

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

**Հերթական ատեստավորման ենթակա ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների  
վերապատրաստման դասընթացներ**

ԱՐԹՈՒՐ ՎԱՋԱԳԱՆԻ ԱՐՇԱԿՅԱՆ

**ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ ՀԱՂՈՐԴՈՒՄԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԴԱՍԵՐԻՆ**

Հետազոտական աշխատանք

Խումբ 2

Ղեկավար՝ մանկավարժական  
գիտությունների թեկնածու, դոցենտ  
Ա.Գ. Ստեփանյան

ԵՐԵՎԱՆ 2022

# ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ .....	2
ԳԼՈՒԽ I Անձի ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորման տեսական հիմունքները և կիրառական ասպեկտները շարունակական կրթության համակարգում.....	4
ԳԼՈՒԽ II Տեսական գիտելիքների ազդեցությունը դպրոցականների ֆիզիկական ակտիվության բովանդակության և ծավալի վրա.....	10
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ .....	13

## ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Դպրոցականների անձնական ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորման մակարդակը կախված է ուսուցիչների կրթական գործընթացում ժամանակակից մանկավարժական տեխնոլոգիաների ներդրման գործում մասնագիտական կոմպետենտությունից:

Ֆիզիկական դաստիարակության կրթական ուղղվածությունը ապահովվում է միայն այն դեպքում, եթե շարժողական գործողությունների ուսուցումը և ֆիզիկական ընդունակությունների զարգացումը օրգանապես զուգակցվում են ածակերտների

որոշակի գիտելիքների ձևավորման հետ (Ն. Ի. Ալեքսեն, Վ.Ջ. Աֆանասև, Ա. Ի. Բեսուդնով, 1995):

Ըստ Լ.Կ. Ջավյալովի (1999), ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին գիտելիքների ձևավորումը, ենթարկվելով ընդհանուր հոգեբանա-մանկավարժական օրինաչափություններին, ունի տարբերակիչ առանձնահատկություններ որոնք պայմանավորված են ֆիզիկական կատարելագործման խնդիրների ինքնատիպության, տեսական նյութի տեղով ֆիզիկական վարժությունների կառուցվածքում և բովանդակության մեջ.

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչի պատրաստակամությունը կիրառելու մանկավարժական տեխնոլոգիաներ ֆիզիկական կուլտուրայի աշխարհայացքի և ինտելեկտուալ բաղադրիչի ձևավորման համար, որն իրականացվում է «Գիտելիքի հիմունքներ» բաժնում, հնարավորություն կտա ակտիվացնել ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կողմնորոշումը դեպի դպրոցականների մոտ ֆիզիկական վարժությունների նկատմամբ դրական վերաբերմունք ձևավորում:

Աշխատանքի նպատակն է պայմաններ ստեղծել անձի ֆիզիկական կուլտուրայի տեսական հիմքերի ձևավորման համար:

Խնդիրներն են

1. Ուսումնասիրել ֆիզկուլտուրայի դասերին սովորողների գիտելիքների ձևավորման խնդիրն առնչվող ժամանակակից դրույթները:

2. Վերլուծել «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայից դպրոցականներին տեսական գիտելիքների ուսուցման ժամանակակից մեթոդները:

## **ԳԼՈՒԽ I Անձի ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորման տեսական հիմունքները և կիրառական ասպեկտները շարունակական կրթության համակարգում**

Կրթական համակարգը հասարակության ինտելեկտուալ, հոգևոր և մշակութային ներուժի վերարտադրման և ամրապնդման հիմնական աղբյուրն է, տնտեսական և սոցիալական առաջընթացի հիմնարար գործոններից մեկը:

Համաձայն ժամանակակից հասարակության սոցիալ-տնտեսական առանձնահատկությունների, նրա հետագա զարգացմանը, հիմնվելով ընդհանուր միջնակարգ կրթության էության վրա, դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության հիմնական խնդիրն է նպաստել համակողմանի զարգացած անհատականության ձևավորմանը՝ օգտագործելով ֆիզիկական վարժություններ: Այս խնդրի լուծման համար բարձր արդյունքների հասնելը հնարավոր է, երբ դպրոցականները տիրապետեն անձնական ֆիզիկական կուլտուրայի հիմունքներին: Միևնույն ժամանակ, պատշաճ գիտելիքների ձևավորման, շարժիչ հմտությունների և առողջության խթանման ավանդական խնդիրների լուծմանը զուգընթաց, պետք է աշխատանքներ տարվեն անհատի ֆիզիկական և հոգևոր զարգացման արժեքային կողմնորոշումների, առողջ ապրելակերպի, կանոնավոր ֆիզիկական վարժությունների կարիքների և դրդապատճառների (հետաքրքրությունների) ձևավորում: Հումանիզմի, ուրախության և հաղորդակցման փորձի ձևավորում, կամային և բարոյական հատկությունների զարգացում (Վ.Ի. Լյախ, 1992):

Ֆիզկուլտուրան ֆիզիկական կուլտուրայի ակտիվ կողմն է, որը ներկայացված է մարդու ֆիզիկական կատարելագործման մանկավարժական համակարգի տեսքով: Այս համակարգը ներառում է, առաջին հերթին, հատուկ գիտելիքների և շարժիչ հմտությունների ձևավորում, երկրորդ՝ ֆիզիկական կարողությունների զարգացում, և երրորդ՝ ֆիզիկական վարժությունների գործընթացում անձնական որակների զարգացում (Բ.Ա. Աշմարին 1999 թ.):

Ֆիզիկական կուլտուրայի առաջնային խնդիրներն են դառնում աշակերտի վրա մանկավարժական ազդեցության շրջանակի ընդլայնումը, ուսուցման ձևերի և մեթոդների ավելի լայն օգտագործումը: Ֆիզիկական կուլտուրայի ժամանակակից

հասկացությունների հեղինակներն ավելի ու ավելի են խոսում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի կրթության մասին:

Կրթությունը համակարգված գիտելիքների, հմտությունների և կարողությունների յուրացման գործընթացն ու արդյունքն է, մարդուն կյանքին, աշխատանքին և հայրենիքի պաշտպանությանը նախապատրաստելու անհրաժեշտ պայմանը: Կրթությունն ուղղված է մարդու մտավոր, գեղագիտական, ֆիզիկական զարգացմանը և այլն:

Կրթական համակարգում այսօր տեղի ունեցող փոփոխությունները ուսուցչին հնարավորություն են տալիս ինքնուրույն գտնելու իր ճանապարհը՝ փոփոխելով ինչպես դասական, այնպես էլ նորագույն մեթոդները՝ կախված կոնկրետ պայմաններից: Մանկավարժական ստեղծագործությունը դադարում է լինել անհատների բաժինը (Յու.Ն., Վավիլով 1990):

Հասարակության զարգացման ներկա փուլում նկատվում է երեխայի նկատմամբ կրթության հստակ շրջադարձ, նրա անձի նկատմամբ հարգանք, վստահություն, նրա անձնական նպատակների, խնդրանքների և հետաքրքրությունների ընդունում, նրա զարգացման համար առավել բարենպաստ պայմանների ստեղծում: Կարողությունները՝ հաշվի առնելով երեխայի զարգացման սոցիալական և մշակութային համատեքստի առանձնահատկությունները, բարդությունն ու երկիմաստությունը, նրա ներաշխարհը, խմբակային և անհատական սկզբունքների օրգանական համադրություն, ինչը նշանակալի է դարձնում այն, ինչ սոցիալական նշանակություն ունի երեխայի համար: (Ե.Դ. Դենեպրով, 1994):

Այսօր կասկած չկա, որ կրթական և ճանաչողական գործունեության աճող ծավալի և ինտենսիվության պայմաններում դպրոցականների անհատականության ներդաշնակ զարգացումն անհնար է առանց ֆիզիկական դաստիարակության:

Ֆիզիկական կուլտուրայի առաջադրանքների իրականացումը հնարավոր չէ լիարժեքորեն առանց դպրոցականների կողմից «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի հատուկ գիտելիքներ ստանալու (Լ.Կ. Ջավյալով, 1990 թ.): Ֆիզիկական դաստիարակության դասագրքի, տեսության և մեթոդների հեղինակների կարծիքով (Բ.Ա. Աշմարին և այլք, 1990 թ.) ֆիզիկական դաստիարակությունը համակարգված գիտելիքների, ֆիզիկական վարժությունների, ինչպես նաև դրանց ինքնուրույն

ուսումնասիրության և կյանքում օգտագործման եղանակների յուրացման գործընթացն ու արդյունքն է: .

Վ.Ի. Լյախը և Գ.Բ. Մեյկսոնը (1998) նշում են, որ ֆիզկուլտուրայի դասում գիտելիքների ձևավորումը հաճախ հանգում է պատրաստի տեղեկատվության մեխանիկական փոխանցմանը, և շատ դեպքերում նույնիսկ այս մեթոդը չի օգտագործվում, և դասը կրճատվում է միայն շարժիչ հմտությունների և հմտությունների յուրացման վրա: նվազագույնը ֆիզիկական որակների զարգացման համար: Տեսական տեղեկատվության փոխանցումը չի նպաստում ճանաչողական հետաքրքրության ձևավորմանը՝ որպես անհատի կողմնորոշում գիտելիքների ողջ զանգվածի յուրացմանը:

Ինչպես ընդգծել է Գ.Բ. Մեյքսոնը և Վ.Ն. Շաուլինը (1986), «զանգվածային ֆիզիկական կուլտուրայի աշխատանքը ընդլայնելու և ուսման վայրում դրա կազմակերպումը բարելավելու» անհրաժեշտությունը դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության հրատապ խնդիրներից է: Այստեղ մեծ նշանակություն ունի դպրոցականների մոտ ֆիզիկական ինքնակատարելագործման ցանկության ձևավորումը: Այս խնդրի լուծումը մեծապես կախված է ֆիզիկական կուլտուրայի միջոցներն օգտագործելու կարողությունից՝ բարելավելու սեփական առողջությունը, պահպանելու բարձր կատարողականությունը և ինքնուրույն ուսումնասիրելու հմտությունները:

Դպրոցականներին սպորտային բաժիններում, շրջաններում ներգրավելու առաջադրանքի իրականացումը, ինչպես նաև ինքնուրույն ֆիզիկական վարժությունները կարելի է հաջողությամբ ապահովել նրանց հատուկ գիտելիքներով զինելու միջոցով: Միևնույն ժամանակ, յուրաքանչյուր դասին պետք է ձևավորվեն գիտելիքների հետ մեկտեղ հմտություններ: Դա ստիպում է ուսուցչին վերանայել ուսուցման կազմակերպման մեթոդները դասի ուսուցողական ֆունկցիայի ամրապնդման ուղղությամբ:

Դպրոցում դասերի անցկացման ավանդական եղանակով դրա մեթոդական հագեցվածությունը գործնականում մնում է չպահանջված և, հետևաբար, չիրացված ուսանողների կողմից: Ուսանողների ուշադրությունը ամբողջությամբ կլանված է շարժիչ գործողությունների վարպետությամբ: Եթե գործերի նման վիճակը կարող էր երկար

ժամանակ գոհացնել դպրոցին, ապա ներկա փուլում դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրների լուծումը պահանջում է մշտական ուշադրություն, թե ինչ խնդիրներ են լուծվում այս կամ այն մեթոդի օգնությամբ: Անհրաժեշտ է ակտիվացնել ուսանողների և՛ մտքերը, և՛ գործողությունները: Դա անելու համար անհրաժեշտ է ուսանողներին տալ թիրախային կարգավորում, հանգեցնել ցանկացած վարժության ուղղության գիտակցմանը, որոշել պլանավորված ուղիները, խրախուսել նրանց կատարել ընդհանրացումներ, համեմատություններ: Եվ դա պետք է իրականացվի համակարգված (Վ.Ի. Լյախ, Գ.Բ. Մեխլյոն, Յու.Ա. Կապիլով, 1998):

Ըստ Վ.Կ. Բալսևիչ (1987), սեփական մարմնի, նրա հնարավորությունների, բնական տվյալների մշակման և անհրաժեշտ հմտությունների և կարողությունների ձեռքբերման սկզբունքների իմացությունը թույլ է տալիս երեխաներին շատ ավելի արագ դառնալ ուժեղ, արագ, դիմացկուն, ճարպիկ և ֆիզիկապես կատարյալ: Եվ այս գիտելիքը պետք է ձեռավորել վաղ տարիքից:

Սա ենթադրում է ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի գիտականորեն հիմնավորված վերակազմավորում և յուրաքանչյուր ուսուցչի գործունեության բովանդակային ուղղվածություն: Խոսքը ուսումնառության գործընթացում ուսանողներին հասանելի գիտելիքները կուտակված մշակութաբանության, մանկավարժության, պատմության, ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիոլոգիայի, ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի հոգեբանության, կառավարման տեսության, բնական գիտությունների բնագավառում կուտակված գիտելիքների անհրաժեշտության մասին է (Վ. Դ. Գոնչարով, 1994 էջ):

Այս դեպքում անհրաժեշտություն է առաջանում ստեղծել ուսանողների ֆիզիկական կուլտուրայի գիտելիքների ձևավորման նպատակային համակարգ: Ինչպես Լ.Կ. Զավյալով (1990), երեխայի մոտ ձևավորված գիտելիքների համակարգը նպաստում է բազմաթիվ խնդիրների լուծմանը. այն մեծացնում է ֆիզիկական վարժությունների մոտիվացիան. մեծացնում է ծրագրային նյութի յուրացման արդյունավետությունը. հիմք է տալիս անկախ ֆիզիկական վարժությունների համար. ստեղծում է նախադրյալներ այլ առարկաների ծրագրերի մշակման համար.

Վերջին տարիներին շատ ուսուցիչներ սկսեցին բարձրացնել ֆիզկուլտուրայի դասերի կրթական գործառույթի դերը: Արդեն հրատարակվել են «Ֆիզկուլտուրա» դասագրքերը: Դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության պետական կրթական չափորոշիչի նախագծում արտահայտված հիմնական միտումը «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի տեսական բովանդակության նկատմամբ պահանջների ավելացումն է: Զուտ արստրակտ մոտեցմամբ այս միտումը գրեթե չի առարկվել դպրոցի ֆիզկուլտուրայի մասնագետներից որևէ մեկի կողմից: Ավելին, նա ստացել է գիտնականների աջակցությունը: Բայց սա միայն իդեալական պայմաններում: Ներկայիս իրականության մեջ, երբ շաբաթական ընդամենը երկու դաս է հատկացվում ֆիզկուլտուրային, տեսական տեղեկատվության քանակին տիրապետելը պարզապես անհնար է: Իսկ եթե հնարավոր է, ապա, որպես կանոն, ի վնաս ուսանողների համապատասխան ֆիզիկական ակտիվության:

Ինչպես գիտեք, ֆիզկուլտուրայի դասն ունի իր օբյեկտիվ տրամաբանությունը, իր օրինաչափությունները: Ըստ Լ.Պ. Մատվենի (1996), անտեղի է, մասնավորապես, ֆիզիկական վարժությունների միջև կամայական ընդմիջումներ մտցնելը: Եթե, օրինակ, դասի ներածական-նախապատրաստական մասում կատարվեց տաքացում, որն ապահովում է օպտիմալ պատրաստականություն հիմնական վարժություններին, ապա դրանից հետո անհնար է երկար զրույց ունենալ որևէ թեմայով, ուսանողները չեն լինի. նման զրույցի տրամադրությամբ: Բացի այդ, տաքացման դրական հետևանքները կկորչեն, և այն պետք է կրկնվի՝ ուսանողներին հետագա վարժություններին օպտիմալ պատրաստելու համար: Դասի հիմնական մասում վարժությունների միջև ընդմիջումները ոչ պակաս խիստ սահմանափակ են: Այստեղ ընդմիջումները նորմալացվում են ֆիզիկական ակտիվության և հանգստի փոփոխության օրինաչափություններին համապատասխան՝ ներգրավվածների որոշակի ֆունկցիոնալ և մորֆոֆունկցիոնալ հատկությունների վրա ուղղորդված ազդեցություն ապահովելու համար: Այս դեպքում անհրաժեշտություն է առաջանում շտկել I-XI (1996թ.) սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագիրը և ստեղծել գիտելիքի ձևավորման բարձր արդյունավետ մեթոդաբանություն:

1998 թվականին հանրակրթական դպրոցներում առաջին անգամ ավարտական ընտրովի քննությունների ծրագրում ընդգրկվեց ֆիզիկական կուլտուրայի քննություն, որը ներառում է աշակերտների ոչ միայն ֆիզիկական, այլև տեսական և մեթոդական պատրաստվածության գնահատում:

1999-2000 ուսումնական տարում Ռուսաստանի Դաշնության կրթության նախարարությունն առաջին անգամ ֆիզիկական կուլտուրա ներառեց այն առարկաների ցանկում, որոնց համար անցկացվում են դպրոցականների Համառուսաստանյան օլիմպիադաներ: Դպրոցականների օլիմպիադայի խնդիրներից մեկն էլ ուսանողների կողմից ֆիզիկական կուլտուրայի ոլորտում գիտելիքների համակարգի յուրացման մակարդակի որոշումն է:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ոլորտի մասնագետների ընդհանրացված փորձը, ովքեր ուսումնասիրել են ֆիզկուլտուրայի դասերին ուսանողների մոտ գիտելիքների ձևավորման խնդիրը, ապացուցում է այս ուղղությամբ հետագա հետազոտությունների կարևորությունը: Պ.Ֆ.Լեսգաֆթը սկսեց խոսել նրանց առողջության և ֆիզիկական վիճակի մեջ ներգրավվածների գիտակցված վերաբերմունքի նպատակահարմարության և անհրաժեշտության մասին: Սկզբունքները, որոնց վրա պետք է կառուցվի ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը, և, մասնավորապես, ներկա պահին գիտելիքների ձևավորման գործընթացը, ձևակերպված են ֆիզիկական կուլտուրայի ժամանակակից տեսության ստեղծողների կողմից: Պոնոմարյով (1975), Լ.Պ. Մատվեն (1979), Վ.Ի. Ստոլյարով (1984) և ուրիշներ: Կան զգալի թվով հրապարակումներ ուսանողների շրջանում ֆիզիկական կուլտուրայում գիտելիքների ձևավորման կարևորության վերաբերյալ (Վ.Կ. Բալսեվիչ -1987-1999, Լ.Կ. Ջավյալով - 1990-1999, Վիլենսկի Մ.Յա. - 1990 թ.): և այլն): Հոդվածներ տպագրվել են «Ֆիզկուլտուրա դպրոցում», «Ֆիզկուլտուրա և սպորտ», «Ֆիզիկական կուլտուրայի տեսություն և պրակտիկա» ամսագրերում:

## **ԳԼՈՒԽ II Տեսական գիտելիքների ազդեցությունը դպրոցականների ֆիզիկական ակտիվության բովանդակության և ծավալի վրա**

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հիմնական նպատակն է անհատի ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորումը, կյանքին և մասնագիտական գործունեությանը նախապատրաստվելը, մարդու առողջության պահպանումն ու ամրապնդումը: Սա պահանջում է որոշակի գիտելիքներ մարմնի տարբեր օրգանների և համակարգերի մորֆոֆունկցիոնալ առանձնահատկությունների, ֆիզիկական վարժությունների ազդեցության, դրանց զարգացման վրա, ինչպես նաև ֆիզիկական որակների զարգացման վրա (ուժ, արագություն, տոկունություն, ճկունություն, ճարտարություն):

Ֆիզիկական կուլտուրայի մասին գիտելիքների ձևավորումը անփոխարինելի պայման է սովորողների մոտ շարժիչ հմտությունների և կարողությունների գիտակցված տիրապետման համար: Պրակտիկան ցույց է տալիս, որ որքան շատ գիտելիքներ ունեն երեխաները ֆիզիկական կուլտուրայի մասին, այնքան նրանք զարգացնում են շարժողական գործունեության մտավոր բաղադրիչը. . Նման միասնության չըմբռնումը ներկայումս դպրոցականների ցածր ֆիզիկական ակտիվության և նրանց ապրելակերպում դրա պատշաճ դրսևորման բացակայության պատճառներից մեկն է: Այս առումով երիտասարդ սերնդի մոտ համապատասխան գիտելիքների ձևավորման անհրաժեշտություն կա:

Ապացուցված է, որ դրական ազդեցություն է ունենում ուսանողների մենթալիտետի և ֆիզիկական ակտիվության մակարդակի վրա՝ նրանց մեջ ֆիզիկական ակտիվության և առողջ ապրելակերպի ազդեցության մասին գիտելիքներ սերմանելով մարդու օրգանիզմի վրա: Օրինակ, Շվեդիայում, երբ ֆիզիկական դաստիարակության նկատմամբ բնակչության ցածր հետաքրքրությունը դարձավ պետական կառույցների մտահոգության առարկա, այս խնդիրը հաջողությամբ լուծվեց՝ բարձրացնելով բնակչության, հիմնականում երիտասարդների իրազեկվածությունը: Բոլոր տեղեկատվական ուղիները միացված էին ուսանողների մտածելակերպը ձևավորելու որոշակի ուղղությամբ, այսինքն. առողջության խթանման և ներդաշնակ զարգացման վրա աշխատելու նրանց մոտիվացիան: Մշակվեցին հանգստի և առողջարար ֆիզիկական կուլտուրայի ծրագրեր, պատրաստվեց ֆիզկուլտուրայի դասագիրք, որը

հանգեցրեց ֆիզիկական վարժությունների նկատմամբ հետաքրքրության և ակտիվության բարձրացման:

Մեր կարծիքով, պետք է խոսել ընդհանրապես ֆիզիկական կուլտուրայի մասին գիտական գիտելիքների մանկավարժորեն հիմնավորված համակարգի և այս ոլորտում գործունեության գործնական մեթոդների մասին, որոնք անհրաժեշտ են հանրակրթական դպրոցում սովորելու համար: Ուսանողների գիտելիքները պետք է ունենան որոշակի թիրախային ուղղվածություն՝ օգնել նրանց զարգացնել ձեռք բերած գիտելիքները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին և ինքնուրույն ֆիզիկական վարժությունների պայմաններում օգտագործելու կարողությունը:

Առողջության ձևավորման և առողջ ապրելակերպի պահպանման ուղիների մասին գիտելիքները պետք է օրգանապես զուգակցվեն առողջապահական արժեքների արդյունավետ առաջնորդման և դպրոցականների հետ ֆիզիկական կուլտուրայի, առողջության և սպորտի կիրառման հետ: Ի վերջո, ֆիզիկական կուլտուրայի բնագավառում ուսանողների տեսական վերապատրաստումը պետք է անհրաժեշտ հիմք հանդիսանա դպրոցականների անհատականության գիտական աշխարհայացքի և ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորման համար, ֆիզիկական կուլտուրայի ազգային համակարգի մշակութային և պատմական ավանդույթների վրա՝ միասնությամբ: համընդհանուր մարդկային մշակույթ.

Գործնական պարապմունքներում, օրինակ՝ մարմնամարզության, աթլետիկայի և այլ վարժությունների ընթացքում, ուսուցիչը պետք է ուսանողներին տեղեկություններ տրամադրի ֆիզիկական վարժությունների մարմնի վրա ազդեցության ծագման, էության, առանձնահատկությունների մասին և այլն:

«Դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության տեսական ասպեկտները, ցավոք, մնում են միայն ուսումնական ծրագրերի էջերում և ներառված չեն ուսուցիչների նպատակային կրթական գործունեության մեջ»: Վ.Կ.Բալսեվիչի այս խոսքերը, որոնք ասվել են երեսուն տարի առաջ, հաստատվեցին մեր ուսումնասիրության մեջ: Ֆիզկուլտուրայի դասերի արդյունավետությունը դեռևս գնահատվում է երկու պարամետրով. ա) կրթական չափորոշիչների ներդրման արդյունքները. բ) Նախագահի թեստերի չափորոշիչների կատարումը.

Ուսումնական տարվա վերջի ամփոփիչ հարցումը ցույց է տվել, որ տեսական պարապմունքներում ձեռք բերված գիտելիքները դրական ազդեցություն են ունեցել դպրոցականների ֆիզիկական ակտիվության ծավալի անհատական ցուցանիշների վրա: Բացահայտվել է ֆիզիկական կուլտուրայի և արժեքաբանության անհատականության վրա հիմնված դասերի ընթացքում ձևավորված գիտելիքների փոխկապակցվածությունը շարժիչ գործունեության և առողջ ապրելակերպի բովանդակության հետ, որն արտահայտվել է.

- դպրոցականների դրական մոտիվացիոն վերաբերմունքի ձևավորումը գործնական ֆիզկուլտուրայի դասերին, ինչի մասին է վկայում նրանց հաճախելիության բարձր տոկոսը՝ 94,4%, նրանց դուր է գալիս դասերը՝ 88,8%, նրանք հասկանում են աերոբիկ ցիկլային վարժությունների առողջարար արժեքը՝ 66,7%: ;

- սպորտային բաժիններում ընդգրկված առավոտյան վարժություններ կատարող ուսանողների թվի ավելացում.

## ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Այսպիսով, աշխատանքի ընթացքում ձեռք բերված տվյալների հիման վրա մենք եկանք հետևյալ եզրակացություններին.

1. Ֆիզիկական կուլտուրայի ժամանակակից դասի ամենակարևոր խնդիրներից մեկը ուսանողների տեսական գիտելիքների ձևավորումն է.
2. Նախքան դպրոցականների շրջանում գիտելիքների ձևավորմանը անցնելը, ուսուցիչը պետք է հստակ հասկանա այն հիմնական թիրախները, որոնք ապահովում են ֆիզիկական կուլտուրայի «Գիտելիքի հիմունքներ» ծրագրի բաժնի իրականացման հաջողությունը.
3. Աշակերտների գիտելիքների ձևավորման գործընթացում խորհուրդ է տրվում օգտագործել մեթոդաբանական տեխնիկայի մի շարք, որոնք ուղղված են անհատի համակողմանի զարգացմանը և գիտելիքների ձեռքբերմանը, որոնք պետք է տիրապետեն հիմնական դպրոցի շրջանավարտներին:

## ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ ՑԱՆԿ

1. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А. В. Петровского. -М., 1999.
2. Годик М.А. Спортивная метрология: Учеб. для ин-тов физ. культ. — М., 1988.
3. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. - М., 1996.
4. Зимняя И.А. Педагогическая психология: Учеб. пособие. - Ростов н/Д., 1997.
5. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. — М., 1997.
6. Ильясов И.И. Структура процесса учения. - М., 1996.
7. Крутецкий В.А. Психология обучения и воспитания школьников. -М., 1996.
8. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учеб. пособие. - 2-е изд. - М., 1997.
9. Лернер И.Я. Дидактические основы методов обучения. - М., 1991.
10. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. — М., 1998.
11. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. — М., 1999.
12. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. для ин-тов физ. культ. — М., 1991.
13. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для ин-тов физ. культуры. - М., 1991.
14. Методика физического воспитания учащихся 10—11 классов: Пособие для учителя / Под ред. В. И. Ляха. — М., 1997.
15. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б.Кофмана. — М., 1998.
16. Определение физической подготовленности школьников / Под ред. Б. В. Сермеева. — М., 1973.
17. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. для техникумов физ. культ. / Под ред. А. А. Гужаловского. — М., 1986.
18. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для ин-тов физ. культ.: В 2 т. / Под общ. ред. Л. П. Матвеева, А.Д. Новикова. — 2-е изд., испр. и доп. — М., 1976.
19. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для пединститутов / Под ред. Б.А.Ашмарина. — М., 1990.
20. Чайцев В.Г. Новые технологии физического воспитания – М.: «Аркти» 2007.
21. Физическая культура: Примерная учебная программа для высших учебных заведений. — М., 1994.