



## مقایسه روش های تدریس دستوری و دوسویه بر عملکرد و یادگیری شوت ثابت بسکتبال با تکیه بر مدل جنتایل

سهیلا گوهررخی<sup>1</sup>، علیرضا صابری کاخکی<sup>2</sup>، مهدی سهرابی<sup>3</sup>، مهدی جباری نوقابی<sup>4</sup>

<sup>1</sup> دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد  
<sup>2</sup> گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد (نویسنده مسؤل) askakhki@um.ac.ir  
<sup>3</sup> گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد  
<sup>4</sup> گروه آمار، دانشکده علوم ریاضی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد

اطلاعات مقاله	چکیده
مقاله علمی - پژوهشی	<b>چکیده:</b>
دریافت:	
پذیرش:	
<b>واژگان کلیدی:</b>	
تدریس	روش های تدریس متفاوتی برای فراگیران مورد استفاده قرار می گیرد، اما توافق نظری در این خصوص که کدام روش بهره وری بیشتری دارد، صورت نگرفته است. لذا هدف از مطالعه حاضر مقایسه اثر روش های تدریس دستوری و دوسویه بر عملکرد و یادگیری شوت ثابت بسکتبال با تکیه بر مدل جنتایل می باشد. پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی بود که به صورت پیش آزمون و پس آزمون انجام شد. شرکت کنندگان شامل 43 دختر نوجوان داوطلب بودند که به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. افراد به صورت تصادفی به سه گروه روش تدریس دستوری، دوسویه و کنترل تقسیم شدند. شرکت کنندگان تکلیف پرتاب آزاد بسکتبال را مطابق با مدل جنتایل تمرین کردند و عملکرد آنها طی چهار مرحله پیش آزمون، یادداری فوری و یادداری های با تاخیر اندازه گیری شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش تحلیل واریانس مرکب با اندازه های تکراری و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده گردید. هر دو روش دستوری و دوسویه بر عملکرد شرکت کنندگان تاثیر معنی داری داشت ( $P \leq 0.05$ )، اما تفاوت معنا داری بین دو شیوه دستوری و دوسویه دیده نشد ( $P \leq 0.05$ ).
یادگیری	نتایج کلی تحقیق بیانگر این است که در فرایند یادگیری این مهارت، هر دو روش می تواند اثرات مثبتی بر آموزش مهارت داشته و موجب پیشرفت مهارت گردد.
بسکتبال	
جنتایل	
عملکرد	

### The comparison of command teaching style with reciprocal teaching style on the performance and learning of basketball shoot based on Gentile's Model

Soheyla Goharrokhi<sup>1</sup>, Alireza Saberi Kakhki<sup>2</sup>, Mehdi Sohrabi<sup>3</sup>, Mehdi Jabbari Noughabi<sup>4</sup>

<sup>1</sup> PhD student of Motor Behavior, Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad.

<sup>2</sup> Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad. (Corresponding author) askakhki@um.ac.ir

<sup>3</sup> Department of Motor Behavior, Faculty of Sport Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad.

<sup>4</sup> Department of Statistics, Faculty of Math Sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad.

---

**ARTICLE INFORMATION**

---

Original Research Paper

Received

Accepted

---

**Keywords:**

Teaching  
Learning  
Gentile  
Basketball  
Performance

---

**ABSTRACT**

---

Different teaching styles are used by the trainers, but there is not any theoretical agreement on the style that will have the most productivity. Therefore, the purpose of this study was to compare the effect of command and reciprocal teaching styles on the performance and learning of basketball throw with emphasize to Gentile Model. This is a quasi-experimental study conducted in pre-test and post-test phases. Participants included 43 volunteer teenage girls who were selected by available sampling. The participants were randomly divided into three groups: command, reciprocal and control. Participants practiced basketball free throws in accordance with the Gentile's model and their performance was measured in four steps including pre-test, immediate retention and delay retentions. For analysis of data, mixed ANOVA with repeated measures and Bonferroni tests were used. Both command and reciprocal styles had a significant effect on participants' performance ( $P \leq 0.05$ ). However, there was no significant difference between these styles ( $P \geq 0.05$ ). Based on the results, it can be said that both styles can have a positive effect on the training process and improve this skill.

## 1. مقدمه

برای معلم آسان است و وقت کمتری می گیرد و حرکات خلاق و ابتکاری تحریک نمی شود. معلمین متخصص تمایل کمتری به استفاده از این روش دارند [4]. در مقابل روش دستوری روش شاگرد محور و غیر مستقیم وجود دارد، در این روش یک چالش یا مسئله حرکتی به راه حل های مختلفی نیاز دارد، معلم در این روش یادگیرنده را در موقعیت ابهام و چالش قرار می دهد. این روش پویا به فضا، زمان و وسایل کافی نیاز دارد و روش خوبی برای تثبیت یادگیری و اجرای پاسخ های متنوع در بازی، تمرین یا مسابقه است [6]. عده ای از محققین معتقدند با توجه به امکانات موجود در مدارس و تعداد دانش آموزان استفاده از روش دستوری می تواند مزایای بیشتری را برای دانش آموزان فراهم نماید [7,8]. اما نظریه های موجود و یافته های تحقیقات انجام شده امروزی، گواه این مطلب است که دانش آموزانی که با فرایند یاد دهی- یادگیری فعال آموزش دیده اند، نسبت به سایر دانش آموزان پیشرفت تحصیلی بهتری دارند [5]. مسئله شیوه یادگیری نه تنها در حوزه های درسی و آموزشی، بلکه در سایر حوزه ها از جمله علوم ورزشی و یادگیری مهارت های حرکتی جایگاه ویژه دارد. پژوهشگران علوم ورزشی همواره در تلاشند تا با معرفی روش های جدید علمی، توانایی معلمان و مربیان را در آموزش مهارت های حرکتی افزایش دهند. در چند سال اخیر تاثیر فرآیندهای شناختی بر یادگیری مهارت های حرکتی مورد توجه محققان حوزه تربیت بدنی قرار گرفته است [9]. بر این اساس یکی از عواملی که یادگیری مهارت های حرکتی را تحت تاثیر قرار می دهد، روش تدریس فعال و دو سویه است که می تواند در یادگیری مهارت های حرکتی موثر واقع شود. در تعریف مفهومی از روش تدریس دو سویه فرایند یادگیری در زمان انجام دادن فعالیت دانش آموزان، فرایندی خودگردان، خودفرمان، خود نظم جو و خود رهبر است و مربی بیشتر در نقش تسهیل کننده و ایجاد کننده فرصت های مناسب برای یادگیری ظاهر شده و سازگاری بیشتری می تواند ایجاد کند. در این روش، یادگیری به

بحث روش های یاددهی - یادگیری و تدریس معلمان در کلاس های درس، یکی از مباحث اساسی و اصولی در حوزه تعلیم و تربیت است که توجه بسیاری از متخصصان تعلیم و تربیت، برنامه ریزی درسی و روانشناسی تربیتی را به خود جلب کرده است [1]. یادگیری فرآیندی است که در آن عوامل و متغیرهای بسیاری در حال تعامل هستند که نوع و شدت تعامل، تغییرات گوناگونی را به دنبال می آورد. برخی از این عوامل که تاثیر آشکاری در روند یادگیری دارند شامل: آمادگی، انگیزه و هدف، تجارب گذشته، موقعیت و محیط یادگیری، رابطه جز و کل، تمرین و تکرار و روش تدریس است [2]. هر روش آموزشی و تدریس دارای معیارها و شرایط خاصی است. تأیید شده است که یک روش مطلوب، باید با پایه های بیولوژیکی و روانی رفتار انسان هماهنگی داشته باشد و با روش های معتبر کسب دانش، اصول و ایده ال های انسانی همدم و سازگار باشد [3]. متخصصان تعلیم و تربیت روش های تدریس را به دو دسته اصلی روش سنتی و روش های فعال تدریس تقسیم می کنند. در روش های سنتی معلم همه کاره است و دانش آموزان حالتی منفعل و پذیرنده دارند و یادگیری یک طرفه و یک سویه از جانب معلم صورت می گیرد. روش فعال تدریس به روش هایی اطلاق می گردد که در آنها شاگردان در جریان آموزش نقش فعالی بر عهده دارند و با استفاده از راهنمایی معلم به کسب تجربه می پردازند و یادگیری جریانی دوسویه دارد [4,5]. چنین بنظر می رسد که روش های تدریس بر روی یک طیف قرار دارند و از حالت معلم محور تا حالت شاگرد محور امتداد می یابد. روش دستوری یا فرماندهی یک شیوه معلم محور است. در این روش انتظارات و اهداف برای شاگردان روشن است و در کلاس های بزرگ کاربرد مناسب تری دارد. هر چند روش دستوری برای نیل به اهداف در زمان کوتاه مفید است، اما تفاوت های فردی در نظر گرفته نمی شود و پاسخ نهایی، فقط مهارت مورد نظر معلم است. این روش

برنامه های عادی تمرین یا آموزش باشد [11]. اما آنچه که کمتر به آن پرداخته شده کاربرد این مدل در روش های مختلف تدریس است. زیرا به نظر می رسد استفاده از روشهای تدریس متفاوت بر مبنای این مدل می تواند به غنای نظری تفاوت های این روش های تدریس بیفزاید. موضوعی که می تواند به لحاظ کاربردی به عنوان راهنمایی برای مربیان در طراحی برنامه های آموزشی و تمرینی ارائه گردد. چرا که یکی از دغدغه های اصلی مربیان سازماندهی تمریناتی است که باید در یک جلسه توسط فراگیران انجام پذیرد. حسین پور طی تحقیقی هدف بررسی میزان آشنایی معلمان با روش های فعال تدریس نتیجه گرفت دبیرانی آشنایی بیشتری از روش های فعال تدریس دارند، بیشتر در زمینه تدریس خود از آنها استفاده می کنند و دانش آموزان از یادگیری بالاتری برخوردارند. بنابراین آشنا ساختن معلمان با روش های نوین تدریس امری لازم و ضروری است و با اطمینان می توان گفت ضمانت اجرایی هرگونه اصلاح و پیشرفت در وضع یادگیری، به نحوه کار و عمل معلمان وابسته است [5]. اگر همه امکانات در اختیار معلمان قرار داده شود، اما فاقد بینش و بصیرت لازم در باب مبانی، اصول و روش های مرفعی آموزشی باشند، پیشرفت مورد انتظار در امر تربیت دانش آموزان کشور را نمی توان تضمین نمود. از طرف دیگر نیز می توان گفت معلمان و مربیان میخواهند بدانند، در یک جلسه، مهارتهای مختلف را چگونه و با چه نظمی تمرین دهند تا به یادگیری مطلوب و بیشینه دست یابند. با توجه به این مسائل محققین در تحقیق حاضر قصد پاسخ به این سوال را دارند که آیا تفاوتی بین روش های تدریس دستوری و دوسویه بر عملکرد و یادگیری شوت ثابت بسکتبال با تکیه بر مدل جنتایل وجود دارد؟

## 2. روش تحقیق

پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی بود که به صورت پیش آزمون و پس آزمون انجام شد. جامعه آماری شامل دختران نوجوان بود. شرکت کنندگان این تحقیق به

صورت کامل در جریان فرایند آموزشی اتفاق می افتد و از ثبات و پایداری بیشتری برخوردار است [4,5]. در سال 1987 جنتایل یک مدل دو مرحله ای برای یادگیری مهارت های حرکتی پیشنهاد داد و آن را با تکیه بر دیدگاه اهداف نوآموز توسعه داد. بر مبنای مدل جنتایل دستورالعمل های اولیه ارائه شده در مرحله اکتساب، درک اینکه چه انجام شود تا یک ایده عمومی از الگوی حرکتی لازم شکل بگیرد را ممکن می سازد [10]. مدل طبقه بندی جنتایل بر دو بعد مهم استوار است. اولین بعد طبقه بندی جنتایل با بافت محیطی ارتباط دارد که مهارت در آن اجرا می شود. دو ویژگی بافت در این بعد دخالت دارد. اولین ویژگی محیطی شرایط تنظیم کننده است. شرایط تنظیم کننده، ویژگی هایی از بافت محیطی است که خصوصیات حرکت را کنترل می کنند؛ یعنی برای کسب موفقیت حرکات شخص باید با این خصوصیات محیطی تطابق یابد؛ به عنوان مثال سطحی که شخص بر روی آن راه می رود، حرکات فردی را که برای راه رفتن از آن سطح استفاده می کند تحت تاثیر قرار می دهد. دومین ویژگی محیطی در این طبقه بندی، تغییر بین کوششی است به این مفهوم که شرایط تنظیم کنندگی اجرا، از یک اجرا تا اجرای دیگر ممکن است یکسان یا متفاوت باشد. این طبقه بندی، اساس بسیار خوبی را برای فهمیدن نیازهای اجرا کننده به انواع مهارت های حرکتی می باشد [11]. به نظر می رسد این طبقه بندی، وسیله خوبی برای اطلاع یافتن از ویژگی های مهارتی است که باعث ایجاد مهارت های متفاوت از مهارت های دیگر می شود و چون اجرا در انتهای این مهارت ها در یک محیطی غیر قابل پیش بینی و با تغییر ماهیتی آنها اجرا می شود، فرض بر این است که شرایط تنظیمی متفاوت و در نتیجه پاسخ های متفاوتی را تجربه کرده و در نتیجه پاسخ های متفاوت، متنوع و مرتبط با نیازهای متغیرش را خواهد داد که وابسته به مراحل مختلف مدل جنتایل خواهد بود. مدل جنتایل همچنین می تواند در شرایط مختلف، راهنمای خوبی برای تعیین

مربی تکنیک مهارت را چند بار به فراگیران نشان داده سپس از آنها می خواست تا نکات آموزشی لازم را که در شروع تدریس برای یکدیگر یادآوری نمایند و به هم کمک کنند. سپس مربی شرکت کنندگان را ترک می کند و افراد مهارت را به صورت گروه های دوفره تمرین می کردند. در این روش افراد مجبور می باشند تا خودشان مهارت را فرا گیرند و تنها قادر به ارائه پیشنهادات محدود هستند. بنابراین فراگیران تشویق می شوند تا از یکدیگر یاد گرفته و به هم بازخورد دهند. گروه کنترل هیچ سبک تمرینی مهارتی دریافت نکرده و تنها در پیش آزمون و پس آزمون شرکت کردند. پس از مرحله پیش آزمون (شامل 15 کوشش) پروتکل های تمرینی در تمامی گروه ها در طی مرحله اکتساب (چهار جلسه) که به صورت انجام مهارت در چهار دسته 15 کوششی بود، انجام شد. در این مرحله هر شرکت کننده با توجه به پروتکل تمرینی مبتنی بر مدل جنتایل در هر کدام از طبقه ها 10 کوشش انجام داد و در پایان هر طبقه، پنج کوشش جهت آزمون اکتساب اجرا شد [3]. در پایان مرحله اکتساب، مراحل یادداری طی سه نوبت (بلافاصله پس از پایان جلسه چهارم، 72 ساعت و دو هفته بعد) مشابه با مرحله پیش آزمون انجام شد. به منظور تحلیل داد ها ابتدا از طریق آزمون شاپیرو-ویلک از طبیعی بودن توزیع داده ها اطمینان حاصل شد. برای تجزیه تحلیل داده ها از آزمون تحلیل واریانس مرکب با اندازه گیری تکراری و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. برای تجزیه تحلیل داده ها سطح معنی داری  $P \leq 0.05$  در نظر گرفته شد.

### 3. نتایج و بحث

میانگین، تعداد و انحراف استاندارد مربوط به مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان (وزن، قد، سن) در جدول 1 آورده شده است.

جدول 1. مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان

Table 1. Demographic characteristics of the groups

صورت در دسترس به وسیله یک پرسشنامه مقدماتی، از میان دانش آموزان شهرستان مشهد انتخاب شدند. حجم نمونه پس از گزینش نهایی شرکت کنندگان و با استفاده از نرم افزار G POWER ، 43 نفر در نظر گرفته شد. بدین ترتیب 43 دختر نوجوان که واجد شرایط ورود به مطالعه (سالم، عدم مصرف هرگونه دارو، سابقه جراحی، آسیب نورولوژیک، بیماریهای قلبی - عروقی ، مشکل حرکتی و غیر ورزشکار ) بودند، انتخاب شدند. پس از اطمینان از سلامت افراد و رضایت شرکت کنندگان و والدین، قد و وزن شرکت کنندگان اندازه گیری و سن نیز براساس اطلاعات شناسنامه به سال درج شد. سپس در یک جلسه توجیهی شرکت کنندگان با نحوه اجرا و چگونگی روند کار آشنا شدند. شرکت کنندگان به صورت تصادفی در سه گروه تقسیم شدند (روش تدریس دستوری  $n=14$ ، روش تدریس دوسویه  $n=17$ ، کنترل  $n=12$ ). در ابتدا مهارت مورد نظر برای تمامی شرکت کنندگان توضیح داده شد و سپس از شرکت کنندگان خواسته شد تا مهارت را اجرا نمایند. مهارت تدریس شده در تمامی گروه ها شوت منطقه ای از روبرو در بسکتبال بود. پروتکل تمرین در گروه روش دستوری بدین قرار بود: در ابتدای درس، مربی به شرکت کنندگان ، چندین بار مهارت را نشان می داد. در طی این سبک تدریس، مربی تمامی تصمیم ها را گرفته و محل، زمان و نمایش حرکات را در طول درس را کنترل می کرد. در فرآیند تمرین، مربی بازخوردهای فردی به شرکت کنندگان داده و فراگیران به راهنمایی های مدرس پاسخ می دادند و در مجموع کلاس به روش منظم و سازمان یافته که بیانگر سبک دستوری تدریس است مدیریت می شد. در گروه روش دوسویه سعی شد تا حد امکان از تعریف مفهومی این روش در جریان آموزش استفاده شود. بنابراین در این روش تاکید ما بر یادگیری از طریق پرورش اعتماد به نفس، تقویت روحیه ی کاوشگری، استدلال، مهارت ذهنی دانش آموزان و کشف مطالب و مفاهیم آموزشی با فعال کردن معلم و دانش آموزان بود. به منظور این امر در ابتدا

Error	40
	18.34

\*: نشان دهنده وجود معنی داری

نتایج آزمون تحلیل واریانس مرکب با اندازه گیری تکراری اثر زمان، اثر گروه و همچنین تعامل زمان و گروه را معنی دار نشان داد؛ بنابراین از آزمون تعقیبی بونفرونی برای تعیین محل معنی داری بین گروهها در هر مرحله استفاده شد. نتایج آزمون بونفرونی نشان داد که در مرحله بلافاصله پس از پایان جلسه چهارم، 72 ساعت و دو هفته بعد تنها بین گروه کنترل با دو گروه دوسویه و دستوری تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P \leq 0.05$ ).

در فرایند آموزش، یادگیری از طریق تدریس صورت می گیرد. تدریس عبارت است از تعامل یا رفتار متقابل معلم و یادگیرنده بر اساس طرح منظم و هدف دار معلم برای ایجاد تغییر رفتار یادگیرنده، بنابراین معلم و روش های تدریس وی یکی از ارکان اصلی است که رسالت آموزش را بر دوش می کشد [12,5]. محققین حوزه رفتار حرکتی سال هاست به دنبال روش های تدریس و تمرینی هستند که شرایط یادگیری حرکتی را به حد بهینه نزدیک کنند و درباره اهمیت روش های تمرینی به عنوان صرفه جویی در زمان اتفاق نظر دارند، به این صورت که در شرایط مختلف زمان هایی فرا می رسد که برای رساندن ورزشکار به مراحل بالاترین حد کیفیت مهارت، سریع ترین زمان مد نظر است و در این شرایط است که توجه به نوع روش تمرینی برای مربیان و معلمان خیلی مهم جلوه می کند و اگر از این موقعیت به بهترین نحو استفاده شود، بیشترین بهره وری را خواهد داشت [13,1]. در تحقیق حاضر به بررسی دو روش تدریس دستوری و دوسویه با تکیه بر مدل جنتایل پرداخته شد. استفاده از مدل جنتایل در هر دو گروه به این علت لحاظ شد تا هر دو گروه طرح درس مهارتی یکسانی را که تنها در روش تدریس متفاوت بود تجربه کنند و میزان اثر روش تدریس به صورت خالص مورد بررسی قرار بگیرد و از تداخل سایر موارد اثر گذار در آموزش جلوگیری شود. نتایج تحقیق

Index	Group	M±SD
Age(Year)	Control	14.66±0.65
	Command	14.42±0.93
	reciprocal	14.35±0.93
Height(cm)	Control	158.5±5.51
	Command	159.5±7.46
	reciprocal	158.06±6.138
Weight(kg)	Control	51.33±7.16
	Command	51.85±8.20
	reciprocal	48.7±6.14

در ابتدا جهت بررسی اثرات تمرین در هر گروه از آزمون تحلیل واریانس مرکب با اندازه گیری تکراری استفاده شد. نتایج مقایسه های درون گروهی در جدول 2 ارائه شده است.

جدول 2. اثرات درون گروهی آزمون تحلیل واریانس مرکب با اندازه های مکرر

Table 2. Within group effects of variance of analysis with repeated measure

Source	df	Mean square	F	Sig	Effect size
The effect of time	3.04	466.86	70.345*	0.000	0.638
interaction of Time * Group	6.08	28.136	4.23*	0.001	0.175
Error	121.65	6.63			

\*: نشان دهنده وجود معنی داری

جدول 3. اثرات بین گروهی آزمون تحلیل واریانس مرکب با اندازه های مکرر

Table 3. Between groups interventions variance of analysis with repeated measure

Source	df	Mean square	F	Sig	Effect size
Interception	1	109046.5	*5943.68	0.0001	0.993
Group	2	373.44	*20.35	0.0001	0.504

حاضر در مقایسه های درون گروهی نشان داد که بین پیش آزمون و پس آزمون تمامی مراحل در هر دو روش دستوری و دو سویه منطبق با مدل جنتایل تفاوت معنی داری وجود دارد، بدین معنا که هم روش تدریس دستوری و هم روش تدریس دوسویه می توانند بر عملکرد و یادگیری مهارت شوت بسکتبال شرکت کنندگان تاثیر معنی داری بگذارند. با این حال نتایج مقایسه های بین گروهی نشان داد که بین دو روش تدریس دستوری و دوسویه تفاوت معناداری وجود ندارد. روش تدریس به عوامل زیادی مانند نگرش و شخصیت هنرآموز، امکانات و تسهیلات، تعداد هنرجویان و غیره بستگی دارد. آموزش بسیاری از مفاهیم دانشی یا شناختی مربوط به برنامه های تربیت بدنی و ورزش از طریق روش های متفاوتی امکانپذیر است. در روش دستوری نقش معلم بسیار پررنگ می نماید. معلمان متخصص و بسیار ماهر تمایل به استفاده از این روش دارند. از مزایای این روش می توان به موارد زیر اشاره کرد. برای نیل به اهداف در زمان کوتاه مفید است. انتظارات و اهداف برای هنرجویان روشن است. دارای کاربرد خوب در کلاسهای بزرگ. تفاوتهای فردی در نظر گرفته نمی شود. پاسخ نهایی فقط مهارت مورد نظر فراگیر است. حرکات خالق و ابتکاری تحریک نمی شود. این روش برای معلم آسان است و وقت کمتری می گیرد [16,3]. در روش دوسویه که بخشی از روش فعال می باشد ذهن انسان فعال در نظر گرفته می شود. بدین معنا که هر مفهومی که با نظام مفاهیم ذهن تناسب داشته باشد جذب ذهن می شود و اگر متناسب نباشد جذب نمی گردد. در این روش معلم شرایط را مساعد می کند و فراگیر با مشارکت فعال خود یاد می گیرد [24]. دانش آموزانی که با روش دوسویه آموزش دیده اند فرصت تفکر، تجزیه و تحلیل مفاهیم علمی و مرتبط ساختن مفاهیم علوم با زندگی شخصی، اجتماعی و تجربه و دانش قبلی خود عملکرد بهتری دارند. فراگیری که با روش دو سویه آموزش دیده اند در ارتباط دادن علوم به تجربیات خودشان موفق هستند و در کلاس

ظهار وجود بهتری دارند [25]. در توضیح نتایج تحقیق حاضر می توان اشاره کرد که برخی از تحقیقات پیشنهاد می کنند که روش تدریس دستوری، بهبود یادگیری بیشتری را نسبت به گروه دو سویه نشان می دهد، ولی در بعضی مطالعات دیگر نیز نتایج به نفع برتری روش تدریس دوسویه می باشد. یکی از مزایای مهم روش دستوری توانایی آن در نگهداری، کنترل و مدیریت رفتار دانش آموزان نسبت به دیگر روش ها است. در این روش معلم منبع و مخزن دانش فرض می شود و فراگیران ظروف خالی محسوب می گردند که معلم وظیفه دارد مطالب را به طور یک طرفه به آنان انتقال دهد. [14]. هیوت و ادوارد نیز بیان می کنند که سبک دستوری به مربی اجازه می دهد تا نتایج یادگیری و تکنیک های کلیدی را پوشش دهد، با این وجود زمان بر بوده و بازه زمانی در دسترس برای تمرین را کاهش می دهد [15]. در مقابل استوکسل در تحقیق خود تأثیر سبک های آموزشی بر بهبود مهارت و درک موفقیت مهارت بدمینتون در پسران هفت سال مورد بررسی قرار داد. نتایج آنها نشان می دهد، در گروهی که به روش خود آموزی تعلیم دیده بودند تفاوت معنی داری در بهبود مهارت بدمینتون نسبت به روش دستوری طی جلسه اول مشاهده شد اما در جلسه دوم تفاوت معنی داری بین دو گروه مشاهده نشد [16]. یکی از دلایل عدم همسویی در تاثیرگذاری اندک روش دستوری در جلسه اول ممکن است به مدت زمان آموزش مربوط باشد چنانچه در تحقیق یاد شده شرکت کنندگان تنها دو جلسه 20 دقیقه ای به تمرین و یادگیری پرداخته اند ولی در تحقیق حاضر دوره اکتساب در چهار جلسه انجام گرفت که زمان بیشتری را شامل می شد. در رابطه با تاثیر روش دوسویه نیز می توان اینگونه استنباط کرد که امروزه روش فعال تدریس که بتواند فعالیت های دانش آموزان را تقویت و یادگیری را به یک جریان دو سویه تبدیل کند، از اهمیت ویژه ای برخوردار است [17,5]. مقصود امین خاندانی در تحقیق خود در سال 2011 با عنوان تاثیر روش تدریس معلمان

است می توان از روش دستوری استفاده کرد و در استفاده از روشهای دوسویه شرایط آموزشی باید به گونه ای باشد که بتوان امکان تجارب متنوع حرکتی و فعالیت های ویژه و اختصاصی را فراهم کرد [16]. به طور کل نتایج کلی تحقیق حاضر بیانگر این نکته می باشد که در آموزش و یادگیری شوت ثابت بسکتبال بین دو روش تدریس تفاوت معنی داری وجود نداشته است، بدین معنا که هر دو روش دستوری و دو سویه می تواند اثرات مثبتی بر روند آموزش داشته باشند. اگرچه امروزه برخی محققین روش های فعال تدریس را مورد توجه قرار داده اند و تاکید بیشتری بر آن دارند ولی نتایج پژوهش حاضر نشان داد که روش تدریس دستوری نیز به همان میزان موجب پیشرفت در یادگیرنده می شود که احتمالاً دانش آموزان در هر دو روش تدریس از مزایای مربوط به این روش ها که به برخی از آنها در بحث اشاره شد استفاده کرده اند و تفاوت معنی داری در دو روش تدریس مشاهده نشد. بنابراین پیشنهاد می شود محققین در پژوهش های خود سایر قیود را نیز دستکاری نمایند تا زوایای پنهان اثربخشی روش های تدریس روشن تر گردد.

#### 5. مراجع

- Hoseimni, L. (2013). The effect of self-regulation and external focus of attention on distance learning in young girl's badminton service. *Research Journal Al-Zahra University in Motor Behavior*, 1, 1-10.
- Hossein Pour, A. (1996). *Investigation of teachers' knowledge about active teaching methods* (Unpublished master's thesis). University of Tehran, Tehran.  
[in Persian]

برسازگاری و تطابق پذیری دانش آموزان به مقایسه سبک اثر دو نوع آموزش معلم محور و یادگیرنده محور پرداخت تا تاثیر این دو روش را بر سازگاری دانش آموزان در سه حوزه عاطفی، اجتماعی و آموزشی بررسی کند. نتایج وی نشان می دهد میانگین نمرات عاطفی سازگاری، اجتماعی و آموزشی دانش آموزانی که معلمان آنها از روش دوسویه بهره می برند بیشتر از دانش آموزانی ست که معلمان آنها از روش غیر فعال استفاده می کردند. در واقع بر طبق نتایج مطالعات پیشین به کارگیری روش های فعال تدریس، یادگیری اثربخش و اکتشافی را در پی خواهد داشت است [18]. لاسوند و همکاران بیان می کنند که روش دوسویه به جای منفعل کردن یادگیرنده باعث توسعه مهارتهای مشارکتی شده و فرد را به فعال شدن تشویق می کند [19]. مطالعات انجام شده توسط هیلپارد و همکاران نشان دادند یادگیرنده هایی که با بقیه همکلاسی ها و به همراه آنها آموزش می یابند تمایل به دانستن و حفظ موضوع اصلی را دارند [20]. از طرف دیگر مک فدین و بیلی و ماور عنوان می دارند که چون در روش دستوری فرد اساساً نیازی به کنترل رفتار نشان نمی دهد این روش پیشرفت قابل توجهی در مهارت ها را نشان نمی دهد [20, 22] دینکلن عنوان می کند با وجود اینکه روش دو سویه به یادگیرنده اجازه می دهد زمان بیشتری را صرف مشارکت و یادگیری کند، اما از طرف دیگر ممکن است این روش مانع آموزش مهارت و تکنیک صحیح شود [23].

#### 4. نتیجه گیری

انتخاب یک روش تدریس مناسب به شرایط آموزشی مدرسه، نگرش فراگیر و اولویت بندی اهداف در هر برنامه بستگی دارد. به طور کلی روش های آموزش و تدریس در تربیت بدنی و ورزش به سمت روش های روش های ترکیبی متمایل شده است. ترکیب روش های متفاوت تدریس از جمله دستوری و دوسویه برای توسعه مهارت های حرکتی و ورزشی مناسب است. برای مثال در صورتیکه دانش آموز نظم ناپذیر، مبتدی و کم مهارت



13. Armourand, K. M., & Yelling, M. (2004). Professional evelopmentí and Professional eLearning: Bridging the gap for experienced physical education teachers. *European Physical Education Review*, 10(1), 71-93.
14. Portman, P. A. (1995). Who is having fun in physical education classes? Experiences of sixth-grade students in elementary and middle schools. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(4), 445-53.
15. Hewitt, M., & Edwards, K. (2011). Self-identified teaching styles of junior development and club professional tennis coaches in Australia. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 55, 6-8.
16. Snoxell, E. (2014). The effect of teaching styles upon skill improvement and perceived enjoyment in Badminton in year 7 boys. Retrieved from [http://www.multi-sport.co.uk/Multi\\_Sport\\_Investigation](http://www.multi-sport.co.uk/Multi_Sport_Investigation).
17. McCormack, A. (1997). Classroom management problems, strategies and influences in physical education. *European Physical Education Review*, 3(2), 102-15.
18. Khandaghi, M. A., & Farasat, M. (2011). The effect of teacher's teaching style on students' adjustment. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1391-4. [in Persian]
19. Lassonde, C. A., Galman, S., & Kosnik, CM. (2009). Self-study research methodologies for teacher educators. Unpublished manuscript.
20. Hillyard, C., Gillespie, D., & Littig, P. (2010). University students' attitudes about learning in small groups after frequent participation. *Active Learning in Higher Education*, 11(1), 9-20.
21. Macfadyen, T., & Bailey, R. (2002). *Teaching physical education*. London: Continuum.
22. Mawer, M. (2014). *Effective teaching of physical education*. New York: Routledge.
23. Dinkelman, T. (2003). Self-study in teacher education: A means and ends tool for promoting reflective teaching. *Journal of Teacher Education*, 54(1), 6-18.
3. Doherty, J. (2010). Teaching styles in physical education and Mosston's spectrum. *Kahperd Journal*, 48(1), 4-6.
4. Dicke, T., Elling, J., Schmeck, A., & Leutner, D. (2015). Reducing reality shock: The effects of classroom management skills training on beginning teachers. *Teaching and Teacher Education*, 48, 1-12.
5. Garekhani, H., Solemani, M., & Solemani, A. (2015). Identification of effective factors on utilization of teaching active methods among Ilam Physical Education Teachers. *Motor Behavior and Management Journal*, 11(22), 169-76. [in Persian]
6. Khan Mohamadi, R. (2007). *Evaluation of teaching Physical Education barriers from Ahwaz physical education teachers perspective* (Unpublished master's thesis). Shahid Chamran University of Ahwaz.
7. Porter, J. M., Landin, D., Hebert, E. P., & Baum, B. (2007). The effects of three levels of contextual interference on performance outcomes and movement patterns in golf skills. *International journal of sports science & Coaching*, 2(3), 243-55.
8. Jarus, T., & Goverover, Y. (1999). Effects of contextual interference and age on acquisition, retention, and transfer of motor skill. *Perceptual and motor skills*, 88(2), 437-47.
9. Landin, D., & Hebert, E. P. (1997). A comparison of three practice schedules along the contextual interference continuum. *Research quarterly for exercise and sport*, 68(4), 357-61.
10. Azizi, H., & Hosseini, F. (2015). Effect of external and internal focus of attention instructions in field dependence and independence on performance and learning of dart throwin. *Motor Behavior*, 7(22), 131-48.
11. Magill, R. A. (2011). *Motor learning: Concept and application*. USA: McGraw Hill
12. Bonnie, P. (1999). *physical education methods for classroom teachers*. USA: Human Kinestics.

24. Hadi-Tabassum, S. (2007). Language, Space and Power: A Critical Look at Bilingual Education. *Language*, 11(1),1-4.

25. Mirzaei, M., & Azizian, F. (2012). Assessment of interactive and Task-Based Learning (TBL) methods compared to the conventional method of undergraduate teaching. *Journal of Medical Education and Development*, 7(1), 10-17.

Im Press