



تخصص: النشاط البدني الرياضي التربوي

المستوى اولى ماستر

السنة الجامعية : 2024 / 2023

السداسي الثاني

الإجابة النموذجية لامتحان مقياس المقاربة الايكولوجية والمعرفية للتعلم الحركي

الأجوبة

### الجواب الأول: مراحل التعلم الحركي بالشرح 06 نقاط

عمد الدكتور عبد الله اللامي على تقسيم مراحل التعلم الحركي بصورة عامة على ثلاثة مراحل لا يمكن الفصل بينها, فالواحدة منها تكون مكملة للأخرى , ولا يمكن الاستغناء عن أي مرحلة منها , حيث تظهر بصورة منظمة ومرتبطة , والمرحل هي :

**أولاً: المرحلة الأولى: مرحلة تطور التوافق الخام .** وتعتبر هذه المرحلة هي الأساس لتعلم المهارات حيث أن المتعلم بعد تعرفه على المعلومات الأولية لسير الحركة , يتمكن من أدائها بصورة غير متكاملة , وتحتوي على الكثير من الأخطاء والنواقص , كما ان المتعلم بعد سماعه للشرح من قبل المعلم , وعرض النموذج في البداية قبل التطبيق , فإنه يستوعب الحركة بشكلها الظاهري , ويحصل على تصور أولي بشكله الخام , أما بعد أداءه للحركة في المحاولة الأولى , يبدأ التعلم الحقيقي , حيث تبدأ المؤثرات الداخلية والخارجية بأخبار المتعلم عن وضعية الجسم خلال الأداء , ومن خلال التدريب والممارسة وطريقة التعلم , يصل المتعلم إلى مرحلة التوافق الخام . ويتميز الأداء الحركي في هذه المرحلة بما يلي :

- ظهور الأداء المتصلب او الضعيف , نتيجة استعمال قوة اكثر من المطلوب او اقل من المطلوب .
- نتيجة لعدم وجود علاقة بين الشد والارتخاء للعضلات , فأن الوزن الحركي يكون غير واضح .

- عدم - الظهور ال واضح لأقسام الحركة .

-قلة في انسيابية الحركة للتقطع في سير زمن الحركة.

عدم كفاية النقل الحركي او حدوث اخطاء فيه . من خلال - ذلك نستطيع القول ان هذه المرحلة هي المرحلة التي يحصل فيها المتعلم على التوافق الأولي للحركة, وتتميز باحتوائها على الكثير من الاخطاء , وبذل جهد كبير , وظهور التعب بسرعة نتيجة اشراك مجاميع عضلية لا علاقة لها بهدف الحركة , وكذلك عدم وجود انسيابية في الاداء .

ثانياً : المرحلة الثانية: مرحلة التوافق الدقيق

وتحصل هذه المرحلة نتيجة الانتقال من المرحلة السابقة الى مرحلة يستطيع فيها المتعلم من تكرار الحركة بوجود أخطاء قليلة ,حيث تختفي الكثير من الحركات العشوائية الزائدة ,ويصبح السير الحركي انسيابياً ,لذلك فإن المتعلم في هذه المرحلة تزداد لديه الرغبة في تكرارات الأداء . وفي هذه المرحلة يلعب المعلم دوراً كبيراً في عملية الانتقال من مرحلة التوافق الخام الى هذه المرحلة ,حيث يجب عليه توجيه المتعلم إلى النواحي المهمة في المهارة, وتصحيح الأخطاء عن طريق الشرح والعرض واستخدام الوسائل التعليمية . وطبقاً لهذا فإن صفات الحركة لهذه المرحلة تتميز بما يلي :

- استخدام القوة بشكل مجد ,وفي اللحظة المناسبة
  - اختفاء الحركات الزائدة والعشوائية.
  - ظهور واضح للوزن الحركي.
  - انسيابية الأداء ,حيث تشكل الحركات مسارات قوسية وليست الزاوية.
  - تطور التوقع الحركي.
  - السير الحركي للمهارة ,ملائم للواجب الحركي من خلال التركيز والانتباه .
  - يكون النقل الحركي متناسباً مع هدف الحركة .نتيجة لما تقدم نستطيع القول بأن هذه المرحلة ,هي المرحلة التي يستطيع فيها المتعلم أداء المهارة وتكرارها بشكل جيد , بحيث تكون انسيابية ,وذات وزن حركي , وتنسجم مع الهدف المرسوم ,واختفاء الحركات الزائدة نتيجة لاستخدام العضلات بشكل جيد.
- ثالثاً :المرحلة الثالثة :مرحلة تثبيت التوافق الدقيق .** وهي الغاية التي يسعى المتعلم للوصول إليها ,وتعتبر اخر مرحلة من مراحل التعلم الحركي ,حيث يصبح المتعلم فيها قادراً على الأداء في ظروف صعبة لم يتعود عليها سابقاً ,وامكانية أدائها بشكل ( اوتوماتيكي ,) والغاية تكون هي الحصول على انجاز رياضي عالٍ من خلال التدريب . ان صفات الحركة في هذه المرحلة:

- تحول الحركات الى حالة من الثبات ,وتكون تحت السيطرة حيث تؤدي بسهولة وفي أي وقت .
- تكون الحركة سريعة ومضبوطة ,وتبدو بانسيابية عالية .
- تكون الحركات متساوية المجال والزمان الى درجة كبيرة.
- الثبات في الوزن الحركي ,وكذلك في القوة المستعملة .
- تتصف الحركة بالانسيابية والجمال .ان مرحلة تثبيت التوافق الدقيق تشمل سير التعلم من مرحلة التوافق الدقيق ,حتى المرحلة التي يتمكن فيها المتعلم من أداء الحركة بنجاح تحت جميع الظروف ,وحتى تحت المتطلبات الصعبة غير المتعود عليها ,وهذا يعني تهيأت جميع المتطلبات للحصول على الانجاز الرياضي العالي.

نستطيع القول ان هذه المرحلة ,هي المرحلة التي يصلها الرياضيون المتميزون ذوو المستويات الرياضية العالية , حيث يتمكنوا من أداء المهارة تحت شتى الظروف بدون التركيز عليها ,وتنسجم مع الهدف المرسوم لها في الجهاز العصبي المركزي ,حيث تتصف الحركات في هذه المرحلة بالجمال والثبات في الوزن الحركي والقوة

المستخدمة ,ويؤدى التكنيك بصورة سريعة ومضبوطة ,وهذا يعني الوصول إلى مرحلة الثبات واليتها عند الإعادة.

### الجواب الثاني : تصنيف نوناك لمعرفة بالشرح 08 نقاط

يصنفها الى اثنان معرفة باطنة وأخرى ظاهرة.

- **المعرفة الباطنة** أو الضمنية وهي معرفة غير متاحة، موجودة في عقول الأفراد .وهي المعرفة المتضمنة للفرد الذي يمتلكها وهي غير مادية وصعبة النقل (Savoir-faire) .في الخبرة والمعارف العملية.
- **المعرفة الظاهرة** :وهي المعارف المقننة المتاحة من خلال الوثائق وبرامج الحاسوب ، وهي توافق المعارف الباطنة التي خرجت .

لقد ركز هذا التصنيف على معارف الفرد العامل في المؤسسة والمجسدة في المعرفة الباطنة ، فإذا ما خرجت هذه المعرفة وخزنت في الوثائق وبرامج الحاسوب ... تصبح معارف ظاهرة، وأيضا هي معرفة لا تخص شخصا بعينه كالمعرفة الباطنة؛ بل إنها متاحة للجميع وفي أي وقت ، بحيث أنها موجودة ومخزنة في وسائل مختلفة.

التي les savoirs أن معارف المؤسسة تحتوي جزءا من المعارف الخاصة (Grundstein ويرى 1995 ) تصف قدرة المؤسسة على دراسة، تحقيق وبيع منتجاتها وخدماتها . ومن جانب آخر تتضمن معارف عملية فردية وجماعية والتي تصف القدرة على الفعل، التأقلم والتطور . وأن تلك المعارف الخاصة savoir-faire هي المعارف الظاهرة وتكون في شكل بيانات، إجراءات، نماذج، خوارزميات، خطط، وثائق les savoirs فهي معارف باطنة تتجسد في القدرات les savoirs-Faire تحليل ... أما المعارف العملية لقد ركز هذا التصنيف على معارف المؤسسة الخاصة والتي تتميز بأنها معارف ظاهرة للعيان، وتصف قدرة المؤسسة على فعل أشياء معينة، كما تتضمن معارف عملية تخص الأفراد العاملين بها وتصف قدرتهم على القيام بالأعمال، القدرة على التأقلم مع المتغيرات الداخلية والخارجية، وكذا قدرتهم على تطوير معارفهم ومهاراتهم الفنية والسلوكية...

### الجواب الثالث: الفرق بين نظرية العادة ونظرية مخطط الاستدعاء

#### **- نظرية العادة Habit Theory**

وتعتبر أبسط وأقدم نظرية في التعلّم الحركي فتسمى بنظرية العادة ، وهي نظرية تركز أساساً على التغيرات الداخلية ( وربما الفسيولوجية ) للمستجيب كنتيجة الأداء المعزز ، ومن الباحثين من يذكر أن البداية الحقيقية في مجال التعلّم الحركي وتحديد السلوك الحركي والمهارة الحركية كانت على يد ( Wood Worth , 1899 )، إذ كان يبحث عن الأسس التي تحدد حركة الذراع بسرعة ودقة .

وبدأ ( Wood Worth , 1899 ) وبعض العلماء الألمان للتأكيد على مبدأ العلاقة بين السرعة والدقة وكذلك التأكيد على ( الذاكرة الحركية ) وبدراسة تحليلية نستطيع القول بأن (الذاكرة الحركية ) هي أساس (العادة).

فأن الفرد المتعلم ما لم يؤدِّ الحركة بالرجوع للذاكرة الحركية عدة مرات ، لا تصبح تلك الحركة أو المهارة عنده عادة ، لأن العادة عبارة عن نوع من السلوك المكتسب يصبح ثابتاً لا يتغير مع التكرار والخبرة.

أما ( Thorndike 1914 ) ، فقد ركز اهتمامه على تعلّم المهارات وأن قانونه الذي يقول : " أن الاستجابة التي يعقبها تعزيز وتشجيع تميل إلى التكرار ، أما الاستجابة التي لا يعقبها أي تشجيع أو يعقبها عقاب فلا تميل للتكرار " ، إن هذا القانون أصبح حجر الزاوية في كافة الدراسات السلوكية في هذا القرن والقرن الماضي .

### نظرية مخطط الاستدعاء

تشير نظرية مخطط الاستدعاء إلى أن شخصاً ما يتعلم مفهوماً عاماً عن استجابة حركية ( أو سلوك ) ، وهذه يمكن استخدامها في العديد من المواقف النوعية المختلفة ، وإن مثل هذه النظرية تساعد في تفسير التصنيفات الهائلة لنماذج الحركة التي تظهر في الأداء الفعلي ، ومثال ذلك هو أن يتعلّم الطالب الوقوف على اليدين على بساط الحركات الأرضية ، ومن ثم يستخدم هذا المخطط عند تعلمه الوقوف على اليدين على جهاز المتوازي أو جهاز الحلق في الجمناستيك .