نظرية السبرنتك

محاضرة مقدمة الى طلبة المرحلة الثالثة

لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

**للعام الدراسي 2019--- 2020**

**من قبل**

**ا. د منى عبد الستار هاشم**

**نظرية السبرنتك**

ان كلمة السبرنتك تعني التحكم الذاتي وهي محور نظرية الاتصال والتحكم.

ان علماء النفس وجدوا ان الجهاز العصبي والمحيطي يستخدم التحكم الذاتي في

 الحركات والمهارات اليومية , مثل (انت لا تفكر كيف تلبس السروال لان العمل اصبح ذاتي)

**نماذج نظرية السبرنتك**

**اولا: نموذج الاتصال**

عندما يولد الطفل تكون المراكز الدماغية ضعيفة الاتصال , وكلما تعرف الوليد على حافز جديد وضع استجابة لذلك الحافز, هذا يعني انه اوجد اتصال بين خليتين او مركزين عصبيين, وكلما تعرف على حوافز اكثر وكون استجابات لتلك الحوافز كلما زادت خطوط الاتصال بين المراكز الدماغية وبذلك تتكون شبكة اتصالات داخل الدماغ , وعندما يكبر الطفل تزداد الشبكة تشعبا وهذا يسمى **سعة التفكير** .

ان خزن المعلومات عند الطفل ضعيف والذاكرة لا تستوعب الا القليل من المعلومات بسبب عدم النضج , وكلما نضج الطفل زادت قدرته الاستيعابية .

ان الدماغ يخزن المعلومات تحت مبدا الحزم المعلوماتية وليس على شكل معلومات مفردة.

**انواع المعلومات وكيفية خزنها**

* المعلومات المتصلة تكون سهلة الخزن
* المعلومات المبعثرة فان الدماغ يجد صعوبة في خزنها وتبويبها.
* المعلومات الحديثة تحتاج الى تكرار لغرض الخزن الدقيق واسترجاعها بسرعة

**ثانيا** : **نموذج التحكم**.

وهذا النموذج يعني وضع الخطة للعمل , فعندما تريد ان تقوم بعمل ما او حركة ما فانت تضع خطة للتحرك وهذا يعني انك تقرر عمل المجاميع العضلية بشكل متوالي ومنسق لتحصل على حركة رشيقة , ومتى ما تم تهيئة ذلك اصبح بالامكان تنفيذ ذلك بقرار من الجهاز العصبي المركزي , ان هذا العمل لاياتي الا بالتكرار والتصحيح , وكلما زاد التكرار والتصحيح تشذبت الحركة وظهر التوافق والتناسق في الاداء الحركي.

**نظام الملاحقة** : يحتوي هذا النموذج على نظام الملاحقة ويعمل هذا النظام اثناء التنفيذ لان اللاعب في بعض الاحيان يحتاج الى اجراء تغيير على الخطة المرسومة لملاقاة مستجدات جديدة وكلما زادت الخبرة المتأتية من المرور بمثل هذه الحالات كلما كان التغيير والتحكم اسرع وادق.

**ثالثا : نموذج بناء المعلومات.**

ان البناء التكويني للمعلومات داخل الدماغ يكون على شكل هرم , ان المعلومات الجديدة تدخل من قمة الهرم , اما المهارات المتعارف عليها فموقعها وسط الهرم ,اما المعلومات والمهارات التي وصلت الى حد الالية في الاداء فموفعها في قاعدة الهرم وهي قاعدة البناء التكويني للمعلومات.

المعلومات الجديدة

المعلومات

المتعارف عليها

المعلومات التي وصلت

حد الالية