

نظرية الطاقة الزنדה :

- الأثار النفسية الجسدية ليست أقل شأنًا فالتطور النفسي للطفل و المراهق يخضع لشروط ال نهو الجسدي السليم علما بأن الاهتمامات الأولى للطفل كانت حمية حركية بالدرجة الأولى (النشاط الحركي)
- و في هذا السياق يرى الكثير من الباحثين أن اكتمال الجهاز الحركي للوليد يصحبه ظهور مظاهر الوعي الأولى ، فدفة الحركة الإرادية تتطلب شروطا فيزيولوجية متطورة .
- كما أن تمرينات الجرأة و المهارة تنمي مهارات فكرية و نفسية كسرعة العزم ، و الثقة في النفس و النضج النوعي أي تساعده على تحقيق ذاته ، شعور الكائن بأنه يحقق ذاته بذاته فيعبر عن نفسه من خلال التمرينات الحركية ، و في انفعالاته التي يقوم باستخراجها (ما هو سلبي و التلذذ بما هو ايجابي) .
- فكل تربية تريد أن تكون كاملة ينبغي أن تكون في جوهرها تربية لاحياة الانفعالية، و بالحياة الانفعالية ، لان الانفعالية وحدها هي التركيب الكلي و هي وحدها الوعي كله .
- اللعب جاء كنتيجة لوجود الطاقة الزائدة لدى الكائن الحي ، و أن النشاط الحركي عن طريق اللعب هو وصف و تفويغ لهذه الشحنات الانفعالية المالية من أجل خلق توازن الذات و للحفاظ على بقائها..
- النشاط الحركي يساهم في ضبط الملوك و تدريب الذات تدريجيا على التحكم في انفعالها و التخلص من الفرط في الحركة عن طريق اللعب الذي يخضع إلى مجموعة من القوانين و القواعد
- فيزداد به و عي الذات لذاتها وبالحيز و بعلاقاتها بالأخر.
- - النشاط البدني الحركي أسلوب نمائي وقائي و علاجي بحي الذات من أن تحول غضبها وانفعالها السلبي إلى عدوان أو انحراف إزاء ذاتها أو عالمها (سلوك عدواني) بل إلى حركات واعية
- نضمن اللياقة البدنية و الصحة الجسمية و النفسية و الذهنية و الاجتماعية للفرد (صاحب و فاعل النشاط الحركي)

النظرية السلوكية :

من روادها وطسون سكييز ... الخ

- . يطلق على النظرية السلوكية " نظرية المثير و الاستجابة " وتعرف كذلك "بنظرية التعلم" . الاهتمام الرئيسي للنظرية السلوكية هو السلوك كيف يتعلم و كيف يتغير. وهي التي تتضمن عملية تعلم جديد و محو تعلم خاطئ (إعادة تعلم) أي اكتساب عادة ايجابية و صحيحة في التعلم

مفاهيم أساسية في النظرية السلوكية :

أ. معظم سلوك الإنسان متعلم : تؤمن النظرية السلوكية بأن التعلم في طبيعته عملية موضوعية و ليست ذاتية أي تتدخل فيها عوامل و شروط خارجية ، لان للإنسان قابليته الاكتساب فهو يسعى الى تعلم السلوك الصحيح و الذي يسبقه عادة الملوك الخاطئ (إمكانية التعديل)

- التعلم عملية واعية مقصودة و هادفة به

ب **المثير و الاستجابة** : ترى النظرية السلوكية أن كل سلوك (استجابة له منير / مقابلة بين المثير و الاستجابة فإن السلوك الصحيح يتوقف على تناسب و انسجام الاستجابة مع المثير بمعنى آخر أن تكون العلاقة بينهما سليمة و الاستجابة الخاطئة تحتاج الى بحث مسبب و مصدر الخطأ " هندسة بشرية " فلا بد من دراسة العوامل الشخصية سواء كانت جسمية ، مقلبة اجتماعية أو انفعالية كمظاهر مختلفة إضافة إلى التأثيرات الخارجية التي يخضع لها السلوك الإنساني ، و هي تغيرات تحدث أثناء عملية التعلم و هكذا يتميز الأفراد عن بعضهم البعض من خلال هذه التنظيمات و الأساليب السلوكية المتعلمة الغير مطلقة.

ج- **الدافع** : التعلم يتضمن تحسنا مستمرا في الأداء و أن طبيعة هذا التحسن يمكن ملاحظته نتيجة التغيرات و وجود الدافع عند المتعلم ضروري ليوجه مملوكة نحو الهدف المقصود.

فالدافع يحدد موقف المتعلم التعليمي الايجابي للسعي نحو الهدف)

1- **التعزيز هو التقوية و التدعيم و التثبيت و الإنابة** إذ يتم تعزيز ما هو صحيح و إيجابي في سلوك الفرد حتى يتم تثبيته و ترسخه في الذهن . عن طريق التكرار ، إذ أن الممارسة و تكرار ها من شروط التعلم الصحيح ، فالتكرار هو الموجه لغرض معين و الذي يؤدي الى تحسين الأداء ، أهتم سكينز على تعزيز الاستجابة في حين أكد غيره من السلوكيين على تعزيز المثير في التعلم تعزيز الاستجابة جزء من السلوك و التعزيز يكون فوريا و أنيا أي قبل انتقال المتعلم إلى الخطوة التالية و يعرف بالتعزيز الايجابي في العلاقة بين سلوك الفرد و نتائج تعزيزات هذا السلوك)

2- **الإنطفاء** : و هو ضعف و خمود و اختفاء السلوك المتعلم سواء كان السلبي عن طريق عملية الكف (كف ايجابي) و يلاحظ أيضا أن الاستجابات التي لها أثر محيط تميل إلى الانطفاء

3 - **التعميم** : إذا تعلم الفرد استجابة و تكرر الموقف فإن الفرد بنزع إلى تعميم الاستجابة المتعلمة على استجابات أخرى تشبه الاستجابة المتعلمة .

4- **التعلم و محو التعلم (إعادة التعلم)** : هو تعديل في السلوك أو تغيره نتيجة لاختيرة و الممارسة تم التعلم بعد التعزيز لما هو ايجابي و الكف عن ما هو مسلي مع التكرار ، وبعد الانطفاء بتعلم سلوك جديد

و هذه السلسلة من عمليات التعلم تحدث في التربية بصفة عامة وصالحة تقريبا لكل المجالات التربوية خاصة في المراحل التعليمية المبكرة للأطفال.

و بالنسبة للمجال الرياضي في مناسبة للتعليم و التربية الرياضية و كذا التدريب و التحضير البدني (خاصة للأطفال).

فكلاهما يستعين بقوانين و مبادئ النظرية السلوكية " التعزيز ، الكف النموذج " باستعمال عامل التكرار برنشي الرياضي المتعلم أو المتدرب الى أعلى و أرقى مستويات التعليم و التدريب من حيث الأداء الأفضل.