

mai multe ori;

- rata de progres în învățare se micșorează pe măsura trecerii în stadiile superioare ale procesului;
- rata de progres este suficient de consistentă, așa încât să fie utilizată ca instrument predictiv.

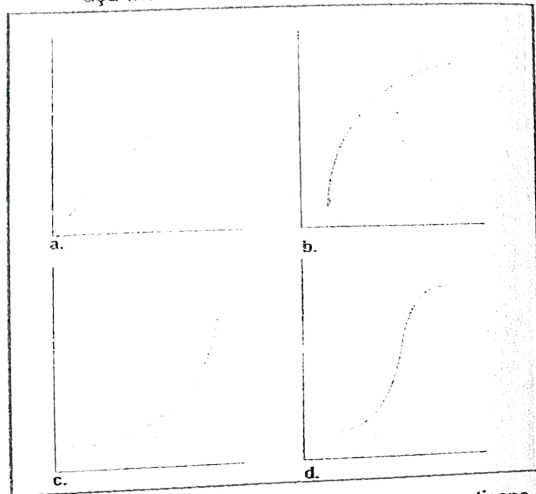


Fig. 48 – Exemple de curbe ale exersării (pentru eșantioane de subiecți)

În graficele anterioare, se pot observa patru situații particulare:

- a. *curba liniară* - progresul apare în rate constante, în decursul timpului; această situație în care,

de la repetare la repetare, subiectul progresează egal în toate etapele învățării;

- b. *curba negativ accelerată* - descrie majoritatea situațiilor de instruire, în care subiecții progresează mult la primele încercări și mai puțin în etapele avansate ale învățării;

c. *curba pozitiv accelerată* - indică o situație mai rar întâlnită, în care progresul se instalează greu în stadiile exersării inițiale, dar consistent în etapele următoare ale învățării;

d. *curba în formă de S* - în care coexistă o porțiune pozitiv accelerată, un platou și o porțiune negativ accelerată. Tipic, curba performanței pentru un subiect are un aspect de zigzag;

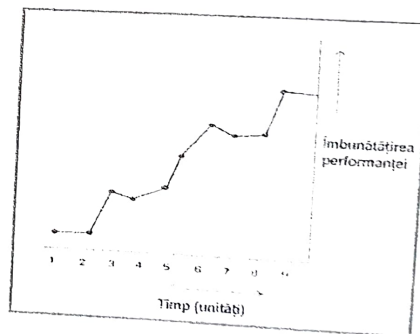


Fig. 49 -- Curba individuală a exersării
În ceea ce privește binomul *învățare-performanță*, curbele acestora nu se suprapun întotdeauna.

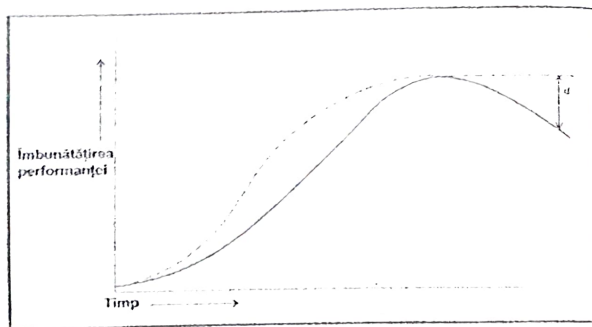


Fig. 50 – Curba învățării și curba performanței (învățarea precede performanța)

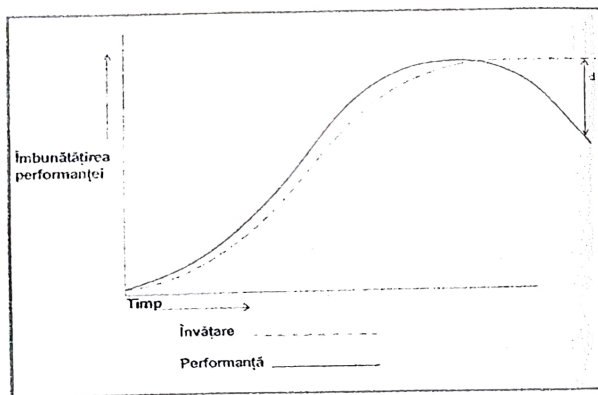


Fig. 51 – Curba învățării și curba performanței (învățarea succede performanței)

✱ Pe parcursul învățării, se produc o serie de schimbări, care se reflectă sau nu, în performanțele obținute:

① reducerea greșelilor - greșeli de comitere (execuție greșită) sau greșeli prin omisiune (când este lăsat deoparte un element important al execuției corecte a mișcării);

② reducerea tensiunii musculare și a efortului depus;

③, prin dobândirea experienței și familiarizarea cu sarcina de executat, subiectul va acorda mai puțină atenție componentelor perceptive și motrice ale sarcinii, concentrându-se mai mult pe detaliile sau pe aspectul artistic al elementului respectiv;

④ pe măsura acumulării experienței, subiectul devine expert în identificarea și interpretarea unor semnale cărora trebuie să le răspundă printr-o conduită specifică, în timpul execuției; capacitatea de anticipare se îmbunătățește, pe măsura repetării unor semnale diferite.

Educabilitatea motrică este un concept interesant, care exprimă capacitatea unor subiecți de a învăța rapid și corect sarcini variate. Prin urmare, asemenea subiecți dovedesc o înaltă educabilitate motrică, în vreme ce alții întâmpină mari dificultăți chiar și în însușirea unor acțiuni mai simple. Intervalul optim de educabilitate, numit și perioadă critică, reprezintă o perioadă din ontogeneză în

care învățarea motrică produce efectele cele mai vizibile și mai durabile. R. Rigal (citată de V. Horgădan, 2000) consideră că, în această etapă cu o durată limitată, învățarea se realizează cu un efort minim și cu un maximum de eficacitate; după care, achiziția unor comportamente motorii este mai dificilă sau chiar imposibilă. Este o etapă în care se manifestă un consens între factorii genetici și cei de mediu. A acționa înainte sau după acest interval poate conduce la reducerea eficienței învățării, deoarece între maturizare, influența mediului și rezultatul învățării există o relație precisă.

8.4. Modele explicative ale învățării motrice

Învățarea motrică, proces complex și nuanțat, nu poate fi înțeleasă decât în corelație cu aspectele legate de controlul motor, prezentate în capitolul 7. În acest context, ne putem întreba: *în ce constă, de fapt, învățarea motrică?* La această interogație, se pot da câteva răspunsuri:

✓ În mod tradițional, *se învață acte și acțiuni, pe baza unor modele ideale ce conduc la conturarea unei anumite conduite motrice.* Această conduită este valorizată de măiestria execuției (dacă este vorba despre un sportiv de elită) și de sistemul de cunoștințe specifice acțiunilor care se învață. Deci, activitatea cognitivă ce însoțește învățarea face din aceasta o învățare aparte, în care deprinderile învățate devin mijloace operaționale de

rezolvare a unor tipuri de probleme. Prin urmare, învățarea mișcărilor, realizată la nivel de deprinderi, priceperi, obișnuințe, este dublată de însușirea de noțiuni și concepte care îi oferă subiectului posibilitatea de a emite judecăți și raționamente proprii, prin care acesta cunoaște realitatea. Dincolo de orice automatisme, învățarea motrică stimulează inteligența, creativitatea, în vreme ce performanța nu reprezintă altceva decât o manifestare superioară a aptitudinii de învățare rapidă, eficientă, condiționată de o serie de factori favorizanți.

✓ Unii autori consideră că *subiecții care învață o anumită mișcare caută să reproducă senzația kinestezică resimțită în timpul execuțiilor anterioare corecte.* Este o explicație pe care o dă J. Adams (1971) și în baza căreia imaginează teoria buclei închise în învățare. Autorul afirmă că, după fiecare repetare, rămâne o urmă perceptivă care se suprapune peste cea anterioară, fapt ce conduce la un act din ce în ce mai performant. Fiecare repetare determină un feed-back care se apropie din ce în ce mai mult de "senzația ideală". Adams susține că cei care învață nu așteaptă pasiv ca efectele exersării să se producă, ci se implică activ, verbalizează execuțiile, emit ipoteze în legătură cu sarcina de învățat. Prin cunoașterea răspunsului și prin întărirea acestuia de către profesor, subiectul ghidează mișcarea într-o manieră superioară, care o apropie de execuția-model.

✓ Alți autori (R. Schmidt, 1975) introduc o teză interesantă, conform căreia *subiectul nu învață mișcări, ci*