



والتدريب المستمر يكسب المتدرب ، برنامجاً ويمر هذا البرنامج بالمراحل الآتية :-

١- مرحلة تكوين النموذج العقلي للاداء :

يتحقق هذا النموذج عند المتعلم عن طريق مشاهدته لشخص يؤدي المهارة بشكل جيد او من خلال تلقين معلومات لفظية عن كيفية اداء المهارة او بالاجرائين معاً . وكذلك عن طريق مشاهدة فلم متحرك .

٢- مرحلة الاداء :

يبدأ المتدرب بتأدية الحركات المتعلقة بالمهارة ، ويقارن نتائج حركاته الجديدة بالنموذج الاصلي .

٣- مرحلة تكوين البرنامج يصل الى مرحلة العمل بشكل إرادي :

ويتحقق البرنامج الذي هو سلسلة من الحركات المتتابعة والمطابقة للنموذج او من خلال التدريب والممارسة بحيث يتم الاداء بشكل ارادي ومسيطر عليه .