

یادداشت هایی در مورد سیستم آموزش اِپه آلمان (۱)

ترجمه: عباسعلی فاریابی (۱۳۹۹/۹/۱۷)

در صورتی که بخواهیم دقیق تر بیان کنیم، باید این مقاله را "یادداشت هایی درباره سیستم اِپه بک" نامید - زیرا این سیستم توسط امیل بک (Emil Beck) مربی بنیانگذار Tauberbischofsheim، ایجاد شده است. به دلیل نفوذ استاد بک در شمشیربازی کشورش، اغلب مربیان آمریکایی این سیستم را "سیستم آلمانی" می نامند. با این حال، این تنها سیستم آموزش اِپه مورد استفاده در آلمان نیست، و در واقع آن ویژه شهر تابور و مربیان آموزش دیده تابور می باشد.



امیل بک کیست؟ سیستم اِپه بک چیست؟ تفاوت آن با سایر سیستم ها چیست؟ نقاط قوت و ضعف آن چیست؟

به نظر می رسد که هیچ مدرکی دال بر اینکه امیل بک به عنوان مربی شمشیربازی آموزش دیده باشد، وجود ندارد، گرچه برای مدتی درس شمشیربازی گرفته بود. همان طور که معمولاً در مورد همه نوآوران و مبتکرها اتفاق می افتد، عدم آموزش او به عنوان مربی یکی از نقاط قوت امیل بک بوده است. به جای تبعیت از یک مکتب یا یک سیستم آموزشی خاص، امیل بک به آنچه شمشیربازان در واقع روی پیست انجام می دهند به اِپه نگاه می کرده است، و برخلاف گفته های یک مدرسه شمشیربازی خاص عمل می کرده است. او از مشاهدات مسابقات واقعی، یک سیستم آموزشی را ارائه داده است که تا حدی غیرمعمول بوده و مسلماً در هیچ یک از "مدارس" شمشیربازی سنتی ریشه نداشته است. همزمان با تدوین این سیستم، او یک باشگاه شمشیربازی تاسیس کرد و آموزش شمشیربازی را آغاز کرد. اولین باشگاه او کوچک بود اما شاگردانش را تا رسیدن به پیروزی حمایت می کرد. بک علاوه بر آموزش شمشیربازها، به یک لابی گر قدرتمند شمشیربازی تبدیل شده بود و شرکت های بزرگی مانند آدیداس و مرسدس را متقاعد کرده بود که از باشگاه و شمشیربازهای خود حمایت مالی کنند. و تا بازی های المپیک ۱۹۷۶، بازیکنان بک در حال کسب مدال بودند، از جمله فلوره بانوان. مربیانی از سراسر جهان برای مطالعه "سیستم آموزشی آلمان" به شهر تابور می رفتند. و استاد بک به یک شخصیت جهانی شمشیربازی، و آموزش شمشیربازی تبدیل شده بود.

در اواخر دهه ۱۹۹۰ آوازه بک کمرنگ شد. اتهاماتی به وجود آمد که بک بودجه هایی از دولت آلمان دریافت کرده و آن پول ها را به بستگان خود پرداخت کرده بود. بسیاری از شمشیربازها برای محکوم کردن سیستم مربیگری بک پا پیش گذاشتند. برخی از شمشیربازها ادعا کردند که بک خودش هیچ دخالتی در قبال نتایج تابور نداشته است، و اعتبار کار سایر مربیان این باشگاه را به نفع خودش تمام کرده است. در زمان مرگ

استاد بک در سال ۲۰۰۷، او دیگر هیچ ارتباط حرفه‌ای با تاپور نداشت. با این وجود، آموزش شمشیربازی در مجموعه ورزشی تاپور بیسهوفشایم ادامه یافت.

"سیستم بک" چیست؟ امیل بک آنچه را که در یک مسابقه شمشیربازی رخ می‌داد مشاهده کرد، و به سرعت فهمید که مهارت‌های فردی یک شمشیرباز بسیار اندک است. اکثر شمشیربازها تنها سه یا چهار حرکت شگرد دارند. و در واقع کنار هم قرار گذاشتن این شگردها اغلب اوقات بازی این شمشیربازها را بسیار مرگبار می‌کند. او در اوایل کار تدریس خود، فهمید که در یک بازی سه اصل دخالت دارد: **مهارت‌های تیغه، مهارت‌های پا، و مهارت‌های تاکتیکی**. بک مهارت‌های موجود در هر گروه را شناسایی کرد، و سپس یک سیستم نمونه ساخت تا بتوان این مهارت‌ها را در اسرع وقت به یک شمشیرباز داد. سیستم او با دادن حرکت‌های کوچک به شاگردان این کار را انجام می‌داد. شاگرد ابتدا از طریق آموزش مجموعه‌های کوچکی از مهارت‌ها، شمشیربازی را یاد می‌گیرد، آنگاه این مجموعه‌ها را به تدریج کنار هم قرار می‌دهد تا یک طرح شمشیربازی یکپارچه ایجاد شود. شاگرد شمشیربازی زمان بسیار کمتری صرف یادگیری مهارت‌هایی که در بازی استفاده نمی‌شود، می‌کند. این کار باعث می‌شود که همه چیز برای شاگرد و مربی عالی باشد. شاگرد به تدریج با عناصری آشنا می‌شود که احتمالاً پیروزی او را بیمه می‌کند. در این سیستم نقشه‌ای از مهارت‌های آسان برای آموزش به مربیان بدون سردرگمی یا حرکات اضافی داده می‌شود. این مهارت‌های شمشیربازی، بدون اینکه طاقت فرسا باشند، مهارت‌های کاملی هستند. این سیستم از نظر محتوایی سازگار است: سیستم بک راه حل‌های مشکلات شمشیربازی را به مفاهیم ساده‌ای که بطور مرتب تکرار می‌شوند، پیوند می‌دهد. این مفاهیم در هر درس تکرار می‌شوند. از آنجا که شاگرد حرکت‌های بسیار کمی را می‌آموزد، او حرکات بنیادی تیغه فراوانی را در شرایط مختلف و در وضعیت‌های گوناگون تمرین می‌نماید. این کمک می‌کند تا شمشیرباز با سخت‌ترین قسمت یادگیری شمشیربازی درگیر شود: یعنی **ادغام تمام مهارت‌های خود در یک واحد حرکتی**. این تلفیق به جای اینکه موضوعی باشد که مربی باید به طور منحصر به فرد به آن بپردازد، به یک محصول فرعی درس تبدیل می‌شود.



درس‌های انفرادی در سیستم بک شامل یک سری حرکت‌های تیغه بسیار محدود همراه با الگوهای خاص کارپا می‌باشد که مربی و شاگرد می‌توانند به راحتی آنها را بخاطر بسپارند. لازم نیست که مربی درس‌های جدیدی را اختراع کند، و دقیقاً می‌داند در هر درس خاص و در هر مرحله از پیشرفت شاگرد چه کارهایی انجام خواهد شد. این امر به مربی این امکان را می‌دهد تا با تمرکز کامل در ارائه درس در بالاترین حد توانایی‌های خود عمل کند. مربی در حین درس دادن نیاز ندارد تا در مورد آنچه در مرحله بعد باید به شاگرد بیاموزد فکر کند و خود را دچار سردرگمی کند. ایجاد یک چرخ نويس برای هر درس انرژی زیادی را از مربی می‌گیرد. مربی ممکن است برخی مطالب را فراموش کند، یا از برخی کارها بطور سهوی بگذرد. در حقیقت، اکثر مربیان اصلاً طرح درس یا یک برنامه پیشرفت تصاعدی برای درس‌های خود ندارند. آنها از

موقع پیاده شدن از ماشین تا ورود به داخل باشگاه، درس های خود را بصورت ذهنی ایجاد می کنند، یا اینکه یک درس را بدون تغییر، بصورت مکرر بارها و بارها درس می دهند.

همچنین، سیستم بک از نظر آموزش سیستماتیک شمشیربازی به نفع مربی است. زیرا در آن بسیار آسان می توان حرکت هایی را گزینش کرد که مناسب نقاط قوت شاگرد باشد (برای گرم کردن قبل از مسابقه بسیار مفید است) و یا اینکه حرکات خاصی را که شاگرد نیاز به پیشرفت در آنها دارد (برای اصلاح اشتباهات پس از مسابقه مفید است) انتخاب کرد. مربی مبتدی نیازی به تجزیه و تحلیل زیادی برای پیشرفت شاگرد خود در درس ندارد. مربی به سادگی آن قسمت از برنامه درس که شاگرد عملکرد خیلی خوبی ندارد را انتخاب می کند. این بهترین روش نیست، اما برای یک مربی مبتدی، بهتر از نادیده گرفتن نقاط ضعف شاگرد است.



نفع شاگرد در درس های سیستم بک در تعداد کم مهارت های فنی مورد نیاز برای انجام درس و تعداد زیاد تکرار این مهارت ها در درس می باشد. **تعداد معدودی از شمشیربازها تکرار لازم برای استحکام و خودکار کردن مهارت های فنی خود را انجام می دهند.** مربیان حرکتی را در طی چندین درس آموزش می دهند و سپس جلوتر می روند، زیرا نگران این هستند که شاگرد خسته بشود. از آن بدتر، شاید مربی در آموزش یک حرکت زود خسته می شود و قبل از اینکه شاگرد بفهمد، آن را رها می کند. در نتیجه، شاگرد که می تواند یک حرکت را در درس اجرا کند، هرگز آن را در بازی بکار نمی گیرد. شاگرد حرکت را یاد گرفته است، اما نحوه اجرای آن را "نمی داند". از آنجا که سیستم بک دربرگیرنده تعداد زیادی تکرار حرکت های مشابه، در موقعیت های مختلف، می باشد، شاگرد از توانایی بیشتری برخوردار است تا بتواند یک حرکت خاص را تحت فشار و در یک موقعیت زمانی که واقعا مهم است، اجرا کند.

در سیستم بک، شاگرد به نوآوری یا خلاقیت روی پیست نیاز ندارد (در واقع این یکی از بزرگ ترین انتقادات به این سیستم می باشد). شاگرد حرکت های اندکی برای اجرا دارد، و به سادگی می تواند مشکلی که پیش روی خود دارد را با یک بخش خاص از درس "مقایسه کند". اگر مشکلی برای شاگرد ایجاد بشود که قبلاً آن را در درس مشاهده نکرده باشند (در مورد شاگردی که به سطح بالاتری از درس رسیده باشد، این امر بعید است) شاگرد به گونه ای آموزش می بیند که آن شرایط را نادیده بگیرد و منتظر حرکت آشناتری بشود. اغلب اوقات، این ایمن ترین روش برای شاگرد مبتدی است، زیرا آن بهتر از تلاش کردن برای "ابداع" یک حرکت ریسکی و احتمال ضربه خوردن می باشد.

سیستم بک باعث می شود که شاگرد بسیاری از حرکات مشابه را با کارپای مختلفی، که به صورت یک الگوی مشخص انجام می شود، انجام دهد. علاوه بر این، برخلاف سایر روش های آموزش شمشیربازی، **تعیین و حفظ فاصله در درس وظیفه مربی است.** همان گونه که شاگرد با یک الگوی کارپای حرکت می کند، فاصله مناسب توسط مربی حفظ می شود. این ترکیب از الگوی حرکت پا با فاصله کنترل شده توسط مربی، شاگرد را در سخت ترین کارهایی که ممکن است با آن روبرو شود، یاری می کند: و در نتیجه مهارت های تیغه او با مهارت های کارپایش تلفیق می شود. بسیاری از ایه ایست ها می توانند با حمله به ران ضربه بزنند. اما چند نفر را می شناسید که می توانند پس از یک قدم عقب به ران ضربه بزنند؟

یا در حین اجرای فلش؟ تعداد شمشیربازهایی که می‌توانند این کار را انجام دهند بسیار کم است. برای بسیاری از شمشیربازها، این حرکات برای آنها اتفاق نمی‌افتد، و حتی اگر این حرکت‌ها برای آنها اتفاق افتاده باشد، فاصله مورد نیاز یا الگوی کارپای مناسب اجرای این حرکات هرگز به آنها آموزش داده نشده است.



ترکیبی از عملکردهای تنظیم شده پا، آمیخته شده با کار تیغه، و با تنظیم فاصله مناسب برای هر ضربه توسط مربی، "الگوی های تهاجمی" از قبل برنامه ریزی شده را به شاگرد می‌دهد. این باعث می‌شود که شاگرد در هنگام رقابت بسیار راحت تر باشد و تکنیک‌های متعادل تیغه خود را گسترش دهد تا موقعیت‌های بیشتری را پوشش دهد. در صورتی که شاگرد در اوایل دوران بازی خود راحت باشد، صرفاً روی بقای خود در اولین مسابقات خود متمرکز نخواهد شد. او حتی اگر بیشتر بازی‌های اول خود را باخته باشد (که همین طور هم خواهد بود) فرصتی برای مشاهده و یادگیری بیشتر در هنگام رقابت خواهد داشت. این بدان معناست که درس‌هایی که در مبارزه آموخته می‌شوند، همیشه موثرترین درس‌ها هستند، که هم زودتر آموخته می‌شوند، و هم در زمینه‌های موثری یاد گرفته می‌شوند.

آخرین مزیت سیستم بک برای مربی و شاگرد این است که الگوهای درسی از یک پیشرفت تاکتیکی برخوردار است. سیستم بک دارای سه تاکتیک است: "اتک"، "اتک و رمیز" (یا "اتک آمادگی")، و "ضد زمان". برخلاف مدارس کلاسیک ایه، هیچ‌گونه تاکتیک "ضد حمله" در درس وجود ندارد. در سیستم بک، تأکید بر کنترل همه وقت تیغه حریف می‌باشد، به طوری که حریف "مجاز" نیست اتکی را انجام دهد که شمشیرباز آن را تحریک نکرده باشد. این یک ایده غیر معمول در مقایسه با سایر مدرسه‌های ایه می‌باشد، اما با اهداف و رویکرد سیستم بک مطابقت دارد.

اتک شاگرد همیشه با یک حرکت روی تیغه انجام می‌شود: یا بتمان و یا فشار. این اتک اولیه همیشه به هدف جلو (دست یا ران) اجرا می‌شود. اتک علیه اهداف عمیق تر درست مانند حرکت‌های فلوره انجام می‌شود، و قرار است بیشتر در برابر حریف‌های ضعیف تر استفاده شود. سیستم بک به دو دلیل به شمشیرباز یاد می‌دهد که ابتدا به اهداف نزدیک (دست، پا، ران) اتک کند. برای شاگرد باتجربه، اتک به اهداف جلو ارزشمند است: هر قدر شمشیرباز بهتر باشد مهارت بیشتری برای ضربه زنی با این اتک‌ها دارد، بدون اینکه ریسک زیادی داشته باشد. برای شاگرد با مهارت کم تر، اتک به نزدیک ترین هدف یعنی شروع یک حرکت آمادگی است که منجر به موفقیت یک حرکت امتیازآور می‌شود. شاگرد با تجربه کم تر با "خورد کردن" اتک‌های عمقی به چندین اتک تک تمپویی، آنها را با تمپوهای مختلف اجرا می‌کند. اغلب اوقات شمشیربازهای مبتدی اهداف جلو را نادیده می‌گیرند و به اهداف عمیق تر - مانند سینه یا بازو - با آمادگی اندک یا بدون آمادگی اتک می‌کنند. اتک با تمپویی بلند باعث دفاع شدن یا ضدحمله خوردن شاگرد می‌شود، حتی اگر حریف مهارت بالاتری از شاگرد نداشته باشد.

"اتک-رمیز" تاکتیک دیگری است که بطور همسان برای شمشیرباز مبتدی و شمشیرباز ماهر دارای مزایایی می‌باشد. بازیکنان مبتدی اغلب اوقات روی اتک به دست تمرکز می‌کنند. آنها یک حرکت اولیه به دست را از دست می‌دهند و سپس سعی می‌کنند "با سیخونک زدن" به دست حریف کار خود را برای ضربه زنی ادامه دهند، حتی اگر دست دیگر یک هدف مناسب نباشد. در طرح درس بک، یک هدف اولیه، و سپس

یک رمیز وجود دارد. رمیز که به تعدادی از اهداف مختلفی اجرا می‌شود، یک حرکت دنباله دار طبیعی است که پس از اولین اتک ادامه پیدا می‌کند. سیستم بک فرض می‌کند که اتک اول (به خصوص اگر به سمت دست روانه شده باشد) در نتیجه گیری موفق نخواهد شد، یا به این دلیل که حریف مهارت کافی برای فرار از اتک را دارد یا به دلیل اینکه شاگرد مهارت لازم برای زدن هدف جلو حریف را ندارد. هنگامی که یک هدف جلویی مورد تهاجم قرار گرفت، درس به سمت هدف بعدی پیش می‌رود. احتمال اینکه هدف جلو یا خیلی نزدیک باشد یا توسط حریف پوشیده شده باشد زیاد است، و شاگرد باید تمرکز خود را به منطقه دیگری منتقل کند. از آنجا که سیستم بک اصرار دارد چندین هدف را در یک سازه مورد اصابت قرار دهد، شاگرد مبتدی آموزش می‌بیند که پس از "تهدید" یک هدف، آن را ترک کند. این مانع "دل خوش کنک" شاگرد مبتدی می‌شود و به او مقدمه ای برای "ادامه دادن" بازی می‌دهد. شاگرد باتجربه اتک و رمیز را بعنوان یک خط سیر انجام می‌دهد، ضمن اینکه سیستم بک اهداف مختلفی برای اتک به شاگرد می‌دهد، تا الگوهای طبیعی اتک و اتک مجدد را تمرین کند. الگوی درس اطمینان می‌دهد که سازه های رمیز طبیعی (دست به پا، دست به بدن، و غیره) به طور منظم تمرین شوند.



یک مربی یک بار به من گفت: "اِپه سلاح ضد زمان (کونترتایم) است." در سیستم بک، ضد زمان به روشی ساده آموزش داده می‌شود. هر حرکت جدید با سویپ کردن تیغه حریف در یک مسیر معین آغاز می‌شود. این سویپ حریف را مجبور می‌کند تا به مسیر دلخواه بازیکن کشیده شود. سویپ همیشه به گونه ای انجام می‌شود که اگر حریف تصمیم به اتک به سویپ شاگرد داشته باشد، شاگرد می‌تواند یک حرکت دفاعی را اجرا کند. اگر حریف اتک نکند، و با فرار از سویپ به سادگی از تیغه خود محافظت کند، حرکت سویپ کار خود را انجام داده و شاگرد می‌تواند در مسیر از قبل برنامه ریزی شده حرکت بتمان یا فشار را اجرا کند.

در پایان، سیستم بک ایده "**حرکت مصونیت**" را معرفی می‌کند. این حرکتی است که در پایان سایر حرکت ها انجام می‌شود. فرض بر این است که حمله و رمیز هر دو شکست بخورند و حریف اکنون بسیار نزدیک و در شرف ضربه زنی است. بنابراین شاگرد باید خونسرد بماند، تیغه حریف را پیدا کرده و کنترل کند و به یک هدف عمیق (معمولاً تنه) ضربه بزند. این حرکت مصونیت، شاگرد مبتدی را به حفظ آرامش (در زمانی که آرامش بسیار ارزشمند است)، پیش بینی مسیر اتک حریف و کنترل تیغه او را برای اجرای یک ضربه تک چراغه آماده می‌کند. در مورد شاگردان پیشرفته، حرکت مصونیت از توانایی آنها برای ادامه حرکت های موثر، حتی در فاصله نزدیک، استفاده می‌کند.

در هر مرحله از پیشرفت تاکتیکی، از شاگرد خواسته می‌شود تا یک موقعیت را تشخیص دهد، و بدون فکر کردن و بدون صرف وقت زیاد روی تصمیم گیری، بصورت اتوماتیک در برابر آن واکنش نشان دهد. بسیاری از افراد از سیستم بک به دلیل آموزش "مکانیکی" شمشیربازی، و حذف شمشیرباز از معادله بازی، انتقاد کرده اند. من مطمئن نیستم که این چیز بدی باشد. در بیشتر موارد، شمشیربازهای مبتدی با اطلاعات بسیار زیاد وارد یک بازی می‌شوند. ذهن مبتدی ها آنقدر پر از مشاوره مربیان و هم تیمی ها در مورد راه حل های مشکلات شمشیربازی هست که اکثریت قریب به اتفاق آنها از برنامه ریزی برای حرکت بعدی با مشکل مواجه می‌شوند. خودکار کردن مراحل مقدماتی مسابقه برای یک شمشیرباز

مبتدی، گامی در مسیر درست می باشد، و به بازیکنان تازه وارد اجازه می دهد تا در هنگام یادگیری نحوه کار یک بازی، به راحتی موفقیت کسب کنند.

هنوز هم این حقیقت وجود دارد که آموزش در سیستم بک اعتبار زیادی به مربی نمی دهد، یا حتی کار زیادی برای مربی انجام نمی دهد! با این حال، این سیستم می فهماند که شمشیربازی به معنای نمایش مهارت های مربی نیست، بلکه برای موفقیت هرچه بیشتر شمشیرباز می باشد. گری کوپلند، یکی از مربیان موفق آمریکاست، این مطلب را در مورد سیستم بک نوشته است:

"در نهایت، هدف مربی داشتن تعداد زیادی شاگرد رقابتی است. ساده ترین راه برای انجام این کار، ایجاد یک سیستم درس می باشد که به مهارت زیاد مربی وابسته نباشد، بلکه به یک سیستم آموزشی متکی باشد که هرکسی بتواند آن را بکار گیرد، و تمرکز آن بر تکنیک های فردی باشد تا مفاهیم انتزاعی!"

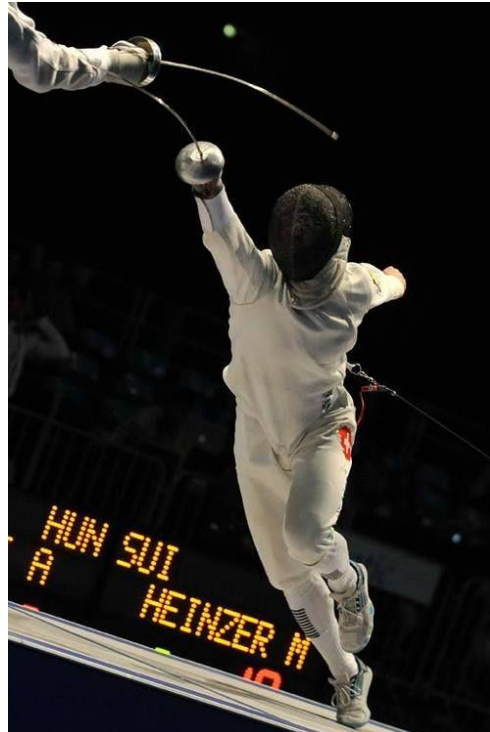


با تمام نقاط قوت سیستم بک، چرا توسط مربیان بیشتری بکار گرفته نمی شود؟ احتمالاً بزرگ ترین ضعف این سیستم تعداد تکرارهایی است که در درس خواسته می شود. از آنجا که مهارت ها در این سیستم بصورت قطعات کوچک ایجاد می شوند، سیستم بک برای شاگردهایی مناسب است که هر روز یک درس می گیرند، یا بهتر است بگوییم، که داشتن چند درس کوتاه در یک روز بهتر جواب می دهد. اما با توجه به اینکه بیشتر شمشیربازها برای سرگرمی درس می گیرند، و مربیان ما تنها دو یا سه بار در هفته شاگردان خود را می بینند. به همین دلیل، پیشرفت با روش بک در یک فضای تفریحی بسیار کند است، زیرا شاگرد در موقعیتی نیست که بتواند از قدرت اصلی سیستم در تکرار مداوم یک حرکت استفاده کند.

سیستم تبلیغات مربی که سیستم بک را در پیش می گیرد، نیز نقش بسیار مهمی در این امر بازی می کند. سیستم بک به این وابسته نیست که درس های آنچنانی گرفته شود بلکه به داشتن بازی های موفقیت آمیز مرتبط است. اکثر باشگاه های ما ترکیبی از شمشیربازهای تفریحی و رقابتی در خود دارند، و شمشیربازهای تفریحی عمده اعضای باشگاه ها را تشکیل می دهند. شمشیربازهای تفریحی شرکت در درس های پیچیده را بخشی از موفقیت خود به عنوان شمشیرباز می دانند. درس های خسته کننده یک مربی، یک شمشیرباز تفریحی را از شما دور می کند. از آنجا که درآمد مربی به حفظ شاگردان خود نیز بستگی دارد، بنابراین این به نفع مربی و باشگاه نیست. اما به هر حال مربیانی هم وجود دارند، مانند پاول سوتر، که با استفاده از روش بک نتایج خوبی کسب کرده اند.

هنگامی که با یک مربی دیگر در مورد سیستم بک صحبت می‌کردم، او به من گفت که سیستم بک بیش از حد "مکانیکی" و "مصنوعی" است که نمی‌تواند زیاد مفید باشد. او درس‌ها را کسل‌کننده می‌دانست و شاگردانش نیز همین عقیده را داشته‌اند. شاگرد که یک درس را خسته‌کننده می‌داند به احتمال زیاد از آن استفاده نمی‌کند و مربی مجبور است به دنبال روش دیگری باشد.

سرانجام، یکی از بزرگ‌ترین نقاط ضعف سیستم بک این است که با پیشرفت ایه مدرن آن به فراموشی سپرده شده است. در سیستم بک، مربی هیچ راه حلی برای مواردی مانند بازی بدون درگیری تیغه برخی حریف‌ها، که نیاز به کنترل حریف با ترکیبی از حرکت‌های دعوت به اتک و کنترل فاصله دارد، پیدا نخواهد کرد. سیستم بک کاملاً مبتنی بر پاکسازی مسیر به سوی حریف است که تیغه او در مسیر قرار گرفته است. وقتی تیغه حریف بیشتر برای درگیر شدن حضور نداشته باشد، شاگرد آموزش دیده در یک سیستم خالص بک، متضرر می‌شود.



برای یک مربی معمولی که دنبال نتیجه هست، سیستم بک جذابیت خاصی دارد. حتی اگر برنامه‌های درسی طبق دستورالعمل دنبال نشوند، ایمیل بک رویکردی کاملاً ساختاریافته در برگزاری یک درس ایه، بدون حدس و گمان و بدون نیاز به تفکر، ارائه کرده است. برنامه‌های درسی این سیستم اطمینان می‌دهد که حرکت‌های قابل توجه در آموزش شاگرد کنار گذاشته نمی‌شود. اگر در یک درس حرکاتی وجود داشته باشد که مربی بخواهد اضافه کند، من متوجه شدم که سیستم بک امکان ایجاد تغییرات را به آسانی فراهم می‌کند.

... ادامه دارد