



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة تكريت

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التعلم الحركي / معنى التعلم الحركي

Motor Learning

محاضرة في مادة التعلم الحركي
لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الثالثة

اعداد التدريسي
أ.د سرمد احمد موسى

التعلم :

هو كل ما يسعى اليه الانسان من (إكتساب معلومات أو عادات أو اتجاهات متنوع) وهو أحد فروع علم النفس لكونه محاولة لمعرفة العوامل النفسية المرتبطة بالتعلم . مما يؤدي إلى تغيير دائم وقابل للقياس في السلوك أو التفكير. يشمل التعلم تغييرات في السلوك الفردي، والقدرات العقلية، والاساليب، والاتجاهات، وهو عملية مستمرة تتأثر بالممارسة وتتطلب التكيف مع البيئة . او هو عملية تلقي المعرفة، والقيم والمهارات من خلال الدراسة أو الخبرات أو التعليم مما قد يؤدي إلى تغيير دائم في السلوك .

هو سلسلة من المتغيرات تحدث خلال خبرة معينة لتعديل سلوك الانسان و هو عملية التكيف الاستجابات لتناسب المواقف المختلفة التي تعبر هن خبراته و تلائمه مع المحيط . التعلم سلوك يتغير بفضل الخبرة و التجربة . التعلم ضروري للتنمية الشخصية والاجتماعية، فهو يطور المهارات الفكرية والاجتماعية، ويعزز الثقة بالنفس، ويساهم في النمو الشخصي، ويخلق مجتمعات أكثر عدلاً وتسامحاً وتماسكاً. فهو أساس التنمية المستدامة،

او انها التغيير في السلوك الناتج عن الاستثارة , أي انه أكتساب الوسائل المساعدة على استيعاب الحاجات و الدوافع لتحقيق الاهداف.

التعلم ناتج عن ممارسة الانسان للتدريب و التكرار أو الملاحظة أو وقوع الفرد في خطأ يتم تصحيحه .و هذا ما يطلق عليه التعلم بالخطأ و الصواب. يطور التعلم المهارات الفكرية (مثل القراءة والكتابة والحساب) والاجتماعية (مثل التواصل والعمل الجماعي) والتربية الحركية.

نظريات التعلم هي مجموعة من النظريات التي وُضعت في بدايات القرن العشرين الميلادي واستمر تطويرها حتى وقتنا الراهن وأول المدارس الفلسفية التي اهتمت بنظريات التعلم والتعليم كانت المدرسة السلوكية رغم أن بواذر نظريات مشابهة بدأ العمل بها في المرحلة ما قبل السلوكية.

*نظريات التعلم مثل (نظرية الارتباط ,نظرية الاشراط , الاقتران و الدوافع و الجزاء , الطبيعية التطورية الاساسية , الكلية , البنائية , نظرية التعلم بالذاكرة و الملاحظة , التعلم الاجتماعي) .

اما التعلم الحركي هو تعلم الحركات و المهارات الرياضية مقرون بالقدرة و الاستيعاب للفرد و معتمد على التجارب السابقة فالتعلم هو صفة الادراك للحركات الجسمية وهو استيعاب للمعلومات و القدرة على الادراك . يشير التعلم الحركي بشكل عام إلى التغييرات في حركات الكائن الحي، والتي تعكس تغييرات في بنية الجهاز العصبي ووظيفته. يحدث التعلم الحركي على مدى فترات زمنية ودرجات متفاوتة من التعقيد: يتعلم البشر المشي أو الكلام على مر السنين،

يُعدّ التعلّم الحركي فعّالاً بشكل خاص عند إشراك الجسم، سواءً من خلال الحركة أو التلاعب بالأشياء أو المشاركة في المهام الجسدية , نتيجةً لذلك، قد لا تُناسب أساليب التعلّم التقليدية، مثل المحاضرات أو القراءة، المتعلمين الحركيين، الذين يحتاجون إلى بيئات ديناميكية قائمة على النشاط .

أهمية التعلم الحركي

تبرز على اساس بناء شخصية نافعة عي المجتمع و لهذا فأن الرياضة هي تصرف حركي هادف و تعتبر وحدة لا تنفصل عن العقل ,من هنا نرى ان البناء الحركي للإنسان مرابط للبناء العقلي فالحركة تعطي ديمومة للأجهزة العضوية للمحافظة على الصحة و القدرة على التفكير بشكل سليم .

عوامل التعلم الحركي :

- 1- عملية التعلم الحركي مرتبطة بالتكرار و الادراك و المقارنة .
- 2- تتأثر عوامل التعلم الحركي بالعوامل الشخصية المرتبط بالقياسات الجسمية و البدنية و الاجهزة الوظيفية و القدرات العقلية و التجارب الحركية السابقة و العمر و الجنس و المزاج و الانماط الجسمية .
- 3- يتأثر التعلم بالعرض و توجيه الانتباه و الشرح و طريقة التدريب و مكانه .
- 4- ملاحظة عوامل الاستيعاب من فهم و تدرج من السهل الى الصعب
- 5- التشويق و الاثارة و الممارسة و الاتقان و النضج .

أهم مبادئ التعلم الحركي:

الممارسة المنتظمة، واستخدام التغذية الراجعة المناسبة، وتوظيف الخبرات السابقة للمتعلم، ورفع مستوى الدافعية والمشاركة الفعلية، وإشراك حواس المتعلم، وتهيئة الظروف البيئية المناسبة. تُعتبر الممارسة الجادة والمستمرة ضرورية لاكتساب أي مهارة حركية جديدة، بينما تساهم التغذية الراجعة في تصحيح الأخطاء وتحسين الأداء. أما الدافعية والمشاركة النشطة للمتعلم، تجعل العملية التعليمية أكثر فعالية، كما أن استثمار الخبرات السابقة يساعد على بناء مهارات جديدة بشكل أسرع. وأخيراً، تلعب البيئة المحيطة بالمتعلم دوراً هاماً في تعلم وتطوير المهارات الحركية، ويجب أن تكون مناسبة لظروف الأداء الفعلي.

و اهم هذه المبادئ هي (الوضوح , السهولة, التدرج, الاتقان, التشويق والإثارة , الاستيعاب وسرعة الفهم , التجربة والمعرفة والاستعداد, عوامل البيئة).

خطوات التعلم الحركي و شروطه

- شرح الحركة / يجب شرح المهارة الجديدة بوضوح قبل عرضها.
- عرض الحركة / يجب عرض المهارة الجديدة من قبل خبير.
- تطبيق الحركة / يجب إعطاء فرص متساوية للمتعلمين لتطبيق المهارة.
- التغذية الراجعة (وتعطى بعد الممارسة والتكرار من قبل المدرس.

شروط التعلم الحركي :

1. وجود الرغبة / أي هناك رغبة من قبل المتعلم لتعلم المهارة الجديدة.
2. وجود الاستعداد / أي هناك استعداد نفسي وبدني لتعلم المهارة الجديدة.

3 . وجود الامكانية / أي وجود الامكانية المادية مثلاً لتعلم لعبة التنس.

اما شروط التعلم الأساسية هي النضج والدافعية والخبرة والممارسة. يتطلب التعلم أيضاً وجود ظروف خارجية مناسبة، مثل البيئة المادية والاجتماعية والنفسية المناسبة .

أنماط التعلم الحركي:

التعلم الحركي هو أسلوب تعلم محدد، ولكل فرد أسلوب من أساليب التعلم المفضلة تساعد على التفاعل مع المحتوى وحفظ المعلومات. وأنماط التعلم الأساسية الثلاثة هي: السمعي، والبصري، والحركي.