**المحاضرة 04: التعلم و التعليم الحركي**

**اولا: التعلم:**

**مقدمة:**

عرف ستالنج "Stalling" التعلم بأنه التغير في السلوك، و عرفه ماجل "Magil" حالة داخلية لا يمكن ملاحظتها مباشرة بل يمكن الاستدلال عليها من خلال سلوك الفرد، كذلك عرف ماكلندس"M.candless" التعلم على أنه اكتساب المهارات الجديدة و إدراك الأشياء و التعرف عليها عن طريق الممارس، بما في ذلك تجنب بعض أنماط السلوك التي يتضح للفرد عدم فعاليتها أو ضررها.

أما " سيد خير الله" و "ضموح السناني" يعرفانه: بأنه عملية عقلية تحدث داخل الكائن الحي و تظهر في صورة تغيير تقدمي دائم نسبيا في سلوكه و ذلك نتيجة الممارسة.

كما يتفق كل من " أحمد شعبان"" سامي عبد القوى" على أن التعلم هو تغير دائم نسبيا في السلوك يحدث نتيجة للخبرة ومنه نستنتج.

يعد التعلم مفهوما إفتراضيا نستدل عليه بطريقة غير مباشرة فنحن لا نستطيع أن نشاهد التعلم و إنما نستدل عليه و على حصوله من أثاره و نتائجه التي نلتمسها من خلال ملاحظة سلوك و أداء الفرد و عليه فالتعلم ما هو إلا مفهوم إفتراضي بمعنى أنه نفترض وجوده بناء على ما نلاحظه من تغيرات في سلوك الفرد و الحقيقة إننا لا نلاحظ إلا سلوك الفرد، أما العمليات التي تجري داخله فإننا لا نلاحظه و إنما نستنتج وجودها من سلوكه و أداءه.

1. **طبيعة و خصائص التعلم:**

-أن التعلم هو تكوين افتراضي حيث لا يستدل على التعلم مباشرة بل عين طريق النتائج و الأثار المترتبة عليه.

أن التعلم يدل على تغير في السلوك، أن نلاحظ أنه في بداية عملية التعلم تكون استجابات المتعلم غير منتظمة و بعد فترة من التعليم و التدريب يتوصل إلى التوافق الجيد.

يؤدي التعلم في اكتساب خبرات جديدة فمن خلال تعامله مع البيئة و المجتمع المحيط به يكتسب خبرات كثيرة من اكتساب مهارات حركية أو اكتساب المعلومات و المعارف المتنوعة.

* إن التعلم يجب أن يكون ثابت نسبيا و يتصف بالإستمرارية.
* أن التغير الذي يحدث في سلوك الفرد من جراء التعلم ينجم تحت شروط التجربة و الممارسة المعززة.
* وجود فرق بين مفهوم التعلم و مفهوم التعليم إذ أن التعلم هو التغير النسبي الثابت في السلوك نتيجة التجربة أما التعليم فهو عملية تزويد الفرد بالخبرات و الإتجاهات حتى يستطيع مواجهة المشكلات و المتغيرات المستمرة في متطلبات الحياة التي تساعد على النجاح.
1. **مراحل التعلم:**

يحدث التعلم في سلسلة من الخطوات المتتابعة حتى يئيى إلى ترتيب الأفكار و تنظيمها و تسهيل عملية تخزينها و سبل استرجاعها.

الأولى: يكون فيها السلوك التعليمي غير منظم بالنسبة للموضوع المقصود تعلمه فالإنسان قد يعرف بعض المعلومات المتناثرة عن الموضوع، لكنها غير متلاحمة مع بعضها البعض لإيجاد نسيج له الأثر القوي الذي يؤدي إلى التعلم المنظم و الصحيح لهذا السلوك.

الثانية: يشعر الفرد خلال هذه الخطوة و عن طريق البحث و محاولة الإرضاء، حسب الإطلاع و الدراسة في الشعور بمعرفته لبعض أجزاء الموضوع، مما يساعد على تجديد الهدف و يقلل من الشعور بالضيق و الخبرة و يتمكن خلال هذه العمليات من تكوين فكرة عن الموضوع.

الثالثة: يتم في هذه المرحلة فهم الموضوع مع الشعور ببعض الصعوبات، كما قد تبدو بعض أجزاء الموضوع غير متماسكة أو متصلة و لهذا يقوم المتعلم بتقسيم الموضوع و النظر إليه بطريقة جزئية أو على شكل وحدات صغيرة.

الرابعة: و يتم الفهم خلال هذه المرحلة بطابع الإتقان و القدوة على الأداء و حل المشاكل المتشابهة و التي يكون لها صلة بالموضوع الرئيسي.

1. **قوانين التعلم:**

يتفق كل من " أحمد 1996" و " الشاويش 2013" على أن التعلم تحكمه ثلاث قوانين.

قانون الاستعداد: أن استعداد الفرد للتعلم يختلف من فرد لأخر، فقد يكون الفرد عنده القابلية لتعلم حرفة معينة و ليس عنده القابلية لتعلم حرفة أخرى و قد يكون الرياضي عنده قابلية لتعلم مهارة رياضة دون أخرى.

إذا قانون الإستعداد يؤكد على أنه إذا كان هناك استعداد لدى الفرد الرياضي للقيام بسلوك معين، فإن هذا السلوك يؤدي إلى الارتياح، أما إذا كان هناك عائق ما، تحول دون القيام بالسلوك المذكور فإن ذلك يؤدي إلى شعور الفرد بالضيق، فضلا على أن هذا القانون يشمله وجود الدافع و الرغبة و الميل لدى الفرد الرياضي من أجل بذل المجهود .

**قانون التدريب(التمرين):**

إن التعلم لا يصل بمجرد تكرار الحركات و المهارات الرياضية من قبل اللاعبين، بل يجب أن يكون مبنيا على أسس علمية مقننة للتقدم بمستوى قابليتهم ومهاراتهم نحو الأحسن و عليه فإن عملية التدريب عملية مكملة لعملية التعلم و لهذا القانون عاملان رئيسيان هما:

1. قانون الاستعمال (التكرار): و يظهر بأن التمرين يكون فعالا إذا كنا نمارس بصورة مستمرة و متواصلة دون انقطاع.

ب- قانون الأعمال: و يظهر أن الانقطاع عن الممارسة يؤدي إلى إضعاف الارتباطات بين المثير و الاستجابة.

* قانون الاثر: و يشير هذا القانون إلى أنه حينما يحدث ارتباطا بين مثير و استجابة و يصاحب ذلك الارتباط النجاح أو الارتياح فإن قوة ذالك الارتباط تزداد و العكس صحيح. و هو ما يؤكد على ضرورة ربط سلوك الفرد الرياضي أثناء عملية التدريب بمواقف سارة من خلال التشجيع و الاطراء و التأكيد على طبيعة النتائج الايجابية التي يتوصل إليها.

4**- نظريات التعلم:**

هناك العديد من النظريات التي حاولت تفسير عملية التعلم، و فيما يلي عرض موجز لنظريات التعلم التالية و التي يمكن الإفادة منها في تعلم المهارات الحركية و التدريب عليها و إتقانها.

1.4. نظرية التعلم بالارتباط الشرطي:

ترتبط هذه النظرية باسم العالم الروسي بافلوف، و تتلخص في أنه يمكن اكتساب الفرد للسلوك المطلوب تعلمه إذا ما اقترن بمثيرات شرطية معينة إذ يقوم الفرد بسلوك معين نتيجة لمؤثرات معينة ارتبطت بهذا السلوك و بذلك تتكون لدى الفرد استجابات معينة ترتبط أو تقترن كل منها بمثير معين.

فعلى سبيل المثال عندما نرى الرعد أو نسمع البرق يرتبط بنزول المطر أي أننا تعلمنا استجابة معينة (و هي البقاء في البيت) نتيجة مثيل شطري معين (و هو الرعد أو البرق) سبق أن ارتبط بالمثير الأصلي (و هو المطر) و بذلك أصبح المثير لشرطي بمفرده يستدعي الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي.

و يتعلم الفرد بهذا الأسلوب، إذ يسترشد الفرد ببعض المدركات التي سبق ارتباطت بتأثير معين و تصبح بذلك عبارة عن إشارات أو علامات تؤدي إلى سلوك معين( ركن الملعب مثلثا)، أو اقتران اللعب بالسلوك التعاوني و تكرار ذلك تحت مثل هذه الشروط.

و بذلك يستطيع الفرد تعلم المهارات الحركية و الأنماط السلوكية المطلوبة بالإرتباط الشرطي.

2.4. نظرية التعلم بالمحاولة و الخطأ:

تذهب هذه النظرية إلى ان الفرد في سلوكه إزاء مختلف المواقف يقوم بأداء استجابات أو محاولات خاطئة متعددة قبل أن يصل إلى الاستجابة الصحيحة و يتعلمها فعلى سبيل المثال إذا حاولنا تعلم التصويب في كرة السلة فإننا نقوم في البداية بتوجيه الكرة نحو الهدف و التصويب فنجد أن الكرة تخطئ الهدف، فإذا لاحظنا أن الكرة قد انحرفت يمينا بعيدا عن الهدف فإننا نحاول مرة أخرى توجيه الكرة قليلا نحو اليسار، و إذا وجدنا أن الكرة لم تصل الهدف فإننا نسعى إلى إعطاء الرمية المزيد من القوة و الارتفاع، و هكذا نجد أنه في غضون محاولاتنا المتكررة نسعى لحذف بعض الاستجابات الخاطئة و الإبقاء على الاستجابة الأخرى التي توصل للنجاح في إصابة الهدف.

و هكذا نجد أن التعلم في إطار هذه النظرية ما هو إلا مسألة محاولة و خطأ، و بتكرار التعلم و التدريب تقل الأخطاء شيئا فشيئا حتى تتوصل في النهاية إلى الاستجابة الصحيحة.

3.4نظرية التعلم بالاستبصار:

تشير هذه النظرية أن الفرد يستجيب لأي موقف بطريقة كلية، إذ أن التعلم ما هو إلا نتيجة للإدراك الكلي للموقف، و هذا يعني أن كلما ازداد بصيرة الفرد الرياضي بالمهارة الحركية ككل، استطاع سرعة تعلمها و اكتسابها و هذا النوع من التعلم كثيرا ما نلاحظه في تعلم بعض المهارات الحركية أو عند تعلم خطط اللعب المختلفة بصورة كلية دون أن نقوم بتجزئة المهارة الحركية أو خطة اللعب إلى أجزاء صغيرة منفصلة.

4.4. نظرية التعلم الذاتي:

نظرية التحكم الذاتي تستخدم لغة و مفاهيم عصر الآلة الذي ارتبط بالتغيرات السريعة المتلاحقة الحادثة في تكنولوجيا الآلات و الأجهزة المختلفة كالحسابات الآلية و الإلكترونية و التي أدت إلى إمكانية التوصل إلى طرق و أسالب جديدة لفهم السلوك البشري و بصفة خاصة عملية التعلم.

التحكم الذاتي يؤكد على أهمية تحكم المتعلم في الموقف و الظروف المحيطة به و القدرة على الضبط و التحكم الذاتي في حركاته و بالتالي يستطيع المتعلم الاعتماد بدرجة أقل على المتغيرات الخارجية و زيادة الاعتماد على عمليات التحكم و الضبط الداخلية أو الذاتية.

5.4. نظريات معالجة المعلومات:

ترتكز نظرية معالجة المعلومات على دور الإدراك و الانتباه و التذكر و اتخاذ القرار، كما أنها تهتم بدرجة كبيرة بمقدار سعة المعلومات التي يستطيع الفرد استيعابها، و مقدار المعلومات أو متى يفتقر إلى هذه المعلومات، و كيف تستطيع المعلومات مساعدة الفرد على التمييز بينها حتى يستطيع القيام باستجابات صحيحة و دقيقة.

و ترتكز نظرية معالجة المعلومات على قدرة الفرد على استخدام المعلومات للإمكانية مواجهة الموقف و حل المشكلات و إصلاح الأخطاء و بذلك فإنها تعارض النظريات الشرطية التي تشير إلى إمكانية حدوث الاستجابات طبقا لمثيرات معينة.

6.4. التعلم الاجتماعي:

تؤكد نظرية التعلم الاجتماعي على أهمية المتغيرات المعرفية في التعلم بالملاحظة مثل الانتباه و التذكر و الدافعية و التعلم عن طريق تقليد سلوك نموذج ما.

و قد أشارت "ألبرتدورا" "Bandoura" إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالنمذجة أو القدرة، أي التعلم بملاحظة أو بتقليد الآخرين و هذا يعني أن الفرد عندما يلاحظ سلوك آخرين فعندئذ يكون باستطاعته إدراك بعض أو كل هذا السلوك الملاحظ.

فعلى سبيل المثال عندما يقوم الأستاذ بإثابة أو تشجيع التلميذ على أداء سلوك معين فإن مثل هذا التعزز أو التدعيم يدفع التلاميذ إلى تكراره، و على العكس من ذلك عندما يقوم الأستاذ بعقاب التلميذ على أداء أو سلوك ما فقد يكون هذا الإجراء دافعا للتلميذ لعدم تكراره و من ناحية أخرى فإن إدراك التلميذ في أن نجاح أو فصل أداء معين يؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج إيجابية أو نتائج سلبية و بالتالي نشأة الرغبة و الدافع في تكرار السلوك الناجح.

التعلم هو لب العملية التعليمية و التربوية جميعها، و أي صورة من صور النشاط التربوي أمنا هي عبارة عن موقف تعليمي هادف، و يحدث التعلم عندما يحتك المتعلم بموقف معين في ظروف خاصة، فمهما تعددت الطرق التعليمية فإنه ينظر على طرق التعلم من خلال الشروط اللازمة للتعلم دون إخلال بأحدها، و بهذا يصبح ما تعلمه الكائن الحي ذا مضمون في حياته.

ثانيا: **التعلم الحركي**

**مقدمة**

يعد التعلم الحركي أحد فروع العملية التعليمية العامة و التي تميز حياة الكائن الحي منذ ولادته و حتى وفاته، حتى لا يخلو النشاط البشري بمختلف أنواعه من التعلم و التعليم الحركي و تتفق عملية التعلم مع التدريب الرياضي في عملية انتقال المعلومات من المدرب أو المدرس إلى اللاعب أو التلميذ، كذلك في التغيرات التي تحدث في السلوك الحركي الناتج من العملية التعليمية و التي تهدف إلى اكتساب المهارات الحركية و القدرات البدنية و تحسين عملية اختيار السلوك المناسب للمواقف المختلفة و قد اجمع العلماء بمختلف مشاريعهم أن التعلم الحركي هو تغير نسبي ثابت في الحصيلة السلوكية أو الحركية للفرد فيزيولوجيا نفسيا ديناميكيا إستاتيكيا و المبني على الخبرة و المران.

* **تعريف التعليم الحركي:**

يعرفه جلفورد "Guilford" إن التعلم الحركي في إهمال الرياضي هو" تغيير أو تعديل في الأداء الحركي الرياضي نتيجة الاستثارة".

* و حسب " فرات جبار سعد الله" إن التعلم الحركي هو تغير دائم في السلوك الحركي نتيجة التكرار و التصحيح"
* و يعرفه شنابل "C.chnabil" 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.
* **أهداف التعلم الحركي:**

1/ فهم ابعاد السلوك الحركي.

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

* **خصائص التعلم الحركي:** هناك عدة خصائص يتميز بها التعلم الحركي هي:
1. الاتصال الإدراكي-الحركي:

ينظر للتعلم الحركي بانه خطوة نهائية في المهمة افدراكية-الحركية، إذ يتم التزويد بالمعلومات من المثيرات المستقبلية بتسلسل من الحركات المعينة و سمي هذا الاتصال الإدراكي –الحركي.

1. تسلسل الاستجابة:

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

1. تنظيم الاستجابة:

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

1. التغذية الرجعة:

يستطيع الفرد عن طريق التغذية الراجعة أن يحدد نتيجة تتابع حركته و يقوم بعمل التقويم لهذه النتيجة و على أي تعديلات مناسبة أو تغيرات لتتابع الاستجابة عند الضرورة.

* **اعتبارات عملية التعلم الحركي:**

توجد اعتبارات عدة لعملية التعلم وهي:

1/ عملية التعلم: إن عملية 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 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

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

3/ تفسير السلوك الحركي نتيجة الخبرات السابقة

* **شروط التعلم الحركي:**

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

**\*الدافعية:**

نعرف الدافعية بأنها حالة داخلية في الفرد تستثير سلوكه و تعمل على استمرار هذا السلوك و توجيهه نحو تحقيق معين.

فهي تعد من الشروط الأساسية التي يتوقف عليها تحقيق الهدف من العملية التعليمية، إذ نج 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.

\***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.

و هذا ما يؤكده (أحمد أمين فوزي 2013):أن التدريب هو أحد الشروط الرئيسية لتعلم المهارات الحركية، فلكي يتعلم الفرد المهارة لا بد و أن يتدرب عليها و يبذل 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".

**\*النضج:**

هو " درجة نمو معينة في بعض الأجهزة الداخلية في الكائن الحي،هذه الأجهزة تعتبر مسؤولة 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 المنضج".