

710 - Μάθηση - Απόδοση

Διάλεξη 7η

**Ποιοτική αξιολόγηση της Κινητικής
Συμπεριφοράς
Αξιολόγηση - Παρέμβαση**

Αξιολόγηση

- Αναγνώριση των επιθυμητών και των μη επιθυμητών στοιχείων της εκτέλεσης.
- Καθορισμός των επιδράσεων των μη επιθυμητών στοιχείων στην εκτέλεση της δεξιότητας
- Καθορισμός προτεραιοτήτων πάνω στις οποίες θα στηριχθεί η παρέμβαση



Σειριακή προσέγγιση

- Σύγκριση νοητικών αναπαραστάσεων – εικόνων της σωστής εκτέλεση της δεξιότητας με αυτή που εκτελεί ο αθλητής.
 - Η σύγκριση αυτή πραγματοποιείται σε κάθε φάση εκτέλεσης της
 - Αποτελεί την πιο διαδεδομένη προσέγγιση κατά την ποιοτική αξιολόγηση

Μηχανική Προσέγγιση

- Στην προσέγγιση αυτή χρησιμοποιείται ένα μοντέλο των μηχανικών χαρακτηριστικών που ισχύουν κατά την ορθή εκτέλεση της δεξιότητας.
 - Γίνεται προσπάθεια να υπολογίσει ο παρατηρητής ποια και σε ποιο βαθμό η παρατηρούμενη εκτέλεση ικανοποιούσε τα παραπάνω και χαρακτηριστικά
 - Τα χαρακτηριστικά – αρχές της μηχανικής (η αρχή της αδράνειας, το εύρος κίνησης, γωνία απελευθέρωσης) είναι σε άμεση σχέση με τις διορθώσεις και τη βελτίωση της απόδοσης.

Αξιολόγηση και βασικά στοιχεία

- Τα βασικά στοιχεία της δεξιότητας στα οποία πρέπει να στηριχθεί η αξιολόγηση θα πρέπει να κυμαίνονται στον αριθμό μεταξύ του 4 και 8.
- Η ποιότητα των στοιχείων αυτών: το αντικείμενο – το περιεχόμενο που περιλαμβάνουν είναι το βασικό κριτήριο για την αποτελεσματικότητα της αξιολόγησης.
- Στην προσέγγιση αυτή δεν υπάρχουν δύο μόνο όψεις: σωστό και λάθος.

Αξιολόγηση και βασικά στοιχεία

- Όταν η εκτέλεση της δεξιότητας είναι εκτός των επιτρεπτών ορίων όσον αφορά μία από τις αρχές μηχανικής μπορεί να οριστεί ως αδυναμία της εκτέλεσης καθώς η απόδοση περιορίζεται ενώ υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού.
 - Είναι ιδιαίτερης σημασίας κατά την προετοιμασία να καθοριστούν με ακρίβεια τα όρια των εκτελέσεων που καθιστούν την εκτέλεση της δεξιότητας αποδεκτή.
 - Τα όρια αυτά μπορεί να αφορούν ποσοτικά μεγέθη αλλά και συμπεριφορές.

Συνεχείς «μονάδες» αξιολόγησης

- Αξιολόγηση της ποιότητας του συνόλου της κίνησης με τη χρήση μία αναλογικής κλίμακας αξιολόγησης των οπτικών πληροφοριών.
 - Τα δύο αντίθετα άκρα της κλίμακας είναι το: πολύ περιορισμένη ή ιδιαίτερα έντονη απόδοση όσον αφορά τα βασικά στοιχεία
 - Η αξιολόγηση της εκτέλεσης της κίνησης κυμαίνεται μεταξύ των δύο αυτών άκρων.

Κλίμακα αξιολόγησης

- 3 βάρη κλίμακα κατηγοριοποίησης της απόδοσης
 - Μη αποδεκτή/ αποδεκτή/ υπερβολή
 - Ή
- Ο παρατηρητής μπορεί στη συνέχεια να προχωρήσει στην παρέμβαση
- Μπορούν να έχουν εφαρμογή κλίμακες με μεγαλύτερη ακρίβεια χωρίς αυτό να έχει απαραίτητα αντίκρυσμα στην αποτελεσματικότητα της παρέμβασης.

Ιδιαιτερότητες της Αξιολόγησης

- Μεταβλητότητα στην ανθρώπινη εκτέλεση
 - Υπάρχει ιδιαίτερη δυσκολία λόγω της μεταβλητότητας που συναντάται στην ανθρώπινη κινητική συμπεριφορά στο να καθοριστεί αν μία εκτέλεση είναι μεταξύ των επιθυμητών ορίων της ορθής απόδοσης ή αν αποτελεί αδυναμία στην εκτέλεση.
 - Γι' αυτό θα πρέπει να επιτρέπουμε 5 έως 8 προσπάθειες πριν οδηγηθούμε σε κάποιο συμπέρασμα
 - Οι έμπειροι αθλητές παρουσιάζουν μεγαλύτερη σταθερότητα στην απόδοση τους σε σύγκριση με τους αρχάριους αλλά και με μικρότερους σε ηλικία αθλητές.

Καθορισμός των βασικών στοιχείων

- Ιδιαίτερης σημασίας είναι ο καθορισμός των βασικών στοιχείων.
- Δεν υπάρχουν αντίστοιχα στοιχεία στη βιβλιογραφία για συγκεκριμένες κινητικές δεξιότητες



Είδη Κινητικών Λαθών

- Τα κινητικά λάθη σχετίζονται με τις σημαντικές φυσικές ικανότητες, επιδεξιότητα και ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν την απόδοση.
 - Πρόσθετα στις περιπτώσεις που το λάθος σχετίζεται με την κινητική επιδεξιότητα μπορεί παράλληλα να συνδέονται με 3 διαφορετικές αιτίες: τεχνική, αντίληψη και απόδοση.

Διάγνωση

- Κριτική σκέψη για τη διαφοροποίηση μεταξύ του προβλήματος και των συμπτωμάτων που επιφέρει στην εκτέλεση της δεξιότητας.



Καθορισμός Προτεραιοτήτων

- Ο μαθητής μπορεί να συγκεντρώσει την προσοχή του σε μία διόρθωση κάθε φορά
- Ο προπονητής θα πρέπει να επιλέξει την καλύτερη διόρθωση - αυτή που θεωρείται πιο αποτελεσματική.
- Δεν υπάρχουν οδηγίες στη βιβλιογραφία για το πως κατευθύνεται η διαδικασία αυτή
- Η εμπειρία και μόνο που αποκτά ο προπονητής με την επανάληψη και μόνο δεν είναι αρκετή.

Πιθανές προτεραιότητες

- Μέγιστη Βελτίωση της απόδοσης
- Ευκολία στη βελτίωση
- Σειρά εμφάνισης τους κατά την εκτέλεση της δεξιότητας
- Βάση στήριξης
- Βασικά στοιχεία της δεξιότητας
- Επιλογή του ασκούμενου

Παρέμβαση

- Η διαδικασία της παρέμβασης περιλαμβάνει την παροχή από προπονητή προς τους αθλητές: πληροφοριών ανατροφοδότησης, διορθώσεις ή άλλες τροποποιήσεις στο περιβάλλον, όλα τα παραπάνω με στόχο τη βελτίωση της απόδοσης.

