



١٠٧٧٩

۸۷۰۱۰۱۰۴۱  
۸۷۰۱۰۷



دانشگاه اصفهان

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه تربیت بدنی

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

## اثر آموزش بازی محور بر میزان یادگیری فوتبال

استاد راهنما

دکتر سید محمد مرندي

استاد مشاور

دکتر وحید ذوالاكتاف

پژوهشگر

فراس مصطفی حسینی

کتابخانه مرکزی دانشگاه اصفهان

۱۳۸۷ / ۹ / ۲۳

تیر ماه ۱۳۸۷

۱۰۶۱۶۹

کلیه حقوق مادی مترتب بر نتایج  
مطالعات، ابتکارات و نوآوری های ناشی  
از تحقیق موضوع این پایان نامه متعلق  
به دانشگاه اصفهان است.



دانشگاه اصفهان





دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

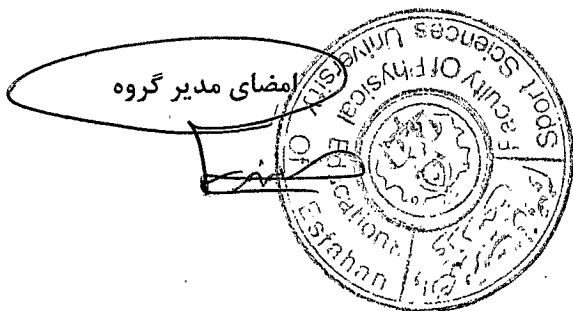
پایان نامه ی کارشناسی ارشد رشته ی تربیت بدنی و علوم ورزشی آقای فراس حسینی

تحت عنوان

### بررسی اثر آموزش بازی محور بر میزان یادگیری فوتبال

در تاریخ ۸۷/۴/۳۰ توسط هیأت داوران زیر بررسی و با درجه عالی به تصویب نهایی رسید.

- ۱- استاد راهنمای پایان نامه دکتر سید محمد مرندی با مرتبه ی علمی استادیار  

- ۲- استاد مشاور پایان نامه دکتر وحید ذوالاکتاف با مرتبه ی علمی استادیار  

- ۳- استاد داور داخل گروه دکتر مهدی کارگرفرد با مرتبه ی علمی دانشیار  

- ۴- استاد داور خارج از گروه دکتر حسن خلجی با مرتبه ی علمی استادیار  




### تشکر و قدردانی

از زحمات اساتید راهنما و مشاور خودم آقایان دکتر مرندی و دکتر ذوالاکتاف که در روزهای متمادی از ابتدا تا انتها در انجام این تحقیق مرا یاری دادند، سپاسگزاری می نمایم.

همچنین از استاد مجتبی توتونی ، مدرس بین المللی فوتبال که بدون یاری ایشان امکان جمع آوری اطلاعات در ایران وجود نداشت، قدردانی می نمایم.

تقدیم

به هر دو ملت برادر، بزرگوار و ارزشمند ایران و سوریه

## چکیده:

**زمینه:** بر اساس تحقیقات انجام شده، آموزش مهارت‌های پایه فوتبال در رده سنی نونهالان و نوجوانان با استفاده از روش بازی محور می‌تواند موجب پیشرفت بهتر نوآموزان گردد. هدف از این پژوهش، اثر سنجی روش بازی محور در مقایسه با روش سنتی در آموزش کودکان ۹ تا ۱۲ ساله است.

**روش شناسی:** تحقیق حاضر با روش تحقیق تجربی انجام شده است. نمونه آماری این تحقیق شامل ۶۵ بازیکن ۹-۱۲ سال دو مدرسه فوتبال (دانشگاهیان، اصفهان، ایران؛ و حطین، لاذقیه، سوریه) بود. آزمودنی‌ها در هر کشور، با روش تصادفی جفت شده در دو گروه کنترل و تجربی قرار گرفتند. از آزمودنی‌ها پیش و پس از آزمون بعمل آمد. دوره تمرین شامل ۸ هفته و ۳ جلسه در هفته بود. زمان مفید هر جلسه تمرین برای هر دو گروه یکسان و نود دقیقه بود، گروه کنترل با روش سنتی و گروه تجربی با روش بازی محور مورد آموزش قرار گرفتند. آزمون‌ها شامل ۳ آزمون پایه ساده دوی سرعت ۳۰ متر، پاس کوتاه، و پاس بلند؛ و همچنین ۳ آزمون پایه پیچیده رویایی، حمل توپ، و دریبل بود. مقایسه‌های آماری توسط تحلیل کوواریانس بعمل آمد.

**یافته‌ها:** گروه کنترل در هیچ یک از آزمون‌های آسان پایه پیشرفت نداشت. در حالیکه گروه تجربی در هر سه آزمون پیشرفت داشت. گروه کنترل و گروه تجربی هر دو در آزمون‌ها پیچیده پایه فوتبال پیشرفت داشتند، ولی پیشرفت گروه تجربی بیشتر بود.

**بحث و نتیجه گیری:** تحقیق حاضر برتری روش بازی محور را نسبت به روش سنتی نشان داد. با توجه به آنکه تحقیق در سنین رشد و روی افراد نابالغ صورت گرفته است و بلوغ در اجرای مهارت‌های فوتبال موثر است، افزایش طول دوره آموزشی از ۸ هفته به ۱۲ تا ۱۶ هفته احتمالاً مزیت روش بازی محور به روش سنتی را با وضوح بیشتری نشان خواهد داد.

**کلمات کلیدی:** آموزش بازی محور، بازی کوچک شده، بازی اصلاح شده، آموزش مهارت محور یا سنتی.

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	<b>فصل اول: شرح و بیان مسئله پژوهشی</b>
۲	۱-۱- مقدمه.....
۳	۲-۱- شرح و بیان مساله پژوهش.....
۴	۳-۱- اهمیت و ارزش تحقیق.....
۴	۴-۱- اهداف تحقیق.....
۴	۱-۴-۱- هدف کلی.....
۴	۲-۴-۱- اهداف ویژه.....
۴	۵-۱- فرضیه ها تحقیق.....
۵	۶-۱- محدودیت های تحقیق.....
۵	۱-۶-۱- محدودیت های محقق خواسته.....
۵	۲-۶-۱- محدودیت های اجتناب ناپذیر.....
۶	۷-۱- واژه ها و اصطلاحات کلیدی.....
۶	۱-۷-۱- آموزش مهارت محور یا سنتی.....
۶	۲-۷-۱- آموزش بازی محور.....
۶	۳-۷-۱- بازی کوچک شده.....
۶	۴-۷-۱- بازی اصلاح شده.....
۷	۵-۷-۱- میزان یادگیری.....
۷	۵-۷-۱- تاکتیک.....
۷	۶-۷-۱- تکنیک.....
۷	۸-۱- تعاریف عملیاتی.....
۷	۱-۸-۱- مهارت های فوتبال.....
	<b>فصل دوم: ادبیات تحقیق</b>
۸	۱-۲- تاریخچه بازی کوچک شده.....
۹	۲-۲- مبانی تئوری تحقیق.....
۹	۱-۲-۲- بازی اصلاح های فوتبال.....
۱۰	۲-۲-۲- اصول و قواعد عمومی بازی کوچک شده.....



۱۱	۳-۲-۲ - تمرینات نوجوانان و کودکان
۱۲	۴-۲-۲ - توصیف مدلی دریفوس
۱۲	۵-۲-۲ - انتقال دانش و علم
۱۳	۶-۲-۲ - تأثیر خستگی بر یادگیری
۱۳	۷-۲-۲ - روش های عمومی آموزش فوتبال
۱۴	۸-۲-۲ - روش های آموزشی فوتبال مدرن
۱۵	۱-۸-۲-۲ - روش تمرینی
۱۵	۲-۸-۲-۲ - روش بازی
۱۵	۳-۸-۲-۲ - روش مختلط
۱۸	۹-۲-۲ - آموزش مهارت های فوتبال
۱۹	۱-۹-۲-۲ - معرفی مهارت
۲۰	۲-۹-۲-۲ - نمایش مهارت
۲۰	۳-۹-۲-۲ - توضیح مهارت
۲۲	۱۰-۲-۲ - اطلاعات برای انجام تمرینات
۲۲	۱-۱۰-۲-۲ - شکل تاکتیک و انواع آن
۲۲	۲-۱۰-۲-۲ - تکنیک
۲۴	۳-۲-۲ - پیشینه تحقیق

## فصل سوم: روش تحقیق

۳۴	۱-۳ - روش تحقیق
۳۴	۲-۳ - جامعه آماری
۳۵	۳-۳ - حجم روش نمونه گیری
۳۵	۴-۳ - روش اجرای تحقیق
۳۶	۵-۳ - تفاوت دو برنامه (متغیرهای تحقیق)
۳۶	۶-۳ - ابزار گرد آوری داده ها
۳۶	۷-۳ - مراحل انجام تحقیق
۳۶	۱-۷-۳ - هماهنگی با مسئولین
۳۷	۲-۷-۳ - توجیه از مودنی ها
۳۷	۳-۷-۳ - نحوه ارزیابی و اجرای آزمون های تحقیق

۳-۸- ابزار تجزیه و تحلیل ..... ۳۷

**فصل چهارم: یافته های پژوهش و تجزیه و تحلیل آماری**

۴-۱- مقدمه ..... ۳۸

۴-۲- بررسی ویژگیهای توصیفی ..... ۳۸

۴-۳- یافته های پژوهش ..... ۴۱

۴-۳- فرضیه اول ..... ۴۱

۴-۳- فرضیه دوم ..... ۴۲

۴-۳- فرضیه سوم ..... ۴۴

۴-۳- فرضیه چهارم ..... ۴۶

۴-۳- فرضیه پنجم ..... ۴۷

۴-۳- فرضیه ششم ..... ۴۸

۴-۳- فرضیه هفتم ..... ۵۰

**فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری**

۵-۱- مقدمه ..... ۵۴

۵-۲- بحث و نتیجه گیری ..... ۵۵

۵-۲-۱- فرضیه اول ..... ۵۵

۵-۲-۲- فرضیه دوم ..... ۵۶

۵-۲-۳- فرضیه سوم ..... ۵۷

۵-۲-۴- فرضیه چهارم ..... ۵۸

۵-۲-۵- فرضیه پنجم ..... ۵۹

۵-۲-۶- فرضیه ششم ..... ۵۹

۵-۲-۷- فرضیه هفتم ..... ۶۰

۵-۳- بحث کلی ..... ۶۱

۵-۴- پیشنهادهای کاربردی ..... ۶۲

۵-۵- پیشنهادهای پژوهش ..... ۶۲

پیوست ها ..... ۶۳

آزمون حمل توپ ..... ۶۳

آزمون در بیل کردن ..... ۶۴

## عنوان

## صفحه

۶۵	.....	آزمون ضربه های نرم کنترلی
۶۶	.....	آزمون پاس بلند(زمینی)
۶۷	.....	آزمون پاس کوتاه (دیواری)
۶۸	.....	آزمون سی متر سرعت
۶۹	.....	مثالی از تمرینات بازی کوچک شده
۷۰	.....	فرم ثبت اطلاعات تحقیق
۷۱	.....	منابع و مآخذ

فهرست جدول ها

عنوان	صفحه
جدول ۱-۲- اصول و قواعد عمومی بازی کوچک شده	۱۱
جدول ۲-۲- تماس با توپ طی ده دقیقه	۲۷
جدول ۲-۳- مقایسه بین بازی ۷×۷ و بازی ۱۱×۱۱	۳۰
جدول ۲-۴- مقایسه بین بازی ۴×۴ و بازی ۸×۸	۳۱
جدول ۲-۵- مقایسه بین بازی ۴×۴ و بازی ۱۱×۱۱	۳۱
جدول ۲-۶- احتمالات و تعداد پاس دادن	۳۱
جدول ۳-۱- حجم نمونه ها در پیش و پس آزمون	۳۵
جدول ۱-۴ : توزیع فروانی گروه نمونه براساس گروه آزمایش و کنترل	۳۹
جدول ۲-۴- توزیع فروانی گروه نمونه براساس گروه ایرانی و سوری	۳۹
جدول ۳-۴- توزیع فروانی گروه نمونه براساس وزن	۴۰
جدول ۴-۴- توزیع فروانی گروه نمونه براساس سن	۴۰
جدول ۴-۵- توزیع فروانی گروه نمونه براساس سانتی متر	۴۱
جدول ۴-۶- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور نسبت به روش سنتی	۴۲
جدول ۴-۷- نتایج آزمون کوواریانس مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر میزان	۴۲
جدول ۴-۸- مقادیر میانگین و انحراف معیار پس آزمون تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر	۴۳
جدول ۴-۹- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر میزان	۴۳
جدول ۴-۱۰- نتایج آزمون کوواریانس مقایسه میانگین نمرات پیش و پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر	۴۴
جدول ۴-۱۱- مقادیر میانگین و انحراف معیار پس آزمون تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر	۴۴
جدول ۴-۱۲- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر	۴۵
جدول ۴-۱۳- نتایج آزمون کوواریانس میانگین نمرات پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر میزان یادگیری	۴۵
جدول ۴-۱۴- مقادیر میانگین و انحراف معیار پیش و پس آزمون تاثیر آموزش روش بازی محور نسبت به روش	۴۵
جدول ۴-۱۵- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور نسبت به روش سنتی	۴۶
جدول ۴-۱۶- نتایج آزمون کوواریانس مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر میزان	۴۶

## عنوان

## صفحه

جدول ۴-۱۷- مقادیر میانگین و انحراف معیار پیش و پس آزمون تاثیر آموزش روش بازی محور نسبت به روش	۴۷
جدول ۴-۱۸- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر میزان	۴۷
جدول ۴-۱۹- نتایج آزمون کوواریانس مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر میزان	۴۸
جدول ۴-۲۰- مقادیر میانگین و انحراف معیار پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به روش سنتی بر	۴۸
جدول ۴-۲۱- نتایج آزمون لوین فرض همگنی واریانس های تاثیر آموزش روش بازی محور از روش سنتی بر میزان	۴۹
جدول ۴-۲۲- نتایج آزمون کوواریانس مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر آموزش بازی محور بر میزان یادگیری	۴۹
جدول ۴-۲۳- مقادیر میانگین و انحراف معیار پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به روش سنتی بر	۵۰
جدول ۴-۲۴- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به	۵۰
جدول ۴-۲۵- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به	۵۱
جدول ۴-۲۶- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به	۵۱
جدول ۴-۲۷- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به	۵۲
جدول ۴-۲۸- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور نسبت به	۵۲
جدول ۴-۲۹- نتایج آزمون t مستقل مقایسه میانگین نمرات پس آزمون تاثیر روش آموزش بازی محور روش سنتی	۵۳

## فصل اول:

### طرح تحقیق

#### ۱-۱- مقدمه

کلیه برنامه های تربیت بدنی و ورزش اهدافی را دنبال می کنند که با نیازها و علایق شرکت کنندگان ارتباط دارد. چهار حیطه کلی و شناخته شده تربیت بدنی یعنی رشد و تکامل جسمانی، روانی - حرکتی، شناختی و عاطفی در گذشته بر اساس ویژگی های برنامه های هر رده سنی تعریف می شد. با توسعه قلمرو رشته تربیت بدنی، ضرورت گسترش اهداف به کلیه رده های سنی احساس شد و در هر برنامه ای، سعی شد تا اهداف با رده سنی مورد نظر و نوع برنامه ی اجرا شده مطابقت داشته باشد (۴).

یکی از اهداف مهم تمرین فوتبال در باشگاه ها، توسعه و تکامل مهارت های بدنی در رده های سنی مختلف بوده و این امر باعث می شود که به آن رده سنی به خوبی توجه داشته باشیم، در تحقیق حاضر رده سنی ۹-۱۳ سال در نظر گرفته شد که ویژگی های خاص خود را دارد از لحاظ عصبی - حرکتی، مهارت- ادراکی، نیازهای روانی و مشارکت در گروه های متعدد است (نیازهای اجتماعی).

رشد سریع و قابل توجه فوتبال در سطح بین المللی به ویژه در سالیان اخیر، صاحب نظران را بر آن داشته است که این روند رو به رشد را بزرگترین رویداد جهانی بنامند. امروزه نگاه به فوتبال فراتر از نگاه به یک

ورزش یا مسابقه است، چرا که تمرین فوتبال از تمرین های مهمی و فعالی است که جهت ارتقاء سطح کیفی و کمی آن نیاز به برنامه های تمرین مناسب با نیازهای هر رده سنی است. برنامه های خوب و متناسب تمرینی، مقدمه ای فراهم ساخت تیمهای قدرتمند در سطح رقابت بین المللی، و کسب نتایج موفق و مطلوب است.

از این رو پژوهش حاضر بر آن است که تا از یک طرف با ارائه دستاورد جدیدی در ارتباط با تهیه برنامه آموزش مهارتی در رشته فوتبال و مقایسه این برنامه با برنامه های سنتی (معمولی)، ورزش فوتبال که نسبت به سایر رشته های ورزشی در سطح باشگاه ها فراگیر تر و مورد استقبال بیشتری است، مشکلات موجود در عدم تناسب برنامه تمرینی فوتبال با این رده سنی (۹-۱۲) را توسط این برنامه جدید مشخص کند و برطرف کردن مشکلات تمرین، و هماهنگ ساختن آن با نیازهای این رده سنی تلاش نماید. در این فصل کلیاتی از طرح پژوهش ارائه شده است. موضوع مورد بررسی در این فصل شامل، بیان مسئله، ضرورت و اهمیت پژوهش فرضیه های پژوهش، متغیرهای پژوهش، محدودیت های پژوهشی، سوالات پژوهش، تعریف واژه ها و اصطلاحات و قلمرو پژوهش می باشد.

## ۱-۲- شرح و بیان مساله پژوهش:

امروزه فوتبال بطور قطع پرطرفدارترین ورزش دنیا، هم از حیث بازیگر و هم تماشاگر است. اما متأسفانه در کشورهای ما (سوریه و ایران) از لحاظ بحث و تحقیق عملی در حیطه علم تمرین و به ویژه در رده های نونهالان و نوجوانان کمتر روی آن کار شده و شاید یکی از دلایل عدم موفقیت و آهسته پیشرفت کردن فوتبال در کشور های ما نیز همین بوده است. چه خوبست بتوانیم از تمرین هایی که باعث بهتر شدن مهارت های فوتبال می شود، استفاده کنیم.

امروزه تمایل به شرکت در فعالیت های ورزش جهت تضمین سلامتی، دستیابی به شهرت و کسب در آمد (در ورزش حرفه ای)، پر کردن اوقات فراغت و ... افزایش زیادی یافته است. بنابراین، استفاده بهینه از فرصت به دست آمده جهت آموزش مطلوب از اهمیت شایان توجهی برخوردار است. با توجه به این که پرطرفدارترین رشته ی ورزشی دنیا فوتبال است، بیشترین استقبال از کلاسهای آموزشی فوتبال را نونهالان و دانش آموزان تشکیل می دهند و فعالیت مدارس فوتبال در فصل تابستان خیلی بیشتر می باشد. بهره برداری مناسب از کلاسهای آموزش دو تا سه ماهه (تابستانه) می تواند در ارتقاء سطح فوتبال کشور بسیار موثر باشد. در این تحقیق، به مطالعه و مقایسه ی دو شیوه ی آموزش مهارت های فوتبال می پردازیم. در حال حاضر، تقریباً همه کلاسهای آموزشی از یک روش سنتی آموزش استفاده می کنند. در این روش، هر جلسه تمرین شامل این بخش ها است:

- ۱- گرم کردن (۱۰٪)، ۲- آموزش تکنیک (۵۰٪)، ۳- بازی (۳۰٪) ۴- سرد کردن (۱۰٪) در روش سنتی برای آموزش مهارت های ورزشی، بازیکنان اعمال زیر را انجام می دهند:

یادگیری مهارت ← یادگیری تاکتیک ها ← بازی کردن

در گذشته ما تأکید زیادی روی یادگیری مهارت ها داشتیم ولی به اندازه کافی روی یادگیری اینکه چگونه ماهرانه بازی کنیم، یعنی چگونه از این مهارت ها در مسابقه استفاده کنیم، تأکید نکردیم (۱۰). از سوی دیگر، در نظریه های جدید بیشتر بر آموزش از طریق بازی محور که بر فعالیت رقابت و ارزشیابی مستمر مبتنی است، تأکید می شود. نظریه هایی مانند بازی کوچک شده امروزه بازی فوتبال در زمین کوچکتر و با توپ و دروازه کوچکتر بسیار متداول شده است. انجام این بازیها بسیار لذت بخش است و موجب می شود تا شما مهارت خود را روی توپ به نمایش بگذارید. و بازی اصلاح شده نیز در همین راستا هستند. در این تحقیق، بین تاثیر روش آموزش سنتی مرسوم در کلاسهای آموزشی فوتبال و تاثیر آموزش مبتنی بر نظریات جدید (آموزش بازی محور) مقایسه انجام خواهد شد. به عبارت دیگر در تحقیق حاضر با استفاده از یک طرح پیش آزمون و پس آزمون، به مقایسه ی دو شیوه آموزش سنتی و آموزش بازی محور (در دو گروه شاهد و تجربی) می پردازیم. پرسش اصلی در اینجا این است که با استفاده از کدام شیوه آموزش می توان سرعت یادگیری مهارت های فوتبال را بالاتر برد تا در زمان محدود در دسترس (دو تا سه ماه تابستان) هر چه بیشتر بر میزان یادگیری مهارت های فوتبال افزود؟ به عبارت دیگر، آیا نظریات جدید (آموزش بازی محور) می توانند باعث افزایش سرعت یادگیری مهارت ها و در نتیجه افزایش میزان یادگیری آنها در زمان محدود شوند؟ یا اینکه شیوه ی سنتی از سرعت یادگیری مهارت بالاتری برخوردار است؟ در کدام یک از مهارت های اصلی فوتبال، آموزش سنتی باعث افزایش میزان یادگیری می شود؟ و در کدام یک از مهارت ها نظریات جدید آموزشی (آموزش بازی محور) می تواند میزان یادگیری را در زمان محدود بالاتر ببرد؟ در این تحقیق، پژوهشگر به دنبال پاسخ به پرسش هایی از این قبیل است.

### ۱-۳- اهمیت و ارزش تحقیق:

ورزش فوتبال پرطرفدارترین رشته ورزشی جهان است. از نظر تعداد تماشاگر و تعداد ورزشکارانی که خود به نوعی (حرفه ای، آماتور، تفریحی) به این ورزش مفرح می پردازند، فوتبال رتبه ی اول را بین رشته های ورزشی جهان دارد (۶)

از سوی دیگر، توجه به سنین بحرانی برای یادگیری مهارت ها می باشد. که کودکان و نونهالان بایستی در زمان های حساس مهارت های بنیادین ورزشی را یاد بگیرند، تا امکان تضمین موفقیت های ورزشی آنها در آینده مهیا شود (۲). و به عبارت دیگر باید برنامه تمرین به خصوصیات این رده توجه داشته باشد (برای کودکان بهترین روش توسعه مهارت ها، تمرین کردن در محیط شاد، بدون داشتن تنش و فشارهای جسمی و روانی است)

با هجوم خیلی عظیم نونهالان و نوجوانان کشور به مدارس و اردوگاه های فصلی ورزش، هر ساله در فصل تابستان یک فرصت طلایی برای پرورش استعداد های بالقوه برای آینده ی ورزش کشور پدید می آید. لازمه



این امر استفاده از روشها و شیوه های علمی نوین جهت کاربرد کلاسهای آموزش می باشد. بخصوص ورزش فوتبال در این ارتباط جایگاه ویژه ای داشته و افراد بیشماری را به خود جلب نموده است. هر ساله شاهد رشد و افزایش تصاعدی کلاسهای فوتبال هستیم. این امر نشانه ی استقبال رو به افزایش والدین جهت شرکت دادن کودکانشان در کلاسهای آموزشی فوتبال است. در این کلاسها هم امکان استعدادیابی جهت غربالگری و کشف استعدادهای مطلوب در رشته ی فوتبال وجود دارد و هم امکان پرورش استعدادهای نهفته در کودکان در رده ی سنی نونهالان: بنابراین، توجه به این کلاسهای آموزش از اهمیت ویژه ای برخوردار است. یافته های تحقیق حاضر می تواند راهکارهای عملی جهت اداره و برنامه ریزی بهینه ی این کلاس ها پیشنهاد نماید. با توجه به این که هنوز در کشور ما توجهی به شیوه های آموزش نوین (آموزش بازی محور) نشده است، تحقیق حاضر یک پژوهش پیشتاز در این زمینه می باشد.

#### ۱-۴- اهداف تحقیق

##### ۱-۴-۱-هدف کلی:

بررسی تأثیر آموزشی بازی محور بر میزان یادگیری مهارت های فوتبال در پسران ۹-۱۲ سال شهرهای اصفهان و لادقیه در ایران و سوریه.

##### ۱-۴-۲-اهداف ویژه:

- ۱- مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت ضربه های نرم کنترلی (روپایی، روسری، ...).
- ۲- مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت حمل توپ.
- ۳- مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت پاس کوتاه(دیواری).
- ۴- مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت پاس بلند.
- ۵- مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت دوی سرعت.
- ۶-مقایسه ی روش سنتی و روش بازی محور بر میزان یادگیری مهارت دریبل کردن.

#### ۱-۵- فرضیه ها سوال های تحقیق:

برای شش هدف ویژه تحقیق که در بخش اهداف تحقیق بر شمرده شده است فرض می شود که روش آموزشی بازی محور نتیجه آزمون های مهارتی را نسبت به آموزش سنتی افزایش بیشتری می دهد.

- ۱- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت پاس بلند(پنالتی) دارد.
- ۲- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت پاس کوتاه(دیواری) دارد.

- ۳- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت ضربه های نرم کنترلی (روپایی) دارد.
- ۴- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت دوی سرعت دارد.
- ۵- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت دریبل کردن دارد.
- ۶- روش بازی محور نسبت به روش سنتی اثر بیشتری بر میزان یادگیری مهارت حمل توپ (زیکزاک) دارد.
- ۷- بین گروه های آزمایشی (روش بازی محور) ایرانی و سوری در خصوص یادگیری مهارت تفاوت وجود دارد.

## ۸-۱- محدودیت های تحقیق:

### ۱-۸-۱- محدودیت های محقق خواسته:

- ۱- زمان تمرین، زمین تمرین، مجموعه مدیریتی تمرین، و سایر عوامل یکنواخت سازی گردیده است تا عوامل فوق در نتایج تاثیر گذار نباشند. بدین منظور هر گروه آموزشی به طور تصادفی جفت شده به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم گردید. تنها تفاوت اعمال شده، استفاده از روش تمرینی بازی محور در گروه تجربی بوده است.
- ۲- جنسیت آزمودنی ها کنترل شده و فقط پسران در نمونه حضور داشتند. سایر خصوصیات اثر گذار (متغیرهای میانجی) مانند سن، وزن،  $BMI^1$ ، قد، تغذیه، انگیزه، وضعیت اقتصادی توسط روش طبقه بندی تصادفی جفت شده نمونه ها صورت گرفته است. با توجه به اینکه مهمترین متغیر میانجی در رده سنی مورد نظر وزن بوده، جفت کردن نمونه ها بر اساس معیار وزن صورت گرفته است.

### ۲-۸-۱- محدودیت های اجتناب ناپذیر:

- ۱- طبقه بندی سنی کودکان در مدارس فوتبال شامل ۳ طبقه زیر ۸ سال، ۹ تا ۱۲ سال، و ۱۳ سال به بالا بود. محقق گروه ۹ تا ۱۲ سال را انتخاب نمود که حد وسط سنین فوق بود. در صورت باز بودن دست محقق، فقط گروه ۱۱ ساله که سن طلایی یادگیری فوتبال است انتخاب می گردید.
- ۲- طول دوره آموزشی ۸ هفته در نظر گرفته شد تا با محدودیت زمانی کلاس های تابستانی مراکز آموزشی هماهنگ گردد. در صورت باز بودن دست محقق، طول دوره آموزشی ۱۲ یا ۱۶ هفته در نظر گرفته می شد تا با توجه به مقتضیات سنی آزمودنی ها تفاوت هایی ناشی از آموزش بهتر خود را نشان دهد.

<sup>1</sup> Body mass index

## ۱-۶-۶- تعریف نظری واژه های کلیدی

۱-۶-۱- آموزش مهارت محور یا سنتی<sup>۱</sup>: در این نوع آموزش، حدود ۵۰ درصد از زمان کلاس صرف گرم کردن و تمرین مهارت ها (تکنیک ها) می شود. در انتهای تمرین، حدود ۳۰ الی ۴۵ دقیقه به بازی کوچک شده مطابق استانداردهای فیفا پرداخته می شود. این بازی ها مستقل از آموزش داده شده است. به این روش، روش سنتی یا معمول<sup>۲</sup> نیز گفته می شود (۵).

۱-۶-۲- آموزش بازی محور<sup>۳</sup>: تفاوت این روش با روش سنتی دو مورد است: الف) تمرین مهارت ها (تکنیک ها) در قالب بازی است که می تواند ۱ برابر ۱ و یا تعداد بیشتر مثلاً ۱ در برابر ۲، ۲ در برابر ۲، و غیره باشد. ب) بازی انتهایی دارای مقررات اصلاح شده است و معطوف به آموزش های داده شده در آن جلسه تمرینی است. این بازی ها از حیث تعداد نفر، اندازه زمین، و اندازه توپ از مقررات فیفا برای هر رده سنی پیروی می کند، ولی از نظر مقررات، مربی مقررات را دستکاری می کند تا مهارت مورد نظرش بهتر و بیشتر تمرین شود (۱۰).

۱-۶-۳- بازی کوچک شده<sup>۴</sup>: به بازی کمتر از ۱۱ بازیکن در برابر ۱۱ بازیکن فوتبال و در زمینی کوچکتر، بازی کوچک شده می گویند. معمول ترین این بازی ها ۴ در برابر ۴، ۵ در برابر ۵، و ۷ در برابر ۷ است (۳۱). این بازی ها به طور استاندارد از طرف فیفا تعریف شده است. استانداردهای مربوط در جدول ۲-۱ صفحه ۱۱ آمده است.

## ۱-۶-۴- بازی اصلاح شده<sup>۵</sup>:

برای فهم بهتر بازیکنان خردسال و برای تاکید روی آموزش مهارت های خاص، مربی مقررات بازی را در حد نیاز و ضرورت تغییر می دهد (۲۰).

<sup>1</sup> Traditional

<sup>2</sup> Common

<sup>3</sup> Game Approach Teaching

<sup>4</sup> Small- sided game

<sup>5</sup> Modified game

### ۱-۶-۵- میزان یادگیری<sup>۱</sup>:

مقدار پیشرفتی که هر بازیکن در طول دوره آموزش هشت هفته ای بدست می آورد. این اطلاعات از طریق مقایسه پیش آزمون و پس آزمون بدست می آید.

۱-۶-۶- تاکتیک: عبارت است از طرح و نقشه کوتاه مدت. شامل آماده شدن، و بازی کردن، و هدایت تیم در زمین فوتبال برای کسب نتیجه موفقیت آمیز می باشد (۳).

۱-۶-۷- تکنیک: جهت هر چه بهتر و قوی تر و راحت تر زدن توپ، کنترل توپ، حرکت با توپ و اعمالی نظیر اینها بکار می رود. بایستی تمریناتی را انجام دهیم تا بتوانیم در وضعیتهای مختلف و حالتیهای خاص، سرنوشت توپ را به نفع تیم خود تعیین نمائیم. این گونه تمرینات، کنترل عصبی - عضلانی را در سطح بالائی بارور کرده و باعث زیبایی و راحتی انجام حرکات و افزایش سطح مهارتها می شود (۷).

### ۱-۷- تعریف عملیاتی واژه های کلیدی

۱-۷-۱- مهارت های فوتبال: در تحقیق حاضر ۳ مهارت ساده پایه دویدن، پاس کوتاه و پاس بلند زمینی و ۳ مهارت مشکل پایه شامل روپایی، حمل توپ، و دریبل مورد آزمون قرار گرفته اند. آزمون های فوق در پیوست های ۱ تا ۶ آمده است (۶).

---

<sup>1</sup> Learning rate