



TẮC BÓNG

Tắc bóng được sử dụng để cố gắng cướp bóng từ đối phương và giành lại quyền sở hữu bóng.

ĐẦU

Mắt nhìn vào bóng

Tay

Sử dụng tay gần nhất để bắt bóng đi

Kỹ thuật

Kỹ thuật này bao gồm di chuyển sát đối phương và cố gắng đánh bóng bằng tay ở gần đối phương nhất.

Các Điểm Chính

- Chạy sát đối phương
- Giữ mắt nhìn vào bóng
- Khi chân xa của đối phương di chuyển về phía trước, hãy bước vào bằng chân gần của bạn
- Đánh bóng bằng tay ở gần đối phương nhất khi bóng đang di chuyển từ tay này sang ngón chân hoặc khi bị nảy
- Đạp bóng để giành lại lợi thế và lấy lại bóng để giành quyền sở hữu



Chân

Di chuyển chân gần nhất qua không gian của đối thủ để đến gần bóng

Lỗi Thường Gặp

Lỗi 1

☹ Cầu thủ dùng nắm đấm để đập bóng và tắc bóng khi đang sở hữu bóng

😊 Để sửa lỗi này, hãy đảm bảo rằng cầu thủ sử dụng bàn tay mở hoặc hai bàn tay để đập bóng và không tắc bóng khi đang sở hữu bóng

Lỗi 2

☹ Không đứng đủ gần với chân của người sút. Người sút đá bóng mà không bị tắc bóng dễ dàng hơn và cũng khó để tính thời điểm tắc bóng từ xa hơn.

😊 Đảm bảo rằng người tắc bóng đến gần chân của người sút để có thể căn thời gian tắc bóng để đưa tay vào khi cầu thủ đưa bóng cách xa cơ thể

Lỗi 3

☹ Một sai lầm khác xảy ra khi cầu thủ thực hiện tắc bóng nhầm mắt hoặc không chú ý đến quả bóng. Sau đó, cầu thủ không thể nhìn thấy chân của người sút hoặc vị trí của bóng nên không tính được thời gian thực hiện các pha tắc bóng hoặc có thể bị chân đá phát hiện.

😊 Đảm bảo rằng người tắc bóng luôn để ý kỹ càng mọi lúc và nhìn vào quả bóng để biết vị trí của cầu thủ và bóng.