

# محااضرة التغذية الراجعة في درس التربية البدنية وعلوم الرياضة

مدرس مادة طرائق التدريس

الأستاذ المساعد الدكتور

عبدالناصر مرزّه حمزه

# تعريف التغذية الراجعة :

- هي تلك المعلومات التي تعطى للمتعلم من خلال استجابته لأداء مهارة أو فعالية أو حركة يريد تعلمها لغرض إنجاز معين أو تحسين وضع أو تصحيح مسار حركي .

- أو هي تلك المعلومات التي تعطى للمتعلم عن الإنجاز في محاولة لتعلم المهارة والتي توضح دقة الحركة (خلال أو بعد الاستجابة أو كليهما) .

# أنواع التغذية الراجعة

١- التغذية الراجعة الأصلية :

ان هذه التغذية تحدث نتيجة طبيعية لحركة الجسم فأى عضو في الجسم عندما يتحرك فإن المجموعة العضلية تأتي لتحديد المدى والغرض الذي من أجله تحرك هذا العضو .

٢- التغذية الراجعة الإعلامية :

هي تلك المعلومات التي تعطى للفرد بعد إكمال استجابته الحركية مثل (كلمة صح أو خطأ) من خلال هذا التقويم البسيط من الممكن للطالب أن يعيد النظر في طريقة عمله وعن طريق المدرس وإرشاداته .

٣- التغذية الراجعة الداخلية :

وهي المعلومات التي تأتي من مصادر حسية داخلية اذ تشترك فيها عدة أنظمة عصبية تؤثر في السيطرة على الحركة مثل التوازن .وتوحد أيضا المعلومات التي تأتي عن طريق حاسة اللمس والضغط والامتداد والتقلص العضلي .

٤- التغذية الراجعة الخارجية:

وهذه المعلومات تأتي من مصادر خارجية كتعليمات المدرس لغرض تحسين الإنجاز

٥- التغذية الراجعة الإضافية :

هذا النوع من التغذية الراجعة مهم جدا يعطى شيء إضافي عن طريق الفيديو أو الأفلام أو الصور وغيرها .

٦- التغذية الراجعة النهائية .

وهذا النوع من التغذية يعطى بعد الانتهاء من الإنجاز ودقة عمله وصحة إنجازة .

٧- التغذية الراجعة المتزامنة :

يعطى هذا النوع من التغذية أثناء قيام الطالب بممارسة الفعالية مثل أداء الطالب لمهارة الوقوف على الرأس المدرس يصحح الوضع .

٨- التغذية الراجعة المتأخرة :

هذا النوع من المحتمل ان يحدث مباشرة بعد الإنجاز أو بعد فتره متأخرة على الرغم في ان الافتراض المؤلف (كلما كانت التغذية الراجعة آنيه تكون افضل ) .

٩- التغذية الراجعة التصحيحية أو ( التعزيزية )

وهي المعلومات التي تعطى من مصادر خارجية لتضاف الى التغذية الراجعة الداخلية (الذاتية ) ويمكن ان تشمل الوصف والتقويم وكذلك المعلومات التصحيحية .

# مصادر التغذية الراجعة

مصادر التغذية الراجعة متعددة منها :

١- تغذية راجعة بصرية.

٢- تغذية راجعة سمعية.

٣- تغذية راجعة حيوية (داخلية أو ذاتية )

٤- تغذية راجعة متداخلة لأكثر من مصدر

- جميع هذه الأنواع تهدف الى العوامل الأتية :

١- تمدنا بالمعلومات الخاصة عن الحركة .

٢- يمكن ان تستخدم عندما تكون المعلومات تشجعه على قرب الوصول الى الهدف .

٣- يمكن ان تصبح حافزا قويا للتعلم .

## معوقات التغذية الراجعة :

إن عمليات عزل أو إعاقة التغذية الراجعة ينتج عنها إعاقة الأداء ان كانت بصرية أو سمعية فلو ان إضاءة الملعب كانت رديئة أو مسلطة بمستوى عيون اللاعبين فأنها تسبب إعاقة للتغذية الراجعة وهذا يعني إعاقة الإنجاز والعكس صحيح .

## طريقة عرض التغذية الراجعة :

إن أحسن طريقه لتجنب الإسهاب وتعزيز قوة التغذية الراجعة يكون بزيادة نسبة عرضها الجيد بشرط أن تحتوي على المعلومات المفيدة ذات القيم العالية وهذا يمكن ان يؤثر تأثيرا كبيرا في زيادة أواصر العلاقة الطيبة والمتداخلة بين المعلم والطالب .

# توجيه التغذية الراجعة إلى أهداف الدرس

من الخطأ الشائع هو إعطاء التغذية الراجعة لأجزاء من الحركة ليست هي المقصودة من عملية التعلم .

مثال :

الهدف من تعليم ألدقة في الإرسال يكون من الخطأ توجيه التغذية الراجعة على سرعة الإرسال حيث إن التغذية الراجعة العشوائية لا تفي بالعرض مثل التغذية الراجعة البناءة .



# زيادة التغذية الراجعة الإيجابية

ان التغذية الراجعة هي عملية متابعة ميدانية يكون مردودها تحسين مسار عمل الطالب ،فأن كان عمل الطالب سلبيا فما على المدرس إلا أن يكون دقيقا في إعطاء المعلومات المرغوب فيها والتي يكون مردودها على الطالب ، فالزيادة تعني الدقة في التوجيه .

هناك بعض النقاط المهمة يجب اعتمادها عند إعطاء التغذية الراجعة الإيجابية وهي:

١- إن تأثير التغذية الراجعة الإيجابية يكون مؤثرا إذا تعود الطالب سلفا بعض الإشارات لجلب انتباههم .

٢- تأكيد الشرح والإيضاح السريع والوافي .

٣- إعطاء التغذية الراجعة الإيجابية بسرعة ولعيوب مؤكدة .

٤- تعطى التغذية الراجعة في المكان والزمان المناسبين بحيث يكون لها التأثير الجيد في دقة الإنجاز أو النتيجة .

شكرا

لحسن الأصدقاء