5- الاعتماد على الصور والأفلام البطّبة التً تبّن الأداء الصحّح وّصاحبه شرح المدرس.

6- التوجّه الدلّك للمتعلم أثناء لأمه بالأداء (عملّة التصحّح).

7- استخدام نماذج وتمائّل تبّن الحركة المطلوبة.

8- الاستعانة بوسابل تحدّد مجال الحركة) مثل الحبل بعد لوحة النهوض فً المفز العرّض لضمان علو لوس الطّران.

9- تحلّل المهارة الحركّة من لبل المدرس والمتعلم .

11- ان وُدي المتعلم المهارة لّكتسب الإحساس الصحّح .

11- عّد المتعلم شرح المهارة لاستُعاب تفاصّله .

التدرج فً تعلّم المهارات لحركّة

ّعتمد تعلّم المهارات الحركّة على سن المتعلم والمرحلة التً هو فّها ومستوى إدراكه ، وعموما مر تدرّس المهارات الحركّة بالخطوات التالّة :ـ

1- الشرح :ـ كون هنا المتعلم صاغًا مفكرا بما موله المدرس مع مراعاة الإّجاز فً الشرح والتركّز على النماط المهمة فً الأداء المهارى وعادة لاتستخدم هذه الطرّمة وحدها مع صغار السن

2-عرض الحركة :ـ وّكون المتعلم هنا ممعن النظر شاهد عرض المدرس أو النموذج للمهارة أو الحركة .

3- المّام بالعرض(أداء المتعلم):ـ فً هذه المرحلة تعرض المتعلم للتجربة والخطأ وهنا ّترتب على المدرس تصحّح الخطأ ان وجد عن طرّك التوجّه ، الن التعلم الخاطا ّصعب عملّة التصحّح .

4- التدرّب على الحركة :ـ بعد ان درن المتعلم الحركة وكّفّة أدابها علّه ان تدرب

علًها للوصول للإتمان الذي تطلب اثر اكبر فً الجهاز العصبً العضلً بحًث ٌحصل التوافك وتصبح الحركة منسجمة وانسًابًة وذلن عن طرًك التكرار الصحًح.

5- التمدم فً مهارة :-عندما تكون المهارة وحدة حركًة متكاملة لًمكن تجزبتها ثًكون بعد شرحها وعرضها والتدرًب علًها اضافة صعوبات اخرى وادابها فً اوضاع مختلفة خاصة اذا كانت تدخل ضمن المهارات المفتوحة .

الطرائك الخاصة بتدرًس التربًة الرًاضًة :ـ

هنان عدة طرابك لتعلًم التمارًن والحركات الرًاضًة أهمها :ـ

- طرًمة الشرح أو التجزئة (الطرًمة الجزئًة)

تعتمد هذه الطرًمة على تمسًم المهارة الحركًة أو التمرًن إلى عدة ألسام أو إلى خطوات تعلًمًة ،حًث شرح المدرس كل خطوة بإًجاز وًكون المتعلمًن مصغًن للمدرس ومتخذًن وضع مكن الجمًع من رؤًة المدرس وسماع شرحه .ولا نتمل المدرس من جزء إلى آخر من المهارة الا بعد ان فهم المتعلم الجزء الأول وًتمنه ثم ٌنتمل لأداء المهارة بصورتها المتكاملة بمزج جمًع أجزابها وبالتسلسل .

ممًزات هذه الطرًمة :-

1 - تراعً الاختلاف فً لدرات المتعلمًن وبذلن تعطً فرص متساوًة للجمًع للتمدم فً أداء التمرًن أو المهارة خلال الدرس.

2- تساعد على فهم المتعلمًن ألدق تفاصًل التمرًن

3- تمسًم المهارة إلى أجزاء صغًرة حول دون حدوث إصابات خاصة فً تمارًن المفز

4 - تساعد على الكشف عن الصعوبات ومعالجتها بالتمرًن

5- التمرن على الأجزاء وإتمانها ؤدي إلى سهولة الربط والأداء الصحًح

عُوب هذه الطرٌمة :ــ

1 - عدم وضوح الهدف.

2- تعتبر مملة لبعض المتعلمٌن وغُر مشولة.

3- تستغرق مدة أطول.

4 - تحتاج إلى طالة عصبُة كبُرة عند عملٌة الربط بُن أجزاء المهارة.

5- لد تؤدي إلى عدم الترابط والانسٌابُة فً الأداء.

6- عدم التشوٌك والجمود.

تعرٌف التغذٌة الراجعة:

- تلن المعلومات التً تعطى للمتعلم من خلال استجابته لأداء مهارة أو فعالٌة أو حركة ٌُرٌد تعلمها لغرض إنجاز معٌن أو تحسٌن ضع أو تصحٌح مسار حركً.

- او تلن المعلومات التً تعطى للمتعلم عن الإنجاز فً محاولة أو ءً لتعلم المهارة والتً توضح دلة الحركة (خلال أو بعد الاستجابة أو كلٌهما)

أنواع التغذٌة الراجعة

١ - التغذٌة الراجعة الأصلٌة:

ان هذه التغذٌة تحدث نتٌجة طبٌعٌة لحركة الجسم فأي عضو فً الجسم عندما ٌُتحرن فأن المجموعة العضلٌة تأتً لتحدٌد المدى والغرض الذي من أجله تحرن هذا العضو.

2 - التغذٌة الراجعة الاعلامٌة :

ءً تلن المعلومات التً تعطى للفرد بعد إكمال استجابته الحركٌة مثل (كلمة أو خطأ) من خلال هذا التموٌم البسٌط من الممكن للطالب أن ٌُعٌد النظر فً طرٌمة عمله و عن طرٌك المدرس وإرشاداته صح .

3- التغذّة الراجعة الداخلّة:

و ه ً المعلومات التً تأتً من مصادر حسّة داخلّة اذ تشترن فّها عدة أنظمة عصبّة تؤثر ف ً السّطرة على الحركة مثل التوازن وتوحد أّضا المعلومات التً تأتً عن طرّك حاسة اللمس والضغط والامتداد والتملص العضلً.

4 - التغذّة الراجعة الخارجّة

وهذه المعلومات تأتً من مصادر خارجّة كتعلّمات المدرس لغرض تحسّن الإنجاز

5- التغذّة الراجعة الإضافّة :

النوع من التغذّة الراجعة مهم جدا ّعطى شًء إضاف ً عن طرّك الفّدّو أو الأفلام أو الصور وغّرها هذا

6 - التغذّة الراجعة النهائّة

وهذا النوع من التغذّة عطى بعد الانتهاء من الإنجاز ودلة عمله وصحة إنجازه.

7- التغذّة الراجعة المتزامنة :

ّعطى هذا النوع من التغذّة أثناء لأم الطالب بممارسة الفعالّة مثل أداء الطالب لمهارة الولوف على الرأس المدرس صحح الوضع.

8- التغذّة الراجعة المتأخرة:

هذا النوع من المحتمل ان ّحدث مباشرة بعد الإنجاز أو بعد فتره متأخرة على الرغم ف ً ان الافتراض المألوف (كلما كانت التغذّة الراجعة آنّه تكون افضل).

9- التغذّة الراجعة التصحّحّة أو (التعزّزّة)

و ه ً المعلومات التً تعطى من مصادر خارجّة لتضاف الى التغذّة الراجعة الداخلّة

(الذاتّة) وّمكن ان تشمل الوصف والتموّم وكذلن المعلومات التصحّحّة