

דף הבית < אודות המכללה < פרסומי המכללה < כתב העת "בתנועה" < כרך ח' חוב' 3-4 (2007 <)

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

ההשפעה של אסטרטגיות מיקוד קשב על למידה

[להורדת המאמר המלא](#)

תקציר

ממחקרים העוסקים בלמידה מוטורית ובפסיכולוגיה של הספורט שבחנו את היעילות של אסטרטגיות למיקוד קשב חיצוני ולמיקוד קשב פנימי אנו למדים שהפניית הקשב של המבצע הרחק מתנועות גופו (מיקוד חיצוני), יעילה יותר מהפניית הקשב אל מקורות גופניים (מיקוד פנימי). בעת למידה של מטלות מוטוריות סגורות. השימוש באסטרטגיות אלה נבחן אצל אוכלוסייה תקינה. לא נמצא בספרות המחקר תיעוד לבדיקת יעילותן של האסטרטגיות הללו אצל לומדים בעלי ADHD המאופיינים, בין היתר, בקשיי קשב וריכוז וברמת מוסחות גבוהה. מכאן עולה השאלה, האם אסטרטגיה למיקוד קשב חיצוני, אשר נמצאה יעילה בקרב אוכלוסייה ללא ADHD תהיה יעילה בביצוע של מיומנויות מוטוריות סגורות גם אצל לומדים בעלי ADHD? מטרתו של מחקר זה היא לבחון את ההשפעה של אסטרטגיות למיקוד קשב על ביצוע של מיומנויות מוטוריות סגורות אצל לומדים בעלי ADHD וללא ADHD. המחקר נערך בשני בתי ספר, וכלל אוכלוסייה של 60 תלמידי כיתות ה' ו'. משתתפי המחקר הוקצו לשש קבוצות: ארבע קבוצות למידה (שתיים של מיקוד קשב פנימי ADHD – וללא ADHD שתיים של מיקוד קשב חיצוני ADHD – וללא ADHD ושתי קבוצות ביקורת ADHD – וללא ADHD). בכל קבוצה היו 10 משתתפים. במהלך המחקר התקיימו שלושה מפגשים: בשני המפגשים הראשונים נלמדה מטלת רכישה (זריקת כדור צדית לעבר מטרת יעד יחידה) ובמפגש השלישי מטלות שחזור והעברה (זריקת כדור צדית לעבר מטרת יעד יחידה מבין חמש מטרות). ממצאי המחקר מלמדים: (1) הלומדים שהונחו להשתמש באסטרטגיה למיקוד קשב דייקו בביצועיהם יותר מלומדים שלא הונחו להשתמש בעקרונות האסטרטגיות; (2) היתרון של השימוש באסטרטגיית מיקוד הקשב החיצוני נמצא רק בביצועים הראשונים שלאחר חשיפת הלומדים לאסטרטגיה; (3) נמצא יחס הפוך בין דיוק הביצוע לבין עקיבות הביצוע: בעוד רמת הדיוק עלתה אצל הלומדים שהשתמשו באסטרטגיות למיקוד קשב, חלה אצלם ירידה ברמת עקיבות הביצוע; (4) לא נמצא הבדל בין לומדים בעלי ADHD לבין לומדים ללא ADHD באשר להשפעת האסטרטגיה. מן הממצאים האלה עולה כי רצוי ללמד מיומנות מוטורית חדשה תוך שימוש באסטרטגיות למיקוד קשב. עם זאת, אין צורך להקנות לילדים בעלי ADHD אסטרטגיה שונה מזו שמקנים לילדים ללא ADHD.

תאריכים: הנחיות קשב, לקות קשב, למידה מוטורית, מיומנויות מוטוריות סגורות .