



УДК 612.821.2:796

PAMIĘĆ KINESTETYCZNA

Ewa ZIELIŃSKI¹, Bernard MOTYLEWSKI²

¹ Collegium Medicum w Bydgoszczy,
Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Polska

² Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu
im. Jędrzeja Śniadeckiego w Gdańsku, Polska

Wprowadzenie. Problem pamięci ruchowej, inaczej zwanej kinestetycznej, jest zagadnieniem zajmującym ważne miejsce w dziedzinie uczenia się i nauczania ruchu. W literaturze, szczególnie podręcznikowej, problemowi temu poświęcono niewiele uwagi. Dotychczas jeszcze zachowała się tendencja do rozpatrywania ruchu jako formy niższej – elementarnej, jako pamięci mięśni, pamięci – nawyku, czy też wprawy lub według określenia Bergsona: «pamięci ciała». Spotkać się też można i z drugą tendencją w postaci dążenia do objaśniania przejawów pamięci ruchowej, biorąc za punkt wyjścia zasadę mimowolnej asocjacji. Jednakże w przedstawionych interpretacjach pominięto fakt, iż pamięć ruchowa dotyczy jej przejawów u człowieka. Tak więc pamięć kinestetyczna jest związana nie tylko ze zdolnościami, ale również z procesami myślenia [2,3]. W polskiej literaturze z dziedziny kultury fizycznej hipotezę szczególnej wartości pamięci ruchowej wyraził A. Wohl [4]. Pisał on: «Pamięcią ruchową jest więc utrwalony w systemie powiązań nerwowych przez wielokrotne powtarzanie się, stereotyp ruchowy będący ustosunkowaniem się do określonego układu stosunków przyczynowo-skutkowych,

które wpłynęły na powstanie tego stereotypu». (...) Analiza kształtowania się pamięci ruchowej, jako najbardziej elementarnej postaci pamięci, otwiera drogę do wyjaśnienia charakteru pamięci w ogóle. Przekład odwzorowań symbolicznych na podjęty ruchowe jest wprawdzie czynnością przeprowadzaną świadomie, ale «porcje» symboliczno-ruchowe stanowią budulec nawyków czuciowo-ruchowych, wykonywanych w stanie nieświadomości (zwykle wtórnej); Bernsztejn określił ten proces «działaniem w tle» [5]. Jeżeli czynność ruchowa zostanie zautomatyzowana, czyli sprowadzona na poziom nawyku czuciowo-ruchowego, wówczas jest wykonywana nieświadomie [4,6]. J. Locke podkreślił, że w pamięci najtrwalszy ślad zostawiają ...te idee, którym towarzyszy przyjemność lub przykreść [7]. Uważał on słusznie, że jest to spowodowane tym, że podstawowym zadaniem zmysłów jest zwracać naszą świadomość ku rzeczom albo szkodliwym dla ciała, albo pożytecznym. Oczywistym zatem jest to, że pamięć jest funkcją życiową związaną z działaniem i poznaniem otaczającego nas świata. W niniejszej pracy zgodnie przyjęto, za teorią A. Wohla, że kształtowanie się pamięci intelektualnej bez powiązań jej z pamięcią ruchową nie da się tak samo zrozumieć, jak nie da się zrozumieć myślenia w oderwaniu od działania. Jak wiadomo, na niższych szczeblach ewolucji jedyną formą pamięci jest pamięć ruchowa. Można więc stwierdzić, że ta intelektualna jest tylko przekształcona pamięcią kinestetyczną, i jest tak samo, jak pamięć ruchowa, związana z celowym działaniem i poznaniem. Różnica polega na tym, że akcent przesunięty jest na poznanie, które związane jest z mechanizmem antycypacji poznania u człowieka i automatyzacji tego poznania w stosunku do działania. Według A. Wohla, bez pamięci ruchowej nie byłoby ani osobowości z jej przeszłością, teraźniejszością i przyszłością, ani świadomości tj., zdolności do spostrzegania i przeciwstawiania się otoczeniu. Zdaniem A. Smirnowa, pamięć ruchowa jest zasadniczym mechanizmem wszelkiej pamięci [8].

Metodologia, narzędzia badawcze. Dokonano analizy zależności pomiędzy pamięcią ruchową, a poziomem osiągniętych wyników w sporcie. Celem badania była próba odpowiedzi na pytanie, jaki jest związek pamięci ruchowej z poziomem zaawansowania sportowego? W badaniu skorzystano z podziału grup czynności sportowych dokonanych przez B. Czabańskiego [9]. Jako narzędzie badawcze wykorzystano

test pamięci ruchowej J. Pietera z 1948r [10]. Uzyskane wyniki oceniono stosując modyfikacje według B. Pawełko z 1973 r. [11]. Zastosowano następujące metody wnioskowania statystycznego: test niezależności χ^2 , współczynnik korelacji liniowej Pearsona, Test t-studenta dla sprawdzenia istotności współczynnika korelacji liniowej dla poziomu istotności $\alpha=0.05$, średnia arytmetyczną, odchylenie standardowe. Obliczenia dokonano przy pomocy pakietu obliczeniowego Statistica. Przebadano 83 osoby, studentów Instytutu Kultury Fizycznej w Szczecinie.

Wyniki. Na postawione na wstępie pytanie badawcze, odpowiedź jest niejednoznaczna. Problem traktować należy jako otwarty. Na obecnym etapie badań powstrzymano się przed wyrażeniem daleko idących wniosków.

Wnioski:

1. Należy kontynuować badania, rozszerzając grupę oraz dodając zmienne zależne i niezależne.
2. Pamięć ruchowa jest ważnym elementem uczenia się i nauczania ruchu.

Piśmiennictwo

1. Sheets–Johnstone M. The problem is aptly designated phenomenologically «the kinaesthetic motivation problem» / Sheets–Johnstone M. // *Journal of Consciousness Studies*. – 1999.
2. Puni A. C. Pamięć ruchowa i działalność ruchowa / Puni A. C. // *Kultura fizyczna*. – 1967. – № 11, t. 20.
3. Botwina R. Mentalne wspomaganie sportowców w epoce traktowania sportu jako towaru / Botwina R. Starosta W. // *Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku*. – 2018. – T1(37).
4. Czajkowski Z. Nauczanie techniki sportowej / Czajkowski Z. – Warszawa : Centralny Ośrodek Sportu, 2004.
5. Bernsztejn N. A. O łowkości i jejo razwitii / Bernsztejn N. A. – Moskwa : Fizkultura i Sport, 1991.
6. Blischke K. Automatyzacja w sterowaniu ruchami człowieka / Blischke K. // *Antropomotoryka*. – 2002. – Vol. 23.
7. Locke J. Rozważania dotyczące rozumu ludzkiego / Locke J. // *Rocznik kultury fizycznej*. – 1955. – T.1, x.1.
8. Smirnow A. Psychologia zapamiętywania / Smirnow A. // *Rocznik kultury fizycznej*. – 1951. T. 1, z. 2.

9. Czabański B. Optymalizacja uczenia się i nauczania czynności sportowych / Czabański B. // Studia i monografie AWF we Wrocławiu. – 1986. – Z.14.
10. Pieter J. Test uzależnień ruchowych / Pieter J. // Rocznik kultury fizycznej. – 1948. – T.1, z.1.
11. Pawełko B. Próba określenia zdolności pływackich poprzez badania pamięci i wyobraźni motorycznej / Pawełko B. // Zeszyt Naukowy AWF we Wrocławiu. – 1973. – № 12.