

الدرس 06 : أنواع التعلم الحركي

1- تعلم المهارات والعادات : تتضمن عملية التعلم الحركي على أنواع عديدة من المهارات مثل المهارات الحركية الأساسية كالمشي والجري والوثب وما إلى ذلك ، وكذلك المهارات الحركية الرياضية كتمرير الكرة والتصويب ، وهناك أيضاً تعلم واكتساب المهارات العملية وكذلك مختلف المهارات المرتبطة بالحياة اليومية.

مثلاً : الطفل الذي يبدأ في تعلم السباحة نجده يقوم بالكثير من الحركات الزائدة التي لا تدخل أساساً في حركات السباحة كما لا يستطيع الطفو فوق الماء واستخدام حركات اليدين والرجلين بطريقة صحيحة وفي أثناء عملية التعلم نجده يكتسب مهارة السباحة ونجده يسبح بدرجة توافقية جيدة.

كما يتعلم الفرد أيضاً الكثير من العادات فبذلك يكتسب نوعاً من السلوك الآلي يتميز بالترار في ظروف معينة ثابتة.

ويفرق البعض بين عامل التكرار بالنسبة للعادات والمهارات ففي العادات لا يتضمن التكرار مفهوم التدريب نظراً لأننا في العادات لا نحاول الوصول إلى درجة عالية في الأداء كما هو الحال بالنسبة للمهارات.

والعلاقة وثيقة بين المهارة والعادة. فالتصويب على السلة باليد اليمنى مهارة وفي نفس الوقت عادة. كما يطلق البعض على المهارات الحركية التي يتقنها الفرد ويقوم بتكرارها بطريقة آلية في غضون ممارسته للنشاط الحركي مصطلح "العادات الحركية".

وتكمن فائدة هذه العادات الحركية بالنسبة للفرد في أنها تساعد على القيام بتلك المهارات بطريقة آلية دون الحاجة إلى بذل المزيد من الجهد في التفكير حتى يتمكن من توجيه كل طاقاته وتفكيره في نواحي خطط اللعب المختلفة التي تتطلبها ظروف المنافسة.

ويسعى العلماء لدراسة أحسن الطرق والوسائل لتعلم واكتساب المهارات والعادات لمحاولة تطبيق المبادئ التي يتوصلون إليها لاختصار الوقت والجهد والمال.

2- تعلم المعارف والمعلومات والمعاني : في النشاط الرياضي يسعى الفرد إلى تعلم الكثير من المعارف والمعلومات عن قوانين الألعاب المختلفة وخطط اللعب ونظريات وطرق التدريب ونواحي التغذية والإسعافات. وغيرها مما يدخل في مجال المعارف والمعلومات والمعاني المرتبطة بالنشاط الحركي وبطرق ممارسته ونواحيه التنظيمية المختلفة وهذا ما يهيئ له التفاعل الدائم مع الآخرين.

3- تعلم السلوك الاجتماعي : يتعلم الآداب التي تعارفت عليها الجماعة و مختلف أساليب وأنماط السلوك الاجتماعي التي تهيئ له أسباب التكيف الشخصي مع الجماعة وهذه كلها نواحي لا تدخل في عداد المهارات والعادات ولا المعارف والمعلومات. والنشاط الرياضي من حيث هو ظاهرة اجتماعية يسعى لمحاولة إكساب الفرد لنواحي السلوك الاجتماعية المقبولة كالتعاون والخلق الرياضي وغيرها من أساليب السلوك الاجتماعي الحميد.

4- تعلم السلوك المميز للفرد : كل فرد رياضي يتميز بأسلوب خاص في طريقته لأداء مختلف المهارات الحركية. ويتعلم الفرد هذه الأمور في غضون حياته ومن خلال اكتسابه للمهارات والمعارف والمعلومات والنواحي الاجتماعية .

ويجب علينا أن نضع محل الاعتبار أننا لا نستطيع في كثير من الأحيان الفصل بين تعلم المهارات والعادات وتعلم المعارف والمعاني والمعلومات، وتعلم السلوك الاجتماعي وكذلك السلوك المميز للفرد.

فاستعمال اللغة مثلاً يمكن اعتباره مهارة من المهارات وذلك بالرغم من أن الكلمات التي تحتويها اللغة تدخل في عداد المعاني والمعلومات وفي نفس الوقت فإن اللغة هي بمثابة أداة اجتماعية ، كما أن الفرد يستخدم أيضاً طريقة معينة في التعبير كذلك الحال بالنسبة لتعلم مختلف الأنشطة الرياضية إذ أنها تتكون من الكثير من المهارات والعادات الحركية التي تتطلب بطبيعة الحال قدر معين من المعارف والمعلومات التي تضمن للفرد حسن الممارسة ، كما ترتبط أيضاً بعملية اكتساب السلوك الاجتماعي المقبول كما سبق ذكره ، وفي غضون ذلك كله يكتسب الفرد أسلوباً خاصاً في الممارسة يميزه عن غيره.

وقد حاول بعض الباحثين التفريق بين التعلم الحركي (تعلم المهارات الحركية) مقابل تعلم المعارف والمعلومات والمعاني (التعلم النظري أو التعلم اللفظي) على أساس الاعتقاد بأن التعلم الحركي لا يحتاج إلا إلى قدر أقل من العمليات العقلية العليا(كالتفكير مثلاً) في حين أن التعلم النظري يحتاج إلى درجة عالية جداً من إسهام العمليات العقلية العليا.