

ISKUSTVO METODOLOGIJE MINIBASKETA U POBOLJŠANJU MOTORIČKOG UČENJA

Sažetak

Motoričko učenje traje cijeli život: počinjete učiti nakon rođenja i nastavljate do kasnih godina. Sposobnost usvajanja novih pokreta je definirana kapacitetom učenja i motorike, i može se izmjeriti, ili vremenom potrebnim za pravilno usvajanje motoričke akcije, ali i kroz kvalitetu savladanog gibanja, što se izražava u stupnjevima efikasnosti i preciznosti. Adams to definira kao pojavu relativno stalne promjene u izvedbi ili u potencijalu postignutog ponašanja kroz direktno iskustvo ili promatranje drugih. Promatranje pojedinca koji uči nove motoričke radnje može se vidjeti kad cilj nije postignut kroz prvi pokušaj, budući je izvođenje nevješto ili nekorektno. Ovo se može objasniti na temelju načela po kojemu pojedinac još nema shemu koja omogućava odgovarajuću aktivaciju motoričkog programa koja je potrebna. Schmidt prepoznaje broj pokušaja kao ključni element u skladu s oblikom i snagom sheme akcije.

Ključne riječi: motoričko učenje, senzitivna razdoblja, aktivnost, koncentrirani i distribuirani trening
