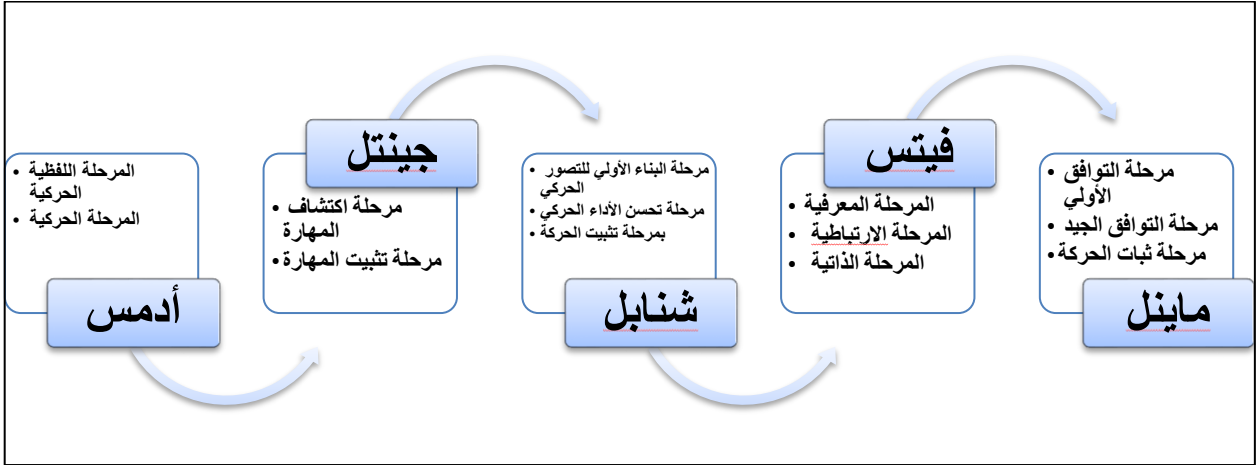


مقياس: اكتساب المهارات الحركية
المستوي: السنة الثانية ماستر
الأستاذة: عباس

"مراحل التعلم الحركي"

قد أجمع العلماء على أن هناك مراحل تعلم مختلفة من حيث الشكل و المضمون يمر بها التعلم الحركي و هذه المراحل متداخلة و متصلة و ليس بينها حدود تفصلها ، و يختلف العلماء اختلاف غير جوهري في عدد تلك المراحل من ناحية و تسميتها من ناحية أخرى، فالبعض قسمها إلى مرحلتين و البعض الآخر إلى ثلاثة مراحل، و فيما يلي ملخص لمراحل التعلم الحركي حسب آراء العلماء و تقسيماتهم:

الشكل رقم(28): يوضح مختلف التقسيمات لمراحل التعلم الحركي



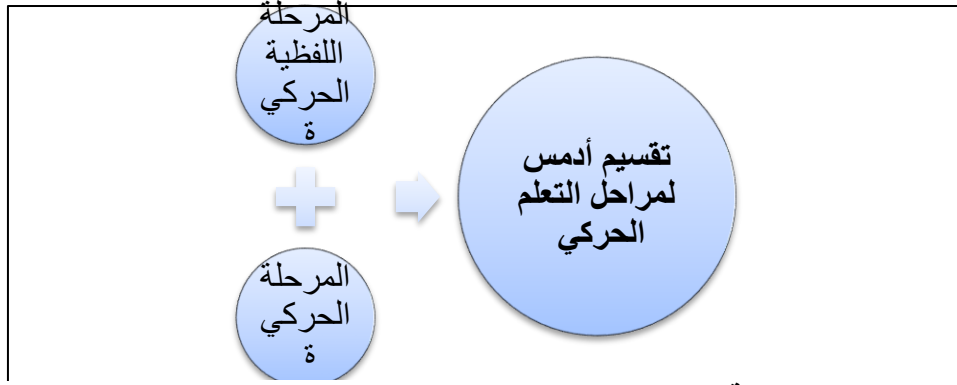
1/تقسيم أدمس: Adams (سنة 1971)

يقسم " أدمس" مراحل التعلم الحركي إلى مرحلتين:

*المرحلة اللفظية الحركية (Verbal motor phase): و فيها يحاول المتعلم فهم طبيعة النشاط و تحليل التكنيك الخاص به مع التركيز على الحركة و مقارنتها بالنموذج الذي شاهده، كما يستطيع فيها المتعلم لأن يكتشف الأخطاء و يصلحها.

*المرحلة الحركية (Motor phase): و خلالها تصبح الحركة أوتوماتيكية، و يتجه تركيز الانتباه إلى الجوانب الخارجية للبيئة. (حلمي، 2006، صفحة 114)

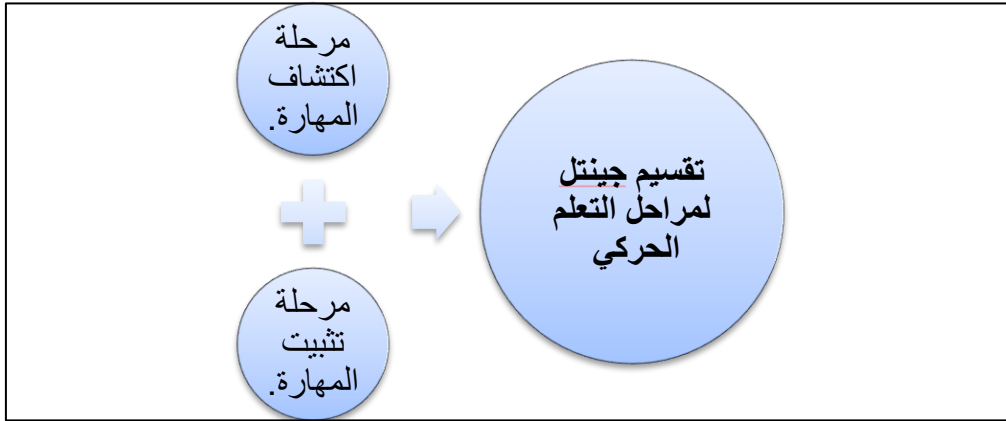
الشكل رقم(29): يوضح تقسيم أدمس لمراحل التعلم الحركي



2/تقسيم جينتل Gentel (سنة 1972)

يرى جنتل أن اكتساب المهارة الحركية يمكن أن يمر بمرحلتين:
 *المرحلة الأولى:مرحلة اكتشاف المهارة.
 *المرحلة الثانية: مرحلة تثبيت المهارة.

الشكل رقم(30) :يوضح تقسيم جينتل لمراحل التعلم الحركي



*مرحلة اكتشاف المهارة:

لا يتعدى الغرض من تلك المرحلة...التعرف على المهارة و اكتشافها و معرفة أبعادها و ممارستها في شكلها الأولي (أحمد، 1996، صفحة 73) ، و يضيف طه حسين حسام الدين و آخرون(2006):"أنه يهدف المتعلم في هذه المرحلة إلى تكوين فكرة عن الحركة أو بمعنى آخر معرفة ما يجب أن يؤديه المتعلم لتحقيق الهدف من الحركة...يقصد بها التعرف على الحركات المناسبة و المطلوبة لتحقيق هذه الحركة". (حلمي، 2006، صفحة 114)

*مرحلة تثبيت المهارة:

و يجب على المتعلم في هذه المرحلة أن ينمي قدرته على الأداء تحت مختلف الظروف، بالإضافة إلى زيادة ثبات تحقيق الهدف من الحركة، مع مراعاة الاقتصاد في بذل الجهد. (حلمي، 2006، صفحة 114) ، هذا ما يؤكد بسطوبيسي أحمد (1996):"ان هذه المرحلة غير منتهية حيث التقدم بمستوى المهارة بلا حدود". (أحمد، 1996، صفحة 74)

3/تقسيم شنابل Schnabel (سنة 1978)

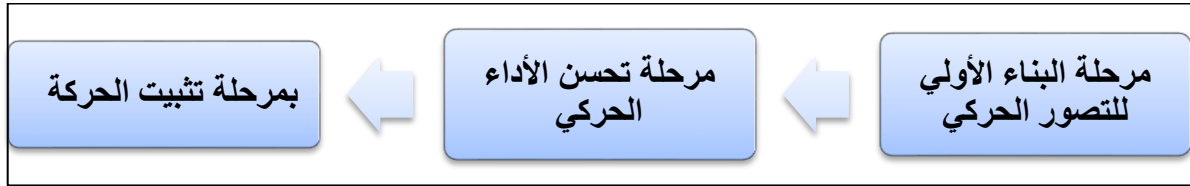
يقسم "شنابل" مراحل التعلم الحركي إلى ثلاثة مراحل أساسية هي:

*المرحلة الأولى: وتسمى 'مرحلة البناء الأولي للتصور الحركي' أو كما يسميها (فولرك) الصورة العامة للحركة، و في هذه المرحلة يكتسب الفرد المتعلم التصور الحركي الأولي، أي التصور الحركي غير المكتمل.

*المرحلة الثانية: تتميز هذه المرحلة بظهور تحسن و تطور واضح في مواصفات الأداء الحركي يصبح تحسن واضح في محتوى التصور الحركي.

*المرحلة الثالثة: تسمى 'بمرحلة تثبيت الحركة' و التي تتصف أيضاً بارتقاء مستوى التصور الحركي و الوصول لمرحلة التصنيف، و بذلك يمكن لنا تسميتها 'بمرحلة التثبيت و التصنيف'. (سعدالله، 2015، صفحة 83)

الشكل رقم(31): يوضح تقسيم شتابل لمراحل التعلم الحركي



4/تقسيم فيتس Fitts &Posner (سنة 1967)

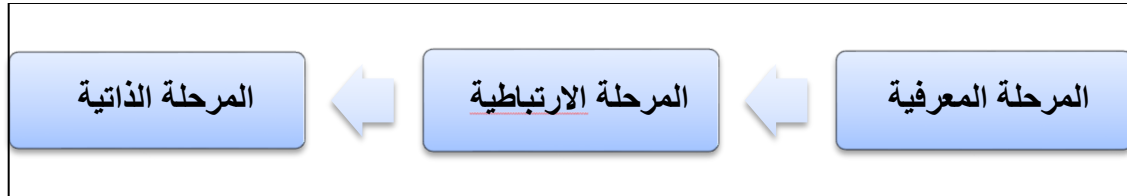
يذكر (ويتبيح) بأن (بول فيتس Poul Fitts) قد حدد ثلاث مراحل للتعلم الحركي و كما يأتي:

المرحلة الأولى: المرحلة المعرفية The Cognitive Phase

المرحلة الثانية: المرحلة الارتباطية The Associative Phase

المرحلة الثالثة: المرحلة الذاتية The Automatic Phase

الشكل رقم(32): يوضح تقسيم فيتس لمراحل التعلم الحركي



*المرحلة المعرفية:

يشير فيتس إلى أن المرحلة الأولية في التعلم الحركي تتكون من تطور استخدام الفهم المعرفي لما هو مطلوب (الشوايش، 2013، صفحة 191)، هذا ما يؤكد بسطويسي أحمد (سنة 1996) و يقول: "يرى فيتس أن هدف المرحلة الأولى من مراحل التعلم هو مدى استخدام و تطوير الفهم المعرفي لخدمة السلوك الحركي للمتعلّم... و التي تمكنه من أداء سلسلة من الاستجابات الحركية بشكلها الأول البسيط". (أحمد، 1996، صفحة 74) و هذا ما يؤكد وجيه محجوب فيما يخص هذه المرحلة: "أن المدرس الناجح هو الذي يجذب انتباهه إلى اللوحات الإدراكية الهامة و خواص الاستجابات المميزة و يعطي معلومات تشخيصية عن نتائج الأداء". (محجوب، علم الحركة التعلم الحركي، 1989، صفحة 133)، أي أن المدرس يعمل على توسيع مدارك المتعلم و التي تعمل بدورها على سرعة التعلم.

ملاحظات حول المرحلة:

-توضيح الهدف التعليمي للمرحلة.

-توضيح دور الجانب المعرفي على عملية التعلم.

-التعرض إلى النقاط الرئيسية و الأجزاء الهامة و الاستجابات الحركية.
-توضيح دور الوسائل التعليمية على عملية التعلم في تلك المرحلة. (أحمد، 1996، الصفحات 74-75)
***المرحلة الارتباطية:**

تعتبر المرحلة الارتباطية المرحلة الثانية من مراحل التعلم لفينس حيث تهدف إلى المقدره على ربط الجانب الإدراكي بالسلوك الحركي للمتعلم و التي تمكنه من أداء المهارات على مستوى جيد. (أحمد، 1996، صفحة 75)
ملاحظات حول المرحلة:

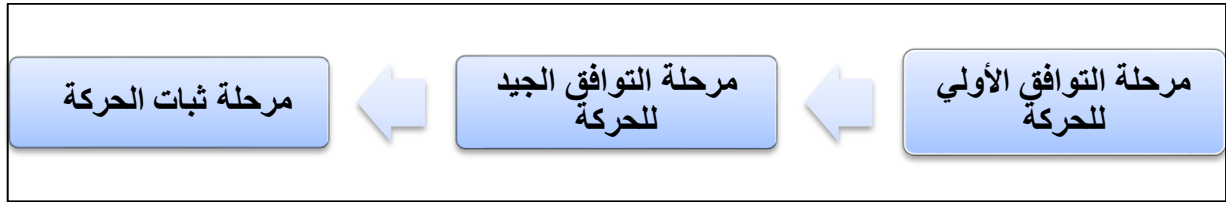
-توضيح الهدف التعليمي للمرحلة.
-تعلم السلوك الحركي و التعود على أدائه.
-ربط الجانب الإدراكي للمتعلم بالسلوك الحركي.
-الوصول بالأداء الحركي للمهارة إلى المستوى الجيد.
***المرحلة الذاتية:**

إن 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 نسبيا، و بصورة ناجحة و متتابعة أي بمعنى انه عن طريق الممارسة المتواصلة الهادفة، يحصل المتعلم على التسلسل الحركي المطلوب، فإعداد المتعلم يكون قد اكتمل و وصل إلى مرحلة الثبات في التعلم، بحيث تظهر الدقة بالأداء، و يظهر شكل الحركة خاليا من الأخطاء أو يكون وجود الأخطاء بشكل قليل نسبيا ،فيما يكون تركيز المتعلم على عملية استخدام المهارة. (الشاويش، 2013، صفحة 193)

5/تقسيم ماينل Minel(سنة 1980)

قسم ماينل عملية التعلم الحركي إلى ثلاثة مراحل و هي:
المرحلة الأولى:مرحلة التوافق الأولى للحركة.
المرحلة الثانية:مرحلة التوافق الجيد للحركة.
المرحلة الثالثة:مرحلة ثبات الحركة(المرحلة الآلية للحركة)

الشكل رقم (33) :يوضح تقسيم ماينل لمراحل التعلم الحركي.



***مرحلة التوافق الأولى للحركة:**

و فيها يتم إكساب المسار الأساسي للحركة بشكل عام،وتهدف تلك المرحلة إلى إكساب المتعلم و إدراكه التوافق الحركي الأولي للمهارة و الذي يسمى بالشكل الخام. (حلمي، 2006، صفحة 115) ، و هو يعني أن المتعلم قد استوعب الشكل الخام و أحس به ، حيث يتم في بداية توصيل المعلومات عن طريق الشرح الشفوي أو عن طريق البصر، من خلال مشاهدة النموذج العملي من قبل المدرب أو المعلم . (الشاويش، 2013، صفحة 194)

***خصائص الحركة في المرحلة الأولى:**

-وجود زوايا حادة في مسار الحركة بسبب الأخطاء الفنية الكثيرة.

-ظهور الحركات المصاحبة و الغريبة في الأداء (الحركات الشاذة)
-عدم انسياب حركي و الناتج عن تماسك ضعيف بين أجزاء الحركة .
-إيقاع حركي غير موزون نشاز حركي و الذي يترتب عنه عدم ثبات و استقرار الحركة.
-توقع حركي خاطئ مما يتسبب عنه تغيير كبير في أداء شكل الحركة .
-عدم سيطرة كاملة على الحركة، و الذي يترتب عليه بذل جهد زائد.
-عدم ترتيب الحركة ترتيبا صحيحا من حيث مجالاتها المكانية و الزمانية و الديناميكية .
-التركيز على بعض أجزاء الحركة دون الأخرى ...أو التركيز على عمل بعض أجزاء الجسم دون الأخرى...حيث يعمل ذلك على عدم جمال الحركة. (أحمد، 1996، صفحة 83)

*مرحلة التوافق الجيد للحركة:

و التي تتميز بإصلاح العديد من الأخطاء و تنقية الحركات من الشوائب، و تحسين نوعية الأداء، و تهدف تلك المرحلة إلى التخلص من معظم الأخطاء الفنية الكثيرة و التي تميزت بها المرحلة التعليمية السابقة، حتى تبدو الحركات نظيفة خالية من الزوايا الحادة و الحركات الغريبة في مسار الحركة (حلمي، 2006، صفحة 115)

*خصائص الحركة في المرحلة الثانية:

-انفراج الزوايا الحادة في مسار الحركة حتى تصبح على شكل أقواس.
-تماسك و توافق جيدين بين أجزاء الحركة (ترابط حركي)
-إيقاع و توقع حركي جيدين (توزيع القوة مقنن على أجزاء الحركة)
-الحركة خالية من الحركات المصاحبة الغريبة و الشاذة.
-انسياب حركي جيد (عدم توقف حركي بين أجزاء الحركة)
-عزل و اقتصاد حركي(تركيز اللاعب على الأداء فقط)
-بدء تنمية الإحساس الحركي (شعور اللاعب بالإحساس الحركي)
-تخيل حركي صحيح. (أحمد، 1996، صفحة 89)

*مرحلة التوافق الجيد للحركة:

تعتبر المرحلة الثالثة من مراحل التعلم الحركي المرحلة الحاسمة للحركة.حيث تصل إلى درجة الكمال و الثبات الحركي فيما ننشده اليوم من كمال و ثبات حركي، سرعان ما لا يكون في الغد... الكمال و الثبات بعينه.فالمستويات الرياضية متطورة و تتقدم باضطراد...و التعلم لا حدود له... و قياسه بصورة مباشرة صعب، و مع ذلك يمكن تقويم المستوى بمستوى أداء الأبطال الدوليين و الأولمبيين...حيث يتميز شكل حركاتهم و أدائهم بالإتقان الموزون و الانسيابية و الدقة و التي تعطيها صفة الثبات و الاستقرار و الآلية الحركية، و بذلك يمكن أن تصل الحركة إلى درجة المهارة حيث تسمى بالمهارة الحركية و يكون ذلك هو الكمال الحركي...بحيث تهدف هذه المرحلة إلى الوصول بالحركة إلى أقصى و أدق توافق حركي ممكن حتى تثبت و تستقر الحركة و حتى تظهر بشكلها الآلي(أوتوماتيكية الحركة) و بذلك يمكن للاعب التغلب على كل المؤثرات الخارجية و الداخلية دون الشعور بالتعب..و دون بذل جهد زائد. (أحمد، 1996، الصفحات 89-90)

*خصائص الحركة في المرحلة الثالثة:

-الأداء للتكنيك يكون بصورة سريعة و مضبوطة.
-تتصف الحركات بالانسيابية و الجمال.

- ثبات الحركة عند إعادتها.
- تكون الحركات متساوية المجال تقريبا.
- يتساوى زمن الأداء إلى درجة كبيرة.
- الثبات في الوزن الحركي و في القوة المستعملة. (سعدالله، 2015، صفحة 90)