

## العوامل المؤثرة في التعلم الحركي - 4 - المحاضرة

التصميم على الهدف. (مروان عبد المجيد ابراهيم، 2002، ص91، 95).

تعلم حركة جديدة عمل إيجابي من جانب الفرد الرياضي، يرتبط بإدراك الفرد للحركة أو المهارة الجديدة مع إيمانه بالهدف منها، وطالما أن ذلك عمل إيجابي فهناك نشاط يقوم به الفرد الرياضي في مختلف الظروف والمواقف بتصميم معين لتحقيق هدف معين وهو دافع الحركة، وهذا لدافع الحركي الذي يظهر بوضوح عندما نلاحظ أن الأطفال الأصحاء يكونون في حركة دائمة خلال مراحل نموهم المختلفة، مع تناسب ذلك مع مستوى التطور الحادث في الجهاز العصبي لهؤلاء الأطفال الأصحاء، ويقوى هذا الدافع في المراحل الأولى عند الطفل، وبعد ذلك يظهر واقع الحركة عند الطفل في مراحل. فالطفل يبدأ بجمع تجارب حركية جديدة حول الأشياء الموجودة ببيئته الخارجية، إذن فدافع المران أو الحركة يشكلان أهم عوامل التعلم الحركي الجديدة في حياة الفرد فيما بعد.

وقد أطلق بافلوف Pawlow على دافع الحركة والمران "التصميم على تحقيق الهدف"، فالحياة تعمل من أجل هدف ما وهي المحافظة على الحياة ذاتها، ويسعى الانسان ويعمل بكل من أجل تحقيق ذلك الهدف، حيث يسمى هذا الهدف بغريزة الحياة، ويتكون هذا الدافع من عدة دوافع ويشكل القسم الأكبر منها الدوافع الحركية الإيجابية التي تتم في ظل عوامل وشروط تتناسب والحياة، والتي يمكن ملاحظتها من خلال حركات الذراعين.

إن الطاقة الأساسية للحياة تنبع من دافع المستقبل الذي له تأثير كبير على الحياة نفسها، فعندما يسعى المرء لتحقيق هدف ما فإنه يشعّ بالسعادة عندما يحقق هذا الهدف، لتنتقل منه بعد ذلك إلى هدف ثاني، وهكذا فالطاقة الأساسية للحياة هي العامل الهام لتحسين وتطور وتقدم حركات الحياة ذاتها، أي أنها كل شيء بالنسبة للتعلم الحركي، والتي تظهر بوضوح كما بينا في بداية حياة المرء كدافع حركة ودافع تمرين، ومع مرور الوقت يضاف التفكير والنشاط في التعلم مع الارادة والقدرة على العمل للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، بالإضافة إلى الانتاج العالي في الحياة العامة.

## المخزن الحركي والتجارب الحركية.

يرتبط تعلم الحركات الجديدة بدون شك على نمو الأجهزة الداخلية المختلفة وخاصة الجهاز العصبي، فلا يستطيع الطفل المشي بدون أن تنمو ساقاه بحيث تستطيعان تحمل وزن جسمه، ولكن يتمكن الطفل من الشعور بالاتزان، كما يستطيع الفرد الرياضي تعلم حركات جديدة كلما كثرت عنده التجارب الحركية، فالتجارب الحركية التي يمر بها الانسان أو الفرد الرياضي تحفظ في المخزن الحركي بالمخ، ذلك أن الجهاز العصبي ينمو وينضج من خلال العمل الدائم، وهذا يفسر لنا كيف يتم انتقال أثر التدريب من مهارة معينة إلى أخرى مشابهة، فلقد تناول علماء النفس هذا الموضوع بالبحث والدراسة لمعرفة هل ما تعلمه الفرد الرياضي وما يكتسبه من نواحي السلوك الرياضي في خلال ممارسته النشاط الحركي، سواء أكان في عمليات التدريب أو المنافسة يمكن أن ينتقل أثره في تعامله مع الناس، وهل تؤثر عملية اكتساب مهارة حركية معينة في اكتساب وتعلم بعض المهارات الحركية الأخرى.

من المعروف أن الفرد الرياضي لا بد أن يتعلم المهارات الحركية والسلوك الرياضي من درجة الصفر، ففي المجال الرياضي نجد أن الفرد قد مر بتجارب حركية وسلوكية كثيرة تؤثر بالطبع على الخبرات التي يحاول تعلمها واكتشافها، وقد يكون تأثير هذه الخبرات إيجابيا كما قد يكون سلبيا، وهذا يتوقف بالطبع على الخبرات السابقة التي يحتفظ بها في المخزن الحركي، لذلك فهناك انتقال إيجابي لأثر التدريب والمران، وهو عبارة عن إسهام مهارة معينة سبق تعلمها واكتسابها في تكوين أو تطوير مهارة أو مهارات جديدة، مما يساهم في سرعة تعلم وإتقان تلك المهارة الجديدة، والتي تركز بالطبع على خبرة حركية سابقة للفرد الرياضي، وهذه الخبرة الحركية الجديدة تتميز بالاتقان والتثبيت الصحيح للمهارة الحركية السابقة، والتي تتشابه في مكوناتها أو بعض مكوناتها مع تلك المهارة الجديدة.

كما أن الفرد الرياضي عندما يعرف مدى التشابه بين مكونات الحركة الجديدة والخبرة الحركية، يبحث عن عامل آخر ممثلا في اكتشاف العلاقة الأساسية بين المهارة الجديدة والمهارة أو الخبرة الحركية لديه لإمكانية التعميم بينهما، ففي كثير من المواقف يمكن تعميم

ما تعلمه الفرد الرياضي في المواقف المشابهة، فالخدع مثلا في الألعاب الصغيرة يمكن استخدامها على الألعاب الكبيرة، وهكذا.

بينما عندما يحدث تعارض بين مهارة حركية معينة سبق تعلمها مع مهارات حركية أخرى، مما تعمل على الإقلال من تعلم وإتقان تلك المهارات الحركية فيسمى ذلك بانتقال أثر التدريب السلبي أو التمرين السلبي، والذي يعمل على تداخل أو تعارض المهارات الحركية.

### غرض الحركة وهدفها.

لكل حركة واجب يحدد هدف وغرض الحركة، وكل حركة رياضية جديدة يتعلمها الفرد الرياضي، تخدم بالطبع أو تحقق واجبا حركيا سبق أن تعلمه أو سبق له التعرف به، وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا، حتى تكون هناك قاعدة للتعلم أفضل.

ويمكن القول أن التعلم الحركي المقصود أو الهادف يرتبط باستيعاب وفهم واجب الحركة الجديدة، ومع معرفة الغرض من تلك الحركة، وكلما وضح هدف وواجب الحركة فإن ذلك يبعث في نفس الرياضي الحماس والاقدام على أداء تلك الحركة، ويصبح التعلم الحركي ذا فاعلية عندما يتفاعل الفرد الرياضي مع أداة، أو يحاول التغلب على شيء عارض مثلا، ويرى العالم جون John أن وجود أداة لكل تمرين أو تدريب، أو وجود شيء يمكن الفرد الرياضي من التغلب عليه يجعل الموقف العلمي اكثر فاعلية، وهذا يوضح لنا أن الملائمة الخيالية أو المبارزة الخيالية لا فائدة منها، ذلك أن الواجب الحركي هنا ليس له غرض محدد، ذلك أن الحركات الرياضية هي عبارة عن نشاط إنساني مع الأدوات والعوارض، ومع الواجبات التي تفرضها البيئة الخارجية والتي تتم برغبة الانسان واختياره ليجد فيها ما يحقق رغباته.

إن هذا النشاط الانساني الدائم والذي يربط الانسان بالبيئة الخارجية من العناصر الأساسية للتعلم الحركي، والطفل الرضيع تبدأ علاقته بالبيئة الخارجية عندما يكون دافع حب الاستطلاع قد بدأ عن طريق اللمس والمسك لكل وقعت عليه عيناه أو وصلت إليه يدها.

والنجاح الحركي للطفل الصغير يجعله دائما مقدما على الحركات الناجحة ويتدرب عليها، وبالتالي تقوى تلك الحركات، وهذا بالطبع يؤدي إلى شعور طيب ومن هنا لا يعرف وجه الطفل الضاحك الذي تنجح محاولاته إلا بعد قيامه بعدة تجارب فاشلة. ولذلك يفضل وينصح في التعلم الحركي إعطاء الأولوية لعنصر الشجاعة في أداء الحركات مع اعطاء ملاحظة بسيطة عن طريقها يتم التحسن من ناحية النوع والكمية، وفي السنوات اللاحقة تصبح الإرادة واضحة وثابتة نجد خلالها أن الخسارة تكون واقعا للتدريب والمران، وهذا بالطبع يرتبط بقوة الهدف، ويبقى الفوز والهزيمة أمران لا بد منهما، فتاريخ الرياضة حافل بأمثال عديدة، وكلما قوى ووضح الهدف يصل الفرد الرياضي خلال مراحل الاعداد الطويلة إلى الفوز.