مفهوم التربية الحركية

التربيه الحركيه من المفاهيم الحديثه التي يقصد بها (التعلم عن طريق الحركه) وفيها تتسع دائره التعلم فتشمل جوانب نمو الفرد جميعها ، وتكون الحركه اداة هذه الدائرة لتحقيق الاهداف المرجوة وهي اللياقه البدنيه والحركيه والعقليه والخلقيه ، فهي تنظر الى الانسان كوحدة متكامله عملياً ووجدانياً وجسمانياً ،وان التربيه الحركيه تمثل إحدى الاهداف الحديثه في التربيه الحركيه عباره عن اسلوب هادف يتم عن طريق الاستعانه بالحركه ، كما انها تهدف في الوقت نفسه الى تعلم الحركه ،فالحركه هي موضوع التعلم ،واللياقه البدنيه والحركيه والعقليه والوجدانيه

هي هدف هذا النوع من التعلم ، الذييتم عن طرقي استثاره وتحدي قدرات الطفل المعرفيه والحركيه

ولآعطاء صوره افضل عن مفهوم التربيه الحركيه كان من الضروري عرض مجموعه التعريفات للتربيه الحركيه التي اشار اليها العاملون في المجال الحركي التي يمكن من خلالها ابراز مفهوم التربيه الحركيه.

اذ عرفها (امين انور الخولي ،2000) بأنها "ذلك الجانب من التربيه الاساسية التي تتعامل مع النمو ،والتدريب لانماط الحركيه الطبيعيه الاساسيه باعتبارها تختلف عن المهارات الحركيه الخاصه بالانشطة الرياضية"

في حين عرفها (جبريل جريد ،1999) "ذلك الاسلوب الذي يعتمد على التعلم من خلال الحركه هادفاً الى تنميه الفرد جميع نواحي مركزاً على مرحلة ما قبل المدراسة ومرحله التعليم الاساس".وتشير اغلب اراء الباحثين في التربية الحركية "هو اعتبارها نظاماً تربوياً يعتمدعلى الحركات الاساسية الفطرية للطفل و يعبر عن اسهامات التربية البدنية في التربية الاساسية للطفل منذ الطفولة وحتى البلوغ" ويعرفها (جودفري ،كيفارت).التربية الحركية بأنها "ذلك الجانب من التربية الاساسية الذي يتعامل مع تنمية وتدريب انماط الحركة الطبيعية الاساسية للطفل"

الصفات البدنية ، وتقوية اجهزة الجسم – الحيوية بما يتناسب والخصائص العمرية للطفل.

**ثانياً:الاهداف الاجتماعية والنفسية والصحية والانفعالية وهي :**

* اكساب الطفل المهارات الاجتماعية عن طريق الاشتراك في الانشطة والالعاب الحركية والرياضية.
* اكساب الطفل مفاهيم السلامة العامة والخاصة المرتبطة بالممارسة البدنية.
* ان يدرك الطفل المفاهيم الثقافية المرتبطة بالنشاط البدني
* اهمية ممارسة النشاط البدني من اجل الصحة والوقاية من الامراض
* اهمية المحافظة على البيئة كالملاعب وكل ما يتعلق بالخدمات العامة
* تعريف الطفل بأهمية الغذاء الجيد منال الصحة.
* اكساب الطفل التحكم في الانفعالات في حالات النافس مع اقرانه
* ويمكن ان تضيف ما شأت من الاهداف التي تتناسب وعمر الطفل

**ثانياً: اهداف خاصة بالمعلم:**

* يتعلم دوراً جيداً اساسه القيام بالحفز والارشاد والتوجيه الاخذ والعطاء مع التلاميذ بدلاً من الفرض والاملاء والتسليط
* يجعل ما يجري حوله على الواقع موضوع بحث ودراسه ومصدرا للمعارف والمعلومات المتعلقة بالتربية البدنية والرياضية بدلاً من مجرد الاعتماد على ما ورد في كتب مترجمة او غير مترجمة من الخارج
* يتعلم كيف يتعامل فردياً مع الاطفال وينمي طرائق تدريسية فردية جديدة بدلاً من التعليم الجماعي وذلك بحكم ما يتاح له من فرص في هذا الاتجاه في التربية الحركية

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **المهارات الحركية الاساسية** | | |
| **مهارات الانتقال** | **مهارات غير الانتقالية** | **مهارات المعالجة والتناول** |
| الزحف /الحبو  المشي  الركض  الوثب  الجري والوثب على قدم واحدة  الحجل  تبادل الحجل والخطو  القفز  الوثب والهبوط على قدم واحدة  (ليب) الانزلاق | التوازن  الدحرجة  التسلق  اللف  نقل ثقل الجسم  المرجحة  التلوي  الانثناء  الامتطاط  الوثب والهبوط في المكان | الرمي  المسك  الركل  الضرب  الخبط  التطيير  الاستلام  التحرك بـــــــــ |

**التربية الحركية والابداع الحركي**

من الخطأ ترك هذا الفصل يشرح الطرق الاولية في تعلم المهارة بدون مناقشة التربية الحركية والابداع الحركي.فالتربية الحركية سمة جديدة تعني كما حددت تجديداً في تصميمها وابداعاً في مداها .والغرض منها هو حل المشاكل واكتشاف وتكوين الخبرات.فهي تعطي اساس الحركات التي تستعمل في كل المهارات ومعرفة المدى الواسع للحركة التي يفرض ان تعطي حافز الابداع في الاستجابة.

**التربية الحركية Movement Education**

اصبحت التربية الحركية بعد تطوير بعض الحركات الفنية والمقرونة بالايقاع او هوية الاداء تحتوي على وحدات مندمجة عالية الانجاز للسيطرة على الجسم والاندماج الاجتماعي ، حيث احتوت على مهارات ترويحية لاجل تطوير توافق جمالية الحركة والقابلية العامة لها وهذا هو اساس التعلم.

**الاهداف الاساسية للتربية الحركية**

1. اعطاء الخبرة
2. اكتشاف وحل المشاكل لفهم الحركة
3. تحليل ومناقشة العمل الحركي
4. تحليل مفردات الحركة خطوة اساسية لتحليل المهارة
5. الانسياب كأشكال اساسية

**كيف يمكن لنا معرفة تأثير التربية الحركية على الاطفال؟**

للاجابة عن هذا السؤال نحدد النقاط الاتية:

1. ربما المحيط الذي يحفز ويسمح ب(بهجة الحركة) ليس اكثر من الاطفال ذوي خبرة وصحة خصوصاً عندما لا تتوافر لهم الاجهزة الجمناستيكية الجيدة والعاب الحدائق ،لذا يكون الاطفال احراراً في الحركة يمارسون الاكتشاف ويغذون مواهبهم ونشاطهم بفعاليات مختلفة

2- بعض الاكتشاف فيها متعة للاطفال وسرعان ما يتوصلون الى هدف مفيد في فعاليتهم.

3- الاطفال النشيطون جاهزون لحل المشاكل ويحصلون على اطار كامل للحركة ويتأقلمون مع قابليتهم الشخصية, ليكونوا قريبين من انجازهم. الاطفال مقلدون لما يرون من فعاليات مختلفة, ان هذا التقليد يعطي فكرة للابتعاد عن بذل جهد ضائع في التجربة مثل تجربة (تروندايل) للقطة في القفص عند تعليمها الضغط على المقبض للحصول على الطعام.

4- ان الاطار الكامل للفكرة مناسب لتنفيذ الاتجاهات المحدودة للطرق المناسبة لحركة المبتدئين وتقويم شكل الحركة في بنائها الخاص والمبدع.

5- التحليل والمناقشة ومحاولة الحديث عن التجارب الحركية ربما يؤخر درجة تعلم المهارة ويذكر (لوك):

ان تسليط الضوء على جزء من التغذية الراجعة لحركة ما والتي تكون موجودة في مركز الشعور لها قيمة محددة لتعلم المهارة المعقدة.. ان اكتساب المهارات الحركية هو احتلال تدريجي للسيطرة عليها في المنطقة الالية في حين لا يعمل الشعور كعامل مساعد للسيطرة, ةالاستمرار بالضغط على الادراك قد يؤثر على بعض الخطوات.

نظرية عدم تعزيز الرغبة في التعلم:توجد نظرية تشير الى عدم اعتماد الرغبة في تعزيز تسارع التعلم الحركي اذ يتم التسارع مستقبلا بواسطة برامج التربية الحركية التي تطور قابلية الشخص الحركية العامة والتوافق العام واشكال الحركة العامة, والشواهد على هذه النظرية تشير الى ان قابلية الضغط لها فوائد عالية للتدريب على تحديد النقل الخاص للحركة.

مشكلة الحافز ربما تتصاعد مع تسارع التدريب, مثلا يريد الاطفال ما هو معقول وبسرعة كالدخول الى اللعبة الهادفة التي تتطابق مع العاب الاطفال الاكبر سناً منهم, فهم يميلون الى الاهتمام القليل او مشاهدة برنامج التربية الحركية الذي صمم ليكون اعداد شاملا لتسارع التعلم المستقبلي.

ملاحظات (كاتردج) حول النقص في التحدي والسام (الملل) من بعض برامج الاطفال والتي تكون غير قابلة للتطبيق.

خبرة في برامج التربية الحركية عند مقارنتها مع برامج العاب الاطفال المتضمنة مجموعة الرقص, العاب التزحلق على الجليد , السباحة, او الجمناستك.

المبادئ الاساسية لتدريب مهارة حركية جديدة مستقبلية:

اولاً:- المهارات العالية هي دمج حركات بسيطة الى وحدات كبيرة واكثر تعقيدا الى ان تصل الى حركات الية اوتوماتيكية.

ثانياً:- النقل الحركي يميل الى ان يكون محددا نسبيا, لذا فان الحركات البسيطة والتي تم استخدامها مؤخرا تستعمل بوصفها حركات ثانوية في الحركات الكبيرة والاكثر تعقيدا (العالمية), وتكون قريبة من تلك التي تكون مقاربة للحركات الكبيرة والاكثر تعقيدا.

ثالثاً:- بعض الحركات (المهارات) الاساسية مثل الزحف والتوقف والقفز والتمدد للامام والخلف والمسك والانزلاق والتوازن والتسلق والمشي والركض والرمي, على الاغلب تمثل القاعدة الاساس للتطور عند الطفل اذا كان ذلك تطوره طبيعيا بدون قيد او برنامج محدد.

رابعاً:- ان تطور القابليات الحركية تبنى قوالب وشكل الحركة او حتى الحركات العالية وعلى الرغم من ذلك فان وحدة الحركة المتسلسلة ربما توضح اعادة الحركات لاجل خدمة الهدف (عند ركوب الدراجة ثلاثية العجلات) فعلا لكن العضلات محدد وحركتها الخاصة تتأقلم مع الحالة الفسيولوجية.

الصفة الفردية المميزة:

وتعني اضافة وسيطرة حركية اكثر خصوصية في داخل شكل الحركة بصورة عامة اذ نلاحظ تميز الاداء الحركي المبكر باحتوائه على حركات زائدة وغير ضرورية مع شد عضلي, بينما الحركات يجب ان تخصص والشد العضلي يقلل تدريجياً, فعند اداء المبتدئ لاية مهارة سوف يظهر حركات زائدة وعمل مجاميع عضلية كثيرة ولكن عمليا تحتاج المهارة الى ضبط واحجام كبير مثل الكتابة والرسم عند اطفال الحضانة والابتدائية اذ يلاحظ في البدء ان الاطفال يكثرون في شد عضلات ومحاولة اشراك كل اجزاء الجسم.

انتعلم المهارات الرياضية يتطلب عملا خاصاً للوضع, مثل اليد وسيطرة الاصابع التي توضح الصعوبات في توزيع الوقت وقوة توجيهالعمل مع المعوقات المؤثرة في عضلات الحركات الزائدة وغير الضرورية من هدفه الحاجة

بوصفه جزءا من التعلم الحركي : لدمج الاجزاء الحركية الشخصية من اشكال الاستجابة الى الاستماع الى الادراك المتطور الى درجة ما خلال الشخصية لذا فأن الشخصية الجيدة دائماً تعني التأقلم المتطور

الحركات الجديدة واثرها في تعلم شكل الحركة

في طريقة الهجوم نلاحظ مشاكل العزل والسيطرة على حركات محددة وتعلم مهارات جديدة ( تعلم شكل الحركة ) وهما متشابهان تقريباً في اكثر التمارين فعالية في تعلم المهارة على الاقل في مراحلها الاولى . اما الانتباه فهو ليس محدداً على حركات معينة لكن على الفرص وفكرة اطار الحركة الكلي للشكل العملي للحصول على الهدف عندما يحاول الشخص ضرب الخدف بواسطة الرمي فأنه يتعلم اسرع بواسطة تسليط العين للانتباه على اية حال عندما يحاول الفرد ان يحول الفعالية الى غرض شخصي للتعلم لكي يسيطر على الحركة الارادية فهو يركز انتباهه على جسم معين ويحدد قيمة ودرجة زاوية الانطلاق.

من المحتمل ان تكون النظرية عادلة لتحديد كمية التعلم الحركي خصوصاً بواسطة الصغار في العابهم الحرة والتمرين بدون اشراف وهو يشابه في بعض الاحيان خطوات تعلم الوحدة الحركية والذي تم مناقشته في التجربة واستمراراً لإعادة النظر على وفق مصطلح المعرفة فهي لا توضح التحليل العضلي فقط في محاولة التخطيط والمشاركة والتغيير والذي تم عمله . والذي يسرع درجة التعلم الحركي للعديد من اشكال المهارات وفد لخص (لوك) هذه الفكرة عندما قال:

عند التحليل النهائي للمهارة من وجهة نظر المتعلم نجد ان لها علاقة بتأثير المتغيرات في المحيط وليس في المتعلم نفسه.

الخلاصة

اصبح الانسان في هذه الايام اقوى واكثر مهارة في العديد من الفعاليات الرياضية بمقارنة الاجيال السابقة هذا ناتج عن التقدم واكتساب التجارب لنقلها الى الجيل القادم.

البشري واشكال المهارة والاجراءات التكنولوجية للمعرفة ومعرفة الاسس الميكانيكية كلها تساهم في جعل الناس الحاليين متقدمين في التطور البدني.

ان جميع تصرفاتنا تتغير وتتكيف وتعدل دائماً وتتقدم نحو الافضل من خلال التدريب والخبرة لذا فان افضل تناظر وظيفي يمكن رسمه للطبيعة الفسيولوجية للنظام البشري هو الالية المساندة والكومبيوتر الكهربائي. فنحن نملك الية الاستلام السهلة مع احساس مستمر للتغذية الراجعة ومجموعة من الاربطة العصبية والية دماغية مساندة اذ لدنيا احساس حركي عال ومناطق متخصصة في سبيل اظهار الخبرة في برنامج الكومبيوتر البشري. ان المعلومات التي تصل عبر مناطق الاحساس تحفظ بوصفها ارشادات تحت خبرة جديدة تحفظ في برنامج الكومبيوتر ويتم تجهيز الاستجابات بها وتتجمع الخبرة كلما تقدمت بنا الحياة نتيجة التغذية الراجعة ومحاولة برهنتها ومن الممكن جعلها افضل وافضل