

نقش روش آموزش بر یادگیری مهارت شوت بسکتبال: بررسی نقطه چالش بهینه

نوع مقاله : مقاله پژوهشی

نویسندگان


سهیلا گوهررخی¹✉، علیرضا صابری کاخکی² , مهدی سهرابی³، مهدی جباری نوقابی⁴

¹ دکتری رفتار حرکتی، گروه تربیت بدنی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران

² عضو هیئت علمی دانشگاه فردوسی مشهد

³ استاد دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

⁴ استادیار گروه آمار، دانشکده علوم ریاضی، دانشگاه فردوسی مشهد، ایران

10.22080/JSMB.2024.22647.3703 

چکیده

بر اساس یک چارچوب نظری اگرچه تمرین یکی از مهمترین عوامل اثرگذار بر یادگیری است، عوامل دیگری مانند موقعیت تمرینی، مهارت یادگیرنده و دشواری تکلیف می توانند بر یادگیری و تبحر، تأثیر بگذارند و یادگیری مطلوب زمانی اتفاق می افتد که افراد با سطح چالش بهینه در طول تمرین مواجه شوند. لذا هدف از مطالعه حاضر بررسی دور روش آموزش دستوری و دوسویه بر یادگیری پرتاب آزاد بسکتبال با تکیه بر مدل نقطه چالش بهینه بود. پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی بود که به صورت پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه کنترل انجام شد. شرکت کنندگان شامل 43 دختر نوجوان با میانگین سنی 14 سال بودند که به صورت نمونه گیری در دسترس از میان دانش آموزان دختر شهرستان مشهد انتخاب شدند. افراد به صورت تصادفی به سه گروه روش آموزش دستوری، روش آموزش دوسویه و کنترل تقسیم شدند. شرکت کنندگان تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال را در چهار جلسه شامل چهار بلوک 15 کوششی در هر جلسه مطابق با مدل جنتایل تمرین کردند. میزان یادگیری و پیشرفت طی چهار مرحله پیش آزمون، یادداری فوری و یادداری‌های با تاخیر اندازه‌گیری شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل واریانس با اندازه‌گیری تکراری و سطح معنی داری $p \leq 0.05$ استفاده گردید. نتایج نشان داد که هر دو روش آموزش دستوری و دو سویه بر یادگیری مهارت شرکت‌کنندگان تأثیر معنی‌داری دارد ($p > 0.01$). با این حال در فرایند اکتساب و یادگیری مهارت شوت ثابت بسکتبال به روش آموزش دستوری و دوسویه با تکیه بر مدل جنتایل نقطه چالش بهینه‌ای وجود نداشت ($p < 0.01$) صرف نظر از میزان و نوع بازخوردی که در هر جلسه آموزش به افراد داده می‌شد هر دو روش اثرات مثبتی بر روند آموزش داشتند. آموزش مهارت‌های حرکتی با مقدار تمرینات مناسب صرف نظر از روش آموزش می‌تواند بر یادگیری مهارت شوت بسکتبال اثر گذار باشد.

کلیدواژه‌ها

آموزش دستوری، آموزش دوسویه، یادگیری حرکتی، مدل جنتایل، بسکتبال

موضوعات

رفتار حرکتی

مقالات آماده انتشار، پذیرفته شده
انتشار آنلاین از تاریخ 29 اردیبهشت 1403



فایل ها

XML

هم رسانی

ارجاع به این مقاله

لینا آمار

تعداد مشاهده مقاله: 6