



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تبوك
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مفهوم التعلم الحركي

محاضرة في مادة التعلم الحركي
لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الثالثة

اعداد التدريسي
أ.م.د. ندى إبراهيم عبد الرضا

معنى التعلم

هو سلسلة من المتغيرات تحدث خلال خبرة معينة لتعديل سلوك الإنسان وهو عملية تكيف الاستجابات لتناسب المواقف المختلفة التي تعبر عن خبراته وتلائمه مع المحيط .

التعلم سلوك يتغير بفضل الخبرة والتجربة (المعرفة ١٩٨٣) وهو كل ما يكتسب الفرد من علوم وميول وقدرات واتجاهات وعواطف ومهارات حركية سواء كانت معتمدة أو غير معتمدة ، والمؤلف يعرفها على أنها التغيير في السلوك الناتج عن الاستثارة أي انه اكتساب الوسائل المساعدة على استيعاب الحاجات والدوافع لتحقيق الأهداف .

التعلم ناتج عن ممارسة الإنسان للتدريب والتكرار او الملاحظة او وقوع الفرد في خطأ يتم تصحيحه ، وهذا ما نطلق عليه التعلم بالخطأ والصواب . هناك نظريات عديدة ظهرت تبحت في موضوع التعلم ومنها نظرية الارتباط ونظرية الاشتراط والاقتران والدوافع والجزاء والطبيعة التورية الأساسية الغريزية والكلية والبنائية والرياضية ونظرية التعلم بالذاكرة والملاحظة ونظرية التعلم الاجتماعي كل هذا يوضع بين أيدينا من اجل خدمة الإنسان وتعلمه وسوف نأخذ بعض من هذه النظريات التي تهم عملنا في بناء الإنسان من الناحية الحركية الجسمية وتعلمه للمهارات والحركات.

مفهوم التعلم الحركي :

لقد فسرنا في السابق معنى التعلم وكذلك الحركة وعلى هذا الأساس نرى إن **التعلم الحركي هو تعلم الحركات والمهارات الرياضية مقرون بالقدرة والاستيعاب للفرد ومعتمد على التجارب السابقة فالتعلم هو صفة الإدراك للحركات الجسمية وهو استيعاب للمعلومات والقدرة على الإدراك .** فتعلم حركة جديدة وتنقيتها وتثبيتها مع تطبيقها هو بالأساس التعلم الحركي وهذا ما سيدفعنا لان يتبادر إلى أذهاننا عشرات الأسئلة عن ما هي الشروط للتعلم وما هي عوامله وما هي مراحلها وكيف يحدث التعلم وكيف تحدث الحركة من خلال التعلم وكيف تتطور هذه الحركة او ما هي العلاقة بين الإنسان والحركة وما هي الحركات الأساسية والحركات الرياضية وما هو الفرق بينهما وما هي الحركات الثنائية والثلاثية ولأي شيء تستخدم هل التعلم الحركي هو اكتساب الفرد المهارة الحركية وإتقانها وتثبيتها من اجل الارتفاع بالمستوى الرياضي هل الهدف الرئيس للتعلم الحركي هو المستوى الرياضي وهل إتقان المهارات الحركية هو الأساس والسؤال الذي يتبادر إلى

الأذهان ماذا نعمل لكي نجعل التطور الحركي يتكامل خلال النمو الفردي للإنسان بشكل موجه .

إن استمرار التقدم التكنولوجي يفرض الحاجة إلى متطلبات جديدة وعالية من التعلم الحركي ، إذ تبدو القابلية على الأداء الحركي للإنسان إما الجانب العقلي ثانوية و سطحية إن مثل هذا التصور سيقودنا إلى تربية جيل ضعيف يعتمد على النشاط العقلي فقط ولكن هذا النشاط لا يمكن إن يكمله النجاح إلا عن طريق التطور الحركي .

يجب علينا إن نعرف شكل وصفات الحركات وكيفية تطور الأشكال الأساسية للحركات وعلاقتها مع بعضها البعض ونقوم بدراسة وتحليل حركات الإنسان على انه كائن حي ولهذا أخضعت كثير من العلوم لهذا العلم من علوم اجتماعية وطبية وتاريخية ورياضية إحصائية ونفسية .

وهنا تبرز أهمية التعلم الحركي على أساس بناء شخصية نافعة في المجتمع ولهذا فان الرياضة هي تصرف حركي هادف وتعتبر وحدة لا تنفصل عن العقل وكل شيء يحدث للجسم بالفعل عن طريق الارتباط العقلي ، من هذا نرى إن البناء الحركي للإنسان مرابط للبناء العقلي فالحركة تعطي ديمومة للأجهزة العضوية للمحافظة على الصحة والقدرة على التفكير بشكل سليم والجهد العقلي يؤدي الى تنظيم قابلية العمل الحركي بشكل جيد .

عوامل التعلم الحركي :

هناك عدة عوامل لتعلم وتطوير المهارات الرياضية وكما يأتي :

- ١- عملية التعلم الحركي مرتبطة بالتكرار والإدراك والمقارنة .
- ٢- تتأثر عوامل التعلم الحركي بالعوامل الشخصية المرتبطة بالقياسات الجسمية والبدنية والأجهزة الوظيفية والقدرات العقلية والتجارب الحركية السابقة والعمر والجنس والمزاج والأنماط الجسمية .
- ٣- يتأثر التعلم الحركي بالعرض وتوجيه الانتباه والشرح وطريقة التدريب ومكانه
- ٤- ملاحظة عوامل الاستيعاب من فهم وتدرج من السهل الى الصعب .
- ٥- التشويق والإثارة والممارسة والإتقان والنضج .

أهم مبادئ التعلم الحركي :

- ١-الوضوح : ويعني وضوح المهارة المراد نعلمها من قبل المتعلمين .
- ٢- السهولة : ويعني سهولة المهارة المراد تعلمها من قبل المتعلمين .
- ٣- التدرج : ويعني التدرج بالمهارة المراد تعلمها من السهل الى الصعب .
- ٤- الإتقان : ويعني إتقان المهارة المراد تعلمها بشكل جيد قبل مغادرتها .
- ٥- التشويق والإثارة : ويعني إدخال المتعة للمتعلمين إثناء تعلمهم المهارة .
- ٦- الاستيعاب وسرعة الفهم : يجب إن تراعى الفروق الفردية بين المتعلمين بما يضمن استيعابهم جميعا وسرعة فهمهم للمهارة الجديدة .
- ٧- التجربة والمعرفة والاستعداد : يجب إن يخضع جميع المتعلمين إلى تجربة أداء المهارة الجديدة ومعرفتها والاستعداد النفسي والبدني لتطبيقها .
- ٨- عوامل البيئة : والمقصود هنا مراعاة الظروف الزمانية والمكانية عند تعلم المهارة الجديدة .

خطوات التعلم الحركي وشروطه :

- ١-شرح الحركة : يجب شرح المهارة الجديدة بوضوح قبل عرضها .
- ٢- عرض الحركة : يجب عرض المهارة الجديدة من قبل خبير .
- ٣- تطبيق الحركة : يجب إعطاء فرص متساوية للمتعلمين لتطبيق المهارة .
- ٤- التغذية الراجعة : وتعطى بعد الممارسة والتكرار من قبل المدرس .

الشروط هي :

- ١-وجود الرغبة : إي هناك رغبة من قبل المتعلم لتعلم المهارة الجديدة .
- ٢-وجود الاستعداد : إي هناك استعداد نفسي وبدني لتعلم المهارة الجديدة .
- ٣-وجود الإمكانية : إي وجود الإمكانية المادية مثلا لتعلم لعبة التنس .