

المحاضرة الثانية في مادة التعلم الحركي/أ.د. رولا مقداد عبيد/كلية التربية البدنية/ جامعة القادسية
المبادئ الاولية في عملية التعلم الحركي
هناك العديد من المبادئ الأولى في عملية التعلم الحركي وهي:

1- اللغة

وهي وسيلة التواصل بين ابناء المجتمع الواحد ووسيلة للتواصل بين المجتمعات، اذ ان عملية الشرح والتصحيح والتوضيح لا تتم الا عن طريق اللغة.

2- المجتمع والبيئة التي يعيش فيها المتعلم

ان المجتمع الذي يحفز على ممارسة الانشطة الرياضية يختلف عن المجتمع الذي لا يشجع ممارسة الرياضة فتجد هناك اختلاف بين الافراد في ممارسة الرياضة باختلاف مجتمعاتهم كما ان للأسرة دور كبير في تشجيع الفرد في ممارسة الرياضة من حيث توفير الاجهزة والادوات عكس الاسرة التي لاتوفر المستلزمات الرياضية ولا تشجع على ممارسة الرياضة لوجود ظرف ما لديها سواء ان كان هذا الظرف مادياً او اجتماعياً.

3- المشاركة الفعلية في العملية التعليمية

أي ان نجعل المتعلم يشارك بالنشاط الرياضي المعروض عليه لان ذلك يساعده في تطوير مهاراته الحركية.

4- استيعاب المتعلم للواجبات الحركية

ويعتمد ذلك على مستوى المتعلم لذا على المعلم ان يراعي الفروق الفردية بين المتعلمين ويعطي المادة التعليمية للمتعلمين بطرق مختلفة ومتنوعة تحمل طابع التشويق والاثارة.

5- التدريب والتكرار والممارسة المنتظمة

لا يمكن للمتعلم ان يتعلم الا بتعلم المهارة عن طريق ترك المتعلم ممارسة المهارة وتكرارها عدد من المرات والتدرب عليها بالشكل الصحيح مقرونة بأعطاء التعليمات الخاصة بها من قبل المعلم.

6- التغذية الراجعة

وهي شيء مهم بالنسبة للمتعلم فهي المعلومات التصحيحية التي تعطى للمتعلم لغرض تصحيح الاداء ولا يمكن الاستغناء عنها في أي مرحلة من مراحل التعلم.

7- الخبرات السابقة

المتعلم الذي يمتلك خبرة سابقة في مهارة معينة يسهل عليه تعلمها ونجد مستواه فيها يتقدم بسرعة لامتلاكه معلومات عديدة عنها اما المتعلم الذي لايمتلك خبرة سابقة في تلك المهارة نجاه يحتاج الى وقت اكثر في التعلم.

العوامل التي تؤثر على الحركة

1- الاسس الوظيفية للجسم

ويقصد بها سلامة اجهزة الجسم من الامراض وقابليتها على التكيف.

2- العوامل النفسية

تتأثر الحركة بالحالة النفسية للمتعلم اذ يجب على المعلم تنمية الصفات النفسية مثل قوة الارادة، الشجاعة، العزيمة والروح الرياضية الى غير ذلك من الصفات النفسية الجيدة للمتعلم.

3- العوامل البيئية والاجتماعية

مكان نشأة الفرد يؤثر بشكل واخر على المهارات التي يمارسها لذ نجد ان الافراد الذين يعيشون قرب سواحل البحار والشواطئ يمارسون فعاليات السباحة والتجديف وركوب الامواج والصيد الى غير ذلك اما الذين يعيشون على الجبال فهم يمارسون رياضة تسلق الجبال والتزحلق على الجليد اما الذين يسكنون الارياف ذات المساحات الواسعة والخضراء فهم يمارسون رياضات ركوب الخيل والغولف والتنس الى غير ذلك.

4- العوامل الوراثية

وتشمل الطول والوزن والنمط الجسمي والذكاء فهذه تنتقل عن طريق الجينات وعلى اساس هذه العوامل ممكن للفرد المتعلم ان يختار الفعالية المناسبة له.

5- المرض

ان المرض من العوامل السلبية التي تواجه الفرد فقد يكون موروث كالامراض المزمنة او يصاب به الفرد لاحقا وعلى كل حال فهو يؤثر سلبياً على ممارسة الفرد للفعاليات الرياضية لكن ممارسة النشاط الرياضي والتمارين الخفيفة تؤثر ايجاباً على صحة الفرد حتى بوجود تلك الامراض