

مبادئ تدريس المهارات الحركية

هناك (٦) خطوات على المدرس أتباعها عند تدريس المهارات الحركية وهي :-

١ - التدرج اللفظي :

يجب عدم المغالاة في استخدامها حيث يكفي بشرح النقاط الهامة فقط بحيث يكون بلغه سهله وبسيطه وواضحه تتماشى مع المرحله السنيه للطالب وبيئته ويفضل ان يكون الشرح من خلال عرض نموذج عن طريق احد الوسائط المتعدده وهذه الخطوه قد لا تتناسب مع المراحل الاولى ، حيث يقل استخدامها كلما كان سن التلميذ صغيرا .

٢ . تقديم نموذج الحركه :

وتتميز هذه الخطوه بالاهميه في جميع انشطة التربيه الرياضيه ، وقد يؤدي النموذج بواسطة المدرس او احد الطلاب البارزين في النشاط ويفضل استخدام الوسائط المتعدده وليكن باستخدام شريط فيديو للحركات المطلوب تعلمها ويكون العرض بالتسلسل الاتي :

أ. تقديم عرض للحركه كامله لتحفيز الطالب وتكوين اتجاه ايجابي نحو تعلم هذه الحركه واخذ فكره كامله عنها .

ب. تقديم نموذج للحركه بشكل بسيط ، وشرح النقاط الفنيه والاختاء الشائعه على ان يعقب ذلك مباشرة عرض تصحيح لهذه الاختاء .

ج. تقديم عرض للحركه كامله في النهايه بالسرعه العاديه تمهيدا لاداء الطالب.

د. يصحب هذا العرض شرحا بالفاظ مناسبه من قبل المدرس وبالسرعه التي تناسب المرحله السنيه ، مع ملاحظه ، تتبع هذه الخطوات اكثر من طريقه تدريسيه .

٣ . قيام المتعلم بالحركه :

هذه المرحله يؤدي الطالب بنفسه مع الوضع في الاعتبار السرعه الفوريه بتصحيح الاختاء قبل ثبوتها ، حيث يكون من الصعب جدا تصحيح الخطا بعد ثبوته وعلى الرغم من ذلك فان كل

طالب سيحاول القيام بالاداء طبقا لما استوعبه أي (مأسمعه وشاهده)، ويختلف مقدار ذلك من طالب الى اخر ، فالطلاب يتفاوتون في مقدار ما يستطيعون استيعابه من اي شرح او رؤية اي نموذج ، حيث ان هناك فروقا فرديه ولذلك فلا بد ان يكون هناك نسبة خطأ في الاداء والمهم في هذه الحالة هو تصحيح الخطأ فور ظهوره حتى لا يثبت في أداء الطالب ثم يصعب تصحيحه .

٤. التدريب على الحركة :

في هذه المرحلة سيشعر الطالب بانه قد ادرك الطريقه الصحيحه للاداء بعد ان يقوم بالحركه عددا من المرات ، لكن من المهم ان نعلم ان اتقان الحركه يتطلب اثرا عميقا في الجهاز العصبي والعضلي حتى تتمكن العضلات المختلفه المنوطه بالعمل في ذات الحركه بالقيام بدورها بالقدر المناسب والتوقيت المناسب وتصبح الحركه بذلك منسجمه انسيابيه ، كل ذلك ياتي عن طريق تكرار اداء الحركه بالطريقه الصحيحه فكل اداء يترك اثرا في تنمية التوافق العضلي العصبي اللازم ومثل هذه التكرارات تثبت عنصر التوافق في الاداء وتزيد من عمليات الكف بالعضلات غير المنوطه بالعمل في هذا الاداء ويقربه من المرحله الاليه ، اي يصبح الفرد قادرا على القيام بالحركه دون التفكير كثيرا في كل خطوه منها ، وعلى ذلك فالتدريب على الحركه مهم لتثبيت الاداء واكتساب المهاره الحركيه المطلوبه .

٥. التقدم بالمهاره او الحركه :

قد تكون الحركه عباره عن وحدة مهاريه متكامله اي ذات نسق لا يمكن تجزئته كالتصويب على السله باليدين من الثبات ، وهذه المهاره الحركيه لا يمكن تجزئتها ولذلك يبدأ تدريسها بشرحها ثم ادائها كلها بعد النموذج ، ثم يكون التقدم بها بعد التدريب الكافي لتثبيت المهاره المطالبه بالدقه او التصويب من زوايا مختلفه ومن مسافات مختلفه ، اما اذا كانت الحركه ذات مهارات متعدده او مركبه يمكن تجزئتها كما يحدث في مهاره الجري بالكره ثم التصويب على السله فيتم تدريسها عن طريق تجزئتها بتناول جزء من المهارات المركبه كحركه الجري بالكره مثلا ويتم تدريس هذا الجزء

والتدريب عليه لاتقانه وتثبيته ثم يتم تدريس الجزء الثاني وهو التصويب على السله بنفس الطريقه السابقه ثم يتم التقدم بها عن طريق ربطها بالوحده المهاريه السابقه وهي الجري (المحاولة) بالكره ثم التصويب وهكذا .