

# **Chương 6**

## **ĐÁ CẦU**

### **I - MỤC TIÊU**

Học xong nội dung môn *Đá cầu*, HS :

- Biết cách thực hiện : Đánh ngực tấn công, đá mốc bằng mu bàn chân, một số bài tập phối hợp, một số chiến thuật đá đôi, đấu tập theo luật.
- Hiểu một số điểm trong *Luật Đá cầu*.
- Thực hiện cơ bản đúng những bài tập trên.
- Vận dụng những kiến thức đã học khi tập luyện, thi đấu.

### **II - NỘI DUNG**

#### **1. Kĩ thuật**

##### **a) Ôn tập**

Ôn một số động tác kĩ thuật đã học ở lớp 10 và lớp 11 (tảng “bóng” cầu, tảng “giật” cầu, chuyền cầu, phát cầu, đánh đầu tấn công<sup>(\*)</sup>, đá tấn công bằng mu bàn chân chính diện,...).

##### **b) Học mới**

###### *– Đánh ngực tấn công*

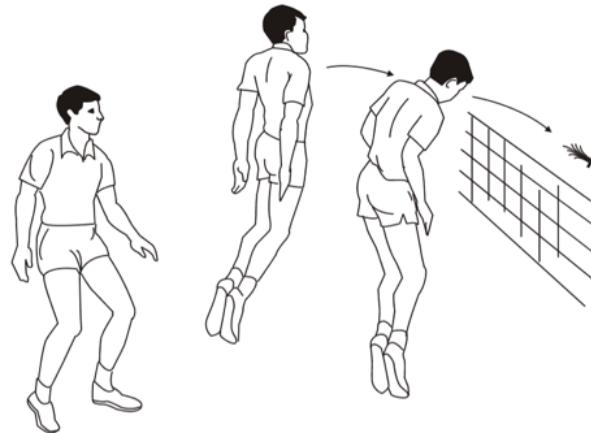
Kĩ thuật đá cầu ngày nay, đặc biệt từ khi có sự thay đổi về luật (*Luật Đá cầu 2007*) trong tập luyện cũng như thi đấu người tập đã ít sử dụng kĩ thuật này vì tính hiệu quả giành điểm không cao.

+ *TTCB* : Đứng hai chân rộng bằng vai hoặc đứng chân trước chân sau, cách lối 30 - 40cm, mặt hướng về phía lối để vừa quan sát được đường cầu

---

(\*) Kĩ thuật đánh đầu tấn công là một bài tập dễ gây nguy hiểm cho HS, vì vậy khi dạy GV phải hết sức thận trọng và đảm bảo an toàn trong tập luyện.

bay đến, vừa quan sát đối phương. Trọng tâm cơ thể dồn đều lên hai chân, gối hơi khuyu, tay để thẳng tự nhiên dọc theo thân người (H. 22).



Hình 22

+ *Động tác* : Khi quả cầu bay tới ở độ cao trên lưới và cách lưới 30 - 40cm, cách mép trên của lưới khoảng 20 - 25cm, người tập hơi chùng gối rồi bật nhảy thẳng lên cao, xoay thân trên sang phải hoặc sang trái rồi dùng ngực (phải hoặc trái) đánh mạnh vào cầu, cho cầu bay qua lưới rơi xuống sân của đối phương. Thực hiện động tác xong, người tập tiếp đất bằng hai chân, sau đó nhanh chóng di chuyển về giữa sân để chuẩn bị đón đỡ cầu của đối phương đá sang (H. 22).

*Chú ý* : Trong quá trình thực hiện động tác, người tập không được để bất kì bộ phận nào của cơ thể chạm vào lưới (vì sẽ bị mất điểm do phạm luật).

– *Đá móc bằng mu bàn chân*

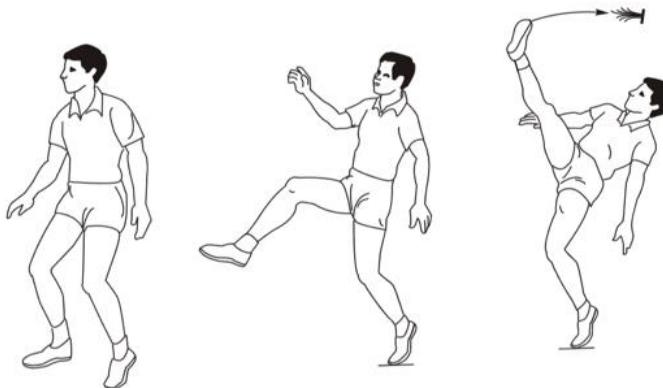
Kĩ thuật này thường được sử dụng ở gần lưới trong lần chạm cầu thứ hai.

+ *TTCB* : Đứng quay lưng về phía lưới hoặc nghiêng một góc khoảng  $30^{\circ}$  và cách lưới khoảng 50 - 70cm. Chân thuận (chân đá cầu) để sau, chân không thuận để phía trước, trọng tâm dồn đều vào hai chân, hai tay thả lỏng dọc thân người, lưng thẳng, mắt quan sát cầu của đồng đội chuyền đến.

+ *Động tác* : Khi nhận được đường chuyền bóng của đồng đội hoặc sau lần tung cầu nhịp một của mình, lúc cầu rơi cách mặt sân khoảng 1,7 - 1,9m, người tập chuyển trọng tâm cơ thể lên chân trước, kết hợp với kiêng gót

chân trụ, ngả người ra sau, đá mạnh chân thuận ra trước - lên cao về phía cầu (thả lỏng cổ chân). Khi tiếp xúc cầu, bàn chân gập nhanh, đá móc cầu sang sân đối phương.

Khi người tập đã có trình độ tập luyện nhất định có thể bật nhảy lên cao (hai chân không chạm đất) thực hiện động tác móc cầu. Thực hiện xong động tác, khi hai chân người chơi tiếp đất thì nhanh chóng xoay người lại hướng về phía sân đối phương để quan sát đường cầu tiếp theo của đối phương đá sang... (H. 23).



Hình 23

## 2. Một số bài tập phối hợp

### a) Bài tập đánh ngực tấn công

– Chuẩn bị : Kẻ ô hoặc khu vực quy định cho cầu rơi xuống sau khi đánh ngực tấn công của người tập, có chiều rộng 70 - 90cm kéo dài suốt chiều ngang của sân (tính từ mặt phẳng lưới về phía sân tập).

– Động tác :

+ Người tập đứng tại chỗ, cách lưới 30 - 40cm, bật nhảy thực hiện động tác đánh ngực tấn công ; lúc đầu tập có người phục vụ tung cầu bổng trên lưới, cự li phù hợp với từng người tập. Người tập khi xác định chính xác vị trí của quả cầu trên lưới, nhanh chóng bật thẳng người, xoay thân trên sang phải hoặc sang trái rồi đánh mạnh vào quả cầu, cho cầu bay qua lưới rơi xuống sân của đối phương. Thực hiện được 7/10 lần trở lên là đạt loại tốt. Có thể thực hiện 9 - 10 quả liên tục, lặp lại 1 - 2 lần.

- + Khi thực hiện động tác đánh ngực tấn công tại chỗ đã thuần thực có thể thực hiện động tác di chuyển đơn bước, bước kép sang ngang bên phải hoặc trái đến vị trí cầu rơi rồi thực hiện kĩ thuật đánh ngực tấn công như động tác tại chỗ (đã nêu trên). Song cần chú ý khi thực hiện kĩ thuật này là bật thăng lên cao, không được lao vào lướt và để bất kì bộ phận nào của cơ thể chạm vào lướt (sẽ mất điểm vì phạm luật). Đây là động tác khá phức tạp, vừa di chuyển vừa thực hiện động tác đánh ngực tấn công. Thực hiện được 5/10 lần là đạt loại tốt.
- + Người tập có thể tự tung cầu bổng lên lướt, sau đó bật nhảy thăng người lên cao thực hiện động tác đánh ngực tấn công như trên. Nếu thực hiện động tác này thường gây bất ngờ cho đối phương.

*Lưu ý :* Do tốc độ bay của quả cầu khi sử dụng kĩ thuật đánh ngực tấn công thường không cao nên cũng không gây khó khăn cho đối phương khi đỡ cầu, mà người thực hiện lại tốn khá nhiều sức. Đó chính là lí do ngày nay kĩ thuật này ít được sử dụng.

#### b) Bài tập đá móc bằng mu bàn chân

- Chuẩn bị : Treo quả cầu ở vị trí cố định (so với mặt đất từ 1,50m trở lên).
- Động tác :
- + Người tập đứng tại chỗ tập đá móc vào quả cầu được treo ở vị trí cố định, sao cho khi thực hiện động tác đá cầu không bị mất thăng bằng, không bị ngã, đúng điểm tiếp xúc với cầu và lực đá vào cầu được tăng dần (mạnh dần lên). Khi tập, GV cần xây dựng cảm giác chính xác về tư thế bắt đầu động tác cho HS. Vì đứng sai sẽ dẫn đến đá cầu bay ra ngoài sân.
- + Khi người tập đã thuần thực với động tác đá móc cầu được treo cố định thì cho người tập tự tung cầu bổng lên rồi thực hiện động tác đá móc cầu. Nếu thực hiện được 7 - 8 lần trong tổng số 10 lần là đạt yêu cầu.
- + Người tập thực hiện động tác tung cầu nhịp một (động tác “búng cầu” hoặc “giật cầu”), sau đó thực hiện động tác đá móc cầu bằng mu bàn chân (tại chỗ).
- + Sau khi thực hiện động tác trên thuần thực thì người tập thực hiện động tác tung cầu nhịp một (động tác “búng cầu” hoặc “giật cầu”), sau đó thực hiện động tác đá móc cầu bằng mu bàn chân (tung móc cầu).

*Chú ý :* GV cần phân tích cho HS thấy rõ được yêu cầu và tác dụng của động tác kĩ thuật móc cầu là hết sức quan trọng, không thể thiếu trong tập luyện và thi

đáu đá cầu, có thể trực tiếp ghi điểm hoặc cũng làm cho đối phương lúng túng, bị động dẫn đến mất điểm... Song cũng phải chỉ cho HS biết rằng nếu thực hiện tấn công không chính xác là tự làm mất điểm, nên với động tác này phải yêu cầu đạt 10/10.

### **3. Một số chiến thuật đá đôi, đấu tập theo luật**

#### **a) Một số chiến thuật đá đôi**

Khi tiến hành tập luyện chiến thuật đá đôi, người tập cần đặc biệt chú ý đến việc phối hợp giữa hai người trong đội với nhau từ di chuyển đến tổ chức phòng ngự cũng như phản công hoặc tấn công,... Sau đây chúng tôi giới thiệu một số chiến thuật thường sử dụng.

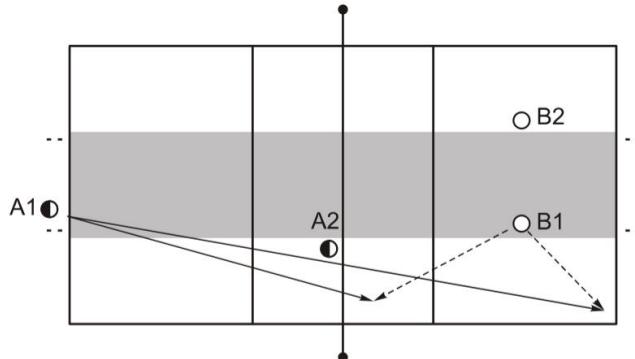
– *Phát cầu có người che :*

Trong đá cầu hiện đại, bên phát cầu được coi là bên bị tấn công, còn bên đỡ phát cầu là bên tấn công. Vì vậy muốn hạn chế sức tấn công của đối phương thì chiến thuật phát cầu có VĐV che phải được tận dụng triệt để, phải coi phát cầu có giá trị như một lần tấn công. Muốn vậy, cần có sự phối hợp nhịp nhàng của VĐV phát cầu với VĐV che cầu hết sức quan trọng (luật cho phép : VĐV bên phát cầu được đứng từ sát vạch tưởng tượng nối khu vực phát cầu của hai bên - phần xám của hình 24). Lúc này VĐV phát cầu phải quan sát vị trí đứng đỡ phát cầu của đối phương mà quyết định điểm phát cầu. Chỉ cần đối phương có sự ngó nghiêng mất tập trung thì đó là thời điểm tốt nhất để phát cầu, nếu đối phương đứng yên tập trung quan sát thì VĐV phát cầu phải thực hiện kĩ thuật phát cầu sao cho cầu bay sát đầu của đồng đội (hai người lúc này phải có sự phối hợp hết sức đồng bộ, khi nghe tiếng cầu tiếp xúc với giày của đồng đội thì ngay lập tức VĐV đứng che cầu cúi đầu thật nhanh để cầu bay qua đầu của mình sang thẳng người đối phương hoặc lao xa về cuối sân hoặc cầu rơi gần lưới...), làm cho đối phương lúng túng khi đỡ cầu, từ đó đường chuyền của họ không chuẩn xác cho đồng đội... dẫn đến hiệu quả tấn công không cao hoặc bị mất điểm.

Cụ thể :

- + Từ vị trí phát cầu VĐV A1 sử dụng kĩ thuật phát cầu lao xa bằng kĩ thuật thấp chân chính diện hoặc cao chân chính diện sao cho cầu bay gần đầu, trên vai phía vai phải của đồng đội A2 để cầu bay về phía bên trái cuối sân của đối phương bên B. A2 đứng che cho A1 phát cầu, làm B1 khó khăn khi quan sát đường cầu, nếu B1 có quan sát được đường cầu thì cũng bị lúng túng khi đỡ cầu ở phía trái cuối sân... Vì khi đứng đỡ cầu B1 thường phải

đứng ở vị trí gần giữa khu vực sân của mình kiểm soát - nơi thuận lợi nhất khi di chuyển đến các vị trí khác nhau trên sân (H. 24).



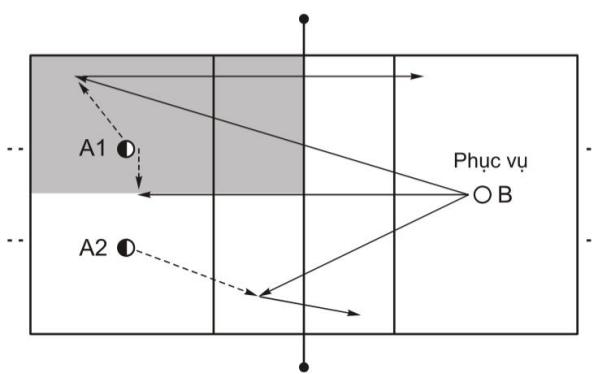
Hình 24

- + Hoặc cũng từ vị trí phát cầu này người phát cầu A1 phát cầu thấp gần, đường cầu bay qua phía vai phải của đồng đội A2, rồi gần lưới trong khu vực giới hạn đánh đầu (khu vực giới hạn 1,98m). Bên A thực hiện phát từ 9 - 10 lần thì đổi nội dung cho bên B, sau đó luân phiên cho A1 và B1...

*Chú ý :* Để thực hiện được chiến thuật phát cầu này, người tập cần phải tập luyện thuần thục kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện và cao chân chính diện.

- *Phân chia khu vực kiểm soát trên sân :*

- + Với những đôi có trình độ thấp chưa phối hợp ăn ý được với nhau trong phòng thủ cũng như trong tấn công, thì nên sử dụng chiến thuật phân chia mỗi VĐV quản lí và kiểm soát đỡ cầu trên nửa sân theo chiều dọc (H. 25).



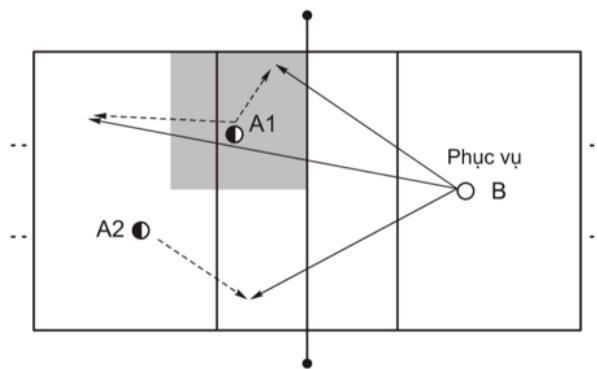
Hình 25

*Yêu cầu :* Mỗi VĐV bên A kiểm soát nửa sân như hình vẽ. Khi đối phương B đá cầu sang nếu cầu rơi vào giữa vị trí của 2 người (A1 và A2), thì có những trường hợp sau xảy ra :

Nếu cả hai VĐV đều thuận chân phải thì việc đỡ các đường cầu nêu trên do VĐV A1 đỡ.

Nếu có VĐV thuận chân trái (A2) thì việc đỡ các đường cầu này do VĐV A2 đỡ, A1 sẽ đứng hơi lệch về phía bên trái (biên dọc) của mình để khắc phục điểm yếu bên trái của mình (người chơi đá cầu thường chân trái yếu hơn).

Khi trình độ đá đôi cao hơn thì thường sử dụng cách phân chia như sau : VĐV A2 có khả năng phòng thủ tốt sẽ kiểm soát  $\frac{3}{4}$  sân, còn VĐV A1 có khả năng tấn công tốt sẽ kiểm soát  $\frac{1}{4}$  sân còn lại (H. 26).



Hình 26

+ VĐV A2 kiểm soát  $\frac{3}{4}$  sân có trách nhiệm phải đỡ được cầu của đối phương B đá sang rơi trong khu vực kiểm soát của mình, sau đó chuyển lại cho đồng đội trên lưới tấn công.

*Chú ý :* Để tiến hành tập luyện, người phục vụ B đứng bên kia sân tung cầu qua lưới về phía hai người tập (H. 26).

Nếu cầu bay cách người A1 khoảng 40 - 50cm thì việc đón đỡ đường cầu này là do người A1 thực hiện.

Nếu cầu bay cách xa người A1 trên 50cm trở lên thì việc đỡ đường cầu này do người A2 thực hiện.

Sau 8 - 10 lần tập thì hai người đổi chỗ cho nhau, GV cần tổ chức cho các nhóm thay phiên nhau tập luyện đến khi thuần thục là được.

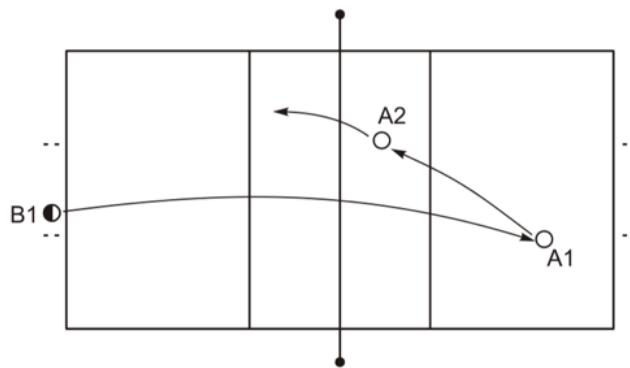
– *Tấn công dứt điểm bằng phối hợp đồng đội*

Trong đá đôi của môn Đá cầu, do mỗi bên có hai người nên khi phòng thủ thực tế họ chỉ hoạt động trên 1/2 phạm vi sân so với đá đơn, nên khả năng phòng thủ cao hơn. Vì vậy, khi tấn công đối phương mà không có sự phối hợp đồng đội thì hầu như không có hiệu quả. Do đó trong đá đôi ở bất kỳ vị trí nào trên sân, khi một VĐV đỡ được cầu (lần chạm thứ nhất), thì VĐV thứ hai phải di chuyển đến vị trí tấn công đã được tập luyện thuần thục.

Khi nhận được đường cầu của đồng đội chuyển đến, VĐV số 2 sử dụng kĩ thuật “búng” cầu hoặc “giật” cầu lên cao về phía lưới, tiếp theo dùng kĩ thuật đá (cúp) tấn công bên phải hoặc bên trái hoặc dùng kĩ thuật quét cầu, kĩ thuật bẻ nhỏ nếu đối phương đứng xa lưới hoặc hất cầu qua đầu nếu đối phương đứng gần lưới.

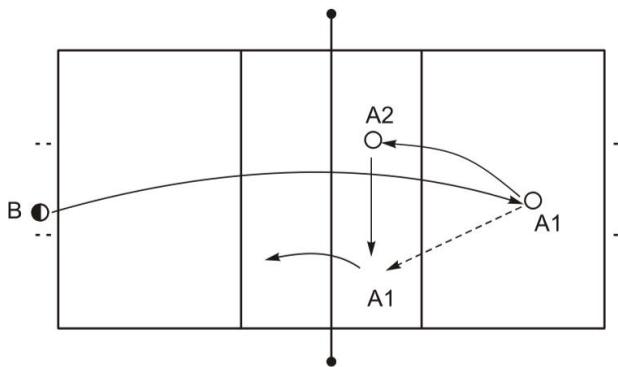
Sau khi chuyển cầu cho đồng đội, sự phối hợp chưa phải là kết thúc, mà VĐV vừa chuyển cầu phải di chuyển về phía gần đồng đội của mình để hỗ trợ đê phòng đối phương chắn cầu bằng ngực bật lại sang sân bên mình... Cụ thể như sau :

- + Tình huống 1 : Người tập A1 đỡ cầu của đối phương B đá sang, sau đó chuyển cầu lên phía lưới để người tập A2 thực hiện các kĩ thuật tấn công sang sân đối phương (H. 27).



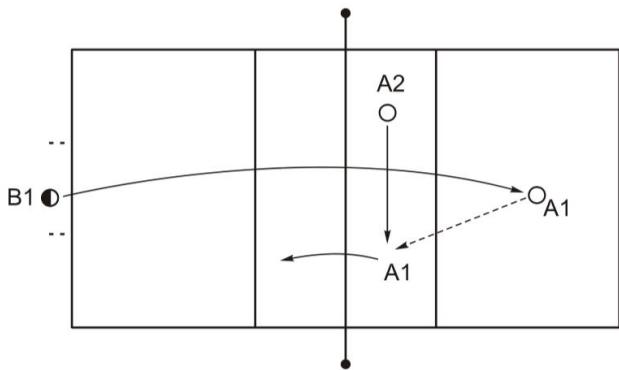
Hình 27

- + Tình huống 2 : Người tập A1 đỡ cầu bay bổng về phía người tập A2, người tập A2 sau khi chỉnh cầu lần 1, rồi chuyển bổng lại phía lưới để cho người tập A1 thực hiện kĩ thuật tấn công sang sân đối phương (H. 28).



Hình 28

+ Tinh huống 3 : Người tập A1 đỡ cầu bay bổng về gần lưới (lần chạm thứ nhất), sau đó A1 di chuyển lên theo cầu để thực hiện các kĩ thuật tấn công sang sân đối phương. Lúc này người tập A1 làm động tác giả di chuyển đến vị trí như đang chuẩn bị nhận cầu tấn công, để đối phương phải di chuyển lên chắn cầu... làm cho khu vực phía sau của họ bị trống, lúc này người tập A1 đá cầu về phía cuối sân của đối phương, làm cho đối phương lúng túng dẫn đến mất điểm (H. 29).

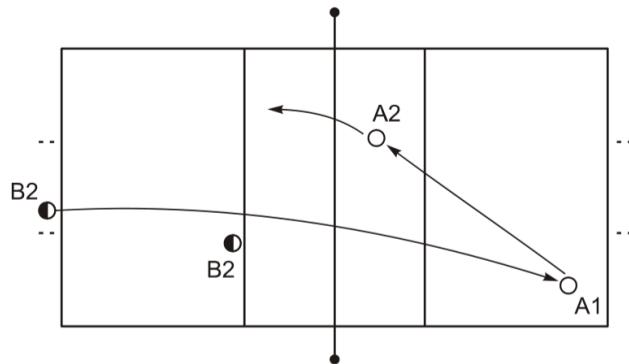


Hình 29

### b) Đấu tập theo luật

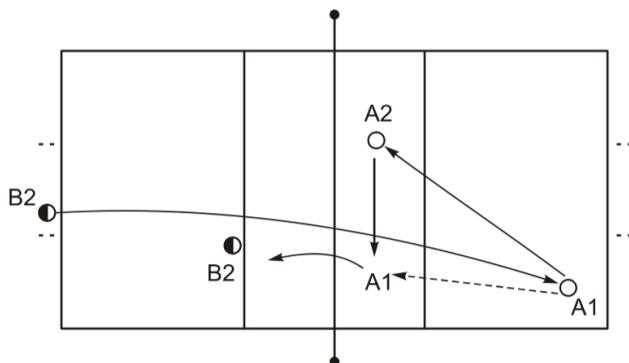
– Khi hai đội vào sân thi đấu, số HS còn lại đứng thành từng hàng theo biên dọc của sân để quan sát rút kinh nghiệm và cổ vũ cho bạn mình... Trong thi đấu đòi việc phối hợp đồng đội cân hết sức linh hoạt và sáng tạo, theo luật mỗi VĐV được chạm 2 lần liên tiếp và chạm 3 lần không liên tiếp, do vậy thường có những chiến thuật phối hợp cơ bản như sau :

- + Thứ nhất : Sau khi A1 đỡ cầu của đối phương đá sang (chạm lần 1), sau đó chuyển cầu bỗng lên gần phía lưới để A2 thực hiện các kĩ thuật tấn công tiếp theo như : quét cầu, bạt cầu, đá mót, cúp cầu,... (H. 30).



Hình 30

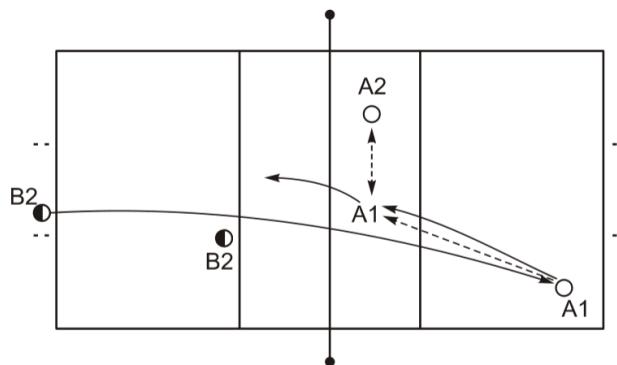
- + Thứ hai : Khi A1 đỡ cầu bằng kĩ thuật “búng” cầu hoặc “giật” cầu để đưa bay bóng về phía A2, A2 sau khi chỉnh cầu (tăng cầu nhịp 1 bằng kĩ thuật “búng” cầu hay “giật” cầu), rồi lại chuyển cầu bỗng sát lưới để cho A1 thực hiện các kĩ thuật đá tấn công sang sân đối phương... (H. 31).



Hình 31

- + Thứ ba : Khi A1 đỡ cầu (“búng” cầu hay “giật” cầu) bay bóng về gần lưới (lần chạm thứ nhất), sau đó di chuyển theo cầu để thực hiện các kĩ thuật tấn công như : cúp cầu, quét cầu, bạt cầu... cùng lúc với A1, A2 làm động

tác giả (di chuyển đến vị trí như đang chuẩn bị tấn công), để đối phương phải di chuyển lên gần lưỡi nhầm chắn cầu, như vậy khi họ di chuyển lên trên làm cho khu vực phía sau của họ bị trống. Đây là cơ hội thuận lợi để A1 đá cầu về phía cuối sân của đối phương để ghi điểm (H. 32).



Hình 32

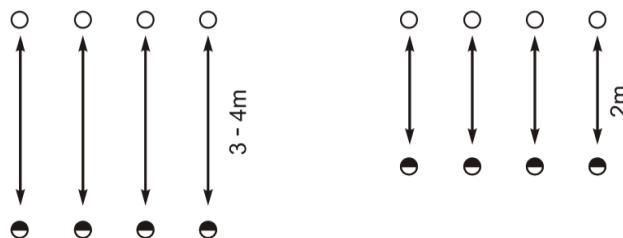
– Tổ chức phân chia theo khu vực tập luyện nhằm khắc phục việc thiếu sân tập luyện (H. 33) như :

- + Một nhóm vào trong sân tập các bài tập chiến thuật hoặc tổ chức thi đấu.
- + Những nhóm còn lại tập bên ngoài sân với những nội dung :

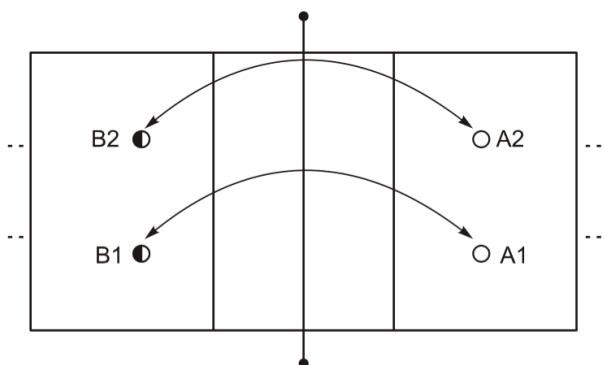
Từng đôi hoặc nhóm ba người tập chuyển cầu với cự li khoảng cách khác nhau (bắt đầu là 2m, sau tăng lên 3 - 4m).

Từng đôi hoặc nhóm ba người tập chuyển cầu cho nhau, với đường cầu bay ngang ngược, sau đó là những đường cầu bay cao so với sân tập 3 - 4m...

Lần lượt từng người tập bật nhảy đá vào vật chuẩn (bổ trợ cho động tác cúp cầu).



Hình 33a

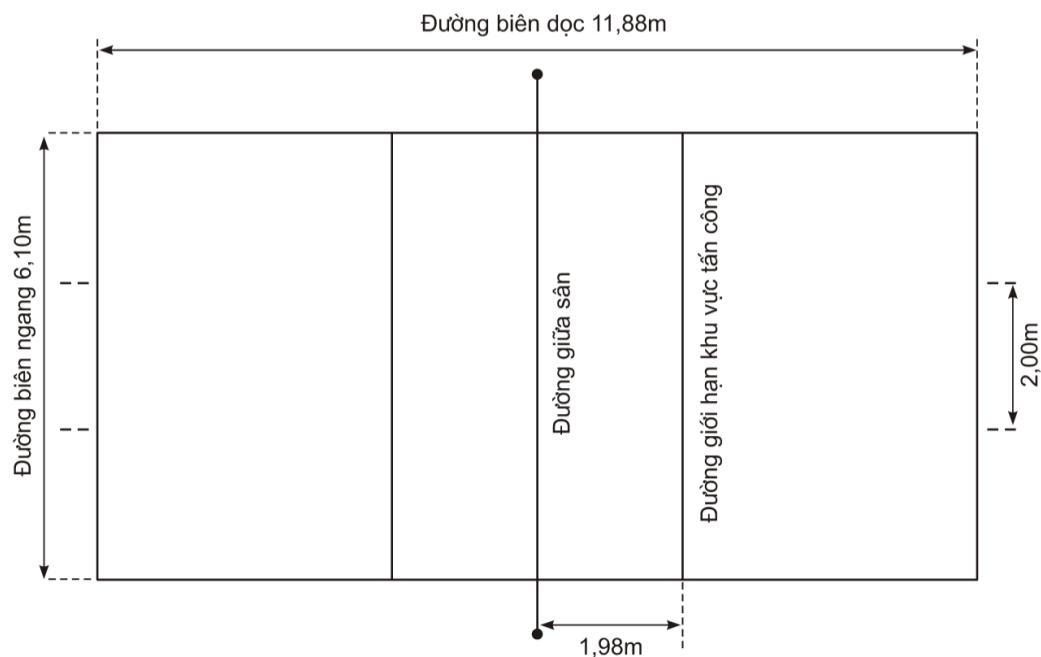


Hình 33b

*Chú ý :* GV căn cứ vào khả năng vận động và trình độ kĩ thuật của HS để đưa ra yêu cầu về thời gian và số lần tập cho mỗi cá nhân, mỗi nhóm sao cho phù hợp,...

#### 4. Một số điểm trong *Luật Đá cầu*<sup>(\*)</sup>

##### a) Sân (Điều 1)



Hình 34

---

(\*) Trích *Luật Đá cầu*, NXB TDTT, 2007.

– Sân thi đấu là một mặt phẳng cứng hình chữ nhật có chiều dài là 11,88m, chiều rộng 6,10m tính đến mép ngoài của đường giới hạn. Sân thi đấu không bị vật cản trong khoảng chiều cao 8m tính từ mặt sân (H. 34).

– Các đường giới hạn :

- + Đường phân đôi sân : Nằm ở phía dưới lưới, chia sân thành hai phần bằng nhau.
- + Đường giới hạn khu vực tấn công cách 1,98m và chạy song song với đường phân đôi sân.
- + Đường (tưởng tượng) giới hạn khu vực phát cầu kéo dài 0,20m về phía sau, nằm giữa đường biên ngang có khoảng cách là 2m (có đứt quãng 0,04m).

Những đường giới hạn phải có màu phân biệt với màu sân, rộng 0,04m và nằm trong phạm vi của sân.

#### b) Lưới (Điều 2)

– Lưới rộng 0,75m, dài tối thiểu là 7,10m, các mắt lưới có kích thước là  $0,019m \times 0,019m$ . Mép trên và mép dưới của lưới được viền bởi một băng vải gập đôi, rộng 0,04 - 0,05m và được luồn sợi dây thường hoặc dây nilông giữ cho căng lưới. Lưới được treo trên cột căng lưới, hai cột căng lưới được dựng thẳng đứng ở hai đầu đường phân đôi của sân thi đấu. Hai cột căng lưới phải để ở ngoài sân, cách đường biên dọc 0,50m (H. 34).

– Chiều cao của lưới :

- + Chiều cao của lưới đối với nam và nam trẻ : 1,60m.
- + Chiều cao của lưới đối với nữ và nữ trẻ : 1,50m.
- + Chiều cao của lưới đối với thiếu niên : 1,40m.
- + Chiều cao của lưới đối với nhi đồng : 1,30m.
- + Chiều cao của đỉnh lưới ở giữa lưới được phép có độ võng không quá 0,02m.

#### c) Cột lưới và ăng-ten (Điều 3)

– Cột lưới phải cao tối đa : 1,70m.

– Vị trí của các cột lưới được dựng đứng hoặc chôn cố định trên đường phân đôi sân kéo dài cách đường biên dọc là 0,50m.

– Cột ăng-ten : Có chiều dài 1,20m ; đường kính 0,01m ; cao hơn so với mép trên của lưới là 0,44m. Trên cột ăng-ten được vẽ bằng những màu sáng tương phản với tiết diện 10cm.

**d) Quả cầu (Điều 4)**

- Cầu đá Việt Nam 202.
- + Chiều cao 0,131m ; rộng 0,06m.
- + Trọng lượng 14 gam ± 0,1.

**e) Thay người (Điều 8)**

– Được phép thay đấu thủ ở bất cứ thời điểm nào (được thay 3 đấu thủ trong một hiệp), theo yêu cầu của lãnh đạo hoặc đội trưởng của mỗi đội đối với trọng tài chính khi cầu dừng. Mỗi đội được đăng kí 3 đấu thủ dự bị ở nội dung đội, còn các nội dung đơn, đôi không có đấu thủ dự bị.

– Trong thi đấu, khi trọng tài truất quyền thi đấu của một đấu thủ :

+ Ở nội dung đồng đội thì đội đó được quyền thay đấu thủ nếu như đội đó chưa thực hiện thay người trong hiệp đấu đó. Nếu đã thực hiện thay người rồi thì bị xử thua.

+ Ở nội dung đôi và đơn thì đội đó bị xử thua.

**g) Trọng tài (Điều 9)**

Trận đấu được điều hành bởi những trọng tài sau :

- Một trọng tài chính (số 1).
- Một trợ lí trọng tài (số 2).
- Trọng tài bàn.
- Một trọng tài lật số.
- Hai trọng tài biên.

**h) Hệ thống tính điểm (Điều 14)**

– Bất cứ bên nào (giao cầu hay nhận giao cầu) phạm lỗi, đối phương được 1 điểm và giành quyền giao cầu.

– Điểm thắng của hiệp đấu là 21, trừ trường hợp hoà 20 - 20, sẽ phát cầu luân lưu đến khi một bên cách biệt 2 điểm thì hiệp đấu đó kết thúc (điểm tối đa của hiệp đấu là 25).

– Mỗi trận đấu có 2 hiệp đấu, giữa 2 hiệp nghỉ 2 phút.

Nếu mỗi đội thắng 1 hiệp, sẽ quyết định trận đấu bằng hiệp thứ 3 (hiệp quyết thắng), điểm thắng của hiệp này là 15, trừ trường hợp hoà 14 - 14 thì sẽ phát cầu luân lưu đến khi một bên cách biệt 2 điểm thì trận đấu đó kết thúc (điểm tối đa của hiệp đấu là 17).

- Ở hiệp thứ 3, khi tỉ số lên đến 8 thì hai bên sẽ đổi sân.
- Trong tất cả các nội dung thi đấu, khi tỉ số là 14 - 14 hoặc 20 - 20, thì bên vừa ghi được điểm sẽ phát cầu và sau đó thì phát cầu luân phiên.

#### i) Hội ý (Điều 15)

- Mỗi đội được quyền xin hội ý không quá 2 lần, mỗi lần không quá 30 giây trong mỗi hiệp thi đấu khi cầu ngoài cuộc.
- Chỉ có HLV hoặc đấu thủ đội trưởng trên sân mới có quyền xin hội ý. Trong thời gian hội ý, đấu thủ phải ở trong sân của mình.

### III - PHƯƠNG PHÁP GIÀNG DẠY

#### 1. Hướng dẫn giảng dạy

- Khi cho HS ôn lại những kĩ thuật đã học ở lớp 11, GV cần chú ý kiểm tra khả năng thực hiện kĩ thuật của từng HS. Nếu còn sót thì tiếp tục sửa chữa, uốn nắn.
  - Khi giảng dạy kĩ thuật mới, GV cần làm mẫu (động tác làm mẫu phải chính xác), kết hợp với giảng giải ngắn gọn. Nội dung giảng giải, phân tích kĩ thuật cần ngắn gọn, đủ ý, nêu được vị trí tác dụng của kĩ thuật, tư thế chuẩn bị, cách thực hiện và tư thế kết thúc động tác. Khi làm mẫu và giảng giải cần đứng ở vị trí sao cho tất cả HS đều nhìn thấy động tác làm mẫu và có thể nghe được lời nói của GV.
  - Do quỹ thời gian có hạn nên khi giới thiệu về kĩ thuật động tác cụ thể, GV cần kết hợp giới thiệu thêm về các điều luật có liên quan. Tuỳ theo trình độ của HS, ngoài các luật đã giới thiệu trong sách, GV có thể bổ sung thêm các luật khác sao cho phát huy được tối đa khả năng của HS.
- Khi dạy cho HS luật và chiến thuật, GV cần nêu ngắn gọn kết hợp với chỉ dẫn trên sơ đồ hoặc trên sân tập. Sau đó, cho các em tập ứng dụng đấu tập theo luật ngay. Chính trong quá trình ứng dụng này, GV tiếp tục giải thích để HS hiểu rõ về luật, chiến thuật như vậy các em sẽ nhớ lâu hơn.
- Tuỳ theo điều kiện giảng dạy và đối tượng tập luyện, GV có thể làm mẫu hoặc kết hợp với một HS làm mẫu từ chậm đến nhanh dần, lặp lại một số lần cần thiết.