháp nào thì các cầu thủ cũng phải tuân theo trình tự tiến hành như sau: làm chậm tốc độ bóng - dừng bóng - bắt đầu chuyển động. So với kỹ thuật dừng bóng "chết" trước kia kỹ thuật dừng bóng trong giai đoạn này đã một bước tiến bộ vượt bậc. Từ thập kỷ 70 cho đến nay, sự phát triển của kỹ thuật dừng bóng có thể qui nạp lại thành mấy điểm sau:

- \* Kỹ thuật dừng bóng "chết" đã bị thay thế hoàn toàn bằng kỹ thuật đỡ bóng.
- \* Những kỹ thuật dừng bóng không hợp lý dần dần đã bị loại bỏ.
- \* Khi đỡ bóng phải đồng thời phối hợp với các động tác tiếp theo để tạo thành một thể thống nhất và hình thành một tổ hợp kỹ thuật.

Kỹ thuật dẫn bóng cũng đã trải qua một quá trình phát triển lâu dài từ thấp đến cao. Thừa ban đầu kỹ thuật dẫn bóng chủ yếu là do vận động viên dùng mũi bàn chân đẩy bóng về phía trước và sau đó chạy đuổi theo. Do kỹ thuật phòng thủ đã được nâng cao buộc các tiền đạo phải có sự khống chế hiệu quả đối với trái bóng và điều này đã thúc đẩy sự phát triển của kỹ thuật dẫn bóng. Đầu thế kỷ 20 đã xuất hiện kỹ thuật dẫn bóng theo đường

gấp khúc (thay đổi phương hướng và tốc độ). Trong giai đoạn này động tác giả được tiến hành theo trình tự "động - tĩnh - động" với tốc độ chậm. Khi kỹ thuật dẫn bóng đã được phát triển và hoàn thiện thì động tác giả của cầu thủ cũng được thực hiện thoải mái, nhẹ nhàng và đa dạng hơn. Tuy nhiên, phổ biến nhất vẫn là dùng thân trên và hai chân để thực hiện các động tác giả với bóng và không bóng. Về mặt này các cầu thủ Nam Mỹ luôn luôn đứng ở vị trí dẫn đầu. Cùng với sự phát triển toàn diện của bóng đá, nhất là trong kỹ thuật phòng thủ (kèm người chặt), trình độ dẫn bóng của các cầu thủ cũng ngày một nâng cao. Có thể sơ lược tóm tắt lại thành mấy điểm cụ thể sau:

- \* Kỹ thuật dẫn bóng đơn ngày càng bị thu hẹp và các kỹ thuật tổ hợp ngày một tăng lên.
- \* Sử dụng hợp lý các bộ phận của cơ thể để dẫn bóng qua người.
- \* Động tác ngày càng được phát triển theo xu hướng hợp lý và thực dụng.
- \* Thực hiện động tác một cách nhanh chóng và thành thục.

Tóm lại kỹ thuật bóng đá được phát triển từ không đến có, từ ít đến nhiều, từ đơn giản đến

phức tạp, từ thấp đến cao... trong suốt lịch sử phát triển của môn thể thao này. Nhân tố chủ yếu thúc đẩy sự phát triển không ngừng của các kỹ thuật bóng đá là:

\* Sự tác động qua lại giữa các kỹ thuật tấn công và phòng thủ đã thúc đẩy sự ra đời, phát triển và không ngừng hoàn thiện của các loại kỹ thuật. Đây chính là động lực chủ yếu để thúc đẩy sự phát triển và nâng cao, hoàn thiện của các kỹ thuật bóng đá.

\* Sự thay đổi của các điều luật là nhân tố chỉ đạo cho việc phát triển của kỹ thuật bóng đá.

\* Việc nâng cao tình trạng thể lực của các cầu thủ cũng là một nhân tố quan trọng trong việc phát triển kỹ thuật bóng đá.

\* Kỹ thuật là cơ sở để thực hiện các chiến thuật và ngược lại, sự phát triển của chiến thuật lại thúc đẩy việc nâng cao trình độ kỹ thuật của các cầu thủ. Trên thực tế, trình độ của môn thể thao bóng đá cũng từng bước được nâng cao cùng với sự phát triển của kỹ, chiến thuật.

\* Do công tác nghiên cứu khoa học về thể dục thể thao ngày càng được áp dụng mạnh mẽ, cho

nên những hiểu biết về cơ cấu giải phẫu và qui tắc hoạt động của cơ thể cũng không ngừng được nâng lên và điều này đã giúp cho các cầu thủ có được những cơ sở khoa học cần thiết để phát triển kỹ thuật bóng đá.

Trong bất cứ hoàn cảnh và thời điểm nào dù là trong quá khứ, trong hiện tại hoặc trong tương lai thì kỹ thuật bóng đá cũng đều là nhân tố chủ đạo quyết định sự phát triển của môn thể thao này.

## *2. Sự phát triển chiến thuật bóng đá*

Cùng với sự phát triển không ngừng của môn bóng đá hiện đại, chiến thuật bóng đá cũng được từng bước hình thành và hoàn thiện.

Trong giai đoạn ban đầu thi đấu bóng đá chỉ nhằm mục đích duy nhất là giành chiến thắng. Vì vậy, người ta thường không quan tâm đến việc áp dụng các chiến thuật thi đấu và các đội chỉ sắp xếp theo một đội hình đơn giản nhất. Khi mọi người bắt đầu chú ý đến việc phối hợp để đạt được hiệu quả cao hơn thì các cầu thủ trên sân mới bắt đầu có sự phân công hợp lý: có chuyên bóng, có đỡ bóng, có tấn công, có phòng thủ để rồi từng bước hình thành và không ngừng hoàn thiện những

chiến thuật công, thủ rõ ràng. Điều này không chỉ giúp các đấu thủ phát triển kỹ thuật đá bóng, mà nó còn giúp họ tăng cường tính hiệu quả và sự phong phú của các chiến thuật được sử dụng.

Quá trình phát triển của chiến thuật bóng đá có thể được chia ra làm các giai đoạn sau:

**Giai đoạn 1 (từ năm 1863 đến năm 1924)** là giai đoạn hình thành và thử nghiệm của các chiến thuật bóng đá.

Các đội hình chủ yếu bao gồm: 9 tiền đạo 1 hậu vệ; 8 tiền đạo 2 hậu vệ; 7 tiền đạo 3 hậu vệ; 6 tiền đạo 4 hậu vệ; bố trí theo đội hình "hình tháp ngược" (trên to dưới bé).

**Đặc điểm chiến thuật:** Các cầu thủ được bố trí trên những vị trí cố định với các nhiệm vụ được phân công một cách máy móc và đơn thuần. Do trong đội hình này số người tấn công và phòng thủ chênh lệch nhau rất nhiều, cho nên các cầu thủ sẽ gặp rất nhiều khó khăn do tác động của Luật việt vị. Đội hình này có lối đá và chiến thuật cứng nhắc, thi đấu chủ yếu là dẫn bóng xông thẳng lên và hầu như không có sự phối hợp chiến thuật giữa các cầu thủ. Cùng với sự phát triển của môn bóng

đá và để đáp ứng yêu cầu thực tế thì cuối cùng các cầu thủ cũng đã có những khái niệm về công, thủ và sự phân công máy móc đơn thuần trước kia cũng dần dần máy đi để thay vào đó là sự phân công bố trí hợp lý và biến hoá hơn so với thời kỳ cổ đại. Trong giai đoạn này bóng đá đã có được một sự biến đổi rõ rệt.

**Giai đoạn 2** (từ năm 1925 đến năm 1953) là giai đoạn phát triển và ổn định của chiến thuật bóng đá.

Đội hình chủ yếu trong giai đoạn này là đội hình WM.

**Đặc điểm chiến thuật:** Sắp xếp vị trí rõ ràng, phân công trách nhiệm hợp lý, lực lượng công, thủ cân bằng, cường độ vận động của các cầu thủ ở mức độ như nhau. Trong đội hình này sức mạnh chủ yếu tập trung ở khu trung tuyến (phần giữa sân).

Khi tiến công, hậu vệ không tiến sang nửa phần sân của đối phương còn khi phòng thủ tiền đạo cũng không lùi về nửa phần sân của mình. Tuy nhiên, do số người tập trung ở gần 2 khu phạt đền ít cho nên khó tạo được sức ép và khó thay đổi vị trí. Tấn công chủ yếu là sử dụng các đường chuyền

dài để xông lên, khe hở giữa hàng phòng thủ lớn và dứt điểm chủ yếu là sút bóng mạnh vào cầu môn. Có thể nói đây là một chiến thuật hết sức đơn điệu.

**Giai đoạn 3** (Từ năm 1954 đến nay) là giai đoạn sáng tạo, phát triển và hoàn thiện của chiến thuật bóng đá.

Đội hình chủ yếu bao gồm: 4 - 2 - 4; 4 - 3 - 3; 4 - 4 - 2; 3 - 5 - 2; 5 - 3 - 2; và một số các biến thể của các đội hình cơ bản trên.

**Đặc điểm chiến thuật:**

- Tăng cường được sức mạnh và sự phối hợp trong khu phạt đền.
- Số lượng tiền đạo ít đi, số người ở tuyến giữa và tuyến sau tăng lên, đồng thời sự uy hiếp trong tiến công bằng cách phục ngầm ở tuyến 2 và tuyến 3 cũng tăng lên.
- Đội hình biến hóa linh hoạt đa dạng.
- Rất có lợi cho việc triển khai một lối đá toàn diện.

Những nguyên nhân chủ yếu thúc đẩy sự phát triển và hoàn thiện chiến thuật là:

- Phương pháp thi đấu và các điều luật đã được sửa đổi, hoàn thiện. Ví dụ: sự thay đổi từ đội hình 9 tiền đạo 1 hậu vệ sang đội hình WM mà một thời đã từng thống trị trong làng bóng đá thế giới, chủ yếu là do sự tác động của các phương pháp và các điều luật thi đấu.

- Việc nâng cao trình độ kỹ thuật, cải tiến hoàn thiện chiến thuật và tăng cường các tố chất thể lực, đòi hỏi phải có một đội hình mới để thực hiện. Đội hình mới lại thúc đẩy và làm nảy sinh những kỹ, chiến thuật mới. Những kỹ, chiến thuật mới này từng bước được hoàn thiện, tác động lẫn nhau và điều này đã thúc đẩy sự phát triển và hoàn thiện của chiến thuật bóng đá.

- Để giành được thắng lợi trong thi đấu, các đội đều cố gắng sáng tạo ra một loại hình chiến thuật mới và điều này luôn là điểm đột phá chủ yếu để mở ra con đường dẫn đến chiến thắng. Ví dụ năm 1872 đội Scotlan đã áp dụng đội hình 6 tiền đạo 4 hậu vệ để đánh bại đội hình 7 tiền đạo 3 hậu vệ của đội Anh với tỉ số 3 : 2 và kể từ đó các đội đã bắt đầu chú trọng tới việc cải tiến đội hình. Năm 1954 người Hungary dựa trên cơ sở của chiến thuật phòng thủ WM đã đưa ra một chiến thuật

với "4 tiền đạo" và đã 2 lần đánh bại đội Anh. Năm 1958 đội Braxin lại dùng chiến thuật 4 - 2 - 4 để đối phó với chiến thuật 4 tiền đạo trên. Đến năm 1974, Hà Lan, Tây Đức lại áp dụng chiến thuật 1 - 3 - 3 - 3 (1 hậu vệ tự do, 3 hậu vệ, 3 tiền vệ, 3 tiền đạo) để mở ra một thời kỳ phát triển mới với lối đá tổng lực (toute đội tấn công, toute đội phòng thủ). Nói chung họ đều sử dụng những lối đá biến hoá với những đội hình chiến thuật mới để giải quyết những vấn đề còn tồn tại trong tấn công và phòng thủ nhằm phát huy tối đa sở trường và hạn chế tối mức tối thiểu những nhược điểm để thu được những kết quả cao nhất.

- Để phát huy được đầy đủ sức mạnh của toàn đội và sở trường của mỗi cá nhân, các đội đều tranh thủ giành quyền chủ động để kiềm chế đối phương bằng cách đưa vào áp dụng những đội hình chiến thuật mới, hoặc đa dạng hoá việc triển khai thực hiện trong các đội hình chiến thuật cũ để thu được hiệu quả cao hơn. Đây cũng chính là một trong các nguyên nhân chủ yếu thúc đẩy sự phát triển và hoàn thiện của chiến thuật bóng đá.

Nói chung việc sắp xếp, bố trí đội hình là một trong các yếu tố cơ bản để tạo thành chiến thuật

thi đấu. Trải qua quá trình phân tích, nghiên cứu trên thực tế, các chuyên gia sẽ từng bước nắm vững được qui luật hoạt động của nó để tổng kết, qui nạp và tạo ra những đội hình chiến thuật mới toàn diện hơn, khoa học hơn. Những đội hình chiến thuật mới này lại được vận dụng một cách sáng tạo vào trong thi đấu làm tăng tính hiệu quả trong hoạt động công, phòng, đẩy mạnh sự phát triển của kỹ, chiến thuật để không ngừng nâng cao trình độ và tính hấp dẫn trong thi đấu.

## V. QUÁ TRÌNH HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN CỦA CÁC ĐIỀU LUẬT THI ĐẤU

Năm 1863 Liên đoàn Bóng đá Anh được thành lập, đồng thời Luật thi đấu bóng đá lần đầu tiên, cũng được ban hành. Luật thi đấu này mặc dù chỉ có 14 điều, nhưng nó đã trở thành cơ sở để thiết lập Luật thi đấu bóng đá hiện nay. Tinh thần chủ yếu của bộ luật này là nghiêm cấm những động tác "thô bạo" và những hành vi "phi thể thao".

Nội dung chủ yếu bao gồm: Cho phép các cầu thủ thực hiện bất cứ một động tác kỹ thuật nào trong tấn công và phòng thủ, nhưng nghiêm cấm

không được ngăn cản, dùng tay đẩy, quật ngã, dùng chân đá vào người đối phương hoặc dùng tay chạm bóng. Mỗi đội tham gia thi đấu với 11 cầu thủ chính thức. Sau khi kết thúc thời gian thi đấu ở hiệp một, hiệp hai hai đội đổi sân... Cùng với sự phát triển của môn bóng đá, Liên đoàn Bóng đá Anh cũng đã liên tục tiến hành bổ sung, sửa đổi các điều Luật. Ví dụ:

Năm 1866, qui định sân thi đấu dài 120 Yards (110m), rộng 80 Yards (75m). Trong thi đấu sử dụng bóng màu trắng có tính đàn hồi. Thời gian thi đấu là 90 phút.

Năm 1870 chính thức ban hành luật "Việt vị", tức là giữa người tấn công và khu vực cầu môn của đối phương phải có 3 người phòng thủ, nếu không thì sẽ phạm luật việt vị.

Năm 1872, giải thi đấu tranh Cúp vô địch của Liên đoàn Bóng đá Anh qui định đường kính quả bóng là từ 0,68 đến 0,71m và qui định này đã chính thức được đưa vào trong các điều luật vào năm 1883.

Năm 1877, qui định độ cao của cầu môn là 8 thước Anh (2,44m), 2 cột dọc của cầu môn được nối liền bằng xà ngang hoặc dây thừng.

Năm 1880 chính thức qui định trọng tài chính là người ra quyết định cuối cùng sau khi đã tham khảo ý kiến của 2 kiểm tra viên (sau này là trọng tài biên) và trọng tài chính có nhiệm vụ ghi lại thành tích và thời gian thi đấu.

Năm 1882 qui định:

- \* Chia thời gian thi đấu thành 2 hiệp, mỗi hiệp 45 phút, giữa 2 hiệp có thời gian tạm nghỉ và ở hiệp sau hai đội sẽ đổi sân để đảm bảo sự công bằng cho cả hai bên.
- \* Bóng ra ngoài biên được đổi từ đá biên bằng chân thành ném biên bằng hai tay.
- \* Thành lập Uỷ ban phụ trách việc nghiên cứu và sửa đổi các điều luật.

Năm 1883, qui định trên 2 cột dọc dùng xà ngang thay thế cho dây thừng (nhưng chiều rộng và độ dày của xà ngang còn chưa qui định rõ).

Năm 1891 qui định:

- \* Treo lưới sau cầu môn để tránh việc tranh luận là bóng đã vào gôn hay chưa.
- \* Qui định nếu cầu thủ mắc lỗi nặng trong thi đấu thì sẽ bị phạt đền.

\* Trọng tài điều khiển trận đấu gồm ba người: một trọng tài chính và hai trọng tài biên.

\* Qui định kích thước của khu cầu môn, khu phạt đền và cầu môn.

Năm 1898, qui định không công nhận bàn thắng từ quả ném biên trực tiếp.

Năm 1902, qui định thủ môn có thể dùng tay bắt bóng trong khu phạt đền.

Năm 1905, năm thứ 2 sau khi FIFA được thành lập, Uỷ ban điều luật của FIFA đã ban hành một qui định mới khi tiến hành thực hiện quả đá phạt đền. Trước khi bóng được đá đi, thủ môn phải đứng trên đường cầu môn, nhưng có thể tuỳ ý di chuyển trên đường này.

Bóng sử dụng trong thi đấu phải được làm bằng da và không được làm tổn thương tới các cầu thủ.

Cho phép va chạm hợp lý, nhưng không được sử dụng các động tác thô bạo, va chạm quá mạnh hoặc gây nguy hiểm cho đối phương.

Năm 1925, ban hành sự sửa đổi đối với điều luật việt vị: từ trước mặt người tấn công phải có 3 cầu thủ phòng ngự của đối phương thành phải có 2 cầu thủ phòng ngự của đối phương.

Năm 1929, qui định khi tiến hành đá phạt đền, trước khi bóng được đá đi, thủ môn phải đứng yên ở trên đường cầu môn không được di chuyển hai chân.

Năm 1937, qui định trọng lượng của bóng dùng trong thi đấu Quốc tế là từ 14 - 16 Ounce (396 - 453g). Bắt đầu kẻ "Vòng cung phạt bóng" và qui định tác dụng của nó.

Tháng 6 năm 1954, tại Hội nghị thường niên, FIFA đã ra quyết nghị nghiêm cấm những hành vi thô bạo để tránh việc xảy ra chấn thương. Ngay cả khi đang tranh bóng mà cố ý đá vào phần ngực, vai và vùng gần đầu của đối phương thì đều bị coi là đã vi phạm luật.

Năm 1964, FIFA đã đưa ra những quy định về việc xử phạt và thi hành kỷ luật. Những quy định này đã được giải thích trước khi diễn ra giải vô địch thế giới như sau:

\* Khi cầu thủ hai bên đồng thời cùng phạm luật: nếu một bên phạm lỗi trực tiếp và một bên phạm lỗi gián tiếp thì chỉ xử phạt bên phạm lỗi nặng. Nếu như cả hai bên cùng phạm luật với tính chất và mức độ như nhau thì cần phải tiến hành tung bóng.

**Thủ môn đánh cầu thủ đối phương trong khu vực cầu môn phải đuổi ra khỏi sân và tung bóng để tiếp tục thi đấu.**

Nếu một cầu thủ đánh cầu thủ đối phương trong lúc trọng tài chính đang quay lưng lại với anh ta mà trọng tài biên kịp thời phát hiện ra và báo cho trọng tài chính thì sau khi đã xác định đúng là sự thật, trọng tài chính phải đuổi cầu thủ phạm lỗi đó ra khỏi sân và cho đối phương được đá quả phạt tại điểm xảy ra phạm lỗi. Nếu sau một thời gian thi đấu mới phát hiện ra thì cầu thủ phạm lỗi đó vẫn có thể bị đuổi ra khỏi sân và sau đó tiến hành tung bóng để tiếp tục thi đấu. Nếu như chỉ phát hiện ra sự việc trên trong phòng thay quần áo trong thời gian nghỉ giữa hai hiệp đấu thì trọng tài cần phải cảnh cáo cầu thủ đó và viết báo cáo tường trình lại sự việc trên. Nếu cầu thủ bị đánh bị thương nặng thì có thể cấm thi đấu vĩnh viễn đối với cầu thủ phạm lỗi.

**Năm 1970 qui định:**

\* Trong khi thi đấu các cầu thủ do bị thương hoặc do những nguyên nhân khác mà không thể tiếp tục tham gia thi đấu được thì đội đó được

quyền thay tối 2 cầu thủ (trước đây không cho phép thay người).

\* Trong những trận đấu cần phải quyết định thắng, thua rõ ràng, nếu hết thời gian thi đấu hiệp phụ vẫn hoà thì phải thực hiện đá luân lưu 11 mét để phân thắng, bại (thay cho phương pháp trước đây sử dụng rút thăm để quyết định thắng, thua).

\* Bắt đầu đưa vào áp dụng thẻ đỏ và thẻ vàng. Thẻ đỏ được sử dụng khi cầu thủ bị đuổi ra khỏi sân và thẻ vàng được sử dụng khi cầu thủ bị cảnh cáo.

\* Thủ môn sau khi bắt bóng cần phải nhanh chóng phát bóng lên, không được phép cố ý kéo dài thời gian bóng chết.

\* Trận đấu không thể tiếp tục tiến hành nếu như một trong hai bên có số người còn lại ít hơn 7 người. Từ năm 1972 đến năm 1977, FIFA lại ban hành một số những sửa đổi, bổ sung đối với các điều luật và phương pháp xử lý của trọng tài như: Bất cứ cầu thủ nào trên sân cũng có thể được phép thay đổi vị trí với thủ môn. Tuy nhiên việc này cần phải báo trước cho trọng tài chính và phải được tiến hành trong thời gian bóng chết.

Khi thay người, sau khi được sự đồng ý của trọng tài chính, các cầu thủ ra và vào sân ở gần đường giữa sân.

Màu áo của thủ môn phải có sự khác biệt rõ ràng so với màu áo của cầu thủ hai đội và của trọng tài.

Trọng tài chính kể từ lúc bước vào sân là đã phải bắt đầu thực hiện quyền hạn và trách nhiệm của mình.

Thủ môn ôm bóng bước quá 4 bước là phạm luật, dùng tay ngăn cản và chặn trái phép đối phương sẽ bị quả đá phạt trực tiếp. Nhảy lên va chạm với đối phương, hoặc dùng bất cứ một tiểu xảo nào để trì hoãn việc đá phạt của đối phương sẽ bị cảnh cáo, tái phạm sẽ bị đuổi ra khỏi sân.

Không cho phép các huấn luyện viên đến gần sân bóng để tiến hành các hoạt động chỉ đạo...

Năm 1980, tinh thần cơ bản của điều luật "Việt vị" không thay đổi, nhưng việc "đá hoặc chạm bóng cuối cùng của cầu thủ đối phương" thì đã có sự giải thích mới. Đồng thời FIFA cũng quy định cầu thủ đã bị thay ra khỏi sân không được phép trở lại sân thi đấu.



Năm 1981, hội nghị thường niên của FIFA lại ban hành một số sửa đổi bổ sung như:

\* Trong Luật 6 về quyền hạn và nhiệm vụ của trọng tài biên được bổ sung như sau: Khi một bên yêu cầu thay người, trọng tài biên phải giơ cờ để báo cho trọng tài chính biết (2 trọng tài biên đồng thời giơ cờ).

\* Trong Luật 3 về số lượng các cầu thủ, bổ sung thêm điều (c) trong cách xử phạt: "Những vi phạm khác về điều luật này, cầu thủ có liên quan sẽ bị cảnh cáo. Nếu như trọng tài dừng trận đấu lại để thi hành cảnh cáo, thì trận đấu sẽ được tiếp tục bằng quả phạt gián tiếp của đối phương tại điểm phạm lỗi.

\* Trong Luật 12 về lỗi và hành vi thiếu đạo đức được sửa từ "Nếu cầu thủ có những hành vi dưới đây sẽ bị đuổi ra khỏi sân", thành "Nếu cầu thủ có những hành vi mà theo nhận định của trọng tài là cố tình gây nguy hiểm cho đối phương sẽ bị đuổi ra khỏi sân".

Ngày 15/6/1985 FIFA thông qua quyết nghị về việc thay đổi các điều luật bóng đá và quyết nghị này có hiệu lực kể từ ngày 15/7/1985. Những sửa đổi bổ sung chủ yếu bao gồm:

\* Qui định về vị trí tung bóng (khi trọng tài chính tạm dừng trận đấu và sau đó thực hiện quả tung bóng để tiếp tục thi đấu) được sửa đổi bổ sung thành: "Nếu bóng trong khu vực cầu môn, thì quả tung bóng sẽ được thực hiện tại điểm trên vạch giới hạn khu cầu môn song song với đường biên ngang, gần vị trí bóng dừng nhất".

\* Điều 5 trong Luật 12 được sửa lại là: "Thủ môn sau khi đã khống chế bóng bằng tay di chuyển quá 4 bước về bất cứ hướng nào mà vẫn giữ bóng, đập bóng hoặc tung bóng lên không rồi bắt lại, không chịu đưa bóng vào cuộc, đã thả bóng vào cuộc nhưng trước khi bóng chạm vào đồng đội hoặc cầu thủ đối phương ngoài khu phạt đền, lại dùng tay chạm bóng lần nữa", đều thuộc về hành vi phạm luật.

Cho dù việc sửa đổi bổ sung các điều luật năm 1982 và năm 1984 vẫn chưa phát huy được hết hiệu quả của nó, nhưng Hội nghị thường niên vẫn tin tưởng rằng các điều khoản mới này sẽ làm cho tinh thần của bộ luật được tôn trọng.

Năm 1986, một số những điều khoản và các quy định của trọng tài được tiến hành sửa đổi bổ sung như sau (bắt đầu có hiệu lực từ ngày 25/7/1986):

\* Cầu thủ dự bị đã vào sân không còn được coi là cầu thủ dự bị nữa và cầu thủ đã bị thay ra sẽ không được tiếp tục tham gia thi đấu trận đó nữa.

\* Quả phạt đền phải được đá từ chấm phạt đền. Khi đá phạt, ngoại trừ cầu thủ đá phạt đã được xác định rõ ràng và thủ môn đội bị phạt tất cả các cầu thủ khác đều phải đứng ở ngoài khu phạt đền, cách chấm phạt đền tối thiểu là 9, 15m.

Năm 1987, Luật 14 của bộ luật bóng đá về phạt đền được sửa lại là: "Một bàn thắng có thể được ghi trực tiếp từ quả phạt đền khi quả phạt đền được thực hiện trong thời gian thi đấu bình thường, hoặc trong thời gian kéo dài lúc hết hiệp 1 hay hiệp 2 của trận đấu chính hay trận đấu phụ, trong thi đá luân lưu 11m; bàn thắng vẫn được công nhận nếu trước khi lọt qua cầu môn bóng chạm liên tục vào cột dọc, xà ngang hoặc thủ môn, miễn là không xảy ra sự vi phạm luật nào khác".

Luật 15 được sửa đổi bổ sung lại là: "Thực hiện quả ném biên từ những điểm không phải điểm bóng vượt qua khỏi đường biên dọc bị xem lại không hợp lệ và bị chuyển quyền ném biên cho đội đối phương". Việc thay đổi này chủ yếu là buộc các cầu thủ phải thực hiện quả ném biên ngay tại chỗ bóng ra khỏi đường biên dọc.

Năm 1988, qui định trong tất cả những trận thi đấu chính thức của FIFA các cầu thủ đều phải mang bảo hiểm ống đồng.

Năm 1990 qui định các cầu thủ cố ý gây thương tích cho đối phương từ phía sau, sẽ bị phạt thẻ đỏ và bị đuổi ra khỏi sân. Các cầu thủ cố ý kéo dài thời gian sẽ bị phạt thẻ vàng cảnh cáo; Nếu cố ý dùng tay chơi bóng cũng sẽ bị cảnh cáo. Từ năm 1991 đến năm 1995 những điều luật chủ yếu mà FIFA đã tiến hành sửa đổi bổ sung bao gồm:

\* Thủ môn dùng tay hoặc cánh tay chạm vào bóng, thì được cho là đã không chuyền bóng. Sau khi đã đưa bóng vào cuộc (ngoại trừ qui định riêng) không cho phép dùng tay hoặc cánh tay chạm bóng lần nữa. Nếu vi phạm sẽ bị phạt quả phạt gián tiếp tại vị trí người thủ môn chạm bóng (Luật 12).

\* Trong khi đang tiến hành thi đấu, cầu thủ dùng một chân hoặc hai chân có ý chuyên bóng cho thủ môn đội mình, nếu thủ môn dùng tay chạm vào bóng, sẽ bị phạt quả phạt gián tiếp tại vị trí chạm bóng (Luật 12).

\* Trong khi đang tiến hành thi đấu nếu cầu thủ cố ý dùng chân hất bóng lên rồi dùng đầu, ngực, đầu gối chuyên bóng về cho thủ môn của đội mình, thì cầu thủ này sẽ bị phạt cảnh cáo vì hành vi

không chính đáng và đội đối phương sẽ được hưởng quả phạt gián tiếp tại vị trí xảy ra phạm lỗi (Luật 12).

\* Khi cầu thủ tấn công đứng ngang hàng với cầu thủ phòng ngự thứ 2 của đối phương sẽ không mắc lỗi việt vị.

\* Huấn luyện viên có thể thực hiện sự chỉ đạo của mình trong khu vực được cho phép.

## VI. XU HƯỚNG PHÁT TRIỂN CƠ BẢN CỦA BÓNG ĐÁ HIỆN ĐẠI

Từ năm 1863 đến nay bóng đá hiện đại đã có lịch sử phát triển trên 130 năm. Xu thế phát triển của môn thể thao này có thể được khái quát lại thành 3 điểm chủ yếu sau:

### *1. Xu thế phát triển tổng hợp của bóng đá hiện đại*

#### *a. Tính đối kháng trong hoạt động công, thủ ngày càng quyết liệt hơn*

Chúng ta đều biết đặc điểm cơ bản của môn bóng đá là tính đối kháng trong hoạt động công, thủ giữa hai đội. Sự phát triển của tính đối kháng trong môn thể thao này có thể được chia làm 3 giai đoạn:

\* *Giai đoạn xung kích* (1863 - 1930)

Giai đoạn này mặc dù đã sáng tạo ra nhiều đội hình thi đấu khác nhau, nhưng do hạn chế về kỹ, chiến thuật và trình độ thể lực cho nên tính đối kháng giữa công và thủ về cơ bản chỉ được giới hạn ở nơi bắt đầu và điểm rơi của bóng.

\* *Giai đoạn phân công* (1930 - 1974)

Cùng với sự phát triển của kỹ, chiến thuật và trình độ thể lực, đặc biệt là việc vận dụng sáng tạo các đội hình thi đấu khác nhau đã làm cho mức độ đối kháng giữa công và thủ ở giai đoạn này trở nên kịch liệt hơn nhiều so với giai đoạn xung kích. Tuy nhiên do đã có sự phân công giữa các cầu thủ trên sân bóng và mỗi người đều tập trung thực hiện nhiệm vụ của mình, vì vậy cho dù mức độ đối kháng có tăng hơn so với giai đoạn trước, nhưng đó cũng chỉ là sự đối kháng cục bộ giữa từng vị trí.

\* *Giai đoạn toàn diện hóa* (từ năm 1974 đến nay)

Toàn diện hóa bóng đá là xu hướng phát triển chủ yếu trên thế giới. Hiện nay tuy mới chỉ là ở giai đoạn bắt đầu, sự phát triển vẫn chưa được đồng đều, nhưng nó đã tỏ rõ sức sống mãnh liệt của mình. Do sự phát triển của trình độ kỹ, chiến thuật và thể lực của các cầu thủ đã được tăng cường, cho nên bắt kể áp dụng đội hình thi đấu

nào thì tính đối kháng giữa công và thủ cũng được thể hiện trên toàn sân. So với sự đối kháng trong giai đoạn xung kích chỉ hạn chế ở điểm bắt đầu và điểm rơi của bóng, cho đến giai đoạn phân công sự đối kháng chỉ hạn chế ở từng vị trí, thì mức độ đối kháng trong giai đoạn toàn diện hóa này mạnh mẽ hơn rất nhiều và chắc chắn ngày sẽ càng thêm quyết liệt. Sự đối kháng trong giai đoạn này chủ yếu được biểu hiện qua một số mặt như:

\* Sự đối kháng giữa cầu thủ không chế bóng và cầu thủ phòng ngự, tức là sự đối kháng trong hoạt động công, thủ giữa hai bên trong tranh, cướp bóng, trong phòng ngự che chắn bóng, khi dẫn bóng qua người, chuyền bóng và sút cầu môn.

\* Sự đối kháng giữa các cầu thủ không có bóng của hai bên trong tranh cướp bóng, ngăn cản hạn chế đối phương tiếp xúc với bóng, chuyền bóng 1 chạm, trực tiếp sút cầu môn.

\* Sự đối kháng giữa công và thủ của hai bên trong tranh cướp và gây cản trở khi đối phương tấn công liên tiếp 2 lần (sút cầu môn bóng không vào lưới mà chạm cột dọc, xà ngang bật lại, tuột từ tay thủ môn ra, chạm người các cầu thủ bật trở lại...). Trong trường hợp này sự đối kháng nảy sinh khi hai bên tranh quyền khống chế hoặc xử lý bóng.

\* Sự đối kháng giữa các cầu thủ không có bóng của hai bên trong di chuyển vị trí để tạo ra và lợi dụng khoảng trống đồng thời ngăn cản và hạn chế sự di chuyển của đối phương.

b. *Hoạt động công, thủ ngày càng trở nên cân bằng hơn*

\* Trước thập kỷ 50, thi đấu bóng đá chủ yếu lấy tấn công là chính, hoạt động phòng thủ tương đối yếu và vì vậy số bàn thắng trong một trận đấu tương đối nhiều.

\* Sau thập kỷ 60, do hệ thống phòng thủ tương đối yếu đã dẫn tới xu hướng tăng cường phòng thủ, để chặn đứng thế tiến công của đối phương.

\* Sau thập kỷ 70, công, thủ dần dần được phát triển theo xu hướng cân bằng và số bàn thắng trong mỗi trận đấu về cơ bản đã được giới hạn trong một phạm vi nhất định. (Bảng 2)

c. *Tốc độ công, thủ ngày càng được tăng cao*

Đối kháng là qui luật cơ bản của môn thể thao bóng đá và câu hỏi đặt ra là phải làm thế nào để có thể lợi dụng và điều khiển được qui luật này. Có thể khẳng định rằng tốc độ cao chính là một trong những biện pháp chủ yếu để đối phó với mức độ đối kháng ngày càng trở nên quyết liệt hơn. Tốc độ cao sẽ giúp các cầu thủ giảm sự đối mặt trực tiếp

**Bảng 2:**

**BẢNG THỐNG KÊ SỐ BÀN THẮNG TRONG  
CÁC GIẢI VÔ ĐỊCH THẾ GIỚI**

Lần thứ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Năm	1930	1934	1938	1950	1954	1958	1962	1966	1970	1974	1978	1982	1986	1990	1994
Số trận thi đấu	18	17	18	22	26	35	32	32	32	38	38	52	52	52	52
Số lần tấn công	70	70	84	88	140	126	89	89	95	97	102	146	132	115	141
Bình quân số bàn thắng	3.89	4.12	4.67	4.00	5.38	3.60	2.78	2.78	2.97	2.55	2.68	2.80	2.53	2.21	2.71

trong tấn công, tăng tối đa thời gian tự do và giành được quyền chủ động. Trong phòng thủ, tốc độ cao sẽ giúp các cầu thủ ngăn cản và hạn chế hiệu quả đối phương, tăng thêm số lần đối kháng trực tiếp, hạn chế sự tự do và sự di chuyển của đối phương, chiếm thế chủ động trong thi đấu.

*d. Năng lực thi đấu của các cầu thủ đã đạt tới mức phát triển toàn diện và đồng bộ*

**Năng lực thi đấu của các vận động viên thông**

thường bao gồm 7 nhân tố chính là: kỹ thuật, chiến thuật, trình độ thể lực, kỹ năng vận động, khả năng hoạt động của hệ thống cơ bắp (cơ năng), trạng thái tâm lý và trình độ nhận thức của mỗi vận động viên. Để có được một sự phát triển toàn diện và đồng bộ tất cả các cầu thủ đều phải có đầy đủ những nhân tố này, mà không được loại bỏ bất cứ một mặt nào.

#### e. *Ảnh hưởng tác động của những "ngôi sao" và tập thể toàn đội*

Môn thể thao bóng đá đã tạo ra các "ngôi sao" và "ngôi sao" lại thúc đẩy sự phát triển của môn bóng đá. Do đó ảnh hưởng tác động của những "ngôi sao" tới đội bóng không những không giảm đi mà trái lại ngày càng tăng lên. Đặc điểm chủ yếu của các "ngôi sao" trong giai đoạn này là:

\* Các "ngôi sao" được tạo nên từ sức mạnh của toàn đội.

\* Kỹ thuật của các "ngôi sao" ngày càng được đơn giản hoá, hoàn thiện và mang tính thực dụng. Thời kỳ của những "ngôi sao" lấy việc mê hoặc khán giả và phô diễn trình độ kỹ thuật cá nhân đã chấm dứt.

### **2. Xu thế phát triển về kỹ thuật**

Xu thế phát triển về kỹ thuật của các cầu thủ có thể được khái quát lại thành 4 điểm chủ yếu sau:

- \* Kỹ thuật vừa toàn diện lại vừa có sở trường riêng.
- \* Kỹ thuật và tốc độ hoà hợp thành một thể thống nhất.
- \* Kỹ thuật ngày một thuần thục và mang tính kỹ xảo cao hơn.
- \* Kỹ thuật được thực hiện với một sự hợp lý, độ chuẩn xác, sức mạnh và tính thực dụng cao.

### ***3. Xu thế phát triển của chiến thuật***

- \* Chiến thuật công, thủ toàn diện chặt chẽ với tốc độ cao được phát triển mạnh mẽ.
- \* Sự thay đổi trong chiến thuật công, thủ đã được coi trọng và ngày càng được phát triển với tốc độ nhanh hơn.
- \* Sự sắp xếp vị trí của các cầu thủ vẫn được duy trì, nhưng đội hình đã có nhiều biến hoá và linh hoạt hơn.
- \* Chiến thuật tấn công ở tuyến 2, tuyến 3 cũng đã được phát triển một cách nhanh chóng.
- \* Chiến thuật tấn công trong các tình huống cố định ngày càng rõ uy lực vốn có của mình.

## **CHƯƠNG II**

# **KỸ THUẬT BÓNG ĐÁ**

Kỹ thuật bóng đá là cách gọi tổng hợp để chỉ những hành động, những phương pháp và những động tác hợp lý mà các cầu thủ đã áp dụng trong thi đấu bóng đá như các kỹ thuật tâng bóng, sút bóng, chuyền bóng, sút cầu môn, đỡ bóng, đánh đầu, dẫn bóng, tranh cướp bóng, ném biên và những kỹ thuật của thủ môn.

### **I. TÂNG BÓNG**

Đặc điểm nổi bật của thi đấu bóng đá là tính đối kháng mạnh và tranh đua quyết liệt. Vì vậy, trong thi đấu để có thể ứng phó được một cách nhanh chóng với các tình huống khác nhau thì các cầu thủ cần phải tìm hiểu và nắm vững được tính năng cũng như đường bay của bóng trong các tình huống đó. Tập luyện kỹ thuật tâng bóng bằng các bộ phận trên cơ thể là một biện pháp hữu hiệu

nhất giúp các cầu thủ nắm chắc được tính năng và nâng cao khả năng khống chế bóng. Bên cạnh đó, luyện tập tảng bóng cũng có thể giúp các cầu thủ tăng cường sự phối hợp nhịp nhàng giữa các bộ phận trong cơ thể, hoàn thiện kỹ năng di chuyển, tăng cường độ linh hoạt của cổ chân, khớp gối, hông đồng thời phát triển kỹ năng phản xạ và ứng biến trong thi đấu. Thuần thục kỹ thuật tảng bóng sẽ tạo ra một nền tảng cơ sở vững chắc cho các kỹ thuật chuyên bóng, sút cầu môn, đỡ bóng, dẫn bóng và tranh cướp bóng... Vì vậy, tảng bóng là kỹ thuật mà bất cứ cầu thủ ở đẳng cấp và lứa tuổi nào cũng cần phải kiên trì thường xuyên luyện tập. Đặc biệt, đối với những người mới tập và những cầu thủ ở lứa tuổi thanh, thiếu niên thì kỹ thuật này lại càng phải chú trọng luyện tập nhiều hơn.

### *1. Các bộ phận cơ thể và phương pháp thường được sử dụng trong luyện tập kỹ thuật tảng bóng*

#### *a. Tảng bóng bằng mu chính diện*

Chân trụ hơi khuỷu gối và chuyển trọng tâm cơ thể sang chân trụ, khi bóng rơi xuống ngang đầu gối, khớp gối và cổ chân thả lỏng, vung căng chân

nhe nhàng lên trên, mũi bàn chân hơi cong lên, dùng chính diện mu bàn chân đá nhẹ vào phần dưới của bóng để tâng bóng lên trên. Khi tâng bóng không nên tâng quá cao và bóng phải hơi xoáy xuống phía dưới (Hình 1).



Hình 1

#### b. Tâng bóng bằng má trong

Chân trụ hơi khuỷu gối, chuyển trọng tâm cơ thể sang chân trụ. Khi bóng rơi xuống ngang đầu gối, chân tâng bóng nhắc gối, lắc má trong lòng bàn chân lên phía trên (lòng bàn chân ở ngang bằng với đầu gối) rồi dùng má trong lòng bàn chân đá nhẹ vào phần dưới của bóng để tâng bóng lên phía trên (Hình 2).



Hình 2

### c. Tâng bóng bằng má ngoài

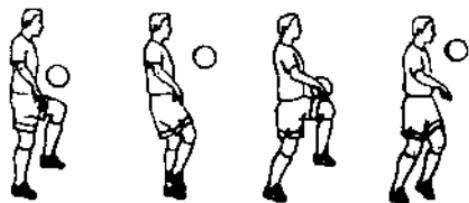
Chân trụ hơi khuỷu gối, ngả người về phía chân trụ và chuyển trọng tâm cơ thể sang chân trụ. Khi bóng rơi xuống ngang đầu gối, chân tâng bóng nâng đầu gối lên, lắc má ngoài bàn chân lên phía trên rồi xoay ngang đá nhẹ vào phần dưới của bóng để tâng bóng lên phía trên (Hình 3).



Hình 3

### d. Tâng bóng bằng đùi

Chân trụ  
hơi khuyu  
gối, chuyển  
trọng tâm cơ  
thể sang  
chân trụ,  
đồng thời hai



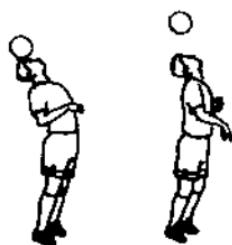
Hình 4

cánh tay để mở tự nhiên. Khi bóng rơi xuống ngang hông, đùi của chân tâng bóng nâng lên phía trên, khi đùi nâng đến ngang hông, dùng chính

diện đùi đá vào phần dưới của bóng để tâng bóng lên phía trên (Hình 4).

#### *d. Tâng bóng bằng đầu*

Hai chân đứng chân trước chân sau, khớp gối hơi khuyu, trọng tâm cơ thể rơi vào giữa hai chân, hai tay mở tự nhiên, đầu ngửa ra sau, phần trước trán hướng thẳng lên trên. Khi bóng rơi xuống gần trán hai chân đồng thời nhẹ nhàng giật đất đẩy người lên phía trên rồi dùng chính diện trán đánh nhẹ vào phần dưới của bóng để tâng bóng lên phía trên (Hình 5).



Hình 5

### *2. Phương pháp luyện tập tâng bóng*

- Hai chân tâng bóng trong túi lưới: Một tay nâng dây túi lưới, lần lượt dùng chính diện mu bàn chân của hai chân để tâng bóng, rồi chuyển sang tâng bóng bằng má trong, má ngoài của lòng bàn chân.

- Đứng nguyên trên mặt đất thực hiện kỹ thuật tranh cướp bóng rồi hai chân tuần tự thay đổi nhau

tiến hành tâng bóng.

- Khi tâng bóng thực hiện xen kẽ giữa tâng bóng cao và thấp hoặc liên tục tâng bóng thấp không vượt quá đầu gối.
- Tâng bóng liên tục bằng nhiều bộ phận của cơ thể như chính diện mu bàn chân, má trong, má ngoài bàn chân, đầu, đùi...
- Tâng bóng phối hợp với các bước di chuyển hoặc chạy dọc theo những đường thẳng và đường gấp khúc.
- Hai hoặc nhiều người liên tục thay nhau tiến hành tâng bóng: Từng người luân phiên tiến hành tâng bóng hoặc đứng thành vòng tròn liên tục thay nhau tiến hành tâng bóng (bóng không chạm đất).

## II. ĐÁ BÓNG

### *1. Tác dụng của kỹ thuật đá bóng trong thi đấu*

Đá bóng là động tác của cầu thủ dùng một bộ phận nào đó của chân để đá bóng một cách có mục đích về phía mục tiêu đã định. Đây là một kỹ thuật cơ bản và hay được sử dụng nhất trong thi

đầu. Đá bóng chủ yếu được sử dụng để chuyền bóng và sút cầu môn (những yếu tố chủ yếu trong việc tổ chức tấn công và phòng thủ). Trên thực tế kỹ thuật đá bóng chính là một trong những yếu tố chủ yếu để đánh giá trình độ kỹ thuật của một đội bóng hoặc của một cầu thủ.

## *2. Phân loại và cấu trúc động tác của kỹ thuật đá bóng*

Căn cứ vào vị trí tiếp xúc của bàn chân với bóng mà người ta có thể chia kỹ thuật đá bóng ra làm nhiều loại khác nhau như: đá bằng lòng bàn chân, đá bằng mu chính diện, đá bằng mu trong, đá bằng má ngoài, đá bằng mũi bàn chân và đá bằng gót (đánh gót)...

Trong những kỹ thuật đá bóng cơ bản tuy phương pháp thực hiện có thể khác nhau, nhưng cấu trúc tổng thể của động tác đều bao gồm những yếu tố như: chạy lấy đà, vị trí của chân trụ, động tác vung chân khi đá bóng, điểm tiếp xúc và chuyển động của thân người khi đá bóng.

### *a. Chạy lấy đà*

Trên thực tế chạy lấy đà chỉ là mấy bước chạy trước khi đá bóng. Tác dụng của nó là điều chỉnh

phương hướng thực hiện và căn cứ vào vị trí để lựa chọn một cách tối ưu nhất cho điểm đặt của chân trụ và kỹ thuật thực hiện. Ngoài ra chạy đà còn có thể giúp cho các cầu thủ tạo ra được một tốc độ nhất định để từ đó gia tăng sức mạnh của cú sút. Căn cứ vào sự khác biệt trong phương pháp thực hiện có thể chia chạy đà ra thành: chạy đà theo đường thẳng và chạy đà theo đường chéo. Bước đà cuối cùng phải dài hơn các bước khác để tạo điều kiện thuận lợi cho việc vung chân sút bóng (gia tăng tốc độ vung chân, kiểm soát tư thế của thân người và nâng cao tính chuẩn xác của động tác sút bóng).

#### *b. Vị trí của chân trụ*

Vị trí của chân trụ phải được lựa chọn theo nguyên tắc tạo ra điều kiện thuận lợi nhất cho việc tiếp xúc bóng và phát huy tối đa tốc độ thực hiện của chân sút bóng. Trên thực tế vị trí của chân trụ thường được quyết định bởi phương pháp sút bóng. Ví dụ nếu đá vào một bên của bóng thì về nguyên tắc khoảng cách giữa hai chân phải bằng với độ rộng của vai người thực hiện. Khi sút bóng chân trụ phải tích cực chống xuống đất, khớp gối phải hơi khuỷu xuống và ổn định vững chắc để đỡ toàn

bộ cơ thể. Lúc này chân trụ có tác dụng như là một điểm tựa.

*c. Động tác vung chân khi đá bóng*

Vung chân là yếu tố chủ yếu để tạo nên sức mạnh của cú sút. Vung chân với biên độ rộng và tốc độ cao thì quả bóng sẽ được đá đi với một lực mạnh, tốc độ cao và khoảng cách xa. Vung chân khi sút bóng được thực hiện vào lúc chân trụ bước về phía trước và chân sút bóng thuận đà vung ra phía sau. Thông thường khi vung chân sút bóng phải lấy hông làm điểm tựa, đưa phần đùi và cẳng chân từ sau ra trước. Khi đầu gối vuông góc hoặc gần vuông góc với bóng thì vung mạnh cẳng chân về phía trước để tạo lực cho cú sút và giúp chân sút bóng thực hiện động tác với một tốc độ nhanh nhất.

*d. Điểm tiếp xúc*

Điểm tiếp xúc bao gồm các bộ phận của chân, các vị trí trên bóng và là yếu tố quyết định tính chất và hình thức sút bóng. Tuy nhiên các điểm tiếp xúc của chân và các vị trí trên bóng phải phù hợp với yêu cầu của từng loại kỹ thuật sút bóng. Trong thời điểm khi chân tiếp xúc với bóng, cổ

chân phải gồng cứng, bàn chân phải giữ cố định. Sau khi chân đã tiếp xúc với bóng nếu lực tác dụng đi qua tâm bóng, bóng sẽ di theo đường thẳng, còn nếu lực tác dụng không đi qua tâm bóng thì bóng sẽ phát sinh độ xoáy và di theo một hình vòng cung nhất định.

#### *d. Chuyển động của thân người sau khi đá bóng*

Sau khi đá bóng chân đá bóng theo đà sẽ tiếp tục lăng về phía trước kéo theo sự chuyển động của mông khiến toàn bộ cơ thể có xu hướng tiếp tục lao về phía trước. Vì vậy, để có thể thực hiện tốt động tác thì các bộ phận trong cơ thể phải phối hợp nhịp nhàng và phải giữ thăng bằng cho cơ thể để bảo đảm độ chuẩn xác của cú sút đồng thời tạo điều kiện thuận lợi cho việc di chuyển về phía trước để thực hiện các động tác kỹ thuật hoặc phối hợp chiến thuật tiếp theo.

### **3. Những kỹ thuật đá bóng chủ yếu**

#### *a. Đá bóng bằng má trong lòng bàn chân*

Do diện tích tiếp xúc giữa má trong lòng bàn chân và bóng khá lớn, cho nên đá bóng bằng kỹ thuật này sẽ có tính ổn định và độ chuẩn xác cao. Kỹ thuật này thường được dùng để chuyền bóng

và sút cầu môn ở cự ly gần hoặc trong phôi hợp chiến thuật "2 đánh 1"...

\* Khi đá bóng cố định (bóng chết): chạy đà theo đường thẳng, chân trụ đặt ở một bên của bóng và cách nó khoảng 15cm, khớp gối hơi gập lại, chân sút bóng lấy hông làm trụ vung từ phía sau ra trước. Trong khi vung chân đầu gối gập và hướng ra ngoài, căng chân nhanh chóng vung mạnh ra phía trước, mũi bàn chân hơi cong lên, bàn chân song song với mặt đất, cổ chân gồng cứng cố định hình bàn chân, dùng má trong lòng bàn chân đá vào phần giữa phía sau của bóng (Hình 6).



Hình 6

\* Khi đá bóng đang lăn trên mặt đất từ các hướng khác nhau đến, trước tiên phải xác định chính xác hướng bóng đến, mũi bàn chân trụ chỉ

hướng sút bóng đi, chân sút bóng hình bàn chân cố định, biên độ vung đùi hẹp, sau khi sút bóng, cẳng chân đột ngột dừng lại, thời gian chân tiếp xúc với bóng ngắn và lực tác dụng mạnh.

\* Khi đá bóng trên không, nâng đùi kéo cẳng chân lên, má trong lòng bàn chân nhằm chuẩn xác vào hướng sút bóng, lợi dụng lực vung của cẳng chân đá ngang vào phần giữa phía sau của bóng. Nếu muốn đá bóng ở tầm thấp hoặc tầm cao thì có thể thực hiện bằng cách đá vào phần trên hoặc phần dưới của tâm bóng.

#### *b. Đá bóng bằng mu chính diện.*

Do biên độ vung của chân đá bóng rộng và tốc độ nhanh, cho nên lực của cú sút sẽ rất mạnh, độ chuẩn xác cao, nhưng lại ít biến hóa trong đường đi của bóng. Trong thi đấu kỹ thuật này thường được dùng để chuyền bóng và sút cầu môn.

\* Khi đá bóng chết: Chạy đà theo đường thẳng, chân trụ đặt ở một bên của bóng và cách nó khoảng từ 10 - 15cm, mũi bàn chân đối diện với hướng bóng đi, khớp gối hơi gập lại, đồng thời chân sút bóng thuận đà vung ra sau, cẳng chân hơi gập lại thả lỏng, lấy hông làm trụ, nâng đùi vung cẳng chân từ sau ra trước. Khi đầu gối vung

đến phía trên của bóng, vung mạnh cẳng chân về phía trước, mu bàn chân thẳng cẳng, ngón chân khép chặt, dùng chính diện mu bàn chân đá vào phần giữa phía sau của bóng, chân sút bóng theo đà tiếp tục lăng về phía trước (Hình 7).



Hình 7

\* Khi đá bóng bật trở lại, trước tiên phải phán đoán chính xác điểm rơi của bóng, chân trụ đặt ở một bên của bóng, thân người thẳng với hướng bóng đến. Khi bóng gần chạm đất, cẳng chân của



Hình 8

chân đá nhanh chóng ổn định và vung về phía trước. Khi bóng vừa bật lên khỏi mặt đất dùng chính diện mu đá vào phần giữa phía sau của bóng, chân đá bóng nâng đầu gối tiếp tục theo đà vung về phía trước (Hình 8).

\* Khi đá bóng ở trên không, thân người ngả theo hướng bóng đi, phần thân trên nghiêng về bên chân trụ, chân đá bóng nâng dùi song song với mặt đất, cẳng chân nhanh chóng vung theo hướng bóng đi, dùng

chính diện  
mu bàn chân  
đá vào phần  
giữa phía sau  
của bóng,  
xoay thân  
người theo  
hướng bóng  
đi (Hình 9).



Hình 9

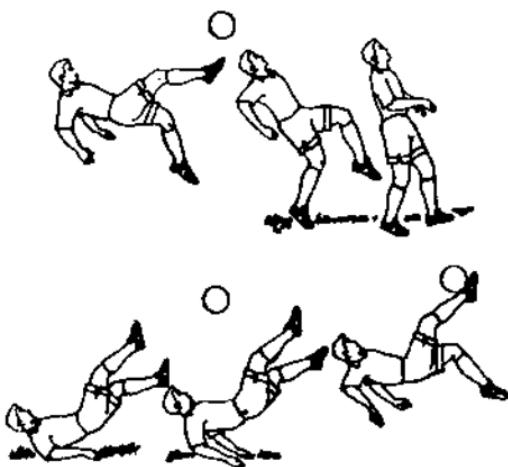
\* Khi đá móc bóng, đầu tiên bước chân trụ một bước về phía trước, khớp gối hơi gấp lại, phần trên thân người ngả ra sau, chân đá



Hình 10

bóng lấy hông làm trụ cố gắng vung hết sức lên trên. Khi bóng rơi tới phía trên đầu, dùng chính diện mu bàn chân đá móc bóng ra phía sau (Hình 10).

\* Khi tung người móc bóng: Trước hết phải phán đoán hướng bóng đến và xác định chính xác điểm tiếp xúc bóng. Sau đó vung một chân lên phía trên, đồng thời theo đà chân móc bóng cũng vung lên, khiến cho toàn bộ cơ thể tung lên trên không và ngửa ra phía sau, mắt nhìn chăm chú vào hướng bóng đến. Khi chân lăng từ từ rơi xuống, chân móc bóng dùng đùi nhanh chóng vung cẳng chân lên



Hình 11

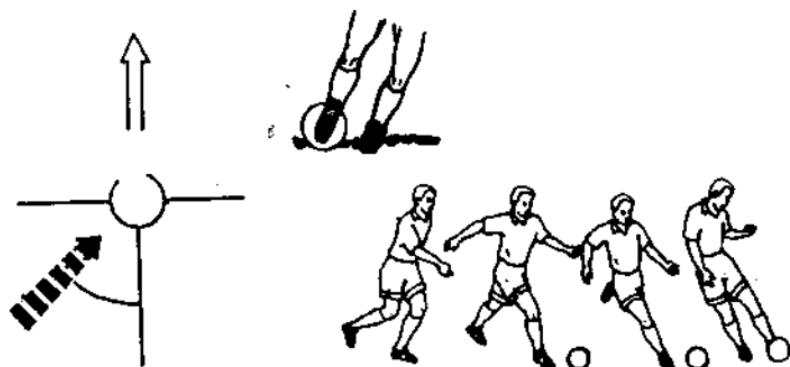
phía trên (chuyển động của hai chân trên không tương tự như động tác cắt kéo), dùng chính diện mu bàn chân đá móc vào phần giữa phía sau của bóng. Sau khi thực hiện xong động tác, tiếp đất bằng hai cẳng tay và sau đó lần lượt chạm đất bằng lưng và mông (Hình 11).

### c. *Đá bóng bằng má trong bàn chân*

Biên độ vung của chân sút bóng lớn, tốc độ cao cho nên lực của cú sút sẽ rất mạnh. Ngoài ra do hướng chạy đà, vị trí của chân trụ cũng tương đối linh hoạt, nên sự biến hóa trong đường đi của bóng cũng khá đa dạng. Trong thi đấu kỹ thuật này thường được sử dụng để chuyển bóng ở cự ly xa và trung bình, thực hiện các quả đá phạt khi bóng chết và sút cầu môn ở cự ly xa.

\* Khi đá bóng cố định (bóng chết): Chạy đà theo đường chéo tạo thành một góc  $45^{\circ}$  so với hướng đi của trái bóng, má ngoài chân trụ chống xuống đất để đỡ cơ thể, chân trụ đặt ở phía sau bên trái bóng và cách nó khoảng từ 20 - 25cm, khớp gối hơi gập lại, mũi bàn chân chỉ hướng bóng đi, thân người hơi ngả về bên chân trụ, chân đá bóng tự nhiên vung về sau khi thân người xoay theo hướng bóng, chân đá bóng lấy hông làm trụ, dùng đùi vung

cẳng chân từ sau ra trước. Khi đầu gối vung đến phía trên gần vuông góc với bóng thì cẳng chân bất ngờ vung mạnh về trước, mu bàn chân thẳng cẳng, ngón chân khép chặt, mũi bàn chân hướng ra ngoài, dùng má trong bàn chân đá vào phần giữa phía sau của bóng, chân đá bóng theo đà tiếp tục vung về phía trước (Hình 12).



Hình 12

\* Khi đá vuốt bóng: động tác cũng gần giống như khi đá bóng cố định, chân đá bóng không cần phải thẳng cẳng quá mức. đá vào phần dưới phía sau của bóng, kèm theo động tác vuốt chân. Sau khi đá bóng, chân đá không được đột ngột dừng lại làm bóng đi xoáy xuống phía dưới.

\* Khi đá bóng theo hình cánh cung: động tác đà và vị trí đứng của chân trụ cũng gần giống như động tác đá bóng chết, chỉ khác là hướng vung của chân đá không đi qua tâm bóng. Khi tiếp xúc bóng, lực từ cổ chân truyền tới má trong và tác động mạnh vào bóng làm bóng xoáy và bay theo một hình cánh cung nhất định (Hình 13).



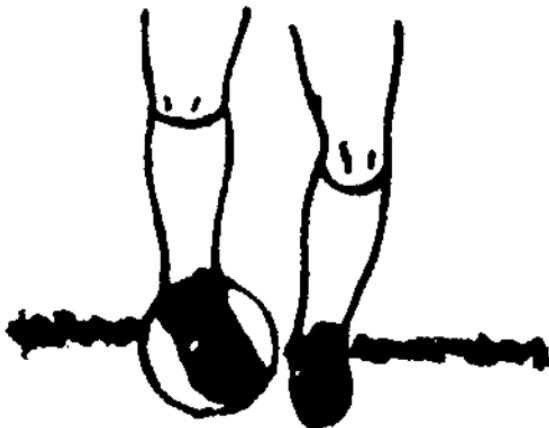
Hình 13

d. *Đá bóng bằng má ngoài bàn chân*

Phương pháp thực hiện cũng gần giống như phương pháp đá bóng bằng chính diện mu bàn chân, nhưng còn có ưu điểm là khi đá bóng, tính linh hoạt của cổ chân và sự biến hóa trong hướng vung chân tương đối đa dạng... Kỹ thuật này mang tính bí mật cao, đối phương không dễ phán đoán và có thể đá bóng đi theo hình vòng cung ở các cự ly khác nhau. Trong thi đấu kỹ thuật này thường

được sử dụng để chuyển bóng ở cự ly trung bình, ngắn, sút cầu môn và trong phối hợp chiến thuật "2 đánh 1".

\* Khi đá bóng chết: về cơ bản động tác này cũng gần giống với động tác đá bóng bằng chính diện mu bàn chân, chỉ khác là trước khi vung mạnh cẳng chân về trước khớp gối và bàn chân xoay vào phía trong và dùng má ngoài đá vào phần giữa phía sau của bóng, chân đá bóng theo đà bóng tiếp tục vung về phía trước (Hình 14 ).



Hình 14

\* Khi đá bóng theo hình cánh cung: chân trụ đặt ở phía sau, lệch sang một bên của bóng và cách nó khoảng từ 15 - 20cm, cổ chân gồng cứng, bàn chân thẳng cẳng, mũi bàn chân xoay vào trong, chân đá bóng vung từ phía sau bên ngoài vào bên trong phía trước, hướng vung chân không đi qua

tâm bóng, dùng má ngoài đá vào phần giữa phía sau của bóng, khiến bóng xoáy và bay theo một vòng cung nhất định (Hình 15).



Hình 15

\* Khi đá bóng bật trở lại: chân đá bóng lấy khớp gối làm trụ nhanh chóng vung về một bên hoặc vung về phía trước, nhanh chóng chuyển động cổ chân để đá vào bóng. Sau khi đá bóng, chân đá nhanh chóng thu về.

#### *d. Đá bóng bằng mũi bàn chân*

Kỹ thuật này ít được sử dụng trong thi đấu. Do biên độ vung của chân đá bóng lớn, tốc độ cao và điểm tác dụng lực tập trung khi đá bóng, cho nên bóng sẽ đi nhanh và có lực mạnh. Tuy nhiên do diện tích tiếp xúc nhỏ (giữa mũi bàn chân và bóng) cho nên tính chuẩn xác của đường bóng cũng không cao. Thông thường kỹ thuật này chỉ được sử

dụng khi trời đang mưa, sân bãi lầy lội, bóng quá nặng hoặc trong những tình huống khẩn cấp.

Khi đá bóng bằng mũi bàn chân, chân trụ đặt lệch sang một bên ở phía sau bóng, chân đá bóng mũi bàn chân bẻ cong lên, bàn chân gồng cứng, dùng mũi bàn chân đá vào phần giữa phía dưới của bóng. Nếu chân trụ cách xa bóng, chân đá có thể nhấc gối nhảy về phía trước và trước khi chân chạm đất dùng mũi bàn chân đá vào phần giữa phía dưới của bóng.

#### e. *Đá bóng bằng gót chân (Đánh gót)*

Do đặc điểm cấu tạo của cơ thể, biên độ và tốc độ vung chân về phía sau đều bị hạn chế, cho nên lực đá bóng sẽ yếu. Tuy nhiên do kỹ thuật đá bóng về phía sau mang tính bí mật và tính đột biến cao cho nên nó thường được sử dụng nhiều trong thi đấu để chuyền bóng tấn công.

Khi bóng ở má ngoài chân trụ, chân đá bóng vung tự nhiên về trước chéo qua chân trụ. Khi đến má ngoài chân trụ dùng gót chân đánh vào phần giữa phía trên của bóng. Nếu bóng ở má trong chân trụ, chân đá bóng di chuyển qua bóng, lấy khớp gối làm trụ bất ngờ đánh nhanh cẳng chân

về phía sau, bàn chân gồng cứng và dùng gót chân đánh vào phần giữa phía trên của bóng.

#### **4. Phương pháp luyện tập đá bóng**

##### *a. Luyện tập không bóng*

Xác định rõ điểm tiếp xúc của chân với bóng và hình chân khi đá bóng trong những kỹ thuật đá bóng khác nhau. Sau đó tiến hành luyện tập bắt chước động tác đá bóng tại chỗ, rồi dần dần bổ sung và hoàn chỉnh động tác.

##### *b. Luyện tập đá bóng cố định hoặc bóng đặc*

Một người giẫm lên nửa phần trước của trái bóng, người khác sử dụng các kỹ thuật đá khác nhau để luyện tập kỹ thuật đá bóng. Cũng có thể tiến hành luyện tập với bóng đặc.

##### *c. Đá bóng trong túi lười*

Tự xách túi lười, đứng nguyên tại chỗ hoặc di chuyển và thực hiện các kỹ thuật đá khác nhau.

##### *d. Sút cầu môn*

Chạy sút cầu môn khi bóng đang lăn về phía trước, lăn ngược trở lại đến trước mặt hoặc lăn từ hai bên tới.

#### d. Sút xa

Cùng với đồng đội dùng má trong bàn chân đứng nguyên tại chỗ hoặc di chuyển thực hiện kỹ thuật sút xa.

### III. ĐỔ BÓNG

Đổ bóng là sử dụng một cách hợp lý các bộ phận của cơ thể tiếp xúc bóng, để thay đổi tốc độ và phương hướng di chuyển của bóng nhằm khống chế trong phạm vi mà mình mong muốn.

Trong thi đấu, các cầu thủ phải sử dụng thuần thục kỹ thuật đổ bóng để giành được quyền khống chế bóng nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho việc thực hiện các kỹ thuật như chuyền bóng, dẫn bóng, qua người và sút cầu môn hoặc giúp các đấu thủ điều chỉnh nhịp điệu của trận đấu và phối hợp chiến thuật thi đấu...

Cùng với sự phát triển của môn bóng đá và sự nâng cao của trình độ kỹ chiến thuật, yêu cầu đối với việc đổ bóng cũng ngày càng được tăng cao. Vì vậy việc nắm vững và thành thạo kỹ thuật đổ bóng là điều không thể thiếu được.

## *1. Các kỹ thuật đỡ bóng thường sử dụng trong thi đấu*

Trong thi đấu các cầu thủ thường sử dụng rất nhiều những kỹ thuật đỡ bóng khác nhau như đỡ dừng bóng bằng má trong, chính diện mu, má ngoài, lòng bàn chân, đùi, phần bụng, phần ngực...

### *a. Đỡ bóng bằng má trong*

Đỡ bóng bằng má trong là kỹ thuật khá đơn giản và dễ nắm bắt. Do diện tiếp xúc giữa chân và bóng lớn, nên tính hiệu quả rất cao. Trong thi đấu kỹ thuật này thường được sử dụng để dừng bóng đang lăn trên mặt đất, bóng bật đất hoặc bóng ở trên không.

#### *\* Đỡ bóng đang lăn trên mặt đất.*

Nhanh chóng di chuyển đổi diện với hướng bóng đến, chân trụ hơi khuỷu gối, chân đỡ bóng cũng hơi khuỷu gối và đưa ra ngoài để đón bóng ở phía trước, dùng má trong lòng bàn chân nhằm chuẩn xác vào hướng bóng đến, mũi bàn chân hơi cong lên. Khi má trong lòng bàn chân tiếp xúc với bóng có xu hướng kéo bóng về phía sau, để dừng bóng ở vị trí thuận lợi cho việc thực hiện động tác tiếp theo (Hình 16).



Hình 16

Nếu muốn dừng bóng ở bên cạnh người, chân đỡ bóng đưa lên trước chân trụ, xoay người và hông đưa chân đỡ bóng ra phía ngoài để đỡ và dừng bóng ở bên cạnh thân người, đồng thời lấy chân trụ làm điểm tựa quay người về hướng bóng đi (Hình 17).



Hình 17

Đỡ bóng đang lăn bằng má trong lòng bàn chân còn có thể được thực hiện bằng phương pháp đẩy đè bóng. Khi bóng tới trước chân trụ, chân đỡ bóng dùng má trong lòng bàn chân đẩy đè vào phần trên phía sau của bóng với mũi bàn chân quay vào trong,

đồng thời  
chân trụ lấy  
phản trước  
bàn chân làm  
diểm tựa  
xoay người về  
hướng bóng  
dừng (Hình  
18).



Hình 18

#### \* Đỡ bóng bật đất

Đầu tiên phải phán đoán điểm rơi của bóng và kịp thời di chuyển vị trí, chân trụ phải đặt ở trước điểm rơi của bóng, khuỷu gối, phần trên thân người hơi ngả về trước và có xu hướng chuyển động về hướng bóng dừng, chân đỡ bóng co gối nâng lên, mũi bàn chân hơi cong lên, dùng má trong lòng

bàn chân tiếp  
xúc bóng khi  
bóng vừa bật  
đất nẩy lên  
và đẩy nhẹ  
vào phần  
giữa phía



Hình 19

trên của bóng (Hình 19).

#### \* *Đỡ bóng trên không*

Trước hết phải phán đoán chính xác hướng bóng đến, nhanh chóng di chuyển vị trí và xác định điểm rơi của bóng. Sau đó chân đỡ bóng co gối nâng lên, dùng má trong lòng bàn chân để đón đường bóng đến, khi tiếp xúc bóng chân đỡ bóng có xu hướng đưa về phía sau để dừng bóng ở vị trí mong muốn (Hình 20).



Hình 20

Nếu đường bóng đến tương đối căng, thẳng, có lực thì có thể thực hiện kỹ thuật đỡ bóng bằng cách: chân đỡ bóng co gối nâng lên, trước khi tiếp xúc với bóng đùi tích cực ấn xuống phía dưới để duỗi thẳng đầu gối rồi dùng má trong lòng bàn chân nhanh chóng đè xuống phía trên của bóng, để dừng bóng ở trên mặt đất. Có thể sử dụng

phương pháp này để dừng bóng, sau khi bóng bật đất nẩy lên nhưng phải lập tức thực hiện ngay một động tác tiếp theo (Hình 21).



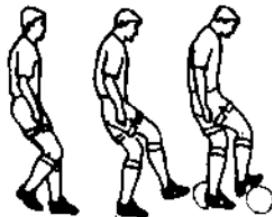
*b. Đỡ bóng bằng lòng bàn chân*

Hình 21

Đỡ bóng bằng lòng bàn chân là một kỹ thuật tương đối đơn giản, dễ thực hiện, có diện tiếp xúc lớn và độ ổn định cao. Trong thi đấu kỹ thuật này thường được sử dụng để dừng bóng đang lăn trên mặt đất và bóng bật đất.

*\* Đỡ bóng đang lăn trên mặt đất*

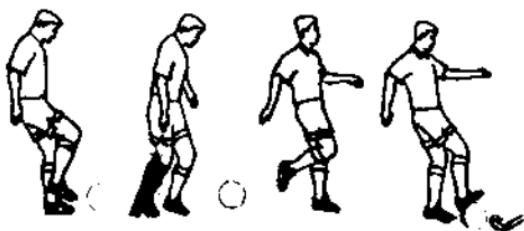
Mặt hướng về hướng bóng đến, chân trụ đặt ở phía sau bóng, đầu gối hơi khuỷu xuống, chân đỡ bóng hơi nâng lên, đầu gối co tự nhiên, mũi bàn chân cong lên, dùng lòng bàn chân tiếp xúc vào phần giữa phía trên của bóng (Hình 22).



Hình 22

### \* Đỡ bóng bật đất

Mặt hướng về hướng bóng đến, phán đoán điểm rơi và kịp thời di chuyển vị trí, chân trụ đặt ở phía sau điểm rơi của bóng, chân đỡ bóng co gối nâng lên. Khi bóng rơi xuống đất bật lên, chân đỡ bóng duỗi về trước, mũi bàn chân cong lên, dùng lòng bàn chân tiếp xúc vào phần trên phía sau của bóng (Hình 23).



Hình 23

### c. Đỡ bóng bằng má ngoài

Đỡ bóng bằng má ngoài thường được sử dụng kết hợp với động tác giả vì vậy nó có tính bí mật cao và thường hay được sử dụng để đỡ bóng đang lăn trên mặt đất và bóng bật đất.

#### \* Đỡ bóng đang lăn trên mặt đất.

Mặt hướng về hướng bóng đến, chân đỡ bóng co gối nâng lên, mũi bàn chân xoay vào trong,

dùng má ngoài hướng chuẩn xác vào đường bóng rồi đưa chéo qua chân trụ tiếp xúc vào phần giữa phía sau bóng. Khi tiếp xúc chân đỡ hơi có xu hướng đưa ra ngoài, để bóng dừng ở phía trước



Hình 24

hoặc cạnh bên chân trụ (Hình 24).

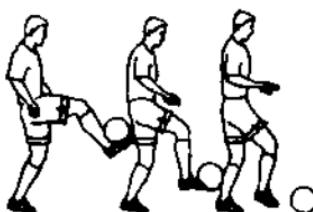
\* *Đỡ bóng bật đất.*

Phán đoán điểm rơi của bóng và kịp thời di chuyển vị trí, chân trụ đặt ở phía sau điểm rơi của bóng, chân đỡ bóng co gối nâng lên, mũi bàn chân xoay vào trong, cẳng chân tạo với mặt đất một góc nhất định. Khi bóng bật đất nẩy lên, dùng má ngoài của bàn chân tiếp xúc vào phần trên của bóng để dừng bóng lại ở bên cạnh cơ thể.

d. *Đỡ bóng bằng mu chính diện*

Kỹ thuật này thường được sử dụng để đỡ bóng ở trên không trong những đường bóng có độ cong tương đối lớn. Phải căn cứ vào đường bóng đến để kịp thời di chuyển vị trí và nâng chân đỡ bóng lên

để đón đỡ  
khi bóng rơi  
xuống, dùng  
chính diện  
mũ bàn chân  
tiếp xúc vào  
phần dưới



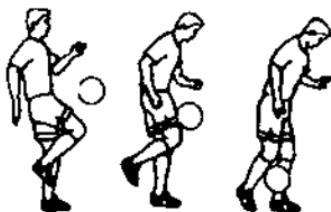
Hình 25

cùng của bóng. Khi tiếp xúc bóng chân đỡ bóng có xu hướng kéo về phía sau, thả lỏng khớp gối và cổ chân để bóng rơi xuống phía trước cơ thể (Hình 25).

#### d. Đỡ bóng bằng đùi

Kỹ thuật này thường được sử dụng để đỡ những đường bóng thấp, thẳng, hơi cao hơn đầu gối hoặc những đường bóng ở tầm cao với độ cong tương đối lớn.

\* Khi đỡ đường bóng thấp, thẳng phải kịp thời di chuyển, hướng vào đường bóng đến, đùi của chân đỡ bóng hướng chuẩn xác vào bóng và co gối đỡ bóng ở phía trước cơ



Hình 26

thể. Khi đùi tiếp xúc bóng, nhanh chóng đưa đùi về phía sau, để thả bóng rơi xuống phía trước cơ thể (Hình 26).

\* Khi đỡ bóng ở trên cao phải kịp thời di chuyển vị trí, mặt hướng về hướng bóng đến, chân đỡ bóng hơi nâng cao hơn so với khi đỡ, dừng đường bóng thẳng, thấp. Khi đùi tiếp xúc bóng lập tức kéo đùi về phía sau để thả bóng rơi ở phía trước cơ thể (Hình 27).



Hình 27

#### e. *Đỡ bóng bằng ngực*

Do đặc điểm của đỡ bóng bằng ngực là vị trí đỡ tương đối cao, diện tích tiếp xúc lớn và tính đàn hồi cao cho nên nó có thể khống chế được những đường bóng bổng khá hiệu quả. Đỡ bóng bằng ngực có thể được thực hiện bằng hai phương pháp là uốn ngực đỡ bóng và thu ngực đỡ bóng.

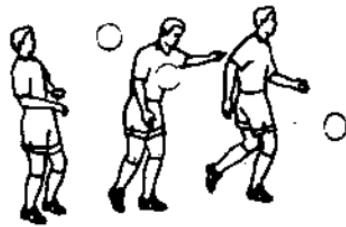
\* Khi ưỡn ngực đỡ bóng, mặt quay về hướng bóng tới và dùng ngực đón, đỡ bóng, hai chân đứng chân trước chân sau hoặc hai chân mở ra, hai đầu gối hơi khuỷu

xuống, thu cùm, hai tay mở tự nhiên. Khi ngực tiếp xúc bóng, hai chân đồng thời đạp đất ưỡn ngực lên phía trên và tiếp xúc vào phần dưới của bóng, để bóng hơi bật lên và rơi xuống phía trước cơ thể (Hình 28).

\* Thu ngực đỡ bóng thường được sử dụng để đỡ những đường bóng thẳng cao ngang ngực. Khi đỡ, mặt quay về hướng bóng đến, hai chân đứng chân trước chân sau hoặc hai chân mở ra, hai tay mở tự nhiên, thân người hơi ngả về phía trước và dùng ngực để đỡ bóng. Khi tiếp xúc với bóng, thu ngực và hóp bụng để đòn bóng, làm



Hình 28



Hình 29

giảm tốc độ của đường bóng đến và dừng bóng ở phía trước cơ thể (Hình 29).

## **2. Những điều cần lưu ý khi thực hiện các kỹ thuật đỡ bóng**

a. Trong thực tế thi đấu có thể sử dụng rất nhiều những phương pháp đỡ bóng khác nhau, tuy nhiên cần phải căn cứ vào tình hình cụ thể trên sân để lựa chọn những phương pháp hợp lý nhất nhằm đơn giản hóa kỹ thuật và tăng thêm tính hiệu quả trong thi đấu.

b. Trước khi đỡ bóng phải tạo thói quen quan sát tình huống xung quanh để dừng bóng ở vị trí thích hợp nhất.

c. Các bộ phận tiếp xúc bóng phải thả lỏng hợp lý và phải căn cứ vào đường bóng đến để thực hiện tốt động tác đón, đỡ hoặc thay đổi đường đi của bóng.

d. Khi đỡ bóng có thể kết hợp với việc thực hiện động tác giả để che dấu ý đồ của bản thân nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho việc thoát khỏi sự kèm cặp và khống chế của đối phương.

đ. Sau khi đỡ bóng nhanh chóng di chuyển theo hướng bóng, để tiện cho việc thực hiện những động tác tiếp theo như dẫn bóng, chuyền bóng, qua

người và sút cầu môn, đồng thời thoát khỏi sự kèm cặp và tranh cướp bóng của đối phương.

### **3. Phương pháp luyện tập kỹ thuật đỡ bóng.**

#### *a. Luyện tập đỡ bóng đang lăn trên mặt đất*

\* Thực hiện các động tác kỹ thuật đỡ bóng.

\* Đứng tại chỗ đỡ bóng đang lăn thẳng tới. Hai người cách nhau từ 6 - 8m, một người đá hoặc ném bóng lăn trên mặt đất, người kia đỡ bóng.

\* Sau khi sút bóng vào tường, chạy lên phía trên đỡ bóng đang lăn trên mặt đất khi bóng bật trở lại.

\* Đỡ đường bóng đến theo đường chéo. Hai người đứng hai bên cách nhau từ 6 - 8m cùng chạy về một hướng và đỡ bóng do đồng đội chuyền đến theo đường chéo rồi tiếp tục chạy và đá trả lại cho đồng đội.

#### *b. Luyện tập đỡ bóng bật đất*

\* Tự tung bóng lên cao và đỡ bóng khi bóng bật đất nẩy lên, hoặc tự tảng, đá bóng lên cao rồi chạy lên để đỡ bóng khi bóng bật đất nẩy lên.

\* Hai người đứng cách nhau khoảng 15m, một

người hướng về người kia đá hoặc ném bóng ở một độ cao nhất định theo một đường cong, người kia thực hiện kỹ thuật đỡ bóng bật đất ở bên cạnh hoặc phía sau thân người.

*c. Luyện tập đỡ bóng trên không*

- \* Tự tung đỡ bóng từ trên cao rơi xuống
- \* Hai người thay nhau đá hoặc tung bóng lên cao và đỡ bóng ở trên cao rơi xuống.
- \* Hai người một nhóm, một người đá bóng bổng sang hai bên hoặc ra phía sau đồng đội, người kia vừa chạy di chuyển vừa đỡ bóng ở trên không.

#### IV. ĐÁNH ĐẦU

Đánh đầu là dùng phần trước trán đánh bóng hướng về một mục tiêu đã định trước. Trong thi đấu kỹ thuật này thường được dùng để giành quyền khống chế và xử lý bóng ở trên không. Đầu là bộ phận cao nhất của cơ thể và phần trước trán lại tương đối bằng phẳng và rắn chắc. Vì vậy các cầu thủ chỉ cần nắm vững kỹ thuật đánh đầu là bóng có thể sẽ được đánh đi một cách chuẩn xác và mạnh. Đây là biện pháp hữu hiệu nhất để xử lý

bóng bổng ở trên cao và cũng là một trong những kỹ thuật quan trọng nhất của môn bóng đá.

Trong phòng thủ đánh đầu chủ yếu được sử dụng để ngăn cản, cắt phá đường chuyền hoặc ngăn cản không cho đối phương sút cầu môn, giải trừ sự nguy hiểm trước khung thành của đội nhà. Trong tấn công đánh đầu chủ yếu được sử dụng để phối hợp chuyền bóng hoặc dứt điểm trước khung thành của đối phương. Các động tác đánh đầu, đặc biệt là đánh đầu ghi bàn thắng đều là những động tác bất ngờ, được thực hiện ở cự ly tương đối gần, tốc độ nhanh, hướng bóng khó phán đoán và vì vậy nó thường tạo ra một sự uy hiếp rất lớn đối với hoạt động phòng thủ của đối phương.

### *1. Phân loại và cấu trúc động tác của kỹ thuật đánh đầu.*

Kỹ thuật đánh đầu có thể chia làm 2 loại là đánh đầu bằng chính diện trán và đánh đầu bằng một bên trán. Cả hai loại này đều có thể thực hiện tại chỗ, hoặc trong khi chạy nhảy lên đánh đầu.

Kỹ thuật đánh đầu bao gồm 4 khâu chủ yếu là di chuyển chọn vị trí, sự phối hợp giữa các bộ phận

trong cơ thể, tiếp xúc bóng và chuyển động của thân người sau khi tiếp xúc bóng.

*a. Di chuyển chọn vị trí*

Các cầu thủ nếu muốn thực hiện hiệu quả kỹ thuật đánh đầu thì phải phán đoán chính xác tốc độ, quỹ đạo, tính chất và điểm rơi của bóng. Ngoài ra các cầu thủ còn cần phải kịp thời di chuyển để lựa chọn vị trí tối ưu và nếu nhảy đánh đầu thì còn cần phải xác định chuẩn xác thời điểm bật nhảy để đảm bảo tính hiệu quả của động tác.

*b. Sự phối hợp giữa các bộ phận trong cơ thể*

Trước khi đánh đầu thân người ưỡn về phía sau tạo thành hình cánh cung hoặc xoay ngược theo hướng bóng đi, để tăng thêm biên độ và tốc độ của động tác. Thông thường khi bóng bay đến vị trí vuông góc với cơ thể thì các bộ phận trong cơ thể phối hợp hoạt động để tạo điều kiện thuận lợi cho đầu tiếp xúc bóng.

*c. Tiếp xúc bóng*

Khi đánh đầu điểm tiếp xúc bóng phải là chính diện hoặc hai bên trán. Căn cứ vào yêu cầu và tính chất của đường bóng mà có thể đánh vào phần trên, phần giữa, phần dưới và phía sau của bóng

để hướng bóng đi theo tầm thấp, tầm ngang hoặc tầm cao. Khi đánh đầu phần cổ phải gồng cứng và động tác phải có lực.

*d. Chuyển động của thân người sau khi tiếp xúc bóng*

Sau khi tiếp xúc bóng thân người có xu hướng lao về phía trước, vì vậy cần phải có sự phối hợp giữa các bộ phận trong cơ thể để tạo điều kiện thuận lợi cho việc thực hiện các kỹ thuật tiếp theo.

**2. Các kỹ thuật đánh đầu chủ yếu**

*a. Đánh đầu bằng chính diện trán*

\* Khi đứng nguyên tại chỗ đánh đầu bằng chính diện trán, cơ thể hướng về hướng bóng đến, hai chân đứng chân trước chân sau hoặc hai chân đứng mở ra, đầu gối hơi gập lại, phần thân trên hơi ngửa ra phía sau, trọng tâm cơ thể rơi vào chân sau, hai tay mở tự nhiên, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến. Trước khi tiếp xúc bóng, chân sau đạp đất đồng thời chuyển trọng tâm cơ thể lên chân trước và nhanh chóng đẩy cơ thể về phía trước, thu cùm, gồng cứng phần cổ, dùng chính diện trán đánh vào phần giữa phía sau của bóng. Sau khi tiếp xúc bóng thân trên tiếp tục theo đà xô về phía trước (Hình 30, 31).



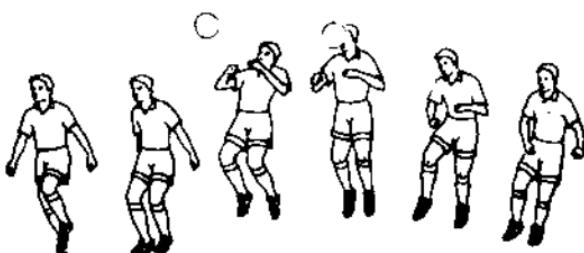
Hình 30

Hình 31

\* Đánh đầu trong khi đang chạy về cơ bản cũng giống như đánh đầu tại chỗ nhưng các cầu thủ cần phải căn cứ vào đường bóng đến để chạy di chuyển chiếm vị trí thuận lợi và sau khi tiếp xúc bóng phải duy trì thăng bằng cho cơ thể bằng cách tiếp tục lao về phía trước.

\* Khi nhảy lên đánh đầu tại chỗ bằng chính diện trán thì thông thường cả hai chân cùng đồng thời nhảy lên. Trước khi nhảy hai chân hơi khuỷu gối để hạ thấp cơ thể rồi đồng thời cùng đạp đất nhảy lên, hai tay gập ở khớp khuỷu vung lên trên. Khi cơ thể đang bay trên không ưỡn ngực phình bụng, hai tay mở tự nhiên, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến. Khi nhảy đến gần điểm cao nhất, cơ thể ưỡn cong ra phía sau rồi nhanh chóng hóp bụng, lắc phần thân trên về phía trước, gồng cứng phần cổ và dùng chính diện trán đánh vào phần

giữa phía sau của bóng. Sau khi tiếp xúc bóng hai chân co tự nhiên tiếp đất nhẹ nhàng (Hình 32).



Hình 32

\* Khi chạy đánh đầu bằng chính diện trán thì thông thường đều nhảy bằng một chân. Bước đà cuối cùng hơi dài hơn các bước khác một chút và dùng lực đạp đất để bật nhảy lên, chân còn lại co gối vung lên theo, hai tay co tự nhiên cũng vung lên trên và những động tác tiếp theo cũng thực hiện giống như các động tác trong kỹ thuật tại chỗ nhảy lên đánh đầu bằng chính diện trán (Hình 33).

#### b. *Dánh đầu bằng một bên trán*

\* Khi đánh đầu tại chỗ bằng một bên trán, hai chân đứng chân trước chân sau hoặc hai chân đứng mở ra, mũi bàn chân trùng với hướng bóng đi, hai gối hơi khuỷu xuống, trọng tâm cơ thể rơi vào chân sau, đầu và phần thân trên xoay ngược lại với



Hình 33

hướng bóng đi, hai tay mở tự nhiên, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến. Khi bóng bay đến phía trên cơ thể, chân sau đạp đất, đẩy thân người lên, phần thân trên nhanh chóng xoay về hướng bóng đi đồng thời gồng cứng phần cổ, lắc đầu, dùng một bên trán đánh vào phần giữa phía sau của bóng.

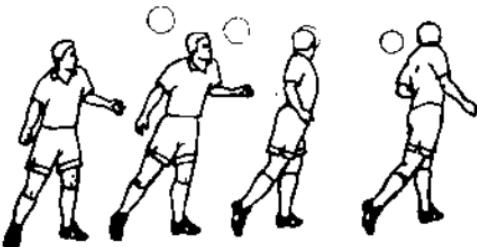
Sau khi tiếp

xúc bóng thân

người tiếp tục  
theo đà đổ về  
phía trước  
(Hình 34).

\* Khi chạy  
đánh đầu  
bằng một bên

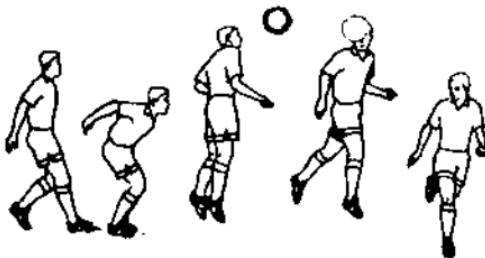
trán động tác về cơ bản cũng giống như kỹ thuật tại chỗ đánh đầu, chỉ khác là nó được thực hiện trong



Hình 34

khi đang chạy và sau khi đánh đầu phải tiếp tục chạy về phía trước để duy trì thăng bằng cho cơ thể.

\* Nhảy đánh đầu bằng một bên trán được chia ra thành tại chỗ nhảy lên đánh đầu và chạy lấy đà nhảy lên đánh đầu. Động tác nhảy lên trong kỹ thuật này về cơ bản cũng giống như động tác nhảy lên đánh đầu bằng chính diện trán, chỉ khác là sau khi nhảy lên phần thân trên phải xoay ngược lại với hướng bóng đi, khi nhảy gần tới điểm cao nhất thì phần thân trên nhanh chóng xoay lại, lắc đầu theo hướng bóng đi và dùng một bên trán đánh vào phần giữa phía sau của bóng. Sau khi đánh bóng co gối tiếp đất nhẹ nhàng (Hình 35).

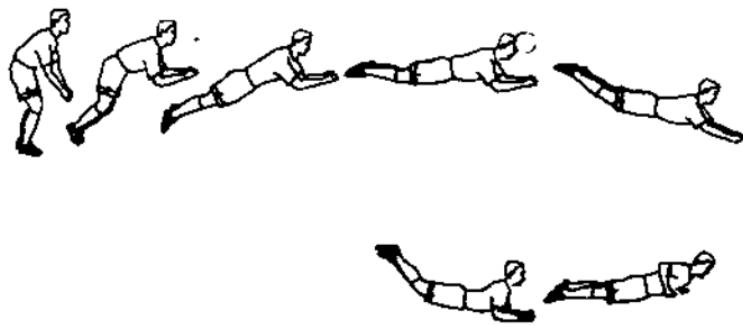


Hình 35

c. *Bay người đánh đầu*

Đối với những đường bóng thấp, ngang và cách cơ thể tương đối xa, mà không có cách nào để di chuyển

đến được vị trí đó thì có thể sử dụng kỹ thuật bay người đánh đầu để ghi bàn hoặc cứu bóng. Khi bay người đánh đầu, cẩn cứ vào đường bay của bóng, dùng một hoặc cả hai chân đạp đất đẩy thân người bay lên. Cơ thể ở trong trạng thái nằm ngang vọt lên không trung, đồng thời hai tay duỗi tự nhiên về phía trước, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến, lợi dụng lực bật nhảy dùng chính diện trán đánh vào bóng. Sau khi tiếp xúc bóng, cơ thể ưỡn cong về phía sau, hai tay duỗi về phía trước chạm đất rồi co khuỷu tay lại để phần ngực, bụng, đùi lần lượt chạm hoặc lăn nghiêng trên mặt đất (Hình 36).



Hình 36

### *3. Phương pháp luyện tập kỹ thuật đánh đầu*

#### *a. Luyện tập tại chỗ đánh đầu*

\* Luyện tập động tác tại chỗ đánh đầu.

\* Luyện tập đánh bóng cố định. Hai người một nhóm, một người hai tay giơ bóng cao ngang đầu, người kia đứng nguyên tại chỗ lắc người dùng chính diện trán đánh vào bóng, mắt nhìn thẳng vào bóng.

\* Đứng nguyên tại chỗ luyện tập đánh bóng treo hoặc tự mình tung bóng lên cao và đợi bóng rơi xuống để thực hiện động tác đánh đầu.

\* Hai người một nhóm, cách nhau từ 8-10m, một người dùng tay tung bóng, người kia đứng nguyên tại chỗ đánh đầu.

\* Hai người một nhóm cách nhau từ 8-10m, liên tục đánh đầu chuyển bóng cho nhau. Ba người một nhóm, đứng thành hình tam giác, một người tung bóng, một người đánh đầu, một người đỡ bóng, liên tục luân phiên luyện tập, hoặc cả ba người cùng liên tục đánh đầu.

*b. Luyện tập kỹ thuật đánh đầu trong khi đang chạy hoặc nhảy lên đánh đầu*

\* Luyện tập động tác nhảy lên hoặc chạy đà nhảy lên đánh đầu.

\* Chạy đà nhảy lên đánh bóng treo.

\* Hai người một nhóm, một người tung bóng, người kia chạy đà nhảy lên đánh đầu.

\* Dánh đầu vào cầu môn: chạy đến gần điểm phạt

đèn nhảy lên dùng chính diện hoặc một bên trán đánh bóng do người khác ném hoặc dùng chân đá vào về phía cầu môn.

\* Ba người một nhóm, một người chuyên bóng bổng, hai người còn lại hướng vào đường chuyền, tranh cướp bóng trên không.

#### c. *Luyện tập bay người đánh đầu*

\* Trên đệm hoặc trên bãi cỏ với sự trợ giúp của đồng đội chống tay xuống đất trồng cây chuối (đồng đội giữ chân) rồi gập tay lần lượt chạm ngực, bụng, đùi và cẳng chân xuống đất. Sau đó tiến hành tự tập không có người trợ giúp.

\* Luyện tập động tác bay người trên tấm đệm hoặc trên bãi cỏ.

\* Hai người một nhóm, một người tung bóng, người kia đứng nguyên tại chỗ thực hiện động tác bay người đánh đầu từ tư thế nửa quỳ.

## V. DẪN BÓNG VÀ DẪN BÓNG QUA NGƯỜI

Dẫn bóng là động tác dùng chân liên tục tác động một cách có mục đích vào bóng trong khi chạy để luôn giữ bóng trong phạm vi khống chế của mình.

## *1. Tác dụng của kỹ thuật dẫn bóng trong thi đấu*

Trong thi đấu bóng đá, muốn giành được quyền chủ động trên sân để đạt tới mục đích cuối cùng là giành chiến thắng, thì hai bên tất nhiên sẽ phải vận dụng tất cả các phương pháp (được điều luật cho phép) để giành quyền khống chế bóng và sau đó là dùng các biện pháp hiệu quả nhất để đột phá xuyên thủng hàng phòng thủ của đối phương. Trong thi đấu bóng đá hiện đại, tốc độ cao là một trong những yếu tố quan trọng nhất của môn thể thao này bởi vì nếu không có nhịp điệu thi đấu với tốc độ cao thì sẽ không thể đạt tới được những mục tiêu đã được đề ra. Tuy tốc độ của những đường chuyền bóng thường cao gấp đôi so với tốc độ dẫn bóng, nhưng trong thi đấu cũng không thể sử dụng chuyên bóng để thay thế hoàn toàn cho kỹ thuật dẫn bóng bởi vì trong hoạt động công, thủ, trong việc thay đổi tốc độ tấn công và điều chỉnh nhịp điệu thi đấu đều đòi hỏi phải có sự vận dụng của các kỹ thuật dẫn bóng. Đặc biệt trong các tình huống như khi bị đối phương truy đuổi, kèm sát hoặc đứng trước hàng phòng thủ dày đặc của đối phương thì việc vận dụng kỹ thuật dẫn bóng sẽ

giúp các cầu thủ thoát ra khỏi sự ngăn cản và tranh cướp bóng của đối phương hoặc dù đối phương rời vị trí để tạo ra khoảng trống, làm rối loạn đội hình phòng thủ của đối phương, tạo cơ hội thuận lợi để chuyển bóng hoặc sút cầu môn. Trong tình huống 1 chơi 1, có thể vận dụng kỹ thuật dẫn bóng qua người để đột phá xuyên qua hàng phòng thủ của đối phương và sút bóng ghi bàn thắng.

Tóm lại, dẫn bóng và dẫn bóng qua người chính là sự thể hiện khả năng khống chế bóng và năng lực tiến công của mỗi cầu thủ.

## 2. Các điểm chạm và những kỹ thuật dẫn bóng chủ yếu

### a. Dẫn bóng bằng lòng bàn chân

Là một phương pháp dẫn bóng có tốc độ chậm nhất trong các kỹ thuật dẫn bóng. Trong kỹ thuật này dẫn bóng đến sát gần đối thủ, cầu thủ dẫn bóng phải dùng thân người để che, chắn bóng.



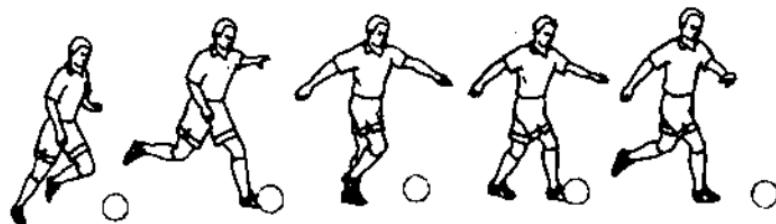
Hình 37

*Phương pháp thực hiện:* Khi dẫn bóng, chân trụ luôn luôn đặt ở bên cạnh phía trước bóng, khớp gối hơi gập lại, vai đối diện chỉ hướng dẫn bóng, chân dẫn bóng co gối nâng lên, dùng má trong lòng bàn chân đẩy bóng về phía trước (Hình 37).

*b. Dẫn bóng bằng chính diện mu bàn chân*

Kỹ thuật này rất phù hợp cho việc dẫn bóng theo đường thẳng và nó thường được sử dụng khi dẫn bóng với tốc độ cao về phía trước hoặc sau khi đã vượt qua đối thủ và khoảng cách ở phía trước còn tương đối dài.

*Phương pháp thực hiện:* Khi chạy dẫn bóng thân người thả lỏng tự nhiên, phần thân trên hơi ngả về phía trước, hai tay vung tự nhiên, khoảng cách giữa hai chân không nên quá lớn, khi chân dẫn bóng nhấc lên, khớp gối hơi gập lại, mũi bàn chân



Hình 38

chúc xuống dưới. Trước khi bàn chân chạm đất, dùng chính diện mu bàn chân đẩy vào bóng (Hình 38).

#### c. *Dẫn bóng bằng má ngoài*

Kỹ thuật này thường được sử dụng khi dẫn bóng với tốc độ cao và hướng ra phía ngoài để thay đổi hướng bóng đi.

*Phương pháp thực hiện:* Khi chạy dẫn bóng thân người thả lỏng tự nhiên, phần thân trên hơi ngả về phía trước, hai tay vung tự nhiên, khoảng cách giữa hai chân không nên quá lớn, khi chân dẫn bóng nâng lên, khớp gối hơi gập lại, nâng gót chân, mũi bàn chân hướng vào trong, trước khi bàn chân chạm đất, dùng má ngoài bàn chân đẩy vào bóng.

#### d. *Dẫn bóng bằng má trong*

Kỹ thuật này rất phù hợp cho việc thay đổi hướng khi dẫn bóng và nó thường được sử dụng để quặt hướng bóng vào trong và đòi hỏi cầu thủ dẫn bóng phải dùng thân người để che chắn bóng.

*Phương pháp thực hiện:* Khi chạy dẫn bóng thân người thả lỏng tự nhiên, phần thân trên hơi ngả về phía trước, sang bên, hai tay vung tự nhiên, khi chân dẫn bóng nâng lên, khớp gối hơi

gập lại, nâng gót chân lên, mũi bàn chân hơi xoay ra ngoài, trước khi bàn chân chạm đất, dùng má trong bàn chân đẩy vào bóng.

### *3. Các kỹ thuật thường sử dụng khi dẫn bóng qua người*

#### *a. Hất bóng*

Là động tác xoay cổ chân và dùng má trong hoặc má ngoài của bàn chân tiếp xúc và hất bóng về phía trước, phía sau hoặc sang hai bên cơ thể. Khi đối phương ở trước mặt duỗi chân cướp bóng và dùng động tác hất bóng để vượt qua một bên của anh ta.

#### *b. Giật bóng*

Chân trụ đặt ở phía sau bóng, chân còn lại tiếp xúc vào phần trên của bóng để giật bóng từ trước ra sau hoặc từ trái sang phải hay ngược lại.

Khi đối phương đưa chân ra cướp bóng, giật bóng về khiến đối phương hụt bóng, chuyển trọng tâm cơ thể, sau đó nhanh chóng đẩy bóng vượt qua đối phương (ngược với hướng giật bóng ban đầu).

#### *c. Ngoặt bóng*

Là động tác đột ngột xoay người và cổ chân rồi

dùng má trong hoặc má ngoài bàn chân tiếp xúc bóng, để đột ngột dừng bóng hoặc thay đổi hướng bóng đi. Mục đích của kỹ thuật này là làm cho đối phương bị bất ngờ, mất thăng bằng và lợi dụng lúc đối phương chưa kịp lấy lại thăng bằng để vượt qua anh ta theo hướng ngược với hướng ngoặt bóng ban đầu.

#### *d. Tăng bóng*

Là động tác dùng mu bàn chân hất bóng lên trên, khiến bóng thay đổi hướng đi, vượt qua bên cạnh hoặc đầu của đối phương. Khi đối phương xông tới để tranh cướp bóng trên không, có thể tăng bóng vượt qua họ, khiến đối phương không kịp xoay người lại nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho việc thực hiện kỹ thuật tiếp theo. Thông thường khi tăng bóng không nên tăng quá cao, bởi vì nếu tăng cao thì đối phương sẽ dễ dàng cắt được bóng.

### ***4. Phương pháp thực hiện kỹ thuật dẫn bóng qua người***

#### *a. Dùng tốc độ vượt nhanh qua người*

Khi dẫn bóng tới gần người phòng thủ, đột nhiên tăng tốc độ đẩy bóng và kết hợp với chạy tốc độ cao để vượt qua đối phương. Phương pháp này

thường được sử dụng khi người dẫn bóng có tốc độ chạy tương đối nhanh và khoảng trống phía sau người phòng thủ tương đối lớn.

*b. Dùng động tác giả qua người*

Người dẫn bóng dùng phần chân, phần thân trên và phần đầu thực hiện động tác giả để đánh lừa đối phương khiến anh ta lao vào tranh cướp bóng, hoặc làm anh ta mất thăng bằng để từ một hướng khác dẫn bóng vượt qua đối phương.

*c. Thay đổi hướng bóng để dẫn bóng qua người*

Dùng một hoặc hai chân nhanh chóng thực hiện các động tác đẩy, giật bóng để liên tục thay đổi hướng bóng, khiến đối phương khó phán đoán được ý đồ và hướng bóng đi rồi lợi dụng lúc đối phương sơ hở, nhanh chóng dẫn bóng đột phá.

*d. Thay đổi đột ngột tốc độ để dẫn bóng qua người*

Khi đang dẫn bóng bất ngờ dừng lại rồi lại bất ngờ chạy, dùng sự thay đổi tốc độ dẫn bóng, để bỏ rơi và vượt qua đối phương.

*e. Đẩy bóng qua háng để qua người*

Khi đối phương đứng cản trước mặt, cự ly tương đối gần và khoảng cách giữa hai chân lại tương đối rộng thì người dẫn bóng có thể bất ngờ đẩy bóng

qua háng đối phương và nhanh chóng chạy vượt qua anh ta.

e. *Người, bóng chia hai hướng qua người*

Trước khi đối phương chiếm được vị trí phòng thủ hợp lý, hoặc khi anh ta phán đoán sai ý đồ lao vào tranh cướp bóng thì người dẫn bóng bất ngờ đẩy bóng sang một bên và nhanh chóng chạy vượt qua đối phương ở bên đối diện.

Trong thi đấu, có rất nhiều phương pháp dẫn bóng qua người, vì vậy các cầu thủ cần phải tập luyện thành thực từng phương pháp để có thể sử dụng một cách hiệu quả trong thi đấu, đồng thời phải căn cứ vào thói quen, đặc điểm của bản thân để ứng biến một cách nhanh chóng trong mọi tình huống. Ngoài ra để tăng cường tính hiệu quả của kỹ thuật này các cầu thủ cũng cần phải chú ý tới những nhân tố sau:

\* Phải căn cứ vào tình huống phòng thủ cụ thể của đối phương để quyết định thời điểm dẫn bóng qua người.

\* Khi qua người tốt nhất nên duy trì với đối thủ khoảng cách bằng một bước dài, bởi vì trong khoảng cách này đối phương vẫn có khả năng

chạm bóng nhưng lại không thể chạm bóng trước được người khống chế bóng và vì vậy sẽ làm cho đối phương lâm vào trạng thái bị động hoàn toàn.

\* Khi dẫn bóng qua người, phải liên tục thay đổi, biến hóa về tốc độ và phương hướng để ép đối phương phải di chuyển trọng tâm cơ thể dẫn tới những sai lầm, tạo điều kiện thuận lợi cho việc dẫn bóng qua người.

### *5. Phương pháp luyện tập kỹ thuật dẫn bóng và dẫn bóng đột phá*

a. Trong khi đang chạy chậm dùng chính diện mu hoặc má ngoài bàn chân dẫn bóng theo đường thẳng.

b. Dùng má trong hoặc má ngoài bàn chân, hướng vào trong hoặc ra ngoài liên tục đẩy bóng từ 2 đến 3 lần. Sau đó đổi chân thực hiện theo hướng ngược lại và tiến về phía trước theo hình chữ chi.

c. Dẫn bóng theo đường thẳng rồi đột ngột dùng má trong hoặc má ngoài bàn chân hướng vào trong hoặc ra ngoài liên tục đẩy hất bóng xoay  $360^{\circ}$  rồi sau đó tiếp tục tiến về phía trước.

d. Chạy chậm dẫn bóng theo đường thẳng, đột ngột dùng lòng bàn chân giật bóng rồi dùng má

trong lòng bàn chân đẩy bóng về phía trước, hai chân tuần tự thay nhau tiến hành luyện tập.

d. Dẫn bóng vượt chướng ngại: Lần lượt dẫn bóng vòng qua các cọc mốc rồi lại quay trở lại thực hiện động tác dẫn bóng.

e. Dẫn bóng trong vòng tròn: Các cầu thủ chia làm 2 nhóm, đứng thành hai hàng dọc trong vòng tròn mặt hướng ra bên ngoài. Hai người đứng đầu hàng của 2 nhóm dẫn bóng dọc theo hai hàng theo cùng một hướng rồi lại dẫn bóng quay trở lại. Khi đến điểm xuất phát ban đầu đưa bóng cho người thứ hai trong nhóm và lại thực hiện tương tự như trên.

f. 3 người một nhóm, 2 người đứng cách nhau từ 2 - 3m, người còn lại dẫn bóng vòng qua 2 người theo hình số 8. Cứ vậy tuần tự thay nhau tiến hành.

g. Nhiều người cùng tiến hành dẫn bóng trong vòng tròn (khoảng 10 người), cố hết sức che chắn bóng và tránh va chạm vào nhau.

h. Căn cứ vào hiệu tay của huấn luyện viên, thay đổi phương hướng hoặc tốc độ dẫn bóng.

i. Che người dẫn bóng: Một người dẫn bóng với tốc độ chậm, người khác ở một bên tiêu cực tranh cướp bóng, người dẫn bóng dùng thân người che chắn và tiếp tục dẫn bóng.

k. Dẫn bóng theo sát: Hai người một nhóm. Một người ở phía trước dẫn bóng liên tục thay đổi hướng và tốc độ dẫn bóng, người ở phía sau cũng dẫn bóng theo sát người trước.

l. Luyện tập tình huống 1 đánh 1: Người dẫn bóng thay đổi tốc độ và hướng bóng, người phòng thủ tiêu cực cản cắt bóng, rồi dần dần chuyển sang tích cực tranh cướp bóng.

m. Dẫn bóng theo đường thẳng sút cầu môn hoặc dẫn bóng tự do qua chướng ngại vật rồi sút cầu môn.

## VI. CƯỚP, CẮT BÓNG

Cướp bóng là chỉ việc sử dụng những động tác hợp lý, đúng luật để đoạt hoặc phá bóng trong tầm khống chế của đối phương, còn cắt bóng là sử dụng những động tác kỹ thuật cần thiết để đỡ hoặc phá những đường chuyền của đối phương. Trên thực tế

cắt bóng là một kỹ thuật phòng ngự tích cực và rất hiệu quả.

### *1. Ý nghĩa, tác dụng của việc cướp và cắt bóng trong thi đấu*

Trong thi đấu bóng đá, cướp và cắt bóng là một hoạt động tích cực để giành quyền khống chế bóng, phá, cản đường tiến công của đối phương, biến phòng thủ thành tấn công, biến bị động thành chủ động và là một yêu cầu rất quan trọng mà tất cả mọi cầu thủ đều cần phải nắm vững và chuẩn bị kỹ càng. Khi tiến hành cướp, cắt bóng trước hết các cầu thủ phải chiếm được vị trí thích hợp để phong tỏa, ngăn cản và gây khó khăn cho việc khống chế bóng của đối phương, đồng thời phải tích cực tranh cướp bóng để thu hẹp khoảng trống và hạn chế tầm hoạt động của đối phương nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho hàng phòng thủ thực hiện tốt nhiệm vụ của mình.

### *2. Phân loại và cấu trúc động tác của kỹ thuật cướp, cắt bóng*

Cướp bóng bao gồm các kỹ thuật cướp và xoạc bóng. Căn cứ vào phương hướng thực hiện có thể

chia ra thành: Cướp bóng chính diện, cướp bóng từ hai bên, xoạc bóng chính diện và xoạc bóng từ hai bên.

Cắt bóng bao gồm những kỹ thuật như: Đá bóng, đánh đầu, xoạc bóng và dừng bóng...

Thông thường cấu trúc động tác của kỹ thuật cướp, cắt bóng bao gồm 3 khâu chủ yếu là: chọn lựa vị trí, thời cơ cướp, cắt bóng và động tác thực hiện tiếp theo sau khi đã cướp và cắt bóng.

#### *a. Lựa chọn vị trí*

Khi đối mặt với đối phương đang không chế bóng, cần phải duy trì một khoảng cách bằng một bước lớn, để lúc nào cũng có thể chọc chân ra cướp bóng được.

#### *b. Thời cơ cướp, cắt bóng*

Khi đối phương đang quay lưng về phía mình và chuẩn bị nhận bóng thì phải nhanh chóng quyết định xông lên cắt bóng, phá bóng hay đeo bám chặt để gây khó khăn cho đối phương rồi áp sát cướp bóng. Khi đối phương đang không chế bóng và đứng đối diện với mình, không nên tùy tiện xông lên mà cần phải lựa chọn vị trí và chờ thời cơ. Khi đối phương dừng bóng hoặc dẫn bóng

mà bóng lại cách xa thân người thì phải nhanh chóng quyết định để lao lên cướp bóng.

### c. *Động tác sau khi cướp, cắt bóng*

Sau khi cướp, cắt bóng cần phải nhanh chóng phối hợp các bộ phận trong cơ thể để tạo điều kiện thuận lợi cho việc thực hiện động tác tiếp theo nhằm liên tục tiến hành hoạt động tranh cướp bóng hoặc nhanh chóng khống chế xử lý bóng sau khi đã cướp được bóng.

## 3. *Những động tác và phương pháp cướp, cắt bóng thường sử dụng.*

### a. *Cướp bóng chính diện*

Mặt hướng thẳng vào đối phương, hai chân mở ra đứng chân trước chân sau, hai gối hơi khuỷu xuống, hạ thấp trọng tâm cơ thể và đặt vào khoảng giữa hai chân, khi chân người dẫn bóng (sau khi tiếp xúc bóng) sắp hoặc vừa chạm đất thì người cướp bóng đạp mạnh chân sau xuống đất và bước dài về phía trước, dùng má trong lòng bàn chân hướng thẳng vào bóng để cản cắt bóng rồi nhanh chóng bước dài chân sau về phía trước và chuyển trọng tâm cơ thể lên chân trước để cướp bóng. Nếu chân của cả hai bên cùng đồng thời chạm bóng thì người cướp bóng phải thuận đà hất chân lên trên

để bóng lăn qua mu bàn chân của đối phương, đồng thời phải nhanh chóng chuyển trọng tâm cơ thể lên chân trước, để có thể dễ dàng khống chế bóng. Nếu như khoảng cách đối với bóng tương đối xa, thì có thể dùng mũi bàn chân để chọc vào bóng (Hình 39).



Hình 39

*b. Va chạm hợp lý cướp bóng từ hai bên*

Khi chạy tới ngang với đối thủ đang dẫn bóng thì hạ thấp trọng tâm cơ thể và dùng một bên cánh tay tỳ sát vào phần trên cánh tay của đối phương (cánh tay phải dính sát vào cơ thể của mình). Khi chân xa của đối phương vừa rời đất, lập tức dùng phần cánh tay sát dưới vai va chạm vào bộ vị tương ứng của đối phương khiến anh ta bị mất thăng bằng rời khỏi bóng để thừa cơ cướp và giành quyền khống chế bóng (Hình 40).



Hình 40

### c. Xoạc bóng chính diện

Mặt hướng đối diện với người dẫn bóng, hai chân mở ra đứng chân trước chân sau, hai đầu gối hơi khuỷu xuống, hạ thấp trọng tâm cơ thể và đặt vào khoảng giữa hai chân. Khi chân chạm bóng của người dẫn bóng sắp sửa hoặc vừa chạm đất thì đạp mạnh một chân xuống đất đồng thời chân kia xoạc dọc trên mặt đất lao thẳng vào bóng (có thể dùng cả hai chân xoạc thẳng vào bóng). Khi tay vừa chạm đất xoay nghiêng phần thân trên và ngã ra phía sau rồi nhanh chóng đứng dậy để thực hiện các động tác tiếp theo (Hình 41).



Hình 41

### d. Xoạc bóng nghiêng từ phía sau

Khi người dẫn bóng đã vượt qua được mình và không thể dùng phương pháp nào khác để cướp bóng thì có thể áp dụng kỹ thuật xoạc bóng nghiêng từ phía sau. Căn cứ vào chân xoạc bóng có

thể chia ra thành xoạc bóng bằng chân cùng bên với chân dẫn bóng của đối phương và xoạc bóng bằng chân ngược bên với chân dẫn bóng của đối phương.

\* Xoạc bóng bằng chân cùng bên với chân dẫn bóng của đối phương:

Khi đối phương đã đẩy bóng vượt qua mà không thể dùng cách nào để chạm được vào bóng thì người xoạc bóng dùng chân ngược bên với chân dẫn bóng của đối phương đạp mạnh xuống đất và dùng má ngoài của chân cùng bên với chân dẫn bóng của đối phương xoạc dọc trên mặt đất, lao thẳng vào bóng và hướng ra ngoài đồng thời dùng mu hoặc mũi bàn chân đá hoặc chọc bóng đi. Khi má ngoài của chân xoạc bóng chạm đất, các bộ phận khác như: cạnh ngoài cẳng chân, cạnh ngoài đùi và phần mông cũng lần lượt chạm và trượt trên mặt đất (Hình 42).



Hình 42

\* Xoạc bóng bằng chân ngược bên với chân dẫn bóng của đối phương:

Khi người dẫn bóng đẩy bóng vượt qua, người cướp bóng dùng chân cùng bên với chân dẫn bóng của đối phương đạp mạnh xuống đất và dùng má ngoài của chân ngược bên xoạc dọc trên mặt đất lao thẳng vào bóng và dùng lòng bàn chân đạp vào bóng. Tiếp theo cạnh ngoài cẳng chân, cạnh ngoài đùi và phần mông cũng lần lượt chạm và trượt trên mặt đất (Hình 43).



Hình 43

#### 4. Phương pháp luyện tập kỹ thuật cướp, cắt bóng

- a. Hai người một nhóm cách nhau khoảng 2m, một người dẫn bóng, người còn lại bước lên phía trước thực hiện kỹ thuật cướp bóng chính diện bằng má trong lòng bàn chân. Nếu cả hai người

\* Xoạc bóng bằng chân ngược bên với chân dẫn bóng của đối phương:

Khi người dẫn bóng đẩy bóng vượt qua, người cướp bóng dùng chân cùng bên với chân dẫn bóng của đối phương đạp mạnh xuống đất và dùng má ngoài của chân ngược bên xoạc dọc trên mặt đất lao thẳng vào bóng và dùng lòng bàn chân đạp vào bóng. Tiếp theo cạnh ngoài cẳng chân, cạnh ngoài đùi và phần mông cũng lần lượt chạm và trượt trên mặt đất (Hình 43).



Hình 43

#### 4. Phương pháp luyện tập kỹ thuật cướp, cắt bóng

a. Hai người một nhóm cách nhau khoảng 2m, một người dẫn bóng, người còn lại bước lên phía trước thực hiện kỹ thuật cướp bóng chính diện bằng má trong lòng bàn chân. Nếu cả hai người

cùng đồng thời chạm bóng thì thực hiện động tác tâng hoặc giật bóng. Để nắm vững được về thời cơ cướp bóng và điểm tiếp xúc bóng hai người phải tuần tự thay đổi nhau tiến hành luyện tập.

b. Hai người một nhóm, kề vai chạy chậm và quan sát sự di chuyển trọng tâm cơ thể của đối phương để nắm vững thời điểm và phương pháp va chạm.

c. Hai người một nhóm, một người dẫn bóng chạy chậm, người còn lại từ bên cạnh thực hiện va chạm hợp lý để tranh cướp bóng.

d. Luyện tập động tác xoạc bóng. Trước hết làm động tác xoạc bóng tại chỗ, sau đó mới luyện tập động tác xoạc bóng từ phía sau trong khi đang chạy.

e. Luyện tập xoạc bóng chết (cố định).

f. Hai người một nhóm một người chạy chậm dẫn bóng, người kia thực hiện các kỹ thuật xoạc bóng.

## VII. NÉM BIÊN

### 1. *Tác dụng và đặc điểm của ném biên trong thi đấu bóng đá*

Trong thi đấu, sau khi một cầu thủ làm bóng vượt ra khỏi đường biên dọc thì cầu thủ của đội

phương được quyền ném biên từ vị trí bóng ra khỏi đường biên bằng cách dùng hai tay cầm bóng ném vào trong sân để tiếp tục trận đấu. Ném biên là động tác kỹ thuật duy nhất cho phép các cầu thủ (trừ thủ môn) được dùng tay chạm bóng. Do bất cứ trong trận thi đấu bóng đá nào, cũng đều có một số lần ném biên rất lớn, cộng thêm Luật bóng đá đã qui định, khi trực tiếp nhận bóng từ quả ném biên sẽ không bị bắt lỗi việt vị cho nên những quả ném biên sẽ là những cơ hội tấn công rất tốt, đặc biệt là ném bóng thẳng vào trong khu cầu môn sẽ tạo ra một sự uy hiếp rất lớn đối với khung thành của đội phương.

Tuy Luật bóng đá đã quy định tương đối nghiêm ngặt về động tác ném biên, nhưng điều này thường lại không được các cầu thủ coi trọng, dẫn đến việc ném bóng phạm luật làm mất đi cơ hội tổ chức tấn công. Vì vậy trong thi đấu khi thực hiện quả ném biên các cầu thủ phải tiến hành cẩn thận và tuân thủ nghiêm túc các yêu cầu của điều luật đã đề ra.

## ***2. Kỹ thuật ném biên***

Có 2 kỹ thuật ném biên là đứng tại chỗ ném biên và chạy lấy đà ném biên.

*a. Đứng tại chỗ ném biên:*

Mặt đối diện với hướng bóng đi, hai chân đứng chân trước chân sau hoặc đứng mở ra, khớp gối hơi gập lại, phần thân trên ngửa ra sau thành hình cánh cung ngược, hai tay mở tự nhiên, hai ngón tay cái đối diện nhau bàn tay cầm ở phần sau của bóng, co khuỷu tay đưa bóng ra phía sau đầu. Khi ném bóng, chân sau hoặc cả hai chân đạp mạnh xuống đất, hai gối duỗi thẳng nhanh chóng di chuyển cơ thể, hai

tay cầm bóng vung từ sau ra trước, khi bóng đã đưa quá đầu, dùng lực vút của cổ tay ném bóng vào trong sân.

Khi ném bóng, chân sau có thể kéo lướt thẳng trên mặt đất, nhưng tuyệt đối hai chân đều không được rời khỏi mặt đất (Hình 44).



Hình 44

*b. Chạy lấy đà ném biên*

Chạy, hai tay cầm bóng ở trước ngực, đến bước đà cuối cùng đưa bóng ra phía sau đầu, đồng thời

ngửa phần thân trên về phía sau tạo thành hình cánh cung ngược và thực hiện động tác ném bóng tương tự như động tác ném bóng tại chỗ. Chạy lấy đà ném biên là nhờ vào tốc độ chạy đà để ném bóng được xa hơn, nhằm tăng thêm uy lực tấn công. Khi ném biên, mặt phải hướng về hướng bóng đi, hai tay đưa bóng ra phía sau đầu, động tác ném bóng phải liên tục, hai tay dùng lực đều nhau, hai chân không được rời khỏi mặt đất. Chú ý khi ném biên, hai chân phải đứng ở bên ngoài hoặc trên đường biên dọc.

Ném biên có thể tiến hành luyện tập kết hợp với việc triển khai của hoạt động tấn công, hoặc có thể kết hợp với những kỹ thuật khác như đánh đầu, dừng bóng bằng ngực...

### VIII. KỸ THUẬT THỦ MÔN

Kỹ thuật thủ môn là chỉ những động tác của thủ môn, thông qua việc sử dụng hợp lý các bộ phận của cơ thể để thực hiện hiệu quả những kỹ thuật đỡ, bắt bóng hoặc giúp đồng đội triển khai hoạt động tấn công sau khi đã bắt được bóng.

So với những động tác kỹ thuật của các cầu thủ khác thì kỹ thuật thủ môn có sự khác biệt đáng kể

bởi vì các động tác kỹ thuật của thủ môn phần lớn đều được thực hiện bằng tay.

### *1. Vai trò của thủ môn trong thi đấu bóng đá*

Thủ môn là người đứng cuối cùng trong hàng phòng ngự của toàn đội. Nhiệm vụ chủ yếu của người thủ môn là giữ vững khung thành, ngăn cản không cho đối phương đưa bóng vào lưới và đồng thời, khi cắt, bắt được bóng, phải nhanh chóng phối hợp hiệu quả với đồng đội để triển khai hoạt động tấn công. Do có vị trí và vai trò đặc biệt cho nên yêu cầu người thủ môn phải biết quan sát tốt toàn cục trận đấu, biết phân tích xu thế và các tình huống sẽ xảy ra, biết phối hợp với đồng đội để chỉ huy tuyến phòng thủ và triển khai các hoạt động tấn công.

Do mâu thuẫn lớn nhất trong thi đấu bóng đá là sút cầu môn và ngăn cản sút cầu môn, cho nên phía trước khung thành hoạt động tranh cướp bóng sẽ diễn ra hết sức kịch liệt và hiệu quả hoạt động của thủ môn sẽ ảnh hưởng trực tiếp tới vận mệnh của cả đội bóng. Vì vậy người thủ môn ngoài những yêu cầu về tố chất thể lực còn cần phải có

kỹ thuật thuần thục, ý thức chiến thuật cao và đặc biệt là phải có trạng thái tâm lý vững vàng, bình tĩnh, nhanh nhẹn, linh hoạt xử lý các tình huống và thi đấu dũng cảm ngoan cường...

## ***2. Các kỹ thuật thường sử dụng***

Kỹ thuật thủ môn bao gồm lựa chọn vị trí, tư thế chuẩn bị, di chuyển, bắt bóng, vồ bóng, đấm bóng, đẩy bóng, ném bóng và chuyền bóng...

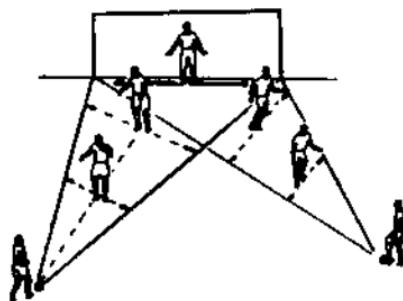
### *a. Lựa chọn vị trí*

Khi đối phương sút cầu môn, thông thường thủ môn phải đứng trên đường phân giác của góc được tạo bởi điểm sút bóng và hai cột dọc của khung thành. Khi đối phương dẫn bóng áp sát khung thành hoặc chuẩn bị sút bóng, thì thủ môn cần phải lao lên để thu hẹp góc sút hoặc vồ bóng ngay trong chân của đối phương. Khi đối phương sút xa thì thủ môn có thể đứng hơi cao lên một chút vào vị trí thích hợp, nhưng cũng phải đề phòng đối phương rót bóng bổng vào lưới. Khi bóng đã được đưa qua nửa phần sân của đội nhà thì thủ môn có thể di chuyển đến gần đường giới hạn khu cầu môn để mở rộng tối đa phạm vi hoạt động của

mình, nhưng vẫn phải đảm bảo kịp thời trở về vị trí cũ khi cần thiết (Hình 45).

b. *Tư thế chuẩn bị*

Hai chân đứng mở ra rộng bằng vai, hai gối hơi gập lại, gót bàn chân hơi nâng lên, trọng tâm cơ thể rơi vào một trong hai chân, phần thân trên nghiêng về phía trước, hai tay hơi gập để ở trước ngực, các ngón tay mở ra tự nhiên, lòng bàn tay hướng xuống dưới, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến (Hình 46).



Hình 45



c. *Di chuyển*

Để cắt và bắt hiệu quả những đường chuyền bóng và sút cầu môn của đối phương thì người thủ môn cần phải căn cứ vào sự biến đổi về khoảng cách với bóng để điều chỉnh vị trí của mình. Khi di chuyển sang trái hoặc sang

Hình 46

phải, thì thủ môn thường áp dụng 2 cách bước chân là: bước trượt sang bên và bước chéo.

\* Bước trượt sang bên: Khi bước trượt sang trái (phải), thì trước hết thủ môn phải hướng chân phải (trái) sang bên và đạp mạnh xuống đất, đồng thời chân trái (phải) rời khỏi mặt đất bước trượt sang bên trái (phải), chân phải (trái) nhanh chóng trượt theo và lập tức hoàn thành tư thế chuẩn bị, mắt nhìn thẳng vào đường bóng đến.

\* Bước chéo: Khi bước chéo sang trái (phải) thì trước hết phải nghiêng thân người sang trái (phải), đồng thời chân phải (trái) hướng sang phải (trái) đạp mạnh xuống đất và nhanh chóng bước chéo về trước sang trái (phải) để chân trái (phải) nhanh chóng di chuyển theo.

#### *d. Bắt bóng*

\* Bắt bóng đang lăn trên mặt đất: Có thể được thực hiện bằng 2 phương pháp là bắt bóng thẳng chân và bắt bóng quì chống một chân. Khi bắt bóng thẳng chân, hai chân duỗi thẳng gối đứng song song, mũi bàn chân hướng về đường bóng đến, phần thân trên gập về phía trước, hai cánh tay buông xuôi tự nhiên, khuỷu tay và ngón tay út

của hai bàn tay  
gắn sát nhau,  
lòng bàn tay  
hướng về phía  
trước. Khi tay  
chạm bóng, hơi  
kéo bóng về phía  
sau đồng thời gập



Hình 47

khuỷu tay và cổ tay để ôm bóng ở trước ngực (Hình 47).

Khi bắt bóng quì chống một chân, thân người quay về hướng bóng đến, hai chân đứng mở ra, một chân gập gối, chân còn lại xoay vào trong chống quì, khớp gối gắn sát mặt đất và ở gần sát gót của chân kia, phần thân trên gập về phía trước, hai tay buông xuôi tự nhiên, lòng bàn tay



Hình 48

hướng chuẩn xác vào đường bóng đến và đón bóng ở phía trước. Khi tay chạm bóng hơi kéo bóng về phía sau đồng thời gập khuỷu tay và cổ tay để ôm bóng ở trước ngực (Hình 48).

\* **Bắt bóng thẳng ngang:** Bắt bóng thẳng ngang lại chia thành 2 loại là bắt bóng thẳng ngang thấp hơn ngực và bắt bóng thẳng ngang cao ngang ngực (Hình 49).



Hình 49

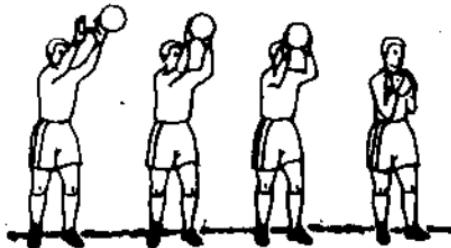
Khi bắt bóng thẳng ngang thấp hơn ngực, trước tiên di chuyển thân người xoay về hướng bóng đến, hai chân đứng mở ra, phần thân trên hơi nghiêng về phía trước, hai tay duỗi về phía trước, ngón tay út của hai bàn tay sát nhau, lòng bàn tay hướng vào bóng. Khi chạm bóng, hai tay hơi kéo bóng về phía sau rồi co khuỷu tay thuận đà ôm bóng ở trước ngực.

Khi bắt bóng thẳng ngang cao ngang ngực, trước tiên cũng phải di chuyển thân người xoay về hướng bóng đến, hai chân đứng mở ra, hai tay hơi gập ở khớp khuỷu, ngón tay hơi co lại và hướng lên trên, lòng bàn tay hướng vào bóng, hai ngón tay cái sát nhau. Khi tay chạm bóng, hơi kéo bóng về phía sau đồng thời xoay cổ tay để ôm bóng ở trước ngực.

\* **Bắt bóng bổng:** Trước hết phải phán đoán chính xác đường bay của bóng, xác định điểm chạm bóng, nhanh chóng di chuyển và nhảy lên, hai tay duỗi thẳng lên trên đón bóng, lòng bàn tay hướng vào bóng, các ngón tay mở ra tự nhiên, ngón cái của hai bàn tay đối diện nhau tạo thành hình chữ "bát" (Hình 50). Khi tay chạm bóng, dùng lực cổ tay và các ngón tay bắt chặt bóng, rồi thuận đà co khuỷu tay đưa bóng xuống dưới và xoay cổ tay để ôm bóng ở trước ngực (Hình 51).



Hình 50



Hình 51

#### d. Vồ bóng

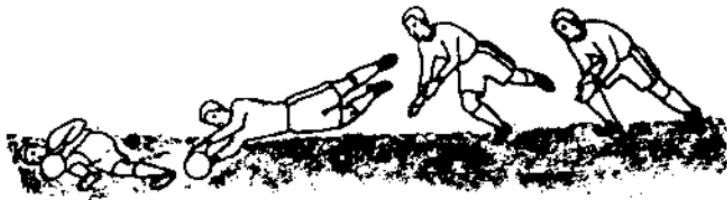
\* Vồ bóng thấp ở hai bên: Khi vồ bóng thấp ở bên trái, chân phải nhanh chóng đạp xuống đất, chân trái gập gối hướng sang bên trái bước một bước, thân người ngả sang bên trái. Sau khi chân trái chạm đất, cẳng chân, đùi, phần mông, phần thân trên và cạnh ngoài cánh tay cũng lần lượt chạm đất, đồng thời hai tay duỗi thẳng, lòng bàn tay trái hướng thẳng vào đường bóng đến, tay phải đặt ở phía trước bên trên tay trái, hai ngón tay cái gần sát nhau, cổ tay hơi bẻ vào trong. Sau khi bắt bóng thu bóng về trước ngực, rồi nhanh chóng đứng lên (Hình 52).



Hình 52

\* Bay người vồ bóng: Khi bay người vồ bóng, trước hết phải gập gối hạ thấp trọng tâm. Khi thân người ngả về phía bóng đến thì chân cùng bên

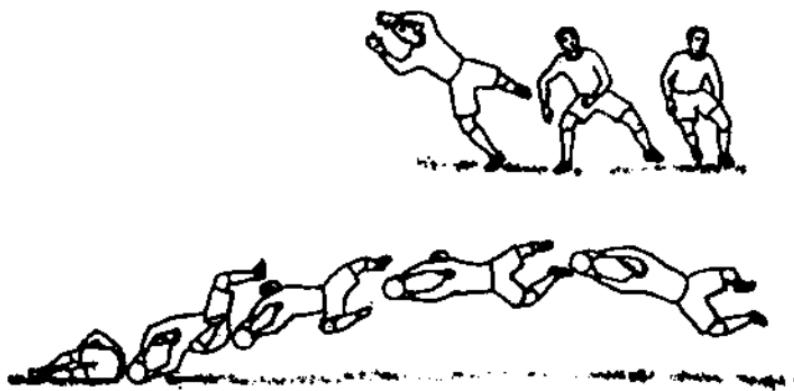
phải đồng thời dùng lực đạp mạnh xuống đất để đẩy thân người lên không trung. Khi bay ưỡn ngực, vươn thẳng thân người, hai tay vươn về phía bóng, hai ngón tay cái đối diện nhau, lòng bàn tay hướng vào bóng. Khi tay chạm bóng phải sử dụng lực của các ngón tay và cổ tay để ôm bóng đồng thời thực hiện liên tiếp các động tác như gập khuỷu tay, bẻ cổ tay để ôm bóng ở trước ngực rồi co gối cuộn người. Khi rơi xuống đất, hai tay phải ôm chặt bóng, cẳng tay, khuỷu tay, vai, mặt bên cơ thể, mông, đùi, cẳng chân lần lượt chạm đất (Hình 53).



Hình 53

\* Vô bát bắt bóng cao trung bình ở hai bên: Trọng tâm cơ thể chuyển sang chân ở gần hướng bóng đến rồi lấy chân này làm trụ giậm bật nhảy sang bên. Khi nhảy thân người duỗi thẳng, hai tay vươn về phía bóng đến, hai ngón tay cái gần sát

nhau, các ngón tay mở ra tự nhiên, lòng bàn tay hướng vào bóng. Khi tay chạm bóng, dùng lực cổ tay và các ngón tay bắt chặt lấy bóng. Khi rơi xuống đất, hai bàn tay ấn bóng xuống, cẳng tay, khuỷu tay, phần vai, mặt bên cơ thể và chân lần lượt chạm đất, đồng thời gập khuỷu tay, xoay cổ tay ôm bóng ở trước ngực và co đầu gối cuộn người (Hình 54).



Hình 54

\* Võ bóng ngay trong chân đối phương: Khi đối phương dẫn bóng áp sát cầu môn hoặc chuẩn bị sút bóng ở sát cầu môn, thủ môn phải lập tức xông lên phía trước để thu hẹp góc sút của đối phương. Khi thấy đối phương vừa chạm chân vào bóng để

đẩy bóng lên phía trước thì phải lập tức xông ra vồ bóng ngay dưới chân đối phương. Khi vồ bóng gập hai gối hạ thấp trọng tâm cơ thể, phần thân trên ngả về trước, chân sau dùng lực đạp đất, chân trước gập gối nhảy về phía trước, đẩy người ngã nghiêng sang bên hoặc ngã nghiêng về phía trước, hai tay gần sát nhau vươn về phía bóng, ngón tay xoè tự nhiên bắt bóng, chạm đất bằng một bên của cơ thể, rồi co chân cuộn người ôm bóng ở trước ngực.

#### e. *Đấm bóng*

Khi xuất hiện đường bóng bổng trước cầu môn và các cầu thủ đối phương nhảy lên tranh đánh đầu, thì trong tình huống này để tránh nguy cơ bóng tuột khỏi tay thủ môn có thể sử dụng kỹ thuật đấm bóng. Thông thường đấm bóng có thể được chia thành hai phương pháp là: đấm bóng bằng một tay và đấm bóng bằng cả hai tay.

\* Khi đấm bóng bằng một tay, trước hết thủ môn phải phán đoán chính xác đường bay của bóng và xác định điểm đấm bóng rồi chạy lấy đà bật nhảy lên, bàn tay nắm chặt gập ở khớp khuỷu để ở phía trên vai, khi bóng đến vị trí thích hợp nhanh chóng đấm thẳng tay ra và dùng mặt quyền (mặt

trước của 4 ngón tay) đấm thẳng vào bóng (Hình 55).

\* Khi đấm bóng bằng cả hai tay, trước hết thủ môn cũng phải phán đoán hướng bóng đến và bật nhảy lên, hai tay gập ở khớp khuỷu, bàn tay nắm chặt để ở trước ngực, hai nắm để sát nhau, lòng bàn tay đối diện nhau. Khi nhảy lên tới gần điểm cao nhất, hai nắm tay đồng thời nhanh chóng đấm mạnh ra và dùng mặt quyền (mặt trước của bốn ngón tay gập lại) đấm thẳng vào bóng. Kỹ thuật này diện tích tiếp xúc bóng lớn, độ chuẩn xác cao, lực mạnh và nó thường được sử dụng để đấm bóng chính diện hoặc bóng ở tầm cao trung bình (Hình 56).



Hình 55



Hình 56

#### *f. Đẩy bóng*

Đẩy bóng thường được dùng để phá những cú sút có độ cong tương đối lớn mà lại ở gần xà ngang hoặc phá những đường bóng quá mạnh, góc sút hiểm và người thủ môn không thể bắt dính hoặc không có cách nào để trực tiếp bắt bóng. Khi đẩy bóng nhảy lên ưỡn người ra sau thành hình cung cung ngược, một tay nhanh chóng vươn ra, lòng bàn tay hướng vào bóng, dùng lực của phần trước bàn tay và ngón tay đẩy bóng lên phía trên, ra sau hoặc sang hai bên khung thành làm bóng vượt qua xà ngang hoặc ra ngoài cột dọc.

#### *g. Ném bóng*

Sau khi bắt được bóng, để tranh thủ thời gian tổ chức phản công thủ môn thường dùng tay để ném bóng cho đồng đội. Đây là một động tác nhanh, dễ dàng thay đổi phương hướng thực hiện và có thể không chế được điểm rơi của bóng một cách tương đối chuẩn xác.

\* Khi ném bóng cao tay (trên vai) hai chân đứng mở ra chân trước chân sau, tay cầm bóng đưa lên cao hơn vai, thận người xoay nghiêng sang bên. Lợi dụng lực đạp đất của chân sau xoay người, vung cánh tay, dùng sức của cổ tay để ném bóng đi (Hình 57).



Hình 57

\* Khi ném bóng thấp tay, hai chân gập gối đứng mở ra chân trước chân sau, tay cầm bóng xoay nghiêng ra ngoài. Khi ném bóng, tay cầm bóng đưa về phía sau, thân người đang nghiêng về một bên chuyển thành gập nghiêng về phía trước, trọng tâm cơ thể chuyển sang chân sau. Lợi dụng lực đạp đất của chân sau vung tay, dùng sức mạnh của cổ tay và ngón tay ném bóng lăn trên mặt đất về phía trước (Hình 58).



Hình 58

\* Khi nghiêng người vung tay ném bóng, hai chân đứng mở ra chân trước chân sau, thân người xoay ngược với hướng ném bóng, tay cầm bóng đưa ra phía sau, đồng thời chuyển trọng tâm cơ thể về chân sau. Khi ném bóng chân sau dùng sức đập mạnh xuống đất, đồng thời xoay người và chuyển trọng tâm cơ thể lên chân trước. Tay cầm bóng từ phía sau vung dọc theo cơ thể theo hình cánh cung đưa đến phía trên vai rồi dùng lực của cổ tay và các ngón tay ném bóng đi. Sau khi ném cánh tay ném bóng vẫn tiếp tục chuyển động về phía trước, phần thân trên cũng ngả về trước, chân sau bước dài lên phía trước một bước để giữ thăng bằng cho cơ thể. Vung tay ném bóng là kỹ thuật ném bóng mạnh nhất trong tất cả các kỹ thuật ném bóng (Hình 59).



Hình 59

### *h. Tung phát bóng*

Tung phát bóng là kỹ thuật chuyên bóng trực tiếp của thủ môn cho đồng đội ở cự ly tương đối xa. Tung phát bóng được chia làm 2 loại là phát bóng khi tung bóng lên không và phát bóng khi bóng bật đất.

Về cơ bản động tác tung phát bóng cũng gần giống như động tác sút bóng bằng chính diện mu bàn chân, nhưng do thường được thực hiện trong khi chạy, cho nên khoảng cách và vị trí tung bóng phải thích hợp, để đảm bảo bóng sẽ được phát đi xa (Hình 60).



**Hình 60**

### *3. Phương pháp luyện tập của thủ môn*

#### *a. Tư thế chuẩn bị, di chuyển*

Sau khi làm tốt tư thế chuẩn bị, căn cứ vào hiệu tay của huấn luyện viên, thực hiện các bước di

chuyển sang trái, phải, trước, sau. Trong khi di chuyển cố gắng giữ ổn định trọng tâm cơ thể không được lên xuống quá nhiều.

*b. Luyện tập bắt bóng*

\* Bắt các đường bóng đang lăn trên mặt đất, đường bóng thẳng ngang và đường bóng bổng do đồng đội ném hoặc đá tới. Bắt đầu có thể bắt bóng ở cự ly gần với những cú sút hoặc ném tương đối nhẹ, để nắm được yếu lính của động tác. Sau đó mới dần dần từng bước bắt bóng ở cự ly xa với những cú sút mạnh.

\* Bắt bóng bật trở lại do mình tự ném hoặc đá vào tường.

\* Trong khi đang di chuyển bắt các đường bóng do đồng đội sút đến.

*c. Luyện tập vồ bóng*

\* Ở trên đệm, trên hố cát hoặc trên bãi cỏ luyện tập vồ bóng do đồng đội ném tới.

\* Hai tay nâng bóng quì ở dưới đất, sau đó lần lượt các bộ phận như chân, phần thân trên và cánh tay lần lượt chạm đất, luyện tập động tác vồ bóng đang lăn trên mặt đất.

\* Hai chân co gối đứng mở ra, phần thân trên hơi nghiêng về phía trước, hai tay giữ bóng ngã xuống đất, luyện tập động tác vồ bóng đang lăn trên mặt đất.

\* Đứng trong tư thế chuẩn bị vồ bắt bóng đang lăn trên mặt đất do đồng đội đá từ hai bên tới. Bóng đá từ nhẹ đến mạnh, từ chậm đến nhanh.

\* Đứng trong tư thế chuẩn bị, vồ bắt các đường bóng ở tầm trung bình và bổng từ hai bên ném tới.

#### *d. Luyện tập đấm bóng và đẩy bóng*

\* Luyện tập chạy đà nhảy lên, dùng một hoặc hai tay đấm bóng treo.

\* Đồng đội ném hoặc sút bóng bổng, thủ môn nhảy lên đấm bóng.

\* Khi thực hiện quả đá phạt góc hoặc phạt gián tiếp, thủ môn đứng giữa nhiều người luyện tập kỹ thuật đấm hoặc đẩy bóng.

### **CHƯƠNG III**

## **CHIẾN THUẬT BÓNG ĐÁ**

Chiến thuật là sự áp dụng một cách hợp lý nhất hoạt động của mỗi cá nhân và sự phối hợp tập thể của toàn đội để giành chiến thắng trong thi đấu.

Chiến thuật bóng đá thông thường được chia thành 2 hệ thống lớn là chiến thuật tấn công và chiến thuật phòng thủ. Chúng bao gồm chiến thuật cá nhân, chiến thuật phối hợp nhóm và chiến thuật phối hợp toàn đội, trong đó chiến thuật cá nhân và chiến thuật phối hợp nhóm là cơ sở của hoạt động chiến thuật và là các yếu tố cơ bản để thực hiện chiến thuật phối hợp toàn đội. Do bóng đá là môn thể thao tập thể cho nên cần phải lấy sự phối hợp tập thể là chính và vì vậy hoạt động chiến thuật phối hợp toàn đội có một ý nghĩa hết sức quan trọng trong thi đấu. Hệ thống chiến thuật tấn công và chiến thuật phòng thủ vừa đối lập nhưng lại vừa thống nhất với nhau. Chúng

kiềm chế lẫn nhau nhưng đồng thời cũng thúc đẩy nhau phát triển và vì vậy đã làm phong phú thêm và thúc đẩy sự phát triển không ngừng của chiến thuật bóng đá.

## I. ĐỘI HÌNH THI ĐẤU

Đội hình thi đấu là sự sắp xếp vị trí của các cầu thủ trên sân để đạt tới một mục đích chiến thuật nhất định nhằm phát huy tối đa sức mạnh của toàn đội và phân công rõ chức năng, nhiệm vụ của từng cầu thủ trên sân. Vị trí đứng sẽ qui định chức năng, nhiệm vụ chủ yếu của mỗi cầu thủ và đội hình được áp dụng phải đảm bảo phát huy đầy đủ sở trường của các cầu thủ trong đội, hạn chế tối mức tối đa nhược điểm và nó phải được xây dựng dựa trên sự đánh giá chính xác về đối phương.

Trong sự sắp xếp đội hình thi đấu, ngoại trừ vị trí cố định của thủ môn, các cầu thủ còn lại được tính theo số người của tuyến hậu vệ, tuyến tiền vệ và tuyến tiền đạo. Ví dụ đội hình "4 - 4 - 2", tức là bao gồm 4 hậu vệ, 4 tiền vệ và 2 tiền đạo.

## **1. Ý nghĩa, tác dụng của đội hình thi đấu**

Đội hình là một bộ phận không thể tách rời của chiến thuật thi đấu bóng đá. Bất cứ một hình thức chiến thuật nào cũng đều cần phải có một đội hình tương ứng để thực hiện những mục tiêu đã được đề ra và ngược lại việc lựa chọn hình thức chiến thuật sẽ ảnh hưởng trực tiếp tới việc sắp xếp bố trí đội hình. Tất nhiên, trong thực tế thi đấu bất cứ đội hình nào cũng đều thể hiện phong cách chiến thuật riêng của nó và đều không thể tách rời khỏi vai trò thực hiện tương ứng của mỗi vận động viên.

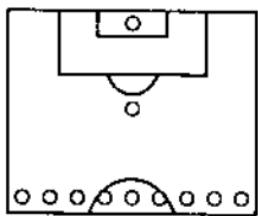
Trên thực tế đội hình thi đấu thường được tạo ra từ góc độ chiến lược. Nó căn cứ vào thực lực của hai bên, vào sự khác biệt giữa công và thủ, vào lối đá và yêu cầu của mỗi trận đấu và là sự thể hiện tối ưu nhất của sức mạnh toàn đội. Việc sắp xếp và bố trí đội hình đòi hỏi phải đảm bảo sự cân bằng giữa công và thủ, đảm bảo phát huy được đầy đủ sở trường của mỗi cá nhân, hạn chế tối đa sở đoản và đồng thời phải phù hợp với tình hình cụ thể của đội bóng. Trong thi đấu bóng đá các tình huống diễn ra thiêng biến vạn hoá và khó đoán trước vì vậy đòi hỏi các cầu thủ phải căn cứ vào tình huống

cụ thể trên sân để đưa ra các hành động hợp lý. Mỗi cầu thủ trên sân phải hiểu rõ vị trí và nhiệm vụ chủ yếu của mình đồng thời phải phát huy đầy đủ trí thông minh và sự sáng tạo để có thể hoạt động một cách cơ động và linh hoạt. Đội hình tuyệt đối không được trở thành sợi dây trói buộc các cầu thủ trên sân, mà nó phải là đòn bẩy khuyến khích tính sáng tạo và sự ứng biến của các cầu thủ trong thi đấu. Sau khi xuất hiện lỗi đá tổng lực (tổn đội tấn công toàn đội phòng thủ năm 1974) thì phạm vi hoạt động của các cầu thủ đã được mở rộng thêm rất nhiều và vị trí trên sân cũng không ngừng được biến hoá. Tuy nhiên vị trí và nhiệm vụ chủ yếu của mỗi cầu thủ vẫn được xác định rất rõ ràng và đội hình thi đấu về cơ bản vẫn được áp dụng như cũ, nhưng nó đã được thực hiện một cách linh hoạt biến hoá và sáng tạo hơn rất nhiều.

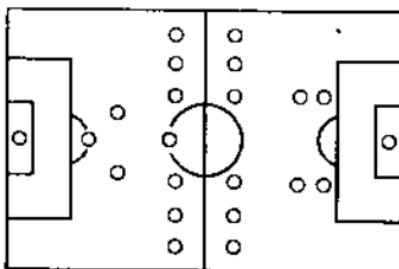
## **2. Sự hình thành và phát triển của đội hình thi đấu**

Sự phát triển và nâng cao trình độ huấn luyện thể lực và kỹ chiến thuật cùng với sự thay đổi trong điều luật thi đấu bóng đá đã tạo ra và khuyến khích sự phát triển của đội hình thi đấu.

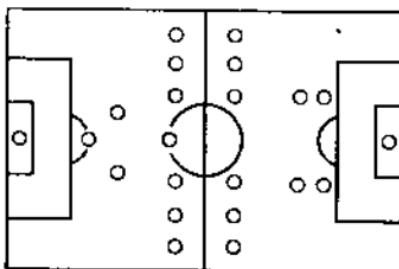
Khi một bên chú trọng tới việc tấn công, thì bên kia bắt buộc phải cải tiến và tăng cường hàng phòng thủ và ngược lại chính sự không ngừng tăng cường hàng phòng thủ của bên này lại thúc đẩy sự thay đổi đội hình thi đấu của bên kia. Sau khi bộ Luật thi đấu bóng đá được ban hành đội hình được áp dụng sớm nhất là "9 tiền đạo 1 hậu vệ" (Hình 61), sau đó là "7 tiền đạo 3 hậu vệ" (Hình 62), "6 tiền đạo 4 hậu vệ" (Hình 63) và hiện nay là "4 - 2 - 4", "4 - 3 - 3", "3 - 5 - 2"... Trên thực tế, sự hình thành và phát triển của tất cả các đội hình này là do sự tác động của các qui luật khách quan.



Hình 61



Hình 62



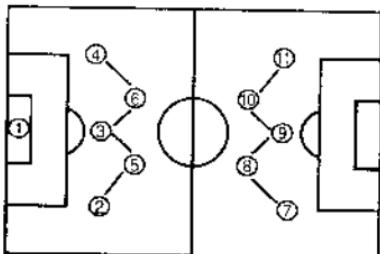
Hình 63

#### a. *Đội hình "WM"*

Năm 1930, dựa vào điều luật việt vị năm 1925, người Anh đã sáng lập ra đội hình "WM" (Hình 64).

Đội hình này khi phòng thủ sẽ bố trí hậu vệ giữa (trung vệ), người có trình độ cao nhất kèm bắt chặt trung phong nhô cao của đối

Hình 64



phương, hai tiền đạo lùi sẽ lui về khống chế trung lộ và hàng tấn công chủ yếu sẽ do trung phong và hai tiền đạo cánh đảm nhiệm. Đội hình này bao gồm tất cả 4 tuyến: 3 hậu vệ, 2 tiền vệ, 2 tiền đạo lùi và 3 tiền đạo. Cho tới thời điểm này thì "WM" là đội hình đầu tiên đã đạt tới được sự cân bằng về số người tham gia tấn công và phòng thủ và có được sự phân công rõ ràng về chức năng và nhiệm vụ của từng cầu thủ trên sân. Do đội Anh áp dụng đội hình này mà đã đạt được những thành tích huy hoàng, cho nên nó đã nhanh chóng được truyền bá ra khắp châu Âu, thế giới và điều này đã thúc đẩy sự phát triển của môn bóng đá hiện đại. Đội hình này được duy trì đến tận thập kỷ 50 và nó đã phát triển hưng thịnh trên toàn Thế giới trong suốt hơn 30 năm.

Tư tưởng chủ đạo của đội hình WM là tăng cường hàng phòng thủ và rõ ràng nó đã tạo ra một hiệu quả nhất định trong suốt một thời gian dài. Tuy nhiên do trong đội hình



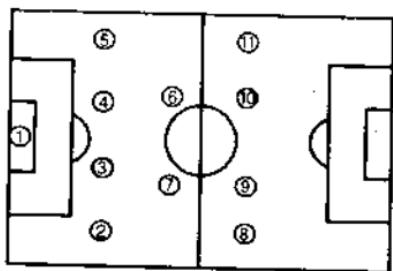
Hình 65

này số người tham gia phòng thủ vẫn tương đối ít cho nên tới đầu thập kỷ 50 đội hình này đã bị đội Hungary áp dụng đội hình "4 tiền đạo" đánh bại (Hình 65). Đội hình "4 tiền đạo" bố trí một trung phong lùi về sau để phân phối bóng cho hàng tiền đạo, hai tiền đạo lùi cũng dâng lên cao quấy rối hàng phòng ngự của đối phương và liên tục thay đổi vị trí cho nhau. Áp dụng lối đá này đội Hungary đã khiến 3 hậu vệ của đội Anh liên tục mắc sai lầm, tạo ra những khe hở và vì vậy đã thảm bại hai lần.

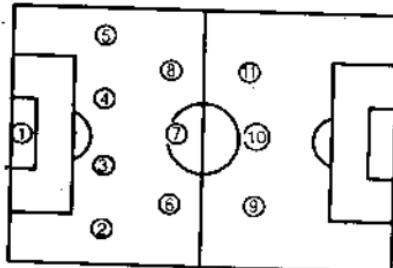
### b. *Đội hình "4 - 2 - 4"*

Năm 1958, người Brazin đã áp dụng ưu điểm trong lối đá "4 tiền đạo" của đội Hungary để bổ sung thêm một người vào vị trí trung vệ (thành 2 trung vệ), dùng 4 hậu vệ để đối phó với 4 tiền đạo

của đối phương và thay đội hình 4 tuyến của kiểu trận "WM" thành 3 tuyến (hậu vệ, tiền vệ, tiền đạo) trong đội hình "4 - 2 - 4". Để tiếp tục cân bằng số người tham gia tấn công và phòng thủ trong thi đấu thì hai cầu thủ tiền vệ phải gánh vác trách nhiệm rất nặng nề. Khi tiến công, họ phải tích cực tổ chức tiếp ứng và khi phòng thủ thì phải nhanh chóng lui về để ngăn cản đối phương. Đồng thời do số người tập trung ở khu trung lộ rất ít mà phạm vi hoạt động lại lớn, cho nên đòi hỏi 2 người tiền vệ phải có kỹ thuật và thể lực tương đối cao (Hình 66). Tuy nhiên rõ ràng trong đội hình này sức mạnh ở tuyến giữa là tương đối yếu, nhất là khi thể lực của 2 tiền vệ không đáp ứng được yêu cầu. Vì vậy cùng với xu hướng tăng cường hàng phòng thủ ở thập kỷ 60, số người thi đấu ở tuyến giữa cũng được tăng lên và xuất hiện đội hình "4 - 3 - 3" (Hình 67).



Hình 66



Hình 67

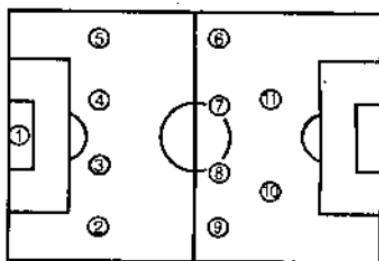
c. *Đội hình "4 - 3 - 3"*

Điểm khác biệt giữa đội hình "4 - 3 - 3" và đội hình "4 - 2 - 4" là kéo một tiền đạo về bổ sung cho tuyến giữa để tăng cường số người và sức mạnh tuyến này.

Trong thi đấu, 3 cầu thủ tiền vệ của đội hình "4 - 3 - 3" có sự phân công rõ ràng tuỳ thuộc vào tình hình cụ thể trên sân, có thể một người thiêng về phòng thủ, hai người thiêng về tấn công hoặc ngược lại. Do sự thay đổi vị trí trong đội hình này là tương đối linh hoạt, cho nên đòi hỏi các cầu thủ phải căn cứ vào các tình huống cụ thể trên sân để điều chỉnh vị trí cho thích hợp. Tuy nhiên phải chú ý khi trao đổi vị trí cho nhau, phải đảm bảo duy trì được tính thống nhất và sức mạnh của toàn đội. Nhìn vào hình 67 ta có thể thấy số người tham gia tấn công và phòng thủ. Trong đội hình "4 - 3 - 3" là không cân bằng và thường là số người tham gia tiến công ít hơn số người phòng thủ. Do đó, đội hình này đặc biệt chú trọng tới tính đột biến của hậu vệ khi lao lên tấn công. Tuy nhiên khi lao lên tấn công hậu vệ phải hết sức thận trọng và phải nắm chắc thời cơ, đồng thời khi hậu vệ đã lao lên thì cầu thủ đứng gần phải bổ sung ngay vào vị trí đó.

#### d. Đội hình "4 - 4 - 2"

Đội hình "4 - 4 - 2" cũng là một sản phẩm của xu hướng chú trọng tới hàng phòng thủ của thập kỷ 60. Đội hình này đã xuất hiện và đã được đánh giá cao tại giải Vô địch Thế giới năm 1966. Đội hình này kéo thêm 1 tiền đạo cánh về bổ sung cho tuyến giữa để tạo thành 4 tiền vệ (Hình 68). Một trong những đặc trưng của đội hình này là tuyến tiền vệ và hậu vệ liên tục dâng lên hỗ trợ tấn công dọc theo đường biên để tạo nên



Hình 68

một sự uy hiếp mạnh mẽ đối với khung thành của đối phương.Thêm vào đó các mũi nhọn ở hai biên kéo giãn hàng phòng ngự của đối phương tạo ra các khoảng trống để tạo điều kiện thuận lợi cho tiền vệ từ trung lộ lao lên tấn công. Đội hình này thường lợi dụng tốc độ nhanh và kỹ thuật tốt của 2 tiền đạo để kịp thời phản công nhanh đồng thời khi phòng ngự, các cầu thủ phải nhanh chóng lui về để phòng thủ dày đặc trước khu cầu môn.

*d. Lối đá "tổng lực" toàn đội tấn công toàn đội phòng thủ*

Năm 1971, đội Hà Lan lấy cầu thủ "toàn năng" Johan Cruyff làm hạt nhân để sáng tạo ra lối đá "Tổng lực" (tất cả tấn công, tất cả phòng thủ). Đặc điểm nổi bật của đội hình này là các cầu thủ không bị hạn chế bởi lối đá và vị trí cố định và có thể phát huy tối đa tính sáng tạo trong thi đấu. Sự linh hoạt và đa dạng trong lối đá này quả thực đã tạo ra một sự uy hiếp rất lớn đối với đối phương và họ đã liên tiếp đoạt 3 Cúp C<sub>1</sub> (Cúp giữa các đội vô địch các quốc gia châu Âu) và Cruyff cũng liên tục 3 năm liên được trao tặng danh hiệu "Quả bóng vàng châu Âu". Trong giải Vô địch Thế giới lần thứ 10, cả Hà Lan và Tây Đức đều đã phát huy được tối đa hiệu quả của lối đá "Tổng lực" này và vì vậy các đội bóng trên Thế giới đã tới tấp thay phiên nhau bắt chước và học tập lối đá này.

*e. Đội hình "3 - 5 - 2"*

Cuối thập kỷ 70, việc cống cố tuyến tiền vệ đã không ngừng được coi trọng và các đội đã thi nhau cố gắng vắt óc suy nghĩ để tìm ra giải pháp cho vấn đề này. Trong thập kỷ 80 đội Brazil đã đưa ra

thử nghiệm đội hình "2 - 6 - 2" và điều khiển mọi người chú ý là tại Giải vô địch châu Âu năm 1984, các đội đã thi nhau áp dụng đội hình "3 - 5 - 2" do đội Đan Mạch sáng tạo ra và đã giành được những thành tích tương đối tốt (Hình 69).

Hình 69

**Đặc điểm** của đội hình này là tập trung nhiều người ở tuyến giữa sân, cả 5 tiền vệ đều có thể dâng lên tấn công hoặc lùi về để hỗ trợ phòng ngự và vì vậy tính cơ động trong thi đấu rất cao. 2 hậu vệ bắt chặt tiền đạo của đối phương và cầu thủ còn lại là hậu vệ tự do. 2 tiền đạo liên tục di chuyển, đột phá khiến đối phương phải hết sức chú ý tới phòng thủ.

### **3. Nhiệm vụ chủ yếu và lối đá của từng vị trí**

#### *a. Thủ môn*

Thủ môn là người đứng cuối cùng trong tuyến phòng thủ, là vị trí then chốt và nhiệm vụ chủ yếu của anh ta là giữ vững lưới nhà.



Thủ môn cần phải chọn lựa vị trí đứng hợp lý để thu hẹp góc sút của đối phương, phải phán đoán chuẩn xác đường bay của bóng để nhanh chóng quyết định và xử lý hợp lý mọi tình huống, đồng thời phải tận dụng tối đa ưu thế của 2 tay để giành quyền khống chế bóng trước cầu môn nhằm mở rộng hết mức khả năng phòng thủ của đội nhà. Người thủ môn phải là người biết quan sát và đánh giá các tình huống trên sân, đồng thời phải là người điều khiển, tổ chức hoạt động phòng thủ. Vị trí đứng của thủ môn phải đảm bảo nhìn rõ toàn cục của trận đấu để có thể thông qua tiếng thét nhắc nhở đồng đội bắt người, bổ sung và kịp thời điều chỉnh vị trí, tăng cường hoạt động, bit các khe hở để tạo thành một tuyến phòng thủ chật chẽ. Khi đối phương đã đột phá qua hậu vệ cuối cùng và tạo với mình tình huống 1 chọi 1 thì thủ môn phải lập tức chọn lựa thời cơ thích hợp, dũng cảm lao ra, bit kín, thu hẹp góc sút hoặc thậm chí vồ bóng ngay dưới chân đối phương. Khi đối phương được đá phạt hoặc đá phạt góc, thủ môn phải nhanh chóng chỉ huy đồng đội "làm tường" và kèm người.

Thủ môn sau khi có bóng phải kịp thời, chính xác dùng tay hoặc chân ném hoặc chuyền bóng cho đồng

đội để nhanh chóng phát động và tổ chức tấn công.

### b. *Hậu vệ biên*

Nhiệm vụ chủ yếu của hậu vệ biên là phòng thủ và ngăn cản sự tiến công của tiền đạo hoặc các cầu thủ khác của đối phương ở hai cánh trong khu vực phòng thủ của mình, kèm bắt chặt người, không để đối phương tự do đỡ bóng, xoay người, đột phá chuyền bóng trung lộ và sút cầu môn. Cùng với việc tích cực tranh cướp bóng, hậu vệ biên phải phối hợp chặt chẽ với các cầu thủ khác để hỗ trợ và bổ sung vị trí cho nhau. Hậu vệ biên ngoài nhiệm vụ chủ yếu là phòng thủ, còn phải kịp thời phát động và tham gia tấn công, thường thì sau khi cướp được bóng hậu vệ biên phải nhanh chóng tổ chức tấn công và có thể lao lên hỗ trợ hoặc trực tiếp uy hiếp khung thành đối phương.

### c. *Trung vệ*

Nhiệm vụ chủ yếu của trung vệ là phòng thủ khu trung lộ. Trung vệ được chia thành trung vệ "dập" và trung vệ "quét". Trung vệ dập chủ yếu là bám sát và kèm chặt trung phong nhô cao của đối phương, vì vậy vị trí này còn được gọi là trung vệ kèm người. Trung vệ quét bao quát toàn tuyến hậu vệ và là người chỉ huy toàn bộ hàng phòng ngự.

Trung vệ ngoài nhiệm vụ chủ yếu là phòng thủ còn phải phối hợp hiệu quả với đồng đội để tổ chức tấn công, thường thì sau khi có bóng trung vệ phải kịp thời chuyền bóng cho đồng đội ở các vị trí thuận lợi thực hiện tốt đường chuyền một để tổ chức tấn công và khi có cơ hội thì có thể lao lên để hỗ trợ tấn công.

#### *d. Tiền vệ*

Nhiệm vụ chủ yếu của tiền vệ là khống chế phần giữa sân, đây là vị trí then chốt và là cầu nối giữa hàng tiền đạo và hàng hậu vệ. Trong thi đấu bóng đá hiện đại giành được quyền khống chế bóng ở phần giữa sân cũng có nghĩa là giành được quyền chủ động và tăng cao hiệu quả thi đấu vì vậy phần giữa sân là một vị trí rất được coi trọng. Thông thường tuyến tiền vệ thường do từ 3 đến 5 cầu thủ đảm nhiệm và tùy thuộc vào đặc điểm riêng của mỗi người mà họ sẽ được trao những nhiệm vụ khác nhau như: tiền vệ tấn công, tiền vệ phòng thủ và tiền vệ kiến thiết bóng. Ví dụ các cầu thủ có khả năng tổ chức tốt các hoạt động công, thủ ở phần giữa sân, biết tận dụng cơ hội để lao lên, dám đột phá và mạnh dạn sút cầu môn có thể được trao nhiệm vụ là tiền vệ tấn công. Còn các

cầu thủ đảm nhận vị trí tiền vệ phòng thủ thì phải nhanh chóng rút về phòng thủ, tích cực tranh cướp bóng ở phần giữa sân, trấn giữ các khu vực nguy hiểm trước khu phạt bóng để tạo thành một tuyến phòng thủ vững chắc trước mặt trung vệ. Các cầu thủ có kỹ thuật toàn diện, có kinh nghiệm thi đấu phong phú, có ý thức chiến thuật cao, và có trạng thái tâm lý vững vàng thì sẽ phải đảm nhiệm chức năng của tiền vệ kiến thiết bóng.

#### *d. Tiền đạo cánh*

Tiền đạo cánh hoạt động chủ yếu ở khu vực dọc theo hai biên và đảm nhiệm chức năng chủ yếu là tấn công và phòng thủ biên. Khi tấn công lợi dụng điều kiện thuận lợi là khu vực dọc hai biên có số người phòng thủ tương đối ít mà diện tích lại tương đối rộng... để thực hiện các kỹ thuật như đột phá chuyên bóng vào trung lộ, thọc sườn sút cầu môn hoặc tạo cơ hội cho đồng đội ghi bàn. Khi phòng thủ tiền đạo cánh phải kèm chặt hậu vệ biên lao lên tấn công của đối phương, hoặc lui về nửa phần sân mình để giúp đỡ hàng tiền vệ tranh cướp bóng ở phần trung lộ.

#### *e. Trung phong*

Nhiệm vụ chủ yếu của trung phong là đột phá sút

cầu môn và tạo cơ hội thuận tiện cho đồng đội sút cầu môn. Khi tiến công trung phong phải thường xuyên thay đổi vị trí với tiền đạo cánh và tiền vệ nhằm làm rối loạn hàng phòng thủ của đối phương và tạo khoảng trống để đồng đội thừa cơ đột phá sút cầu môn. Khi tiến công trung lộ trung phong phải áp dụng những chiến thuật như dẫn bóng đột phá, phối hợp chuyên dài hoặc phối hợp tiến công "2 đánh 1" để tạo cơ hội sút cầu môn. Khi chuyển từ tấn công sang phòng ngự trung phong phải đảm nhiệm tuyến phòng thủ thứ nhất để cản phá hoặc làm chậm tốc độ phản công của đối phương.

## II. CHIẾN THUẬT TẤN CÔNG

### 1. Chiến thuật tấn công cá nhân

Chiến thuật cá nhân là tổng hợp các kỹ thuật và phương thức hoạt động của các cầu thủ khi có hoặc không có bóng. Chiến thuật cá nhân có mối liên quan mật thiết với kỹ chiến thuật bóng đá và là cơ sở để thực hiện chiến thuật phối hợp nhóm và chiến thuật phối hợp toàn đội. Chiến thuật cá nhân bao gồm:

*a. Thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương và chạy vị trí*

Thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương là cắt đứt sự đeo bám của đối phương, còn chạy vị trí là sự di chuyển nhằm chiếm vị trí có lợi, để thuận tiện cho việc nhận, không chế và xử lý bóng. Tuy nhiên, đôi khi việc thoát ra khỏi sự kèm cặp của đối phương và chạy vị trí lại không phải là để nhận bóng, mà là để kiềm chế đối phương, tạo điều kiện thuận lợi cho đồng đội nhận bóng và sút cầu môn...

Thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương có thể thực hiện bằng cách đột nhiên chạy bứt lên phía trước, đột ngột dừng lại, thay đổi hướng, thay đổi tốc độ và thực hiện các động tác giả...

Trong thi đấu chạy vị trí thường được sử dụng để hỗ trợ cho đồng đội nhằm đánh lừa, kiềm chế đối phương và tận dụng cơ hội cầm bóng đột phá. Chạy vị trí có thể chia thành: chạy để thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương, chạy cắt mặt đối thủ hoặc chạy để lôi kéo và kiềm chế đối phương. Tuy nhiên trong thực tế phương pháp thường hay được sử dụng là đột nhiên chạy bứt về phía trước hoặc chạy liên tục thay đổi hướng và tốc độ.

Khi chạy vị trí các cầu thủ cần phải đảm bảo các yêu cầu sau: Quan sát phải sắc bén, mục đích phải rõ ràng, thời cơ phải thích hợp, phương hướng phải đa biến và động tác phải nhanh chóng, bất ngờ.

### b. Chuyền bóng

Chuyền bóng là cơ sở để thực hiện sự phối hợp tập thể, là biện pháp chủ yếu để thực hiện sự phối hợp chiến thuật nhằm tạo cơ hội sút bóng ghi bàn. Nội dung chủ yếu của chiến thuật chuyền bóng bao gồm: Lựa chọn mục tiêu chuyền bóng, xác định thời cơ, khống chế lực và độ xoáy của đường chuyền...

Chuyền bóng có thể được thực hiện bằng 2 cách: một là chuyền bóng thấp tới đúng chân của đồng đội, hai là chuyền bóng bổng vào vị trí có lợi cho đồng đội. Trong thi đấu chiến thuật chuyền bóng bao gồm:

+ Chuyền bóng thấp tới đúng chân đồng đội.

+ Chuyền bóng bổng tới vị trí có lợi cho đồng đội.

+ Chuyền bóng trong di chuyển.

+ Chuyền bóng trở lại cho đồng đội.

Trên thực tế những đường chuyền vào các khoảng trống ở trước mặt đồng đội thường tạo ra một sự uy hiếp rất lớn đối với đối phương, tuy nhiên trong thi đấu nhiều khi cũng đòi hỏi phải thực hiện những đường chuyền bóng thấp, chuyền ngang và chuyền bóng trở về.

Trong thi đấu các cầu thủ sử dụng các đường chuyền để khống chế bóng, điều chỉnh nhịp độ thi đấu, tăng thêm hiệu quả thi đấu đặc biệt là trong các đường chuyền vào các khoảng trống và chuyền bóng chọc khe. Tất nhiên, nếu thực hiện quá nhiều những đường chuyền bóng thấp, chuyền ngang và chuyền bóng trở về thì sẽ ảnh hưởng trực tiếp tới tốc độ tiến công, tạo điều kiện cho đối phương kịp thời lùi về gây khó khăn cho việc tấn công. Vì vậy hai cách chuyền bóng trên phải được kết hợp một cách hữu cơ và phải được ứng dụng một cách linh hoạt hợp lý thì mới có thể thu được kết quả như mong muốn. Trong trường hợp có thể đồng thời chuyền bóng cho nhiều người thì nhất thiết phải chuyền bóng cho cầu thủ ở vị trí có lợi nhất cho việc triển khai tấn công hoặc uy hiếp đối phương.

\* Thời cơ chuyền bóng: Việc lựa chọn thời cơ chuyền bóng trong thi đấu ảnh hưởng trực tiếp tới

hiệu quả của đường chuyền bóng và chất lượng của sự phối hợp chiến thuật. Chuyền bóng có thể được thực hiện bằng 2 cách: thứ nhất là chuyền bóng vào khoảng trống để đồng đội chạy vị trí nhận bóng, cách này lấy đường chuyền bóng chỉ đạo việc chạy vị trí của đồng đội. Thứ hai là căn cứ vào việc chạy vị trí của đồng đội để chuyền bóng đến đúng chân của anh ta, cách này việc chạy vị trí của đồng đội sẽ quyết định và thúc đẩy đường chuyền. Tuy nhiên, cho dù sử dụng bất kể kiểu chuyền bóng nào thì việc xác định và lựa chọn chính xác thời cơ chuyền bóng cũng có một ý nghĩa hết sức quan trọng và sẽ quyết định chất lượng của đường chuyền.

\* Lực và độ xoáy của đường chuyền bóng: Trong chuyền bóng việc sử dụng lực và độ xoáy phải căn cứ vào cự ly, mục tiêu chuyền bóng, tốc độ của cầu thủ nhận bóng và vị trí đứng của đối phương. Thông thường khi chuyền bóng thấp cho đồng đội đang bị đối phương deo bám chặt, thì đường chuyền phải tương đối mạnh và đòi hỏi phải khống chế được về tốc độ và độ xoáy của bóng, để bóng đến được chân người nhận. Kiểm soát và khống chế lực cũng như là độ xoáy của đường chuyền

bóng là một trong những nội dung quan trọng của quá trình huấn luyện kỹ, chiến thuật chuyền bóng.

\* *Những vấn đề cần chú ý khi chuyền bóng:*

+ Phải căn cứ vào tình huống thi đấu để kịp thời chuyền được những đường bóng có sức uy hiếp lớn như chuyền những đường bóng sệt ở cự ly trung bình hoặc chuyền chọc khe xuyên qua hàng hậu vệ đối phương.

+ Trước khi chuyền bóng phải dồn kín ý đồ của mình. Ví dụ đang dẫn bóng sang bên trái, đột nhiên chuyền lật bóng sang phải.

+ Động tác chuyền bóng phải nhanh, đơn giản, thuần thục, biến hóa và phải kết hợp với động tác giả.

+ Khi cầu thủ đối phương bị hút sang một bên, thì phải nhanh chóng kịp thời chuyền bóng thay đổi phương hướng.

+ Thi đấu trong những ngày mưa gió hoặc khi xuôi gió thì phải hạn chế chuyền thẳng và tăng chuyền dài hoặc chuyền bóng bổng. Khi ngược gió thì phải tích cực sử dụng các đường chuyền thấp và lực phải mạnh hơn thường ngày. Nếu trời mưa

sân trơn thì tăng cường chuyên bóng thấp và nếu sân bãi lầy lội thì hạn chế chuyên bóng lăn trên mặt đất.

### c. Sút cầu môn

Sút cầu môn là mục đích cuối cùng của toàn bộ sự phối hợp chiến thuật, là điểm tập trung mâu thuẫn chủ yếu giữa công, thủ và là yếu tố then chốt, cơ bản quyết định kết quả thi đấu. Vì vậy các cầu thủ cần phải suy xét và cân nhắc để bảo đảm việc sút cầu môn đạt hiệu quả cao trong mọi tình huống. Để làm được điều này các cầu thủ cần phải:

- + Có ham muốn sút cầu môn mãnh liệt.
- + Đầu óc phải bình tĩnh.
- + Phải nắm vững và lựa chọn chính xác thời cơ.
- + Phải có phương pháp sút cầu môn hợp lý.

Toàn bộ yêu cầu của kỹ, chiến thuật sút cầu môn có thể khái quát lại thành 5 chữ là: nhanh, chuẩn, độc, biến, khéo.

\* *Nhanh*: Động tác sút cầu môn phải nhanh và phải được hoàn thành trước khi cầu thủ phòng ngự của đối phương kịp thời chuẩn bị.

\* *Chuẩn*: Chuẩn xác là điểm then chốt và mang tính quyết định khi sút cầu môn vì vậy phải lựa chọn

góc sút hợp lý nhất.

\* *Độc*: Khi lao vào tranh cướp bóng và sút cầu môn phải dũng cảm xông thẳng lên trước và quyết đoán sút bóng.

\* *Biến*: Tùy thuộc vào các tình huống mới nảy sinh để kịp thời thay đổi phương pháp và góc độ sút.

\* *Khéo*: Áp dụng và lợi dụng sự thay đổi nhịp điệu và các động tác giả để khéo léo sút cầu môn.

#### *d. Dẫn bóng qua người*

Dẫn bóng qua người là một trong những chiến thuật cá nhân quan trọng trong toàn bộ hệ thống chiến thuật tấn công. Nó chính là sự áp dụng một cách đa dạng hoạt động chiến thuật để phát huy tối đa sở trường và trí tuệ của mỗi cá nhân. Dẫn bóng qua người là biện pháp hữu hiệu nhất để vô hiệu hóa và làm rối loạn hàng phòng thủ của đối phương, tạo cơ hội luôn sâu hoặc tạo khoảng không để chuyền bóng vượt qua hàng phòng thủ dày đặc của đối phương để sút bóng ghi bàn. Tuy nhiên, trong thi đấu phải hết sức tránh việc quá lạm dụng kỹ thuật cá nhân, mù quáng dẫn bóng qua người, để bỏ lỡ mất thời cơ tấn công. Tuy thi

đấu bóng đá luôn coi trọng việc phối hợp chuyền bóng nhưng nếu thiếu việc dẫn bóng qua người thì việc phối hợp chuyền bóng cũng sẽ trở nên khó khăn. Vì vậy, cả hai mặt này phải luôn hỗ trợ và bổ sung cho nhau. Trong những tình huống cụ thể dưới đây các cầu thủ phải dùng cảm mạnh dạn sử dụng chiến thuật dẫn bóng qua người:

\* Khi đang khống chế bóng mà lại không có đồng đội tiếp ứng hoặc không thể chuyền bóng cho đồng đội thì phải dẫn bóng sang hai bên để thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương hoặc đột phá để lao về phía trước.

\* Khi đang ở trong hoặc gần khu phạt bóng mà thông qua việc dẫn bóng qua người có thể tạo ra cơ hội sút cầu môn hoặc khiến đối phương phạm lỗi, thì phải sử dụng chiến thuật dẫn bóng qua người.

\* Trong tình huống "1 đánh 1", mà sau khi đột phá có thể lập tức chuyền bóng vào trung lộ hoặc chuyền bóng cho đồng đội thì cũng nên dùng cảm áp dụng chiến thuật dẫn bóng đột phá.

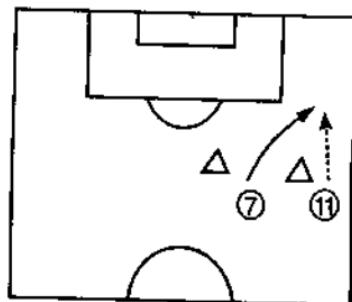
## ***2. Chiến thuật phối hợp tấn công nhóm***

Chuyền bóng phối hợp nhóm 2 hoặc nhiều người là cơ sở để thực hiện sự phối hợp tập thể. Thông

thường hình thức chiến thuật này thường được áp dụng trên phần sân của đội phương. Ở nửa phần sân mình nhất là ở gần khu phạt bóng các cầu thủ phải cố gắng hết sức tránh sự chuyển bóng phối hợp nhóm này, để tránh những sai sót dẫn đến những hậu quả đáng tiếc. Trong thi đấu chiến thuật tấn công nhóm là chiến thuật mà cầu thủ của đội tấn công trong một thời gian ngắn tạo thế áp đảo ở một khu vực nhất định, chiến thuật này sẽ giúp cho các cầu thủ tấn công tiếp tục luồn sâu, đột phá, khống chế bóng và di chuyển tấn công. Hình thức phối hợp của chiến thuật này thông thường bao gồm: phối hợp chuyển bóng cắt mặt đối phương, phối hợp che chắn chéo, phối hợp "2 đánh 1", "3 đánh 2".

\* Phối hợp chuyển bóng cắt mặt đối phương

Cầu thủ đang khống chế bóng chuyển bóng vào chỗ trống cho đồng đội (Hình 70). Kỹ thuật này yêu cầu cầu thủ chuyển bóng phải



Hình 70

Δ = cầu thủ phòng ngự

xác định chính xác thời cơ chuyền bóng và lực của đường chuyền, để đạt được ý đồ "người đến bóng đến". Cầu thủ chạy cắt mặt đối phương phải đột nhiên tăng tốc độ để nhận bóng.

#### \* Phối hợp che chắn chéo

Khi cầu thủ phòng ngự đuổi deo bám chặt cầu thủ dẫn bóng, cầu thủ tiếp ứng phải chạy chéo tới trước mặt đồng đội và dẫn bóng đi để cắt sự deo bám của cầu thủ phòng ngự đối phương.

Khi phối hợp theo hình thức chiến thuật này phải chú ý:

- Khi cầu thủ phòng ngự tới deo bám sát thì cầu thủ dẫn bóng phải dẫn bóng bằng chân ở xa cầu thủ phòng ngự và chú ý dùng người che chắn bóng.

- Cầu thủ tiếp ứng phải chạy tới theo hướng chéo với chân đang dẫn bóng của đồng đội và khi thay người dẫn bóng phải thực hiện bí mật, bất ngờ (Hình 71).



#### \* Phối hợp chiến thuật "2 đánh 1"

Hình 71

Là sự phối hợp của 2 cầu thủ tấn công trong một

khu vực nhất định thông qua 2 lần liên tục bật tường và chạy chồ để đột phá qua 1 cầu thủ phòng ngự của đối phương.

\* Chuyền chéo chạy thẳng "2 đánh 1" (Hình 72).

Số ⑨ dẫn bóng chéo rồi chuyền cho số ⑦ và nhanh chóng chạy thẳng về trước để nhận đường bật bóng của số ⑦.

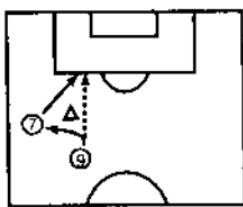
Khi phối hợp theo hình thức chiến thuật này cần chú ý:

- Cầu thủ dẫn bóng phải ép sát hoặc thu hút sự chú ý của cầu thủ phòng ngự đối phương.

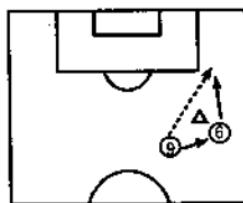
- Cầu thủ tiếp ứng phải duy trì một khoảng cách nhất định, để tạo điều kiện thuận lợi cho đồng đội chuyền bóng.

- Cầu thủ chuyền bóng tới đúng chân đồng đội phải chuyền bóng sệt, là là mặt đất, đường bóng phải có lực và độ chuẩn xác phải cao. Khi chuyền bóng tới khoảng trống trước mặt đồng đội thì phải căn cứ vào tốc độ chạy của đồng đội để dùng lực bật bóng cho thích hợp. Thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương phải được thực hiện một cách bất ngờ, nhanh chóng.

\* Chuyền thẳng chạy chéo "2 đánh 1" (Hình 73). Số ⑨ chuyển chéo cho số ⑥ và chạy chéo về phía trước, số ⑥ sau khi nhận bóng bật bóng thẳng xuống phía trước cho số ⑨.



Hình 72



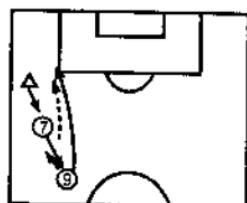
Hình 73

Khi phối hợp hình thức chiến thuật này cần chú ý:

- Sự phối hợp phải bí mật và các cầu thủ phải ăn ý với nhau.
- Cầu thủ chạy chéo xuống dưới phải thực hiện một cách bất ngờ, nhanh chóng.
- Bật bóng phải chuẩn xác ổn định, dùng lực phải thích hợp, sau khi chuyền bóng lập tức chạy chéo thẳng xuống để thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương.

\* Chuyền về chạy cắt mặt đối phương "2 đánh 1" (Hình 74):

Số ⑨ chuyển bóng cho số ⑦, ⑦ đón bóng trước mặt chuyển lại về cho số ⑨ rồi nhanh chóng xoay người thoát khỏi đối phương và chạy thẳng về phía trước, số ⑨ lập tức bật bóng bổng qua đầu cho ⑦.



Hình 74

Khi phối hợp theo hình thức chiến thuật này phải chú ý:

- Cần áp dụng kiểu phối hợp này khi cầu thủ phòng ngự đối phương ép sát cầu thủ tiếp ứng.
- Cầu thủ tiếp ứng khi bật bóng trở về phải bật sệt trên mặt đất, đường bóng phải chuẩn xác, ổn định và không nên quá mạnh, để thuận tiện cho việc bật bóng trở lại của đồng đội.
- Động tác chạy cắt mặt đối phương phải được thực hiện nhanh chóng bất ngờ và phải chú ý nhìn vào đường bật bóng trở lại của đồng đội.
- Chỉ thực hiện hình thức phối hợp này khi phía sau người phòng thủ có khoảng cách thọc sâu tương đối lớn.

Khi vận dụng bất cứ một loại hình chiến thuật nào trong hình thức phối hợp "2 đánh 1" thì yêu cầu đầu tiên đối với các cầu thủ là phải quan sát tốt và kịp thời chuyển bóng. Khi chuyển bóng chủ yếu là sử dụng những đường bóng sệt, nhanh và ổn định để thực hiện được mục tiêu người đến, bóng đến.

Thứ hai là sau khi chuyển bóng phải nhanh chóng bất ngờ chạy về trước để thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương.

Thứ ba là phải căn cứ vào những tình huống cụ thể như vị trí của cầu thủ phòng ngự đối phương, các khoảng trống trên sân và vị trí của các cầu thủ tiếp ứng để áp dụng các hình thức phối hợp cho hợp lý.

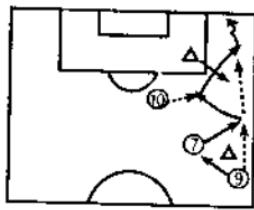
Thứ tư là trong quá trình phối hợp "2 đánh 1", cầu thủ khống chế bóng phải chuẩn bị nhiều hình thức phối hợp khác nhau như phối hợp chuyển bóng hoặc dẫn bóng đột phá... để thu được hiệu quả cao hơn.

#### \* Phối hợp chiến thuật "3 đánh 2"

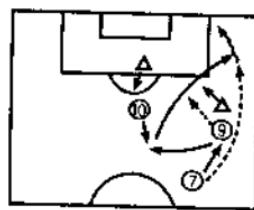
Do trong hình thức phối hợp này có 2 cầu thủ đồng đội cùng đồng thời tiếp ứng, cho nên hướng chuyển bóng sẽ đa dạng biến hóa khó lường và diện tích tấn công sẽ được tăng thêm.

Hình 75 cho thấy có thể thực hiện liên tục hình thức phối hợp "3 đánh 2" bằng vận dụng hình thức phối hợp "2 đánh 1", số ⑨ và số ⑦ sau khi thực hiện phối hợp chéo chạy thẳng "2 đánh 1", lại cùng với số ⑩ tiếp ứng ở trung lộ tiến hành phối hợp "2 đánh 1".

Hình 76 biểu thị cách vận dụng hình thức phối hợp "3 đánh 2" để tạo ra khe hở trong hàng phòng ngự của đối phương. Số ⑦ chuyển bóng cho số ⑨, số ⑨ lại chuyển bóng cho cầu thủ tiếp ứng số ⑩, sau khi chuyển bóng hướng vào trong chạy cắt mặt đối phương, số ⑦ chạy thẳng xuống khoảng trống ở phía dưới để nhận đường chuyền chéo của số ⑩.



Hình 75



Hình 76

### **3. Chiến thuật phối hợp tấn công tập thể**

Chiến thuật phối hợp tấn công tập thể là chỉ sự phối hợp chiến thuật trên một diện tích tương đối rộng với số người tham gia tấn công tương đối nhiều. Lối đá của hình thức chiến thuật này vô cùng biến hoá và có thể chia ra thành 2 loại lớn là tấn công biên và tấn công trung lộ. Thông thường 1 đợt tấn công bao gồm 3 giai đoạn là: phát động, phát triển và kết thúc. Tuy nhiên trong thi đấu, không phải bắt cứ một đợt tấn công nào cũng đều gồm cả 3 giai đoạn và một số chỉ có giai đoạn phát triển và giai đoạn kết thúc.

#### *a. Tấn công biên*

Tấn công biên là phát động và thực hiện hoạt động tấn công trên các khu vực dọc theo 2 biên. Đây là một trong những hình thức thường được sử dụng trong chiến thuật phối hợp tấn công tập thể. Đặc điểm chủ yếu của nó là dựa vào tốc độ tấn công nhanh mở ra các điểm đột phá vào các vị trí tương đối yếu của đối phương.

Giai đoạn phát động tấn công biên phần nhiều được bắt đầu từ hai cánh, tuy nhiên cầu thủ ở các vị trí khác cũng có thể phát động tấn công biên. Giai đoạn phát triển được thực hiện thông qua

tiền đạo cánh, trung phong, tiền vệ hoặc hậu vệ biên bằng cách vận dụng phương pháp phối hợp chuyền bóng hoặc dẫn bóng qua người để đột phá xuyên qua hàng phòng thủ của đối phương.

Giai đoạn kết thúc thường được thực hiện bằng cách treo bóng từ bên ngoài vào trung lộ hoặc dẫn bóng xuống gần đường biên ngang rồi tạt bóng vào trung lộ... để tạo cơ hội cho đồng đội sút cầu môn. Cầu thủ tấn công cũng có thể dẫn bóng đột phá thọc sườn hoặc cắt mặt vào trong để sút cầu môn.

Mục đích chủ yếu của hình thức tấn công biên là lợi dụng chiều rộng của sân để kéo dãn hàng phòng ngự và làm suy yếu sức mạnh phòng thủ trung lộ của đối phương, "giương Đông kích Tây" để tạo cơ hội thuận lợi cho đồng đội ghi bàn từ khu trung lộ.

**Yêu cầu chiến thuật của tấn công biên:**

\* Phải kết hợp tấn công biên với tấn công trung lộ để tăng tối đa hiệu quả tấn công, khiến đối phương phải hết sức đề phòng.

\* Do khi tấn công biên, bóng thường được tạt từ hai bên vào trung lộ cho nên việc xác định thời cơ, điểm rơi và độ xoáy của bóng sẽ ảnh hưởng trực tiếp tới hiệu quả tấn công.

\* Do đặc điểm nổi bật trong chiến thuật tấn công biên hiện nay là người tấn công biên không phải chỉ là tiền đạo cánh, vì vậy cả tiền đạo, tiền vệ và hậu vệ đều phải không ngừng nâng cao năng lực và trình độ kỹ, chiến thuật tấn công biên.

### b. *Tấn công trung lộ*

Hoạt động tấn công được tổ chức ở phần giữa sân của đối phương được gọi là tấn công trung lộ. Hình thức tấn công này tuy có thể tạo ra một sự uy hiếp trực tiếp tới khung thành của đối phương, nhưng do trung lộ thường được phòng thủ chặt chẽ với số người tương đối đông, vừa có trung vệ dập chuyên bắt người, vừa có trung vệ quét chuyên bảo vệ che chắn cho nên việc tấn công sẽ gặp nhiều khó khăn.

Tấn công trung lộ chủ yếu bao gồm các phương pháp sau:

\* Đột phá cá nhân: Trong phạm vi tương đối hẹp cầu thủ tấn công nhận bóng đột phá để thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương hoặc dưới sự yểm hộ của đồng đội dẫn bóng đột phá hay bất ngờ lao xuống sút cầu môn.

\* Đột phá "2 đánh 1": Do khe hở ở trung lộ rất nhỏ và thời gian thực hiện lại rất ngắn cho nên

việc phối hợp, đột phá "2 đánh 1" qua khe hở giữa các cầu thủ phòng ngự là việc làm rất khó khăn. Vì vậy hình thức phối hợp này đòi hỏi một độ chuẩn xác tương đối cao. Tuy nhiên trong thi đấu có thể thông qua nhiều cầu thủ thực hiện liên tục nhiều tổ hợp "2 đánh 1" để nâng cao hiệu quả tấn công.

\* Lợi dụng khoảng trống dẫn bóng đột phá: Do tiền đạo cắm di chuyển sang bên đã kéo theo hậu vệ đối phương, tạo ra một khoảng trống trong hàng phòng ngự, cầu thủ tấn công phải lập tức di chuyển vào khoảng trống đó để nhận bóng sút cầu môn.

\* Tranh đánh đầu và chiếm vị trí sút cầu môn khi bóng được chuyền bổng từ bên ngoài vào: Khi những đường chuyền sệt cắt mặt bị đối phương cản trở, có thể chuyền bóng bổng từ bên ngoài vào trung lộ để các tiền đạo cao lớn và các hậu vệ của đối phương tranh đánh đầu. Khi đánh đầu có thể đánh bóng trực tiếp vào khung thành và cũng có thể đánh đầu để chuyền bóng cho đồng đội, hoặc buộc hậu vệ đối phương mắc sai sót khi đánh đầu, để tiền đạo, tiền vệ đứng gần đó sút cầu môn.

## Yêu cầu chiến thuật của tấn công trung lộ:

\* Động tác phải đơn giản, thành thục và nhanh chóng, sút cầu môn phải dứt khoát, quyết đoán, bất ngờ. Do các cầu thủ phòng ngự ở trung lộ đứng rất dày đặc và tranh cướp bóng quyết liệt cho nên động tác kỹ thuật và sự phối hợp chiến thuật phải đơn giản thành thục và nhanh chóng. Bên cạnh đó cơ hội chỉ xuất hiện trong nháy mắt nên phải kịp thời quyết đoán sút cầu môn để không bỏ lỡ mất thời cơ.

\* Lợi dụng Luật để đột phá: càng gần khu phạt bóng khó khăn càng nhiều nhưng đồng thời khả năng uy hiếp khung thành đối phương và cơ hội ghi bàn thắng cũng càng cao. Vì vậy cầu thủ cầm bóng phải lợi dụng Luật để đột phá, nhằm tạo cơ hội thuận lợi hơn hoặc buộc đối phương phạm lỗi để hưởng phạt đền.

\* Phải nắm vững và thuần thục các phương pháp tấn công trung lộ cơ bản, nhưng đồng thời khi vào sân phải biết vận dụng một cách hợp lý các phương pháp này. Điều này đòi hỏi các cầu thủ phải có được sự phối hợp chặt chẽ. Đặc biệt là các tiền đạo cánh phải kéo dãn biên để lôi kéo hậu vệ đối phương, nhằm tạo ra những khe hở ở khu trung lộ.

#### *4. Nguyên tắc tấn công*

##### *a. Nguyên tắc "chiều rộng"*

Khi tấn công các cầu thủ phải lợi dụng triệt để chiều rộng của sân để thông qua việc tích cực chạy chỗ nhằm thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương và lôi kéo quấy rối hàng phòng thủ của đối phương để tạo ra những khe hở. Khi cầu thủ đối phương đã trở về được vị trí phòng thủ của mình thì phải khống chế bóng chắc và điều chỉnh nhịp điệu tấn công bằng cách thực hiện các đường chuyền ngang, chuyền về để chờ cơ hội tấn công.

##### *b. Nguyên tắc thẩm thấu*

Nguyên tắc thẩm thấu trong thi đấu bóng đá là muốn ám chỉ tới việc cầm bóng đột phá của các cầu thủ tấn công. Sau khi đã dồn biên lôi kéo hậu vệ đối phương để tạo ra các khoảng trống, thì các cầu thủ tấn công phải tích cực di chuyển và kịp thời chuyền bóng vào các khoảng trống đó để tạo cơ hội sút cầu môn hoặc tạo thế uy hiếp khung thành đối phương. Điều này đòi hỏi các cầu thủ phải có ý thức chiến thuật và sự phối hợp ăn ý khi thực hiện các đường chuyền cắt mặt chọc khe hoặc khi đột nhiên thay đổi nhịp điệu thi đấu...

### *\* Nguyên tắc linh hoạt*

Khi đối phương đã phòng thủ dày đặc thì yêu cầu các cầu thủ tấn công phải cơ động, linh hoạt trong việc vận dụng các hoạt động có bóng và không bóng như: vận dụng các kỹ thuật dẫn bóng qua người, đột phá, lợi dụng những khe hở trong chốt lát của hàng phòng thủ đối phương... để tạo ra những cơ hội tấn công.

### *\* Nguyên tắc ứng biến*

Đây chính là khả năng ứng biến trên sân của các cầu thủ khi dẫn bóng đột phá qua đối thủ, di chuyển vào các khoảng trống trước cầu môn, chuẩn bị sút cầu môn, hoặc vượt qua những trở ngại và khó khăn do hàng phòng thủ của đối phương gây ra... Khả năng ứng biến này chính là sự biểu hiện tổng hợp của kỹ, chiến thuật, tố chất thể lực, phẩm chất ý chí và trí tuệ của mỗi cá nhân.

## **III. CHIẾN THUẬT PHÒNG THỦ**

### **1. Chiến thuật phòng thủ cá nhân**

#### *a. Lựa chọn vị trí*

Đối với các cầu thủ phòng ngự vị trí đứng thông thường là đứng trên đường thẳng giữa cầu thủ tấn

công của đối phương và trung tâm cầu môn đội mình. Cầu thủ phòng ngự phải căn cứ vào các khu vực, tình hình cụ thể trên sân và vị trí của bóng để xác định khoảng cách đứng hợp lý với các cầu thủ tấn công của đối phương. Ngoài ra, sự lựa chọn vị trí của các cầu thủ phòng thủ còn phải được thực hiện sao cho họ có thể quan sát được tất cả các tình huống xảy ra trên sân và sự di chuyển của bóng, để chiếm vị trí có lợi nhất cho việc tranh cướp bóng với đối phương. Các cầu thủ phòng thủ phải căn cứ vào sự di chuyển vị trí của đối phương để thay đổi vị trí của mình, họ có thể rời khỏi vị trí phòng thủ của mình khi bóng được dồn sang một bên sân, hoặc có thể co vào phía trong để trợ giúp đồng đội phòng thủ khu trung lộ hay bọc lót cho đồng đội trước các cầu thủ tấn công của đối phương.

#### *b. Kèm người*

Là sự di chuyển vị trí của các cầu thủ phòng ngự nhằm hạn chế khả năng hoạt động của các cầu thủ đối phương hoặc phong tỏa, ngăn cản không cho họ nhận hoặc chuyền bóng. Kèm người được chia ra làm hai loại là kèm chặt và kèm lỏng. Kèm chặt là đeo bám sát đối phương không cho anh ta có cơ hội thoát mái để nhận và xử lý bóng.

Kèm lỏng là kèm người theo khu vực, vừa kèm đối thủ vừa bọc lót cho đồng đội.

Kèm người phải tuân thủ các nguyên tắc sau: Phải thực hiện kèm bắt chặt đối với các cầu thủ đối phương ở gần bóng, có khả năng nhận bóng, ở gần cầu môn hoặc tạo ra sự uy hiếp trực tiếp tới khung thành đội nhà. Đối với các đối thủ đứng cách xa khung thành thì có thể áp dụng hình thức kèm lỏng. Khi kèm chặt cầu thủ có bóng, trước hết phải cố sức để cắt bóng, nếu không cắt được bóng thì phải ép sát, không để đối thủ xoay người. Khi cầu thủ tấn công đứng đối mặt với mình thì cầu thủ phòng thủ phải chiếm vị trí có lợi hơn để ngăn cản cắt bóng, đồng thời có thể sử dụng các động tác giả để lừa đối thủ và rình cơ hội cướp bóng. Khi đang đeo bám với tốc độ nhanh trước một cầu thủ giỏi dẫn bóng qua người thì phải duy trì một khoảng cách nhất định với đấu thủ đó hoặc ngược lại có thể dũng cảm đeo bám chặt đến cùng.

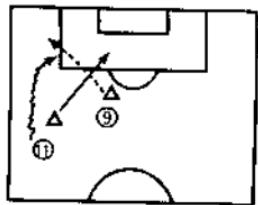
## 2. Phối hợp phòng thủ khu vực

### a. Bọc lót và bổ sung vị trí

Bọc lót và bổ sung vị trí là cơ sở để thực hiện việc phòng thủ dày đặc trong một khu vực nhất

định. Bọc lót được thực hiện khi cầu thủ phòng ngự của đội nhà cầm bóng tấn công. Cầu thủ bọc lót giữ một khoảng cách nhất định ở phía sau cầu thủ này để hỗ trợ cho đồng đội và tất nhiên là phía sau anh ta phải có một cầu thủ khác lúc nào cũng chuẩn bị sẵn sàng để bổ sung vào vị trí đó. Bọc lót là tiền đề của việc bổ sung vị trí, nếu không có bọc lót thì sẽ không thể diễn ra việc bổ sung vị trí. Trong thi đấu bổ sung vị trí là chỉ việc các cầu thủ phòng thủ di chuyển vào các vị trí của đồng đội mình để lấp các khe hở trong hàng phòng thủ.

Bổ sung vị trí có thể diễn ra khi hậu vệ biên lao lên phía trên tấn công và đồng đội ở gần vị trí đó tạm thời bổ sung vào vị trí của anh ta hoặc hai cầu thủ đứng gần nhau bổ sung vị trí cho nhau trong các tình huống cần thiết. Hình 77 cho thấy: số ⑪ đổi phương dẫn bóng đột phá vượt qua hậu vệ biên, lúc này trung vệ phải lập tức lao chéo về phía đó để ngăn cản số ⑪. Như vậy hậu vệ biên và trung vệ đã thay đổi vị trí cho nhau để bảo vệ khu trung lộ.



Hình 77

Khi bổ sung vị trí cho nhau các cầu thủ phòng ngự phải phối hợp hết sức hài hoà và ăn ý. Thông thường khi một cầu thủ phòng ngự đã bị đối phương vượt qua mà anh ta vẫn có khả năng đuổi kịp hoặc vẫn chưa bị cắt rời hẳn ở phía sau thì không nên tự tiện thực hiện việc bổ sung vị trí. Bổ sung vị trí phải lấy vị trí ở gần để lấp vào vị trí trống, bởi vì làm như vậy vừa rất thuận tiện cho hoạt động phòng thủ vừa tận dụng được thời gian. Trong thi đấu các cầu thủ phòng ngự không nên đứng thành hàng ngang mà phải bố trí sao cho các vị trí có thể bọc lót và bổ sung được cho nhau một cách dễ dàng.

#### *b. Vây cướp bóng*

Vây cướp bóng là chỉ hoạt động của các cầu thủ phòng ngự ở một khu vực nhất định nào đó (đặc biệt là ở khu vực góc biên) trong một thời gian ngắn lợi dụng ưu thế tương đối về số người, cùng một lúc vây hãm, ngăn cản cầu thủ cầm bóng để cướp, cắt hoặc phá vỡ hoạt động tấn công của đối phương. Các cầu thủ tham gia vây cướp bóng hành động phải nhất trí, động tác phải bất ngờ, mạnh mẽ, quyết đoán và phải nhân lúc đối phương chưa ổn định, chưa kịp xoay xở điều chỉnh bóng hoặc

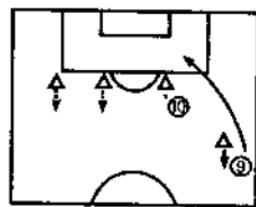
khi đã quá mệt do dẫn bóng nhiều để tiến hành hoạt động vây, cướp bóng. Vây cướp bóng là một biện pháp quan trọng của chiến thuật phòng thủ dày đặc, nó biểu hiện sự tập trung cao độ về ý thức chiến thuật và tình trạng thể lực sung mãn của các cầu thủ. Trong thực tế thi đấu hoạt động này thường thu được hiệu quả rất cao.

### c. *Bẫy việt vị*

Bẫy việt vị là việc lợi dụng các điều Luật thi đấu bóng đá để tạo ra một loại hình chiến thuật phòng thủ nhóm và tập thể đặc sắc. Chiến thuật này thường được áp dụng khi cầu thủ tấn công của đối phương được cài, cắm ở phía trước để đón những đường chuyền dài của đồng đội hoặc khi đối phương được hưởng quả đá phạt ở phần giữa sân. Sử dụng tốt và hợp lý bẫy việt vị sẽ làm suy giảm hiệu quả tấn công của đối phương, đây là lối đá chuyên dùng sự khéo léo và tinh tế để chiến thắng đối phương và là một biện pháp phòng thủ thường hay được sử dụng. Tuy nhiên do tình huống trên sân thi đấu biến vạn hoá và sự phối hợp bẫy việt vị lại đòi hỏi một độ khó rất cao cho nên nhiều khi nó lại gây ra những hậu quả khôn lường như để đối phương phá bẫy việt vị, vượt qua hàng phòng thủ

và trực tiếp uy hiếp khung thành... Vì vậy việc ứng dụng hình thức chiến thuật này đòi hỏi phải có một ý thức chiến thuật nhất định, một trình độ tập luyện cao và phải vận dụng hết sức thận trọng, tránh lạm dụng quá mức trong thi đấu.

Hình 78 cho thấy: Trong khoảng khắc khi số ⑨ chuẩn bị chuyền bóng cho số ⑩, trung vệ số A lập tức ra hiệu lệnh và toàn bộ hàng phòng thủ cùng đồng thời chạy lên phía trước để đặt số ⑩ vào vị trí việt vị. Lúc này nếu số ⑨ chuyền bóng cho số ⑩ thì số ⑩ sẽ bị phạm lỗi việt vị.



Hình 78

### 3. Chiến thuật phối hợp phòng thủ tập thể

Chiến thuật phối hợp phòng thủ tập thể đòi hỏi sự phát huy cao độ sức mạnh của toàn đội. Khi đối phương bắt đầu tấn công, tất cả các cầu thủ đều phải tích cực tham gia phòng thủ, đặc biệt là ở trên nửa sân của đối phương, các tiền đạo phải kịp thời lui về để tích cực tranh cướp bóng ngay trong chân của đối phương hoặc phong toả ngăn cản các đường chuyền thẳng, chuyền dài để làm chậm tốc

độ tấn công của đối phương, tạo cơ hội cho đồng đội kịp thời trở về vị trí để tổ chức tốt đội hình phòng thủ. Khu vực phía trước cầu môn 30m là khu vực nguy hiểm nhất và vì vậy số người phòng thủ ở khu vực này phải tương đối đông để thực hiện chiến thuật phòng thủ dày đặc, có chiều sâu, phải chú ý bọc lót lẫn cho nhau và bắt kẽ cầu thủ đối phương nào tiến vào khu vực này cũng đều phải kèm bắt chặt.

Chiến thuật phòng thủ toàn đội có thể chia ra làm 3 loại là: phòng thủ kèm người; phòng thủ khu vực và phòng thủ hỗn hợp.

\* Phòng thủ kèm người là ngoại trừ trung vệ thòng, còn tất cả các cầu thủ còn lại đều phải tích cực kèm bắt chặt một đối thủ nhất định. Về nguyên tắc thì cầu thủ bị kèm chạy đến đâu thì cầu thủ kèm người phải đeo bám đến đấy. Trung vệ thòng áp dụng hình thức phòng thủ khu vực, quan sát các tình huống diễn ra trên sân để sẵn sàng bổ sung vị trí khi cần thiết.

\* Phòng thủ khu vực là mỗi cầu thủ phụ trách một khu vực nhất định và tiến hành các hoạt động phòng thủ, kèm người trên khu vực đó. Về nguyên tắc các cầu thủ phòng ngự không được phép để đối phương vượt qua khu vực được giao của mình và

trung vệ thòng sẽ đảm nhận nhiệm vụ bổ sung vị trí.

\* Phòng thủ hỗn hợp là phương pháp phòng thủ kết hợp giữa phòng thủ kèm người và phòng thủ khu vực. Thông thường ở các khu vực nguy hiểm hoặc các vị trí ở gần cầu thủ cầm bóng tấn công thì tiến hành phòng thủ kèm người còn các cầu thủ khác thì áp dụng phương pháp phòng thủ khu vực, trung vệ thòng làm nhiệm vụ bọc lót và bổ sung vị trí. Cũng có thể căn cứ vào tình hình thực tế để chỉ định một cầu thủ nào đó kèm chặt một cầu thủ xuất sắc của đối phương.

#### *4. Nguyên tắc phòng thủ*

##### *a. Nguyên tắc trì hoãn*

Khi mất bóng, toàn đội phải lập tức chuyển sang phòng thủ. Cầu thủ ở gần đối thủ không chế bóng nhất phải kịp thời ngăn cản và phong toả, để làm chậm tốc độ dẫn bóng và thời gian chuyền bóng, không cho đối phương có cơ hội phản công nhanh, để tạo cơ hội cho đồng đội kịp thời lùi về vị trí phòng thủ.

##### *b. Nguyên tắc cân bằng*

Ngoại trừ cầu thủ cản trở quay rối cầu thủ không chế bóng của đối phương, các cầu thủ khác phải lập tức trở về vị trí phòng thủ của mình sao

cho số người phòng thủ gần tương đương với số người tấn công, để kịp thời triển khai và tổ chức phòng thủ chặt chẽ.

*c. Nguyên tắc tập trung*

Các cầu thủ phòng ngự phải căn cứ vào từng khu vực và đòi hỏi cụ thể của tình hình để áp dụng các biện pháp kèm chặt hoặc kèm lỏng và từng bước thu hẹp khoảng cách với đồng đội để có thể dễ dàng bọc lót và bổ sung vị trí cho nhau, đồng thời tích cực ngăn cản hoặc cướp, cắt những đường chuyền bóng của đối phương và không để bị đối phương lôi kéo để tạo ra những khoảng trống trong hàng phòng ngự.

*d. Nguyên tắc không chế*

Phải bám chặt đối thủ, không để cho anh ta tự do nhận bóng, chuyền bóng, dẫn bóng và khống chế bóng, đồng thời phải lập tức tiến hành tranh cướp bóng khi đối phương chưa kịp khống chế để biến thủ thành công.

#### **IV. CHIẾN THUẬT ĐÁ BÓNG CỔ ĐỊNH**

Chiến thuật đá bóng cổ định là các chiến thuật được sử dụng khi bắt đầu hoặc tiếp tục trận đấu

sau khi "bóng chết" để tổ chức các hoạt động tấn công, phòng thủ. Do đường chuyền thứ nhất khi đá bóng cố định diễn ra trong điều kiện không có sự tranh, cướp bóng của đối phương cho nên có thể thực hiện theo các phương án tính trước để tổ chức hoạt động tấn công đạt hiệu quả tối đa. Đặc biệt là khi đá phạt góc hoặc đá phạt ở gần khu phạt bóng, nếu tổ chức tốt và có sự phối hợp ăn ý thì cơ hội ghi bàn sẽ tương đối cao. Đối với bên phòng thủ trong các tình huống này cũng có một khoảng thời gian nhất định để tổ chức hoạt động phòng thủ. Vì vậy chiến thuật đá bóng cố định đã luôn được cả hai bên coi trọng.

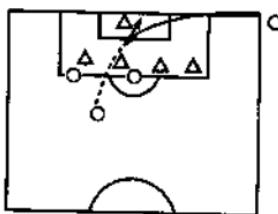
### *1. Chiến thuật đá phạt góc*

#### *a. Chiến thuật tấn công khi đá phạt góc*

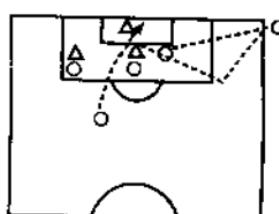
\* Chuyển bóng thẳng vào trước khu cầu môn để đồng đội đánh đầu ghi bàn: Thông thường bóng được chuyền tới điểm cách khung thành khoảng 10m để cầu thủ giỏi đánh đầu di chuyển thọc sâu, đánh đầu đưa bóng vào khung thành của đối phương. Các cầu thủ lao vào đánh đầu nên thực hiện chạy đà, để vừa thoát khỏi người kèm vừa có thể kịp thời nhảy lên đánh đầu (Hình 79).

\* Phối hợp chuyền ngắn: Nếu cầu thủ tấn công

đánh đầu kém hoặc khi bị ngược gió thì có thể vận dụng hình thức chiến thuật này. Đá phạt góc bằng các đường phôi hợp chuyên ngắn phải tranh thủ thời gian, không để cho cầu thủ phòng ngự đổi phương kịp ổn định vị trí, tốc độ đá phải nhanh và phải hạn chế tối thiểu số lần chuyển để kịp thời treo bóng hoặc sút cầu môn (Hình 80).



Hình 79



Hình 80

*b. Chiến thuật phòng thủ khi đối phương đá phạt góc*

Khi đối phương đá phạt góc, thông thường bên phòng thủ chỉ cắm duy nhất một tiền đạo ở lại gần đường giữa sân, còn các cầu thủ khác nhanh chóng rút về để kịp thời tổ chức hoạt động phòng ngự. Các cầu thủ cao lớn đánh đầu tốt phải kèm chặt các cầu thủ tương ứng của đối phương hoặc rút về

phòng thủ ở khu vực nguy hiểm trước khung thành, các cầu thủ khác phải chia nhau bắt người, thủ môn phải đứng ở gần đường cầu môn cách cột dọc phía xa khoảng 2m và phải luôn chuẩn bị sẵn sàng để lao ra, một hậu vệ phải đứng ở sát cột dọc gần để đề phòng đối phương sút bóng vào vị trí đó. Cũng có thể bố trí một hậu vệ đứng sát cột dọc xa để có thể kịp thời bổ sung vị trí khi thủ môn đã lao ra. Tùy thuộc vào tình hình cụ thể trong thi đấu có thể bố trí thêm một cầu thủ tiền đạo cánh đứng sát đường biên ngang cách bóng 9, 15m, để đề phòng đối phương thực hiện quả đá phạt góc bằng chuyền bóng ngắn và chuyền thấp ngang vào trung lộ, đồng thời quấy rối và gây ức chế về tâm lý cho cầu thủ đá phạt làm ảnh hưởng tới chất lượng quả đá phạt góc của đối phương.

## *2. Chiến thuật đá phạt trực tiếp hoặc gián tiếp*

Do trình độ kỹ, chiến thuật và khả năng thực hiện thành công các quả đá phạt ở gần khu phạt bóng ngày càng tăng lên, cho nên các quả đá phạt ngày càng tạo ra một sự uy hiếp lớn hơn và vì vậy chiến thuật đá phạt đã ngày càng được coi trọng.

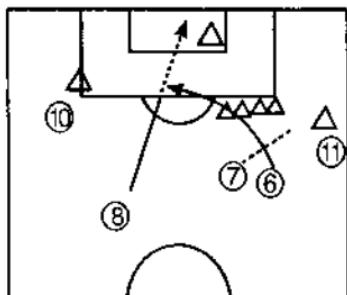
### a. Chiến thuật tấn công từ quả đá phạt

\* Trực tiếp sút cầu môn: Khi được đá phạt trực tiếp ở gần khu cầu môn, các cầu thủ đá phạt phải căn cứ vào "hàng rào chắn" và vị trí đúng của thủ môn, để mạnh dạn sút bóng theo đường vòng cung vào khung thành.

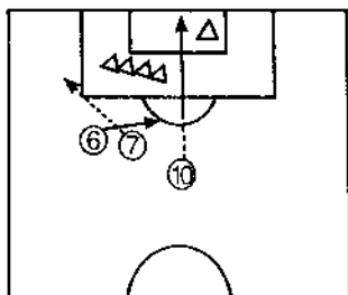
\* Phối hợp chuyền bóng sút cầu môn: Tuy có rất nhiều phương pháp phối hợp chuyền bóng từ quả đá phạt, nhưng dù sử dụng bất cứ phương pháp nào thì cũng đều đòi hỏi giữa các cầu thủ phải có sự phối hợp ăn ý, nhịp nhàng. Động tác khi chuyền bóng phải đơn giản, thành thục, bất ngờ và nhanh chóng sút cầu môn.

Ví dụ 1 (Hình 81): số ⑪ và số ⑩ giả chạy tiếp ứng, số ⑦ giả sút bóng rồi nhanh chóng chạy qua bóng, số ⑥ bấm bóng vượt qua "Hàng rào chắn" của đối phương để số ⑧ nhanh chóng lao lên sút cầu môn.

Ví dụ 2 (Hình 82): số ⑦ lao về phía trước giả sút cầu môn, thực ra là nhảy qua bóng nhằm làm phân tán sự chú ý của "Hàng rào chắn" đối phương để số ⑥ bất ngờ đẩy nhẹ bóng sang bên phải cho số ⑩ lao xuống sút cầu môn.



Hình 81



Hình 82

*b. Chiến thuật phòng thủ trước quả đá phạt của đối phương*

Bất kể đối phương được hưởng quả đá phạt trực tiếp hay gián tiếp thì tiền đạo và tiền vệ của đội phòng thủ cũng phải nhanh chóng lùi về hỗ trợ cho hàng phòng thủ. Trước quả phạt trực tiếp của đối phương phải nhanh chóng tổ chức "Hàng rào chắn" và số người đứng làm "Hàng rào chắn" phải tùy thuộc vào góc độ sút cầu môn của đối phương. Các cầu thủ khác phải áp dụng chiến thuật kèm chặt và bố trí một cầu thủ quấy rối cầu thủ sút bóng của đối phương để nếu cản được cú sút đó thì bất ngờ nhanh chóng tổ chức phản công. "Hàng rào chắn" phải tuân theo sự chỉ đạo của thủ môn và tránh không để bị đánh lừa bởi động tác giả của đối phương mà tùy tiện tản ra, đặc biệt không

được né, tránh bóng hoặc tùy tiện nhảy lên, để bóng xuyên qua "hàng rào" vào lưới.

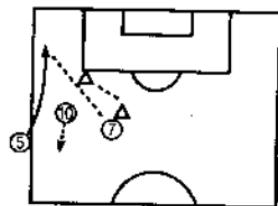
### 3. Chiến thuật ném biên

#### a. Chiến thuật tấn công khi ném biên

Trong thi đấu cả hai bên đều có rất nhiều cơ hội để thực hiện các quả ném biên. Ngày nay ném biên không chỉ đơn thuần là việc đưa bóng vào cuộc, mà nó còn là cơ hội để tổ chức tấn công, đặc biệt là khi được hưởng quả ném biên ở gần đường biên ngang trên sân đối phương thì sự uy hiếp lại càng tăng thêm.

Khi đồng đội thực hiện quả ném biên, các cầu thủ khác phải tích cực chạy chỗ, cắt đuôi, lôi kéo đối phương tiếp ứng, yểm hộ đồng đội... để tạo ra các khoảng trống thuận tiện cho việc nhận bóng.

Ví dụ (Hình 83): số ⑪ lùi về tiếp ứng, số ⑦ thấy số ⑪ kéo đối thủ theo tạo ra một khoảng trống liền nhanh chóng di chuyển vào vị trí đó để nhận bóng, số ⑤ có thể ném bóng cho số ⑪



Hình 83

hoặc số ⑦. Trong trường hợp được hưởng quả ném biên ở gần khu phạt bóng của đối phương thì có thể ném thẳng tới trước cầu môn để đồng đội thọc sâu chiếm vị trí thuận lợi sút cầu môn (cầu thủ nhận bóng trực tiếp từ quả ném biên không bị bắt lỗi việt vị).

*b. Chiến thuật phòng thủ khi đối phương được hưởng quả ném biên*

Khi đối phương ném biên, các cầu thủ của đội phòng thủ phải tiến hành kèm chặt các cầu thủ tấn công ở gần bóng của đối phương. Khi kèm người các cầu thủ phòng ngự phải đứng đúng vị trí tránh để bị đối phương cắt đuôi và phải chú ý hỗ trợ bọc lót lẫn cho nhau.

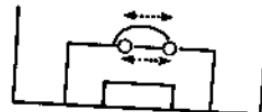
## V. PHƯƠNG PHÁP LUYỆN TẬP CÁC HÌNH THỨC CHIẾN THUẬT

### *1. Luyện tập thoát khỏi người kèm, chạy chồ, chọn vị trí và kèm người.*

a. Hai người một nhóm, 1 công, 1 thủ, người tấn

công thực hiện các thao tác như bắt ngò chạy, dừng gấp, thay đổi hướng và tốc độ để nhanh chóng thoát khỏi người kèm, người phòng thủ thực hiện các chiến thuật kèm (bắt) người.

b. Trên đường phạt bóng đặt 2 quả bóng cách nhau 10m, 2 người một nhóm 1 công, 1 thủ, người tấn công chạy di chuyển giữa 2 quả bóng, dùng nhiều phương pháp khác nhau để thoát khỏi sự kèm cặp của đối thủ nhằm đạt được mục đích cuối cùng là sút cầu môn. Người phòng thủ kèm chặt và ngăn cản đối phương sút cầu môn (Hình 84).



Hình 84

c. Bốn người 2 bóng, hai cầu thủ đứng hai bên khống chế giữ bóng, ở giữa có 2 cầu thủ còn lại 1 công, 1 thủ đứng vào giữa hai cầu thủ trên. Người tấn công sau khi dùng các phương pháp để thoát khỏi sự kèm người của đối phương nhận bóng của 1 cầu thủ khống chế bóng và lập tức chuyển trả lại cho anh ta, người phòng thủ tiến hành kèm chặt ngăn cản đối phương.

## 2. Luyện tập dẫn bóng qua người

a. 1 người dẫn bóng 1 người phòng thủ, người dẫn bóng sử dụng các kỹ thuật dẫn bóng qua người đột phá qua người phòng thủ. Người phòng thủ không tiến hành tranh cướp bóng mà lùi về phía sau và luôn duy trì một cự ly cách người dẫn bóng khoảng 1,5 m, để không cho người dẫn bóng dễ dàng vượt qua mình.

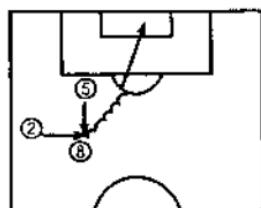
b. 3 người một nhóm, số ⑤ dẫn bóng, số ③ chạy thẳng tới để tranh cướp bóng, số ⑥ sau khi dẫn bóng qua số ③

chuyền bóng  
cho số ⑦ rồi  
chạy về trước  
để tranh cướp  
bóng với số ⑦,  
số ⑦ dẫn bóng  
qua số ⑤ và chuyển bóng cho  
số ③ (Hình 85).



Hình 85

c. Số ⑧ sau khi nhận đường chuyền của số ② dẫn bóng qua số ⑤ và lao về phía trước để lập tức sút cầu môn (Hình 86).



Hình 86

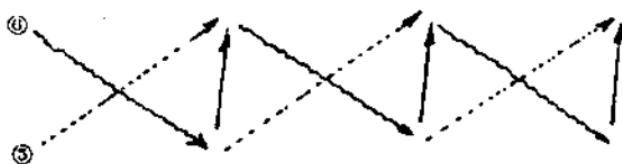
### **3. Luyện tập phối hợp chuyển bóng 2, 3 người**

a. Số ④ dẫn bóng về phía trước, số ⑥ bất ngờ tăng tốc độ chạy cắt chéo tới phía trước số ④ và nhận đường chuyển của số ④, số ④ sau khi chuyển bóng, nhanh chóng chạy cắt chéo như Hình 87.



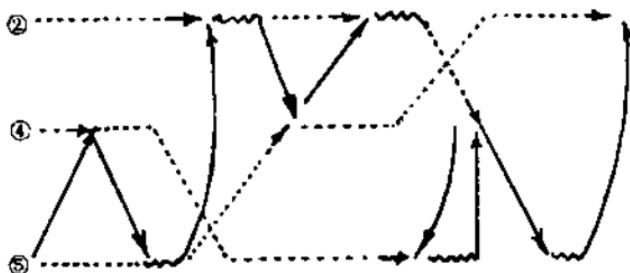
**Hình 87**

b. Số ⑥ dẫn bóng chéo, số ⑤ từ phía sau số ⑥ cũng chạy chéo, số ⑥ chuyển bóng cho số ⑤ (Hình 88).



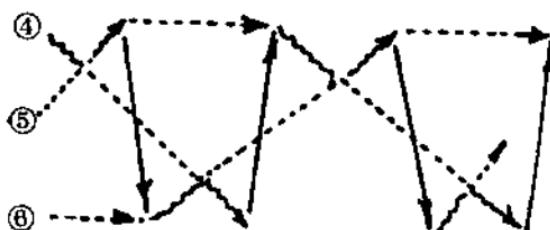
**Hình 88**

c. Số ⑤ và số ④ đá bật tường phổi hợp chuyền bóng "2 đánh 1", số ⑤ sau khi chuyền bóng dài cho số ② liên chạy cắt chéo với số ④, số ② và số ⑤ lại phổi hợp "2 đánh 1", số ② sau khi chuyền bóng dài cho số ④ lại chạy cắt chéo với số ⑤ (Hình 89).



Hình 89

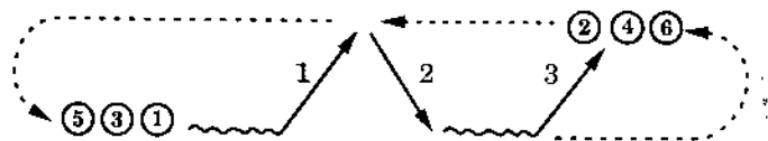
d. Số ④ và số ⑤ chạy chéo yểm hộ nhau dẫn bóng, số ⑤ chuyền dài cho số ⑥, số ⑥ và số ④



Hình 90

chạy chéo yểm hộ nhau dẫn bóng, số ④ lại chuyền dài cho số ⑤ (Hình 90).

đ. 2 đội đứng như Hình 91, cách nhau khoảng 20m, số ① dẫn bóng, phối hợp chuyền bóng "2 đánh 1" với số ② đang chạy thẳng tới và chuyền bóng cho số ④, sau đó số ① và số ② chạy tới đứng ở cuối hàng của đội phương.



Hình 91

#### *4. Luyện tập phối hợp chuyền, cướp bóng*

##### *a. Luyện tập chuyền, cướp bóng "4 đánh 2"*

Phạm vi hoạt động không nên quá rộng, có thể đưa ra những đòi hỏi khác nhau đối với người dẫn bóng như qui định số lần chạm bóng hoặc không được đưa bóng ra khỏi phạm vi qui định... Người cướp bóng sau khi khống chế được bóng, lại thay đổi vai trò công, thủ với người dẫn bóng.

##### *b. Luyện tập chuyền, cướp bóng "3 đánh 1", "3 đánh 2".*

Phạm vi hoạt động phải nhỏ, người khống chế bóng dẫn bóng qua người và yêu cầu người cướp

bóng phải khống chế được bóng.

c. *Luyện tập chuyên, cướp bóng với số người công thủ bằng nhau.*

Hình thức luyện tập này bao gồm luyện tập kèm người, cắt đuôi, chạy chồ, tiếp ứng, khả năng phối hợp chuyên cắt mặt... Hình thức luyện tập này sẽ giúp các cầu thủ nâng cao tốc độ và sức bền.

### **5. Thi đấu sân nhỏ**

Thi đấu sân nhỏ có thể giúp các cầu thủ tăng cường khả năng dẫn bóng, khống chế bóng, đột phá, phối hợp chuyên cắt mặt và tranh cướp, cắt bóng của đối phương. Có thể tiến hành thi đấu ở sân bóng rổ hoặc trên nửa sân bóng đá, hạn chế tối đa việc đá bóng bổng và sút xa, bóng ra ngoài biên dùng chân đá phạt thay cho ném biên và số người tham gia tùy thuộc vào điều kiện của sân bãi.

### **6. Luyện tập công, thủ trên nửa sân**

Luyện tập công, thủ trên nửa sân là một phương pháp rất tốt để tiến hành luyện tập lặp lại một chiến thuật nhất định nào đó. Các cầu thủ chia thành hai đội, một đội tấn công một đội phòng thủ. Đội tấn công cố gắng kết thúc mỗi đợt tấn công bằng việc sút cầu môn và đội phòng thủ thì

tiến hành cướp, cắt, đá và phá bóng qua đường giữa sân. Khi luyện tập đá bóng cố định (bóng chết), thì đội phòng thủ nên tăng thêm số người, để tiện cho việc áp dụng vào những tình huống thực tế trên sân.

### *7. Thi đấu trên toàn sân*

Thi đấu trên toàn sân về cơ bản cũng phải được tiến hành tương tự như thi đấu chính thức, để tăng cường khả năng ứng biến và ý thức chiến thuật của các cầu thủ trong thi đấu, đồng thời kiểm nghiệm và hoàn thiện sự phối hợp chiến thuật. Huấn luyện viên phải căn cứ vào các vấn đề cấp thiết cần giải quyết của đội mình để đưa ra yêu cầu cụ thể. Thông thường có thể chia thời gian thi đấu thành từ 3 đến 4 hiệp, mỗi hiệp từ 20 đến 30 phút và trong thời gian tạm nghỉ, huấn luyện viên phải phân tích, giảng giải và đưa ra những yêu cầu. Nếu cùng một đội chia thành hai nhóm để thi đấu, thì lúc nào cũng có thể thổi còi ngừng trận đấu để kịp thời phân tích và giảng giải về chiến thuật, nhằm giúp các cầu thủ cảm nhận được một cách sâu sắc về những vấn đề cần thiết.

## **CHƯƠNG IV**

# **PHƯƠNG PHÁP HUẤN LUYỆN BÓNG ĐÁ**

### **I. HUẤN LUYỆN CÁC TỐ CHẤT THỂ LỰC**

Huấn luyện tố chất thể lực của các cầu thủ bóng đá thông thường bao gồm huấn luyện về tốc độ, sức mạnh bột phát, sự nhanh nhẹn, mềm dẻo và sức bền... Để đảm bảo thu được hiệu quả cao và phù hợp với yêu cầu của thi đấu bóng đá thì quá trình huấn luyện tố chất thể lực nhất thiết phải tuân theo nguyên tắc vừa sức và nguyên tắc phát triển toàn diện. Nguyên tắc vừa sức tức là yêu cầu, mục đích và trình độ huấn luyện phải phù hợp với đặc điểm lứa tuổi và giới tính của từng đối tượng. Nguyên tắc phát triển toàn diện tức là sự kết hợp hài hòa giữa các tố chất chung và tố chất chuyên môn, đồng thời thúc đẩy sự phát triển toàn diện của các tố chất khác (tức là sự phát triển của một

tố chất này phải có tác dụng thúc đẩy, củng cố và hoàn thiện các tố chất khác).

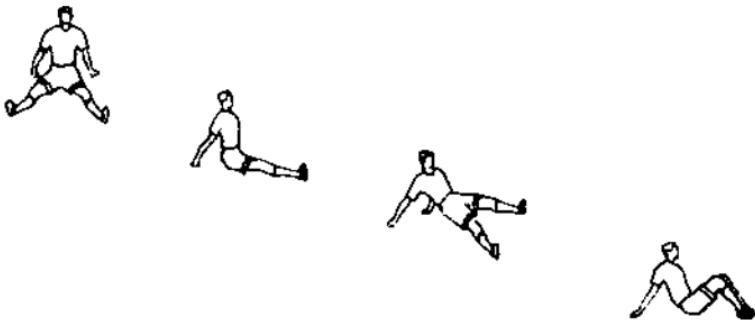
### **1. Các bài tập phát triển tốc độ**

#### *Bài tập 1: Chạy xuống dốc*

Huấn luyện viên phải căn cứ vào tình hình cụ thể của từng cầu thủ để lựa chọn các sườn dốc có góc độ khác nhau và hướng dẫn các cầu thủ tập chạy xuống dốc để phát triển tốc độ của từng người.

#### *Bài tập 2: Khởi động bằng nhiều tư thế*

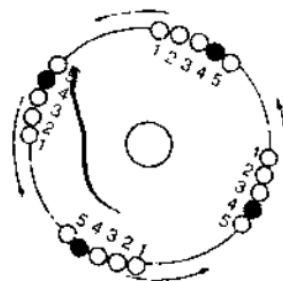
Cắm một cột mốc cách người đứng đầu hàng khoảng 15 - 20m, sau khi có hiệu lệnh của huấn luyện viên, các cầu thủ nhanh chóng khởi động bằng nhiều tư thế vượt qua cột mốc (Hình 92).



**Hình 92**

### Bài tập 3: Xem "số áo" chạy đuổi nhau

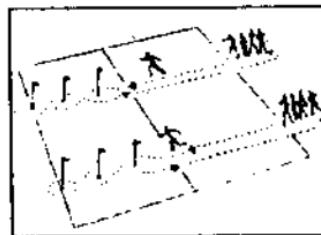
Chia số cầu thủ thành 4 nhóm đứng quây thành một vòng tròn, mỗi nhóm cách nhau khoảng 5m, huấn luyện viên ra hiệu tay chỉ thị số áo của nhóm nào thì các cầu thủ trong nhóm đó lập tức chạy đuổi nhau (Hình 93).



Hình 93

### Bài tập 4: Chạy tiếp sức dẫn bóng theo đường thẳng hoặc đường gấp khúc

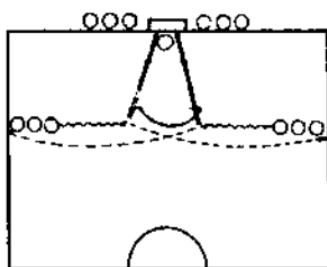
Sau khi nghe thấy hiệu lệnh của huấn luyện viên, các cầu thủ bắt đầu chạy dẫn bóng, đầu tiên theo đường thẳng rồi theo đường gấp khúc qua cột, sau đó dẫn ngược trở về giao bóng cho cầu thủ tiếp theo và chạy về cuối hàng (Hình 94).



Hình 94

## Bài tập 5: Dẫn bóng sút cầu môn

Chia các cầu thủ thực hiện thành 2 nhóm, đứng thành 2 hàng dọc ở 2 bên. Tuần tự người đứng đầu của mỗi hàng dẫn bóng



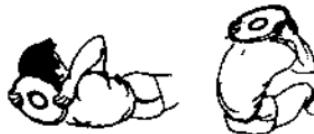
Hình 95

đến trước vòng cấm địa sút cầu môn, rồi chạy đến xếp vào cuối hàng của nhóm kia. Yêu cầu động tác phải nhanh chóng và quyết đoán. Cứ như vậy 2 nhóm luyện tập, 2 nhóm nhặt bóng, tuần tự thay nhau tiến hành (Hình 95).

### 2. Các bài tập phát triển sức mạnh bột phát

#### Bài tập 1: Cầm tạ ngồi dậy từ tư thế nằm ngửa

Cầu thủ hai tay cầm tạ đĩa ở phía sau đầu, ngồi dậy từ tư thế nằm ngửa. Bài tập này yêu cầu các cầu thủ khi



Hình 96

luyện tập không được cong đầu gối. Hai chân phải duỗi thẳng và móc vào một vật thể cố định nào đó hoặc nhò đồng đội đè xuống (Hình 96).

### Bài tập 2: Nhảy ưỡn bụng

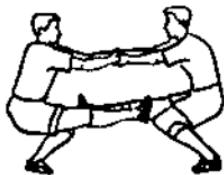
Yêu cầu người tập trong khi nhảy lên phải sử dụng sức mạnh bột phát và ưỡn bụng tối đa (Hình 97).

### Bài tập 3: Ngồi xổm trên một chân

Hai người đối mặt trong tư thế ngồi xổm trên một chân, chân trái gập gối, chân phải duỗi thẳng ngang với phần thắt lưng của đồng đội. Dùng hai tay bám kéo nhau, tuân tự thực hiện co duỗi chân và nâng người lên. Yêu cầu khi nâng người lên phải sử dụng sức mạnh bột phát và phải phối hợp đồng bộ hài hòa giữa các bộ phận trong cơ thể (Hình 98).



Hình 97



Hình 98

### *Bài tập 4: Ngã xuống đất - bật dậy*

Hai người một nhóm, một người dẫn bóng một người xoạc bóng. Yêu cầu người xoạc bóng sau khi ngã xuống đất phải bằng mọi cách nhanh chóng đứng bật dậy và đuổi theo bóng (Hình 99).



**Hình 99**

### *Bài tập 5: Buộc vật nặng vào cẳng chân sút bóng*

Người sút bóng có thể buộc túi cát hoặc một vật nặng vào cẳng chân, rồi chạy đà sút bóng cố định



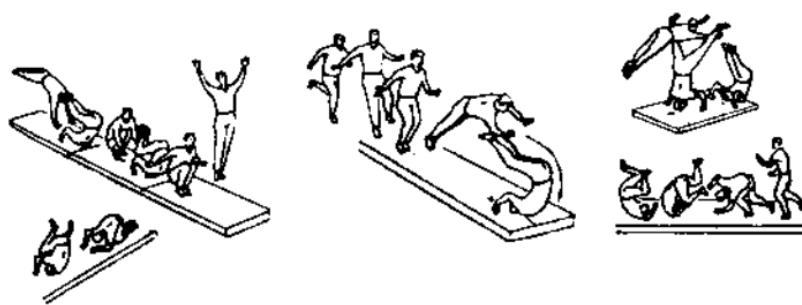
**Hình 100**

hoặc vừa chạy vừa sút bóng. Yêu cầu phải thực hiện chuẩn xác kỹ thuật động tác và phải sút bóng với sức mạnh tối đa (Hình 100).

### *3. Các bài tập phát triển sức nhanh*

#### *Bài tập 1: Lộn trên mặt đất*

Các cầu thủ thực hiện các động tác lộn trên đệm như: lộn về phía trước, lộn về phía sau, lộn sang hai bên và nhảy lên, lộn về phía trước... (Hình 101)



Hình 101

#### *Bài tập 2: Né, tránh dẫn bóng*

Nhiều cầu thủ cùng đồng thời ở trong một khu vực qui định và né tránh dẫn bóng. Yêu cầu người và bóng không được va chạm vào nhau (Hình 102).

*Bài tập 3:  
Chơi ném vịt*

Toàn đội  
chia thành 2  
nhóm, nhóm  
1 đứng quây  
thành vòng  
tròn, nhóm 2



Hình 102

đứng phân tán trong vòng tròn, cầu thủ nhóm 1 cầm bóng ném vào cầu thủ ở nhóm 2, người bị ném trúng đứng vào vòng tròn để cùng tham gia ném bóng. Cứ như vậy tiến hành đến người cuối cùng và trong cùng một thời gian qui định, nhóm nào có số người bị ném trúng ít hơn là thắng (Hình 103).



Hình 103

#### *Bài tập 4: Chạy dẫn bóng*

Các cầu thủ chạy dẫn bóng sát người và thực hiện các động tác như lắc người, hất, tảng bóng...

Yêu cầu khi thực hiện những động tác này, phải tưởng tượng là có một người phòng thủ ở trước mặt để cố hết sức biến đổi và sử dụng các kỹ xảo dẫn bóng qua người, đồng thời phải chú ý tới tính bất ngờ của động tác và kiểm soát cơ thể khi thực hiện động tác lắc người (Hình 104).

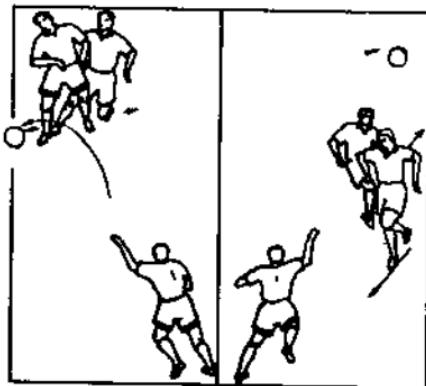


Hình 104

#### *Bài tập 5: Lắc người thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương*

Ba người một nhóm, một người chuyên bóng, một người phòng thủ, người còn lại sử dụng động tác lắc người sang hai bên để bất ngờ thoát khỏi sự kèm cặp của đối phương. Người chuyên bóng đứng cách người nhận bóng khoảng 5m và cứ như vậy ba

người luân phiên thay đổi nhau tiến hành luyện tập. Yêu cầu khi luyện tập người nhận bóng phải



Hình 105

chú trọng tới sự nhanh nhẹn và tính bất ngờ của động tác, đồng thời cũng phải tăng cường khả năng khống chế cơ thể trong các tư thế khác nhau (Hình 105).

#### *4. Các bài tập phát triển sự mềm dẻo*

##### *Bài tập 1: Các động tác kéo giãn tinh lực*

Thông qua việc thực hiện các động tác chậm để kéo giãn hệ thống cơ bắp, dây chằng và khi kéo đến một mức độ nhất định thì dừng lại. Biên độ thực hiện động tác và cường độ của lực phải căn cứ vào khả năng chịu đựng của mỗi người và khi đã kéo giãn tới mức tối đa phải giữ nguyên động tác từ 8 đến 10 giây đồng thời phải tiến hành luyện tập mỗi động tác từ 3 đến 6 lần. Thông thường các bài tập này bao gồm các động tác như đứng thẳng

gập người về phía trước, ngồi ngả người tối đa về phía sau, đứng thẳng dựa lưng vào tường rồi gập người tối đa về phía trước... (Hình 106).



Hình 106

*Bài tập 2: Chọc bóng*

Một cầu thủ dẫn bóng với tốc độ chậm, một cầu thủ khác đứng cách xa duỗi thân chọc bóng (Hình 107).



*Bài tập 3: Bước nhảy - xoạc bóng*

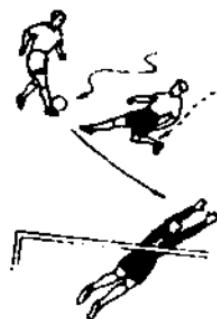
Một cầu thủ dẫn bóng với tốc độ chậm, một cầu thủ khác đứng ở một

Hình 107

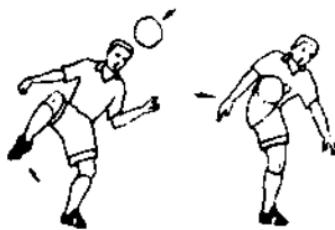
cự ly nhất định thực hiện bước nhảy xoạc bóng (Hình 108).

*Bài tập 4: Ngả người đá bóng trên không*

Một người tung bóng, một người ngả người đá bóng trên không. Yêu cầu người ném bóng phải ném bóng sao cho người sút bóng có thể duỗi người thoải mái (Hình 109).



Hình 108



Hình 109

*Bài tập 5: Trao, nhận bóng*

Hai người một nhóm, một người ưỡn bụng tối đa ngả người về phía sau, đưa bóng cho đồng đội, người kia gấp người



Hình 110

tối đa nhận bóng (Hình 110).

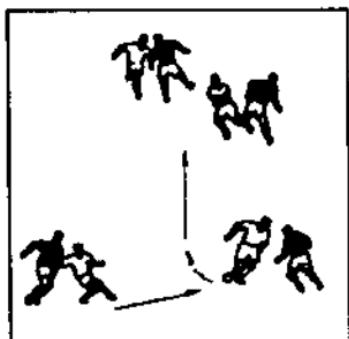
### 5. Các bài tập phát triển sức bền

#### Bài tập 1:

Chạy liên tục 12 phút, hoặc liên tục chạy viet dã trong một khoảng thời gian dài hơn.

#### Bài tập 2:

Luyện tập phối hợp “1 đánh 1” cướp và khống chế bóng trong một thời gian nhất định rồi luyện tập chuyên, cướp bóng phối hợp “2 đánh 2”, “3 đánh 3”, “5 đánh 5” (Hình 111).



Hình 111

### *Bài tập 3:*

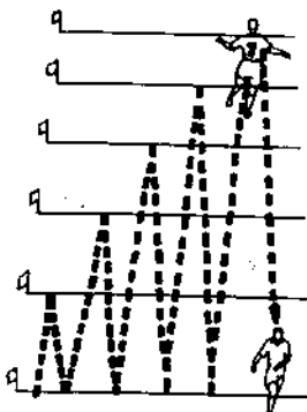
Trong một thời gian nhất định, chạy liên tục chuyên bóng và sút cầu môn.

### *Bài tập 4:*

Nhảy dây tốc độ cao tại chỗ: 30" x 20 lần, 60" x 10 lần, 90" x 5 lần...

### *Bài tập 5:*

Chạy theo hình chữ chi 5, 10, 15, 20 và 25m (Hình 112).



Hình 112

## **II. LẬP KẾ HOẠCH HUẤN LUYỆN**

Kế hoạch huấn luyện của đội bóng thường được xây dựng theo các thời gian dài ngắn khác nhau.

Thông thường nó được chia ra thành: kế hoạch huấn luyện nhiều năm, một năm, theo từng giai

đoạn, tuần và kế hoạch huấn luyện cho từng buổi tập.

### ***1. Lập kế hoạch huấn luyện nhiều năm***

a. Khi lập kế hoạch huấn luyện nhiều năm người ta thường lấy 4 năm làm một chu kỳ huấn luyện.

b. So với những kế hoạch khác, kế hoạch này có ưu điểm là có tầm nhìn xa và có tính khuôn mẫu hơn. Do trong quá trình phát triển các cầu thủ thường có những biểu hiện nảy sinh bất ngờ khó lòng dự đoán, cho nên những nội dung huấn luyện đã được đề ra như nhiệm vụ, mục đích, biện pháp, cường độ tập luyện... sẽ khó tránh khỏi những sự sai lệch và bất hợp lý, vì vậy cần phải liên tục tiến hành bổ sung, sửa chữa.

c. Việc xây dựng kế hoạch huấn luyện nhiều năm phải dựa trên cơ sở hiện trạng của các cầu thủ và phải sử dụng một sự suy đoán, phân tích hợp lý, khoa học để lập ra một qui hoạch tổng thể. Tuy chỉ là một phương án dự tính, nhưng nó lại đòi hỏi phải có những mục tiêu rõ ràng, những biện pháp nhiệm vụ cụ thể và sự sắp xếp bố trí

thời gian hợp lý để có thể định hướng một cách rõ ràng trong suốt quá trình thực hiện kế hoạch huấn luyện nhiều năm.

d. Huấn luyện viên phải căn cứ vào tình hình cụ thể của đội bóng và mục tiêu đã được đề ra để thực hiện những nội dung huấn luyện trọng điểm như kỹ thuật, chiến thuật, tố chất, tình trạng thể lực và trạng thái tâm lý...

## ***2. Lập kế hoạch huấn luyện năm***

a. Kế hoạch huấn luyện năm là kế hoạch được xây dựng trong thời gian một năm. Nó được xây dựng dựa trên những nội dung và nhiệm vụ của kế hoạch huấn luyện nhiều năm, nhưng đã được bổ sung, sửa đổi cho phù hợp với tình hình cụ thể.

b. Trong kế hoạch huấn luyện năm phần chữ viết có thể là chính, phần bảng biểu là phụ, cũng có thể dùng phần bảng biểu là chính và phần chữ viết phụ thêm vào để trình bày rõ hơn.

c. Kế hoạch huấn luyện năm thông thường phải bao gồm: nội dung, mục đích, nhiệm vụ và phương pháp huấn luyện, các kế hoạch huấn luyện theo từng tuần, từng giai đoạn...

### *3. Lập kế hoạch huấn luyện cho một giai đoạn*

- a. Thời gian huấn luyện trong các giai đoạn thường không đều nhau và có thể kéo dài từ 15 ngày đến 3 tháng.
- b. Kế hoạch huấn luyện giai đoạn là một phần và là một trong các yếu tố tạo thành kế hoạch huấn luyện năm. Bên cạnh đó nó còn căn cứ vào nhiệm vụ và tình hình hiện tại để đề ra những kế hoạch huấn luyện cụ thể cho từng giai đoạn.
- c. Khi lập kế hoạch huấn luyện giai đoạn, huấn luyện viên ngoài việc phải chú ý tới việc duy trì tính liên tục và sự phối hợp chặt chẽ giữa nhiệm vụ của từng giai đoạn huấn luyện, còn phải chú ý tới sự sắp xếp một cách hợp lý các kế hoạch huấn luyện tuân trọng từng giai đoạn, bởi vì các nhiệm vụ chủ yếu của mỗi giai đoạn sẽ được thực hiện thông qua sự sắp xếp này.
- d. Trong kế hoạch huấn luyện giai đoạn phải nêu rõ nhiệm vụ chủ yếu và nội dung huấn luyện trọng điểm, đồng thời còn phải xác định rõ cường độ, mật độ luyện tập và đề ra những biện pháp huấn luyện cụ thể cho từng mặt.

#### **4. Lập kế hoạch huấn luyện tuần**

a. Kế hoạch huấn luyện tuần được thực hiện trong thời gian 7 ngày và là một kế hoạch mang tính thực hiện cụ thể.

b. Sự sắp xếp kế hoạch huấn luyện tuần phụ thuộc vào nội dung và nhiệm vụ cụ thể của từng tuần. Thông thường kế hoạch này thường thiên về một phía nào đó, ví dụ thiên về huấn luyện kỹ chiến thuật... để thi đấu trong tuần, hoặc chú trọng tới cường độ luyện tập trong thời gian hồi phục...

Bảng 3 sẽ cho chúng ta thấy kế hoạch huấn luyện tuần của một đội bóng trong thời kỳ huấn luyện thiên về kỹ, chiến thuật cơ bản.

c. Trong kế hoạch huấn luyện tuần có thể tiến hành thay đổi cường độ và mật độ luyện tập. Ví dụ giữ nguyên hoặc hơi giảm cường độ nhưng tăng mật độ luyện tập hay giữ nguyên hoặc hơi giảm mật độ để nâng cao cường độ luyện tập.

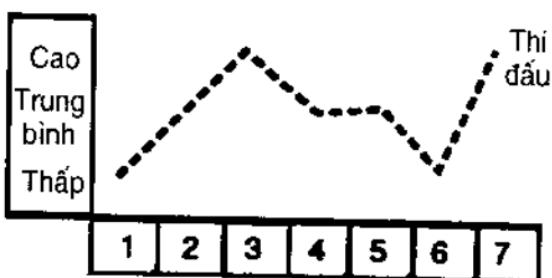
d. Nếu trong tuần chỉ có một trận thi đấu thì kế hoạch huấn luyện tuần phải được sắp xếp sao cho các cầu thủ có được trạng thái thi đấu tốt nhất trước trận đấu. Huấn luyện viên phải căn cứ vào đặc điểm và tình hình cụ thể của đội bóng cũng

### KẾ HOẠCH HUẤN LUYỆN TUẦN TRONG THỜI KỲ TẬP HUẤN

Bảng 3:

Ngày	23/2	24/2	25/2	26/2	27/2	28/2	29/2	Nhiệm vụ huấn luyện	Biện pháp chủ yếu
Thứ Buổi đang	2	3	4	5	6	7	CN		
Sáng	Nghỉ	Mềm dẻo nhanh nhẹn	Luyện tập cảm giác bóng	Nghỉ	Luyện tập cá nhận	Luyện tập cảm giác bóng	Nghỉ	Nâng cao tinh thần thực, tinh chuẩn xác và hợp lý trong vận động thời đông thời tăng cường	Luyện tập từ 2 - 4 người. Luyện tập kỹ thuật liên hành từ chậm đến nhanh.
Trưa	Kỹ thuật cơ bản	Kỹ thuật cơ bản	Luyện tập chiến thuật	Kỹ thuật cơ bản	Chiến thuật cơ bản	Hợp đội bóng	Tổng kết thi đấu	Nghỉ	Luyện tập chiến thuật lấy việc phòng thủ là chính đồng thời cùng cố hoàn thiện các miếng phối hợp.
Chiều	Chiến thuật cơ bản	Kỹ thuật cơ bản	Dạy thi đấu	Tốc độ nhanh nhẹn	Kỹ chiến thuật thông thường	Sức bền thi đấu	Nghỉ	Nghỉ	
Cường độ kỹ thuật	Trung binh	Thấp	Cao	Trung binh	Thấp	Cao			

như là của đối thủ để xác định các nội dung, các biện pháp và cường độ vận động... hợp lý. Huấn luyện viên phải đặc biệt chú ý tới cường độ và mật độ luyện tập, tránh gây ra sự mệt mỏi quá độ nhưng đồng thời cũng không nên quá lo lắng mà loại bỏ việc huấn luyện với cường độ cao. Hình 113 sẽ cho chúng ta thấy cường độ vận động trong tuần có thi đấu của một câu lạc bộ nổi tiếng ở Trung Quốc.



Hình 113

### *5. Lập kế hoạch huấn luyện cho từng buổi tập*

a. Kế hoạch huấn luyện cho từng buổi tập hay còn được gọi là giáo án huấn luyện thường kéo dài từ 1 - 3 giờ. Có thể nói đây là sự cụ thể hóa một cách chi tiết nhất toàn bộ hệ thống huấn luyện, bởi vì tất cả các kế hoạch huấn luyện cuối cùng đều được thực hiện cụ thể trong các giáo án này.

b. Nội dung của một giáo án thông thường bao gồm 3 phần là: Phần chuẩn bị, phần chính và phần kết thúc trong đó phần chính là phần chủ yếu kéo dài nhất và nó lại được chia ra thành nhiều nội dung lớn. Nội dung và nhiệm vụ của phần chuẩn bị và phần kết thúc chủ yếu là để phục vụ cho yêu cầu của phần chính.

c. Tùy thuộc vào nhiệm vụ và mục đích huấn luyện mà các giáo án có thể chia ra thành các giáo án huấn luyện về kỹ thuật, chiến thuật, thể lực, tố chất hoặc huấn luyện tổng hợp...

d. Để duy trì tính liên tục giữa các giáo án huấn luyện viên cần phải tiến hành tổng kết rút kinh nghiệm sau mỗi buổi tập để kịp thời bổ sung những điều cần thiết và phát huy tối đa những điểm mạnh trong giáo án tiếp theo.

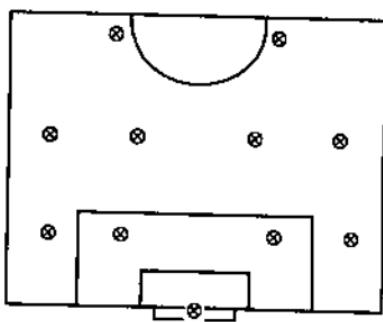
### **III. CHỈ ĐẠO THI ĐẤU VÀ LỰA CHỌN CHIẾN THUẬT THI ĐẤU**

#### ***1. Việc sắp xếp bố trí đội hình và chức năng nhiệm vụ của từng cầu thủ***

Số cầu thủ thi đấu chính thức trong một trận thi

đấu bóng đá của mỗi bên là 11 người. Huấn luyện viên phải căn cứ vào thực lực công, thủ và đặc điểm của từng cầu thủ để sắp xếp bố trí thành những đội hình khác nhau cho phù hợp với tình hình thực tế. Mỗi đội hình thi đấu lại quy định một chức năng và nhiệm vụ cụ thể cho từng cầu thủ và vì vậy trên thực tế hai mặt này luôn luôn biến đổi rất đa dạng. Sau đây chúng tôi chỉ xin giới thiệu sự

phân công  
chức năng và  
nhiệm vụ của  
các cầu thủ  
trong đội  
hình thường  
hay được áp  
dụng nhất ở  
Trung Quốc



Hình 114

và Thế giới: Đội hình “4 - 4 - 2” (Hình 114).

Từ đội hình “4 - 4 - 2” nếu huấn luyện viên muốn tăng cường sức mạnh ở hàng phòng ngự thì có thể kéo một cầu thủ ở giữa sân (tiền vệ) về hàng phòng ngự để tạo thành đội hình “5 - 3 - 2” (5 hậu vệ, 3 tiền vệ, 2 tiền đạo). Còn nếu huấn luyện viên

muốn tăng cường khả năng công, thủ ở phần giữa sân thì có thể đưa một cầu thủ ở hàng phòng ngự lên bổ sung vào hàng tiền vệ để tạo thành đội hình “3 - 5 - 2” (3 hậu vệ, 5 tiền vệ, 2 tiền đạo).

Ngày nay việc sắp xếp bố trí đội hình không còn là một nhân tố cơ bản quyết định thắng lợi trong thi đấu. Thực tế đã cho thấy hai đội bóng cùng áp dụng một đội hình trong cùng một trận đấu thì cuối cùng vẫn có đội thắng và đội thua. Vì vậy xu thế hiện nay là những đội bóng xuất sắc trên thế giới không bao giờ áp dụng một cách cứng nhắc một đội hình nhất định trong thi đấu mà họ luôn căn cứ vào tình hình cụ thể trên sân để vận dụng một cách linh hoạt và sáng tạo các đội hình thi đấu.

#### a. *Đặc điểm của đội hình “4 - 4 - 2”.*

Đội hình “4 - 4 - 2” được tạo ra từ đội hình “4 - 3 - 3” bằng cách kéo một tiền đạo về bổ sung cho hàng tiền vệ. Đặc điểm chủ yếu của đội hình này là:

\* Tăng cường được sức mạnh phòng thủ ở phần giữa sân và khu vực trước khu cầu môn. Do ở phần giữa sân đã có 4 cầu thủ cho nên đã tăng cường được sức mạnh phòng thủ, cản trở việc tổ chức tấn công của đối phương ở phần giữa sân, làm giảm đi sự uy hiếp của đối phương ở trước khu phạt bóng

và vì vậy đã nâng cao hiệu quả phòng thủ của đội nhà.

\* Rất thuận tiện cho việc phản công nhanh. Do đội hình này hàng tiền đạo chỉ cắm hai trung phong nhô cao ở phía trên, cho nên hai hậu vệ biên có thể dễ dàng lao lên hỗ trợ, đồng thời khoảng trống ở hai bên trung phong tương đối lớn đã tạo điều kiện thuận lợi cho việc tổ chức phản công nhanh.

\* Tăng thêm tính cơ động của các cầu thủ. Mặc dù số người ở hàng tiền đạo giảm đi, nhưng phạm vi hoạt động của họ lại được tăng lên và vì vậy họ có thể dễ dàng thay đổi vị trí với các cầu thủ ở hàng tiền vệ và hậu vệ làm tăng thêm tính cơ động trong hoạt động của mình, khiến đối phương phải hết sức đề phòng. Đặc biệt sự gia tăng số lần lao lên hỗ trợ tấn công của các cầu thủ tuyến 2 và tuyến 3 đã tạo ra nhiều cơ hội sút bóng ghi bàn hơn cho các cầu thủ tấn công.

#### *b. Chức năng và nhiệm vụ của từng cầu thủ*

##### *\* Thủ môn:*

Thủ môn là một cầu thủ đặc biệt trong đội bóng, anh ta có thể dùng tay bắt bóng trong khu phạt bóng và nhiệm vụ chủ yếu là giữ vững khung

thành. Vì vậy phạm vi hoạt động của thủ môn tương đối cố định và phần lớn là ở khu phạt bóng trước khung thành. Nhiệm vụ chủ yếu của thủ môn bao gồm:

- + Giữ vững khung thành, không để các cầu thủ tấn công của đối phương đưa bóng vào lưới.
- + Ngăn cản, bắt những đường chuyền hoặc dẫn bóng của đối phương vào trong khu phạt bóng.
- + Đảm nhận nhiệm vụ chỉ huy điều khiển, tổ chức hàng phòng thủ của đội nhà.
- + Nhanh chóng phối hợp với đồng đội để triển khai hoạt động tiến công và là một trong những điểm khởi đầu hoạt động tiến công của toàn đội.

#### \* *Hậu vệ biên*

Hậu vệ biên bao gồm 2 cầu thủ là hậu vệ biên phải và hậu vệ biên trái. Ngày nay cùng với xu hướng phát triển nhanh chóng và toàn diện trong bóng đá hiện đại, vai trò và vị trí của hậu vệ biên ngày càng trở nên quan trọng hơn. Phạm vi hoạt động trong thi đấu của họ chủ yếu là dọc theo hai đường biên cùng bên và nhiệm vụ chủ yếu của họ là:

- + “Bắt chết” tiền đạo cánh hoặc các cầu thủ tấn công khác của đối phương hoạt động ở gần đường biên.

- + Ngăn cản việc triển khai hoạt động tấn công của đối phương ở hai biên và bất kể đối phương áp dụng chiến thuật tấn công nào cũng phải tích cực ngăn ngừa cản phá.
- + Chiếm vị trí thuận lợi để quan sát toàn sân và dễ dàng bọc lót bổ sung vị trí cho đồng đội.
- + Phát động và tổ chức hoạt động tấn công từ phần sân sau và phần giữa sân.
- + Lao lên tham gia tấn công và thậm chí có thể trực tiếp dẫn bóng sút cầu môn ghi bàn.

\* *Trung vệ*

Thông thường 2 trung vệ được bố trí 1 đứng trước, 1 đứng sau, chứ không đúng thành hàng ngang. Trung vệ đứng trước gọi là trung vệ dập và nhiệm vụ chủ yếu của anh ta là:

- + “Bắt chặt” trung phong hoặc cầu thủ tuyến 1 của đối phương đang dẫn bóng ép sát tới trước khu cầu môn.
- + Cản phá những đường bóng bổng ở trước và trong khu phạt bóng.
- + Tham gia tổ chức tấn công ở phần sân sau và phần sân giữa.

Trung vệ đứng sau gọi là trung vệ thông (quét),

hay còn gọi là hậu vệ tự do. Thông thường vị trí của anh ta là đứng ở giữa, phía sau những cầu thủ phòng ngự, nơi được coi là “vùng tim” của hàng phòng thủ và nhiệm vụ chủ yếu của anh ta là:

- + Bọc lót cho trung vệ dập và bổ sung vị trí cho các hậu vệ biên.
- + Cướp, cắt phá bóng, để bẻ gãy các đợt tấn công của đối phương.
- + Bao quát chỉ huy toàn đội, đặc biệt là hàng phòng thủ ở phần sân sau.
- + Tổ chức, tham gia tấn công, bao gồm cả việc lao lên đánh đầu hoặc sút cầu môn ghi bàn.

#### \* *Tiền vệ biên*

Tiền vệ biên cũng có 2 người là tiền vệ biên trái và tiền vệ biên phải. Thông thường phạm vi hoạt động của họ là ở khu vực dọc theo hai đường biên cùng bên với nhiệm vụ chủ yếu là:

- + Tổ chức tấn công ở khu vực dọc theo hai đường biên cùng bên và lao lên tấn công biên ở phần sân trước.
- + Tổ chức chuyển hướng tấn công sang bên cánh đối diện.
- + Sút cầu môn ở cự ly xa hoặc lao lên trước khu phạt bóng của đối phương để sút bóng ghi bàn.

+ Tổ chức phòng thủ và cản phá các đợt tấn công của đối phương ở phần giữa sân, đặc biệt là các đường tấn công nhanh của đối phương từ khu vực đường biên ở phần giữa sân.

+ Kèm chặt các cầu thủ đối phương đang đứng trước mặt, đặc biệt là phải chú ý "bắt chết" cầu thủ lao lên tấn công của đối phương.

#### \* *Tiền vệ giữa*

Thông thường được chia thành tiền vệ đứng nhô cao phía trước và tiền vệ lùi. Đây là các cầu thủ giữ vai trò chủ đạo trong hoạt động tấn công và phòng thủ của toàn đội. Một điều đáng nói là tuy có vị trí đứng và chức năng nhiệm vụ khác nhau nhưng họ đều gánh vác nhiệm vụ công thủ toàn diện. Nhiệm vụ chủ yếu của tiền vệ nhô cao phía trước là:

+ Thông qua những hoạt động như tiếp ứng, phối hợp chuyền cắt mặt, phối hợp "2 đánh 1" hoặc dẫn bóng... để tổ chức hiệu quả hoạt động tấn công.

+ Chuyển hướng tấn công. Nếu số người công, thủ tập trung đứng dày đặc ở khu trung lộ thì phải kịp thời chuyền bóng sang hai cánh để chuyển hướng tấn công.

+ Sút xa ở khu trung lộ hoặc lao đến trước khu cầu môn sút hoặc đánh đầu đưa bóng vào lưới.

+ Kèm chặt tiền vệ lùi của đối phương, làm chậm tốc độ tấn công nhanh của đối phương và khi cần thiết thì phải bắt chặt cầu thủ lao lên tấn công của đối phương.

+ Bọc lót và bổ sung vị trí cho các cầu thủ tiền vệ khi họ lao lên tấn công.

\* *Tiền vệ lùi*

Đa số các tiền vệ lùi là tiền vệ phòng thủ và nhiệm vụ chủ yếu của họ là:

+ “Bắt chết” tiền vệ nhô cao và ngăn cản tất cả các cầu thủ lao lên tấn công của đối phương, bất kể là họ có bóng hay không có bóng.

+ Đứng ở phía sau và làm nhiệm vụ bọc lót cho các tiền vệ nhô cao để kịp thời hỗ trợ và bổ sung vị trí khi cần thiết.

+ Bọc lót và bổ sung vị trí cho các cầu thủ hậu vệ khi họ lao lên tấn công.

+ Tổ chức tấn công ở phần sân sau và phần giữa sân, đặc biệt là tổ chức việc chuyển hướng tấn công, đồng thời tận dụng triệt để mọi cơ hội để lao lên phía trên tấn công.

\* *Trung phong nhô cao*

Phạm vi hoạt động chủ yếu của 2 trung phong

nhô cao là ở khu trung lộ phần sân trước, tuy nhiên họ cũng có thể tiến hành hoạt động ở khu vực dọc theo đường biên sân trước. Nhiệm vụ chủ yếu của họ là:

+ Sút hoặc đánh đầu đưa bóng vào lưới. Do vị trí đứng của hai trung phong này là ở phía trước của toàn đội và sát gần cầu môn đối phương nhất, cho nên việc sút hoặc đánh đầu ghi bàn thắng là nhiệm vụ chủ yếu và quan trọng nhất của họ.

+ Tạo cơ hội cho đồng đội sút hoặc đánh đầu ghi bàn thắng. Bất kể là ở khu trung lộ hay là ở khu vực dọc theo đường biên thì việc tạo cơ hội cho đồng đội ghi bàn cũng là một trong những nhiệm vụ chủ yếu của các trung phong.

+ Tích cực tham gia phòng thủ ở phần sân trước, chủ yếu là cướp hoặc cắt bóng của thủ môn và những cầu thủ ở phần sân sau của đối phương.

+ Ngăn cản và làm chậm tốc độ tấn công nhanh từ phần sân sau và phần giữa sân của đối phương, để tạo điều kiện cho đồng đội có thể kịp thời bày trận, hình thành nên thế phòng thủ toàn đội vững chắc.

Ngày nay, cùng với sự phát triển mạnh mẽ của môn bóng đá, phạm vi hoạt động của những cầu thủ xuất sắc ngày càng được mở rộng thêm, đồng thời chức năng và nhiệm vụ của họ cũng không

ngừng được tăng cao và lối đá cũng ngày càng thêm cơ động và linh hoạt. Họ không còn bị bó buộc vào một vị trí và một nhiệm vụ nhất định nữa mà vị trí và vai trò của họ trên sân ngày càng trở nên đa dạng hơn.

## ***2. Lựa chọn và áp dụng các hình thức chiến thuật***

Hiện nay trên thế giới có hàng trăm đội bóng nổi tiếng với lối đá và chiến thuật khác nhau. Khi thi đấu họ căn cứ vào phong cách và đặc điểm của đội mình, thực lực của đối thủ, điều kiện khí hậu và sự tác động của các nhân tố khách quan... để định ra các hình thức chiến thuật hợp lý. Vì vậy, không thể liệt kê ra được tất cả những hình thức chiến thuật mà các đội đã sử dụng qua từng trận đấu mà chỉ có thể thuật lại một cách sơ lược một số hình thức chiến thuật cơ bản nhất mà thôi. Các hình thức chiến thuật thường được các đội bóng nổi tiếng áp dụng là:

### ***a. Chiến thuật phản công nhanh***

Chiến thuật này thường được áp dụng khi một đội bóng bị đối phương ép sân hoặc khi họ cố ý thực hiện chiến thuật phòng thủ kéo cầu thủ tiền đạo ở phần sân trước về gần đường giữa sân, để kéo theo cầu thủ phòng ngự của đối phương nhằm

tạo ra một khoảng trống tương đối lớn giữa thủ môn và hàng hậu vệ của đối phương.

\* *Các hình thức thực hiện chủ yếu của chiến thuật phản công nhanh*

+ Sau khi thủ môn cắt, bắt được bóng, phát động phản công nhanh. Nói chung sau khi đối phương kết thúc một đợt tấn công bằng việc sút cầu môn thì hầu như toàn bộ đội hình đã dồn lên tới gần đường giữa sân hoặc thậm chí có khi lên tới khu vực sân trước. Lúc này, thủ môn sau khi cắt, bắt được bóng phải lập tức dùng tay ném bóng đến khu vực gần đường biên ở phần giữa sân hoặc phát bóng thật mạnh sang phần sân của đối phương cho đồng đội. Các cầu thủ ở gần đường biên hoặc ở trung lộ sau khi nhận được bóng phải nhanh chóng phối hợp chuyền bóng hoặc trực tiếp dẫn bóng tới trước khu cầu môn của đối phương để sút bóng ghi bàn.

+ Sau khi cướp hoặc cắt được bóng lập tức phát động phản công nhanh. Thực tế đã chứng minh rằng bất kể là ở phần sân sau, phần giữa sân, hay phần sân trước thì việc tổ chức phản công nhanh sau khi cướp hoặc cắt được bóng cũng đều có một sự uy hiếp rất lớn đối với đối phương. Lúc này do toàn bộ đội hình của đối phương đang ở trong

trạng thái tấn công lại đột nhiên bị mất bóng cho nên hệ thống phòng thủ khó có thể ngay lập tức hình thành được, thành trì dễ bị công phá và vì vậy hiệu quả tấn công sẽ rất cao.

+ Phối hợp chuyền bóng bất ngờ phản công. Thực tế thi đấu đã chứng minh rằng phản công bằng những đường chuyền dài, thẳng, dễ bị đối phương phát hiện ý đồ, đặc biệt là khi đường chuyền thứ nhất đã bị đối phương phong tỏa ngăn cản thì sẽ khó lòng thực hiện được chiến thuật phản công nhanh. Tuy nhiên nếu lúc này các cầu thủ tấn công phối hợp chuyền bóng lắt léo ở phần sân sau và phần giữa sân để phân tán sự chú ý của người phòng thủ, tạo ra các khoảng trống và bất ngờ, kịp thời chuyền bóng tấn công thì cũng sẽ tạo nên một sự uy hiếp rất lớn đối với đối phương.

+ Cá nhân dẫn bóng phản công nhanh. Cầu thủ phòng ngự sau khi bất ngờ cắt hoặc cướp được bóng ở phần sân sau hoặc phần giữa sân, nhân lúc toàn bộ hàng phòng thủ của đối phương đang dâng lên phải lập tức trực tiếp dẫn bóng tới trước khu cầu môn của đối phương để sút bóng ghi bàn.

+ Phát động tấn công nhanh sau khi bóng “chết”. Ở đây chủ yếu là đề cập tới các quả đá phạt và ném biên. Lúc này các cầu thủ phải lợi dụng

triệt để các điều luật, có thể chuyên và ném bóng trước khi trọng tài thổi còi hoặc lợi dụng lúc đối phương chưa tập trung và đội hình phòng thủ chưa ổn định để nhanh chóng phối hợp chuyên bóng thực hiện tập kích bất ngờ tạo điều kiện cho đồng đội đánh đầu hoặc sút cầu môn ghi bàn.

\* *Những vấn đề cần chú ý khi thực hiện chiến thuật phản công nhanh*

+ Khi tổ chức phản công nhanh thì thời gian tấn công là nhân tố quan trọng hàng đầu, kéo dài thời gian tức là sẽ bỏ lỡ mất cơ hội và làm thất bại hoạt động phản công. Vì vậy lúc này hoạt động của toàn đội phải thực hiện trước đối phương, việc sử dụng các kỹ, chiến thuật trong thời điểm đó phải đơn giản, thực dụng để tận dụng tối đa thời gian, thực hiện phương châm “đánh nhanh thắng nhanh”.

+ Đối với một đội bóng xuất sắc, khi thực hiện chiến thuật phản công nhanh thì vừa phải có vị trí và phương pháp thực hiện cố định, vừa phải có sự biến đổi đa dạng về vị trí và phương pháp tiến hành để thu được hiệu quả tối đa trong các đợt phản công.

+ Do việc tổ chức hoạt động phản công nhanh sau khi cướp, cắt được bóng ở phần giữa sân và phần sân trước thường thu được hiệu quả rất cao,

cho nên phải tăng cường huấn luyện và hoàn thiện về mặt này.

+ Phải chú ý nắm vững và điều chỉnh được nhịp điệu khi phản công nhanh. Hiện nay, chiến thuật phản công nhanh không chỉ đơn thuần là phối hợp "1 chuyền 1 xông lên", lại càng không phải là cố hết sức thực hiện những đường chuyền dài đưa bóng thẳng về trước mà sự thành công của nó chính là nhịp điệu và khoảng cách thích hợp giữa 3 tuyến (hậu vệ, tiền vệ, tiền đạo). Tuy nhiên vấn đề đặt ra ở đây là làm thế nào để thực hiện hoạt động phòng thủ khi áp dụng chiến thuật phản công nhanh?

Để giải quyết vấn đề này xu hướng chung hiện nay là các cầu thủ phải quán triệt tư tưởng "phòng thủ trong tấn công" tức là phải cầm, giữ bóng chắc chắn và chuyền bóng chính xác khi tấn công, đồng thời phải nhanh chóng lui về trước khu cầu môn khi mất bóng, tích cực phong tỏa ngăn cản đường chuyền thứ nhất của đối phương và lợi dụng triệt để các điều luật bằng việc đặt ra bẫy việt vị...

b. Các chiến thuật tấn công trước hàng phòng thủ dày đặc của đối phương

\* Các hình thức thực hiện chủ yếu

Khi áp dụng chiến thuật phòng thủ dày đặc, bên

phòng thủ dựa vào ưu thế về số người ở trước và sau trong khu phạt bóng để tạo ra tầng tầng lớp lớp chuông ngại vật nhằm thực hiện chiến thuật phòng thủ theo chiều sâu: "Hổ không rời hang" và lấy việc giữ nghiêm kỷ luật để gây khó khăn cho hoạt động tấn công của đối phương. Để đối phó với chiến thuật này hiện nay các đội bóng trên thế giới thường sử dụng các biện pháp sau:

+ Tấn công bằng cách kéo giãn hàng phòng thủ của đối phương. Do bên phòng thủ đã bố trí dày đặc và co cụm ở trước và trong khu phạt bóng, cho nên việc tấn công trung lộ thường bị phong tỏa chặt chẽ, đồng thời khoảng trống ở khu vực này cũng rất nhỏ nên khó lòng đạt được hiệu quả cao. Vì vậy phải thực hiện kéo giãn hai biên, cầm bóng đột phá từ đường biên để chuyên vào trung lộ hoặc dẫn bóng đến sát đường biên ngang rồi bất ngờ ngoặt lại và tạt bóng vào trung lộ để đồng đội tấn công.

+ Sút xa: Từ điểm cách cầu môn khoảng 20 - 30m liên tục thực hiện sút xa để buộc các cầu thủ phòng ngự ở trong khu phạt bóng phải lao lên phía trước ngăn cản. Khi xuất hiện khoảng trống phải lập tức chuyên hoặc dẫn bóng tấn công.

+ Phối hợp "2 đánh 1" đột phá sút cầu môn. Bên tấn công có thể sử dụng chiến thuật "2 đánh 1" và

lợi dụng ưu điểm của chiến thuật này là nhanh chóng bất ngờ, chuẩn xác và tính uy hiếp cao để phối hợp đột phá trung lộ. Tuy nhiên điều này đòi hỏi các cầu thủ phải có ý thức phối hợp tốt và đôi chân khéo léo.

+ Cá nhân dẫn bóng đột phá. Người dẫn bóng dựa vào kỹ thuật cá nhân của mình đột phá để không chỉ tạo ra cơ hội sút cầu môn ghi bàn, mà còn có thể buộc đối phương phạm lỗi để hưởng quả đá phạt ở gần khu phạt bóng thậm chí là quả phạt đền.

+ Tập kích trên không. Sử dụng những đường chuyền dài treo bóng bổng từ bên ngoài vào khu phạt bóng để các trung phong cao lớn hoặc cầu thủ đánh đầu tốt, đánh đầu đưa bóng vào lưới hay chuyền cho đồng đội sút cầu môn ghi bàn.

+ Có thể áp dụng những tiểu xảo như "Dụ rắn ra khỏi hang" hoặc "Lấy tấn công dày đặc chống phòng thủ dày đặc"... để đột phá xuyên qua hàng phòng thủ của đối phương.

\* *Những điều cần chú ý khi tấn công vào hàng phòng thủ dày đặc của đối phương*

+ Trước hết phải quán triệt sâu sắc tư tưởng chỉ đạo của chiến thuật phản công nhanh. Sau khi cướp, cắt được bóng phải lập tức phát động và kết thúc hoạt động tấn công trước khi hệ thống phòng thủ dày

đặc, chặt chẽ của đối phương được hình thành.

+ Các cầu thủ phải tích cực chạy chỗ, không được đứng nguyên thụ động đợi bóng giữa đám người dày đặc ở phần sân trước, mà phải tích cực lao lên phía trước, lùi về phía sau di chuyển sang phải, sang trái... để kéo giãn hàng phòng thủ của đối phương, tạo ra các khoảng trống cần thiết.

+ Liên tục di chuyển và thay đổi hướng bóng để phân tán sự chú ý của hàng phòng ngự đối phương và một khi xuất hiện khoảng trống phải lập tức quyết đoán tấn công.

+ Lợi dụng triệt để các điều luật bằng cách dũng cảm khống chế và dẫn bóng lao thẳng vào khu phạt bóng của đối phương và buộc đối phương phạm lỗi để được hưởng quả phạt đền.

### c. Chiến thuật tấn công biên

Mọi người đều biết rằng số cầu thủ phòng ngự được bố trí ở hai đường biên tương đối ít, đồng thời khu vực này lại có khoảng trống tương đối lớn và sự khó khăn trong tấn công đã được giảm đi rất nhiều. Vì vậy rất nhiều đội bóng đã lựa chọn và áp dụng chiến thuật tấn công biên trong thi đấu.

#### \* Các hình thức thực hiện chủ yếu

Cho dù triển khai hoạt động tấn công biên ở bất

cứ khu vực nào (phần sân sau, phần giữa sân hay ở phần sân trước) thì việc áp dụng chiến thuật tấn công biên cũng gần tương tự như nhau.

Tham gia tấn công biên ngoài hậu vệ biên, tiền vệ biên, tiền đạo cánh cùng bên còn có cả những cầu thủ ở khu trung lộ và thậm chí là cả những cầu thủ ở cánh bên kia.

+ Hình thức thực hiện chủ yếu là thông qua việc chạy di chuyển theo đường thẳng, đường chéo, gấp khúc hoặc dọc theo đường biên và áp dụng những phương pháp tấn công như cá nhân dẫn bóng đột phá, phối hợp chuyên cắt mặt, phối hợp bật tường "2 đánh 1" hoặc chuyển vào khoảng trống với cự ly dài... để đột phá xuyên qua tuyến phòng thủ của đối phương ở khu vực đường biên.

+ Giai đoạn kết thúc tấn công có thể được thực hiện bằng cách:

- Từ bên ngoài treo bóng vào trung lộ theo một đường chéo  $45^0$ .
- Từ đường biên chuyển bóng vào trung lộ
- Tới sát đường biên ngang bất ngờ ngoặt lại chuyển bóng vào trung lộ.
- Cá nhân dẫn bóng xông thẳng vào khu cấm địa

sút cầu môn ghi bàn.

\* *Những điều cần chú ý khi tấn công biên*

+ Tấn công biên phải lấy việc phối hợp là chính, tuy nhiên khi bóng ở phần sân trước thì phải căn cứ vào các tình huống cụ thể để đề ra các biện pháp hợp lý.

+ Tấn công biên ở những khu vực khác nhau cũng đòi hỏi những yêu cầu và nhiệm vụ khác nhau. Ví dụ ở phần sân sau phải lấy sự an toàn, ở phần giữa sân phải coi trọng nhịp điệu, còn ở phần sân trước phải tận dụng tối đa tốc độ tấn công.

+ Do mục đích chủ yếu của tấn công biên là tạo ra cơ hội cho đồng đội ở trung lộ ghi bàn, cho nên chất lượng của đường chuyền từ đường biên vào khu trung lộ là yếu tố rất quan trọng đòi hỏi cầu thủ chuyền bóng phải xác định chính xác thời cơ quỹ đạo bay, độ xoáy và điểm rơi của bóng.

+ Khi phát động tấn công biên ở phần sân sau và phần giữa sân, nếu có thể kết hợp giữa chuyền bóng vào trung lộ và di chuyển tấn công thì sẽ thu được hiệu quả cao hơn mà lại mất ít công sức hơn.

d. *Chiến thuật tấn công trung lộ*

\* *Các hình thức thực hiện chủ yếu của chiến thuật tấn công trung lộ*

Bất kể là ở phần sân sau, phần giữa sân hoặc sân trước thì khi phát động tấn công trung lộ, các cầu thủ ở trung lộ và ở hai bên cánh đều có thể tham gia phối hợp tấn công. Về cơ bản hình thức thực hiện trong tấn công trung lộ cũng gần giống với hình thức thực hiện trong tấn công biên. Ví dụ cũng áp dụng các hình thức như phối hợp nhóm, phối hợp bật tường "2 đánh 1", phối hợp nhóm 2 người chuyên cắt mặt đối thủ, chuyên dài tập kích hoặc cá nhân dẫn bóng đột phá...

Giai đoạn kết thúc tấn công có thể được thực hiện bằng các biện pháp sau:

- + Cá nhân dẫn bóng đột phá sút cầu môn
- + Phối hợp bật tường "2 đánh 1"
- + Phối hợp chuyên cắt mặt đối thủ
- + Cầu thủ ở tuyến 2 và tuyến 3 lao lên tấn công khung thành.
  - + Treo bóng vào trung lộ, để lao vào đánh đầu hoặc chuyên bóng để tạo cơ hội cho đồng đội ghi bàn.
  - + Sút xa.
- \* *Những điều cần chú ý khi thực hiện chiến thuật tấn công trung lộ*
  - + Phải lợi dụng triệt để mọi ưu thế trong khu phạt

bóng. Nhanh chóng tiếp cận khu phạt bóng, đặc biệt là các cầu thủ giữ bóng phải dũng cảm dẫn bóng đột nhập vào khu phạt bóng của đối phương để tạo cơ hội sút cầu môn hoặc buộc đối phương phạm lỗi trong khu phạt bóng để hưởng quả đá phạt đền (11m).

+ Do các cầu thủ phòng ngự thường coi nhẹ hoặc kèm không chặt cầu thủ tuyến sau lao lên tấn công, cho nên phải lợi dụng triệt để điều này để tăng cường số lần tham gia tấn công của các cầu thủ ở tuyến 2 và tuyến 3.

+ Do trung lộ là khu vực thuận lợi nhất để sút cầu môn ghi bàn, cho nên cầu thủ đứng ở khu vực này phải dũng cảm, quyết đoán, bất ngờ, linh hoạt và tận dụng mọi cơ hội để sút hoặc đánh đầu đưa bóng vào lưới.

#### *d. Chiến thuật chuyển hướng tấn công*

Khi một hướng tấn công nào đó đã bị đối phương ngăn cản hoặc không có cách nào để tiến lên phía trước được thì phải kịp thời chuyển hướng tấn công. Đây là một trong những chiến thuật tấn công hữu hiệu theo phương châm "giương Đông kích Tây" tránh chỗ đông người để di chuyển vào chỗ trống.

\* Các hình thức thực hiện chủ yếu:

- + Từ trung lộ chuyển hướng tấn công sang hai biên.
  - + Từ đường biên chuyển hướng tấn công vào trung lộ.
  - + Từ đường biên bên này chuyển hướng tấn công sang đường biên bên kia.

Chuyển hướng tấn công có thể được thực hiện bằng hai phương pháp là chuyển bóng dài hoặc chuyển bóng ngắn để chuyển hướng tấn công.

\* Những điều cần chú ý khi thực hiện chuyển hướng tấn công:

- + Các cầu thủ phải quán triệt tư tưởng chiến thuật để chủ động chuyển hướng tấn công, không nên thực hiện một cách bị động bởi vì khi chủ động thực hiện thì hiệu quả sẽ cao hơn nhiều.
- + Mỗi đội bóng ở phần sân sau và phần giữa sân (đặc biệt là ở phần giữa sân) phải có một chiến thuật chuyển hướng tấn công cố định, tức là số người tham gia, vị trí chuyển bóng và số người tiếp ứng phải cố định. Làm như vậy hiệu quả sẽ cao hơn nhiều so với việc tùy hứng chuyển hướng tấn công.

+ Sự thành công của chiến thuật này phụ thuộc trực tiếp vào các yếu tố như: tốc độ và việc thực hiện bí mật bất ngờ.

+ Nền tảng cơ sở của việc chuyển hướng tấn công là độ chính xác của những đường chuyền dài và trình độ dẫn bóng qua người của các cầu thủ.

e. *Chiến thuật đá bóng cố định ở phần sân trước.*

\* *Chiến thuật tấn công khi đá phạt góc*

+ Phối hợp tấn công trong đá phạt góc được chia thành: Chuyền ngắn phối hợp tấn công chuyền dài phối hợp tấn công và đá thẳng vào khung thành.

Chuyền ngắn phối hợp tấn công được thực hiện thông qua sự phối hợp đơn giản và thuần thục của 2 hoặc 3 cầu thủ ở gần khu đá phạt góc để lật bóng từ đường biên vào khu trung lộ hoặc dẫn bóng tới sát đường biên ngang rồi bất ngờ ngoặt lại và chuyền bóng vào khu trung lộ.

Hình thức chiến thuật này thường được áp dụng khi toàn bộ đội hình của đối phương đều đã tập trung ở trước cầu môn, khi khả năng đánh đầu của các cầu thủ tấn công kém hoặc khi không thể thực hiện được những đường chuyền dài chuẩn xác, đặc biệt là ở trong những trường hợp như: ngược gió, mặt sân lầy lội, bóng nặng...

Chuyên dài phối hợp tấn công thường được thực hiện khi trong đội có chuyên gia đá phạt góc và cầu thủ tấn công có khả năng tranh cướp bóng trên không tốt. Điểm rơi của bóng thông thường là ở 3 khu vực: sát cột dọc gần, ở khu vực giữa chấm phạt đền và đường cầu môn hoặc ở sát cột dọc xa. Để thu được hiệu quả cao khi thực hiện chiến thuật này các cầu thủ phải có tư duy chiến thuật cao, phải lựa chọn chính xác thời cơ và điểm rơi của bóng để lao lên đánh đầu, đồng thời phải có sự phân công rõ ràng về chức năng và nhiệm vụ của mỗi người.

+ **Đá thẳng vào khung thành** là từ quả đá phạt góc cầu thủ thực hiện sút bóng trực tiếp thẳng vào khung thành của đối phương. Đảm nhận nhiệm vụ này phải là cầu thủ có cú sút và kỹ thuật đá phạt tốt để có thể đưa bóng trực tiếp bay vào góc gần hoặc góc xa của cầu môn đối phương. Khi thực hiện chiến thuật này các cầu thủ khác cũng vẫn phải triển khai đội hình tiếp ứng để đánh thọc sườn nhằm phân tán sự chú ý của hàng phòng ngự, đặc biệt là thủ môn đối phương, đồng thời phòng khi bóng không vào lưới thì vẫn có thể kịp thời phối hợp tấn công.

*\* Chiến thuật tấn công khi đá phạt trực tiếp hoặc gián tiếp*

Do các quả đá phạt trước cầu môn đặc biệt là quả đá phạt trực tiếp thường là cơ hội rất tốt để ghi bàn thắng, cho nên trong các tình huống này bên phòng thủ thường tổ chức lập "Hàng rào chắn" để hạn chế khả năng ghi bàn của đối phương. Như vậy số cầu thủ tham gia lập "Hàng rào chắn" sẽ không thể tiến hành phòng thủ kèm người và vì vậy bên phòng thủ sẽ mất đi ưu thế về số người phòng thủ.

*\* Các hình thức thực hiện chủ yếu*

+ Sút bóng thẳng vào khung thành. Yêu cầu chủ yếu là loại bỏ sự cản trở của "Hàng rào chắn" và có thể thực hiện bằng các biện pháp như:

- Sử dụng cầu thủ có kỹ năng đá phạt tốt để sút bóng lượn qua "Hàng rào chắn" vào góc gần của cầu môn.
- Nếu ở khoảng cách xa có thể sút bóng vượt qua "Hàng rào chắn", vào góc gần của cầu môn. Bố trí 1 hoặc 2 cầu thủ đứng lấn vào "Hàng rào chắn" của đối phương, để quấy rối và phân tán sự chú ý của họ.

- Thực hiện các đường chuyền, sự phối hợp đơn giản để đưa bóng vào lưới hoặc thực hiện động tác giả như cầu thủ ở phía trước chạy nhảy qua bóng để cầu thủ chủ công ở phía sau sút bóng thẳng vào khung thành của đối phương.

Tất nhiên cũng còn có thể lợi dụng các điều luật như sút bóng trước khi đối phương kịp lập "Hàng rào chắn" và thông thường điều này thường thu được hiệu quả rất cao.

+ Phối hợp chuyền bóng tấn công sang hai bên. Nếu góc sút nhỏ thì việc sút bóng thẳng vào khung thành đối phương sẽ gặp rất nhiều khó khăn. Vì vậy trong các tình huống này nên căn cứ vào đặc điểm của đội mình để đề ra những bài phối hợp tấn công hiệu quả.

Để thu được hiệu quả cao khi thực hiện quả đá phạt cần phải:

- Thực hiện nhanh chóng, bất ngờ.
- Phối hợp càng đơn giản, hiệu quả càng tốt.
- Phải có bài phối hợp tấn công cố định.
- Lợi dụng triệt để ưu thế về số người.
- Phải có cầu thủ có kỹ năng đá phạt tốt.

### *3. Công tác chỉ đạo thi đấu của huấn luyện viên*

Sự thắng bại của một đội bóng được quyết định bởi các nhân tố như: thực lực của hai bên, năng lực chỉ đạo của huấn luyện viên trong trận đấu, trình độ nghiệp vụ và đạo đức của trọng tài... Trong các yếu tố này thì công tác chỉ đạo thi đấu của huấn luyện viên là rất quan trọng, đặc biệt là khi thực lực của hai bên gần tương đương nhau.

Trong một trận thi đấu bóng đá, việc chỉ đạo của huấn luyện viên phải bao gồm các mặt như: công tác chuẩn bị trước trận đấu, chỉ đạo trong trận đấu, trong thời gian nghỉ giữa hai hiệp và sơ kết đánh giá sau trận đấu...

#### *a. Chuẩn bị trước trận đấu*

Người xưa có câu: "Biết mình biết người, trăm trận trăm thắng". Vì vậy trước trận đấu, huấn luyện viên phải phân tích và tìm hiểu kỹ về đối thủ sắp thi đấu với mình về các mặt như: hiện trạng và lịch sử của đối thủ, đặc biệt là tình hình thi đấu gần đây, đặc điểm của lối đá, ưu nhược điểm của các cầu thủ hạt nhân, đồng thời cũng phải căn cứ vào tình hình thực tế của đội mình để đề ra những mục tiêu và biện pháp cần thiết. Sau

đó huấn luyện viên phải triệu tập buổi họp toàn đội trước trận đấu để tiến hành giảng giải phân tích kỹ về đối phương, đồng thời phân công trách nhiệm và đưa ra các biện pháp để toàn đội thảo luận nhằm đạt tới sự thống nhất trong nhận thức và trong hành động khi thi đấu.

*b. Chỉ đạo trong thi đấu*

*\* Quan sát trận đấu*

Quan sát là tiền đề để huấn luyện viên thực hiện công tác chỉ đạo của mình. Nội dung chủ yếu của nó bao gồm:

- + Quan sát để tìm ra sự khác biệt giữa tình hình cụ thể trên sân và những điều đã dự đoán trước.
- + Quan sát hoạt động tấn công, phòng thủ và đặc điểm chiến thuật của đối phương.
- + Quan sát phong cách thi đấu của từng cầu thủ, đặc biệt là các cầu thủ chủ lực của đối phương để xác định chính xác sức mạnh thật sự của họ tập trung ở tuyến nào.
- + Quan sát hoạt động của đối phương trên 3 khu vực: phần sân trước, phần giữa sân và phần sân sau, đặc biệt là các phương pháp thực hiện

chủ yếu của đối phương trong giai đoạn kết thúc tấn công.

+ Quan sát hoạt động tấn công chủ yếu của đối phương sau khi bóng "chết", đặc biệt là trong các quả đá phạt và đá phạt góc...

Tất nhiên, ngoài nhiệm vụ chính là quan sát và đánh giá đối phương, huấn luyện viên cũng cần phải quan sát và phân tích phong cách thi đấu của từng cầu thủ đội mình để đề ra những đối sách và biện pháp thích hợp.

Đặc biệt là trước khi trận đấu kết thúc khoảng 15 - 20 phút, lúc này do tỉ số và năng lực thi đấu của hai bên đã được thể hiện khá rõ ràng, cho nên huấn luyện viên phải đề ra những biện pháp hợp lý nhất để giúp các cầu thủ bảo toàn thắng lợi hoặc bất ngờ đảo ngược tình thế...

#### \* *Thay người*

Trong thi đấu thay người là một hoạt động mang tính nghệ thuật, đồng thời nó cũng là sự phản ánh rõ nét nhất về năng lực và trình độ chỉ đạo của huấn luyện viên. Nói chung cần phải thực hiện việc thay người trong các tình huống cụ thể dưới đây:

+ Khi đối phương phát huy ưu thế đẩy đội nhà

vào tình trạng bị động và huấn luyện viên nhận thấy cần phải tiến hành thay đổi lối đá.

+ Khi cầu thủ ở một vị trí nào đó thi đấu kém hiệu quả không đảm đương được nhiệm vụ đã được phân công.

+ Khi cần phải kiềm chế hoặc "bắt chết" một cầu thủ nòng cốt nào đó của đối phương.

+ Khi cầu thủ đội nhà bị thương nặng không thể tiếp tục thi đấu.

+ Khi cầu thủ biểu hiện trạng thái tâm lý không ổn định hoặc có thái độ thi đấu tiêu cực.

+ Khi tình trạng thể lực của một cầu thủ nào đó không đủ để phát huy phong độ vốn có của mình.

+ Khi đội mình đang dẫn trước mà thời gian thi đấu còn lại không nhiều thì có thể thông qua việc thay người để kéo dài thời gian nhằm bảo toàn thắng lợi.

+ Khi phần thắng đã nắm chắc trong tay và muốn rèn luyện các cầu thủ trẻ, thì có thể thay họ vào để thi đấu trên sân.

+ Khi đã nắm chắc phần thắng và muốn bảo toàn thể lực của cầu thủ nòng cốt, hoặc để tránh nguy cơ bị phạt thẻ vàng, thẻ đỏ của một cầu thủ

nào đó.

+ Khi cần thiết phải đưa một cầu thủ nào đó vào sân để phát huy tuyệt kỹ của mình. Ví dụ 2 đội phải tiến hành đá phạt luân lưu 11m để quyết định thắng bại thì trước khi trận đấu kết thúc, có thể đưa cầu thủ có kỹ năng đá phạt đèn tốt vào để giành phần thắng.

c. *Chỉ đạo trong thời gian nghỉ giữa hai hiệp đấu*

Do khi đang thi đấu bóng đá không được phép tiến hành hội ý cho nên huấn luyện viên thường phải sử dụng thời gian tạm nghỉ ngắn ngủi giữa 2 hiệp đấu để thực hiện công tác của mình. Đây là việc làm có ý nghĩa hết sức quan trọng và vì vậy huấn luyện viên cần phải thực hiện tốt những nhiệm vụ sau:

+ Sự chỉ đạo phải mang tính nghệ thuật nhưng phải phục vụ cho những nội dung, mệnh lệnh và chỉ thị cụ thể. Tuyệt đối tránh việc quá đề cao tính nghệ thuật mà sao nhãng việc đề cập tới các nội dung cơ bản của vấn đề.

+ Nắm chắc nội dung chỉ đạo chú trọng vào việc bố trí chiến thuật công, thủ và điều chỉnh trạng thái tâm lý của các cầu thủ. Huấn luyện viên phải xác định được mục tiêu và nhiệm vụ chủ yếu để

không lãng phí thời gian thi đấu ở hiệp sau. Không nên đề cập tới những vấn đề mà huấn luyện viên cho rằng cần phải mất một thời gian dài thì mới có thể sửa đổi được.

+ Cho dù xảy ra bất cứ điều gì trong thi đấu thì khi chỉ đạo huấn luyện viên cũng phải kiềm chế tình cảm của mình, thái độ phải đúng mực, ung dung, thoái mái, tự tin... để khuyến khích và giúp các cầu thủ thi đấu tốt hơn. Những nghiên cứu về tâm lý học đã chứng minh rằng thái độ của huấn luyện viên sẽ ảnh hưởng trực tiếp và tác động rất mạnh đến trạng thái tâm lý của các cầu thủ. Vì vậy thái độ tốt của huấn luyện viên sẽ là một nguồn động viên rất lớn giúp các cầu thủ củng cố sức mạnh và tăng cường sức chiến đấu.

+ Mệnh lệnh, chỉ thị đưa ra cần phải đơn giản, rõ ràng và mang tính tích cực. Sự chỉ đạo của huấn luyện viên trong thời điểm này phải là sự đưa ra những quyết định và sách lược cần thiết chứ không phải là quá trình phân tích và diễn giải thông thường. Tính tích cực của chỉ thị, mệnh lệnh phải được thể hiện ở chỗ là lời nói phải có sức cổ động và từ ngữ phải được sử dụng một cách thích đáng nhưng đồng thời lại phải có sức truyền cảm.

+ Phê bình cần phải đúng mức. Nói chung không nên tùy tiện phê bình hoặc chỉ trích các cầu thủ đặc biệt là đối với các cầu thủ cá biệt. Tuy nhiên khi cần thiết thì vẫn phải thực hiện điều này nhưng phải đặc biệt chú ý tới mức độ và thời điểm thực hiện để tránh gây tổn thương cho lòng tự tôn của các cầu thủ làm ảnh hưởng tới kết quả thi đấu.

+ Phải tạo ra một bầu không khí hòa đồng, thoải mái để giúp các cầu thủ thả lỏng trạng thái tinh thần, điều tiết tâm lý và hòa hợp các mối quan hệ để khích lệ tinh thần chiến đấu.

+ Ngăn cản các cầu thủ không cho họ làm nảy sinh mâu thuẫn với trọng tài. Trong giờ nghỉ giải lao giữa trận, huấn luyện viên phải giải trừ mọi bất mãn của các cầu thủ đối với những phán quyết không công bằng của trọng tài, đồng thời cũng phải tự kiềm chế và che dấu sự tức giận của mình bởi vì điều này chỉ có hại cho đội bóng.

+ Lợi dụng triệt để sự chỉ đạo bằng cách ra hiệu ngầm. Do trong thi đấu chiến thuật và thế trận biến hoá khôn lường, khó lòng đoán trước cho nên giữa giờ nghỉ huấn luyện viên cần phải nhắc lại cho các cầu thủ về ý nghĩa của các "tín hiệu ngầm"

để giúp họ có thể dễ dàng nhận được sự chỉ đạo của mình trong thi đấu.

+ Dám dũng cảm nhận trách nhiệm. Bất cứ cầu thủ nào, kể cả các "ngôi sao" thì trong thi đấu cũng vẫn mắc những sai lầm hoặc thậm chí những sai lầm lớn. Vì vậy nếu huấn luyện viên dám nhận trách nhiệm thì sẽ lấy được sự kính phục và tôn trọng của các cầu thủ, đồng thời cũng sẽ giải trừ được gánh nặng về tư tưởng và tâm lý của các cầu thủ mắc lỗi giúp họ tự nhiên, thoải mái và chắc chắn là họ sẽ dốc toàn lực thi đấu sau giờ nghỉ giải lao.

+ Trong chỉ đạo phải chú ý tới sự ứng biến. Tài ứng biến của huấn luyện viên được thể hiện chủ yếu thông qua sự điều chỉnh và thay đổi kịp thời các hoạt động chiến thuật trong thi đấu. Đồng thời khi chỉ đạo thực hiện huấn luyện viên cũng phải kịp thời ứng biến để vận dụng một cách hợp tình hợp lý. Đây cũng là một yêu cầu cốt lõi trong nghệ thuật chỉ đạo của huấn luyện viên.

#### *d. Tổng kết sau trận đấu*

Tổng kết sau trận đấu là một việc làm hết sức cần thiết. Nội dung của nó bao gồm nhiều mặt và nói chung có thể chia thành hai loại là tổng kết toàn diện và tổng kết chuyên đề. Tổng kết toàn diện là phân tích và đánh giá lại toàn bộ những

tình huống và hoạt động của toàn đội, mức độ hoàn thành nhiệm vụ của mỗi cá nhân, trình độ kỹ, chiến thuật của toàn đội, tình trạng thể chất, biểu hiện tâm sinh lý, công tác chỉ đạo của huấn luyện viên, thái độ tác phong thi đấu và mối quan hệ với trọng tài... Tổng kết chuyên đề chủ yếu là đi sâu nghiên cứu về một hoặc ~~một~~ vài vấn đề nào đó để tạo ra ấn tượng sâu, giúp các cầu thủ rút ra bài học kinh nghiệm nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho công tác huấn luyện sau này và củng cố, hoàn thiện khả năng thi đấu.

Hình thức tổng kết có thể được thực hiện hết sức đa dạng. Tùy thuộc vào những đòi hỏi và tình hình cụ thể mà có thể tiến hành tổng kết toàn đội, hoặc chia nhóm tổng kết. Cũng có thể tiến hành tổng kết toàn đội trước rồi chia nhóm tổng kết lại và cho các cầu thủ thảo luận, bổ sung, hoặc cho các cầu thủ tổng kết trước, rồi huấn luyện viên qui nạp tổng kết sau. Tuy nhiên dù tiến hành tổng kết với bất cứ hình thức nào thì cũng phải đặc biệt chú ý đến các vấn đề như: trong thắng lợi phải nhìn thấy điều chưa hoàn thiện, trong thất bại phải tìm ra điểm mạnh, các nhân tố tích cực và trong các tình huống thông thường phải coi trọng việc khẳng định thành tích và biểu dương.

## **CHƯƠNG V**

# **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC THI ĐẤU MỘT GIẢI BÓNG ĐÁ**

### **I. CÔNG TÁC TỔ CHỨC THI ĐẤU**

Tổ chức thi đấu bóng đá là một công việc phức tạp, tỉ mỉ, với quy mô tương đối lớn và ảnh hưởng trực tiếp tới kết quả và chất lượng của giải. Vì vậy, phải căn cứ vào nhiệm vụ, tính chất và qui mô của giải để tiến hành sắp xếp, tổ chức một cách khoa học và tỉ mỉ từng công việc.

Công tác tổ chức thi đấu bóng đá có thể được chia thành 3 giai đoạn là: công tác chuẩn bị trước giải thi đấu, các công tác tiến hành trong thời gian thi đấu và các công tác sau khi kết thúc giải.

#### ***1. Công tác chuẩn bị trước giải***

Khi tiến hành công tác chuẩn bị, đơn vị tổ chức thi đấu phải căn cứ vào tính chất, qui mô và nhiệm vụ của giải để triệu tập các bên hữu quan

nhằm thành lập ra Ban tổ chức hoặc Ban trù bị để thảo luận về những vấn đề như: phương án tổ chức, qui mô và địa điểm thi đấu, kế hoạch thi đấu, cơ cấu tổ chức...

#### *a. Lập phương án tổ chức*

Đơn vị tổ chức phải căn cứ vào qui mô, kế hoạch nhiệm vụ và tính chất của giải để lập ra phương án tổ chức với các nội dung chủ yếu sau:

- \* Tên gọi, mục đích và nhiệm vụ của giải.
- \* Qui mô của giải: Phải căn cứ vào mục đích và nhiệm vụ của giải để quyết định thành phần tham dự chủ yếu bao gồm các vận động viên của đơn vị tổ chức chính và các vận động viên của các đơn vị khác. Bên cạnh đó còn phải đề cập tới các vấn đề như địa điểm, thời gian thi đấu...
- \* Cơ cấu tổ chức của giải thi đấu: Phải căn cứ vào tình hình thực tế để lập ra các ủy ban và các tổ chức có liên quan nhằm giúp Ban tổ chức giải hoàn thành tốt nhiệm vụ của mình. Khi đề cập tới vấn đề này nhất thiết phải bàn tới các nội dung như hình thức tổ chức, những bộ phận chủ yếu và số lượng các thành viên tham gia, tên tuổi và chức vụ của người phụ trách các tiểu ban và tổ chức đó.

\* Dự trù kinh phí: Phải lên kế hoạch cân đối giữa nguồn thu và nguồn chi. Nguồn thu chủ yếu là do cấp trên cấp cộng với tiền tài trợ và nguồn thu từ hoạt động quảng cáo...

Các khoản chi bao gồm: tiền sửa chữa sân bãi, mua sắm trang thiết bị dụng cụ, tiền thưởng, tiền thuê sân bãi, di lại, ăn ở, tiếp đón, thuốc men và những đồ dùng vật dụng cần thiết cho các thành viên tham gia...

*b. Lập cơ cấu tổ chức giải*

Cơ cấu tổ chức giải phải phù hợp với qui mô và tình hình thực tế của giải thi đấu. Ví dụ các giải thi đấu quốc gia sẽ do Ủy ban TDTT quốc gia tổ chức, các giải thi đấu cấp tỉnh, thành sẽ do các Sở thể dục thể thao tổ chức và các giải thi đấu với qui mô nhỏ hơn sẽ do các đơn vị cơ sở tổ chức, dưới sự lãnh đạo trực tiếp của Đảng bộ cơ sở và bộ phận phụ trách về thể dục thể thao của đơn vị đó.

*c. Phân công chức năng và nhiệm vụ của các bộ phận trong Ban tổ chức giải*

Các bộ phận phải căn cứ vào kế hoạch tổ chức giải và các chức năng, nhiệm vụ đã được phân

công để hợp tác và tương trợ lẫn nhau trong công việc nhằm hoàn thành tốt nhiệm vụ đã được giao.

Đối với các giải thi đấu có qui mô vừa và nhỏ thì thông thường cơ cấu tổ chức và chức năng nhiệm vụ của từng bộ phận thường được bố trí như sau:

\* *Ban tổ chức*

Phụ trách công tác chuẩn bị trước giải, ban hành điều lệ và các tài liệu có liên quan, liên lạc đối ngoại và phụ trách toàn diện về các mặt như:

- + Đặt ra và quán triệt nhiệm vụ, mục tiêu của giải.
- + Xác định qui mô của giải.
- + Thảo luận và thông qua kế hoạch tổ chức giải.
- + Thông qua kế hoạch công tác của các bộ phận chức năng.
- + Thảo luận và giải quyết các vấn đề có liên quan đến công tác tổ chức giải.
- + Thường xuyên kiểm tra công tác của các bộ phận chức năng trong suốt thời gian tiến hành giải, đồng thời nghiên cứu và xử lý những vấn đề nảy sinh trong thi đấu.

#### \* Ban thư ký

+ Căn cứ vào quyết định của Ban tổ chức tiến hành sắp xếp, bố trí nhân sự vào các bộ phận chức năng.

+ Lập kế hoạch làm việc và thực hiện các công việc như: tổ chức các cuộc họp của Ban tổ chức, nhận các báo cáo của trọng tài, sắp xếp thời gian đi lại, kiểm tra y tế, chuẩn bị sân bãi và các trang thiết bị cần thiết, giúp Ban tổ chức thực hiện tốt lễ khai mạc và bế mạc, tổ chức các cuộc họp giữa lãnh đạo của các đội bóng, hội nghị liên tịch giữa trọng tài và huấn luyện viên, tổng kết đánh giá kết quả của giải...

+ Đặt ra các chế độ và ban hành điều lệ giải.

+ Phụ trách vấn đề đối ngoại.

+ Tổ chức các cuộc họp để giải quyết những vấn đề có liên quan tới các bộ phận chức năng.

#### \* Ban tuyên truyền

+ Phụ trách công tác tuyên truyền, quảng cáo và đưa tin trước giải thi đấu.

+ Kịp thời thông báo kết quả và các vấn đề có liên quan trong thời gian tổ chức giải, tổ chức các cuộc họp báo để công bố các thông tin cần thiết.

+ Đặt ra các tiêu chuẩn để bình chọn tập thể, cá nhân xuất sắc và phụ trách công tác bình chọn này.

+ Tổ chức các hoạt động tham gia và giải trí cho các thành viên tham gia.

\* *Ban giám sát*

+ Kiểm tra tình hình chuẩn bị sân bãi và các trang thiết bị khác.

+ Lập, kiểm tra kế hoạch công tác và tình trạng thể lực của các trọng tài.

+ Tổ chức các cuộc họp để giải quyết các vấn đề nảy sinh trong thi đấu.

+ Sắp xếp thời gian luyện tập và sân bãi cho các đội, tổ chức các buổi trao đổi kinh nghiệm, tọa đàm...

\* *Ban hành chính tổng hợp*

+ Lập dự trù kinh phí trong thời gian tổ chức giải.

+ Tổ chức hoạt động quảng cáo trên sân bãi và liên hệ tài trợ.

+ Phụ trách vấn đề đi lại, ăn ở, y tế và mua sắm các trang thiết bị cần thiết cho các thành viên tham gia.

+ Phụ trách, quản lý sinh hoạt của tất cả các thành viên tham dự và tổ chức các cuộc họp để giải quyết về những vấn đề có liên quan.

#### \* *Ban trọng tài*

Nhiệm vụ của các trọng tài là điều khiển một cách công bằng các trận thi đấu và xử lý tất cả những lỗi hoặc những vi phạm về các điều luật, điều lệ giải của các đội, các cầu thủ, chỉ đạo viên, huấn luyện viên... bằng các hình thức như phạt cảnh cáo, truất quyền thi đấu...

Cùng với các bộ phận chức năng ban hành điều lệ thi đấu.

#### d. *Ban hành điều lệ thi đấu*

Điều lệ thi đấu là văn kiện chỉ đạo cho tất cả các đơn vị tham gia thi đấu. Đơn vị tổ chức chính phải ban hành và phát cho tất cả các đơn vị tham gia trước khi giải được tiến hành để họ có thể thực hiện tốt công tác chuẩn bị.

Điều lệ thi đấu chủ yếu bao gồm những nội dung sau: Tên gọi, mục đích và nhiệm vụ của giải thi đấu, đơn vị tổ chức chính, thời gian và địa điểm thi đấu, các đơn vị và số người tham gia của từng đơn vị, tư cách tham gia, thời gian đăng ký và thời

gian đến, kế hoạch tổ chức thi đấu, giải thưởng, những điều cần chú ý...

Mục đích chủ yếu của việc đưa ra Điều lệ thi đấu là nhằm tạo điều kiện thuận lợi để các đơn vị tham gia chấp hành nghiêm túc điều luật bóng đá đã được ban hành và đưa ra những qui định cụ thể giúp Ban tổ chức thực hiện tốt nhiệm vụ của mình. Điều lệ phải bảo đảm sự công bằng trong thi đấu, phải thống nhất với các Điều luật bóng đá đã được ban hành và phải phù hợp với tình hình thực tế...

#### *d. Lập kế hoạch công tác*

Các bộ phận chức năng phải căn cứ vào kế hoạch tổ chức, qui mô của giải và chức năng nhiệm vụ của mình để đặt ra kế hoạch công tác cụ thể cho phù hợp với tình hình thực tế nhằm thực hiện tốt công tác chuẩn bị của mình.

### ***2. Hoạt động của các bộ phận chức năng trong thời gian thi đấu***

a. Các bộ phận chức năng và trọng tài nên thâm nhập vào các đội bóng và trung cầu ý kiến của họ để không ngừng cải tiến công tác và kịp thời nghiên cứu giải quyết những vấn đề phát sinh, đồng thời phải định kỳ triệu tập hội nghị liên tịch

giữa lãnh đạo đội bóng, trọng tài và huấn luyện viên.

- b. Trước mỗi trận đấu, tổ trọng tài phải họp hội ý và sau khi kết thúc trận đấu phải kịp thời nộp kết quả thi đấu cho bộ phận chức năng, đồng thời tiến hành tổng kết rút kinh nghiệm sau trận đấu và làm nốt những công việc có liên quan.
- c. Ban thư ký phải kịp thời công bố thành tích thi đấu trong từng ngày và làm tốt công tác thống kê các số liệu có liên quan như số thẻ vàng, thẻ đỏ...
- d. Ban giám sát phải thường xuyên tiến hành kiểm tra sân bãi, bảo vệ và quản lý trang thiết bị, để bảo đảm cho việc thi đấu được tiến hành một cách thuận lợi.
- e. Trong hoàn cảnh đặc biệt cần phải thay đổi ngày, thời gian và sân thi đấu thì Ban tổ chức phải kịp thời thông báo cho các bộ phận và các đội bóng có liên quan.
- f. Ban hành chính - tổng hợp phải thường xuyên đảm bảo các điều kiện về ăn, ở, đi lại và duy trì tốt trật tự trên sân.

### **3. Hoạt động của các bộ phận chức năng khi kết thúc giải**

- a. Các bộ phận chức năng phải tổng kết công tác của mình sau khi kết thúc giải.
- b. Tổ chức lễ bế mạc, làm báo cáo tổng kết, tuyên bố thành tích thi đấu và trao giải thưởng.
- c. Tổ chức sắp xếp phương tiện đi lại cho các đội bóng và các thành viên tham gia.
- d. Xử lý sân bãi và các trang thiết bị thi đấu, in và công bố thành tích thi đấu, quyết toán kinh phí, kiểm kê vật tư...
- d. Ban tổ chức hoàn tất công việc và báo cáo kết quả tổ chức giải lên cấp trên.

## **II. THỂ THỨC THI ĐẤU VÀ PHƯƠNG PHÁP TÍNH ĐIỂM, XẾP HẠNG**

Trong thi đấu bóng đá thường áp dụng 3 hình thức thi đấu chủ yếu là: thi đấu vòng tròn tính điểm, đấu loại trực tiếp và thi đấu theo hình thức hỗn hợp (kết hợp cả hai loại trên). Ban tổ chức phải căn cứ vào yêu cầu, nhiệm vụ qui mô, kế

hoạch tổ chức giải thi đấu và tình hình thực tế để lựa chọn thể thức thi đấu phù hợp nhất.

### *1. Thể thức thi đấu vòng tròn tính điểm*

Thể thức thi đấu này được chia thành 3 loại là vòng tròn một lượt, vòng tròn hai lượt và chia nhóm đấu vòng tròn.

Thi đấu vòng tròn một lượt là tất cả những đội tham gia thi đấu chỉ gặp nhau một lần và căn cứ vào số điểm đạt được của các đội trong quá trình thi đấu để sắp xếp thứ tự.

Thi đấu vòng tròn 2 lượt là những đội tham gia thi đấu trong giải sẽ gặp nhau 2 lần và cũng căn cứ vào số điểm mà các đội đạt được trong quá trình thi đấu để sắp xếp thứ tự.

Chia nhóm đấu vòng tròn là chia số đội tham gia thi đấu thành nhiều nhóm. Các nhóm tiến hành thi đấu vòng tròn một lượt để sắp xếp thứ tự và chọn các đội vào thi đấu ở giai đoạn tiếp theo.

Áp dụng thể thức thi đấu vòng tròn số trận đấu sẽ tăng nhiều rất có lợi cho việc học tập lẫn nhau để nâng cao trình độ đồng thời việc sắp xếp thứ tự cũng tương đối khách quan. Nếu số đội tham gia thi đấu tương đối nhiều mà thời gian lại bị hạn

chế thì có thể áp dụng phương pháp chia nhóm đấu vòng tròn. Nếu số đội tham gia thi đấu không nhiều, mà thời gian lại tương đối nhiều, thì có thể áp dụng thể thức thi đấu vòng tròn 2 lượt.

a. *Phương pháp tổ chức theo thể thức thi đấu vòng tròn*

\* *Cách tính tổng số trận thi đấu và số ngày thi đấu*

Tổng số trận thi đấu được tính theo công thức  $X = \frac{A(A - 1)}{2}$ . Trong đó: X là tổng số trận thi đấu; A là số đội tham gia.

Nếu tổng số đội tham gia thi đấu là số lẻ, thì tổng số ngày thi đấu bằng tổng số đội tham gia, còn nếu tổng số đội tham gia thi đấu là số chẵn, thì số ngày thi đấu bằng tổng số đội tham gia trừ đi 1.

Ví dụ nếu có 6 đội tham gia thi đấu thì:

$$\text{Tổng số trận đấu} = \frac{6(6 - 1)}{2} = \frac{30}{2} = 15 \text{ trận}$$

$$\text{Số ngày thi đấu} = 6 - 1 = 5 \text{ ngày}$$

Nếu theo thể thức thi đấu vòng tròn 2 lượt thì tổng số trận đấu bằng 2 lần tổng số trận đấu vòng

tròn một lượt. Nếu chia nhóm đấu vòng tròn thì tổng số trận đấu sẽ bằng tổng những trận đấu ở các nhóm.

#### \* Xếp lịch thi đấu

Ban tổ chức phải căn cứ vào số đội tham gia để xác định số ngày thi đấu và xếp lịch thi đấu. Khi xếp lịch thi đấu bắt kể số đội tham gia là chẵn hay lẻ thì cũng phải sắp xếp theo số chẵn. Nếu số đội tham gia thi đấu là số lẻ thì số chẵn cuối cùng sẽ là số 0 tức là dùng số "0" thay thế cho một đội để biến số đội thành số chẵn và đội chạm trán với đội số "0" sẽ được nghỉ thi đấu.

Khi xếp lịch thi đấu, trước hết phải chia số đội tham gia thi đấu thành hai nửa, trong ngày đầu tiên nửa trước bắt đầu từ số 1 đánh từ trên xuống ở bên trái, nửa sau đánh từ dưới lên trên ở bên phải. Hai đội cùng hàng ngang sẽ là hai đội gặp nhau trong ngày thứ nhất. Từ ngày thứ hai trở đi, số 1 để nguyên vị trí cũ còn các số khác dịch chuyển 1 vị trí theo chiều ngược với chiều kim đồng hồ để xác định số trận thi đấu của các ngày tiếp theo.

Ví dụ xếp lịch thi đấu cho 7 đội hoặc 6 đội tham gia (Bảng 4, 5)

**Bảng 4**      **LỊCH THI ĐẤU VÒNG TRÒN TÍNH ĐIỂM  
(7 ĐỘI)**

Ngày	1	2	3	4	5	6	7
	1 - 0	1 - 7	1 - 6	1 - 5	1 - 4	1 - 3	1 - 2
	2 - 7	0 - 6	7 - 5	6 - 4	5 - 3	4 - 2	3 - 0
	3 - 6	2 - 5	0 - 4	7 - 3	6 - 2	5 - 0	4 - 7
	4 - 5	3 - 4	2 - 3	0 - 2	7 - 0	6 - 7	5 - 6

**Bảng 5**      **LỊCH THI ĐẤU VÒNG TRÒN TÍNH ĐIỂM  
(6 ĐỘI)**

Ngày	1	2	3	4	5
	1 - 6	1 - 5	1 - 4	1 - 3	1 - 2
	2 - 5	6 - 4	5 - 3	4 - 2	3 - 6
	3 - 4	2 - 3	6 - 2	5 - 6	4 - 5

Để đảm bảo công bằng số thứ tự của các đội sẽ được thực hiện bằng hình thức rút thăm.

Tuy nhiên khi xếp lịch thi đấu phải chú ý tới thời gian nghỉ giữa hai trận đấu của mỗi đội và

phải đảm bảo số lần thi đấu buổi sáng, buổi chiều hoặc buổi tối của mỗi đội là tương đương nhau.

Khi tổng số đội tham gia thi đấu quá lớn thì có thể áp dụng thể thức chia nhóm đấu vòng tròn. Khi chia nhóm để việc phân chia được thực hiện một cách hợp lý và phản ánh đúng trình độ thi đấu thực tế của các đội thì thông thường phải áp dụng phương pháp phân chia theo "đội hạt giống" hoặc theo "hình con rắn".

Khi chia nhóm theo "đội hạt giống", trước hết phải căn cứ vào kết quả thi đấu của giải trước và vào trình độ thực tế của các đội tham gia lần này để đưa ra thảo luận tại cuộc họp của lãnh đạo các đội bóng nhằm xác định các "đội hạt giống". Sau đó tiến hành rút thăm để đưa các "đội hạt giống" vào trong các nhóm (số "đội hạt giống" phải bằng hoặc là một bội số của số nhóm). Tiếp đó cũng lại dùng phương pháp rút thăm để phân chia các đội còn lại vào các nhóm.

Chia nhóm theo "hình con rắn" là dựa vào kết quả thi đấu của giải trước để tiến hành chia nhóm. Ví dụ nếu có 12 đội thì sẽ chia thành 3 nhóm và sắp xếp theo như bảng 6.

**Bảng 6 BÀNG CHIA NHÓM THEO "HÌNH CON RĂN"  
(12 ĐỘI)**

Nhóm 1	Nhóm 2	Nhóm 3
1	2	3
6	5	4
7	8	9
12	11	10

\* *Cách tính điểm và xếp hạng theo thể thức thi đấu vòng tròn tính điểm*

Cách tính điểm trong thể thức thi đấu này cần phải được qui định rõ ràng trong điều lệ thi đấu. Trước đây thông thường cách tính điểm là thắng: 2 điểm, thua: 0 điểm. Tuy nhiên tại Giải vô địch bóng đá Thế giới lần thứ 15 (1994) lại qui định 1 trận thắng được 3 điểm, 1 trận hòa được 1 điểm và 1 trận thua được 0 điểm. Kể từ đó Liên đoàn Bóng đá Thế giới (FIFA) đã yêu cầu các nước hội viên áp dụng trong các giải thi đấu bóng đá chính thức của nước mình qui định thắng 1 trận được 3 điểm. Vị trí của các đội sẽ được quyết định dựa vào tổng số điểm đạt được của họ trong giải thi đấu và đội nào

được nhiều điểm hơn sẽ được xếp lên trên. Nếu có hai hoặc nhiều đội bằng điểm nhau thì có thể sử dụng cách tính hiệu số bàn thắng, bàn thua hoặc kết quả giữa các lần đối đầu trực tiếp giữa các đội để quyết định thứ tự. Nếu cuối cùng kết quả vẫn bằng nhau, thì có thể tiến hành rút thăm để quyết định thứ tự.

## *2. Thể thức đấu loại trực tiếp*

Thể thức đấu loại trực tiếp gồm 2 loại là: loại trực tiếp một lần thua và loại trực tiếp 2 lần thua. Loại trực tiếp một lần thua là các đội sẽ bị loại ngay sau một lần thất bại còn loại trực tiếp 2 lần thua là các đội chỉ bị loại sau 2 lần thất bại.

Thể thức đấu loại trực tiếp thường được áp dụng khi số đội tham gia đông mà sân bãi lại ít và thời gian thi đấu lại ngắn. Ưu điểm của thể thức này là có thể khích lệ các đội tham gia tích cực thi đấu, để giành thắng lợi và trong quá trình thi đấu những đội có trình độ cao sẽ dần dần được tập trung lại để đưa giải thi đấu từng bước tiến tới cao trào, mà lại tiết kiệm được thời gian. Tuy nhiên, bên cạnh đó thể thức thi đấu này cũng còn có những nhược điểm như: một số đội sẽ có số trận đấu tương đối ít

và vì vậy họ sẽ ít có cơ hội rèn luyện nâng cao thông qua thực tế thi đấu. Do tính quyết liệt và sự may rủi trong thể thức đấu loại trực tiếp một lần thua tương đối lớn cho nên rất khó đạt tới được một sự công bằng tuyệt đối. Ngược lại trong thể thức đấu loại trực tiếp 2 lần thua thì cơ hội dành cho các đội sẽ tăng thêm và vì vậy trật tự xếp hạng của các đội sẽ hợp lý hơn so với thể thức đấu loại trực tiếp một lần thua.

*a. Loại trực tiếp một lần thua*

*\* Cách tính tổng số trận và số ngày thi đấu*

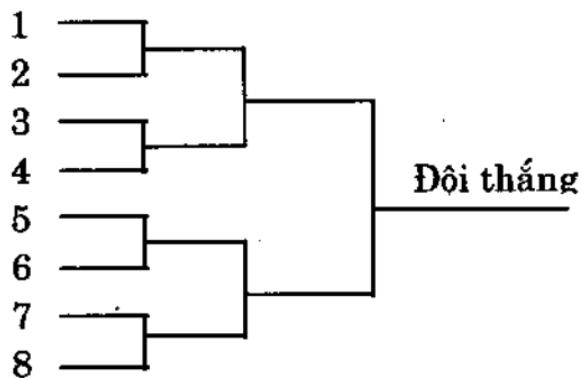
Tổng số trận thi đấu theo thể thức loại trực tiếp một lần thua = Tổng số đội tham gia thi đấu - 1

Nếu tổng số đội tham gia thi đấu là  $2^n$  (n là số nguyên dương bất kỳ) thì số ngày thi đấu sẽ bằng n. Trong trường hợp số đội tham gia thi đấu không bằng  $2^n$  thì n phải được lựa chọn sao cho  $2^n$  có giá trị lớn hơn nhưng gần với tổng số đội tham gia thi đấu nhất.

Ví dụ nếu có 8 đội tham gia thi đấu thì tổng số trận đấu sẽ là  $8 - 1 = 7$  trận, số ngày thi đấu là 3 ngày ( $8 = 2^3$ ) (Bảng 7)

Nếu có 5 đội tham gia thi đấu, tổng số trận đấu là  $5 - 1 = 4$  trận và số ngày thi đấu cũng là 3 do  $2^3$  lớn hơn và gần với số 5 nhất.

### Bảng 7 LỊCH THI ĐẤU CHO 8 ĐỘI THAM GIA

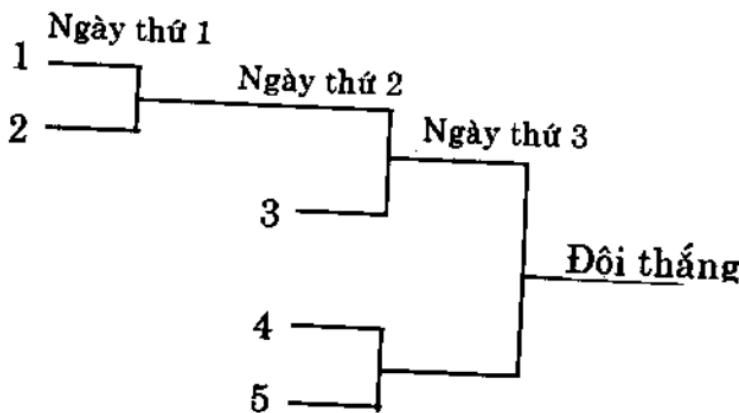


Trong trường hợp tổng số đội tham gia thi đấu là số lẻ thì phải áp dụng công thức tính đặc biệt để xác định tổng số đội phải tham gia thi đấu ngày đầu hoặc được nghỉ thi đấu ngày đầu sao cho số đội còn lại trong ngày thi đấu thứ 2 =  $2^n$ . Ta có công thức tính tổng số đội phải tham gia thi đấu ngày đầu như sau:

$$X = (A - 2^n) 2$$

Trong đó: A là tổng số đội tham gia thi đấu; n là số nguyên dương bất kỳ sao cho  $2^n$  có giá trị nhỏ hơn và gần với số A nhất (Bảng 8).

**Bảng 8 LỊCH THI ĐẤU CHO 5 ĐỘI THAM GIA**



Công thức tính tổng số đội được nghỉ thi đấu ngày đầu như sau:

$$X = 2^n - A$$

Trong đó: A là tổng số đội tham gia; n là số nguyên dương bất kỳ sao cho  $2^n$  lớn hơn và gần với số A nhất.

Để có thể phản ánh một cách tương đối chuẩn xác trình độ thực tế của các đội trong thi đấu, cũng như để tránh sự đối đầu quá sớm của các đội mạnh nhằm tăng thêm tính hấp dẫn cho giải thi đấu thì cần phải sắp xếp để miễn thi đấu ngày đầu cho các đội hạt giống.

Các đội hạt giống này phải được lựa chọn dựa trên kết quả thi đấu của giải trước và phải được phân phối đều vào các bảng. Hiện nay để đảm bảo tính công bằng trong thi đấu hình thức phân phối chủ yếu là rút thăm.

*b. Loại trực tiếp 2 lần thua*

\* *Cách tính tổng số trận*

Tổng số trận đấu = 2 (số đội tham gia thi đấu - 1)

Ví dụ nếu có 8 đội tham gia thi đấu thì

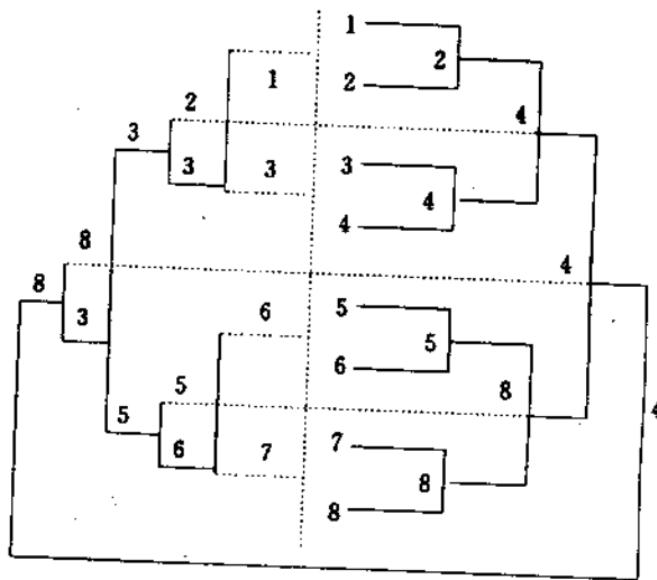
Tổng số trận đấu = 2 (8 - 1) = 14 trận

\* *Phương pháp xếp lịch thi đấu*

Về cơ bản phương pháp này cũng giống như thể thức loại trực tiếp 1 lần thua, chỉ khác là khi bước vào vòng 2, phải xếp các đội thua vào nửa bên trái rồi tiếp tục tiến hành thi đấu.

Ở nửa bên trái đội thua lần thứ 2 sẽ bị loại bỏ đội thắng sẽ tiếp tục thi đấu với đội thua ở nửa bên phải. Nếu cả hai đội trong trận chung kết cuối cùng đều đã bị thua một trận thì phải đấu thêm một trận nữa để xác định vị trí thứ nhất và thứ nhì (Bảng 9).

**Bảng 9** LỊCH THI ĐẤU CHO 8 ĐỘI THEO THỂ THỨC  
LOẠI TRỰC TIẾP 2 LẦN THUA



**3. Thể thức thi đấu hỗn hợp**

Thi đấu theo thể thức hỗn hợp là chia giải thi đấu ra thành 2 giai đoạn: giai đoạn 1 áp dụng thể thức thi đấu vòng tròn và giai đoạn 2 áp dụng thể thức loại trực tiếp. Ưu điểm của thể thức thi đấu này là tận dụng được các ưu điểm của thể thức thi đấu vòng tròn và loại trực tiếp, bổ sung những chỗ còn chưa được hoàn chỉnh của 2 thể thức trên,

giảm tối thiểu sự may rủi trong thi đấu, khiến vị trí xếp hạng của các đội có thể phản ánh một cách tương đối chân thực trình độ thực tế của họ và làm tăng thêm tính hấp dẫn ở các vòng trong.

Khi áp dụng thể thức loại trực tiếp ở giai đoạn 2 thì thông thường có thể thực hiện bằng các hình thức sau:

#### \* *Thi đấu chéo*

Sau khi kết thúc giai đoạn 1 các đội bước vào thi đấu chéo ở giai đoạn 2, tức là 2 đội nhất, nhì của 2 bảng tiến hành thi đấu chéo với nhau: Nhất bảng A đấu với Nhì bảng B và Nhất bảng B đấu với Nhì bảng A. Hai đội thắng sẽ tham dự trận chung kết, đội thắng đứng thứ nhất đội thua xếp thứ nhì giải. Nếu muốn tìm ra đội đứng thứ 3, thứ 4 thì hai đội thua của 2 bảng tiến hành trận đấu tranh giải 3, 4. Các đội đứng thứ 3, thứ 4 ở các nhóm cũng dùng phương pháp này để xác định vị trí từ thứ 5 đến thứ 8.

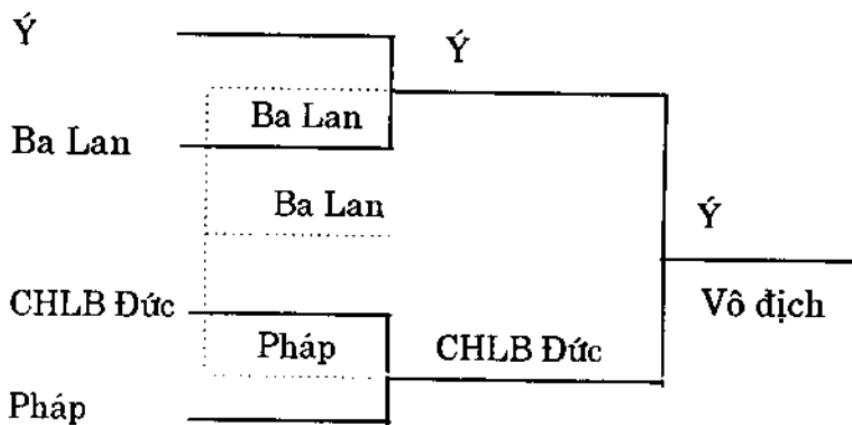
#### \* *Loại trực tiếp giữa các đội đứng đầu bảng*

Khi áp dụng thể thức loại trực tiếp ở giai đoạn 2, nếu chia thành 2 nhóm thì đội đứng đầu 2 nhóm sẽ đấu với nhau để quyết định đội vô địch và đội

thứ hai. Hai đội đứng thứ 2 ở 2 nhóm sẽ đấu với nhau quyết định vị trí 3, 4.

Nếu các đội bóng trong giai đoạn 2 được chia thành 4 nhóm thì sẽ thi đấu theo thể thức loại trực tiếp. Đầu tiên 4 đội đứng đầu ở 4 nhóm sẽ tiến hành vòng bán kết (2 trận), đội thắng sẽ tham dự trận chung kết, đội thua sẽ thi đấu tranh giải 3, 4. Giải vô địch bóng đá Thế giới lần thứ 12 năm 1982 đã áp dụng thể thức thi đấu này để định ra vị trí từ thứ 1 đến thứ 4 (Bảng 10).

**Bảng 10 BẢNG THI ĐẤU THEO THỂ THỨC HỖN HỢP**



[Đường ..... là đường của đội thua]

*\* Thi đấu theo thể thức "PAGE"*

Chọn 4 đội đứng đầu trong giai đoạn 1 thi đấu vòng tròn 1 lượt theo trình tự dưới đây:

- Trận bán kết thứ 1: Đội đứng thứ 3 đấu với đội đứng thứ 4 (hoặc 2 đội đứng thứ 2 của 2 nhóm).
- Trận bán kết thứ 2: Đội thứ 1 đấu với đội thứ 2 (hoặc 2 đội đứng đầu của 2 nhóm).
- Trận chung kết sớm: Đội thắng trong trận bán kết thứ 1 đấu với đội thua trong trận bán kết thứ 2.
- Trận chung kết chính: Đội thắng trong trận bán kết thứ 2 đấu với đội thắng trong trận chung kết sớm.

*Sắp xếp thứ tự:*

Đội thắng trong trận chung kết chính là đội vô địch;

Đội thua xếp thứ nhì;

Đội thua trong trận chung kết sớm đứng thứ 3;

Đội thua trong trận bán kết thứ nhất đứng thứ 4.

## MỤC LỤC

	<i>Trang</i>
Lời nói đầu	3
<b>Chương I: NGUỒN GỐC VÀ SỰ PHÁT TRIỂN CỦA BÓNG ĐÁ</b>	5
I. Đặc điểm và tác dụng của Bóng đá	5
II. Nguồn gốc của Bóng đá	11
III. Quá trình phát triển của Bóng đá hiện đại	17
IV. Quá trình phát triển kỹ, chiến thuật Bóng đá hiện đại	26
V. Quá trình hình thành và phát triển của các Điều luật thi đấu	38
VI. Xu hướng phát triển cơ bản của Bóng đá hiện đại	50
<b>Chương II: KỸ THUẬT BÓNG ĐÁ</b>	57
I. Tâng bóng	57
II. Đá bóng	62
III. Dỗ bóng	79
IV. Đánh đầu	92
V. Dẫn bóng và dẫn bóng qua người	102

VI. Cướp, cắt bóng	113
VII. Ném biên	121
VIII. Kỹ thuật thủ môn	124
<b><i>Chương III: CHIẾN THUẬT BÓNG ĐÁ</i></b>	<b>143</b>
I. Đội hình thi đấu	144
II. Chiến thuật tấn công	159
III. Chiến thuật phòng thủ	181
IV. Chiến thuật đá bóng cố định	190
V. Phương pháp luyện tập các hình thức chiến thuật	197
<b><i>Chương IV: PHƯƠNG PHÁP HUẤN LUYỆN BÓNG ĐÁ</i></b>	<b>205</b>
I. Huấn luyện các tố chất thể lực	205
II. Lập kế hoạch huấn luyện	218
III. Chỉ đạo thi đấu và lựa chọn chiến thuật thi đấu	225
<b><i>Chương V: PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC THI ĐẤU MỘT GIẢI BÓNG ĐÁ</i></b>	<b>261</b>
I. Công tác tổ chức thi đấu	261
II. Thể thức thi đấu và phương pháp tính điểm, xếp hạng	270

# **BÓNG ĐÁ**

## **KỸ CHIẾN THUẬT VÀ PHƯƠNG PHÁP TẬP LUYỆN**

**NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO**

7. Trịnh Hoài Đức - ĐT: 8456155 - 8437013

Chi nhánh: 48 Nguyễn Đình Chiểu - Quận I

TP.HCM - ĐT: 8298378

Chịu trách nhiệm xuất bản  
**PHI TRỌNG HANH**

Biên tập : **VŨ XUÂN LONG**

Trình bày : **PHƯƠNG LINH**

---

Số đăng ký KHXB: 159KH/TDTT - 1336/CXB-QLXB - 12.11.2002

Số lượng: 1500 cuốn; Khoảng 13 x 19cm

In tại: Nhà in KH và CN - 70B Hoàng Hoa Thám - Hà Nội

In xong và nộp lưu chiểu tháng 1 năm 2003