

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

Հերթական ատեստավորման ենթակա ֆիզիկական կուլտուրայի
ուսուցիչների վերապատրաստման դասընթացներ

ԵՂԻԱԶԱՐՅԱՆ ԱՆԻ ԱՆԴՐԱՆԻԿԻ

ԴՊՐՈՅԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԿԱՊԿՈՒ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԶԱՐԳԱՅՄԱՆ
ԵՎ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

Հետազոտական աշխատանք

Խումբ 2

Ղեկավար՝ մանկավարժական
գիտությունների թեկնածու,
դոցենտ Արտակ Ստեփանյան

ԵՐԵՎԱՆ 2022

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

I. Նախաբան	3
- արդիականություն,	
- հետազոտության նպատակ,	
- հետազոտության խնդիրներ,	
II. Հետազոտական և գործնական համատեքստ	5
III. Տվյալների մշակում	11
IV. Ամփոփում	13
V. Օգտագործված գրականություն և էլեկտրոնային նյութեր	14

ՆԱԽԱԲԱՆ

Հետազոտության արդիականությունը: Հայաստանի Հանրապետությունը համընդհանուր ներառական կրթությունը հռչակում է որպես յուրաքանչյուր երեխայի կրթության իրավունքի ապահովման երաշխիք: Ներառական կրթության քաղաքականությունը նպատակաուղղված է յուրաքանչյուր երեխայի կրթության մատչելիության, հավասար մասնակցության հնարավորության և որակի ապահովմանը:

ՀՀ Ազգային ժողովը 2014 թվականի դեկտեմբերի 1-ին ընդունել է «Հանրակրթության մասին» ՀՀ օրենքում լրացումներ և փոփոխություններ կատարելու մասին» ՀՀ օրենքը (ՀՕ-200-Ն), որով նախատեսվում է հանրակրթության համակարգում անցում կատարել համընդհանուր ներառական կրթության: Համաձայն օրենքի՝ մինչև 2025 թվականի օգոստոսի 1-ը հանրապետությունում կներդրվի համընդհանուր ներառական կրթության համակարգը:

- Մինչև 2022 թվականի օգոստոսի 1-ը՝ Հայաստանի Հանրապետության յուրաքանչյուր մարզում գործող առնվազն մեկ, Երևան քաղաքում՝ առնվազն չորս հատուկ հանրակրթական ուսումնական հաստատություն վերակազմակերպվելու է տարածքային մանկավարժահոգեբանական աջակցության կենտրոնի՝ ՏՄԱԿ:
- Կկիրառվի երեխայի կրթական կարիքներին արձագանքման եռաստիճան համակարգ: Օրենքի կիրարկման արդյունքում կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաները մանկավարժահոգեբանական աջակցություն կստանան 3 մակարդակում՝ հանրակրթական դպրոցում, տարածքային և հանրապետական մանկավարժահոգեբանական աջակցության կենտրոնների կողմից:
- Ներառական կրթությունը՝ յուրաքանչյուր երեխայի համար, այդ թվում՝ կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող, զարգացման առանձնահատկություններին համապատասխան, անհրաժեշտ պայմանների և հարմարեցված միջավայրի ապահովման միջոցով կրթական գործընթացին առավելագույն մասնակցության և հանրակրթության պետական չափորոշիչով սահմանված արդյունքի ապահովումն է:

- **Հետազոտության օբյեկտը:** ԿԱՊԿՈՒ դպրոցականի տարիքի երեխաների ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստվածության գործընթացն է:
- **Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրել ԿԱՊԿՈՒ դպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստվածության առանձնահատկությունները:
- **Հետազոտության առարկան:** ԿԱՊԿՈՒ դպրոցականի ֆիզիկական զարգացման և պատրաստվածությանը նպաստող միջոցները, մեթոդները, առանձնահատկությունները, արդյունավետությունը, դժվարությունները:

Հետազոտության նպատակը, առարկան, օբյեկտը առաջ բերեցին հետևյալ **խնդիրները**. Ուսումնասիրել ՀՀ-ում համընդհանուր ներառական կրթության շրջանակներում ԿԱՊԿՈՒ դպրոցականի ֆիզիկական զարգացումն ու ֆիզիկական պատրաստվածության առանձնահատկությունները:

Դպրոցական տարիքի ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական զարգացման և պատրաստվածության առանձնահատկությունը

Զարգացման խանգարումներ ունեցող երեխաների բազմակողմանի հարմոնիկ զարգացումը, կյանքին նախապատրաստումը, հասարակական օգտակար աշխատանքում ներառումը համարվում է սոցիալական կարևոր խնդիր:

Այս խնդիրների լուծման համար կարևոր նշանակություն ունի ֆիզիկական դաստիարակությունը: Ֆիզիկական վարժությունները, առաջադրանքները, խաղերը ամրապնդում են առողջությունը, նպաստում են ֆիզիկական զարգացմանը, շարժողական պատրաստությանը, անձնային որակների դաստիարակությանը:

Վերոնշյալը փաստում է, որ ԿԱՊԿՈՒ երեխաների կրթական համակարգում ֆիզիկական դաստիարակությունը պետք է զբաղեցնի կարևոր և համապատասխան տեղ:

Հեղինակները դիտարկում են միջազգային և հայրենական մանկավարժների ու տիֆլոմանկավարժների, օլիգոֆրենոմանկավարժների, սուրդոմանկավարժների աշխատությունները՝ ուղղված ֆիզիկական կուլտուրայի միջոցներով իրականացվող կրթադաստիարակչական գործընթացին, նշվում է ֆիզիկական զարգացման բնութագիրը, դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածությունը, շարժողական ակտիվությունը: Ներկայացված են ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքների ազդեցության, զարգացման ընթացքում արտադասարանական և արտադպրոցական մարզանքների, ակտիվ կյանքի ճիշտ դիրքորոշման դաստիարակության և ձևավորման փորձարարական հետազոտության արդյունքները: Մշակվել են մի շարք գործնական առաջարկություններ ԿԱՊԿՈՒ երեխաների դպրոցներում ֆիզիկական կուլտուրայի և մարզանքների արտադասարանական աշխատանքների կազմակերպման և անցկացման վերաբերյալ:

Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների /ԿԱՊԿՈՒ/ ֆիզիկական զարգացումը համարվում է դաստիարակության կարևոր մասերից մեկը: Այն ուղղված է երեխայի բազմակողմանի զարգացմանը, նրանց նախապատրաստմանը կյանքին, աշխատանքին, շարժողական հմտությունների և կարողությունների ձևավորմանը, աշխատունակության բարձրացմանը:

Ֆիզիկական դաստիարակության կարևոր խնդիրներից է նաև ֆիզիկական որևէ խանգարման հետևանքով առաջացած շարժողական անբավարարությունների շտկումը: ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ կարող է նկատվել ֆիզիկական զարգացման հասադում. հասակ, մարմնի զանգված, թոքերի տարողություն, կրծքավանդակի ծավալ, կեցվածքի, ողնաշարի խանգարումներ, հարթաթաթություն: Օրինակ՝ տեսողության համակարգի զարգացման խանգարումները և անոմալիաները բացասաբար են անդրադառնում շարժողական ընդունակությունների ձևավորման վրա՝ ուժ, արագություն, սրտի և դինամիկ հավասարկշռություն և այլն: Երեխաներից շատերի մոտ տուժում է տարածական կողմնորոշումը:

Տեսողության խանգարումների դեպքում չտեսնողների և թույլ տեսնողների մոտ էականորեն նեղանում է շարժողական ակտիվությունը, ինչը բացասաբար է անդրադառնում շարժողական վերլուծիչի ձևավորման վրա: Որքան ավելի վաղ տարիքում տարիքում է տեղի ունենում որևէ օրգան համակարգի խանգարումը՝ տեսողություն, լսողություն, հենաշարժական համակարգ, այնքան ավելի է արտահայտված զարգացման խանգարումները: Հաստատված է, որ այս երեխաները հետ են մնում իրենց ֆիզիկական զարգացումով տարիքային բոլոր փուլերում ;

Առավել արտահայտված են խանգարումները բարձր դասարաններում:

Օրինակ՝ 17 տարեկանում տեսողության խանգարում ունեցող երեխաների հասակը քիչ է միջինում 5-5,5սմ-ով ի համեմատ նորմայի: Նույնը կարելի է ասել և քաշի վերաբերյալ. ԿԱՊԿՈՒ դեռահասների մոտ 4-5%-ով, իսկ պատանիների և աղջիկների մոտ՝ 6-7%-ով քիչ, քան բնականոն զարգացում ունեցող հասակակիցների մոտ: Կրծքավանդակի շրջագիծը կույր և թույլ տեսնող հասակակիցների մոտ միջինում 4.8 սմ-ով քիչ է քան բնականոն զարգացում ունեցողներինը:

Տարիքի հետ ֆիզիկական զարգացման ցուցանիշները մեծանում են, սակայն ավելի դանդաղ, քան բնականոն զարգացում ունեցողներինը: ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ ավելի արտահայտված է սիրտ-անոթային և շնչառական համակարգերի գործունեության խանգարումներ բոլոր տարիքային փուլերում: Ֆիզիկական զարգացման տարիքային դինամիկան այսպիսի երեխաների մոտ գրեթե պահպանվում է այնպիսին, ինչպիսին նորմայում է, սակայն ֆիզիկական զարգացման մակարդակը էականորեն իջած է:

Կրթության առանձնահատուկ պայմանները բացասաբար է անդրադառնում շարժումների արագության զարգացման վրա: Այս գործառույթի զարգացումը տարբեր տարիքներում տեղի է ունենում անհավասարաչափ: Դա հաճախ արտահայտվում է բարձր տարիքում:

ԿԱՊԿ ունեցող երեխաների մոտ նկատվում է տեղից թռիչքի շարժումների կոորդինացիայի ճշտության զգալի հապաղում, ինչը կապված է տարածական կողմնորոշման անբավարարության հետ:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրները և բովանդակությունը սկզբունքորեն նույն են, ինչ որ բնականոն զարգացում ունեցողներինը, սակայն այս դեպքում հաշվի է առնվում ֆիզիկական զարգացման առանձնահատկությունները, որոնք պայմանավորված են շարժումների ձևավորման երկրորդային խանգարումով և տարածական կողմնորոշչային գործունեությամբ: Դրա հետ կապված նրանց ֆիզիկական դաստիարակությունը ուղված է բոլոր օրգանների և օրգան համակարգերի գործունեության լավացմանը, առողջության ամրապնդմանը, շարժողական կարողությունների ձևավորմանը: Դրան կարելի է հասնել շտկողական պարապմունքների կազմակերպման միջոցով, որոնք ներառում են տարածական կողմնորոշման զարգացման գործունեությունը, շարժողական ոլորտը, զգայական ընդունակություններ: Ֆիզիկական դաստիարակությունը նախատեսում է ֆիզիկական զարգացման այնպիսի անբավարարությունների հաղթահարում, ինչպիսին է ողնաշարի ծռում, հարթաթաթություն, շարժումների ոչ կոորդինացվածություն: Ֆիզիկական վարժությունները պետք է անցկացնել կոփող միջոցառումների հետ և որպես օրենք մաքուր օդում կամ լավ օդափոխված տարածքում՝ պահպանելով հիգիենայի նորմերը և պահանջները:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ, այնպես ինչպես բնականոն զարգացում ունեցող երեխաների մոտ, զարգացման գործընթացում փոխվում է ֆիզիկական և հոգեբանական հարաբերությունները:

Ֆիզիկական զարգացման և մոտորիկայի խանգարումների շտկումը ենթադրում է ֆիզիկական զարգացման և շարժողական ընդունակությունների տարիքային առանձնահատկությունների հաշվառում: Դրանք անհրաժեշտ է իրականացնել

ընդհանուր ֆիզիկական զարգացման և առողջության ամրապնդման հետ զուգահեռ պահպանված շարժողական գործառույթների հիման վրա:

Շտկման պետք է ենթարկվեն ոչ այնքան տարրական, որքան բարդ շարժումները, որոնք պահանջում են մտածողություն, իսկ շտկողա-դաստիարակչական աշխատանքների արդյունավետությունը շարժողական ոլորտի խանգարումների որոշման ուղղությամբ բարձրանում է:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի արդյունավետությունը պահանջում է շարժողական խանգարումների ուղղությամբ աշխատանքների համակարգային մոտեցում, կարևոր պայմանն է համարվում ուսումնական և արտադասարանական աշխատանքների միասնությունը, ֆիզիկական և մտավոր զարգացման համար ադեկվատ պայմանների ստեղծումը: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում անհրաժեշտ է անհատական և տարբերակված մոտեցում:

Այսպիսով, ֆիզկուլտուրայի պարապմունքների բովանդակությունը որոշվում է շարժողական գործառույթների ձևավորման բնույթով, վարժությունների տարբերակված ընտրությամբ, ինչը նպաստում է ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական ցուցանիշների լավացմանը:

Ֆիզկուլտ-առողջապահական միջոցառումները ներառում են մարմնամարզության միջև պարապմունքները, ֆիզկուլտրոպեններ, ֆիզիկական վարժություններ և մեծ դասամիջոցներին զվարճանքներ: Իսկ ֆիզկուլտ մասսայական և սպորտային միջոցառումները ընդգրկում են ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստվածության պարապմունքներ խմբում և սպորտային խմբակներում, սպորտային մրցույթներ և ֆիզկուլտ -սպորտային միջոցառումներ, զբոսանքներ, էքսկուրսիաներ, արշավներ: Բոլոր այս միջոցառումները ունեն մեծ հնարավորություններ տարբեր մանակավարժական խնդիրների լուծման համար:

Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը դասղեկներին, դաստիարակներին, ուսուցիչներին ցույց է տալիս մեթոդական օգնություն: Նա նաև պլանավորում է և անցկացնում է ֆիզկուլտ- առողջապահական և մասսայական ֆիզկուլտ-սպորտային միջոցառումներ, անցկացնում է բացատրական և խորհրդատվական աշխատանքներ:

Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչին մշտական օգնություն պետք է ցույց տան դասվարները, այլ առարկաների դասավանդող ուսուցիչները, դաստիարակները: Նրանք ներգրավում են աշակերտներին տարբեր ֆիզկուլտ-առողջապահական և մասսայական ֆիզկուլտ -սպորտային միջոցառումներ, վերահսկում աշակերտների անձնական հիգիենայի կանոնների կատարումը, օգնում են սովորել վարժությունները և շարժական խաղերը, կազմակերպում են զբոսանքներ, արշավներ, էքսկուրսիաներ: Դպրոցի մանկավարժական կոլեկտիվը պետք է ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ դաստիարակի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հանդեպ հետաքրքրություն, ձգտում պարբերաբար պարապմունքների կատարմանը:

Մեծ է ֆիզիկական վարժությունների դերը առողջության ամրապնդման, աշխատունակության բարձրացման, ֆիզիկական զարգացման անբավարարության շտկման ժամանակ: Ֆիզիկական վարժությունների, խաղերի և դրանց կիրառման մեթոդների բազմազանությունը թույլ էն տալիս նպատակաուղղված ներազդել օրգանիզմի, օրգան համակարգերի վրա /նյարդային, մկանային, սիրտ-անոթային և շնչառական/, նպաստում ֆիզիկական զարգացման անբավարարությունների վերականգմանը, շարժողական հմտությունների ձևավորմանը: Դրանց կիրառման միջոցներն ու մեթոդները հնարավորություն են տալիս բաժանել ծանրաբեռնվածությունը՝ հաշվի առնելով ֆիզիկական խանգարման աստիճանը և բնույթը, դպրոցականների պատրաստվածությունը: Ֆիզիկական վարժությունների պարբերաբար պարապմունքների գործընթացում կատարելագործվում են ներքին օրգանների գործունեությունը, երեխաները յուրացնում են կյանքի համար անհրաժեշտ հմտություններ և կարողություններ: Միաժամանակ մանակական կոլեկտիվում ֆիզկուլտուրայի պարապմունքների պրոցեսում դաստիարակվում է կազմակերպվածություն, ընկերասիրություն, դժվարությունների հաղթահարման կարողություն և այլն:

Յուրաքանչյուր մանկավարժ և դաստիարակ պետք է հիշի, որ դպրոցում աշակերտների արդյունավետությունը կախված է նրանից, թե որ տեղում է գտնվում ֆիզիկական դաստիարակության դասարանի կամ խմբի աշխատանքների բովանդակություն: ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական կուլտուրայի, խաղերի, սպորտի

պարապմունքների ներգրավումը հատուկ դպրոցի ուսումնա-դաստարակչական աշխատանքների համակարգում դիտվում է որպես կարևոր օղակ:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների համար շարժողական ակտիվության ռեժիմի ճիշտ կազմակերպումը մեծ նշանակություն է ունի: Աշխատանքի ռեժիմի սխալ կազմակերպումը բերում է աշակերտների հոգնածության, աշխատունակության իջեցմանը, հիվանդությունների առաջացմանը և այլն:

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների դպրոցում շարժողական ակտիվության ռեժիմը պետք է կազմակերպվի երեխայի դպրոց գալու պահից, ինչպես դասերին, այնպես էլ արտադասարանական պարապմունքների ժամերին: ԿԱՊԿՈՒ երեխաներին ֆիզիկական վարժություններին ներգրավման արդյունավետ ուղիներից մեկն է միջոցառումների անցկացումը, ֆիզիկական դաստիարակության ուղղությամբ արտադասարանական աշխատանքների լավացում և այլն:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ուղղությամբ աշխատանքների մեթոդների, ձևերի, միջոցների մեծ քանակությունը հնարավորություն է տալիս յուրաքանչյուր մանկավարժին, դաստիարակին ընտրել իր համար հասանելի միջոցներ: Լայնորեն կարելի է ընտրել շարժական խաղեր, զբոսանքներ, տարբեր ֆիզկուլտ և սպորտային զվարճանքներ, ֆիզկուլտ թոպենների համակարգային վարժություններ, պարզ վարժություններ միջոցառումների տեսքով /վազք, թռիչք, նետում/: Հատուկ դպրոցի միասնական աշխատանքը դասարաններում երեխաների քիչ քանակությունը, ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչի մշտական օգնությունը մանկավարժ-դաստիարակին տալիս են բարենպաստ պայմաններ ֆիզիկական դաստիարակության ուղղությամբ աշխատանքների իրականացման համար: Ֆիզկուլտ-առողջապահական միջոցառումների կազմակերպումը ուսումնական օրվա ռեժիմում, պարապմունքների տարբեր ձևերի ընտրությունը, խաղերի անցկացումը, ԿԱՊԿՈՒ երեխաների շարժողական պատրաստվածության և առողջության վիճակի հաշվառումը առաջ է բերում դպրոցի դաստիարակների և մանկավարժների գործնեության հատուկ պայմաններ: Մանկավարժը պետք է ունենա ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում բավականին գիտելիքներ և պրակտիկ հմտություններ: Նա ոչ միայն անցկացնում և կազմակերպում է ֆիզիկական դաստիարակության ուղղությամբ աշխատանքներ, այլև ձևավորում է հետաքրքրություն ֆիզիկական դաստիարակության

և սպորտի ուղղությամբ: Մանկավարժը պետք է իմանա պարապմունքների անցկացման հիմնական մեթոդների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկայի, թեորիայի սկզբունքների մասին, ծանոթացնի ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության առողջական ներազդեցության մասին, բացատրի ֆիզիկական վարժությունների պարբերաբար պարապմունքների նշանակությունը :

ԿԱՊԿՈՒ երեխաների օրվա ռեժիմում ֆիզիկական պարապմունքները չպետք է թողնել ինքնահոսի, դրանք պետք է կառավարվի, վերահսկվի: Դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակությանը ուղղված աշխատանքների պլանավորման դեպքում անհրաժեշտ է հաշվի առնել հետևյալ բաժինները:

1. Ուսումնական օրվա ռեժիմում միջոցառումներ: Մարմնամարզություն մինչև պարապմունքները, ֆիզկուլտ դադարներ դասերի ժամանակ, խաղեր, մեծ դասամիջոցներին սպորտային և ֆիզկուլտ-զվարճանքներ, տնային աշխատանքների կատարման ժամանակ ֆիզկուլտ դադարներ, մաքուր օդում զբոսանքներ:
2. Ֆիզկուլտ, սպորտային մասսայական միջոցառումներ՝ խաղ-զվարճանքներ, ցուցադրական սպորտային-մարմնամարզական ելույթներ, շարժական խաղերով մրցույթներ և այլն: Տվյալ միջոցառումները անցկացվում են հատուկ կազմված ծրագրով՝ ելնելով երեխաների ֆիզիկական տվյալներից և խանգարման աստիճաններից :
3. Արտադասարանական ուսումնա-մարզական պարապմունքներ, ֆիզկուլտ պատրաստվածության խմբակներում պարապմունքներ: Այս պարապմունքները ծրագրավորվում են շաբաթը 2-3 անգամ;
4. Միջոցառումներ արտադասարանական ժամերին՝ զբոսանքներ, երգերով քայլք, շարժական խաղեր, սպորտային զվարճանքներ:

ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Մինչ եզրակացության հանգելը՝ ես կատարել եմ փոքրիկ հետազոտություն հետևյալ կերպ. /տես՝ Հանված 1/

Առաջին դասի ընթացքում ԿԱՊԿՈՒ աշակերտներին թողել եմ ինքնահոսի : Դասի ավարտին նրանք իրենց զգում էին մի փոքր կաշկանդված, քանի որ լիարժեք չէին պատկերացնում և չէին կարողանում կատարել վարժությունները: Հաջորդ 2 դասերի ընթացքում ԿԱՊԿՈՒ աշակերտներին ցուցաբերվել է առանձնահատուկ ուշադրություն. բացատրել եմ վարժառությունը տարբեր եղանակներով, որի արդյունքում , ուսուցչի օգնականի անմիջական աջակցության շնորհիվ, նրանք կարողացել են լիարժեք կատարել վարժությունը: Ապա ամրապնդել եմ այն խաղի միջոցով: Խաղի ժամանակ աշակերտները նրանց հավասարզոր ընդգրկել են թիմի աշխատանքներին: Այդ 2 դասի ընթացքում էլ ԿԱՊԿՈՒ աշակերտները ավելի ինքնավստահ , ճիշտ և գրագետ են կատարել վարժությունները:

Այսպիսով, ուսումնասիրելով ԿԱՊԿՈՒ դպրոցականի ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստվածության առանձնահատկությունները, եկանք այն եզրակացության, որ

- Այս աշխատանքը պետք է կառուցվի ուսումնական ծրագրի որոշակի խնդիրների հաշվառումով, ֆիզիկական վարժությունների հասանելի ձևերի օգտագործմամբ: Այն ներառում է ֆիզկուլտ-առողջապահական, ֆիզկուլտ մասսայական, սպորտային միջոցառումներ:
- Համընդհանուր ներառական կրթության մեջ ԿԱՊԿՈՒ երեխաների համար դպրոցում բացառապես կարևոր նշանակություն ունի ֆիզկուլտ-առողջապահական միջոցառումների ճիշտ կազմակերպումը ինչպես ուսումնական, այնպես էլ արտադասարանական պարապմունքների ժամանակ:
- Դպրոցի ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը պետք անցնի համապատասխան վերապատրաստում, որպեսզի ունենա անհրաժեշտ գիտելիքներ, կարողություններ, հմտություններ, որոնք թույլ կտանք նրան կիրառելու ֆիզկուլտուրայի դասապրոցեսին ԿԱՊԿՈՒ աշակերտի հետ աշխատելու ժամանակ՝ ելնելով նրա կրթական կարիքից և ֆիզիկական տվյալներից:

Օգտագործված գրականության ցանկ

- Азарян Р.Н., Физическое воспитание слепых и слабовидящих школьников в режиме дня, М., 1987
- Ռ.Ն.Ազարյան <<Տեսողության խանգարումով երեխաների առողջության ամրապնդման և ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկա>>: Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Եր.: Զանգակ -97, 2008թ. Էջ 22-25
- <http://lib.sportedu.ru/Books/XXPI/2001N5/p30-33.htm13>
- <http://www.scienceforum.ru/2015/874/14414>
- http://pedlib.ru/Books/2/0353/2_0353-3.shtml