

المحاضرة الرابعة: طرق تعليم المهارات الحركية

-**طرق تعليم المهارات الحركية:** أجمعت الدراسات على انه يمكن تعلم المهارات الحركية بإحدى الطرق التالية

01/ الطريقة الجزئية .

02/ الطريقة الكلية

03/ الطريقة الجزئية الكلية

04/ طريق المحاولة و الخطأ.

01/ الطريقة الجزئية:

تعتمد على تجزئة المهارة إلى اجزاء صغيرة كل جزء على حدة ويتم تعليم كل حركة أو جزء منفصل عن الاخر ويتم الانتقال من الجزء الذي تم تعلمه إلى الجزء الثاني, حتى ينتهي المدرس من تعليم جميع الاجزاء وفي النهاية يتم ربط الاجزاء بعضها ببعض وتؤدي كاملة, وتستخدم هذه الطريقة في المهارات الصعبة التي لا يستطيع التلاميذ اداؤها عندئذ يجزئها المدرس إلى اجزاء صغيرة, وتساعد على فهم وإتقان كل جزء على حدة كما تساعد التلاميذ على التقدم حسب قدراتهم الذاتية.

يقوم المدرس هنا بتجزئة المهارة إلى أجزاء منفصلة عن البعض على أن يتم تعليم كل جزء على حدا ، و لم يتم الانتقال إلى الجزء الثاني ما لم يتم استوفاء الجزء الأول وهكذا ، وفي النهاية يتم الربط بين الأجزاء المنفصلة لتؤدي المهارة كاملة ، وإلا ما كان لتعلم المهارة أي معنى (ناهد محمود سعد نللي، 2004، صفحة 79)

ومن نواقض هذه الطريقة انها تحتاج إلى وقت طويل في التعلم وخالية من عوامل التشويق ولا تشبع رغبة التلاميذ في التعلم الذاتي, واستخدام الطريقة الجزئية في تعلم المهارات الحركية يتم بمراعاة الشروط التي وضعها " عباس أحمد السامرائي " فيما يلي: (السامرائي أحمد، 1984، صفحة 43)

- عندما تكون المهارة طويلة وصعبة الأداء .

- عندما تكون أجزاء المهارة معقدة .

- عندما يكون الوقت كافيا لتجزئة المهارة ، و السيطرة على تلك الأجزاء ، ثم المهارة ككل .

- عند توفر وسائل الإيضاح المناسبة .

- عندنا يكون المتعلمون صغار السن .

02/ الطريق الكلية:

ان هذه الطريقة عكس الجزئية حيث تعرض فيها الحركة أو المهارة كوحدة واحدة غير مجزأة, ويؤدي المدرس نموذج المهارة ثم يعقب ذلك اداء التلاميذ, وهذه الطريقة محببة إلى التلاميذ لانها تساعدهم على اخذ تصور كلي عن المهارة , فيحاولون الوصول إلى تحقيق هدفها في أقصى وقت ممكن, كما تساعدهم على اشباع رغبتهم في المخاطرة والمجازفة.

ما يؤخذ على هذه الطريقة أنها لا تراعي الفروق الفردية بين الطلاب ، كما أن الطلاب فيها لا يتعرفون بدقة على تفاصيل المهارة خاصة اذا تم تأديتها بسرعة كبيرة عن طريق النموذج . (ناهد محمود سعد نللي، 2004، صفحة 80)

ومن نواقضها انها لا تراعي الفروق الفردية عند المتعلمين, كذلك لا يستطيع التلاميذ معرفة تفاصيل الحركة وخصوصا اذا تم تاديتها بسرعة كبيرة.

ولكي ننجح في الطريقة الكلية يجب أن نحترم الشروط التالية : (السامرائي أحمد، 1984، صفحة 43)

➤ أن تكون المهارة سهلة الأداء ، أي غير معقدة ومناسبة لإمكانيات المتعلمين المهارية والعقلية ، عندما يصعب تجزئة المهارة إلى أجزاء .

➤ أن تكون المهارة الحركية قصيرة ، حتى تكون الأخطاء المرتكبة قليلة .

➤ أن تتوفر وسائل إيضاح مناسبة ، وذلك لتمكين المتعلمين من اكتساب التخيل الحركي الصحيح .

➤ ولكن صعوبة تحقيق هذه الطريقة تكون عندما يكون هنالك خطأ في أحد أجزاء المهارة فهنا يضطر المدرس إلى فصلها وتعليمها منفردة .

03- الطريقة الجزئية الكلية:

تعتبر هذه الطريقة مزيج بين الطريقة الجزئية و الطريقة الكلية حيث يقوم المدرس هنا أولا بتجزئة المهارة إلى وحدات كبيرة التي هي بدورها مشكلة من وحدات صغيرة ، تعلم الوحدة تلوى الأخرى على أن يتم ربط بعضها ببعض, وهذه الطريقة تراعي الفروق الفردية في القدرات الحركية كما تقلل من الوقت الضائع في التعليم, كما تحدد اهدافا واضحة امام التلاميذ ويصبحون ايجابيين في الأداء

ومن نواقضها انها تحتاج من المدرس الدقة في تقسيم الحركة أو المهارة إلى وحدات سليمة.

حتى نصل إلى تحقيق الهدف المطلوب ، ولهذا يقول " عباس السامرائي " :لذا يمكن أن تكون الطريقة الكلية- الجزئية حلا وسطا للطريقتين .

ولتطبيق هذه المهارة يجب أن نراعي الشروط التالية :

- تعليم المهارة لحركية ككل بصورة مبسطة في أول الأمر .

- تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة ، مع ربط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية .

- مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة ومتراطة عند التدريب عليها كأجزاء .

04- طريقة المحاولة والخطأ:

يحاول التلميذ في هذه الطريقة اداء المهارة حسب قدراته الحركية وعلى المدرس القيام بدور الموجه والمرشد في اعطاء النقاط التعليمية والتصحيحية وتساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف اخطائه بنفسه وبتالي يحاول سريعا ان يصححها, وبتحليل هذه الطرق في التعليم نجد ان المدرس لا بد ان يختار الطريقة المناسبة التي تتفق مع اهدافه وقدرات تلاميذه ونوع الحركة أو المهارة المستهدفة و الامكانيات والوسائل المتوفرة بمؤسسة العمل, قصد الوصول إلى الهدف باقل جهد واقصر وقت.

ملاحظة:

لا يمكننا أن نفاصل بين هذه الطرق كما لا توجد طرق خاصة بفئة بعينها بل المدرس يختار الطريقة المناسبة التي تتفق مع أهدافه من جهة ، وقدرات طلابه من جهة ثانية ، وكذلك تبعاً للإمكانات المتاحة بغية الوصول إلى الأهداف المسطرة بيسر ، وبأقل جهد ، وفي أقصر وقت ممكن إن المدرس قد يختار طريقة المحاولة و الخطأ رغم أجدبيتها كما قد يلجأ إلى الطريقة الكلية أو الجزئية ، لكم ذلك يتوقف في نظرنا على نوع المهارة مقدار الخبرات التي يمتلكها المتعلم ، صعوبة ، أو سهولة المهارة ، عناصر الأمان و الخطورة في المهارة ، الظروف المحيطة

خطوات تعلم المهارات الحركية:

يندرج تعلم المهارات الحركية ضمن التعلم الذي يمس الجانب الحسي – الحركي ، لكن قبل الحديث عن ما ينبغي إتباعه من خطوات مهمة أثناء تعليم المهارات الحركية من ربح الوقت و الجهد في عملية التعلم لابد توفير جملة من الشروط في الفرد المتعلم نذكر منها

- توافر الدوافع لدى المتعلم (الذاتي ، أو المكتسب

-إن تناسب المهارة مستوى الطلاب (النضج العقلي و الجسدي

-توافر عناصر اللياقة البدنية لدى الطالب المؤدي للمهارة معنى ذلك إن يفى الجسم بمتطلبات الحركة .

إن يكون لدى الطالب خبرات حركية يبني ويكتسب على ضوءها الحركة الجديدة

- سلامة الحواس المستقبلية مثل الحركية

الشرح: تعد خطوة التعريف و الشرح للمهارة أول ما يبدأ به المدرس عند تعليم طلابه للمهارات الحركية المختلفة و خاصة الجديدة منها فمهمة هذه الخطوة هو تكوين الفكرة العامة عن الحركة مع لفت الانتباه إلى الأجزاء الرئيسية المشكلة لها .
خطوة الشرح لا ينبغي أن تطول عند تعليم صغار السن لأنهم يغلبون استعمال الحواس عن العقل في إدراكهم لأشياء

النموذج تقديم: هنا يقدم المدرس النموذج للمهارة الحركية المطلوبة التي ينوي تدريسها ، و عليه أن يقدمها بصورة سليمة لكي يتم التعلم على أكمل وجه خاصة اذا كانت جديدة على الطلاب و بحكم أنه قلما نجد مدرس التربية البدنية و الرياضية يجيد المهارات الرياضية في الألعاب الجماعية و الفردية فان الطرق متعددة لتأدية النموذج أمام أعين الطلاب نذكر منها على سبيل المثال - : تأدية المهارة من طرف المدرس شريطة وقوفه في وضعية تسمح لجميع الطلاب من رؤية الأداء (يستحسن وضع تشكيلات معينة للطلاب كأن يكون قصار القامة من الطلاب في الأمام)

-الاستنجاد بأحد الطلاب المهرة في تأدية المهارة المقصودة بالتعلم مع الالتزام بما قيل في حق المدرس في العنصر السابق

- الاستعانة بالنموذج المعدة مسبقاً لهذا الغرض و المشاهد و الصور المتحركة في عرض المهارة على الطلاب

-استخدام شريط فيديو أو قرص مضغوط على جهاز الإعلام الآلي أو الكتيب التعليمي (استخدام التكنولوجيا في التعليم)

في عرض المهارة لأحد الأبطال

-استخدام أوراق الواجب كما في الأسلوب التدريبي و التبادلي و التي تبين أوضاع الجسم أثناء أداء المهارة بشكل تفصيلي

- تعتبر هاتين الخطوتين هامتين جدا في تعليم المهارات الحركية أما ما سيأتي فله علاقة بمراحل التعلم الحركي (الشحات، 2007، الصفحات 185-189)

01/ الأداء الأولي للمهارة:

بعد تعريف الطالب على المهارة و مقاربه فهمها يبدأ بمحاول تأديتها ، وهنا لابد ان يتقبل و أن يسمح المدرس ببعض المحاولات التي تتأرجح بين الخطأ تارة و الصواب تارة أخرى لذلك فهو ملزم بتقديم التصحيحات الفورية واللازمة ، تقديم التغذية الراجعة بحركات كافية ، و في الوقت المناسب ، و بالطريقة اللائقة ، حتى لا تثبت المهارة بشكل خاطئ في ذهن الطالب و تأتي ممارسته لها على ذلك النحو . إن ما هو جدية بالتلميح إليه هو التركيز على الفهم أولا قبل الممارسة و التكرار و لذلك و جب أن يأخذ الفهم كشرط من شروط التعلم مكانة قبل الممارسة . هذا و تظهر هنا الفروق الفردية جليا في أداء الطلاب لذا يستحسن تقسيم الطلاب حسب قدراتهم ، و هذا الأمر أكثر من طبيعي بحكم أن التدريس الحديث هو الذي يسمح لكل طالب بان ينمو وفقا لما تؤهله له قدراته واستعداداته الشخصية ، هذا كما يغلب على أداء الطلاب إشراك العديد من الجامعات العضلية

02/ الأداء الجيد للمهارة

: هنا يكون الطالب بدأ يتخلص من الحركات التي لا حاجة لها ، و يميل إلى أداء توافقي من خلال إشراك العضلات المسؤولة بصفة مباشرة على تأدية المهارة ، كما يبدأ في الاقتصاد في الجهد المبذول

03/ الأداء الفائق للمهارة

هنا يثبت الطالب الأداء ، كما يستشعر بأن أدائه يتجه للكمال شكلا و إيقاعا ، زيادة على أن أدائه يتميز بالسرعة ، و الدقة ، والإتقان و يسير بأقل جهد مبذول . إن دروس التربية البدنية و الرياضية في المدارس و المتوسطات و الثانويات وكذا الجامعات من خلال الحجم الساعي الممنوح لها لا يمكنها الوصول إلى هذه المرحلة لكن مع ذلك قد نجد طلاب متميزين ، لتبقى مهمة إعداد الإبطال مهمة إضافية لمدرس التربية البدنية و الرياضية خارج أوقات العمل الرسمي (الرياضة المدرسية ، الرياضة الجامعية .) هذا و هناك من يرى تعلم المهارات الحياتية عامة و الحركية خاصة ينبغي إن يكون في سن مبكرة لان الحاجة للمهارات تتزايد سن الطفل وزيادة عناصر الإدراك و الإحساس لديه ، وعليه و جب أن يراعي مدرس التربية البدنية و الرياضية ما يختاره من أنشطة تركز في البداية على تقوية العضلات و التحكم في المكان و إتقان التوازن لتكن قاعدة متينة قصد الوصول إلى الكفاية المطلوبة ، و منه الاشتراك في التمرينات التنافسية و التي يتطلب بدورها مهارات لأجزاء معينة من الجسم . (ناهد محمود سعد نللي، 2004، صفحة 30)

خصائص المهارة الحركية

تتميز المهارة الحركية الرياضية بخمس خصائص كالآتي:

• المهارة قابلة للتعلم : تتطلب المهارة الحركية الرياضية التعلم ، و تصل إلى حالة الإتقان و النجاح عن طريق التدريب.

- قابلة لتحليل متطلبات استخدامها : المهارة ليست مجرد أداء قني جيد للحركة فقط و لكن هي القدرة على استخدام هذا الأداء بفعالية في وقت مناسب ، أثناء مواقف التنافس المختلفة
- اقتصادية و فعالية الجهد : حيث تنق الطاقة الضرورية فقط لانجاز الأداء الصحيح و بفعالية ما ينتج لنا التوافق و التجانس و الانسيابية في الأداء
- المهارة لها نتيجة ثابتة : كل مهارة لها نتائج ثابتة لا تتغير من أداء لآخر.

مراحل التعلم الحركي: يمكن تلخيصها فيما يلي:

1- مرحلة التوافق الأولي للحركة:

لقد سمي "مافيل" هذه المرحلة بمرحلة الاكتساب الأولي أو مرحلة الإدراك الأولي أو مرحلة الخام للحركة. تهدف هذه المرحلة إلى إكساب المتعلم وإدراكه التوافق الحركي الأولي للمهارة، والذي يسمى بالشكل ومجال هذه المرحلة في درس التربية البدنية والرياضية في المدرسة أو أول مرحلة من مراحل تعلم الناشئين في الأندية الرياضية.

2- مرحلة التوافق الجيد للحركة:

سميت أيضا بمرحلة الاكتساب الجيد للحركة أو التوافق للحركة وهي المرحلة الثانية من مراحل التعلم الحركي، وتهدف إلى التخلص من معظم الأخطاء الفنية التي ميزت المرحلة السابقة حتى تبدو الحركة نظيفة خالية من الزوايا الحادة والحركات الخاصة

3- مرحلة ثبات الحركة:

تصل هذه المرحلة إلى درجة الكمال والثبات الحركي، فالتعلم لا حدود له وقياسه بصورة مباشرة أمر صعب، ومع ذلك يمكن تقويم المستوى الحركي بمستوى أداء الأبطال الدوليين. (بسطو يني، 1996، الصفحات 77-78)