

**الإدراك perceptual :**

المختص في مجال التعلم الحركي يجب عليه أن يدرك جميع العوامل المتداخلة في إخراج الحركة بصورتها النهائية ، لأن إدراكه للحركة وتكوين صورة واضحة لها تأثير كبير على قابليته الحركية وقدرته على حل الواجبات التي تواجهه وهذا يتم من مؤازرة العديد من الأجهزة الحيوية في جسم الإنسان لخلق حالة التنسيق والترتيب للوصول إلى الهدف المطلوب .

الإدراك هو العملية التي يفسر بها المخ المعلومات القادمة إليه من المستقبلات الحسية ، فيتم تحديد ما يحدث في العالم الخارجي وما يحدث لأجسادنا وتحديد العلاقات الحالية بينهما، إذ إن كل من الخبرة السابقة و المعرفة المتراكمة و التوقع والميول تساهم في عملية الإدراك.

والإدراك هو البحث في قدرة الإنسان على اختيار نواحي معينة في حالة المثير أو اكتشاف التشابه بين أنماط المثيرات المختلفة ، ويعرف أيضا بأنه العملية التي يتم من خلالها التعرف على المثيرات الحسية القادمة من الحواس وتنظيمها وفهمها.

ونعرف الإدراك على أنه قدرة الإنسان على تفسير المعلومات القادمة إليه من الحواس نتيجة لوجود المثيرات.

إن عملية السيطرة على المهارات الحركية تتم من خلال عدة مراحل تبدأ من دخول المعلومات إلى إنتاج الحركة وهذه المراحل هي ( تشخيص الحافز و اختيار الإجابة و برنامج الإجابة ) ويؤكد علماء النفس أن عملية دخول المعلومات ( المدخلات ) تدخل نظاما "ابتدائيا" يتم من خلالها تشخيص المعلومات الداخلة التي تشير إلى الحافز لذا يتم استخدام المعلومات الواردة من مصادر متعددة مثل (الرؤيا و الصوت والتماس والإحساس بالحركة....) ومن ثم يقوم اللاعب بتفسير هذه المعلومات وربما تكون من عدة مصادر لتكون نموذجا حركيا معينا.

**مراحل الإدراك :**

الإدراك عملية كلية تخضع لظروف خاصة وشروط معينة نتيجة تفاعل الإنسان مع المجال الخارجي ، ويتضمن الإدراك ثلاثة مراحل متسلسلة تبدأ من ظهور المثير ومن خلالها يتم التعرف على المثير وهي :

- **الاكتشاف** : وهي العملية التي يشعر من خلالها المخ بوجود مثير، إذ إن قدرة المخ على اكتشاف المثيرات المختلفة كبيرة جدا .
  - **المقارنة** : هو ما يحدث عند انتباهنا لمثير تم الشعور به ، إذ يتم تشفير الصورة والصوت والمشاعر والتي يتم نقلها للذاكرة لمقارنتها بالشفرة المشابهة والتي سبق تخزينها .
  - **التعرف** : ويحدث عندما يكون هناك توافق بين الشفرة الواردة والشفرة المخزنة في الذاكرة ومن ثم إدراك المثير (تحديده والتعرف عليه).
- ونرى أن على اللاعب ذا المستوى العالي في الأداء الفني يجب أن تكون له القدرة على اكتشاف المثيرات وإمكانية إدراكها ومن ثم إدراك الموقف الحركي الذي يشمل على عدة مثيرات مختلفة وهذا يتحقق من التدريب والممارسة على جميع المواقف الحركية وإمكانية التعرف على جميع المثيرات التي يمكن أن تواجه اللاعب في أثناء المنافسة .

### العوامل المؤثرة في الإدراك :

هناك عوامل ومتغيرات تؤثر في عملية الإدراك هي:

#### أولاً- المتغيرات الذاتية :

- هي تلك المتغيرات العائدة والمميزة لشخصية اللاعب، فسمات ومقومات الشخصية التي تجعل اللاعب يدرك الأشياء والمواضيع بشي مختلف من وقت إلى آخر وطبقا للحالة التي يمر بها ومن أوضح متغيرات الشخصية ما يأتي:
- **الخبرات السابقة** : إدراك الموقف الجديد مرتبط بالموقف السابق والذي سبق وأن واجهه ، وهنا يكون للذاكرة تأثير في تحديد معنى الإحساس حيث يستدعي نفس الموضوع إذا كان اللاعب قد تعرض له من قبل أو تستدعي موضوعا متشابها لهذا الموضوع الجديد.
- **الاتجاه والميول**: يساعد الاتجاه الايجابي عند اللاعب للنشاط الممارس على إدراك المواقف بطريقة أكثر فاعلية من الاتجاه السلبي ، فاللاعب عندما يتواجد في موقف تعليمي لإحدى مهارات اللعبة يستطيع أن يدرك المهارة إدراكا " صحيحا" ويقف على تفاصيل أدائها ذلك لأنه يتمتع باتجاهات ايجابية نحو اللعبة.
- **القيم** : تؤثر القيم عند اللاعب في الإدراك ، وهذه القيم تجعل الرياضي أكثر إدراكاً للموضوعات التي تدور حوله وهذه القيم هي تربوية يمكن التعرف عليها وهي (الطاعة و الاحترام و التعاون و النظام ... ) إن وجود هذه القيم تجعل الموقف التعليمي أكثر سهولة على الإدراك.

- **الحاجات** : كثير من المواقف لا يدركها اللاعب وذلك لعدم حاجته لها إلا إننا نجد في الجانب الآخر أن اغلب اللاعبين يتعرضون لمواقف تستوجب الحاجة منهم أن يدركوها عند التعامل معها.
- **الاستعداد** : هو تهيئة اللاعب لمواجهة متطلبات الموقف الإدراكي الجديد وغير المألوف ، وكلما كان اللاعب مستعدا لذلك الموقف كلما كان إدراكه للمواقف الجديدة بشكل واضح ودقيق.

#### ثانيا - العوامل الموضوعية :

هي العوامل التي تتصل بالموضوع الخارجي وأهمها أن الكل سابق إدراكه على الجزء وتنقسم هذه العوامل على:

- **الخصائص الديناميكية للأشياء والمظاهر** : تدرك الأشياء التي تتحرك أسرع عن غيرها بسرعة وكذلك الأشياء والمظاهر التي تتناولها بعض التغيرات الملحوظة كالإسراع والإبطاء تصبح غالبا موضوع الإدراك ، فبطء اللعب ثم زيادة سرعته على غير المعتاد تلاحظ وتترك بسرعة.
- **شدة المثير** :

تدرك الأشياء الشديدة الوضوح أو التي تتميز بصوت عالٍ تدرك أسرع من تلك المؤثرات الحادثة معها والتي لا تتميز بقوتها وحدتها ووضوحها.

#### - **اختلاف الشيء عن المعتاد** :

إن تغيير طريقة التدريب وتغيير مكان الوحدات التدريبية وتنوع الأدوات التدريبية تجعل اللاعب يشعر بوجود شيء متغير عن المعتاد ، كما أن وجود حافز مادي أو معنوي في أثناء المباراة سوف تجعل اللاعب دائم النظر إليها وذلك لعدم توفرها في كل المباريات .

#### - **التوجيه الخارجي** :

ويتمثل في أشخاص آخرين فعندما يقوم المدرب بتوجيه نظر اللاعب إلى جزء معين من المهارة الحركية يقوم بتعلمها فإنه بذلك يقوم بتوجيه إدراكه لناحية معينة مما يساعد على سرعة تعلمه وإتقانه لهذا الجزء من المهارة الحركية .

ونرى أن مستوى أفراد العينة له علاقة وثيقة بمقدار التوجيه الخارجي (التغذية الراجعة) إذ إن مراحل التعلم الأولى تحتاج إلى توجيه خارجي بصورة مستمرة وكلما تقدم مستوى أفراد العينة في الأداء الفني كلما قل أهمية التوجيه الخارجي وأصبح التوجيه الداخلي هو المؤثر الفعال في أداء اللاعب وذلك لتوفير برامج حركية عديدة بالإضافة إلى الخبرات التي أصبحت لديه مما تتيح له اختيار البرنامج المناسب للمهارة المطلوبة.

- **طبيعة تكوين الشيء :**

الأشكال والأشياء التي تتميز بالتنظيم بحيث يتمكن الرياضي من رؤية مفرداتها بصورة واضحة مما تساعد على دقة إدراك هذا الشيء.

**أنواع المدركات الحسية في الفعاليات الرياضية :**

ترتبط الفعاليات الرياضية بأنواع عديدة من المدركات التي يمكن تنميتها وتطويرها من خلال عملية التعلم والتدريب واهم هذه المدركات هي:

- **إدراك الإحساس بالمضرب :** يتأسس الأداء الفني للاعب المضرب على دقة التحكم بالمضرب، وهذا النوع من الإدراك يساعد اللاعب على التوافق ما بين حركة المضرب وحركات جسمه ويرتبط ذلك بدقة إدراك وزن المضرب ووزن الريشة وسرعتها ومستوى ارتفاعها .

- **إدراك الإحساس بالسرعة:** قدرة اللاعب على إدراك سرعة الأداة كالكرة ما إذا كانت سريعة أو بطيئة أو متوسطة السرعة وكذلك إدراك السرعة التي يتحرك بها المنافس داخل الملعب و قدرة اللاعب على إدراك سرعته الانتقالية والسرعة الحركية للإطراف العليا والسفلى .

- **إدراك الإحساس بالمسافة :** وهي قدرة اللاعب على تحديد المسافة التي يتحرك بها في أثناء الأداء وقدرته على تحديد المسافة التي تفصل بين المنافس والأداة ، وان عملية إدراك المسافة في الملعب عملية معقدة وذلك لسرعة انتقال الأداة وتعدد المسارات الحركية (عالٍ و مستقيم و واطئ ) وكذلك تعدد الارتفاعات (عالٍ و متوسط و قريب) التي تسقط بها الأداة في ملعب المنافس وملعب اللاعب نفسه .

- **إدراك الإحساس بالقوة العضلية:** وهي قدرة اللاعب على إظهار القدر المناسب من القوة اللازمة لأداء حركي معين كإظهار أقصى قوة عضلية أو قوة متوسطة أو قليلة أو بحسب ما يتطلبه الموقف الحركي كما هو الحال عند أداء مهارة الإرسال بالكرة الطائرة أو مهارة الإرسال بالتنس .

ونرى أنّ الإدراك له اثر فاعل في حلّ المشاكل التكتيكية التي تواجه اللاعب في أثناء المنافسة نتيجة لأدائه العديد من المهارات الأساسية بمواقف متغيرة مما يتطلب منه أن يدرك جميع الظروف المتغيرة التي يمكن أن تواجهه في أثناء أدائه المهاري ، وأن أي خلل في المدركات الحسية الخاصة (تشخيص الحافز) يؤدي إلى خطأ في الإدراك ومن ثمّ سوف تؤثر هذه الأخطاء على الأحكام التي يصدرها اللاعب على مهاراته وهذا يؤثر سلبيًا في إحداث التوافق بين الحركة و إدراكه لها، كما أن عملية التدريب والممارسة المستمرة تساعد اللاعب على

إدراك المثير بغيابه أو وجود جزء منه نتيجة لعدم وصول الإشارة العصبية وهذا يبدو واضحاً على اللاعبين الذي يكون اغلب أدائهم للمهارات المفتوحة وتكون بيئة الأداء غير متوقعة .

### مفهوم الإدراك خارج نطاق الحواس :

هو نوع من الخبرة التي تتكون من إدراك لم يأتي عن طريق تنبيه أعضاء الحس ، ويشمل الإجراءات الآتية :

○ **التخاطر** : وهو القدرة على قراءة أفكار الآخرين ، أو انتقال الأفكار من شخص لآخر دون أساس حسي أو إدراكي معروف ، أي دون الاستعانة بأي من المثيرات الخارجية .

○ **الشفافية** : وهي القدرة على الرؤية (أو تلقي المعلومات) خارج مدى الإبصار العادي .

○ **معرفة المستقبل (التوقع)** : وهي القدرة على التنبؤ بأحداث المستقبل قبل حدوثها.

○ **تحريك الأشياء عن بعد**: القدرة على تحريك الأشياء باستخدام العمليات العقلية فقط.

ويحدث هذا النوع من الإدراك خاصة عند المستويات المتقدمة (العليا) التي تكون لها القدرة على قراءة أفكار الآخرين وهذا يحدث نتيجة الخبرة والممارسة وأداء المهارات بأعلى درجة من الدقة والانسيابية ، ولكن هذا النوع من الإدراك يفتقد ما يلي :

١- ليس هناك طريقه محددة لتوضيح مثل هذه الظواهر ، فالطرق التي تكشف عن النتائج واضحة على شخص ما لا تظهر على شخص آخر.

٢- يصاحب هذه التجارب كثير من عدم الأمانة والخداع والغش وسوء التفسير.

٣- لا تتكرر النتائج للتجارب عادة ، لأنها كتل ظواهر غير ثابتة.

### دور الإدراك في التعلم :

يعد الإدراك احد المفاتيح الرئيسة والوسائل الفعالة لنجاح عملية التعلم ، حيث إن التعلم الفعال يتطلب إدراك فعال للمثيرات التي يستقبلها المتعلم من البيئة المحيطة وإعطائها قيمه ومعنى يسهل عملية استرجاعها في المستقبل ، لان التعلم هو تغير في السلوك ناتج عن تغير في ظروف البيئة المحيطة ، لذلك يمكن دور الإدراك في تفسير تغيرات البيئة ودمجها مع خبرات المتعلم السابقة بطريقه تساعد على تنمية البنية المعرفية للمتعلم .

- ومن أهم شروط الإدراك الجيد الذي ينعكس بتعلم فعال على المتعلم الأمور الآتية :
- ١- توفر بيئة غنية بالمشيرات الحسية المتنوعة والمرتبطة بجميع المهارات المختلفة لتعمل على توسيع أفاق الإدراك والبنية المعرفية للمتعلم ، كما تعمل الممارسة والتكرار على مشيرات متعددة على توفير الدوافع اللازمة لتوجيه المتعلم نحو تحقيق الفهم السليم للمواقف المختلفة.
  - ٢- سلامة أعضاء الحس المختلفة حيث إنها الوسائل التي يتم من خلالها نقل المعلومات إلى الدماغ تمهيدا لإدراكها.
  - ٣- سلامة الجهاز العصبي وخصوصا الدماغ الذي يستقبل المعلومات الحسية ويعمل على توجيه الانتباه وتحليل البيانات وتفسيرها والاستفادة من الخبرة السابقة خلال عملية الإدراك .
  - ٤- سلامة أجهزة الحركة التي تسمح للمتعلم بالتنقل والحركة ، مما يزيد من غنى البيئة وزيادة عدد المشيرات الحسية التي يستقبلها المتعلم.
  - ٥- الحاجة إلى تدريب الأطفال على تعلم مهارة الإدراك ، حيث إن مهارة الإدراك قابله للنمو والتطور مما يتوجب على النظام التعليمي أو التدريبي إعطاء الفرص الكافية للمتعلمين الجدد على فهم وتفسير المشيرات .
  - ٦- الحاجة إلى التدريب على مهارات الإدراك العليا ، حيث تشير الدراسات الحديثة على التفكير العالي المستوى لان التدريب عليها والتكرار ينعكس بآثار ايجابية على قدرات المتعلم الإدراكية وتحسين قدراته على التعامل مع البيئة المحيطة.
  - ٧- توفر التغذية الراجعة معلومات هامة حول الخبرات الإدراك ، ولذلك فإن محاولات لتطوير التفكير والتفسير يستند إلى التغذية الراجعة التي توفر درجة عالية من الدافعية للتعلم .
  - ٨- وجود الشخصية السوية والمتزنة انفعاليا والبعيدة عن مواقف القلق والاضطرابات النفسية التي تعيق الإدراك السليم والفعال.