

فصل دوم

طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی

➤ طبقه‌بندی مهارت‌ها

درک تفاوت مهارت و شناخت وجه تمایز بین آنها
سازماندهی مطالعات رفتار حرکتی
فهم اصول، قوانین و روشهای یادگیری متفاوت هر مهارت

مهارت

تکلیفی که دارای هدف خاصی بوده، با تمرین توسعه یافته و نیازمند حرکت ارادی بدن یا اندام است.
به گفته ای.آر. گاتری (1952) مهارت قابلیت است که با اطمینان معین و صرف حداقل انرژی یا زمان کاری به نتیجه برسد.

ویژگیهای مشترک در مهارتها

1. مهارتهای حرکتی دارای قصد و هدف هستند.
2. مهارت حرکتی بصورت ارادی انجام می شود.
3. مهارت نیاز نیاز به حرکت بدن و یا اندام دارد.
4. مهارتها برای دستیابی موفقیت آمیز به هدف مورد نظر، مستلزم یادگیری هستند.
5. ویژگی پنجم مهارتهای حرکتی در واژه اطمینان بیشینه نهفته است.
6. دو ویژگی آخر مهارت یعنی صرف حداقل انرژی و حداقل زمان برای اکثر مهارتهای حرکتی از شاخصه های مهارت می باشند؛ با این وجود برای برخی از مهارتها این ویژگیها به عنوان هدف اصلی نمی باشند.

حرکات :

حرکات اجزاء تشکیل دهنده مهارت هستند که مهارت را به شکل های مختلف اجرا می کنند.

اعمال :

پاسخ های هدفدار از حرکات بدن یا اندام را عمل می نامند.

طبقه بندی مهارت

رایج ترین رویکرد، مهارتها را بر حسب يك ویژگی مشترك طبقه بندی می کند.

ثبات محیط

تمایز حرکات

اندازه دستگاه عضلانی مورد نیاز

تصمیم گیری و کنترل حرکتی

جنتایل (1987) برای درک پیچیدگی مهارتها در برنامه آموزش یا تمرین

دیدگاه تك خصیصه ای خود را با در نظر گرفتن دو ویژگی عمومی تمام

مهارتها گسترش داد.

بافت یا شرایط محیطی و نقش عمل

ثبات محیط

(مهارت باز - بسته)

مهارتهای باز	مهارتهای بسته
محیط غیر قابل پیش بینی	محیط قابل پیش بینی
بازی فوتبال کشتی گرفتن تعقیب و دنبال کردن خرگوش	راه رفتن روی طناب هدایت کردن و راندن اتومبیل بازی شطرنج
	ژیمناستیک تیراندازی با کمان ماشین نویسی

تمایز حرکات

مهارت مجرد، زنجیره‌ای و مداوم

مهارتهای مداوم	مهارتهای زنجیره‌ای	مهارتهای مجرد
شروع و پایان نامشخص	حرکات مجرد و متصل به هم	شروع و پایان مشخص
هدایت و راندن اتومبیل شنا کردن تعقیب کردن	چکش زدن روی میخ کارکردن در خط تولید برنامه‌های ژیمناستیک	پرتاب دارت (تیر) به هدف تیراندازی با تفنگ گرفتن توپ در هوا

اندازه دستگاه عضلانی مورد نیاز

<u>مهارت ظریف</u> عضلات کوچک	درگیری عضلات درشت و کوچک	<u>مهارت درشت</u> دستگاه عضلانی بزرگ
تایپ کردن نقاشی کردن بستن دکمه	ضربه زدن به توپ پاس دادن چکش زدن	راه رفتن پرتاب کردن پریدن

تصمیم گیری و کنترل حرکتی

مهارتهای شناختی

مهارتهای حرکتی

حداکثر تصمیم گیری
حداقل کنترل حرکتی

تا اندازه ای تصمیم گیری
تا اندازه ای کنترل حرکتی

حداقل تصمیم گیری
حداکثر کنترل حرکتی

بازی در شطرنج
پختن غذا
مربیگری ورزش

بازی در پست هافبک
رانندگی در مسابقه
اتومبیلرانی
قایقرانی

پرش ارتفاع
پرتاب توپ بیسبال
وزنه برداری

بافت یا شرایط محیطی و نقش عمل

جنتایل برای تقسیم بندی مهارتها با دو ویژگی
«شرایط محیطی» و «نقش عمل»، «طبقات شانزده گانه

مهارت» را بدست آورد.

۱- شرایط تنظیم کننده

۲- تغییر میانی کوششی

۳- تشخیص موقعیت بدن

۴- دستکاری شیء

جدول ۵-۲، سیستم طبقه بندی دوبعدی جنتایل

نیازهای عمل				نیازهای محیطی
عدم انتقال بدن و عدم دستکاری شیء	فقط دستکاری شیء	فقط انتقال بدن	انتقال بدن و دستکاری شیء	
عدم تغییر پذیری شرایط تنظیم کننده و عدم تغییر پذیری میان کوششی	حفظ تعادل ایستا	نواختن فلوت	راه رفتن در پیادهرو در حال کشیدن کتاری	
تغییر پذیری میان کوششی	استفاده از زبان علامت	بریدن چوب	بولینگ با ۱۰ چوب بولینگ	
تغییر پذیری شرایط تنظیم کننده	ایستادن روی پله برقی متحرک	ایستادن در یک مکان و همزمان انجام دریبل بسکتبال	دریبل توب فوتبال در حال حرکت بدون وجود مدافع	
تغییر پذیری شرایط تنظیم کننده و تغییر پذیری میان کوششی	حفظ تعادل بر روی پاها به طور متناوب بر روی پله برقی	انجام بازی ویدئویی	حرکت رنیمیک خطی	