

## محاضرة رقم (02): مدخل مفاهيمي للتعلم الحركي

### 1- مفهوم التعلم الحركي:

التعلم الحركي هو سلسلة من المتغيرات التي تحدث خلال خبرة مكتسبة لتعديل سلوك الإنسان، كما أنه عملية اكتساب وتطوير وتثبيت المهارات الحركية والقدرة على استخدامها والاحتفاظ بها، كذلك اكتساب المعارف المختلفة عن الحركة وتحسين القدرات التوافقية والبدنية. ومن خلالها يستطيع المتعلم تكوين قابليات حركية جديدة أو تبديل قابلياته الحركية عن طريق الممارسة والتجربة، وبعد التعلم الحركي احد فروع العملية التعليمية العامة والتي تميز حياة الكائن الحي منذ ولادته وحتى وفاته، حيث لا يخلو النشاط البشري بمختلف أنواعه من التعلم والتعلم الحركي، وتتفق عملية التعلم الحركي مع التدريب الرياضي في عملية انتقال المعلومات من المدرب أو المدرس إلى اللاعب أو التلميذ، كذلك في التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي والناجحة من العملية التعليمية والتي تهدف إلى إكساب المتعلم أو اللاعب صفات بدنية أو قدرات حركية أو مهارية. وللتعلم الحركي عدة مفاهيم منها الآتي: التعلم الحركي هو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة والذي يؤدي إلى تغيرات ثابتة نسبيا في قابلية الفرد على الأداء المهاري<sup>1</sup>، وفيمايلي أهم تعاريف التعلم الحركي لبعض العلماء:

- "عملية شنابل (1978) هو عملية الحصول على المعلومات الأولية للحركة والتجارب الأولية للأداء وتحسينها ثم تثبيتها وتعد هذه العملية جزءا من عملية التطور العام للشخصية.
- كورت ماينل (1987) هو اكتساب المهارات الحركية وتحسينها وتثبيتها واستعمالها أو هو تطور التصرفات والأشكال الحركية وتطبعها وتكاملها.
- شمדת (1991) هو النمو بالقدرات على الأداء الحركي وهو مجموعة من العمليات المرتبطة بالتدريب والخبرة التي تقود إلى تغيرات ثابتة نسبيا في قابلية الفرد وإمكانيته على الأداء المهاري.

<sup>1</sup> وسام صلاح عبد المحسين، سامر يوسف متعب، التعلم الحركي وتطبيقاته في التربية البدنية والرياضية، دار الكتب العلمية، بيروت، 2014، ص18.

- عرفه تومسون (1996) عملية غير مرئية ويمكن رؤية نتائج التعلم المهاري في تحسن الأداء، ولكن هذه العملية تكون داخل الجسم والعقل ويشترك فيها الجهاز العصبي والمخ والذاكرة، والذاكرة العقلية التكنيك معين تسمى (البرنامج الحركي) والذي يبدأ تكوينه في المراحل الأولى للتعلم المهاري<sup>2</sup>.

## 2- مراحل التعلم الحركي:

### المرحلة الأولى : المرحلة المعرفية :

"يشير فيتس إلى أن المرحلة الأولية في التعلم الحركي تتكون من تطور استخدام الفهم المعرفي لما هو مطلوب ، وذلك لأداء سلسلة من الاستجابات بمعنى أن المرحلة المعرفية تنشأ في المرحلة المبكرة من التعلم ، حيث يعمل المعلم على تزويد المتعلم بالمثيرات الأساسية ، والتعرض للنقاط الأساسية الهامة التي تجذب انتباه المتعلم لفهم طبيعة المهارة المراد تعلمها فإذا ما كانت الإرشادات والتوجيهات والتوضيحات والنماذج فعالة في المرحلة المعرفية للتعلم الحركي . فيمكن اعتبارها خطوة أساسية أولى نحو التقدم في التعلم، إذ أن فهم الأداء له الأهمية البارزة في المرحلة الأولى من التعلم، ولا بد للمتعلم من القيام بممارسة الحركة والتدريب عليها حتى يشعر بكافة أبعادها، وعلى سبيل المثال عند تعليم مبتدئ بكرة القدم : يقوم المدرب في بداية تعليمه للمبتدئين، بالتأكيد على توضيح أهمية المرحلة المعرفية من خلال التعرف على تاريخ كرة القدم، أبعاد الملعب، ارتفاع وعرض الأهداف، وزن ومحيط الكرة القواعد الأساسية في القانون، عدد الحكام، إن ذلك يعمل على توسيع معلوماتهم ومعارفهم ، وكذلك عند بداية تعلم المهارة ( كضرب الكرة بالقدم ) حيث يجب توضيح أهمية الفهم المعرفي عن طريق معرفة الوضع الصحيح لجسم اللاعب ( وضع قدم الارتكاز، وضع الجذع وضع الذراعان، كيفية مرجحة الرجل المؤدية الضربة، ويمكن توضيح ذلك من خلال عرض الوسائل التعليمية الخاصة بتعلم تلك المهارة"<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> ناهدة عبد زيد الدليمي، أساسيات التعلم الحركي،الدار المنهجية، الاردن، 2016، ص33.  
<sup>3</sup> زهدي الشاويش، يوسف لازم كماش، التعلم الحركي والنمو الانساني، المنهل، ص192-193.

## المرحلة الثانية : المرحلة الارتباطية :

"هي المرحلة الثانية في التعلم الحركي، والتي فيها يربط المتعلم المثيرات الجانب الإدراكي) بالاستجابات السلوك الحركي). أي بمعنى الربط بين المستوى المبكر، والمستوى المتقدم للمهارة. فعندما يدرك المتعلم المعارف والمعلومات عن المهارة يبدأ بالممارسة والتدريب والتغذية الراجعة فبينما يكون التأكيد في المرحلة المبكرة على تسلسل المهارة، يكون التأكيد في هذه المرحلة على التقسيم الزمني للمهارة. بهدف تثبيت تتابع أقسام المهارة بحيث يكون المتعلم ملمة بشكل جيد بتفاصيل المهارة، من خلال ربط الجانب الإدراكي بالسلوك الحركي، الأمر الذي يمكن المتعلم من أداء المهارة بمستوى عالي. على سبيل المثال: فلاعب كرة القدم الذي تم الإشارة إليه سابقا، الذي يحاول التهديف على المرمى، يهتم في هذه المرحلة بالتوقيت والإيقاع الحركي للمهارة، والتي تشمل البعد الزمني والبعد الديناميكي، إذ يتطلب الأمر من اللاعب الانتباه وتركيز النظر على النقاط الأساسية في أداء المهارة، واكتساب النموذج الإيقاعي لحركة الكرة من خلال الربط بين سرعة الجري للاعب والوضع الصحيح للجسمه، وحركة القدم المؤدية للضربة، وكيفية مرجحتها، ووضع الذراعين، حتى يصل إلى إدراك كامل بأن اتخاذ الوضع المطلوب بالشكل الصحيح يؤدي إلى أداء مهارة التهديف بشكل جيد.

## المرحلة الثالثة: المرحلة الذاتية ( الديناميكية ):

أن الخبرات المتراكمة التي يحصل عليها المتعلم عن طريق التدريب المستمر تؤدي إلى المرحلة النهائية للتعلم الحركي، حيث تتابع أنماط الاستجابة بطريقة تلقائية بعد إدراك شكل المثير، فتؤدي الاستجابات على مستوى لا إرادي نسبية، وبصورة ناجحة ومتتابة، أي بمعنى أنه عن طريق الممارسة المتواصلة الهادفة، يحصل المتعلم على التسلسل الحركي المطلوب، فإعداد المتعلم يكون قد اكتمل ووصل إلى مرحلة الثبات في التعلم، بحيث تظهر الدقة في الأداء ويظهر شكل الحركة خالية من الأخطاء أو وجود أخطاء بشكل قليل نسبية، وفيها يكون تركيز المتعلم على عملية استخدام

المهارة. فعلى سبيل المثال نلاحظ بأن لاعبي كرة القدم المتقدمين يقومون بأداء المهارات بشكل مرن وانسيابي وبسرعة ودقة عالية<sup>4</sup>.

شافعة آمنة