**المحاضرة 06**

**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، مسترشدين بوجهة نظر (كوريت مايتيل).

* 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.

2.1- 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 الصورة 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 بان التلميذ سوف يتعرض للمحاولة و الخطأ أثناء المحاولة و كذلك يجب على المدرس أن يكون يقظا و أن يقد 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 و لذا 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.

2**/ طرق تعليم المهارة الحركية:**

* 1. 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 التعلم لما تمتاز من سهولة ببساطة التنفيذ، إذا يمكن للمتعلم أن يتفهم 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 مميزاتها الأساسية هي اكتشاف المتعلم مواطن القوة و الضعف في الحركة او المهارة من خلال تقسيمها إلى عدة أجزاء، الأمر الذي عن طريقه يمكن التغلب على بعض الصعوبات في العملية التعليمية.

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 انه 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 بالبعض الآخر.

2.2- الطريقة الكلية:

و هي الطريقة التي يحاول فيها الفرد الرياضي تأدية الحركة أو المهارة الحركية كاملة دون تجزئتها، أي أن الواجب الحركي يؤدى 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 تحيق الهدف.إن تعلم و ممارسة المهارة بطريقة كلية يساعد المتعلمين على تنمية إحساس أفضل مع إيقاع و توقع حركي أحسن.

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

**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 عين 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).

3.2- الطريقة الجزئية الكلية:

في الكثير من الأحيان يفضل استخدام الطريقتين معا لكي تتحقق الاستفادة من مزايا كل منهما و في نفس الوقت تلاقي العيوب 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 بتعلم المهارة الحركية ككل بصورة مبسطة و أن يكون تعليم الجزاء 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.

4.2- 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 التعلم 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.

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 السياسية. 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.

* 1. **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.

**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.

**3.3- 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 تصورها.

\*تساعد على توسيع مجال الخبرات التي يمر بها المتعلم و تجعلها أكثر فعالية.

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.

**4.3- تصنيف الوسائل التعليمية:**

للوسائل التعليمية تصنيفات متعددة و هي تختلف باختلاف الأسس التي اعتمدت في تصنيفها، و من أهم هذه التصنيفات لاحظ الشكل الموالي:

**الشكل يوضح تصنيف الوسائل التعليمية**