

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ
ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

Հերթական ատեստավորման ենթակա ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների
վերապատրաստման դասընթացներ

ԳՐԻԳՈՐՅԱՆ ԱՆԱՀԻՏ ԲԵՆԻԿԻ

ԿԱՊԿՈՒ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ
ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՆԵՐԱՌՈՒՄԸ ԱԴԱՊՏԻՎ
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ՄԻՋՈՑՆԵՐՈՎ
Հետազոտական աշխատանք

Ղեկավար՝ Մանկավարժական
գիտությունների թեկնածու,
դոցենտ՝ Արտակ Ստեփանյան

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

1 ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

2 ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՄԱՍ

3 ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

4 ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ժամանակակից կրթական հայեցակարգային հիմքերից մեկը ցանկացած մարդու ձևավորման և ինքնիրացման գաղափարն է: Ներառումն ամբողջ աշխարհում ճանաչված է որպես ամենամարդասիրական կրթական պրակտիկա: Ներառական կրթության հիմքը գաղափարախոսությունն է, որը բացառում է երեխաների և երիտասարդների նկատմամբ ցանկացած խտրականություն, ապահովում է բոլոր մարդկանց հավասար վերաբերմունքը և պայմաններ է ստեղծում կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող մարդկանց համար:

Ներառման հիմքում ընկած են աքսիոլոգիական մոտեցման գաղափարները: Ներառական կրթության տեսության և պրակտիկայի արժեքանական հիմքերը կարելի է համարել ազատության արժեքի, հավասար իրավունքների և մարդու արժանապատվության ճանաչման մասին պատկերացումները: Մեթոդաբանական առումով աքսիոլոգիան՝ որպես ներառական կրթության փիլիսոփայության հիմք, տրամաբանորեն լրացվում է փիլիսոփայության և մանկավարժական մարդաբանության գաղափարներով, որոնց համաձայն՝ կրթությունը կարևոր է հաշմանդամություն ունեցող անձի համար, որը խթան է տալիս ինքնազարգացմանն ու ինքնիրացմանը: Հաշմանդամություն ունեցող անձի ողջ կյանքի ընթացքում երկխոսության և սոցիալ-մշակութային միջավայրի հետ ակտիվ փոխազդեցության միջոցով ներառումը նպաստում է սոցիալականացմանը:

Կրթություն ստանալն անհրաժեշտ է յուրաքանչյուր մարդու համար, քանի որ դա անհատական զարգացման և սոցիալական կարգավիճակի բարձրացման հիմնական ուղիներից մեկն է: Բարձրագույն կրթությունն ընդլայնում է կյանքի ուղիների և նպատակների ընտրության շրջանակը, նպաստում է հոգևոր և նյութական անկախությանը, սոցիալական արդիականությանը, կենսունակություն է հաղորդում անհատին, ներդաշնակեցնում է նրա գոյությունը, ինչը հատկապես կարևոր է հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների համար:

Հետեաբար, ԿԱՊԿՈՒ երեխաների եւ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար մատչելի միջավայրի ստեղծումը դառնում է ուսումնական հաստատության զարգացման անվերապահ պահանջ: Մատչելի (հարմարեցված) միջավայրը մեծ ազդեցություն ունի ժամանակակից կրթության մրցունակության վրա:

**ԿԱՊԿՈՒ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ
ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՆԵՐԱՌՈՒՄԸ ԱԴԱՊՏԻՎ
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ՄԻՋՈՑՆԵՐՈՎ:**

Ներառումը, որպես որակյալ նախադպրոցական կրթության պայման, թույլ է տալիս լուծել մտավոր, ֆիզիկական և սոցիալական զարգացման խնդիրները: Սովորաբար մշակվում է ԿԱՊԿՈՒ երեխայի զարգացումը թիմում ընդգրկվելու նպատակով, հետաքրքրասեր հասակակիցները՝ որպես հավասար գործընկերներ: Դրանք իրականացման միջոցներ են հանդիսանում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը, (ֆիզիկական կուլտուրայի ներառված կրթությունը իր մեջ ընդգրկում է ֆիզիկական լարվածության վերացում կրթական գործընթացում), բուժական ֆիզիկուլտուրան, շարժողական ինտեգրումը, խաղը: Ֆիզիկական դաստիարակության ճանաչողական հետազոտական գործունեության խնդիրներն են՝ երեխայի ներգրավումը կազմակերպված կրթական գործունեության մեջ, նպաստել առողջության բարելավման և սոցիալական ինտեգրմանը, առողջության շեղումներ ունեցող աշակերտների ֆիզիկական զարգացմանը և ամրապնդմանը:

Համաձայն պետական կրթական չափորոշչի դպրոցական կրթությունը ներառում է «ֆիզիկական զարգացում» բաժինը.որի յուրացումը ենթադրում է երեխաների կողմից փորձի ձեռքբերում հետևյալ գործողություններում, որոնք ուղղված են այնպիսի ֆիզիկական հատկությունների զարգացմանը, ինչպիսիք են կորդինացիայի և ճկունության, հենաշարժողական համակարգի ճիշտ ձևավորմանը, հավասարակշռության զարգացմանը, շարժումների համակարգմանը, երկու ձեռքերի խոշոր և մանր մատորիկայի զարգացմանը, ինչպես նաև կիրառել հմտությունները առանց վնասվելու, կատարել հիմնական շարժումներ (քայլք, վազք, ցատկ, դարձումներ): Ձևավորել սկզբնական պատկերացում որոշ սպորտաձևերի մասին, յուրացնել շարժախաղերի կանոնները: Խաղերի միջոցով ձևավորել նպատակասլացություն և ինքնավերահսկում, առողջ ապրելակերպի գնահատում, յուրացնել կյանքի տարրականը նորմեր և կանոններ (սննդի, շարժողական ռեժիմի, կոփման, լավ սովորությունների ձևավորում և այլն):

Այս չափանիշներով ֆիզիկական դաստիարակության և կրթության բովանդակությունը մնում է նույնը, այդ թվում նաև ԿԱՊԿՈՒ երեխաների համար, իսկ պահանջները փոխվում են, ըստ երեխայի հնարավորությունների:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների բարձրակարգ ֆիզիկական դաստիարակությունը ենթադրում է կրթական համակարգի անհատականությանը հարմարվելու ունակությունը, երեխայի առանձնահատկությունները, նրա զարգացման անհատական տրամաբանությունը՝ հաշվի առնելով երեխաների հետաքրքրություններն ու նախասիրությունները ֆիզիկական կուլտուրայի և կրթության բովանդակության և տեսակների նկատմամբ: Պետք է նկատի ունենալ, որ հաճախ ԿԱՊԿՈՒ երեխաները չեն կարողանում հիշել նյութը, չեն ընկալում բովանդակությունը, չեն յուրացնում դասարանում վարքագծի կամ խաղի կանոնները: Մասնավորապես, նրանք վատ են կողմնորոշվում տարածության մեջ, չգիտեն, թե ինչպես շրջանցել խոչընդոտը, դժվար են կորդինացնում շարժումները, չեն կարողանում հասկանալ առաջադրանքը, չգիտեն ինչպես օգնություն խնդրել, ինչ բառեր ասել, չեն կարող ճնշել իրենց բացասական ցանկությունները, որոնք առաջացնում են մեծ դժվարություններ և ձևավորում է ագրեսիվություն, անապահովություն և վախի զգացում, հրաժարվում են շփվելուց և դառնում են ինքնամփոփ:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ շարժողական գործողությունների զարգացումը ներառական խմբերում պետք է տեղի ունենան հանգիստ մթնոլորտում, շարժումը վերահսկելու համար վերլուծական համակարգերի լայն շրջանակի ներգրավմամբ, առաջադրանքների կրկնությունը պետք է իրականացվի ավելի երկար ժամանակով, համեմատած դպրոցական տարիքի երեխաների հետ:

Ներառական կրթական ծրագրի իրականացման որակի գնահատման հարցում առանձնահատուկ տեղ է զբաղեցնում ուսուցիչների վերաբերմունքը ԿԱՊԿՈՒ երեխաներին, ներառական կրթություն իրականացնելու նրա պատրաստակամությունը: Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը՝ ձևավորված պատրաստվածությամբ պետք է տիրապետի ներառական կրթության ամբողջական, խորը և համակարգված գիտելիքների, հստակ հասկանա ԿԱՊԿՈՒ երեխաներին կրթության մեջ ընդգրկելու կարևորությունը և գործընթացը, ընդունուի նրանց որպես հասարակության ամբողջություն, կարողանա վերլուծել մասնագիտական գործունեությունը ներառական կրթության գործընթացում:

Հոգեբանական (անձնական) պատրաստվածությունը ներառում է հուզական խնդիրներ ունեցող երեխաների ներգրավումը ուսումնական գործընթացին՝ կախված նրանց հնարավորություններից, վարքագծի առանձնահատկություններից, մտավոր և ֆիզիկական առողջությունից:

Այնուամենայնիվ, այն խնդիրների շարքում, որոնք խոչընդոտում են ներառական ֆիզիկական դաստիարակության որակի իրականացմանը ուսումնական հաստատություններում, մեծ տեղ է զբաղեցնում ուսուցիչների անբավարար մասնագիտական իրավասության մակարդակը, ֆիզիկական ներառական միջավայրում աշխատելու կրթություն, հոգեբանական խոչընդոտների առկայություն և մասնագիտական կարծրատիպերը:

Ներառական ֆիզիկական դաստիարակության կիրառումից ի վեր լուծվում են սոցիալականացման խնդիրներ, արդյունքում առողջ երեխաների մոտ առաջանում է համակրանքի, կարեկցանքի և հանդուրժողականության զարգացումը, իսկ հաշմանդամություն ունեցող երեխաների մոտ՝ հասարակության մեջ մտնելու դժվարությունների հետ կապված սոցիալական ռիսկի գործոններին դիմակայելու կարողություն:

Տարրական դպրոցի հիմնական նպատակն է ստեղծել օպտիմալ պայմաններ հուզականային, ճանաչողական, շարժողական կարողությունների զարգացման և յուրաքանչյուր երեխայի դրական անհատականության գծերի զարգացման համար:

Ֆիզիկական դաստիարակության ազդեցությունը պետք է ուղղված լինի զարգացման խանգարումների հաղթահարմանը և կանխարգելմանը, ինչպես նաև անհրաժեշտ գիտելիքների և հմտությունների որոշակի շրջանակի ձևավորմանը, երեխաներին հանրակրթական դպրոցում կրթության համար պատրաստելը: Տարրական դպրոցի ուսուցիչների աշխատանքի կարևորագույն նպատակները դեռևս մնում է աշակերտների առողջության պաշտպանությունն ու ամրապնդումը: **Ֆիզիկական կուլտուրայի հիմնական խնդիրներն են երեխայի ֆիզիկական զարգացումը, շարժումների տեխնիկայի բարելավումը, ինչպես նաև սեփական առողջության նկատմամբ դրական վերաբերմունքի և առողջ ապրելու ցանկության ձևավորում:**

Ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջության բաժնի խնդիրների իրականացումը ենթադրում է.

- պայմանների ստեղծում առողջության պահպանման և ամրապնդման, երեխաների լիարժեք ֆիզիկական զարգացման համար.
- բժշկական հսկողություն և հիվանդությունների կանխարգելում.
- առողջապահական տեխնոլոգիաների ներառումը մանկավարժական գործընթացում.
- ուսուցիչների վերապատրաստում առողջապահական տեխնոլոգիաների և երեխայի հոգեմատորիկական զարգացման մեթոդների վերաբերյալ.
- հատուկ կազմակերպված աշխատանք ֆիզիկական դաստիարակության վերաբերյալ, երեխաների մոտ շարժիչ հմտությունների ձևավորում.

Լրիվ շարժողական հմտությունների ձևավորումը, ակտիվ գործունեությունը շարժախաղի ընթացքում, բացօթյա խաղը, ձեռքի մանր մատորիկայի յուրացումը ընդհանուր համակարգի անհրաժեշտ օղակներն են:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների շարժողական զարգացման և մատորիկայ առանձնահատկությունների շտկման համար մշակվել է հատուկ վարժություններ ֆիզիկական դաստիարակության ընդհանուր կիրառելի մեթոդների միջոցով: Այն ուղղված է մկանների տոնուսի նորմալացմանը, սխալ կեցվածքի շտկմանը, դիմացկանության զարգացմանը, շարժումների արագության բարելավմանը, խոսքի և շարժումների համակցմանը, խթանել արագ արձագանքը բանավոր հրահանգներին, գրելու հմտությունների զարգացման համար անհրաժեշտ շարժողական կարողությունների մշակում:

Խոսքի տարբեր խանգարումներ ունեցող ԿԱՊԿՈՒ երեխաների հետ աշխատելիս հատուկ ուշադրություն պետք է դարձնել մատերի մանր մատորիկայի զարգացմանը:

Այս նպատակին ծառայում են հետևյալ վարժությունները.

- սեղմել ռետինե գնդակը կամ թենիսի գնդակը;
- թեքել մատները հերթով ծալել բռունցքը և բացել:
- ռիթմիկ վարժություններ
- վերարտադրել աջ և ձախ ձեռքի տարբեր շարժումներ:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաները հաճախ ֆիզիկապես թույլ են, դիմացկուն չեն, նրանք արագ են հոգնում, դժվարանում են երկարատև թիմային աշխատանք կատարել, նրանց հաճախ բնորոշ է կաշկանդվածություն, դժվար են կենտրոնանում տարբեր գործողություններին, բացասական է ազդում երեխաների առողջության վրա և այն, որ նրանք շատ ժամանակ են անցկացնում նստած

դիրքում: Ուստի նրանցից շատերը ի վիճակի չեն կատարել ֆիզիկական դաստիարակության պետական ծրագրի պահանջները:

Կարևոր է ուսումնառության առաջին շրջանում ուշադրություն դարձնել աշխատանքի այն տեսակներին, որոնք կօգնեն երեխաներին համախմբել, զարգացնել շարժողական հմտություններ, Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչը նման երեխաների հետ աշխատանք պլանավորելիս պետք է հստակ հասկանա յուրաքանչյուր երեխայի ֆիզիկական հնարավորությունները: Շարժողական ակտիվության բարձրացման լավագույն միջոցը բացօթյա խաղերն են՝ որպես ֆիզիկական դաստիարակության մաս, երաժշտական պարապմունքներ, ինչպես նաև տոնական ցերեկույթներ, զբոսանքներ, շարժախաղերը պետք է զուգակցվեն այլ տեսակի գործունեության հետ: Ակտիվ խաղը դպրոցական տարիքի երեխաների սիրելի զբաղմունքներից մեկն է: Այն պետք է ճիշտ ընտրված լինի՝ հաշվի առնելով երեխայի ֆիզիկական հնարավորությունները և հետաքրքրությունները:

Նման խաղերը թույլ են տալիս մշակել ամենապարզ շարժումներ (քայլք, վազք, ցատկ) և աստիճանաբար պատրաստել նրաց ավելի բարդ, համակցված շարժումների յուրացմանը: Բացօթյա խաղերը, օգնում է լուծել մի շարք դաստիարակչական առաջադրանքներ՝ ակտիվության բարձրացում, զարգացում, իմիտացիա, խաղային հմտությունների ձևավորում, երեխաների ստեղծագործական գործունեության խրախուսում: Միևնույն ժամանակ նրանք օգնում են խոսքի հաջող ձևավորմանը, նպաստում են ռիթմի զգացողության, շարժումների ներդաշնակության զարգացմանը, դրականորեն ազդում երեխաների հոգեկան վիճակի վրա:

Երեխաներին ակտիվ խաղ առաջարկելուց ուսուցիչը պետք է նրանց նախապես ծանոթացնի խաղի տարրերին, հնարավորություն տալ կիրառելու այն շարժումները, որոնք դժվար են նրանց համար: Ինքը՝ ուսուցիչը, ակտիվ մասնակցություն է ունենում խաղի մեջ՝ օգնում, խրախուսում, անգամ նվազագույնը հաջողությունները: Պետք է համբերատար լինել երեխաների հետ, ովքեր չեն կարողանում կամ չեն հասկանում, հետևաբար, նրանք սխալ են կատարում առաջադրանքը: Յուրաքանչյուր երեխա պետք է մասնակցի խաղին՝ հնարավորության դեպքում կատարի իր համար իրագործելի գործողություններ՝ փորձելով ընդօրինակել առաջնորդին և նրա ընկերներին, ուսուցչի հետ միասին կատարի գործողություններ: Կարևոր է, որ երեխաները զարգացնեն ինքնավստահություն:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական կուլտուրան սոցիալականացման արդյունավետ ձևերից է, որը լայն հնարավորություններ է ընձեռում նման երեխաների կարողությունների և հետաքրքրությունների զարգացման, նրանց շեղումների շտկման համար հանրակրթական դպրոցների շրջանակում:

Ուսումնական գործընթացը կազմակերպելիս առաջին հերթին անհրաժեշտ է հաշվի առնել բժշկական, ֆիզիոլոգիական և հոգեբանական նախադրյալները՝ իմանալ երեխաների առողջական վիճակը, ֆիզիկական, մտավոր, անձնային բնութագրերը: Որքան շուտ սկսվի բժշկահոգեբանական-մանկավարժական վերականգնումը, այնքան արդյունավետ է այն, քանի որ զարգացող օրգանիզմը ավելի պլաստիկ է և զգայուն է ֆիզիկական վարժությունների, շարժիչային և հոգեբանական ազդեցությունների նկատմամբ:

Մանկավարժական ազդեցությունների ուղղիչ և զարգացնող սկզբունքը ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրայի մեթոդների հիմքն է: Սկզբունքի էությունն այն է, որ մանկավարժական ազդեցությունը պետք է ուղղված լինի ոչ միայն ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական և մտավոր խնդիրների հաղթահարմանը կամ թուլացմանը, այլ նրանց ճանաչողական, մտավոր և ֆիզիկական կարողությունների և բարոյական որակների զրգացմանը: Ուղղիչ և զարգացման առաջադրանքները ուղղված են լիարժեք ֆիզիկական զարգացման ապահովմանը, շարժողական ակտիվության բարձրացմանը, հոգեֆիզիկական կարողությունների վերականգնմանն ու բարելավմանը, երկրորդական շեղումների կանխարգելմանը:

Մանկավարժական գործունեության կողմնորոշումը անքակտելիորեն կապված է շարժողական գործողությունների ուսուցման գործընթացի և ֆիզիկական որակների զարգացման հետ: Կրթական, ուղղիչ և զարգացնող առաջադրանքները լուծվում են նույն ուսումնական նյութի ժամանակ, բայց ունեն տարբերություններ:

.Ուսումնական առաջադրանքներին բնորոշ է բարձր դինամիզմ, քանի որ դրանք պետք է համապատասխանեն ծրագրի բովանդակությանը:

Ուղղիչ և զարգացնող առաջադրանքները բնութագրվում են հարաբերականությամբ, քանի որ դրանք լուծվում են յուրաքանչյուր դասում:

Ուսումնական գործընթացում նոր ուսումնական նյութին անցնելիս՝ պետք է փոխել միայն հիմնական առաջադրանքը, պահանջներն ու մեթոդները փոխվում են աստիճանաբար:

Յուրաքանչյուր դասին առաջադրված պահանջները կեցվածքի շտկումն է, հիմնական տեղաշարժը՝ քայլերը, վազելը և այլ բնական շարժումներ, մկանային ամրացում, մարմնի ուղղում, հարթաթաթության ուղղում և կանխարգելում, ինքնավար ֆունկցիաների ակտիվացում:

Ուսուցչի գործունեությունը պրակտիկայում պահանջում է հիմնական խնդրի ուսումնասիրում, դրա դրսևորումների, որակական ինքնատիպության և կառուցվածքի, ուղեկցող հիվանդությունների և երկրորդական շեղումների, բժշկական ցուցումների և որոշակի տեսակի վարժությունների հակացուցումների իմացություն: Բացի այդ, անհրաժեշտ է իմանալ, հատկապես հոգեմետորական հմտությունների վիճակը՝ հաշվի առնելով տարիքը, գործունեության հիմնական տեսակը, հատկանիշը, յուրաքանչյուր տարիքային շրջանի համար: Այս տեղեկատվությունը անհրաժեշտ է ուսուցչին, չվնասելու, ինչպես նաև երեխայի պոտենցիալ անձնական և ֆունկցիոնալ հնարավորությունները բացահայտելու, ուղղման և զարգացման օպտիմալ ուղին որոշելու և վերահսկելու համար:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչը ինքնուրույն իրականացնում է մանկավարժական ախտորոշում՝ բացահայտելով անհատական շարժողական ունակությունների, ֆիզիկական և կորդինացիոն կարողությունների վիճակը:

Նրա խնդիրն է ճիշտ մեկնաբանել բժշկական արդյունքները և հոգեբանական ախտորոշումը, հիմնված դրանց համեմատության և վերլուծության տվյալների վրա պլանավորել ուսուցման տակտիկական ուղին և արդյունավետ մեթոդները:

Մանկավարժական գործընթացի անհատական ուսուցման էությունն այն է որ, ելնելով յուրաքանչյուր երեխայի հատուկ կարողություններից և հնարավորություններից, առավելագույն պայմաններ ստեղծել նրա ճիշտ զարգացման համար: Անհատական ուսուցման սկզբունքի ազդեցությունը ամբողջությամբ իրականացվում է և կախված է ուսուցչի մասնագիտական կարողությունից և մեթոդական հմտությունից:

Մանկավարժական ազդեցությունները պետք է փոխհատուցեն թերզարգացած, խաթարված կամ կորցրած ֆունկցիաները, ասանվտանգ ֆունկցիաների վերակառուցման կամ օգտագործման ավելացման և շրջանցիկ ճանապարհների ձևավորման միջոցով:

Այսպիսով, տեսողության խանգարման դեպքում փոխհատուցումը ձևավորվում է անձեռնմխելի զգացողությունների համալիրի ազդեցությամբ՝ լսողական, մաշկային, մկանային-հոդային, հոտառություն, թրթռում, ջերմաստիճան, որոնք բավական մանրամասնորեն

տեղեկացնում են մարդուն շրջապատող տարածության մասին, ինչը թույլ է տալիս նրան լուծել բարդ շարժողական խնդիրներ:

Ողնուղեղի վնասման դեպքում, երբ նորմալ քայլելը հնարավոր չէ վերականգնել, ձևավորվում են տեղաշարժվելու փոխհատուցվող տարբերակներ՝ հենվելով երեխայի ակտիվ զարգացած ֆունկցիաների վրա: Պարապունքները ԿԱՊՈՒ երեխաների հետ՝ որոնց զարգացման հնարավորությունները չափազանց սահմանափակ են, հաճախ ցանկալի արդյունքների չեն հանգեցնում:

Այսպիսով, մանկավարժական ազդեցությունների փոխհատուցող կողմնորոշման սկզբունքի իմաստն այն է, որ հատուկ ընտրված ֆիզիկական վարժությունների, մեթոդների և մեթոդական տեխնիկայի օգնությամբ պետք է խթանել փոխհատուցվող վնասված ֆունկցիաները՝ ակտիվացնելով զարգացող ֆունկցիաները՝ ժամանակի ընթացքում ստեղծելով կայուն երկարաժամկետ փոխհատուցում:

ԿԱՊՈՒ երեխաների համար ֆիզկուլտուրայի դասեր կազմակերպելիս անհրաժեշտ է հաշվի առնել տարիքային առանձնահատկությունները, ովքեր իրենց զարգացման ընթացքում անցնում են օնտոգենետիկ զարգացման նույն փուլերը, ինչպես առողջ երեխաները, բայց միայն նրանց համար այս գործընթացն ավելի դանդաղ է ընթանում և ունի տարբեր վերջնական արդյունքը: ԿԱՊՈՒ երեխայի կենսաբանական տարիքը շատ դեպքերում հետ է մնում անձնագրից: Բոլոր ֆիզիոլոգիական և հոգեբանական գործառույթների անհատական զարգացման գործընթացը ընթանում է անհավասար և ոչ միաժամանակյա, կայունացման շրջանները փոխարինվում են զարգացման արագացմամբ:

Այս գործընթացը բնական է բոլոր երեխաների համար, տարբերությունն այն է, որ զարգացման խանգարումներ ունեցող երեխայի մոտ արագացման շրջաններ (զգայուն շրջաններ) տեղի են ունենում միջինը 2-3 տարի հետո: Մտավոր դինամիկական և ֆիզիկական կարողությունները զուտ անհատական են, ինչպես նաև անհատական և զգայուն ժամանակաշրջանները, կարևոր է դրանք բաց չթողնել և հնարավորինս օգտագործել դրանք անձի զարգացման համար:

Մանկավարժական ազդեցությունների համարժեքությունը կրթական և մանկավարժական գործընթացի կարևորագույն տարրերից է, հանդիսանում է ուղղիչ և զարգացման, փոխհատուցման, բուժիչ-վերականգնողական խնդիրների լուծում:

Գործիքների, մեթոդների, մեթոդական տեխնիկայի ընտրությունը պետք է համապատասխանի երեխայի իրական ֆունկցիոնալությանը, հետաքրքրություններին և կարիքներին:

Տարաբնույթ մանկավարժական ազդեցությունների արդյունքում կարևորվում է ոչ միայն ֆիզիկական վարժությունների բազմազանության, այլև դրանց կատարման պայմանները, որոնք կարգավորում են հուզական վիճակը, ազդելով տարբեր զգայարանների վրա (տեսողական, շոշափելի, լսողական), խոսք (բացօթյա խաղեր ասմունքով), մատորիկա (մատներով խաղեր), բանականություն (խաղեր հաշվում, բառաշինություն և այլն):

ԿԱՊԿՈՒ երեխաները, սահմանափակ շարժունակության պատճառով, զգում են շարժողական և հուզական ակտիվության, հաղորդակցության պակաս, հետևաբար մի շարք շարժողական գործունեություններ, հատկապես խաղը, գոնե մասամբ փոխհատուցում է այդ բացասական երևույթները:

Ֆիզիկական կուլտուրան՝ որպես ակադեմիական առարկա, ուղղված է շարժողական ունակությունների զարգացմանը, բացի այդ երեխան պետք է ունենա անհրաժեշտ գիտելիքներ, կարևորի համակարգված ֆիզիկական վարժությունների կատարելու անհրաժեշտությունը, որը հիմք է ծառայում ինքնավստահության, ինքնագնահատականի բարձրացման և առողջ ապրելակերպի դրական մոտիվացիայի ձևավորման համար:

Ֆիզիկական վարժությունների կազմակերպման ձևերը կարող են լինել բազմազան՝ համակարգված (ֆիզկուլտուրայի դասեր, առավոտյան վարժություններ), էպիզոդիկ (քաղաքից դուրս զբոսանք, սահնակով սահում), անհատական (հիվանդանոցում կամ տանը), զանգվածային (փառատոներ, տոներ), մրցութային (միջդասարանականից մինչև միջազգային), խաղային (ընտանիքում, առողջապահական ճամբարում): Դասընթացների որոշ տեսակներ կազմակերպում և անցկացնում են ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչները, մյուսները՝ հասարակական և պետական կազմակերպությունները, ծնողները, կամավորները, աշակերտները, չորրորդը՝ ինքնուրույն:

Կազմակերպության բոլոր ձևերի նպատակն է ընդլայնել երեխաների շարժողական գործունեությունը, նրանց ծանոթացնել մատչելի սպորտային գործունեությանը, հետաքրքիր ժամանցին, սեփական և ստեղծագործական գործունեության զարգացմանը, առողջ ապրելակերպի, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային դաստիարակության ձևավորմանը:

Կազմակերպված ֆիզիկական դաստիարակության հիմնական ձևը ֆիզկուլտուրայի դասն է: Կախված նպատակներից, խնդիրներից, ծրագրի բովանդակությունից՝ հնարավոր է նշանակել.

- կրթական ուղղվածության դասեր - հատուկ գիտելիքների ձևավորում, մի շարք շարժողական հմտություններ սովորեցնելու համար.
- ուղղիչ և զարգացող կողմնորոշման դասեր՝ - ֆիզիկական վարժությունների միջոցով ֆիզիկական որակների զարգացում և ուղղում կորոդինացիոն կարողությունների, շարժումների, զգայական համակարգերի և մտավոր գործառույթների շտկում:
- առողջության կողմնորոշման դասեր՝ ուղղված են կեցվածքի շտկման, հարթ թության, սոմատիկ հիվանդությունների կանխարգելման, զգայական համակարգերի խանգարումների, սրտանոթային և շնչառական համակարգերի ամրապնդման համար:
- թերապևտիկ դասեր՝ բուժման և վերականգնողական-խրոնիկական հիվանդությունների ընթացքում ձեռք բերված կամ խանգարված ֆունկցիաների կամ վնասվածքներ և այլն վերականգնողական բուժում (օրինակ՝ ամենօրյա վարժություն թերապիայի պարապմունքներ մանկական, ուղեղային կաթված ունեցող երեխաների հատուկ դպրոցներ-կենտրոններում);
- սպորտային պարապմունքներ՝ -ընտրած մարզաձևում ֆիզիկական, տեխնիա-տակտիկական, մտավոր, կամային, տեսական կարողությունների կատարելագործում :
- ժամանցային կողմնորոշման դասեր՝ կազմակերպված ժամանցի, հանգստի, խաղային գործունեության համար:

Գործնականում յուրաքանչյուր դաս պարունակում է ուսուցման, զարգացման, ուղղման, փոխհատուցման և կանխարգելման տարրեր: ԿԱՊԿՈՒ երեխաներին առավել բնորոշ են համալիր դասերը, որոնք չեն կարգավորվում ժամանակով, պարապմունքների վայրով, մասնակիցների թվով, տարիքով: Պարապմունքները կարող են անցկացվել տարբեր շարժողական խանգարումներ ունեցող երեխաների հետ՝ առանձին կամ առողջ երեխաների, ծնողների, կամավորների հետ միասին: Նրանց հիմնական նպատակն է բավարարել երեխաների հուզական շարժողական գործունեության կարիքները, խաղային գործունեությունը, հաղորդակցությունը:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությունը ուսումնական հաստատություններում իրականացվում է հետևյալ ձևերով.

- ֆիզկուլտուրայի դասեր;
- ռիթմի դասեր (տարրական դասարաններում);
- ֆիզկուլտ դադարներ

Օրվա ռեժիմում դրանք ներկայացված են հետևյալ ձևով.

- առավոտյան վարժություններ (դասերից առաջ);
- կազմակերպված խաղեր դասամիջոցին;
- սպորտային ժամ (դասերից հետո).

Արտադասարանական միջոցառումներն ունենում են հետևյալ ձևերը. ֆիզիկական պատրաստվածություն, բացօթյա և սպորտային խաղերի խմբեր և այլն, կազմակերպվում է կամավոր սիրողական հիմունքներով՝ հաստատության հնարավորություններին և աշակերտների շահերին համապատասխան.

- սպորտային միջոցառումներ, վիկտորինաներ, մրցույթներ, զվարճանքներ:
- ինտեգրված արձակուրդներ առողջ երեխաների հետ;
- զբոսանքներ և էքսկուրսիաներ;
- առողջության օրեր.

Արտադպրոցական ժամանակահատվածում հարմարվողական ֆիզիկական հանգիստն ունի հետևյալ ձևերը.

- պարապմունքներ ամառային և ձմեռային առողջապահական ճամբարներում;
- մարմնամարզություն և խաղեր ընտանիքում;
- պարապմունքներ վերականգնողական կենտրոններում;
- դասեր ընտանեկան առողջության ակումբներում;
- ինքնուրույն ուսուցում.

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Ներառական կրթության իրականացման գործում ֆիզկուլտուրայի ուսուցչին վերապահված է առաջատար դերերից մեկը, քանի որ ֆիզիկական դաստիարակությունը չափազանց կարևոր է ԿԱՊԿՈՒ երեխաների սոցիալական հարմարվողականության համար, դրանք խթանում են նրանց կապեր հաստատել արտաքին աշխարհի հետ.:

Ներառական կրթության իրականացման ապահովումն այսօր վստահված է միջնակարգ կրթական կազմակերպություններին և ուսուցիչներին: Կրթական կազմակերպությունները պետք է ապահովեն անհրաժեշտ միջոցներ կրթությունը իրականացնելու համար:

Հայաստանի Հանրապետությունում դեռ փորձում են կարգավորել և հանրայնացնել ներառական կրթությունը, սակայն դրա համար անհրաժեշտ միջոցների տրամադրումն ու կարգավորումը չափազանց դանդաղում է:

Անհրաժեշտ գրականություն բավականաչափ չկա, ուսուցիչը խուսափում է իր ուսերին վերցնել պատասխանատվություն, իսկ մասնագետի համար դպրոցում հաստիք չկա: Այս բնագավառում թերացումներ ունի ոչ միայն պետական համակարգը նաև հասարակությունը:

Ֆիզկուլտուրան խիստ կարևոր է ներառված կրթության համար, այն հիմք է հանդիսանում ԿԱՊԿՈՒ երեխաների վերականգնողական գործընթացում: Տեսական գիտելիքների հիմունքները բավարար չեն ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման համար, անհրաժեշտ է պրակտիկ ուսումնասիրությունների բավականաչափ փորձ:

Գրականության ցանկ

1. Եվսեն Ա.Պ. «Հարմարվողական ֆիզիկական կուլտուրա և հաշմանդամների սոցիալական ինտեգրում» «Մարդ և առողջություն»
2. Եգորով Պ. Ռ. «Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող մարդկանց ներառական կրթության տեսական մոտեցումներ»
«Մանկավարժական գիտություններ»
3. Եմելյանովա Թ.Վ. «Մասնագետների պատրաստվածության տեսական ասպեկտները ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի վերաբերյալ ներառական կրթության պայմաններում աշխատանքի համար»:
26. Իվանովա Տ.Ս. «Դպրոցի ժամանակակից մանկավարժական անձնակազմ, Առողջության խթանում. խնդիրներ և լուծումներ»
27. Գուսևա. Մոսկվա զեկույց «Ներառական կրթություն» :