

7 . طرق التعليم في رياضة ألعاب القوى:

لقد تناول معاني و مفاهيم الطريقة عدد كبير من الكتاب و الباحثين، و عرفها جابر عبد الحميد الذي: " بأنها عملية نقل المعرفة و إيصالها إلى ذهن المتعلم أو أنها أيسر السبل للتعليم و التعلم " ، و عرفها حسن معوض: " بأنها الوسيلة التي تتبع للوصول إلى غرض معين، و مهما توفرت المادة العلمية لدى المدرس، فإذا لم تكن لديه القدرة على اختيار الطريقة الجيدة التي يستطيع من خلالها إيصال مادته إلى أذهان طلابه ، تكون طريقته ناقصة و لا تؤدي إلى أهدافها، لذا يجب أن يتفاعل المدرس (المعلم ،المربي ،المدرّب) و الطلاب (المتعلم ، الرياضي) و الطريقة المستخدمة لتحقيق الغايات المطلوبة، و لقد كشف الكثير من الباحثين على الطرق الأكثر اقتصادا و وصولا إلى الهدف بأقل جهد و بأسرع وقت، و هذه الطرق هي:

01-الطريقة الكلية. 02- الطريقة الجزئية. 03- الطريقة المختلطة (الكلية الجزئية).

و لكل طريقة محاسنها و عيوبها و على المدرس اختيار الطريقة التي نكون أكثر تلاؤما و تعطي أحسن النتائج.

❖ الطريقة الكلية:

المقصود بهذه الطريقة هي تعليم المسار الحركي للفعالية بشكل عام دون تجزئتها إلى مراحل حيث تساعد هذه الطريقة على إدراك العلاقة بين عناصر الحركة ككل و هذا يؤدي إلى تعلم الأداء الفني للفعالية بسرعة ، و قد أشار كثير من المربين الرياضيين إلى ضرورة استخدام هذه الطريقة عندما يكون المتعلم كبيرا في السن و يمتاز بذكاء كبير كي يتمكن من إدراك العلاقة بين أجزاء الحركة كوحدة واحدة ، و لكن من عيوبها أنها لا تستخدم في جميع الحركات و خاصة المعقدة منها حيث يستوجب تجزئتها، و لكنها تعتبر من أفضل الطرق المستخدمة في التعليم.

❖ الطريقة الجزئية:

المقصود بهذه الطريقة تجزئة الحركة الى أجزاء تعليمية حيث يقوم المدرس أو المربي الرياضي بتجزئة الأداء الفني للفعالية إلى مراحل أمام الطلاب، و بعد اتقان إلى حد ما المرحلة الأولى يتم نقلهم إلى المرحلة اللاحقة ثم العمل على ربطها، و يتم استخدام هذه الطريقة حينما يشعر المربي الرياضي أن المتعلمين صغار في السن و المسار الحركي للفعالية صعب، و لكن هذه الطريقة بحاجة إلى متسع من الوقت، و من عيوبها فقدان بعض أجزاء الترابط الصحيح بالأجزاء الأخرى، إضافة إلى ظهور بعض العادات الحركية الخاطئة.

❖ الطريقة المختلطة (الكلية الجزئية):

المقصود بهذه الطريقة هو الجمع بين الطريقتين السابقتين و العمل على تجنب عيوبهما، حيث يقوم المربي الرياضي بتقسيم الحركة إلى عدد من الوحدات التعليمية، و عندما يشعر المدرس أن الطالب قد أتقن كل وحدة تعليمية يقوم بعد ذلك بالعمل على ربط الوحدات بالأخرى، و هناك بعض المدرسين يفضلون تعليم الحركة ككل، و من ثم يركزون على أصعب جزء منها و البعض الآخر يعلم جزء في الحركة ثم يربطه بالأداء الكلي للحركة.