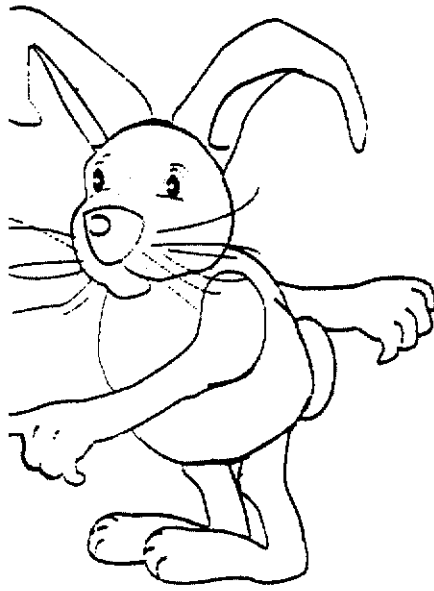




نویسنده:
کیت هاورث
ترجمه:
رزینا مدنی فرد
کارشناس تربیت بدنی



فضا در بازی های تهاجمی

این مقاله به آموزش بازی های تهاجمی در برنامه ی درسی تربیت بدنی مدرسه های ابتدایی توجه دارد. یک مدل ورزشی با آموزش مفاهیم تاکتیکی، اساس نظریه های را درباره ی چگونگی تدریس جنبه ای خاص از بازی های تهاجمی، با توجه به آگاهی از فضا تشکیل می دهد. چه اتفاقی برای آلیس افتاد؟ در این داستان معروف، دخترکی که در گودال خرگوشی افتاد، پا به سرزمین عجایب گذاشت. در این فضا، آلیس با مشکلاتی به دلیل خیلی بزرگ بودن یا خیلی کوچک بودن روبه رو بود. او آن قدر رشد کرد که قادر نبود از اتاق خارج شود و یا به راحتی حرکت کند. از طرف دیگر، آن قدر کوچک شد که نتوانست به کلیدی که روی میز بود دست پیدا کند و می ترسید توله سگ غول آسا روی او پا بگذارد. در این داستان به وضوح مشخص است، اگر بخواهیم در انجام وظایفمان موفق شویم، در اختیار داشتن فضای کافی برای حرکت کردن، امری حیاتی است.

بارها مشاهده کرده ایم که بچه ها هنگام بازی در موقعیت هایی قرار می گیرند که با قد، اندازه، مهارت و رشد اجتماعی آنها متناسب نیستند. آموزش مسائل مربوط به فضا را

می توان زودتر از آنچه که تصور کنید، از دوره های ابتدایی آغاز کرد. همچنین این مسائل از راه های پیشرفته تر از آنچه فکر کنید، قابل آموزش هستند. آموزش مفاهیم مربوط به فضا می تواند به بچه ها در کسب مهارت کمک کند و مهم تر از آن می تواند به آنها کمک کند، مهارت های صحیح را برای حضور در موقعیت های واقعی بازی به دست آورند. اما نمی توان مسائل مربوط به فضا و یا کسب مهارت را به خوبی در فضای نامناسب و با افرادی که از نظر اندازه، مهارت، یا رشد اجتماعی متناسب نباشند، آموزش داد. اگر به چنین کاری اقدام کنید، مهارت ها در هم می شکند، بازی بیش از حد مشکل و پیچیده می شود، و بچه ها دل زده، از بازی و ورزش دست می کشند.

برای این که ورزش ها و بازی ها برای همه ی بچه ها، با هر اندازه از توانایی و علاقه، قابل دسترسی باشند، مدل های ورزشی متفاوتی تهیه شده اند.

یکی از این مدل ها، «مدل مفاهیم تاکتیکی» است [بانکر و تروپه، ۱۹۸۲؛ و گریفین، ۱۹۹۷] که بر

آموزش مفاهیم تاکتیکی زیربنایی بازی ها تأکید دارد. در این مدل، ابتدا یک روش بازی در نظر گرفته می شود که مثلاً می تواند، یک بازی فوتبال ۳ به ۳ باشد. قبل از شروع بازی، آن را به واحدها و قسمت های کوچک تری از مهارت ها تقسیم می کنیم. همه ی این مدل ها می کوشند، ورزش را به امری فراگیر تبدیل کنند، نه این که تجربه ای مختص عده ای خاص فراهم آورند.

گریفین و همکارانش (۱۹۹۷) توضیح می دهند، انجام بازی به مراتب پیچیده تر از اجرای مهارت های حرکتی است، زیرا بازی این موارد را شامل می شود: تصمیم گیری، پشتیبانی، محافظت کردن و تحت پوشش قرار دادن هم تیمی ها، تطبیق با موقعیت هنگامی که بازی به خوبی دنبال می شود، و استفاده ی مناسب از فضا و زمین کافی با مبنا قرار دادن یک منطقه. در همه ی مراحل تاکتیکی، اطلاع و آگاهی از مسائل مربوط به فضا ضروری است. چه بازیکن توپ را در

فضا آخرین مرز آموزش بازی های تهاجمی

می شود، نمی توان گفت که این بازی ها پیچیده نیستند. این فرض که افزایش درجه ی مهارت خود به خود باعث بهبود عملکرد می شود، مشکلاتی را که بچه ها به هنگام انجام این بازی های پیچیده ی تاکتیکی با آن ها مواجه می شوند، بیش از حد ساده جلوه می دهد. درک فضا، درست به اندازه ی افزایش مهارت های به کار گرفته شده در آن فضا، اهمیت دارد. چه قدر طول می کشد تا درک روشنی از فضا به وجود بیاید؟ قدم های اولیه و ساده ای که می توانند به بالا بردن این درک در بازیکنان جوان کمک کنند، کدامند؟

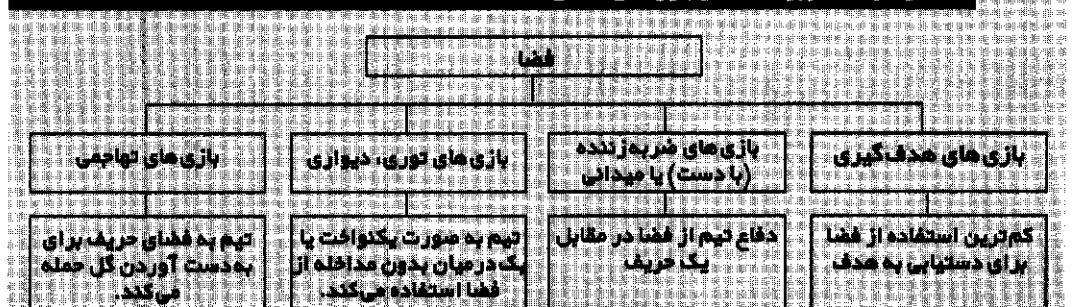
پیشنهاد می شود، ابتدا مراحل ساده ای را که به بچه ها در بنا کردن مفاهیم کلیدی از فضای مورد نیاز در انجام بازی های تهاجمی کمک می کنند، در نظر بگیریم. این امر مبتنی بر این فرض است که ما می توانیم آموزه های خود را در مورد فضا، از همان لحظه ای آغاز کنیم که کودک برای اولین بار شروع به بازی با یک توپ یا یک وسیله می کند.

در چهار نوع بازی متفاوت، با در نظر گرفتن یک رقیب و یک هدف، از فضا به طور متفاوت می توان استفاده کرد. توجه به بازی ها از این نظر که چگونه از فضا استفاده می کنند، می تواند بسیار جالب باشد؛ زیرا به نظر می رسد، نحوه ی به کارگیری فضا در بازی ها، خط مشی هر بازی را تعیین می کند و در واقع، باعث تمایز بازی ها از یکدیگر می شود. برای مثال، بازی های تهاجمی، بازی هایی هستند که در آن ها، تیم ها برای به ثمر رساندن گل و یا کسب امتیاز، به فضاهای یکدیگر حمله ور می شوند. بازی های تهاجمی از قبیل: بسکتبال، فوتبال، یا چوگان، بخشی از برنامه های سنتی تربیت بدنی و برنامه های ورزشی در اغلب مدرسه ها هستند. با این حال، تنها به دلیل این که این بازی ها رایج هستند و در همه جا از آن ها استفاده

اختیار داشته باشد، چه توپ در اختیار وی نباشد، بدون درک این که کجا حرکت می کند، نمی تواند در بسیاری از بازی ها و ورزش های تیمی سنتی حضور مؤثری داشته باشد و از آن ها لذت ببرد. این گونه بازیکنان، درست مانند آلیس در سرزمین عجایب، قادر نخواهند بود حرکت مؤثری انجام دهند. فضا امری است حائز اهمیت به نحوی که بازی های تیمی بر اساس استفاده از فضا به عنوان یک معیار، طبقه بندی شده اند [بانکرو و تروپه، ۱۹۸۲].

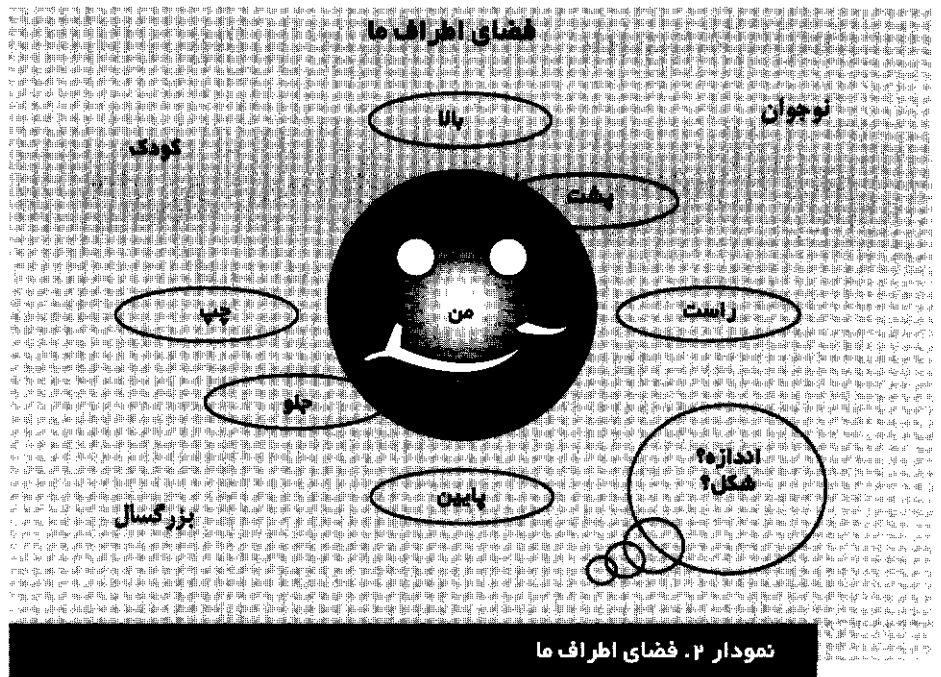
نمودار ۱ نشان می دهد، چگونه

نمودار ۱. کاربرد فضا در بازی های سنتی



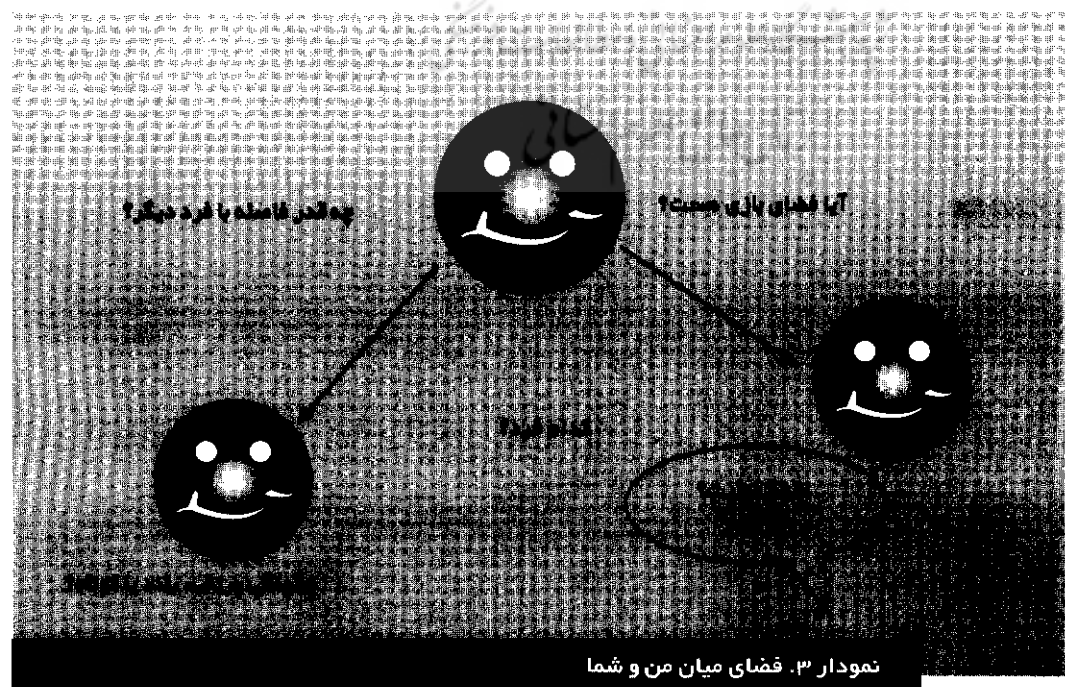
فضای اطراف ما

خود، از انعطاف پذیری، قدرت و هماهنگی های متفاوت برخوردار می شوند. اما به طور یکسان از فضای اطرافشان آگاه نمی شوند و آن را به کار نمی گیرند. حرکت دادن توپ در همه ی جهات، به جای این که مثلاً تنها به جلو حرکت داده شود، کودکان را به افزایش آن نوع مهارت های تشویق می کند که برای یک موقعیت صحیح در بازی مورد نیاز هستند. ضرورت دارد که آن ها بتوانند، توپ را از رقیب خود دور کنند و به فضای باز ببرند. بارها مشاهده کرده ایم که بازیکنی توپ را در تصرف دارد، بدون این که بداند رقیبی پشت سر اوست و یا پشت سر او فضای خالی وجود دارد. درست از همان لحظه که کودکان شروع به پاس دادن و گرفتن توپ از هم بازی خود می کنند، می توان آن ها را تشویق کرد تا به راحتی فضای بین خودشان و دیگران را به سرعت ببینند. (نمودار ۳)



در واقع، اگر آموزش روابط فضا در آموزه های ورزش های بنیادی گنجانده نشوند، انجام بازی های تهاجمی برای شاگردان ما بسیار دشوار خواهد شد. درست از همان زمان که کودک توپی را در دست می گیرد یا آن را شوت می کند، ما می توانیم آموزش مقدماتی آگاهی از فضا را آغاز کنیم.

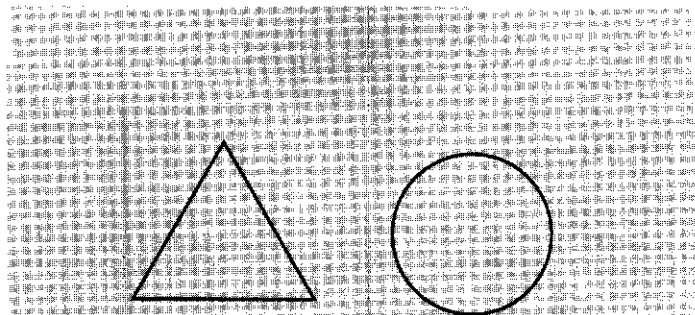
از آن جا که فضا در تمام اطراف ما (جلو، کنار، بالا، پایین و پشت) وجود دارد (نمودار ۲)، به آسانی قابل درک است. با حرکت توپ به داخل این فضاها، کودک شروع به ایجاد ترکیبی از آگاهی فضایی و مهارت های بازی با توپ می کند. کودکان بر اساس سن، جنس، قد و اندازه ی



در این مرحله، تأکید آموزش بر کسب مهارت است که لزوم آن واضح است. اما درست به همان اندازه، آموزش تأثیرات فضای بین بازیکنان نیز لازم و ضروری است. در واقع، تمرکز و توجه به فضا در این مرحله می‌تواند یکی از راه‌های افزایش مهارت باشد. برای مثال، این پرسش‌ها را می‌توان مطرح کرد: تافرد دیگر، چه قدر فاصله وجود دارد؟ برای این که توپ به او برسد، پرتاب توپ باید بلند باشد یا کوتاه؟ توپ در چه جهاتی باید پرتاب شود؟

پاسخ به این سؤالات، بچه‌ها را متوجه نوع مشکلات تاکتیکی می‌کند که در موقعیت‌های بازی واقعی نیاز است، بر آن‌ها غلبه کنند. یک بازی ساده مانند «خرس وسط» می‌تواند به بچه‌ها کمک کند، درک روشنی از فضای باز و مسیرهای حرکت که مفاهیمی حیاتی در تمام بازی‌های تهاجمی هستند، پیدا کنند. اغلب تصور می‌شود، بازیکنان جوان مفهوم مسیرهای حرکت و یا فضاهای باز را می‌دانند درحقیقت لازم است که این مفاهیم در یک مرحله‌ی ساده از همان ابتدای آموزش بازی‌ها کشف و درک شوند. با درک و در نظر گرفتن این مفاهیم، بچه‌ها می‌توانند بهتر بیاموزند که چه طور درجه‌ی مهارت و قدرتشان، با اندازه‌ی فضای بینشان با دیگران ارتباط دارد. اگر فضا را خیلی زیاد کنید، خواهید دید که به زودی مهارت‌ها در هم خواهند شکست.

تعداد بچه‌ها را از ۲ به ۳ تغییر دهید و یک مثلث تشکیل دهید. مثلث مفهوم بسیار رایج در بازی‌های تهاجمی است؛ به نحوی که شکل یک مثلث این تصمیم‌گیری را به عهده‌ی



نمودار ۴. شکل‌هایی که می‌توانیم با یکدیگر به وجود آوریم.

بازیکنی که توپ را در تصرف دارد، می‌گذارد که به راست پاس بدهد یا به چپ. اگر این مفاهیم در مراحل اولیه در بازی‌های ساده‌ی ۳ به ۳ توسعه نیابند، بازی‌های بزرگ‌تر ناموفق خواهند بود و بازیکنان با تلاشی بی‌پرده برای تصاحب توپ به دور آن (توپ) جمع می‌شوند.

دایره گزینه‌های بیش‌تری را فراهم می‌کند که در آن توپ می‌تواند، در اطراف محیط دایره یا در طول مرکز پاس داده شود. با صورت گرفتن شکل‌های گوناگون، بچه‌ها می‌توانند با درست حفظ کردن شکل، جا و موقعیت خود را تغییر دهند (نمودار ۴). این امر، برای مثال هنگام خلق فضا در حمله و یا از بین بردن آن در منطقه‌ی دفاع، مفهوم مهمی است. بچه‌ها، خواه با توپ و یا بدون توپ، در حالی که دور آن فضا حرکت می‌کنند، الگوهایی را با پاهایشان می‌سازند. این الگوها بر اساس نقش و وظیفه تغییر می‌کنند.

اگر یک توپ و یک دروازه در اختیار کودک قرار گیرد، احتمالاً او توپ را در یک خط مستقیم حرکت خواهد داد. اکنون کودک را در موقعیت یک توپ، یک دروازه و یک حریف قرار دهید. خواهید دید که الگو به زیگزاگ

یا منحنی تغییر شکل پیدا می‌کند. مربیان می‌توانند به بازیکن در درک این موضوع کمک کنند که حرکت زیگزاگی حاصل از موقعیت مدافع، به طور قطع تلاشی است برای هرچه سریع‌تر رسیدن به دروازه، به جای طی کردن خطی مستقیم.

مشاهده‌ی الگوهایی که می‌سازیم، به ما نشان می‌دهند که راه رسیدن به هدف چه اندازه سخت و یا آسان بوده است (نمودار ۵). همچنین، به ما نشان می‌دهد که هنگام تصاحب توپ، چه قدر تلاش کرده‌ایم که مدافع را جا بگذاریم. الگوها می‌توانند با افراد دیگر نیز شکل بگیرند. هنگامی که ما برای تصاحب توپ در خطی مستقیم در تلاش هستیم، برای این که در فضای مناسبی قرار داشته باشیم و پاس را دریافت کنیم، ممکن است مجبور باشیم با هم تیمی‌هایمان شکل‌های V شکل، زیگزاگ و منحنی تشکیل دهیم.

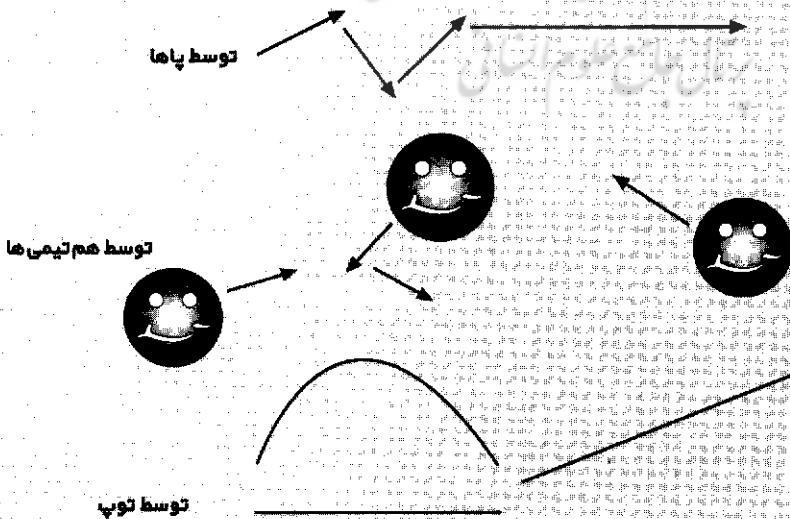
همچنین، توپ نیز می‌تواند الگوهایی را تشکیل دهد: خطوطی مستقیم روی زمین، خطوطی منحنی در هوا، و خطوطی صعودی و صاف. هر الگو هدفی خاص را دنبال می‌کند. ممکن است یک پاس به

فضایی که در آن جابه‌جا می‌شوند، ارتباط برقرار می‌کنند و بدین وسیله، گزینه‌های بیش‌تری برای پاس‌کاری فراهم می‌کنند. وقتی که بازیکنان بر منطقه‌ای که در آن جابه‌جا می‌شوند، مسلط شدند، فضای جلوی دروازه یا نزدیک خط و منطقه‌ی گل را مورد توجه قرار می‌دهند. فاصله، جهت و زاویه‌ها، همه از نکات مهم فضا محسوب می‌شوند. خالی نگه داشتن مناطق کلیدی برای این که بازیکنان بتوانند به طرف دروازه شوت کنند، مهم‌ترین وظیفه‌ی مهاجمان است. این مفاهیم کلیدی را می‌توان در مراحل اولیه، از وقتی که کودکان بازی‌های ساده‌ی ۲ به ۱ را نزدیک دروازه انجام می‌دهند، به آن‌ها آموزش داد. به عنوان یک مهاجم، تصمیم‌گیری درباره‌ی این که چه وقت باید به مناطق کلیدی حرکت کرد، چه با توپ و چه برای گرفتن یک پاس،

متفاوت از دریبل زدن در فضای باز است. موقعیت اول نیازمند کنترل نزدیک با قسمت‌های متفاوت پاست و دومی نیازمند ضربات آهسته و پیوسته‌ی ثابتی است برای نگه داشتن توپ دور از گام‌های سریع بازیکن. فضای به کار گرفته شده در یک بازی تهاجمی، بر حسب این که چه کسی صاحب توپ است و کجای زمین قرار دارد، ویژگی‌های متفاوتی دارد. برای مثال، هنگامی که دروازه‌بان در آخرین خط دفاع، توپ را می‌گیرد، به اولین خط حمله تبدیل می‌شود. فضای قبلی که برای دفاع کردن بود، اکنون به فضای تهاجمی (منطقه‌ی آزاد) تبدیل شده است. بازیکنان سعی می‌کنند، توپ را از مناطق خطرناک و نزدیک دروازه‌ی خودشان دور کنند. آن‌ها در تلاش برای خلق فضا در طول و عرض زمین، با بازیکنان هم تیمی خود در

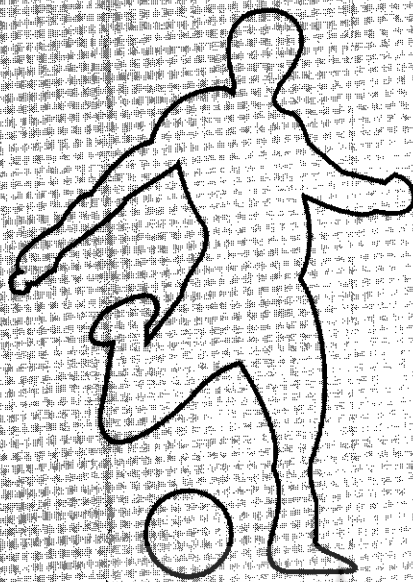
صورت خط منحنی از روی سر حریف بگذرد یا مستقیم حرکت کند و به یار هم تیمی برسد. الگوها در سرعت و دقت تأثیر می‌گذارند. برای مثال، یک پاس صاف، سریع‌تر از نقطه‌ی الف به نقطه‌ی ب می‌رسد و معمولاً قطع کردن آن مشکل‌تر است. وقتی یک توپ یا یک وسیله مانند چوب‌هاکی را در اختیار کودکان قرار دهیم، مفهوم فضایی دیگری را خلق می‌کنیم: فضای بین من و یک شیء (نمودار ۶). اگر فضا را کاهش دهید، میزان کنترل افزایش می‌یابد و اگر فضا را افزایش دهید، سرعت حرکت نیز افزایش خواهد یافت، اما کنترل سخت‌تر خواهد شد. اگر توپ (یا ابزار) را به سمتی دور از رقیب حرکت دهید، چرخش و گریختن (جا خالی دادن) آغاز می‌شود. برای مثال، در فوتبال دریبل توپ در شرایطی که سعی در گول زدن حریف داریم، مهارتی

الگوهایی که ما به وجود می‌آوریم



نمودار ۵. الگوهایی که ما می‌سازیم.

فضای میان من و توپ



بسته

دور

فاصله دار

در جلو

بسته

از سمت

چپ

از جلو

از عقب

لبه

مورب

نمودار ۶. فضای میان من و توپ

مفهومی است که می تواند مدت ها قبل از مهارت های مورد نیاز برای بازی تهاجمی فراگرفته شود.

آخرین فضا حول دروازه و خط دروازه است. دروازه ها دارای هر کدام کم و بیش در برابر حمله آسیب پذیر است و درست مانند آلیس در سرزمین عجایب، آن مناطق بر اساس زاویه ی حرکت، کوچک یا بزرگ می شوند. برای مثال، ارسال توپ از یک کناره ی زمین، زاویه ی بسیار تنگ تری دارد و به همین دلیل، گرفتن آن برای دروازه بان آسان تر است. بسته به وضعیت وسیله ی ورزشی و این که بازیکن چپ دست است یا راست دست، توپ ها می توانند بلند یا کوتاه باشند و به سمت قوی یا ضعیف مدافعان ارسال شوند.

ناحیه ی اطراف یک دروازه، محلی استثنایی برای یادگیری هندسه است. اگر کودکان مثلث فضای قابل دسترسی را به جای آن که از جلو ببینند، از کنار دروازه نگاه کنند، به سرعت متوجه می شوند که لازم است، توپ را به فضای شوت مقابل دروازه ارسال کنند. منظور از فضای تهاجمی، تنها فضای خالی نیست، بلکه مجموعه ای از تغییرات در موانع، حفره ها، شکل های منحنی و زوایاست. فضاهای یکسان در زمین بازی، برای مدافع معانی کاملاً متفاوتی را تداعی می کنند.

منطقه ی پاک شده از تهاجم، اغلب توسط مهاجمان دفاع می شود. وقتی دروازه بان توپ را مهار می کند، مهاجم باید نقش خود را تغییر دهد و به مدافع تبدیل شود. فضایی را که سعی داشتند برای شوت زدن خالی و

آزاد بماند، اکنون باید کوچک و در مقابل حریف تنگ تر کنند. بعضی فضاها را بازیکن در اختیار می گیرد و بعضی فضاها مسدود می شوند. بنابراین، بازیکنان گزینه های کم تری برای تصاحب توپ و بردن آن به بهترین و امن ترین مناطق دارند. در ناحیه ی انتقالی وسط زمین، مسیرهای پاس دادن، مسدود می شوند و بازیکنان وادار به حرکت به سمت ضعیف تر خود، یا به لبه ی منطقه بازی می شوند. به این ترتیب، گزینه های موجود برای پاس کاری ها تحلیل می روند. در منطقه ی خطرناک شوت زنی، مدافعان به کمک ابزار ورزشی، باز کردن دست ها به طرفین و قرار دادن خود در موقعیتی که بیش ترین فضای خطرناک را تحت پوشش قرار دهد، سعی در کوچک تر کردن فضا دارند؛ حتی اگر این به

معنای واگذار کردن مناطقی که کم تر آسیب پذیر هستند، به دیگری باشد. فضا مفهومی پیچیده و چند جانبه در بازی های هجومی به شمار می آید که متناسب با وضعیت بازی و نقش بازیکن، کوچک و بزرگ می شود. تصور کنید، چه اندازه همه ی این امور سخت می شوند، اگر فضای داده شده به شما متناسب با سن، مقاومت و میزان تجربه ی شما نباشد. غالباً پیامد ناگوار در این مورد، اشغال فضا توسط افراد زیادی است، به طوری که به جز بازیکنان با استعداد، دیگران قادر نیستند با توپ تماس پیدا کنند و لذت انجام بازی را از دست می دهند.

منبع
Howarth, k., "space, the final frontier",
TEPE journal, january 2001.