

البراعة الحركية:-

هي قدرة التطبع السريع على أداء المهارة في أي ظرف جديد التحكم بالحركات بشكل أوتوماتيكي كما يمتاز بخصوصية الشكل الحركي المميز لذلك الفرد .

هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى البراعة وقد ذكرت بصورة عامة ،الوراثة ، خبرات الطفولة ، الأهداف الشخصية ، التأثيرات المحيطة والتدخلات الأخرى تؤدي إلى حالة من الامتياز (مثاليا) ، لتحديد المكامن للوصول إلى البراعة ولأي مهارة فان العوامل الوراثية والنزعات أو الميول العائلية والشخصية ممكن معرفتها ودرجة مناسبة قبل التدريب على مهارة معينة وعلية قواعد التعلم العامة والاعتبارات الخاصة المدعمة بالتكنيكات التدريبية المناسبة والتحوير المحيطي المناسب هي التي ستستخدم وعلية فان المدرس هو الذي سيؤثر في إنتاجية المتعلم ويجب الأخذ بنظر الاعتبار بالعوامل الشخصية للمتعلم في الخطة التدريسية المتعلق بتوجيه وحدات الممارسة .

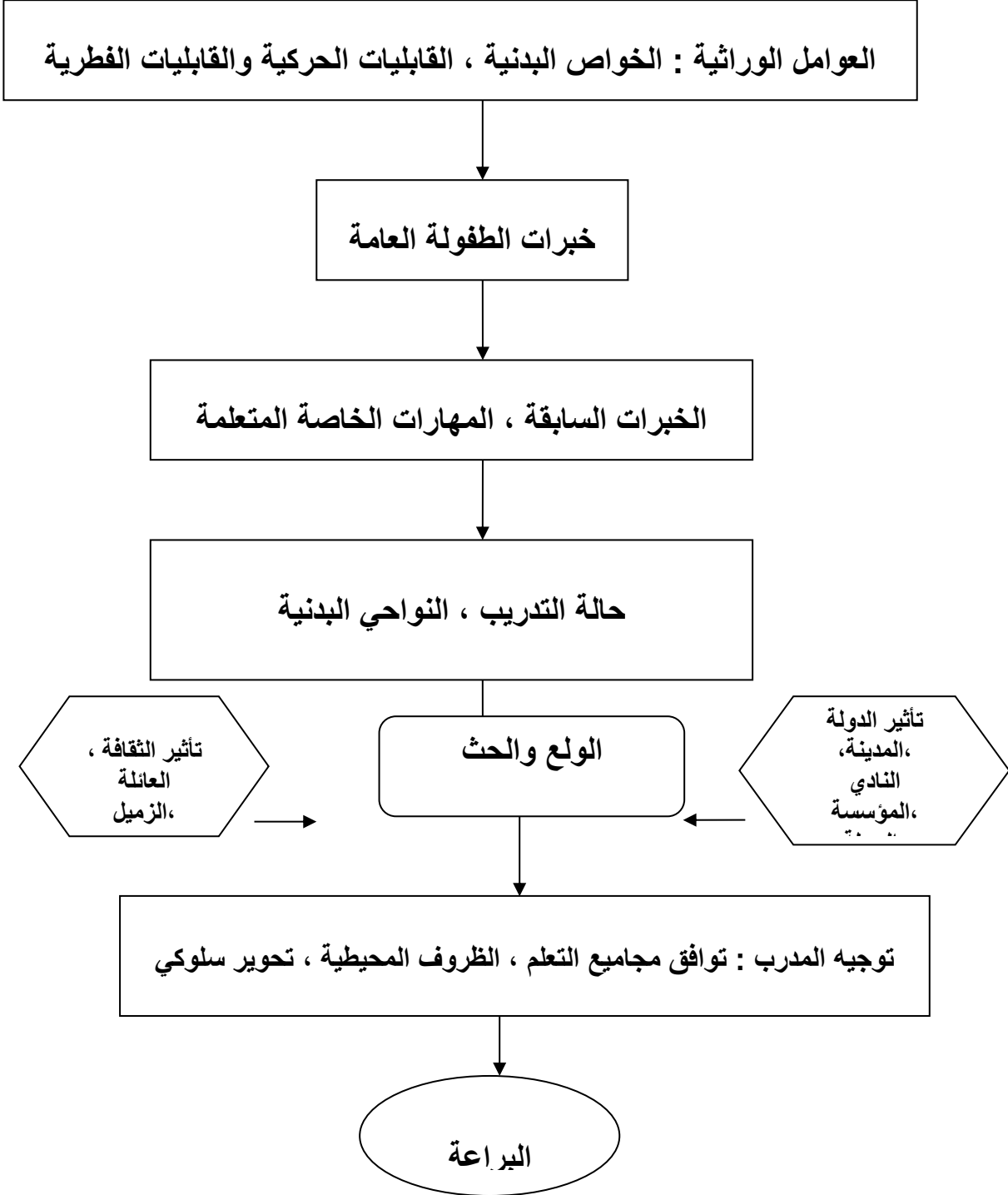
على الرغم من وجود عدد من الأهداف للتعلم فان احد الأهداف الآنية والأخيرة هو التمرس (الأستاذية ، الاسطة) في المهمة وبلوغ المهارة وعلى الرغم من وضع معايير مختلفة في ذلك إلا أنه جوهريا أكثر الطرق الفعالة والاقتصادية للوصول إلى الهدف هي التي نبتغيها .

إن الاستجابة للمهارة العالية المستوى تبرمج من قبل الذاكرة الحركية وتترجم إلى حركة أوتوماتيكية وحسية عن طريق التحكم الحركي .

وهنا يجب إن نفرق بين شخص لديه خبرات ومهارات بسيطة ومتعددة تعلمها خلال حياته وبين شخص وصل إلى مرحلة المراهقة أو البلوغ وحصيلة مهاراته الحركية متغيرة .

وان تعليم الأطفال بعض المهارات الحركية البسيطة سوف يتضمن تجمع خلفية واسعة عند الكبر بحيث يستخدم هذه الخبرات وينقلها بمبدأ (انتقال أثر التعلم) إلى مهارات جديدة يتعلمها لاحقا وبذلك يبدأ هنا مبدأ الفروق الفردية عندما نبدأ بتعليم الأفراد مهارة حركية معينة ومحاولة الوصول في الأداء إلى أعلى مرحلة .
وعند تطورا لمهارة لأعلى المستويات فإنها تنتمي بحيث تذهب إلى العمومية حيث يتمكن المتعلم من أداء تلك المهارة في كافة الظروف لأنه يتمتع ببرنامح حركي عام ومتشعب حول هذه المهارة فأنه يتمكن من أداء تلك المهارة إذ تغير الملعب أو تغير الزميل .

عندما يكون الفرد ماهرا (الأستاذية أو التمرس) في المهارة التي تعلمها (وعرفنا معنى الانجاز الماهر في أنه الإتقان والبلوغ بالمهارة إلى الثبات) ، يمكن إن يكون بعد ذلك بارعا في عملة (أي يبتدع حركات جديدة) .



شكل يوضح البراعة بصورتها العامة

أذن فالانجاز الماهر يؤدي إلى البراعة (أي الأداء المتميز والمتحكم به والمتحدد) ويعتمد الانجاز الماهر والبراعة على الدقة ، كذلك فالمقدرة البدنية أساس البراعة في المجال الرياضي إذا فقدتها الفرد فانه يفقد الانجاز الماهر والبراعة . يتساوى جميع الناس في التعلم للوصول إلى الانجاز الماهر خلال التدريب ولكن عندما يتساوى جميع الفريق الرياضي في المستوى العالي يبرز أحد الرياضيين من تلك المجموعة ليكون بارع (ففي الجمناستك مثلا عند ابتداء حركة جديدة ممكن واحد فقط يستطيع إن يفعل) فالبراعة هي التجارب الشخصية التي تعتمد على الموروثات الجينية كما يعرفها (وحيه محجوب) . هي أذن القابلية المتفردة في الوصول إلى المهارة بفعالية واقتصادية أكثر في الجهد وصولا إلى هدف الأداء وبشكل يختلف عن الآخرين .

العوامل المؤثرة في البراعة :-

أن جميع الناس يمتلكون آليات متنوعة في التعلم للوصول إلى الانجاز الماهر من خلال التدريب ولكن عندما يتساوى كل هذا تبرز لدينا عوامل مؤثرة على البراعة وهي :

- ١- الجانب الوراثي : الذي يحدد البراعة وظهورها أي إن يكون للفرد أسس وراثية تختلف من فرد لآخر .
- ٢- الخبرات السابقة : وهي تعتمد على ما اكتسبه الفرد في مرحلة الطفولة .
- ٣- تحقيق الأهداف الشخصية .
- ٤- تأثيرات المحيط والبيئة .
- ٥- النزعات والميول .
- ٦- الثقافة العامة .
- ٧- الصداقات والعلاقات .
- ٨- الرغبة والممارسة والتدريب المستمر .
- ٩- طريقة ممارسة الوحدة التدريبية (التمرين) .
- ١٠- طريقة تعلم المهارة لذلك النشاط المعقد والدقيق والدقة في الأداء .

١١- طريقة استقباله لذلك النشاط .

١٢- طريقة تكيفه مع الآخرين .

عندما يتمتع الرياضي بإنجاز عالي وعندما يتساوى الرياضيين فيما بينهم فالذي لديه الإبداع هو الذي يبرز على زملائه .

وهو الذي يتدرج للوصول إلى القيمة العليا الانجاز وهذا يتطلب تفكير عالي وتصور للحركات المثالية ، والحركات التكنيكية الجديدة (الفانتاستك) . إذ لدى الرياضي من العمليات العقلية بعد إن وصل بالمهارة أو المهارات إلى أعلى مستوى ممكن . ولكي يستمر هذا الرياضي بالمستوى الذي هو عليه يجب أن يكون لديه قدرة بدنية عالية يعتمد عليها للتغلب على المهارات المعقدة أو المهارات الجديدة في التكنيك ويتطلب هذا إضافة من القدرة البدنية إلى القدرة التي هو عليها .

المطلوب من الرياضي القدرة البدنية السابقة والاستمرار عليها وإضافة قدرة بدنية إضافية لأجل التكنيك الجديد وهذا ما يصل بالرياضي إلى أعلى مستوى ممكن وهو بطل الإبطال (أقل زمنا" وأحسن تكنيكا وابعده ما يمكن وأعلى ما يمكن وهكذا) ، فالقدرة البدنية أساس البراعة فإذا فقدت فقد الانجاز . (وجيه محجوب :، ط ١ ، ٢٠٠١ ، ص ٢٥٩) .

الرياضي البارِع وقابلية كشف الأخطاء :-

بعد مرور عدة ثوان فقط على مس الكرة وأحيانا" قبل إن تستطيع مشاهدة الكرة ، فبطلة التنس لديها الإحساس المرهف بان ضربتها هذه غير جيدة ، كيف بدا لها مثل ذلك الشعور . في الواقع أنها اكتسبت هذه الخبرة من خلال قابليتها على كشف الأخطاء لذلك لديها إلية خاصة لكشف الأخطاء انجازها الرياضي ، ويمكن التفكير بمسألة كشف الأخطاء على أنها كهدف بديل عن الخبرة ، وعندما يكون المرشد أو المعلم أو المدرب ممكن أن يشير إلى الخطأ في نمط الحركة ويقترح التصحيح المطلوب ، ومع ذلك إذا قرر الرياضي أن يحاول نقل الخبرة أو المهارة إلى مكان آخر مثلا" لسباق حقيقي ، فالرياضي عادة لا يسمح بإعادة التصحيح

للمعلومات ، فالرياضي هو الذي يقرر الأوضاع في المحاولات اللاحقة ، وهذه القابلية تجعل من المتعلم يمتاز بالكفاءة الذاتية والتي تعتبر من الأهداف الإجمالية للتمرين .

في رياضة سباق السيارات أو الزوارق فان أي خطأ صغير قد يؤدي بالرياضي إلى الموت المحقق ، والرياضي البارح هو الذي يكشف الخطأ قبل الوقوع فيه أو يتلافاه في موقع الخطأ وفي الوقت المناسب .

كيف يمكن تعليم كشف الأخطاء :-

أن التعلم على كشف الأخطاء هو مشابه إلى التعلم لانجاز الأفعال ولكن مع بعض أوجه الاختلاف فمثلا بالنسبة للاعبة التنس التي تكتشف أخطائها تعد حساسة للتغذية الراجعة للاستجابة والى المدى الواسع من المعلومات الناتجة عن الحركة نفسها ، أن هذه المعلومات يمكن إن تكون بالإحساس الحركي في العضلات أو الأوتار العضلية وكذلك بالقوة في العضلات والمفاصل وكذلك الشعور بتماس الكرة وخروجها عن الاتزان ويمكن مشاهدتها بصريا مع حركات الأطراف المستخرجة نسبة إلى بعضها والى المحيط ، وفي البعض النشاطات تمتلك أحساسات مختلفة ولكنها على العموم لها علاقة وثيقة بالاستجابة .

إن الرياضي يتعلم كشف الأخطاء يعني تعلم مقدار التحسس لنموذج الاستجابة الذي تحدثه التغذية الراجعة المتعلقة بنتيجة الانجاز ، فالشعور بالدقة أثناء السباق في سيارات السباق كونها على وشك الانقلاب بأنها غير مؤهلة ولا تتمتع بشروط المتانة والأمان ، فمن خلال الخبرة والتجربة يتعلم المتعلم طبيعة الإحساس الجيد والإحساس الرديء والتي تؤدي إلى نتائج سيئة ، ومع التجارب الكافية فان السائق يمكن أن يصف التغيرات التي تطرأ على ميكانيكية السيارة التي تؤدي إلى تحسين أداء أنجاز المركبة .