

مقاله اصلی

مقایسه تأثیر رویکردهای یادگیری مبتنی بر حل مسئله، مسئولیت شخصی-اجتماعی و الگوی ترکیبی بر تعهد ورزشی، انسجام تیمی بسکتبالیست‌های نوجوان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۱۵ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۲۲

خلاصه

مقدمه: هدف پژوهش حاضر، مقایسه تأثیر رویکردهای یادگیری مبتنی بر حل مسئله، مسئولیت شخصی-اجتماعی و الگوی ترکیبی آن‌ها بر تعهد ورزشی و انسجام تیمی بسکتبالیست‌های نوجوان بود.

روش کار: این پژوهش نیمه تجربی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و گروه‌های کنترل و تجربی بود. ۸۰ بازیکن دختر نوجوان بسکتبال شهر اصفهان به صورت در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در چهار گروه حل مسئله، مسئولیت شخصی-اجتماعی، ترکیبی و کنترل جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه تعهد ورزشی، پرسشنامه انسجام تیمی بود. مداخله آموزشی در سه گروه تمرینی طی ۱۲ جلسه اجرا شد و گروه کنترل تمرینات معمول خود را ادامه داد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی، آزمون t همبسته و تحلیل کوواریانس در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تحلیل شد.

نتایج: نتایج نشان داد هر سه رویکرد آموزشی در مقایسه با گروه کنترل، موجب افزایش معنادار در تعهد ورزشی و انسجام تیمی شدند و بیشترین میزان بهبود در هر دو متغیر در گروه ترکیبی مشاهده گردید ($p < 0.001$).

نتیجه‌گیری: به طور کلی، نتایج حاکی از آن است که به کارگیری رویکردهای فعال، به ویژه الگوی ترکیبی، می‌تواند مؤلفه‌های روان‌شناختی نوجوان را ارتقا دهد.

کلمات کلیدی: تعهد ورزشی، انسجام تیمی، یادگیری مبتنی بر حل مسئله، رویکرد مسئولیت شخصی-اجتماعی، بسکتبال

سمیرا اسدی^۱

نگار آرازشی^{۲*}

کیوان ملا نوری^۳

زهرانتظاری^۴

۱ دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، واحد تهران مرکزی،

دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲ گروه رفتار حرکتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد

اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

۳ گروه رفتار حرکتی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد

اسلامی، تهران، ایران

۴ گروه رفتار حرکتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد

اسلامی، تهران، ایران

Email: negar.arazeshi@iaui.ac.ir

مقدمه

پرورش بازیکنان نوجوان در ورزش‌های تیمی تنها به توسعه مهارت‌های فنی محدود نمی‌شود، بلکه نیازمند توجه هم‌زمان به مؤلفه‌های شناختی، روانی-اجتماعی و رفتاری است (۱)؛ مؤلفه‌هایی که در انگیزش پایدار، کیفیت عملکرد و تجربه مثبت ورزش نقش تعیین‌کننده دارند (۲). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تغییر الگوهای آموزشی از روش‌های سنتی به سمت الگوهای یادگیری فعال و تعاملی، موجب افزایش مشارکت و کیفیت یادگیری ورزشکاران می‌شود (۳). دوره نوجوانی مرحله‌ای است که هویت ورزشی، خودکارآمدی، تنظیم هیجان و روابط بین‌فردی شکل می‌گیرد و نظریه‌های انگیزشی تأکید می‌کنند که محیط‌های یادگیری حمایت‌گر می‌توانند این فرایندها را تقویت کنند (۴). در روان‌شناسی ورزش، تعهد ورزشی یکی از شاخص‌های کلیدی تداوم فعالیت ورزشی است. مدل تعهد ورزشی اسکاتلان نشان می‌دهد که عواملی مانند لذت، سرمایه‌گذاری شخصی و فرصت‌های مشارکت، نقش مهمی در استمرار نوجوانان دارند (۵). محیط‌های یادگیری تصمیم‌محور و مشارکتی نیز به‌طور مستقیم با افزایش انگیزش درونی و تعهد ورزشی مرتبط هستند (۶). انسجام تیمی نیز از سازه‌های بنیادی موفقیت گروهی است (۷). مدل چهاربعدی کارون انسجام را شامل انسجام اجتماعی و انسجام تکلیفی می‌داند (۸). پژوهش‌های جدید تأکید می‌کنند که رویکردهای ارزش‌محور و تعاملی، انسجام تیمی نوجوانان را تقویت کرده و موجب بهبود همکاری، حمایت و هماهنگی درون‌تیمی می‌شود (۹). از دیدگاه رفتار حرکتی، مهارت‌های باز مانند پاس و دریبل وابسته به تحلیل موقعیت، تصمیم‌گیری و سازگاری حرکتی هستند. نظریه طرح‌واره حرکتی بیان می‌کند که تمرین در محیط‌های متنوع و مسئله‌محور باعث توسعه طرح‌واره‌های انعطاف‌پذیر و انتقال بهتر مهارت‌ها به موقعیت‌های واقعی می‌شود (۱۰). در دهه

اخیر سه رویکرد آموزشی جایگاه ویژه‌ای در تربیت‌بدنی یافته‌اند: رویکرد یادگیری مبتنی بر حل مسئله که براساس پژوهش‌ها موجب ارتقای تصمیم‌گیری و عملکرد تاکتیکی نوجوانان می‌شود (۱۱). رویکرد مسئولیت شخصی-اجتماعی که با تأکید بر احترام، خودرهبری و کمک به دیگران، موجب بهبود رفتارهای اجتماعی، انگیزش و انسجام تیمی می‌شود (۱۲). و در نهایت الگوی ترکیبی که پژوهش‌ها نشان می‌دهند نسبت به اجرای مجزای هریک از رویکردها اثرات پایدارتر و عمیق‌تری بر انگیزش، انسجام و عملکرد فنی دارد (۱۳). با وجود گسترش این الگوها در سطح جهانی، در ایران پژوهشی که اثر سه رویکرد را به‌طور هم‌زمان بر تعهد ورزشی، انسجام تیمی و عملکرد فنی نوجوانان بررسی کرده باشد، انجام نشده است. اغلب مطالعات صرفاً یک سازه روان‌شناختی یا یک مهارت فنی را بررسی کرده‌اند و پژوهش جامع چندبعدی در این حوزه وجود ندارد. این خلأ پژوهشی با توجه به شرایط فرهنگی-اجتماعی نوجوانان ایرانی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. از این‌رو، هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر رویکردهای یادگیری مبتنی بر حل مسئله، رویکرد مسئولیت شخصی-اجتماعی و الگوی ترکیبی آن‌ها بر تعهد ورزشی و انسجام تیمی بسکتبالیست‌های نوجوان است.

روش کار

پژوهش حاضر کاربردی و از نوع شبه‌تجربی است و با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون در سه گروه آزمایشی و یک گروه کنترل اجرا شد. داده‌ها به‌صورت میدانی و با پرسشنامه‌های استاندارد گردآوری شد.

شرکت‌کنندگان

شرکت‌کنندگان شامل ۸۰ بسکتبالیست نوجوان دختر از باشگاه‌های فعال شهر اصفهان بودند که براساس معیارهای

ورود شامل حداقل یک سال سابقه تمرین، نداشتن آسیب دیدگی یا بیماری محدودکننده، امکان حضور منظم در جلسات و رضایت نامه کتبی والدین انتخاب شدند. روش نمونه گیری در دسترس داوطلبانه بود و پس از غربالگری، آزمودنی ها به صورت تصادفی ساده در چهار گروه ۲۰ نفره شامل سه گروه آزمایشی (حل مسئله، مسئولیت پذیری شخصی-اجتماعی، و ترکیبی) و یک گروه کنترل قرار گرفتند. شرایط محیطی، سالن تمرین، برنامه زمانی، مربی و تجهیزات برای تمام گروه ها یکسان در نظر گرفته شد تا اثر متغیرهای مداخله گر کاهش یابد.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه انسجام تیمی: برای سنجش انسجام تیمی از پرسشنامه محیط گروهی کارون، ویدمیر و براولی (۱۹۸۵) استفاده شد. این ابزار شامل ۱۸ سؤال است و انسجام تیمی را در چهار بعد اندازه گیری می کند: (۱) انسجام تکلیف فردی، (۲) انسجام اجتماعی فردی، (۳) انسجام تکلیف گروهی و (۴) انسجام اجتماعی گروهی. پاسخ ها بر اساس مقیاس ۹ درجه ای لیکرت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره گذاری می شوند. روایی و پایایی نسخه اصلی این پرسشنامه روایی محتوایی و همزمان مطلوبی داشته و در مطالعات داخلی و خارجی تأیید شده است. ضرایب پایایی گزارش شده برای چهار خرده مقیاس به ترتیب ۷۵/۰، ۷۰/۰، ۶۴/۰ و ۷۶/۰ بوده و نشان دهنده پایایی درونی مناسب ابزار است. در پژوهش حاضر نیز پایایی با آلفای کرونباخ تأیید شد.

پرسشنامه تعهد ورزشی اسکانلان: برای سنجش تعهد ورزشی از پرسشنامه ۲۶ سؤالی اسکانلان و همکاران (۱۹۹۳) استفاده شد. این ابزار میزان تمایل و عزم فرد برای تداوم مشارکت ورزشی را ارزیابی می کند و شامل پنج مؤلفه است: تعهد و لذت ورزشی، مشغولیات جایگزین،

سرمایه گذاری شخصی، فشار اجتماعی و فرصت های مشارکت. پاسخ ها بر اساس طیف ۵ درجه ای لیکرت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره گذاری شدند. روایی محتوایی و سازه این پرسشنامه در مطالعات متعدد داخلی و خارجی تأیید شده است. ضرایب آلفای کرونباخ گزارش شده برای مؤلفه های پرسشنامه در پژوهش های اولیه بین ۵۰/۰ تا ۸۰/۰ بوده و نسخه فارسی نیز پایایی قابل قبولی نشان داده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی ابزار از طریق آلفای کرونباخ مناسب گزارش شد.

مراحل اجرای پژوهش

پیش آزمون: قبل از شروع مداخله آموزشی، تمامی شرکت کنندگان دو ابزار اندازه گیری شامل پرسشنامه انسجام تیمی، پرسشنامه تعهد ورزشی را تکمیل کردند. اجرای پیش آزمون در سالن های تمرین باشگاه ها، با زمان ثابت و توسط پژوهشگر و دو دستیار آموزش دیده انجام شد.

مداخله آموزشی: در گروه آموزش مبتنی بر حل مسئله این گروه طی ۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه ای طبق الگوی نورایندی-ساوری آموزش دیدند. هر جلسه شامل طرح یک مسئله واقعی بازی، بحث گروهی، ارائه راه حل، اجرای سناریو و بازتاب عملکرد بود. هدف این مداخله ارتقای تصمیم گیری تاکتیکی، تحلیل موقعیت، و حل مسئله بود. در گروه مسئولیت پذیری شخصی-اجتماعی این آموزش ها براساس مدل پنج سطحی هلیسون در ۱۲ جلسه ارائه شد. ساختار جلسات شامل گفت و گوی اخلاقی آغازین، اجرای تمرین فنی با مسئولیت پذیری فردی و گروهی، و بازخورد پایانی بود. تأکید بر احترام، خودتنظیمی، مشارکت فعال، رهبری و کمک به دیگران بود. در گروه ترکیبی هر جلسه در دو بخش اجرا شد؛ نیمه اول بر مبنای مسئولیت پذیری شخصی-اجتماعی و نیمه دوم مبتنی بر حل مسئله. تفکیک زمانی و موضوعی کاملاً رعایت شد تا هم افزایی شناختی-اجتماعی

ایجاد شود و اثر هر دو رویکرد قابل تحلیل باشد. گروه کنترل تمرینات رایج باشگاهی مانند پاس، شوت، دریبل و بازی آزاد را بدون هیچ گونه مداخله شناختی یا تربیتی دریافت کرد. مربی تنها بر اجرای صحیح تکنیک‌ها نظارت داشت. پس از آزمون پس از جلسه دوازدهم، دوباره دو متغیر انسجام تیمی و تعهد ورزشی دقیقاً مطابق پروتکل پیش آزمون اندازه گیری شد. شرایط اجرا شامل زمان، مکان، مربی و نوع تجهیزات ثابت نگه داشته شد تا تغییرات فقط به اثر مداخله نسبت داده شود.

داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی مانند میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی مانند آزمون t همبسته و آزمون تحلیل کوواریانس در سطح معنی داری ۰/۰۵ تحلیل شد.

نتایج

نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۴۵ مرد ۲۰ تا ۴۵ ساله نظامی بود که در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شدند. در جدول ۱ یافته‌های جمعیت شناختی ارائه شده است.

جدول ۱. مشخصات فردی شرکت کنندگان در گروه‌های پژوهش

گروه	قد (سانتی متر)	وزن (کیلوگرم)	سن (سال)
حل مسئله	$161/10 \pm 6/21$	$57/85 \pm 7/14$	$14/80 \pm 0/76$
مسئولیت پذیری	$162/15 \pm 5/23$	$59/05 \pm 5/88$	$14/80 \pm 0/69$
ترکیبی	$162/80 \pm 4/53$	$60/00 \pm 4/93$	$14/55 \pm 0/60$
کنترل	$162/85 \pm 5/13$	$59/90 \pm 5/52$	$14/50 \pm 0/68$

این جدول ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌ها را در چهار گروه نشان می‌دهد. میانگین وزن، قد و سن در گروه‌ها تقریباً مشابه است و این موضوع همگنی اولیه گروه‌ها را تأیید می‌کند. با استناد به نتایج جدول ۲، تحلیل کوواریانس

نشان داد که پس از کنترل اثر پیش آزمون، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون تعهد ورزشی گروه‌ها مشاهده شد. متغیر پیش آزمون نیز با اندازه اثر ۰/۱۱۳ تأثیر معناداری بر نمرات پس آزمون داشت ($p=0/003$).

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس و مقایسه تعهد ورزشی در گروه‌های مختلف

منبع تغییرات	مجموع مربعات نوع III	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
پیش آزمون	۱۹۸/۷	۱	۱۹۸/۷	۹/۵۴	۰/۰۰۳	۰/۱۱۳
گروه	۲۳۹۵/۷	۳	۷۹۸/۵	۳۸/۳	<۰/۰۰۱	۰/۶۰۵
خطا	۱۵۶۱/۵	۷۵	۲۰/۸			

باتوجه به این که در این متغیر مقدار P مورد محاسبه ($P=0/001$)، کوچکتر از سطح بحرانی تعیین شده ($P<0/05$) می‌باشد، بنابراین نتیجه گیری می‌شود که تفاوت

معنی داری بین تعهد ورزشی آزمودنی‌های چهار گروه وجود دارد. به منظور مشخص نمودن گروه‌های متفاوت نتایج آزمون بونفرونی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج مقایسه میانگین های تعهد ورزشی در گروه های مختلف

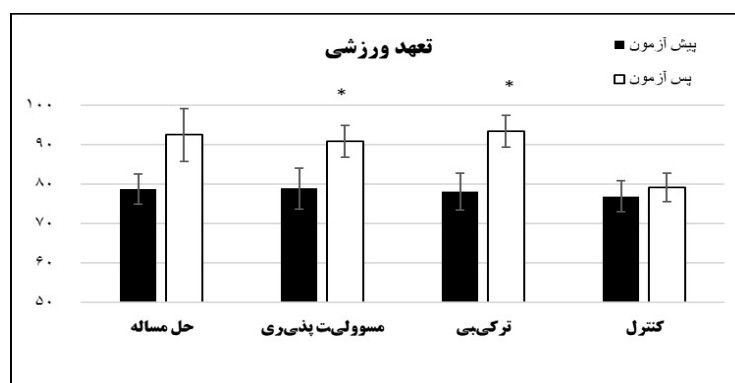
گروه ها		اختلاف میانگین ها		سطح معنی داری	
تمرین با رویکرد حل مساله		تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی		۱/۷۲	
تمرین با رویکرد حل مساله		تمرین ترکیبی		۱/۱۱	
تمرین با رویکرد حل مساله		گروه کنترل		۱۲/۷	
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی		تمرین ترکیبی		۲/۸۴	
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی		گروه کنترل		۱۱/۰۳	
تمرین ترکیبی		گروه کنترل		۱۳/۸۷	
				۰/۳۱۸	
				<۰/۰۰۱	
				<۰/۰۰۱	
				<۰/۰۰۱	

براساس شواهد موجود در جدول ۳، گروه کنترل پس آزمون متغیر تعهد ورزشی در مقایسه با سه گروه دیگر ($p= < 0/001$) سبب ایجاد اختلاف معنی دار میانگین های شده است. بنابراین فرضیه پژوهش تایید می گردد.

جدول ۴. مقایسه درون گروهی تعهد ورزشی قبل وبعد از مداخله در آزمودنی های چهار گروه

آماره گروهها	M±SD		درجه آزادی	t	p	Δ%
	پیش آزمون	پس آزمون				
تمرین با رویکرد حل مساله	۷۸/۶۵±۳/۸۲	۹۲/۵۵±۶/۷۳	۱۹	۱۰/۰۷	<۰/۰۰۱	۱۷٪/۶
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی	۷۸/۸۵±۵/۱۷	۹۰/۹±۴/۱۱	۱۹	۱۰/۱۵	<۰/۰۰۱	۱۵٪/۲
تمرین ترکیبی	۷۸/۰۵±۴/۶۵	۹۳/۴۵±۴/۱۳	۱۹	۱۵/۹۳	<۰/۰۰۱	۱۹٪/۷
گروه کنترل	۷۶/۹±۳/۸۹	۷۹/۱۵±۳/۶۲	۱۹	۳/۶۴	۰/۰۷	۲٪/۹

نمودار تغییرات میانگین گروه ها در نمودار ۱ نشان داده شده است.



نمودار ۱. مقایسه میانگین تعهد ورزشی آزمودنی های گروه های مختلف

با توجه به نمودار ۱ و همان گونه که در جدول ۳ نشان داده شده است، نتایج حاصل از تحلیل t همبسته در خصوص اختلاف پس آزمون نسبت به پیش آزمون نشان داد که در سه گروه تمرینی اختلاف میانگین های تعهد ورزشی پس آزمون در مقایسه با پیش آزمون از لحاظ آماری اثر معنی داری داشته است ($p \leq 0/05$)، و بیشترین درصدافزایش (۱۹/۷٪) را گروه تمرین ترکیبی داشته است.

با توجه به داده های جدول ۵، نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در خصوص اختلاف پس آزمون های چهار گروه با در نظر گرفتن پیش آزمون گروه ها به عنوان عامل مداخله گر (کواریت) نشان می دهد که پیش آزمون با اندازه اثر (۰/۲۰۱) توانست اثر معنی داری بر اختلاف پس آزمون های گروه ها داشته باشد ($P < 0/01$).

جدول ۵. نتایج تحلیل کواریانس و مقایسه انسجام تیمی در گروه های مختلف

منبع تغییرات	مجموع مربعات نوع III	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	مجدور اتا
پیش آزمون	۵۶۴/۶	۱	۵۶۴/۶	۱۸/۹	<0/01	0/۲۰۱
گروه	۸۶۶/۸	۳	۲۸۸/۹	۹/۶	<0/01	0/۲۷۹
خطا	۲۲۳۹/۵	۷۵	۲۹/۸			

باتوجه به این که در این متغیرمقدار P مورد محاسبه ($P = 0/001$)، کوچکتر از سطح بحرانی تعیین شده (۰/۰۵) $P < 0/05$ می باشد، بنابراین نتیجه گیری می شود که تفاوت معنی

داری بین انسجام تیمی آزمودنی های چهار گروه وجود دارد. به منظور مشخص نمودن گروه های متفاوت نتایج آزمون بونفرونی در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج مقایسه میانگین های انسجام تیمی در گروه های مختلف

گروه ها	اختلاف میانگین ها	سطح معنی داری
تمرین با رویکرد حل مساله	تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی	۱/۷۵
تمرین با رویکرد حل مساله	تمرین ترکیبی	۳/۴۳
تمرین با رویکرد حل مساله	گروه کنترل	۵/۷۵
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی	تمرین ترکیبی	۵/۱۸
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی	گروه کنترل	۳/۹۹
تمرین ترکیبی	گروه کنترل	۹/۱۸
		<0/001

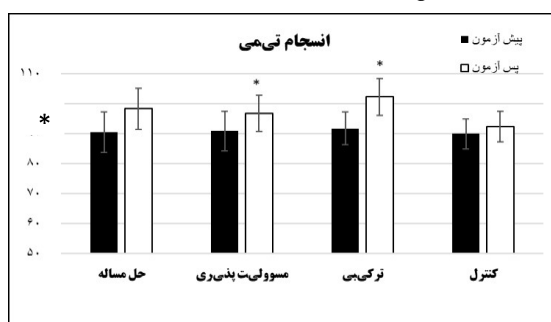
براساس شواهد موجود در جدول ۶، بین تمرین با رویکرد حل مساله با تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی اختلاف معنی داری وجود ندارد ($p = 1$) و بین تمرین با رویکرد حل مساله و تمرین ترکیبی نیز اختلاف معنی داری وجود ندارد ($p = 0/308$). همچنین بین تمرین ترکیبی با تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی اختلاف معنی داری مشاهده شد ($p = 0/022$). دردو گروه تمرین ترکیبی و تمرین با رویکرد حل مساله نیز اختلاف معناداری

با گروه کنترل مشاهده شد. ($p < 0/001$) ($p = 0/008$) بنابراین فرضیه پژوهش تایید می گردد.

جدول ۷. مقایسه درون گروهی انسجام تیمی قبل وبعد از مداخله در آزمودنی های چهار گروه

آماره گروهها	M±SD		درجه آزادی	t	p	Δ٪
	پیش آزمون	پس آزمون				
تمرین با رویکرد حل مساله	۹۰/۴۶±۶/۶۸	۹۸/۲۶±۶/۸۵	۱۹	۴/۲۷	<0/001	۸٪/۶
تمرین با رویکرد مسئولیت شخصی- اجتماعی	۹۰/۸۵±۶/۵۹	۹۶/۶±۶/۰۴	۱۹	۵/۹۶	<0/001	۶٪/۳
تمرین ترکیبی	۹۱/۶۵±۵/۵۱	۱۰۲/۲±۶/۱۸	۱۹	۶/۹۶	<0/001	۱۱٪/۵
گروه کنترل	۸۹/۸±۵/۰۷	۹۲/۲±۵/۰۸	۱۹	۱/۹۳	0/۰۶	۲٪/۶

نمودار تغییرات میانگین گروهها در نمودار ۲ نمایش داده شده است.



نمودار ۲. مقایسه میانگین انسجام تیمی آزمودنی های گروههای مختلف

فنی، می تواند کیفیت عملکرد و انگیزش آنان را در محیط های ورزشی ارتقا دهد.

نتایج مربوط به تعهد ورزشی نشان داد گروه های مداخله نسبت به گروه کنترل افزایش معناداری در نمرات پس آزمون داشتند. این یافته با مدل تعهد ورزشی اسکاتلان و همکاران همخوان است؛ آن ها گزارش کردند که ادراک لذت، فشار اجتماعی مثبت، سرمایه گذاری شخصی و فرصت های مشارکت از مهم ترین پیش بینی کننده های تعهد هستند (۵). در پژوهش حاضر، هر دو رویکرد حل مسئله و مسئولیت پذیری با تأکید بر مشارکت فعال، افزایش اختیار در تصمیم گیری و تقویت خودتنظیمی، موجب افزایش همین مؤلفه ها شدند. این موضوع بیانگر نقش روش های تربیتی فعال در بهبود پیوستگی بازیکنان با ورزش است. در حوزه انسجام تیمی نیز نتایج نشان داد که رویکرد ترکیبی بیشترین

با توجه به نمودار ۲ و همان گونه که در جدول ۷ نشان داده شده است، نتایج حاصل از تحلیل t همبسته در خصوص اختلاف پس آزمون نسبت به پیش آزمون نشان داد که درسه گروه تمرینی اختلاف میانگین های انسجام تیمی پس آزمون در مقایسه با پیش آزمون از لحاظ آماری اثر معنی داری داشته است ($p \leq 0/05$)، و بیشترین درصدافزایش (۱۱٪/۵) را گروه تمرین ترکیبی داشته است.

بحث و نتیجه گیری

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که سه رویکرد «یادگیری مبتنی بر حل مسئله»، «مسئولیت پذیری شخصی- اجتماعی» و «رویکرد ترکیبی» توانستند موجب بهبود معنادار در دو سازه کلیدی پژوهش - یعنی تعهد ورزشی، انسجام تیمی شوند. این نتایج بیانگر آن است که توسعه توانایی های شناختی- رفتاری و اجتماعی ورزشکاران، در کنار تمرین مهارت های

+ مسئولیت‌پذیری، مؤثرترین الگو برای ارتقای شاخص‌های روان‌شناختی و مهارتی بازیکنان نوجوان است. این نتایج برای مربیان، مدارس ورزشی و مسئولان توسعه ورزش پایه اهمیت ویژه دارد؛ زیرا نشان می‌دهد که رشد مهارت‌های شناختی و اجتماعی، شرط لازم برای بهبود روان‌شناختی ورزشکاران نوجوان است. رویکرد ترکیبی حل مسئله و مسئولیت‌پذیری، کاراترین الگو برای ارتقای تعهد و انسجام بسکتبالیست‌های نوجوان است و می‌تواند در برنامه‌ریزی تمرینات باشگاه‌های پایه به‌عنوان یک مدل معتبر به کار گرفته شود.

ملاحظات اخلاقی

این پژوهش مطابق اصول اخلاقی پژوهش در علوم ورزشی انجام شده. کلیه شرکت‌کنندگان و والدین آنان با رضایت آگاهانه در مطالعه حضور داشته‌اند.

تشکر و قدردانی

از بازیکنان، مربیان، باشگاه‌های ورزشی و خانواده‌هایی که در اجرای این پژوهش همکاری کردند، صمیمانه قدردانی می‌شود. همچنین از اساتید راهنما و مشاور به دلیل ارائه بازخوردهای علمی ارزشمند سپاسگزاری می‌گردد.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

تأثیر را بر انسجام تکلیفی و اجتماعی داشته است. این پیامد با یافته‌های کلاسیک کارون و اسپینک قابل مقایسه است؛ آن‌ها نشان دادند که انسجام در تیم زمانی تقویت می‌شود که اعضا در تصمیم‌گیری، طرح‌ریزی تمرین و حل مشکل مشارکت داشته باشند (8). همچنین نتیجه با مطالعات جدیدی که بر اهمیت مهارت‌های ارتباطی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی در ارتقای انسجام تأکید می‌کنند همسو است (14). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت رویکردهای آموزشی که تعامل، مشارکت و مسئولیت‌پذیری را تقویت می‌کنند، انسجام در تیم‌های نوجوان را به شکل محسوسی افزایش می‌دهند. در زمینه عملکردهای مهارتی نیز مشخص شد که دو مهارت پاس و دریبل در گروه ترکیبی بیشترین میزان بهبود را نشان دادند. این یافته با ادبیات علمی بازی‌محور و یادگیری تکلیف‌محور سازگار است؛ پژوهش‌های سیلوا و همکاران (۱۵) و ویجل و همکاران (۱۶) تأکید می‌کنند که استفاده از سناریوهای حل مسئله و ایجاد موقعیت‌های واقعی بازی، موجب تقویت تصمیم‌گیری و اجرای فنی می‌شود. در پژوهش حاضر نیز بخش حل مسئله به ارتقای تصمیم‌گیری کمک کرده و بخش مسئولیت‌پذیری سبب افزایش تمرکز، خودتنظیمی و پایداری رفتاری ورزشکاران شد؛ بنابراین ترکیب این دو رویکرد یک اثر هم‌افزا ایجاد کرده است. بنابراین عدم تفاوت بین گروهی با ماهیت این مهارت سازگار است. به‌طور کلی، یافته‌های این پژوهش تأیید می‌کند که مداخلات آموزشی فعال، به‌ویژه رویکرد ترکیبی حل مسئله

References

1. Reyes D. The Cognitive, Behavioral, Affective, and Physiological Components of Social Cognition in Esports and Education..
2. Jones L, Karageorghis CI, Lane AM, Bishop DT. The influence of motivation and attentional style on affective, cognitive, and behavioral outcomes of an exercise class. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 2017 Jan;27(1):124-35..
3. Bessa C, Hastie P, Ramos A, Mesquita I. What actually differs between traditional teaching and sport education in students' learning outcomes? A critical systematic review. *Journal of sports science & medicine*. 2021 Mar 1;20(1):110.

4. Khodaparast S, Abdi H, Esmacili H, Bakhshalipour V. The effectiveness of life skills training on emotion regulation strategies and sports self-efficacy of children/adolescent athletes. *Research on Educational Sport*. 2022 May 22;10(26):242-21.
5. Scanlan TK, Carpenter PJ, Simons JP, Schmidt GW, Keeler B. An introduction to the sport commitment model. *Journal of sport and exercise psychology*. 1993 Mar 1;15(1):1-5.
6. Koka A, Hein V. The impact of sports participation after school on intrinsic motivation and perceived learning environment in secondary school physical education. *Kinesiology*. 2003 Oct 24;35(1):86-93.
7. Mehdi AP. The role of team cohesion in success: A literature review from a psychological perspective.
8. Carron AV, Widmeyer WN, Brawley LR. The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The Group Environment Questionnaire. 2007
9. Eys MA, Loughhead TM, Bray SR, Carron AV. Perceptions of cohesion by youth sport participants. *The Sport Psychologist*. 2009 Sep 1;23(3):330-45.
10. Schmidt RA, Lee TD, Winstein C, Wulf G, Zelaznik HN. Motor control and learning: A behavioral emphasis. *Human kinetics*; 2018 Oct 30.
11. Konstantaki M. Applying problem based learning in the Sports Science Curriculum. *Athens Journal of Sports*. 2015;2(1):7-16.
12. Hellison D, Hellison DR, Wright PM, Martinek TJ, Walsh DS. Teaching personal and social responsibility through physical activity. *Human Kinetics*; 2025 May 27.
13. Perdima, F. E., Malema, M. J., Khamraeva, Z. B., & Setiawan, E. (2025). Problem-based learning versus teaching personal social responsibility: efforts to improve students' responsible attitudes and learning motivation. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 6(1), 52-66.
14. Bruner MW, Eys MA, Wilson KS, Côté J. Group cohesion and positive youth development in team sport athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. 2014 Nov;3(4):219.
15. Silva AF, Conte D, Clemente FM. Decision-making in youth team-sports players: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*. 2020 May 27;17(11):3803.
16. Weigel P, Raab M, Wollny R. Tactical decision making in team sports-a model of cognitive processes. *International Journal of Sports Science*. 2015;5(4):128-38.

Original Article

Comparing the effects of problem-based learning approaches, personal-social responsibility, and a hybrid model on sports commitment and team cohesion in adolescent basketball players

Received: 05/11/2024 - Accepted: 10/02/2025

Samira Asadi¹
Negar Arazash^{2*}
Keyvan Molla-Norouzi³
Zahra Entazari⁴

*1 Department of Motor Behavior,
ct.c., Islamic Azad University,
Tehran, Iran.*

*2 Department of Motor Behavior,
ct.c., Islamic Azad University,
Tehran, Iran (Corresponding
Author)*

*3 Department of Motor Behavior,
SR.C., Islamic Azad University,
Tehran, Iran*

*4 Department of Motor Behavior,
ct.c., Islamic Azad University,
Tehran, Iran*

Email: negar.arazeshi@iau.ir

Abstract

Introduction: The aim of the present study was to compare the effects of learning approaches based on problem solving, personal-social responsibility, and their combined model on sports commitment and team cohesion of adolescent basketball players.

Methods: This quasi-experimental study was conducted with a pre-test, post-test, and control and experimental groups. 80 adolescent female basketball players from Isfahan were selected conveniently and randomly assigned to four groups: problem solving, personal-social responsibility, combined, and control. The research tools included a sports commitment questionnaire and a team cohesion questionnaire. The educational intervention was implemented in three training groups over 12 sessions, and the control group continued its usual training. The data were analyzed using descriptive statistics, paired t-test, and analysis of covariance at a significance level of 0.05.

Results: The results showed that all three educational approaches caused a significant increase in sports commitment and team cohesion compared to the control group, and the greatest improvement in both variables was observed in the combined group ($p < 0.001$).

Conclusion: In general, the results indicate that the use of active approaches, especially the mixed model, can improve the psychological components of adolescents.

Keywords: Sport Commitment, Team Cohesion, Problem-Based Learning, Personal-Social Responsibility Approach, Basketball