**المحاضره (7)**

**مسارات التعلم الحركي , التوافق الدقيق**

المقصود بمرحلة التوافق الحركي الدقيق هو تنظيم عمل القوى الداخلية لتنسجم مع القوى الخارجية فتتجنب فيها الحركات الزائدة ولهذا يصبح التوافق والتنظيم منسجمة وحاجة الحركة او المهارة اي ان القوة المستعملة بالاداء جدية , وتبدأ هذه المرحلة عندما يستطيع اللاعب او المتعلم من التكرار المهارة او الحركة بشكل بدائي اولي .

ويتمكن في هذه المرحلة اللاعب او المتعلم من اداء المهارة بأخطاء قليلة وبسيطة ،وفيها يتم تنظيم العضلات العاملة والمسؤولة عن الواجب الحركي وتبويبها وترتيبها ،وكلما ازدادت معرفة اللاعب او المتعلم بأجزاء المهارة التفصيلية واستيعابه للمعلومات المتعلقة بها بشكل جيد ،هذا يؤدي الى امكانية الملاحظة الذاتية والتصحيح الذاتي ومقارنتها بشرح المدرب او المدرس وعرض ارشاداته0وفي هذه المرحلة يؤدي المدرب او المدرس دورا كبيرا في عملية التطور والانتقال من مرحلة التوافق الحركي الخام الى هذه المرحلة ،اذ يستخدم الاساليب التربوية المختلفة والتدريب والتعلم ويقوم بتوجيه اللاعب او المتعلم للجوانب المهمة في المهارة ويساعد على معرفة النقاط الصعبة فيها وتصحيح الاخطاء التي تحدث في اثناء ادائها عن طريق الكلام والعرض الصحيح فضلا عن استخدام الوسائل التعليمية كالأفلام والرسوم والصور التي توضح سير المهارة الحركية مع التوضيح الوافي لها والذي يوضع للاعب او المتعلم القوانين البيو ميكانيكية والتشريحية والفسلجية بما ينسجم مع المرحلة التي توصل اليها اللاعب او المتعلم ومدى استيعابه لها ويمكن رؤية التوافق الحركي الدقيق بالنسبة للمفهوم الخارجي والوظيفي للجسم فهو تصحيح الحركة وتحسينها وعزلها ،وفيها تقسم الحركة او المهارة وتصنف ويكون مجالها مناسبا لفروضها ولا يمكن ان تقسم الحركة الى مراحل لان لا يوجد حد فاصل بين مرحلة واخرى وانما تتطور الحركة وفق المنهج المرسوم 0وتسمى النتائج المرحلة الثانية بالتوافق اي الوصول الى مرحلة عالية من التنظيم وعمل القوى واقسام الحركة فضلا عن ذلك المسار الحركي يصبح متناسقا وانسيابيا وتختفي الزائدة والمصاحبه.

**ومن اهم مميزات هذه المرحلة ما يلي**

1- الحركة تؤدي بشكل انسيابي 0

2- عدم وجود فواصل واضحة بين اقسام الحركة 0

3- يبدأ التوازن بين عمليتي الشد والارتخاء عند الحركة0

4- التوقع والنقل الحركي منسجم مع الهدف0

5- تنظيم المهارة وفق الوضعيات المختلفة0

6- تطابق الحركة مع الهدف المرسوم والمطلوب بالدماغ 0

7- ينسجم الاداء الفني مع بداية تعلم الخطط0

8- تصحيح الاخطاء كافة عن طريق التحليل الحركي في المستويات العليا0