



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

Turkish Football Federation

FUTBOLDA BECERİ ÖĞRENİMİ

TFF FGM FUTBOL EĞİTİM YAYINLARI NISAN SAYI: 3 2009 İSTANBUL



Dr. Sinan BOZKURT



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu

FUTBOLDA BECERİ ÖĞRENİMİ

TFF- FGM

FUTBOL EĞİTİM YAYINLARI -3

NİSAN- 2009

İSTANBUL

FUTBOLDA BECERİ ÖĞRENİMİ

Copyright©2009

Bu kitabın bütün hakları TFF aittir
Kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir.

Yayına hazırlık ve kapak, resim tasarım

Elma Basım

Basım Yeri



Tel: (0212) 697 30 30

İstanbul

1.Baskı-2009

Kitabın içeriğinde yer alan bilgi, görüş, düşünce ve tezler
kitabın yazarını bağlar.



ÖNSÖZ

Futbol temel eğitim dönemindeki çocuklarımıza, Kulüp Futbol Gençlik Geliştirme Programı takımlarında, özel futbol okullarında, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda, futbol ile ilgili birçok çalışmalar yaptırılmaktadır.

Bir antrenör ya da öğretmenin futbol eğitimi ile, çocuğun futbol beceri gelişimi kadar sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimine yapabileceği olumlu katkılar da göz ardı edilmemelidir.

Bu bağlamda, unutulmamalıdır ki “Çocuk Oynayarak Futbol Öğrenmeli” yaklaşımı, futbol beceri öğreniminde temel amaç olmalıdır.

Futbol eğitimi alanında birçok öğretim yöntemi kullanılabilir.

Bununla beraber bu kitapta anlaşılır ve sade bir dil kullanılmaya çalışılarak, futbolda beceri öğrenimindeki genel ilkeler kapsamındaki temel bilgilere yer verilmiştir.

Bu kitabın futbol antrenörleri ile beden eğitimi öğretmenlerimize, futbol beceri öğreniminde yol gösterici ve hatırlatıcı bir kaynak olarak katkıda bulunmasını umuyorum.

Dr. Sinan BOZKURT



Dr. Sinan BOZKURT

1973 yılı İstanbul doğumlu. Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokul öğretim elemanıdır.

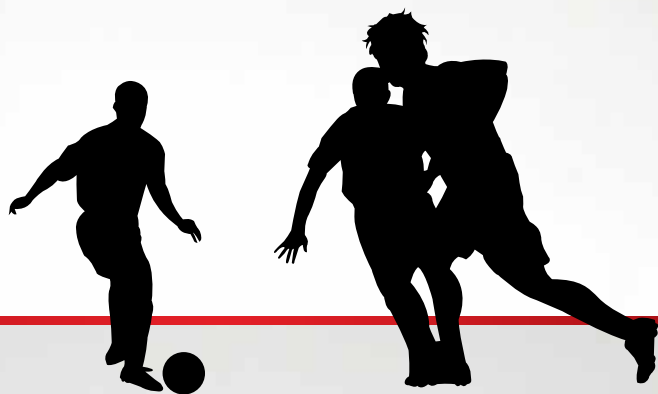
İlk, orta ve yüksek öğrenimini İstanbul’ da gördü. 1993 yılından başlayarak Anadoluhisari İdman Yurdu, Galatasaray, Marmara Üniversitesi Spor Kulüpleri Futbol Altyapılarında antrenörlük yaptı.

Doktora eğitimini Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü’ nde “Yaratıcılık ve Çoklu Zekanın Futboldaki Yaratıcılıkla İlişkisi” konulu tez çalışması ile tamamladı. Futbol, Sporda Beceri Öğrenimi alanlarında lisans düzeyinde öğretim görevlisi ve bu alanlarda bilimsel çalışma, araştırma ve makaleleri bulunmaktadır.

Halen TFF Futbol Geliştirme Merkezi’ nde “Okul ve Çocuk Futbolu Geliştirme Yönetmeni” olarak görev yapmakta olup, “UEFA Pro Lisans” sahibi “Antrenör Eğitimsi”dir.

İÇİNDEKİLER

KAVRAMLAR	6
<i>Büyüme ve Gelişme.....</i>	<i>7</i>
<i>Gelişim Özellikleri.....</i>	<i>7</i>
<i>Performans ve Öğrenme</i>	<i>14</i>
<i>Öğrenme.....</i>	<i>14</i>
<i>Beceri - Teknik.....</i>	<i>15</i>
<i>Hareket(Motor) Becerisi.....</i>	<i>15</i>
FUTBOLDA BECERİ ÖĞRENİMİ VE ANTRENÖRLÜK	18
<i>Beceri(ler)nin Seçimi</i>	<i>19</i>
<i>Futbol'da Becerilerin Sınıflaması.....</i>	<i>19</i>
<i>Açıklama ve Sunumun Planlaması</i>	<i>21</i>
<i>Öğretim Yöntemleri.....</i>	<i>21</i>
<i>Futbolda Beceri Öğreniminde Oyunlar.....</i>	<i>23</i>
<i>Futbol beceri öğreniminde oyunlar</i>	<i>24</i>
<i>Uygulamada Bilgi Vermek (Geribildirim Kullanımı).....</i>	<i>35</i>
<i>Ses ve Vücudun Kullanımı</i>	<i>37</i>
<i>Kaynaklar.....</i>	<i>40</i>



KAVRAMLAR

Büyüme ve Gelişme

“Büyüme” ile “Gelişme” birbirlerinden farklı kavramlardır.

Büyüme

Büyüme, bedende gerçekleşen ve boy uzamasında olduğu gibi sayısal (nicel) değişikliklerle ifade edilebilecek yapısal artışlardır.

Çocuk, fiziksel büyümesinin yanı sıra beraber beyin gelişimiyle beraber artarak devam eden bir öğrenme, hatırlama ve muhakeme yeteneği oluşur ve zihinsel olarak da gelişir.

Gelişme

Gelişme kavramı, değişikliklerin niceliği kadar birçok yapı ve işlevi bütünlükten geçiren değişiklikler arasındaki belirgin bir ilişkiyi de kapsayan karmaşık bir olgudur

Çocuklarda belli gelişim dönemlerinde ortak olan eğilim ve davranış kalıpları gözlemlenmektedir. Bununla birlikte, bazı çocuklar yaşıtlarına göre daha hızlı gelişebilirler. Bu büyüme gelişimde kalıtım ve çevre etkeni önemli rol oynar.

Gelişme

- ➔ Dinamiktir,
- ➔ Genetiğin sonucu,
- ➔ Giderek artan bir özelleşme süreci,
- ➔ Denge vardır,
- ➔ Düzenli bir süreç

Gelişim Özellikleri

Bilişsel alanda **Zihinsel gelişim**

Psikomotor alan **Hareket-Fiziksel gelişimi**

Duyuşsal alan **Sosyal ve Duygusal gelişim**



- Çocuklar bilişsel, psikomotor, duyuşsal özellikleri yönünden gelişim göstermektedirler.

Duyuşsal alanda bireyin çevresinde gerçekleşenleri algılaması ve bilginin farkında olması, karşılaştığı durumlara uygun tepkilerde bulunabilmesi örneğin çocuğun futbol oyununda takım arkadaşıyla birlikte oynaması, ortak sorumlulukların üstlenilmesi, kazanmayı ve kaybetmeyi kabullenebilmesi, kişiler arası ilişkileri, kendine özgü değerler geliştirebilmesi bunu yaşamında bir anlayış olarak benimsemesinin, Psikomotor alanda ise bireyin çevre duyumlarını değerlendirmesi ve örneğin temel hareketlerde ve futbol becerilerinde değişen koşullara karşı hareket kontrolünü etkin kullanımının önemli olduğu değerlendirilmektedir.

Fiziksel yapıda ve sinir-kas işlevlerindeki değişim süreçlerini kapsar. Motor gelişim kavramı ile psikomotor gelişim yaşam boyu devam eden bir süreç olup, motor becerilerde azalma ya da yeni bir becerinin kazanılması gibi tüm fiziksel değişmelerle ilgilenir. Çocukların motor gelişimi, hareket yeteneklerinin gelişimini ve fiziksel yeteneklerinin gelişimini kapsar.

Biliş

Öğrenme ve anlamayı içeren zihinsel faaliyetlerdir.

- ➔ Algılama,
- ➔ Bellek,
- ➔ Muhakeme,
- ➔ Düşünme ve
- ➔ Kavrama süreçlerini kapsar.

Algılama: Bilgilerin yorumlanması, organize edilmesi, yeniden bulunmasıdır.

Bellek: Algılanan bilginin bulunup, geri getirilmesi ve depolanmasıdır.

Muhakeme: Bilginin anlam çıkarma ve sonuca varma amacıyla kullanılabilmesidir.

Düşünme: Bilginin ve çözümlerin nitelikçe değerlendirilmesi

Kavrama: Bilginin iki ya da daha fazla kısmı arasındaki yeni ilişkilerin tanınabilmesidir.

Bilişsel süreç “algı, dikkat etme, yorumlama, anlama ve hatırlama” gibi zihinde gerçekleşen içsel süreçleri ifade eder.

Bilişsel öğrenme öğrenenin zihninde geçen bazı süreçler öğrenmeyi belirleyicidir. Futbol öğretiminde antrenörün bilgi verme tekniklerini (sözlü, görsel demoları) kullanımı çocuğun beceriyi öğrenmesine yardımcı olabilmektedir.

- Çocukların bu özelliklerin biliniyor olması etkin bir öğrenme ortamının oluşturulması kadar gelişimlerin değerlendirilebilmesi yönünden de önemlidir.

- Bu özelliklerdeki ortak yönlerin bilinmesi, eğitimde izlenecek yöntemin belirlenmesinde de yararlı olabilir.





Bilişsel, Fiziksel, Sosyal ve Duygusal Özellikler

Bilişsel, Fiziksel, Sosyal ve Duygusal Özellikler (6-9 yaş grubu)

- ➔ Konuşmayı seven,
- ➔ Kuralcı, arkadaşlıklarda seçici,
- ➔ Kavgacı- şikayetçi davranışlar
- ➔ Eleştiriye karşı duyarlı
- ➔ Kendilerini güvende hissetme gereksinimi
- ➔ Öğrenmeye istekli
- ➔ Hareketli, meraklı ve sabırsız
- ➔ Dikkat aralıkları çok kısa
- ➔ Kolay yorulabilme
- ➔ Oyunların yer aldığı çalışmalar futboldan keyif almaları

Bu yaş grubunda çocuklar

- Son derece aktiftirler.
- Bununla beraber etkinliklerde kolay yorulabilirler. Yüksek şiddette ve uzun süreli uygulamalardan kaçınılmalı, uygulamalar dinlenme imkanı verecek şekilde planlanmalıdır.
- Hareketlerinin kontrolünde daha çok büyük kas gruplarını kullanırlar. Örneğin; ayakla top sürme uygulamasında topa hakimiyetin tam olarak sağlanamaması gibi koordinasyonda olumsuzluğun gözlemlenmesi.
- Fiziksel etkinliklerde aşırı olma eğilimi gösterebilirler.
- Kemik gelişimi devam etmektedir. Çok tekrarlı olmayan, öncelikle kendi vücut ağırlığını kullandığı etkinlikler yaptırılabilir.
- Öğrenmeye isteklidirler.
- Konuşmayı severler, diğer bireylerin duygularına karşı hassas oldukları kadar eleştirilmeye karşı da duyarlıdırlar.

- Kuralcılardır, arkadaşlıkları seçicidir ve arkadaşlarını sıkça şikayet edebilirler.
- Kavgacı davranışlar gösterebilirler. Bu davranışları genellikle sözlü olduğu kadar, özellikle erkek çocuklarda fiziksel olabilmektedir.



Bilişsel, Fiziksel, Sosyal ve Duygusal Özellikler (10-12 yaş grubu)

- **Altın öğrenme dönemi** olarak teknik yeterlilikler
- Bireysel farklılıklar
- Arkadaş grupları oluşturma- güçlü arkadaşlık bağları,
- Hata bulmak yerine yapıcı olma,
- Sorumluluk alabilme,
- Yetişkinlerin örnek alınması
- “soyut işlemler dönemi”ne geçiş
- “kazanma ve kaybetme” duygusu
- Sonuç değil çaba ön planda
- Uygulamalarda işbirliği
- Hareket kontrolünde gelişme,



Bu yaş grubunda çocuklar

- **Koordinasyonda gelişim.** Hareketlerinin kontrolünü küçük kas grupları ile daha etkin kullanabilirler.
- Fiziksel etkinliklerde aşırı olma eğilimi gösterebilirler.
- Öğrenmeye isteklidirler. Bireysel farklılıklar gözlemlenmektedir.
- Davranış ve başarılarında yetişkinleri örnek alırlar.
- Arkadaşlık kurma ve arkadaş gruplarının oluşturulması ile güçlü arkadaşlık bağları kurabilirler.
- Futbol becerileri uygulamalarında sorumluluk almaları teşvik edilmeli, çok kuralcı bir yaklaşımla sınırlandırılmamalıdır.



Çocuklarda genel özellikler

- 6 yaşından itibaren çocuk, kendi yeteneğini yaşlılarının performansına göre değerlendirir. Performans yerine gösterilen çabanın ve beden gelişiminin önemi vurgulanması **“kazanma ve kaybetme”** duygusu daha az önem taşıyacaktır. Maç sonucu değil, çocuğun çabasının takdir edilmesi anlayışında olunmalıdır.
- Uygulama ortamında yeteneklerini gerçekçi biçimde bilir, kendini kabul eder.
- Grubun üyesi olarak, hata bulmak yerine yapıcı olmayı, eleştirmek yerine paylaşmayı öğrenir.
- “Bir gruba ait olma”, “o grupla dayanışmaya girme” gibi sosyal bir etkinlik içindedir.
- 7-8 yaşlarından itibaren sosyalleşmeye başlayan çocuk, 11-12 yaşlarında oyun kurallarının kişiler arası anlaşma sonucunda meydana geldiğini anlayabilir.
- 7-11 yaş grubunda uygulamalar işbirliğine dayandırılabilir. Bu yaşta sorumluluk alabilme ve ortak uygulamaları başarabilme yeteneğine ve eğilimine sahiptirler.
- 11 yaşından sonra başlayan ve mantıksal düşünmenin yetişkinler düzeyine eriştiği “soyut işlemler dönemi”, çocuklar, görüşlerini haklı gösterebilecek düşünce kurallarını ve mantık yollarını bulmaya başlarlar.
- Kurallı oyun, 7-12 yaşlarında gözlemlenir.
- Özellikle 11 yaşa kadar futbola hazırlık anlayışı içinde basit oyunlar kullanılabilir. Bireysel ve taktik becerilerden ziyade çocukların futbol oyununu vurgulayan alıştırmalara yer verilmelidir.



Performans ve Öğrenme

Performans, öğrenmeden ayırt edilmiş olmalıdır.

Performans, gözlenebilen davranıştır.

Öğrenme, doğrudan gözlenemez.

Performansın yapısı hakkında bir dizi sonuç çıkarabiliriz.

Gözlem ile önce DAVRANIŞI saptar; sonra sebeplerini analiz ederek kişinin o beceri hareketini öğrenmişliği hakkında bir kaniya sahip oluruz.



Öğrenme

Tekrar ya da yaşantı yoluyla bireyin davranışlarında meydana gelen oldukça kalıcı değişikliklerdir.

Tekrar ve yaşantı- bir süreci gerektirmesi davranışta değişikliğin gerçekleşmesini ve bu davranış değişikliğinin oldukça kalıcı olması beklenir.

Çevreye uyum ve eylem, bellek, algı ve diğer zihinsel faaliyet türlerindeki deneyimlerin organizasyonu "öğrenmenin temeli" ni oluşturur.

Beceri - Teknik

Teknik, hareket-beceri hakkında fikir-bilgi sahibi olmak, **nasıl yapılacağı-nın bilinmesi** ve **uygulaması**

Beceri ise hareket- becerinin değişen çevre koşullarında düzenlenebilmesi, **nerede, ne zaman, ne yapılacağının bilinmesi** ve **uygulaması** olarak tanımlanabilir.

Futbol Tekniği; amaca uygun hareket akışı ile bir hedefe yönelik, kurallara uygun oyun davranışı sağlayan, futbola özgü hareket becerilerini yapabilmek yeteneğidir.

Hareket(Motor) Becerisi

Başarmak için bir hedef (özel bir amaca sahip olan görev) istemli olarak yerine getirilmeyi vücut ve bölümlerinin hareketini öğrenmeyi gerektirir.

Motor Beceri Gelişim Aşamaları

Motor beceri gelişimi 3 aşamada değerlendirilebilir.





1. aşama

- Öğrenimin başlangıcında bir çok hata.
- Birey öğrenimin başlangıcında birçok hata yapar ve bunlar büyük hatalardır.
- Kaba beceri düzeyi birey hareketlerinin kontrolünde zorluklar yaşar.
- Performans' ta istikrarsızlık bireyin uygulamaları çok değişken ve istikrarsızdır.
- Etkili demo(sunum)lar ve sözel bilgilerle yardımcı olunur.

2. Aşama

- Daha az hata ve istikrarlı performanslar yapar yaptığı hataları kendi keşfeder
- Hareketleri çevre ipuçlarına uydurmayı öğrenir.
- Değişik dış etkenlere karşı hareketlerini düzenleyebilir
- Becerinin uygulaması istikrara kavuşur.

3. Aşama

- Öğrenmenin son aşamasıdır.
- Bu aşamada birey birden fazla görev yapabilir.
- Kendine güven duyan, çok az hata yapan, hataları saptayıp düzeltebilir
- Otomatikleşme gibi kabul edilebilen hareketleri doğal bir alışkanlık ile yapar.

Beceri öğrenmişliğini saptamak

Çocuğun beceri öğrenilmişliğini saptamak için kullanılacak "Gelişme, İstikrar, Kalıcılık, Uyarlanabilirlik" unsurları aşağıda belirtilmektedir.

- Gelişme becerinin performansı bir zaman diliminde bir gelişme gösterir.
- İstikrar öğrenmenin başlangıcında performans çok değişkendir. öğrenme ilerledikçe, performans artan bir istikrara ulaşır. Beceriyi her yinelemede performans benzer olur.

- **Kalıcılık** öğrenme süreci içinde kazanılmış beceri uzun bir zaman dilimi boyunca kaybolmaz.
- **Uyarlanabilirlik** edinilmiş beceri yeni içerikli değişen koşullara kendini uyarlar.





FUTBOLDA BECERİ ÖĞRENİMİ VE ANTRENÖRLÜK



Öğretim Şekli ve alıştırmalar için öğretim bilgisi(didaktik)nde “kime”, “ne”, “niçin”, “nerede”, “ne kadar”, “ne ile” öğretim yöntemi (metodik) nde “nasıl”, “ne şekilde” sorularının cevaplarının bilinmesi beceri öğretimi yönünden gereklidir.

Bir antrenörün futbolda beceri uygulamaları için aşağıdaki başlıklar temelinde hazırlık yapması da önemlidir.

- ➔ Beceri(ler)nin Seçimi
- ➔ Açıklama ve Sunumun Planlaması
- ➔ Beceri Uygulamasının Planlaması
- ➔ Uygulamada bilgi verme-Geribildirim
- ➔ Ses ve Vücutun Kullanımı (Beden Dili)

Beceri(ler)nin Seçimi

Futbol’da Becerilerin Sınıflaması

Futbol’da beceri(ler) listesi belirleyin.

Öğrenme Aşamaları

En temel beceriden başlayarak, futbolda becerileri **basitten karmaşığa, kolaydan zor’ a** doğru oluşturun. (Önce ne gelir? gibi)

Futbolda Beceri Sınıflaması

Genel hareket (motorik) özelliklerinin gelişimiyle birlikte futbola özgü becerilerin kazanımı daha etkili gerçekleştirilebilir.

Genel anlamda futbol oyunundaki

- ➔ Topa yatkınlık- top ile oynama, top sektirme
- ➔ Top sürme- dripling
- ➔ Top kontrolü,
- ➔ Topa vuruşlar top ile yapılan futbol temel becerilerini oluşturur.



Futbol temel becerileri uygulamanın

1. Karmaşıklığına Göre “Basit Beceriler”, “Bileşik Beceriler”, “Karmaşık Beceriler”
2. Başlama ve Bitişine Göre “Aralıklı Beceriler”, “Ardışık Beceriler”, “Devamlı Beceriler”
3. İçinde Bulunulduğu Çevre Koşullarına Göre “Kapalı Beceriler”, “Açık Beceriler” olmak üzere sınıflandırılabilir. Futbol beceri sınıflamalarının yapılması çocuğun futbol beceri öğreniminde antrenör için hangi yöntem(nasıl) ve strateji(ne şekilde)lerin kullanılacağına belirlenmesi yönünden önemlidir.



Açıklama ve Sunumun Planlaması

Becerinin açıklama ve sunumunun nasıl yapılacağına planlama aşamasıdır.

- Beceri seçiminin açıklaması,
- Öğretim noktalarının vurgulanması - anahtar faktörler
- Saha içi yerleşim düzeninin belirlenmesi,
- Farklı açılardan sunum(demo) uygulamaları
- Demoları kim(ler) yapacak,
- Geribildirim kullanın.

- Beceri seçimi ve niçin önemli olduğunun yazılı açıklaması,

Antrenör futbol beceri sınıflamalarına göre genel bir planlama yapmalı ve her bir çalışma günündeki beceri uygulamaları için günlük plan hazırlamalıdır. Çalışmanın amacı hakkında çocuklara bilgi verilmeli, anlaşılacak biçimde anlatılmalı, hareketin yapılışı anlaşılır-açık bir şekilde gösterilmelidir.

- Temel öğretim noktasını vurgulamada anahtar faktörleri kullanın.

Örneğin rakibin savunulmasıyla ilgili bir alıştırmaya yapılırken, “rakibin topa sahipken düz yaklaşma”, “rakibin topa hakim olduğunda hızını yavaşlat”, “savunma konumunda dengede kal”, “rakibini yanıltıcı hareketler yap” vb.

- Çocuk, deneyimsiz veya özel öğrenme sorunu olan bireylere mümkün olduğu kadar basit ve bir iki öğretim noktasının vurgulanması.
- Bilgi verme kısa, tanımlayıcı anahtar kelimeleri seçin. Bireylerin yüz ifadelerini de talimatların anlaşılabilirliğini kontrol için gözlemleyin.
- Sunumla ilgili resim, film, afiş gibi yardımcı-anımsatıcı unsurun hazırlanması tekniğini de kullanılabilir.

Öğretim Yöntemleri

Nasıl ve ne şekilde öğretilebileceğini tanımlayın.

Hangi öğretim yöntemleri kullanılabilir? Hangi çalışmalar için hangi yöntem daha etkili olabilir? Becerilerin uygulaması “bireysel mi”, “oyun düzeninde mi” yapılmalı? vb.)



Futbolda beceri öğretiminde “Parça (parçalara ayırma)Yöntemi” ve “ Bütün Yöntemi” olmak üzere temelde iki yöntem kullanılmaktadır.

Futbol beceri uygulamalarında birçok farklı alıştıırma -düzenleme yapılabilir. Önemli olan bu alıştıırmaların bir anlam bütünlüğünde hazırlanmasıdır.

Öncelikli amaç futbol becerilerinin bütün olarak öğretilmesidir

Becerilerin basitten karmaşığa, kolaydan zor’ a doğru, mümkünse bir bütün olarak öğretilmesi amaçlanır.

Bununla beraber beceri uygulaması(nda)

- Çocuk koordinasyonda güçlük çekiyorsa,
- Çocuk için karmaşıkça,
- Çocukta kaygı oluşturuyorsa beceri, anlamlı parçalardan bütüne doğru giderek “parçalara ayırma yöntemi ” ile öğretilbilir.

Bir becerinin kolay ya da zor olarak değerlendirilmesi çocuğun o beceriyle olan ilgi düzeyine ve deneyimlerine göre değişebilmektedir.

Parçadan bütüne

- Kurgu,
- Doğru,
- Değişken,
- Gösterim-demo

Parçadan bütüne çalışmaları;

Beceri; hareket parçaları arasındaki bağlantı yönünden değerlendirilmeli ve anlamlı bütünlere ayrılmalı, öncelikle doğru olarak(gerekirse yavaşlatılmış hızda) sonra ortamına uygun ve özgün hızında uygulanmalı, bireyin ilgisini de artıracak farklı- değişik alıştıırmalar kullanılmalı, uzun süreli sözlü açıklamalar yerine becerinin gösterimi tercih edilmelidir.

Çalışmaların geliştirilmesinde/ beceride gelişme gözlemlendiğinde

- Değişik koşullarda farklı alıştırma,
- Zorluk düzeyi artırılmış alıştırma,
- Bilgi verme (geribildirim)nin gittikçe azaltılması uygulamaları kullanılabilir.

Bir becerinin kolay ya da zor olarak değerlendirilmesi çocukların o beceriyle olan ilgi düzeylerine ve deneyimlerine göre değişebilmektedir.

Futbol becerilerinin öğretiminde çocukların yaş grubu ve seviyelerine göre oyun ve alıştırma şekillerinin “kolaylaştırılması” ve “zorlaştırılması” uygulamaları yapılabilir.

Alıştırma ve Oyun şekillerinin Kolaylaştırılması

- Uygulama hızı- temposu azaltılarak,
- Çalışma alanı büyütülerek,
- Tekrar sayıları azaltılarak,
- Rakipsiz ya da pasif rakiple çalışarak,
- Eşli çalışmalarda karşılıklı mesafeyi yakınlştırarak,
- Gerektiğinde topsuz uygulama yaparak, hafif toplar kullanarak





Örneğin; Top sektirme çalışmasını kolaylaştırmak için Topun zemine el ile atılması sonrasında yükselen topa ayak üstü ile temas ve top sektirmenin devam ettirilmesi uygulaması yapılabilir.

Aıştırma ve Oyun şekillerinin Zorlaştırılması

- Uygulama hızı- temposunu artırarak,
- Çalışma alanını küçülterek,
- Tekrar sayılarını artırarak,
- Rakiple ya da yarı aktif rakiple çalışarak,
- Eşli çalışmalarda karşılıklı mesafeyi artırarak,
- Topa temasın (en fazla üç temas hakkı gibi) sınırlandırıldığı özel kuralların konulması

Örneğin; karşılıklı ayak içi pas çalışmasının zorluk derecesini artırmak için arasından topun geçeceği işaret tabakları arasındaki mesafeyi yakınlaştırmak gerekecektir.

Futbolda Beceri Öğreniminde Oyunlar

Futbol Beceri Öğretiminde Temel Amaç:

“ÇOCUK OYNAYARAK FUTBOL ÖĞRENMELİ”

Çocukları mümkün olduğunca oyunun içine sokarak, futbol oyunu için gerekli olan becerilerin geliştirilmesine çalışılmalıdır.

Oyun öğretimi için bazı yapısal etkenlerin hazırlığına ihtiyaç vardır. Bu etkenler aşağıda belirtilmektedir.

- Oyun alanının ölçüsü,
- Kullanılacak malzeme türü ve sayısı,
- Hangi becerilerin uygulanacağı,
- Kurallar,
- Oyuncu sayıları,
- Oyuncuların organize edilmesi,
- Oyunun amacı



Aşağıda belirtilen bazı kriterlerin bilinmesinin **“futbolda oyunların seçimi ve değerlendirilmesi”** nde yararlı olabileceği değerlendirilmektedir.

- ➔ Oyun ve kuralları güvenli mi?
- ➔ Oyunun açıklamaları kolay ve anlaşılır mı?
- ➔ Çocukların değişik becerileri ihtiyaçlarını karşılıyor mu?
- ➔ Gelişim ilkelerini destekliyor mu?
- ➔ Beceri, kavram ve stratejilerin kullanımı çocukların oyundan haz almasını sağlıyor mu?
- ➔ Duygusal ve sosyal konumlarındaki özelliklerinde bir değişim oluşturuyor mu?
- ➔ Önceden öğrenilmiş beceri, kavram ve stratejilerin gelişimine katkısı oluyor mu?

Beceri gelişiminde çocuğa temel hareketler kazandırılarak, çocuk futbola hazırlayıcı oyunlara hazır hale getirilmelidir.

Futbol beceri öğreniminde oyunlar

1. Temel Hareket Özelliklerinin Gelişimi için Oyunlar
2. Temel Futbol Becerileri için Oyunlar
3. Futbolda Basitleştirilmiş Mini-Futbol Oyunları olmak üzere 3 genel başlıkta toplanabilir.

Çocuğun sportif temel eğitimi ne kadar geniş kapsamlı olursa, futbol oynamasını öğrenmesi de o kadar çabuk olur. Bu bağlamda, çocuğa yalnızca futbola özgü oyun ve alıştırmalar değil, özellikle koşu için top ile oyunlar, sıçrama gibi motorik özellikleri geliştirici alıştırmalar da yaptırılmalıdır.

Temel Hareket Özelliklerinin Gelişimi için Oyunlar

Çocuklarda koşma, sıçrama, yön değiştirme gibi temel hareket özelliklerinin geliştirilmesi için kullanılabilecek birçok oyun bulunmaktadır. Örneğin ebeli yakalama oyununda çocuklar ikişerli el ele tutuşarak eşleşirler. Ebe olan çift diğer oyuncu çiftleri sınırlandırılmış alanda yakalamaya çalışır. Yakalanan çift ebe olan çift ile görev değişerek oyuna devam edilir.



Temel Futbol Becerileri için Oyunlar

Futbola yeni başlayan bir çocuk için “top sürme”, “topa yatkınlık-top sekirme”, “top kontrolü”, “pas”, “şut” futbol oyunundaki temel becerilerdir.

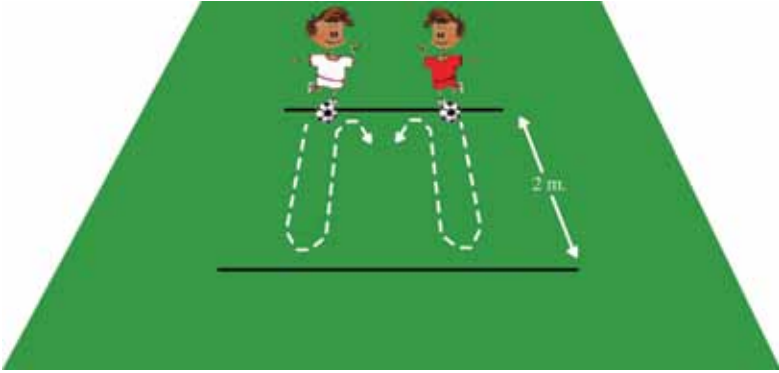
- Top Sürme(dripling) Oyunları,
- Pas, Top Kontrolü ve Şut Oyunları,
- Rakipten Top Kazanma Oyunları,

Top Sürme(dripling) Oyunları

Oyun: Paralel Çizgiler

Aralarında 2 metre mesafe olan paralel çizgiler arasında top sürer. Çocuklar ikinci çizgiye kadar top sürerler ve çizgiden dönüş yaparak başlangıç çizgisine kadar top sürmeye devam ederler. Top hakimiyeti-kontrolü, toplu yön değiştirme, her iki ayaklarının farklı yüzeyleri(iç, üst gibi)ni kullanabilirler.

Bu oyun “Basit Beceri” uygulamasına örnek verilebilir.



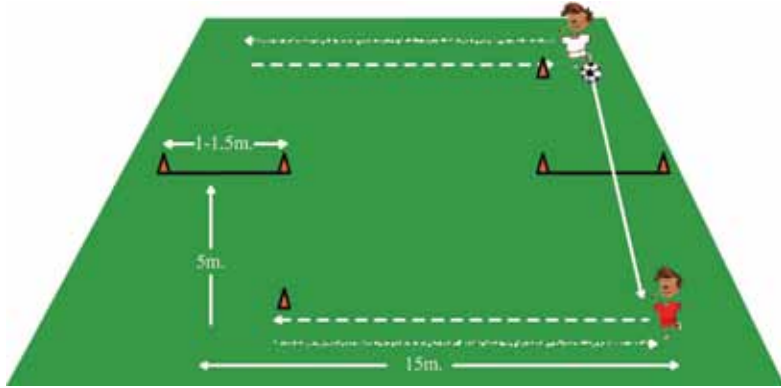
Şekil 1

Pas, Top Kontrolü ve Şut Oyunları

Oyun: Her iki Ayak İle Pas

Çocuk hedef kuleye top sürdükten sonra aralarındaki mesafe 1-1,5 metre olan kule(kale)ler arasından çalışma arkadaşına ayak içi ile pas verir. Çocuk top sürerken arkadaşı da kendi alanında kalenin karşısında topu karşılar. Uygulama çocuklar arasındaki görev değişimiyle devam eder.

Bu oyun “Bileşik Beceri” uygulamasına örnek verilebilir.

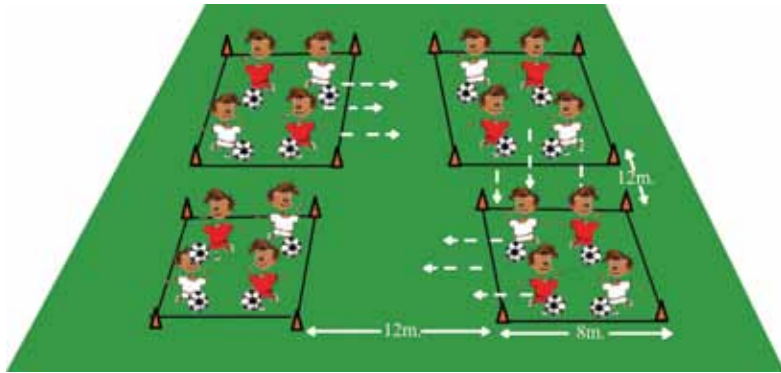


Şekil 2

Oyun: Alan Değişirme

Bir kenarı 8 metre olan ve her birinde 4 oyuncu bulunan dört kare oyun alanı oluşturulur. Her bir çocukta bir top bulunur. Çocuklar kendi oyun alanları içinde top sürerler. Çocuklar antrenörün işareti(görsel, işitsel)yle sağ-sol taraftaki oyun alanına doğru top sürerek yer değiştirirler.

Bu oyun "Devamlı Beceri" uygulamasına örnek verilebilir.



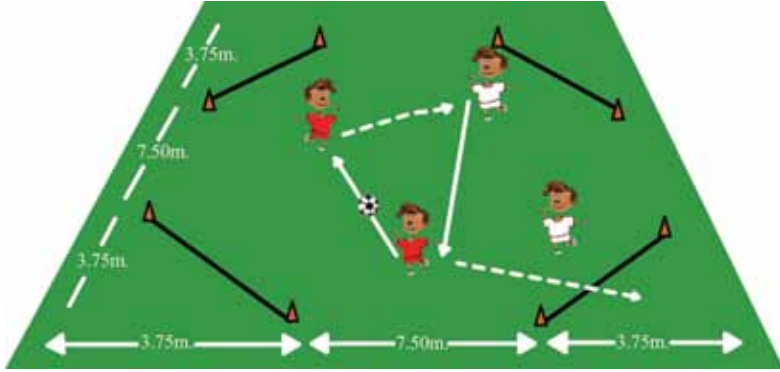
Şekil 3

Rakipten Top Kazanma Oyunları

Oyun: 2'ye karşı 2 Dört Çizgi Kaleli Oyun

Her biri 2'şer oyuncudan oluşan 2 takım da kendilerine ait iki kaleyi savunmaya ve rakibin iki kalesine de hücum etmeye çalışır. Rakip kale çizgisinden top sürerek(dripling)geçmek sayı kazanma yöntemi olarak kullanılır.

Bu oyun "Karmaşık Beceri" uygulamasına örnek verilebilir.



Şekil 4

Temel Futbol Becerileri için Oyunlarından sonra çocuğun futbol becerisindeki gelişmeyle birlikte ki burada yaş önemli bir unsurdur, oyun ağırlıklı çalışmalarından müsabaka koşullarına doğru bir geçişten söz edilebilir.

Mini Futbol- Futbolda Basitleştirilmiş Oyunlar

Takımlardaki oyuncu sayısının aşamalı olarak artırıldığı “basitleştirilmiş oyunlar” uygulamasında çocuğun, futbolun karmaşık oyun yapısının mantığını anlaması amaçlanır.

Çocuğun “Basitleştirilmiş Oyunlar” antrenman ya da yarışmalarında yer almak için üst seviyede bir yeteneğe veya özel futbol bilgisine ihtiyacı yoktur.

Basitleştirilmiş Oyunlar” ile yeni bir becerinin öğrenimi ve bu becerinin karmaşık bir oyun ortamında uygulaması gerçekleştirilir.

Çocuk, oyun kavramından tanımlanan özel bir becerinin öğrenilmesi için motive edilebilir. Oyundaki futbola özgü problem çözme becerileri de çocuğu cesaretlendirebilir.

Çocukların iki, üç ya da dört kişilik oyuncularla daha az teknik ve taktik hata ile 7x7, 8x8 gibi daha karmaşık oyunlara hazırlayıcı olarak oynayabilecekleri oyunlardır.

- “Basitleştirilmiş Oyunlar”ın Yapısı
- Katılımcı sayısı azaltılmış,
- Oyun alanı boyutu azaltılmış,
- Değişen şartlara göre düzenlenebilen esnek, basitleştirilmiş kurallar,

- Sınırlandırılmış oyun koşulları,
- Basitleştirilmiş problemler(hedefler),

Tüm katılanların oyun performanslarının gözlem, analiz, değerlendirme ve düzeltmelerinin antrenör tarafından yapılabileceği kolay içeriğe sahiptir.

Mini Futbol için Örnek Oyun

2' ye karşı 2 Dört Kaleli Oyun

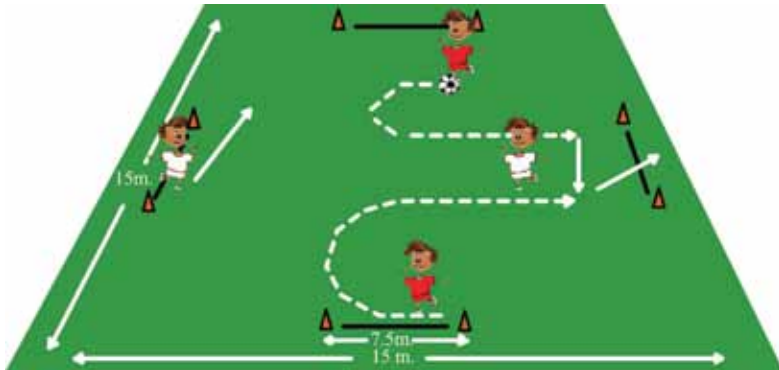
Oyun alanı: 15x15 metre sınırlı alanda 7,5 metre genişliğinde dört adet kale kurulur.

Oyuncular: Her biri 2' şer oyuncudan oluşan 2 takım da kendilerine ait iki kaleyi savunmaya ve rakibin iki kalesine de hücum etmeye çalışır.

Gol yöntemi: Rakip kale çizgisinden top sürerek(dripling)geçmek

Oyunun amacı:

- Hücumda olduğu kadar savunmada da doğru kararlar verebilmesi için oyunun her anında ne olduğunu bilmesi- oyun takibi önemli,
- Oyun akışında sıklıkla yön ve hız değişikliği yapılabilmelidir,
- Oyun alanında daha az kullanılan (boş alan) bölgelerin farkında olmak ve takımımıza avantaj sağlamak için kullanımı
- Savunma oyuncusunun baskı rakiplerini kendi aralarında pas yapmaya zorlaması
- Bu çalışmada çocuk değişen çevre koşullarına karşı nerede, ne zaman ve ne yapması gerektiğini ve bunlara göre hareketlerini düzenleyebilme becerisini uygulama fırsatı buluyor(Açık Beceri).



Şekil 5



Anahtar Faktörler: İsabetli pas, Çevre kontrolü, Dripling için yön ve hız değişikliği vb.

Değerlendirme: Oyuncuların oyundaki hücum ve savunma becerilerinin antrenör tarafından değerlendirilmesi.

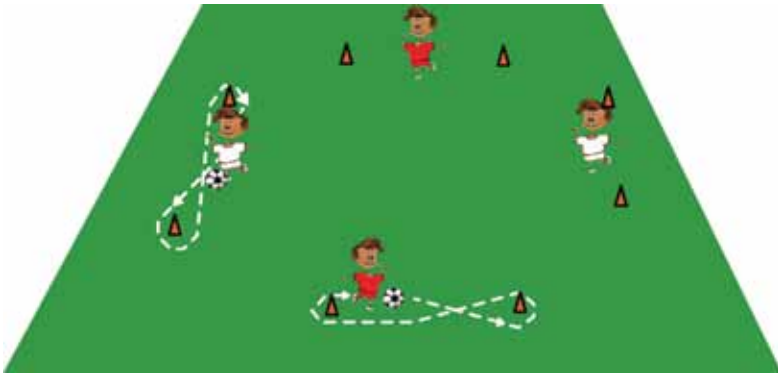
Bu oyunda müsabaka koşullarındaki gibi zorluk derecesi yüksek ve karmaşık beceri uygulaması yapılmaktadır.

Çalışmada düzeltme ve değişiklik:

Antrenör tarafından yapılan değerlendirmesi sonucunda çalışmada düzeltme ve değişiklik yapılabilir.

2' ye karşı 2 Dört Kaleli Oyunda "bütün yöntemi" nde başlayan uygulama antrenörün yaptığı değerlendirme(çocukların bireysel farklılıklarına, oyunun karmaşıklık düzeyine gibi)sonrasında oyunun amaçlarına uygun olarak basitten karmaşığa, kolaydan zor' a doğru alıştırmalarda düzeltme ve değişiklik yapılarak, çalışma devam ettirilebilir.

2' ye karşı 2 Dört Kaleli Oyunu' nun amaçlarına uygun olarak çocuğun ihtiyacı olan düzeltici alıştırmaların seçimi ve uygulaması alışmadaki değişiklik aşamasında antrenör tarafından yapılmalıdır.



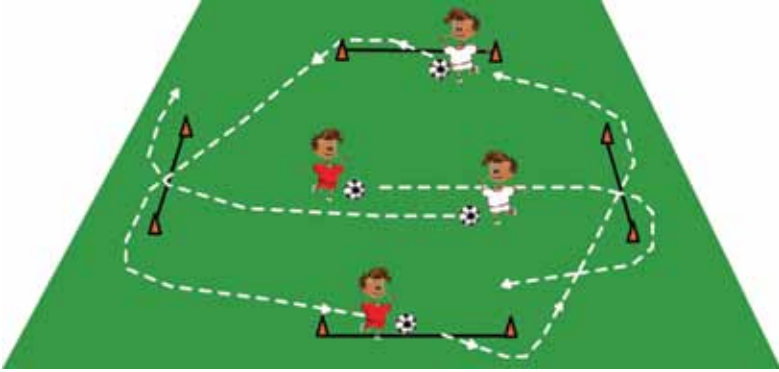
Şekil 6

Slalom Alıştırması: Takımlardan iki çocuk her bir kaleyi oluşturan kuleler arasından(sekiz çizerek) geçerek top sürerler. Bu uygulama 1 tur olarak değerlendirilir. 5 turu önce tamamlayan çocuk oyunu kazanır.

Bu oyunda çocuklar savundukları kale alanında-alana uyum çalışma yapıyorlar ve "2'ye karşı 2 Dört Kaleli Oyun" a göre zorluk derecesi azaltılmış, kolaylaştırılmış bir çalışmadır.

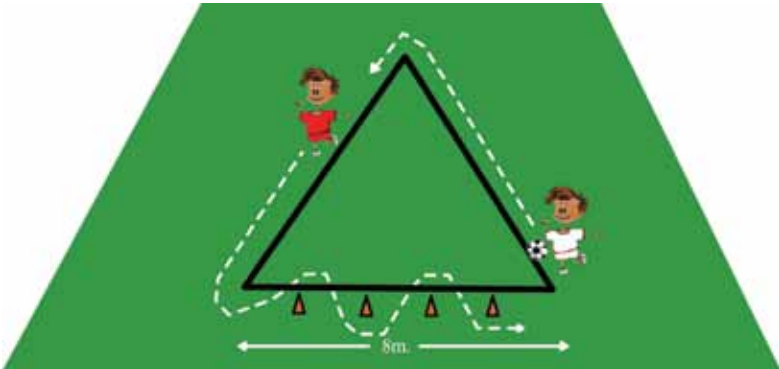
Hızlı Dripling Alıştırması: Takımlardaki çocuklar top sürerek her bir kaleyi oluşturan kuleler arasından geçerler. Dört kaleden de top sürerek geçen ve topu kontrol altına alan ilk çocuk oyunu kazanır.

Mini futbol oyun koşullarındaki gibi sınırlandırılmış oyun alanında bireysel olarak çevre kontrolünün yapılabildiği, dripling, yön değiştirme, top hakimiyeti gibi becerilerinin kullanılabildiği bir çalışmadır.



Şekil 7

Ayak İçi Pas Alıştırması: Rakip takımlardan birer oyuncu başlangıç pozisyonunda ayaklarında top olduğu halde karşılıklı olarak dururlar. Çocuklar eş zamanlı olarak top sürmeye başlarlar. Oyun alanı merkezindeki kulenin sağından ve solundan 90 derecelik bir dönüş yaptıktan sonra takım arkadaşlarına ayak içi pas veriler. Çocuklar başlangıç pozisyonu için yer değiştirirler. Her iki ayakla da çalışma yaptırılabilir.



Şekil 8



Kendi takım arkadaşıyla paslaşması ve grup çalışması, rakiple ortak alanda aynı zamanda rakip gölge takibi- pasif savunması gibi “slalom alıştırmaları” ndan daha karmaşık, top sürme ve pasın da kullanıldığı bileşik beceri uygulamasına örnek verilebilir.



- Etkili bir saha içi yerleşim düzeni belirleyin. Katılımcıların rahatlıkla duyup, görebilecekleri bir diziliş düzeni belirleyin(çift sıra, yarı daire, “U”düzeni vb.)
- Sunum-uygulamaları farklı açılardan gösterin. Örneğin çocuğun beceri alıştırmalarını yapacağı yönde-açıda uygulama gösterim yapın.Sunum 3dk.’dan fazla olmamalıdır. 60-70sn.lik süre sunum için yeterli olabilir.
- Saha içi teknik gösterimini antrenör birkaç kez tekrarlayabilir. Gerekliğinde katılımcılardan da sunum yapmalarını istenebilir. Bu aşamada üst seviyedeki değil orta seviyedeki bireyler tercih edilmesi daha verimli olabilir.

- Geribildirim imkanı tanınmalıdır. Çocukların soruları ve talepleri hassasiyetle değerlendirilmeli, gerekirse sözlü-uygulamalı tekrar edilmelidir. Teşvik edici yaklaşım gösterilmelidir.
- Çalışma çocuklarla yapılacak konuşma(değerlendirme bölümü) ile tamamlanabilir.

Beceri Uygulamasını Planlamak(1/3)

- Uygulama alanının düzenlenmesi,
- Uygulama zamanının verimli kullanımı,
- Uygulama etkinlikleri arasında geçişlerin planlaması,
- Bilgi vermenin anlaşılır olması,
- Öncelikle uygulama aşamasını kontrol et, sonra tekniğin kontrolüne odaklan.



Beceri Uygulamasını Planlamak(2/3)

- Uygulamaya kaç kişi katılacak? Kullanım alanı ve kullanılacak malzemeler yeterli mi?
- Uygulama alanında tehlikeli unsurlar var mı?
- Uygulama geçişleri en iyi nasıl gerçekleştirilecek?
- Bireysel, eşli, küçük grup çalışmaları mı?
- Uygulamalarda beceri düzeyi, sakatlık riski, katılımcı sayısı vb. etkenler göz önünde bulundurulması.



Beceri Uygulamasını Planlamak(3/3)

- Etkinliklerin mümkün olduğunca küçük gruplarla, uygulamaya fazla katılımları(aktif olmaları) sağlanabiliyor mu? Yeterli dinlenme araları veriliyor mu?
- Katılımcıların ilgisi sürdürülebiliyor mu? Gruplar arası oyuncu değişimleri, dikkatlerini toplamaları sağlanabiliyor mu?
- Yapılan sunum ve talimatlarda karmaşık olmayan, anlaşılır ifadeler antrenörün vücut diliyle sağlanabiliyor mu?
- Katılımcılar gözlemlenip, uygulamaya yönelik gerekli destek verilebiliyor mu?
- Çalışma ortamı etkin bir öğrenme fırsatı için uygun düzenlendi mi?



Uygulamada Bilgi Vermek (Geribildirim Kullanımı)

Becerinin uygulama aşamasında bilgi vermek,

- Gelişimin sonucu olarak bilgi vermek,
- Sonuç Bilgisi
- Biraz bekleme
- Özel bilgi
- Anlaşılır kavramların kullanımı
- Doğrulara vurgu
- Nasıl yapılması gerektiği

Beceri öğrenimi karmaşık bir süreçtir. Bu süreçte öğrenen birey öncelikle ne yapacağını bilmesi ve becerinin parça-aşamaları arasındaki ilişkiyi anlaması gerekir. Bu aşamada bireye yol gösterici-rehberlik edici bilgi verilmesi durumudur.

Basit bir becerinin öğretiminde “Gösterim- Açıklama- Uygulama- Düzeltme Yöntemi” kullanılabilir.

- Az bir açıklama ile göster, “Bunu izle. Böyle durmaya dikkat et ve topu bu şekilde tut sonra pas ver. Şimdi dene”
- Uygulama fırsatı verin, uygulamadaki doğru ve hataları dikkatlice gözlemleyin
- Geribildirimi mümkünse uygulama devam ederken kullanın. Gerekliyse uygulamayı durdurun ve doğru eylemleri vurgulayın. Hataları düzeltici önerilerde de bulunabilirsiniz.
- Daha ayrıntılı ve geliştirici uygulamalara fırsat verin.
- Geribildirimde öncelikle olumlu yönler vurgulanmalıdır.
- Çocuğun yaptığı hareket çalışma anında sözlü olarak onaylanabilir. Gerektiğinde hareketi düzeltmek için kısa ve anlaşılır bilgi verebilir.
- Doğru, olması istenen beceri-hareket sunulmalıdır(sözlü-uygulamalı)



- Ne yapılması gerektiğine odaklanılmalıdır. Örneğin; “Evet, gayet iyidindin!”, “İyi bir vuruştun, Arda!”
- Olumsuz gerçekleştirilen uygulama sonrasında hatalı olduğu vurgusu, doğru yapılması gereken tanımlamayı geri plana atmayacak şekilde verilebilir. Örneğin; “yapılan hatalı bir uygulama sonrasında Arda sonra bu şekilde yapabilirsin(Gösterim sonrası)”
- Yanlış yapılan uygulamalar için, yanlış ve doğru hareketlerin karşılaştırılması. Doğru hareket uygulamalarının tanınması ve açıklanması için hareketin yeniden gösterilmesi, yanlış hareket uygulamalarının tanınması ve açıklanması için bilinçlenmenin sağlanması,
- Alıştırma ve oyun şekillerinin kolaylaştırılması, düzeltme olanakları olarak kullanılabilir.



- Uyguladığı beceriyi nasıl yaptığı bilgisi(Sonuç Bilgisi)nin kendisine verilmesidir. Burada verilecek bilginin de açıklayıcı ve anlaşılabilir olması gerekir. Örneğin engeller arasından top sürme becerisinde bir önceki uygulamasına ya da grup ortalama değerine göre bir gelişim(%10) gösterdiğinin kendisine ifade edilmesi gibi.

Ses ve Vücutun Kullanımı

- Anlaşılır Dil Kullanımı,
 - Açıklayıcı anlaşılır Konuşun
 - Önce Göster sonra Açıkla
 - Tepkileri Gözlemler
 - Bağırmanın, bazen ses tonunu değiştir
 - Sabırlı-rahat olun, vücut pozisyonu
- Grubun tamamıyla göz teması sağlayarak, anlaşılır bir konuşma gerçekleştirin.
 - Önce gösterin. Sonra açıklayın. Uzun açıklamalardan kaçınin.
 - Açıklamaların anlaşılabilirliğini, katılımcıların yüzlerinden ve tepkilerinden gözlemleyin.
 - Sabırlı olun.
 - Yaş, cinsiyet ve deneyim durumlarına göre dil kullanımını göz önünde bulundurun.
 - Ses tonunuzu değiştirin.
 - Beden dili kullanımı göz temasınız, başınızı, ellerinizi kullanarak verebileceğiniz mesajlar yönünden önemlidir. Örneğin çocuklarla aynı boy hizasında konuşmanız etkili bir iletişim ortamı oluşturabilir.





TFF

Türkiye Futbol Federasyonu



KAYNAKÇA

1. Coaching Association of Canada (1982). Coaching Theory.
2. Bizans, G. (1991) Futbol Öğretim Planı Gençlerin Antrenmanı. Alman Futbol Federasyonu.
3. Belka, E. D. (1994). Teaching Children Games: Becoming a Master Teacher. Human Kinetics.
4. Özmen, Ö. (1998) "Çocuk ve Futbol". Türkiye Futbol Federasyonu Yayınları
5. Özer D.S., Özer, K. (1998) Çocuklarda Motor Gelişim.
6. Özmen, Ö. (1999) "İlköğretim Okullarında Futbol"
7. Kasap, H. (1999) Spor Becerilerinin Öğrenme ve Performansında Transfer Etkisi. Beyaz Yayınları
8. Acar, M.F., (2000) Futbolda çocuk ve gençlerin antrenmanları META BASIM
9. Rink, E. J. (2002) "Teaching Physical Education for Learning".
10. Harold, H. M. (2002). "Fundamentals of Teaching Open and Closed Skills".
11. Griffin, L. L., Butler, I, J. (2005) Teaching Games for Understanding
12. Yavuzer, H. (2007) "Çocuk Psikolojisi". Remzi Kitabevi.
13. Wein, H. (2007) Developing Youth Football Players. Human Kinetics.
14. Houlston, D. (2007) The FA Coaching Handbook. Coachwise Business Solutions
15. 7.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. Kongre Kitabı, 110-113.
16. Davids, K., Button, C., Bennett, S. (2008) "Dynamics of Skill Acquisition".
17. Magill A.R. (Fifth Edition) Motor Learning Concepts and Applications. Mc Graw-Hill



TFF

Türkiye Futbol Federasyonu