

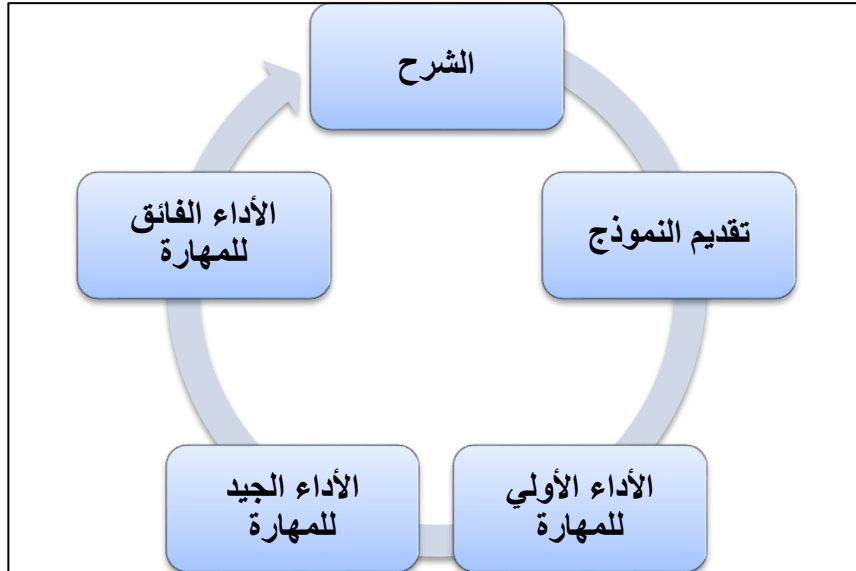
مقياس: اكتساب المهارات الحركية  
المستوي: السنة الثانية ماستر  
الأستاذة: عباس

## "خطوات و طرق و وسائل تعليم المهارات الحركية"

### 1. خطوات تعليم المهارة الحركية

تعليم المهارات الحركية هو أحد أشكال التعلم الحسي الحركي. و التعليم الحركي يبدأ بالتعرف على المهارة و ينتهي بالقدرة على الأداء. و فيما يلي سوف نتناول خطوات تعليم مهارات حركية ،مسترشدتين بوجهة نظر (كوريت مايتيل) كما هو موضح في الشكل الموالي:

الشكل رقم (25): يوضح خطوات تعليم المهارات الحركية



### 1.1-الشرح:

و هي الخطوة التي يلجأ إليها المدرس عند تعليم التلاميذ إحدى المهارات الحركية. و الغرض من هذه الخطوة هو إعطاء التلميذ فكرة عامة عن الحركة بصورة إجمالية مع لفت نظره إلى الأجزاء الرئيسية في الحركة و التي تؤثر على الأداء ، و يقل إتباع هذه الخطوة كلما قل عمر التلميذ حيث لا يدركون أهمية الشرح بل يعتمدون على حواسهم و ليس على عقولهم في إدراك الأشياء.

### 1.1-تقديم النموذج:

و هو أن يقدم المدرس نموذجا للحركة التي يقوم بتدريسها. فكلما قل سن التلميذ كلما احتاجوا إلى مشاهدة النموذج.

و النموذج يمكن تقديمه بإحدى الطرق الآتية:

\*أن يقوم المدرس بأداء الحركة على أن يكون الأداء صحيحا خاليا من الأخطاء و أن يقف بطريقة تظهر بوضوح خط سير الحركة و خط سير كل جزء من أجزاء الجسم.

\*أن يلجأ المدرس إلى إحدى التلاميذ المهرة في هذه المهارة ليقدمها أمام زملائه.

\*استخدام النماذج و الصور المتحركة في تقديم النموذج.

\*استخدام الفيلم السينمائي في عرض المهارة لأحد الأبطال.

\*استخدام الصور الثابتة و التي تشمل تطور أوضاع الجسم أثناء الأداء.

### 3.1-الأداء الأول للمهارة:

بعد أن تفهم التلميذ للمهارة يبدأ في محاولة أدائها و على المدرس أن يكون مدركا بأن التلميذ سوف يتعرض للمحاولة و الخطأ أثناء المحاولة و كذلك يجب على المدرس أن يكون يقظا.و أن يقدم للتلميذ النصائح و تصحيح الأخطاء باستمرار و عقب كل محاولة يقوم بها التلميذ حتى لا تثبت المهارة بصورة خاطئة يصعب تصحيحها.

و في هذه المرحلة تظهر الفروق الفردية بين التلاميذ بوضوح.ولذا يستحسن تقسيم التلاميذ حسب قدراتهم الحركية.

### 4.1-الأداء الجيد للمهارة:

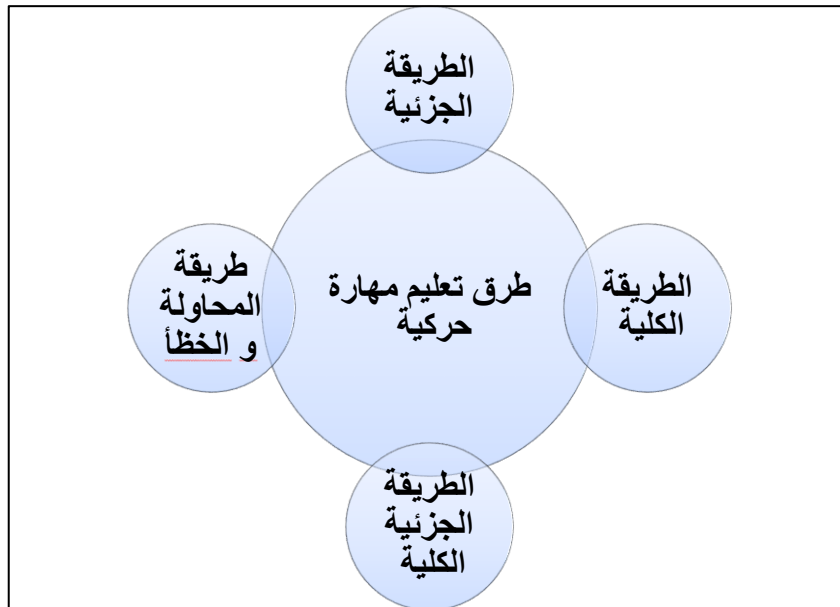
و في هذه المرحلة يكون التلميذ قد تخلص من الحركات الزائدة و تميز أدائه بالتوافق العضلي و أصبحت الحركة انسيابية و الأداء بأقل جهد ممكن.

### 5.1-الأداء الفائق للمهارة:

و في هذه المرحلة يثبت الأداء و يشعر التلميذ بأن أدائه أكثر تكاملا من حيث الشكل و العمل العضلي كما يتوافر أداء التلميذ للحركة على الإيقاع الصحيح و الانسيابية و النقل الحركي السليم. (الشحات، 2007، الصفحات 186-187)

## 2. طرق تعليم المهارة الحركية:

الشكل رقم (26):بوضح طرق تعليم المهارة الحركية



### 1.2-الطريقة الجزئية:

و هي الطريقة التي تعتمد على تقسيم عناصر الحركة أو المهارة إلى أجزاء، و هي تعد ذات أهمية بالغة في التعلم، حيث يتم تعليم كل جزء من عناصر الحركة أو المهارة لوحده، و هي واسعة الاستخدام في التعليم لما تمتاز من سهولة ببساطة التنفيذ، إذ يمكن للمتعلم أن يتقهم و يستوعب الأجزاء الرئيسية للحركة أو المهارة، و تعد هذه الطريقة فعالة جدا عند تعليم المهارات الحركية الصعبة و المركبة كما أنها تستدعي أن تكون متناسبة مع قابليات و قدرات المتعلمين في المراحل الأولى من التعليم...و من مميزاتا الأساسية هي اكتشاف المتعلم لمواطن القوة و الضعف في الحركة أو المهارة من خلال تقسيمها إلى عدة أجزاء، الأمر الذي عن طريقه يمكن التغلب على بعض الصعوبات في العملية التعليمية (الشاويش، 2013، صفحة 272)

و بالرغم من مناسبة هذه الطريقة لبعض المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة و التعقيد إلا أنها لا تتناسب مع المهارات الحركية السهلة البسيطة أو المهارات الحركية و التي لا يمكن تجزئتها و يرى البعض أن من أهم عيوب هذه الطريقة أنه في كثير من الأحيان تفقد بعض أجزاء المهارة الحركية الارتباط الصحيح بالأجزاء الأخرى مما يعمل على تأجيل إتقان التوافق المنشود للمهارة الحركية و ظهور بعض العادات الحركية الخاطئة كنتيجة لربط الأجزاء المنفصلة بعضها ببعض الآخر. (إبراهيم، 2014، صفحة 166)

## 2.2- الطريقة الكلية:

و هي الطريقة التي يحاول فيها الفرد الرياضي تأدية الحركة أو المهارة الحركية كاملة دون تجزئتها، أي أن الواجب الحركي يؤدي بصورة كلية، فالمهارة المنخفضة في تعقيدها...كالتهديف على المرمى، تمارس ككل، فعندما تعرض المهارة على المتعلم ككل، فإن المتعلم يكتسب المعلومات و المعارف الخاصة بالمهارة، و يكون فكرة عن كيفية الأداء و مع الاستمرار في التدريب يبدأ مستوى الأداء بالتحسن حتى تحقيق الهدف. إن تعلم و ممارسة المهارة بطريقة كلية يساعد المتعلمين على تنمية إحساس أفضل مع إيقاع و توقع حركي أحسن (الشاويش، 2013، الصفحات 271-272)

كما أن من مزايا هذه الطريقة هو أنها تسهم بدرجة كبيرة في العمل على خلق أسس التذكر الحركي للمهارة، و ذلك لأن الفرد يقوم باستدعاء و استرجاع المهارة الحركية كوحدة واحدة أي ارتباطها بأجزائها المختلفة دون تجزئة إلا أن هذه الطريقة من الصعوبة استخدامها عند تعلم المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة. (إبراهيم، 2014، صفحة 165)

## ملاحظة:

### - هل من الأفضل تعلم المهارة الحركية بالطريقة الكلية أم بالطريقة الجزئية؟

أثبت "دلجر Dilger" تفوق المجموعة التجريبية و التي استخدمت (الطريقة الكلية) في التعلم عن المجموعة الضابطة التي استخدمت (الطريقة الجزئية) لتعلم نفس المادة الحركية، و قد أسفرت نتائجه عن تفضيل التدريب الكلي باستخدام (الطريقة الكلية) عن التدريب الجزئي باستخدام (الطريقة الجزئية) (سلامة، 2013، صفحة 81)

## 3.2- الطريقة الجزئية الكلية:

في الكثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقتين معاً لكي تتحقق الاستفادة من مزايا كل منهما و في نفس الوقت تلافي عيوب كل طريقة و قد دلت التجارب و الخبرات على أن التعلم بالطريقة الكلية -الجزئية تحقق أحسن النتائج بالنسبة لمعظم المهارات الحركية.

و يجب على المدرب أن يقوم بتعليم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة و أن يكون تعليم الأجزاء الصعبة بصورة منفصلة مع ارتباط ذلك بالأداء الكلي للمهارة الحركية مع مراعاة تقسيم أجزاء المهارة الحركية إلى وحدات متكاملة و مرتبطة عند التدريب عليها كأجزاء، هنالك عدد كبير من المدربين يحبذون هذه الطريقة. (إبراهيم، 2014، صفحة 166)

#### 4.1-طريقة المحاولة و الخطأ:

يحاول التلميذ في هذه المرحلة أداء المهارة حسب قدراته الحركية و على المدرس القيام بدور الموجه و المرشد في إعطاء النقاط التعليمية التصحيحية و تساعد هذه الطريقة التلميذ على اكتشاف أخطائه بنفسه و بالتالي يحاول سريعا أن يصححها.

و بتحليل هذه الطريقة في التعليم نجد أن المدرس لابد و أن يختار الطريقة المناسبة التي تتفق مع أهدافه و قدرات تلاميذه كذلك مع الإمكانيات المتوفرة بالمدرسة. الهام إذن الوصول إلى الهدف بأقل جهد و أقصر وقت. (فهيم، 2004، صفحة 80)

### 3.الوسائل التعليمية و التعلم الحركي:

إن الوسائل التعليمية و أهمية استخدامها في عملية التعلم الحركي لم تعد موضوعا هامشيا في العملية التعليمية أو التدريبية بل أصبحت جزءا لا يتجزأ من مقوماتها الأساسية. بدليل الزيادة المطردة في استخدامها من قبل المعلمين و المدربين في أنحاء العالم كافة. إذا أن استخدام الوسائل التعليمية المختلفة يجعل عملية التعلم الحركي أكثر فعالية و ايجابية، و ذلك لأن استخدام الوسائل التعليمية في العملية التعليمية يؤدي إلى بناء و تطور التصور الحركي لدى المتعلم، و يعمل على تحقيق أكبر قدر ممكن من الكفاية التعليمية التدريبية.

فالوسائل التعليمية هي كل ما يساعد على اكتساب المهارة من خلال الحواس المختلفة و بالتالي تعمل على التأثير الايجابي في سرعة تعلم المهارات الحركية و تحسين مواصفات الأداء و التكنيك. (خيط، 2013، صفحة 87)

### 1.3. مفهوم الوسائل التعليمية:

تعبر الوسيلة التعليمية عن اتجاه حديث في مجالات التعلم الحركي و التدريب الرياضي في التربية الرياضية... و قد وردت تعاريف عدة للوسائل التعليمية ندرج منها ما يلي:

-هي أجهزة و أدوات و مواد يستخدمها المعلم لتحسين عملية التعلم و التعليم.  
-هي الأدوات و الطرق المختلفة التي تستخدم في المواقف التعليمية و التي لا تعتمد بصورة كلية على فهم الكلمات و الرموز و الأرقام.

-هي ما يندرج تحت مختلف الوسائط التي يستخدمها المعلم في الموقف التعليمي بغرض إيصال المعارف و الحقائق و الأفكار و المعاني للدارسين.

و هي بمعناها الشامل تضم جميع الطرائق و الأدوات و الأجهزة و التنظيمات المستخدمة في نظام تعليمي أو تدريبي بغرض تحقيق أهداف تعليمية أو تدريبية محددة. (الدلمي، 2016، صفحة 178)

### 2.3-أسس اختيار الوسائل التعليمية:

توجد نقاط عدة يجب مراعاتها لاختيار الوسيلة المساعدة حيث يأتي دور المعلم أو المدرب في اختيار الوسيلة المساعدة التي يجب أن تتناسب و إمكانيات و قدرات المتعلمين البدنية و الذهنية و المهارات و هذه النقاط هي:

- \*أن تكون غير معقدة و واضحة للمتعلمين في طريق استخدامها.
  - \*أن تكون ذات تكلفة اقتصادية قليلة في صناعتها.
  - \*أن تحقق الهدف الذي صممت من أجله.
  - \*أن تكون مشوقة و تجذب انتباه اللاعبين لها. (الربيعي، 2012، صفحة 291)
- 4.3- أهمية الوسائل التعليمية:**

- \*توفير الجهد و الوقت المبذول من قبل المتعلمين و المعلمين.
- \*تساعد على توصيل المعلومات و المعارف المهارية و الخططية و تمكن اللاعبين من تصور ها.
- \*تساعد على توسيع مجال الخبرات التي يمر بها المتعلم و تجعلها أكثر فاعلية .
- \*تساعد على إثارة الدافعية لدى المتعلمين و تخلق عندهم الحوافز الشديدة نحو التعلم.
- \*تبسيط الأفكار و المعلومات و توضيحها، و تساعد المتعلمين على القيام بأداء المهارات كما هو مطلوب.
- \*تساعد على رفع مستوى المتعلمين و استعداداتهم و تشويقهم إلى التعلم.
- \*تساعد المتعلمين على المشاركة و التفاعل بإيجابية أكبر مع المواقف المهارية و الخططية. (خيط، 2013، صفحة 88)

### 5.3- تصنيف الوسائل التعليمية:

للسانل الالعلمفة الصنفاف ماعدة وهف اأأأاف باأأأاف الأأس الالف اعأماء فف الصنفها، و من أهم هاه الصنفاف لاه الشكل الموالف:

الشكل رقم(27): بوض الصنف الوسانل الالعلمفة.

