



الأسبوع الرابع

الخبرة التعليمية

الوعي بالبيئة المحيطة أثناء ممارسة النشاط البدني

عملية التفاعل مع البيئة المحيطة تتم من خلال التوافق بين العملية الإدراكية والأداء الحركي. حيث أن الحركة الجيدة ذات النتائج المؤثرة والإيجابية تعتمد على الإدراك السليم للحركة وللبيئة المحيطة بها. ويعتمد تطور القدرات الإدراكية على الحركة كأحد المقومات الأساسية لهذا التطور. ويتطلب تطور القدرات الإدراكية للطالب والطالبة أن يعيا البيئة المحيطة بهما.

ويشتمل هذا الوعي على ما يلي :

الوعي بالجسم :

ويقصد به قدرة الطالب والطالبة على تمييز أجزاء أجسامهم، أي قدرتهم على تحديد أماكن أجزاء أجسامهم وعلاقتها بالأجسام الأخرى. كذلك وعي الطالب والطالبة لما يمكن أن تقوم به أجزاء أجسامهم. بالإضافة إلى معرفتهما لكيفية رفع كفاءة أجزاء أجسامهم في أداء أي حركة من الحركات التي يقوموا بها.

الوعي المكاني :

ويقصد به معرفة الطالب والطالبة لحجم الفراغ الذي يشغله الجسم، وقدرته على تكوين صورة صحيحة لأجسامهم في الفراغ الخارجي.

الوعي الاتجاهي :

ويقصد به قدرة الطالب والطالبة على أن يعطيا أبعاداً ذاتية، أي معرفة موقع الأشياء أو الأشخاص بالنسبة إليهما. وأن يعطيا أبعاداً موضوعية لأماكن الأشياء أو الأشخاص وعلاقتهم ببعض، وكذلك اتجاه حركة الأشياء والأشخاص.

الوعي الزمني :

ويقصد به العنصر الزمني للحركة، أي زمن أدائها، وطوله أو قصره، وتوقيت اشتراك أعضاء أجسامهم في أداء الحركة.

