

التعلم والتعلم الحركي (تعريف ومفاهيم)

التعلم : هو كل ما يسعى إليه الفرد من تحصيل معلومات وما يكتسبه من اتجاهات وعادات مختلفة ومهارات بمختلف أنواعها (عقلية أو حركية أو وجدانية أو خلقية).

التعلم الحركي Motor learning : وهو (دراسة الحركة من الناحية السلوكية) . أو هو (التغيرات التي تحدث في الجهاز العصبي المركزي نتيجة تراكم الخبرات) .

الأداء الحركي :

هو (الشكل الظاهري لعملية التعلم) ، أما التعلم عملية داخلية غير ملموسة .

التعلم الحركي والأداء :

– إن العملية التدريبية تحمل اثرين مختلفين (الأول مؤقت وزائل ينعكس من خلال الأداء والثاني ثابت ودائم ينعكس من خلال التعلم) .

– كما يظهر الفرق بين التعلم والأداء واضحاً من خلال المنحنيات التي تشير الى التعلم والأداء حيث (إن منحنيات التعلم هي غير منحنيات الأداء).

كيف نميز بين الأداء الحركي والتعلم الحركي :

يمكن التمييز بين الأداء الحركي والتعلم الحركي بان التعلم هو (تغير في السلوك الحركي) أما الأداء فهو (إنجاز أو رقم) ويهدف إلى (قياس السلوك الحركي للفرد) .

علم الحركة : ويعني دراسة الحركة من الناحية الفسيولوجية . أي انه(ميدان دراسة الأسس والقوانين الميكانيكية والتشريحية والمبادئ الفسيولوجية المتعلقة بحركة الإنسان للوصول به إلى أعلى مستوى في الكفاءة الحركية).

السيطرة الحركية : وهي الحقل الدراسي الذي يركز على فهم الجوانب العصبية والبدنية والسلوكية للحركة . ويعني أيضاً التوافق العصبي العضلي .

النضج :

ويقصد بالنضج هنا (عملية ظهور قدرات معينة لدى الفرد دون أي أثر للعملية التعليمية أو التدريبية وهو عملية نمو داخلي تتابعي تحدث تلقائياً وبصورة لا إرادية) ، ويعتمد التعلم على النضج ، ويعني كذلك النضج (وصول الأجهزة الداخلية الى مرحلة الإنتاج) .

المهارة :

وتعني أداء عمل معين (بكفاءة عالية) ، ويدعى الشخص الذي يؤدي حركة ما بكفاءة عالية أو بتكنيك عالي (مهماً) .

النمو :

ويعني الزيادة في القياسات الجسمية ، حيث إن النمو له علاقة بزيادة (أطوال الأجزاء وأعراضها وقياساتها) .