

مقياس: اكتساب المهارات الحركية

المستوي: السنة الثانية ماستر

الأستاذة: عباس

المحاضرة الأولى:

## "التعلم و التعلم الحركي"

التعلم هو العلم الذي يبحث في اكتشاف القوانين العلمية التي تحكم ظاهرة تغير سلوك الإنسان و من أولى مظاهره التغير في السلوك الحركي، و ذلك راجع إلى التغيرات التي تطرأ على مجموعة الظواهر الحركية لدى المتعلم و هذا يؤدي إلى تعلم المهارة الحركية، فالطبيعة المتكاملة للتعلم الحركي تعين توافق جميع الأجهزة لخدمة المهارة و لاستيضاح الفكرة أكثر سنتطرق فيما يلي إلى التعلم و التعلم الحركي.

### 1. التعلم

#### 1.1-تعريف التعلم:

يتفق كل من "احمد شعبان" و "سامي عبد القوي" و "دافيدوف": "على أن التعلم هو تغير دائم نسبيا في السلوك يحدث نتيجة للخبرة". (سلامة، 2013، صفحة 24)

و يعرف ماكاندس (M .candless): التعلم على انه اكتساب المهارات الجديدة و إدراك الأشياء و التعرف عليها عن طريق الممارسة بما في ذلك تجنب بعض أنماط السلوك التي يتضح للكائن الحي عدم فعاليتها او ضررها". (ابراهيم، 2014، صفحة 21)

أما سيد خير الله و ممدوح الكنايني(1983) فيعرفانه: " بأنه عملية عقلية تحدث داخل الكائن الحي و تظهر في صورة تغير تقدمي دائم نسبيا في سلوك الكائن و ذلك نتيجة الممارسة". (الشاويش، 2013، صفحة 35)

و بمعناه الشامل "يعد التعلم مفهوما افتراضيا نستند عليه بطريقة غير مباشرة، فنحن لا نستطيع ان نشاهد التعلم و لكننا نستدل عليه و على حصوله من آثاره و نتائجه التي نلمسها من خلال ملاحظة سلوك الفرد او أداءه، و عليه فالتعلم ما هو إلا مفهوم افتراضي ، بمعنى انه نفترض وجوده بناء على ما نلاحظه من تغيير في سلوك الفرد، و في الحقيقة فإننا لا نلاحظ إلا سلوك الفرد، أما العمليات التي تجرى داخله فإننا لا نلاحظها و إنما تستنتج وجودها من سلوكه و أداءه." (سعدالله، 2015، صفحة 31،32)

#### 2.1-طبيعة و خصائص التعلم:

1/أن التعلم هو تكوين افتراضي، حيث لا يستدل على التعلم مباشرة بل عن طريق النتائج و الآثار المترتبة.

- 2/ أن التعلم يدل على تغير في السلوك. إذ نلاحظ أنه في بداية عملية التعلم تكون استجابات المتعلم غير منتظمة .و بعد فترة من التعليم و التدريب يتوصل إلى التوافق الجيد، أي يؤدي المهارة بسهولة و بشكل متقن .
- 3/ يؤدي التعلم إلى اكتساب خبرات جديدة .فمن خلال تعامله مع البيئة و المجتمع المحيط به.يكتسب خبرات كثيرة ، من اكتساب مهارات حركية أو اكتساب المعلومات و المعارف متنوعة.
- 4/ أن التعلم يجب أن يكون ثابت نسبيا ، و يتصف بالاستمرارية.
- 5/ أن التغير الذي يحدث في سلوك الفرد من جراء التعلم ينجم تحت شرط التجربة و الممارسة المعززة.
- 6/ وجود فرق بين مفهوم التعلم و مفهوم التعليم، إذ أن التعلم هو تغير نسبي ثابت في السلوك نتيجة التجربة و الخبرة.إما التعليم فهو عملية تزويد الفرد بالخبرات و الاتجاهات حتى يستطيع مواجهة المشكلات و المتغيرات المستمرة في متطلبات الحياة التي تساعد على النجاح.
- 7/ أن التغيرات التي تحدث نتيجة عوامل أخرى مثل النضج أو التعب أو المنشطات لا تعتبر تعلمًا. (خيطة، 2013، صفحة 19)

### 3.2-مراحل التعلم:

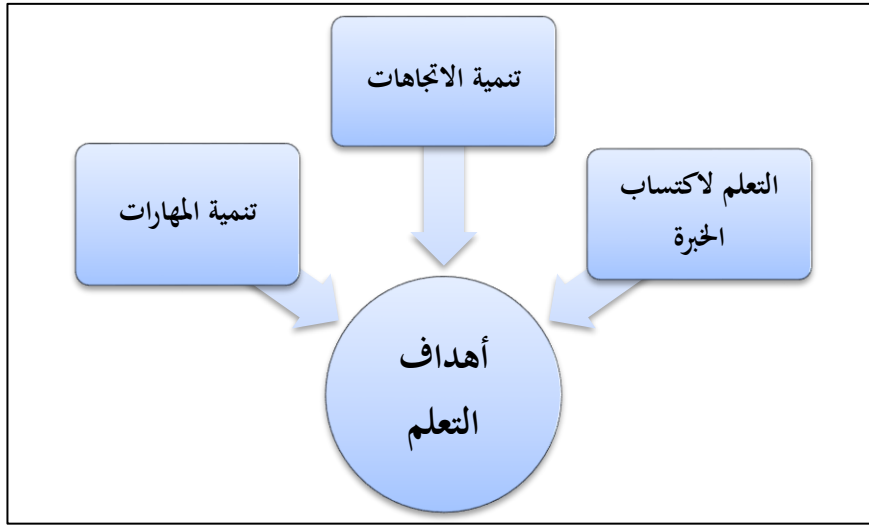
لقد حدد (Gagne) مراحل التعلم بثمانية عمليات داخلية

- 1/مرحلة الدافعية (التوقعات)
- 2/مرحلة الفهم (الانتباه-الادراك اختياري)
- 3/الاكتساب(ترميز الخبرة و تخزينها)
- 4/الاحتفاظ(التخزين في الذاكرة)
- 5/الاسترجاع(الاستدعاء)
- 6/التعميم(الانتقال)
- 7/الأداء (الاستجابة)
- 8/التغذية الراجعة (التعزيز) (الربيعي، 2012، صفحة 28)

### 4.1-أهداف التعلم:

يرى الكثير من العلماء و الخبراء بأن للتعلم أهداف معينة تؤدي إلى تنمية و توسيع مدارك الفرد و زيادة معلوماته و خبراته من أجل أن يقوم بالتصرف الصحيح في الظروف و المواقف التي يتعرض لها وهي ثلاثة أهداف كما هو موضح في الشكل الموالي:

الشكل رقم(01):يوضح أهداف التعلم .



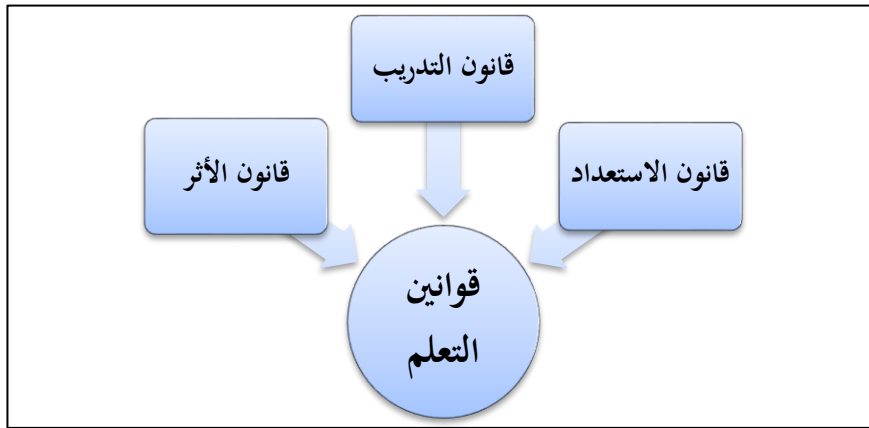
(خيطة، 2013، صفحة 14)

### 5.1-قوانين التعلم:

يتفق كل من (أحمد، 1996) و (الشاويش، 2013) أن التعلم تحكمه ثلاث قوانين كما هو موضح في الشكل

الموالي:

الشكل رقم(02):يوضح قوانين التعلم



### \*قانون الاستعداد: Law of readiness

إن استعداد الفرد للتعلم يختلف من فرد لآخر، فقد يكون الفرد عنده القابلية لتعلم حرفة معينة وليس عنده القابلية لتعلم حرفة أخرى، و قد يكون الرياضي عنده قابلية لتعلم مهارة رياضية دون الأخرى (أحمد، 1996، صفحة 56) إذ قانون الاستعداد يؤكد على أنه إذا كان هناك استعداد لدى الفرد الرياضي للقيام بسلوك معين، فإن هذا السلوك يؤدي إلى الارتياح، أما إذا كان هناك عائق معين يحول دون القيام بالسلوك المذكور فإن ذلك يؤدي إلى شعور الفرد بالضيق...فضلاً عن أن هذا القانون يشمل وجود الدافع و الرغبة و الميل لدى الفرد الرياضي من أجل بذل الجهود، و هذا ما يدل على وجود علاقة ارتباط عالية بين الاستعداد و سرعة التعلم (الشاويش، 2013، الصفحات 56-57)

## \*قانون التدريب(التمرين) : Law of exercise

إن عملية التدريب لا تخرج عن كونها ((عملية تربية بنائية و صقل للتقدم بالمهارة و الحرف و المهن المختلفة إلى مستوى أفضل... فأفضل)) (أحمد، 1996، صفحة 58)، "إلا أن التعلم لا يصل بمجرد تكرار الحركات و المهارة الرياضية من قبل اللاعبين، بل يجب أن يكون التدريب مبنيا على أسس علمية مقننة للتقدم بمستوى قابلياتهم و مهاراتهم نحو الأحسن... و عليه فإن عملية التدريب عملية مكتملة لعملية التعلم، و لهذا القانون عاملان رئيسان هما:

-قانون الاستعمال(التكرار): و يظهر بأن التمرين يكون فعالاً إذا كنا نمارس بصورة مستمرة و متواصلة دون انقطاع.  
-قانون الإهمال: و يظهر أن الانقطاع عن الممارسة يؤدي إلى إضعاف الارتباطات بين المثير و الاستجابة. (الشاويش، 2013، الصفحات 57-58)

## \*قانون الأثر (النتيجة): Law of effect

و يشير هذا القانون إلى أنه حينما يحدث ارتباطا بين مثير و استجابة و يصاحب ذلك الارتباط النجاح أو الارتياح، فإن قوة ذلك الارتباط تزداد، أما إذا صاحبت ذلك الارتباط حالة فشل أو عدم ارتياح، فإن قوة الارتباط تضعف. و هو ما يؤكد على ضرورة ربط سلوك الفرد الرياضي أثناء عملية التدريب بمواقف سارة من خلال التشجيع المستمر و الإطراء، و التأكيد على طبيعة النتائج الإيجابية التي يتوصل إليها ، إذ أن النتائج السارة و الآثار الإيجابية لها تؤدي إلى التعزيز الإيجابي للأداء. الأمر الذي يعمل على تقوية الصلات الارتباطية... بينما يؤدي الفشل إلى اختزال الميل لتكرار السلوك الذي يؤدي إلى الفشل أو العقاب. (الشاويش، 2013، صفحة 58)

## 2. التعلم الحركي

### 1.2-تعريف التعلم الحركي:

يعرفه جلفورد Guilford: "أن التعلم الحركي في المجال الرياضي هو: تغيير أو تعديل في الأداء الحركي الرياضي نتيجة الاستشارة". (فوزي، 2003، صفحة 8)

و هذا ما يوكده (فرات جبار سعد الله): ان التعلم الحركي هو تغير دائم في السلوك الحركي نتيجة التكرار و التصحيح... (سعدالله، 2015، صفحة 41)

و يعرفه شنابل Cchnabel: "بأنه الاكتساب و التطوير و التثبيت و الاحتفاظ بالمهارات الحركية و الذي يرتبط بالتطور العام للشخصية الإنسانية، و يحدث بصفة خاصة بارتباطه مع اكتساب المعارف و تطوير القدرات التوافقية و البدنية و اكتساب الخصائص الحركية". (الشاويش، 2013، صفحة 78)

### 2.2-أهداف التعلم الحركي:

1/فهم أبعاد السلوك الحركي.

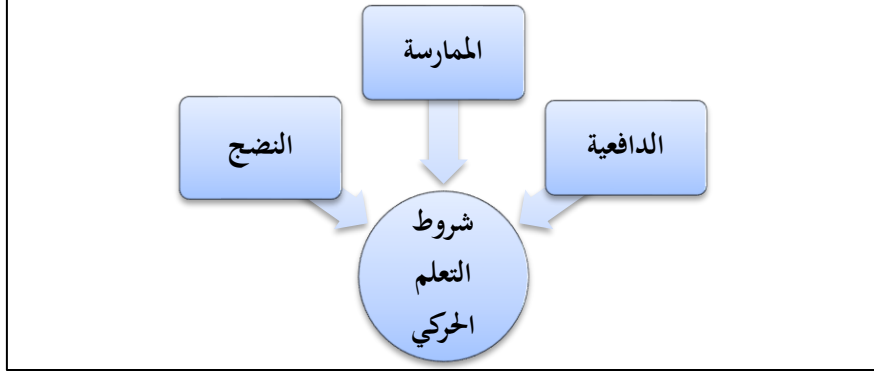
2/توقع السلوك المستقبلي بالاعتماد على فهم و تحليل السلوك الآتي

3/ تفسير السلوك الحركي نتيجة الخبرات السابقة (سعدالله ف.، 2015، صفحة 47)

### 3.2- شروط التعلم الحركي:

يتطلب التعلم الحركي شروطاً أساسية لحدوث التعلم و لا يتم ذلك إلا بتوفر تلك الشروط كما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل رقم (03): يوضح شروط التعلم الحركي



\***الدافعية:** نعرف الدافعية بأنها حالة داخلية في الفرد تستثير سلوكه و تعمل على استمرار هذا السلوك و توجيهه نحو تحقيق هدف معين (سعدالله ف.، 2015، صفحة 34)

فهي تعد من الشروط الأساسية التي يتوقف عليها تحقيق الهدف من العملية التعليمية، إذ نجد أن السلوك الحركي للمتعلم أو اللاعب يتميز بالنشاط و الرغبة في بعض المواقف دون الأخرى، و يرجع ذلك إلى مستوى الدافعية لديه نحو ممارسة السلوك الحركي في هذه المواقف دون غيرها. (الدمي، 2016، صفحة 46)

\***الممارسة (التدريب):**

إن عملية تعلم مهارة ما لا يمكن تحقيقها بمجرد الدافع لتعلمها فقط، و لكن يجب ممارستها و تكرار أدائها لكي يسيطر المتعلم على حركاته بحيث يؤديها بشكل صحيح و سليم (سعدالله ف.، 2015، صفحة 44).

و هذا ما يؤكد (أحمد أمين فوزي 2013): "أن التدريب هو أحد الشروط الرئيسية لتعلم المهارات الحركية، فلكي يتعلم الفرد المهارة لابد و أن يتدرب عليها و يبدل من الجهد ما يساعده على السيطرة على حركاته، حتى تتميز هذه الحركات بالسهولة و الدقة و السرعة، و كذلك إمكانية إصدارها في جميع المواقف المتغيرة أثناء المباراة.

فالتدريب يساعد الفرد على التفاعل مع المهارة و السيطرة على حركاته و تحقيق التناسق بين هذه الحركات مما يجعل أداء المهارة في تتابع صحيح و زمن مناسب، باستمرار التدريب يستطيع الفرد أن يؤدي المهارة بدرجة عالية من الإتقان و في أقل زمن ممكن، و يسهل عليه أدائها في أي وقت و في أي موقف من مواقف المباراة". (فوزي أ.، 2013، الصفحات 23-24)

\***النضج:**

هو "درجة نمو معينة في بعض الأجهزة الداخلية في الكائن الحي، هذه الأجهزة تعتبر مسئولة عن نمط إستجابي معين يحقق وظيفة معينة لدى الكائن الحي لا يستطيع أداء هذه الوظيفة إلا إذا وصل الجهاز الخاص بها إلى مستوى معين من النمو هذا المستوى يطلق عليه النضج" (فوزي أ.، 2013، صفحة 39)

### 4.2- خصائص التعلم الحركي:

هناك عدة خصائص يتميز بها التعلم الحركي هي:

### 1-الاتصال الإدراكي-الحركي:

ينظر للتعلم الحركي بأنه خطوة نهائية في المهمة الإدراكية-الحركية، إذ يتم تزويد بالمعلومات من المثيرات المستقبلية بتسلسل من الحركات المعينة و سمي هذا الاتصال الإدراكي-الحركي.

### 2-تسلسل الاستجابة:

يتكون من الأنماط السلوكية- الحركية و من تتابع الحركات التي تعتمد فيها كل استجابة بصورة جزئية في الاقل على الاستجابات التي تظهر قبل ذلك و التي لم تصدر بعد، و سلاسل الاستجابات هذه يمكن بدورها ان ترتبط بتسلسل أكثر عمومية للسلوك الحركي المستمر.

### 3- تنظيم الاستجابة:

و هي الخاصية الثالثة للتعلم الحركي إذ يتبين أن تسلسل الاستجابات لايد لها من نمط إجمالي للتنظيم حتى تكون ناجحة.

### 4- التغذية الرجعة:

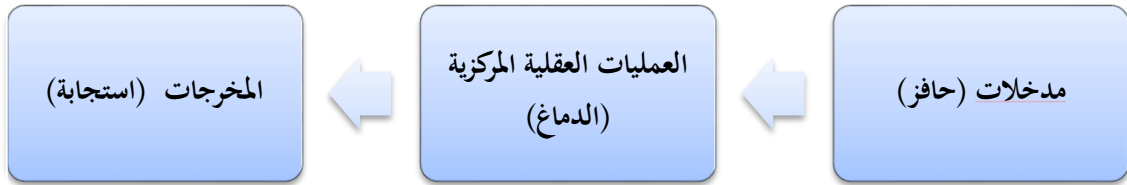
يستطيع الفرد عن طريق التغذية الرجعة أن يحدد نتيجة تتابع حركته و يقوم بعمل التقويم لهذه النتيجة و على أيه تعديلات مناسبة أو تغيرات لتتابع الاستجابة عند الضرورة. (سعدالله ف.، 2015، الصفحات 46-47)

### 2.5-اعتبارات عملية التعلم الحركي:

توجد اعتبارات عدة لعملية التعلم و هي:

1/عملية التعلم:إن عملية التعلم متشابهة بين الأفراد لكن الذي يختلف هو وجود الفروق الفردية بالانجاز فمهما كان التشابه تبقى التجارب السابقة هي الأساس في تطوير الفرد لأن لها الأثر الأكبر في عملية التعلم و تطويرها خاصة الأثر في نظام المقارنة بين ما تم و ما يجب أن يتم . و إن التشابه بين الأفراد في عملية التعلم يكون في العمليات العقلية( العمليات المركزية ، السيطرة و اتخاذ القرار) و التي تتمثل في الدماغ كما هو موضح في الشكل الموالي:

### الشكل رقم(04):يوضح العمليات العقلية المركزية لعملية التعلم



2/عوامل شخصية:يختلف الأفراد فيما بينهم من حيث العوامل الشخصية و التي تأثر في طبيعة الحال في الإمكانية في الإدراك و الانجاز و يختلف الأفراد في الكثير من العوامل و التي من أهمها (لاحظ الشكل رقم(05))

الشكل رقم (05) : يوضح العوامل الشخصية



3 / الظروف المكانية للتعلم: تشمل الظروف المكانية للتعلم العوامل الآتية:

الشكل رقم (06): يوضح الظروف المكانية للتعلم



## المراجع:

- \* احمد امين فوزي. (2003). سيكولوجية التعلم الحركي في المجال الرياضي. الاسكندرية: منشأة المعارف جلال حزي و شركاه.
- \* أحمد أمين فوزي. (2013). سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية. الاسكندرية : دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر.
- \* بسطوسي أحمد. (1996). أسس و نظريات الحركة. الطبعة الأولى، القاهرة: دار الفكر العربي.
- \* فرات جبار سعاد الله. (2015). اساسيات التعلم الحركي. عمان: الطلعة الاولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع.
- \* محمد عبد العزيز سلامة. (2013). مقدمة سيكولوجية التعلم الحركي. الاسكندرية : ما هي للنشر و التوزيع.
- \* محمود داود الربيعي. (2012). التعلم و التعليم في التربية البدنية و الرياضية. بيروت: دار الكتب العلمية.
- \* مروان عبد المجيد ابراهيم. (2014). التعلم الحركي و النمو البدني في التربية الرياضية. عمان: الطبعة الاولى ، دار الرضوان للنشر و التوزيع .
- \* ناهدة عبد زيد الدلمي. (2016). اساسيات في التعلم الحركي. الطبعة الأولى ، عمان: دار البهجة للنشر و التوزيع.
- \* يوسف لازم كماش و صالح بشير أبو خيط. (2013). أسس التعلم و التعليم و تطبيقاته في كرة القدم. الطبعة الأولى، عمان: دار زهران للنشر و التوزيع.
- \* يوسف لازم كماش و نايف زهدي الشاويش. (2013). التعلم الحركي و النمو الانساني. الطبعة الاولى، عمان: دار زهران للنشر و التوزيع.