

Վերապատրաստող կազմակերպություն

ՀՀ ԿԳՄՍ << Մարտունու Տ. Աբրահամյանի անվան ավագ ենթակա ուսուցիչների վերապատրաստում >>

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ՝ Ծարժունակության և կորդինացիոն ունակությունների բարձրացումը համագործակցային ուսման մեթոդով

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅՐԸ՝ Վարդենիս

ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՂԵԿԱՎԱՐ՝ Բեյբության Հասմիկ

ՈւՍՈՒՑԻՉ՝ Արայոմ Հունանյան

ԴՊՐՈՑ՝ Մեծ Մասրիկի միջնակարգ դպրոց

ՎԱՐԴԵՆԻՍ 2022

Բովանդակություն

1.Ներածություն.....	3
2.Գրական ակնարկ	5
3.Փորձաքարական մաս.....	12

3.1.Խմբի նկարագիր.....	12
3.2.Փորձարարական դաս1.....	13
3.3.Փորձարարական դաս-2.....	14
4.Վերլուծություն.....	16
5.Գրականության ցանկ	18
6.Հավելվածներ	19
Դասապլան-1.....	19
Դասապլան-2.....	21

1.Ներածություն

Դաստիարակությունը անձի ձևավորման, նրա գիտակցականության, վարքի, բազմակողմանի զարգացման նպատակաուղղված գործընթաց է, այն օբյեկտիվ և օրինաչափ երևույթ է: Դաստիարակության գործընթացը նախատեսում է պատրաստելու մարդկանց աշխատանքային, ֆիզիկական, մտավոր և հասարակության մեջ օգտակար այլ ձևերի գործունեություն կատարելու բազմապիսի սոցիալական ֆունկցիաներ:

Դաստիարակության ցանկացած ձև՝ մտավոր թե աշխատանքային, գեղագիտական թե ֆիզիկական, հաղորդակցման ձև է, հարաբերություններ են, որոնք ստեղծվում են մարդկանց միջև այս կամ այն գործունեության ընթացքում՝ փորձի հաղորդման շնորհիվ: Որպես հասարակական կյանքի երևույթ դաստիարակությունը նպաստում է ահռյ սերունդները կյանքի պահանջներին պատրաստելուն:

Դաստիարակության ձևերից մեկն է ֆիզիկական դաստիարակությունը: Ֆիզիկական դաստիարակությունը հաղորդակցման ձևերից է, որի ընթացքում տեղի է ունենում շարժողական փորձի հաղորդում:

Մարդկային պատմության ընթացքում ֆիզիկական դաստիարակությունն աստիճանաբար բաժանվել է բուն կիրառական գործունեության և խաղային գործունեության:

Միջնադարի տարբեր փուլերում ֆիզիկական դաստիարակության մասին գիտելիքները ստացան ավելի խորացված, հիմնավորված և համակարգված բնույթ: Շատ աշխատություններում մեծ ուշադրություն էր հատկացված ֆիզիկական վարժություններին, որոնք նպաստում էին առողջության պահպանմանը:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը ունի մի շարք յուրահատուկ առանձնահատկություններ.

Առաջին՝ ի տարբերություն մտավոր, աշխատանքային, բարոյական և գեղագիտական դաստիարակության, այն պետք է սկսվի մինչև մարդու ծնվելը, շարունակվի ամբողջ կյանքում, ներգրավի ազգաբնակչության տարբեր սեռատարիքային խմբերը, լինի բազմամյա, անընդհատ և սխտեմատիկ գործընթաց: Երկրորդ՝ ֆիզիկական դաստիարակության հիմքում ընկած են յուրահատուկ շարժումներ՝ ֆիզիկական վարժություններ, որոնք նպաստում են կյանքին անհրաժեշտ շարժողական կարողությունների, հմտությունների և ընդունակությունների ձևավորմանը և մշակմանը:

Երրորդ՝ որպես դաստիարակության ձև, ֆիզիկական դաստիարակությունը, մի կողմից ունի կրթական, մյուս կողմից դաստիարակչական ուղղվածություն: Այս կողմերը սերտորեն կապված են, ու կազմում են միասնական մանկավաժական գործընթաց

Հանրակրթության գլխավոր նպատակը սովորողների մտավոր, հոգևոր, ֆիզիկական և սոցիալական ունակությունների համակողմանի ու ներդասերական զարգացումն է: Այսինքն՝ նրանց համար անհրաժեշտ գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ապահովումը: Այստեղ կարևորվում է սովորողի ոչ միայն գիտելիքների, այլև համակարգված հիմնական կարողությունների, հմտությունների և որոշակի արժեքային համակարգի ձևավորումը: Կրթական բարեփոխումները էլ ավելի բարձր պահանջներ են առաջադրում սովորողների առողջության, ֆիզիկական պատրաստվածության և կյանքի համար անհրաժեշտ կարողությունների և հմտությունների տիրապետման նկատմամբ: Ֆիզիկական դաստիարակությունը կարևոր նշանակություն ունի սովորողների անձի ձևավորման, նրա ֆիզիկական ներդասերական զարգացման ապահովման, մտավոր առաջընթացի, բարոյաև հոգեբանական որակների դաստիարակման և արժեքային համակարգի ձևավորման գործում: կան մանկավաժական գործընթաց:

Չորրորդ՝ ֆիզիկական դաստիարակության տարբերիչ առանձնահատկությունը այն է, որ նա կրում է յուրահատուկ զարգացնող բնույթ, որի վերջնական արդյունքն է շարժումների զարգացումը, անձի ձևավորումն ու ֆիզիկական կատարելությունը սոցիալական հարաբերությունների զարգացման ներքո:

Ֆիզիկական դաստիարակության աղբյուրներն են.

Առաջին աղբյուրը պատմական ժառանգությունն է և գործնական աշխատանքի փորձը:

Երկրորդ աղբյուրը ֆիզիկական դաստիարակության տարբեր հարցերի հատուկ գիտական հետազոտությունների արդյունքներն են:

Երրորդը՝ փիլիսոփայությունն է:

Չորրորդ աղբյուր ծառայում են հարակից և այլ գիտությունների մանկավարժության, հոգեբանության, ֆիզիոլոգիայի, կենսաֆիզիայի, կենսամեթանիկայի, կիբերնետիկայի և այլնի, որոնք ընդլայնում ու խորացնում են ֆիզիկական դաստիարակության մասին եղած գիտելիքները:

Ֆիզիկական դաստիարակության ավելի քան 300 հասկացությունների շարքում առաջատարն է «ֆիզիկական վարժությունը»: Առանց ֆիզիկական վարժությունների հնարավոր չէ ֆիզիկական դաստիարակությունը: Ֆիզիկական վարժությունը՝ դա հատուկ կազմակերպված շարժողական գործողություն է, որը կոչված է լուծելու ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրները նրա օրինաչափություններին համապատասխան: Ֆիզիկական վարժությունները պետք է բավարարեն հետևյալ պահանջները՝ ունենան նպատակ (օրինակ՝ վազել 100մ. որքան հնարավոր է արագ): Ամեն մի ֆիզիկական վարժություն ունի իր կոնկրետ տեխնիկան, այսինքն նրա առավել արդյունավետ կատարման եղանակը: Կրկնողությունների հանրաժանություն և կանոնավարություն, և ֆիզիկական վարժություններով զբաղվելիս պահանջվում է բեռնվածության հստակ չափավորում և նրա գույակցումը հանգստի ընդմիջումների հետ:

Ֆիզիկական դաստիարակության նպատակն է ֆիզիկական վարժությունների օգտագործումով ամապնդել առողջությունը, օպտիմալ շարժողական ակտիվության ապահովում, մարմնակազմության ձևավորում, շարժողական ընդունակությունների մշակում, ինչպես նաև անձի հոգևոր կատարելագործում:

Ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրներն են՝ առողջարարական և կրթական: Ֆիզիկական դաստիարակության պրակտիկայում տարբերում ենք պարապմունքների կազմակերպման դասային և ոչ դասային եղանակները: Ֆիզիկական վարժություններով պարապմունքների կազմակերպման բազմազանության դեպքում հիմնական ձևն է դասը:

2. Գրական ակնարկ

Հասակակիցների հետ արժեքավոր սոցիալական հարաբերությունների ձևավորումը և պահպանումը, այնպիսի ընկերներ ունենալը, որոնց հետ կարելի է հանգստանալ և լավ ժամանակ անցկացնել, դպրոցում և համայնքում հաստատուն ներկայությունը ներառման կարևորագույն անկյունաքարերն են: Սոցիալական ներառումը և հոգեբանական ներառումը չափազանց կարևոր են:

Հաճմանդամություն ունեցող երեխաների և երիտասարդների սոցիալական և հոգեբանական ներառման հիմնախնդիրները հետազոտելիս կարևոր է հաշվի առնել, որ նրանց հաջողությունները չեն ապահովվում միայն հաճմանդամություն ունեցող աշակերտների ջանքերով: Դպրոցի ղեկավարները կրթական միջավայրում ստեղծում են բազմազանության արժևորման մթնոլորտ: Ուսուցիչները և մասնագետները կարող են դասարաններում ստեղծել պայմաններ, որոնք կմեծացնեն հաճմանդամություն ունեցող և չունեցող աշակերտների միջև դրական սոցիալական փոխհարաբերությունների հնարավորությունները կամ չխոչընդոտեն դրանց: Հաճմանդամություն ունեցող աշակերտների հասակակիցները, ովքեր դառնալու են հասարակության լիարժեք անդամներ, պետք է կարողանան տեսնել նախ անձին, ապա հաճմանդամությունը՝ որպես անհատի ինքնության բազմաթիվ կողմերից ընդամենը մեկը և վերանայեն այլ կարողություններ ունեցող դասընկերների նկատմամբ իրենց վերաբերմունքն ու վարքագիծը: Թե՛ սոցիալական, թե՛ հոգեբանական ներառումն սկսվում է այն համոզմունքից, որ բոլոր երեխաները և երիտասարդները իրավունք ունեն իրենց ընտրած հասակակիցների հետ զարգացնել ու պահպանել ընկերական և այլ սոցիալական հարաբերություններ՝ ապրելով լիքավ անդամի զգացումեով և լիարժեքորեն ընդգրկվելով համայնքում:

Սոցիալական ներառում ստելով հասկանում ենք՝

- ա) սոցիալական միջավայրին պատկանելու զգացում, որտեղ ստանում և ցուցաբերում են աջակցություն
- բ) արժեքավոր սոցիալական դերերի ստանձնում
- գ) համայնքում դերերը կատարելու վստահություն:

Այն մի իրավիճակ է, որում բոլոր աշակերտները, ներառյալ հաճմանդամություն ունեցողները, համարվում են դպրոցական համայնքի լիիրավ անդամներ և կարող են հավասարապես օգտվել սոցիալական և ուսումնական հնարավորություններից: Ուսուցիչները և բազմամասնագիտական թիմի անդամները պատասխանատու են կրթության նկատմամբ հավասարակշռված մոտեցում ապահովելու համար: Սա ներառում է երեխայի կյանքի ուսումնական և սոցիալական ասպեկտների զարգացումը:

Դպրոցները հնարավորություն ունեն ապահովելու միջավայրեր, որտեղ սոցիալական շփումները հասակակիցների և մեծերի հետ կօգնեն հաճմանդամություն ունեցող երեխաներին ձեռք բերելու նոր հմտություններ և կարողություններ, ավելի մեծ ինքնավստահություն և հավասարության զգացում:

Թե՛ սոցիալական, թե՛ հոգեբանական ներառումը բարդ գործընթացներ են, հատկապես, երբ փորձ է արվում դրանք կիրառելու երեխաների նկատմամբ, ովքեր ունեն ամենատարբեր հնարավորություններ և կանգնած են տարբեր բարդության մարտահրավերների առաջ:

Սոցիալական և հոգեբանական ներառումը խթանելու նախնական ֆայլերից մեկը հաճմանդամություն ունեցող աշակերտների նախասիրությունների, հակումների բացահայտումն է: Այս մոտեցումը ապահովում է տվյալ գործով

կանոնավոր կերպով զբաղվելու շարժառիթ, ինչպես նաև ուրիշների հետ ծանոթանալու և շփվելու հնարավորություններ:

Բացահայտե՛ք աշակերտների ուժեղ կողմերը, շնորհին ու կարողությունները: Դասի նպատակն է անհատի ֆիզիկական կուլտուրայի ձևավորումը, որը իր ուղղվածությամբ արտացոլում է պետության հիմնական պահանջները երիտասարդ սերնդից՝ ապահովել ուսանողների կրթադաստիարակչական գործընթացի իրականացումը, նպաստել յուրաքանչյուրի համակողմանի և ներդաշնակ գարգացմանը, որի արդյունքում լուծվում են հետևյալ խնդիրները՝ Ֆիզկուլտուրայի դերի ընկալումը անհատի գրգացման համար և նրա

- նախապատրաստումը մասնագիտական գործունեությանը՝ Առողջ ապրելակերպի և ֆիզիկական կուլտուրայի հիմունքների՝ մասին գիտագործնական գիտելիքների ձևավորումը՝ Ֆիզիկական կուլտուրայի նկատմամբ դրդապատճառային,

- արժեքային վերաբերմունքի ձևավորումը՝ Գործնական ունակությունների և հմտությունների համակարգի

- տիրապետում ապահովող առողջության ամրապնդումը և պահպանումը, հոգեկան բարեկեցությունը, հոգեֆիզիկական ընդունակությունների գարգացումը, անձի հատկությունները և որակները, ինքնակազմնորոշումը՝ ֆիզիկական կուլտուրայում՝ Ընդհանուր և մասնագիտական կիրառական ֆիզիկական

- պատրաստվածության ապահովումը՝ Կյանքում և մասնագիտական գործունեությունում ձեռք բերումների համար ֆիզկուլտուրան և սպորտը ստեղծագործաբար կիրառելու նպատակով փորձի ձեռք բերումը: Ունենա համապատասխան գիտելիք ֆիզիկական կուլտուրայի դերի մասին, որը անհրաժեշտ է ապահովելու ընդհանուր կրթությունը: Ճանաչի իր օրգանիզմը, իր բոլոր յուրահատկություններով և իմանա՝ գարգացման առանձնահատկությունները:

<http://gspe.am/media/pdf/1bee2f03644fb1ca5289902e3f93342d.pdf>

Համագործակցային ուսման կազմակերպումը

Համագործակցային ուսուցման ընթացքում խմբի յուրաքանչյուր անդամ կամ ամբողջ դասարանն ակտիվորեն ներգրավված են ուսուցման մեջ, իսկ նոր գիտելիքը մշակվում ու յուրացվում է հենց աշակերտի միջոցով: Համագործակցային ուսուցման ընթացքում կարևորվում է ոչ միայն ակադեմիական գիտելիքների և հմտությունների ձեռքբերումը, այլև խմբային գործընթացի մշակմամբ հմուտ համագործակցողներ և գիտելիքների ակտիվ կիրառողներ ձևավորելը: Համագործակցությունն ստեղծում է ինքնահանաչման ավելի բարձր մակարդակ, քան կարող են ապահովել մրցակցային կամ անհատական ուսուցման եղանակները: Համագործակցային իրավիճակներում անհատները միտված են փոխներգործելու, նպաստելու միմյանց հաջողությանը, ձևավորելու հետաքրքրությունների լայն շրջանակ և կազմելու

միմյանց կարողությունների մասին իրական պատկերացումներ, հետևաբար տալիս են ճշմարիտ հետադարձ կապ: (Ա. Է. Ափոյան 2014)(<http://gspi.am/media/journal/2014n1b/37.pdf>)

Համագործակցային ուսուցման տեխնոլոգիա

- անձի զարգացում և անհատականության ձևավորում.
- հոգեբանական և ֆիզիկական առողջության ապահովում.
- սրբեւի հաղթահարում.
- առողջ փոխհարաբերությունների դրսևորում:

Համագործակցային ուսուցման տարրերը

- դրական փոխկախվածության ապահովում.
- դեմ առ դեմ փոխազդեցություն.
- անհատական հաշվետվություն և պատասխանա տվություն.
- միջանձնային կամ փոքր խմբերով աշխատանքի հմտություններ.
- խմբային գործընթացի մշակում.
- փոխներգործուն կամ ինտերակտիվ առաջադրանքի կատարում:

Համագործակցային տեխնոլոգիայում կիրառվող մեթոդները և հնարները

- Թիմային առաջադիմություն
- Խնանկար
- Պատկերասրահում
- Խմբային հետազոտություն

(<https://multiurok.ru/files/hamagortsakts-ayin-owsowts-man-gaghap-arakhosowt-y.html>)

Այս մեթոդի կիրառման հիմնական բայերն են՝

- ա) առաջադրանքի սահմանումը,
- բ) տեղեկությունների որոնման տարատեսակ ռազմավարությունները,
- գ) ավյալներ և տեղեկություններ ստանալու մասշեղիությունը (որտեղ),
- դ) տեղեկությունների օգտագործումը և խնդիրների լուծումը,
- ե) սինթեզը,
- զ) գնահատումը: (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

Ուսուցանում – ուսանում գործընթացն ունի երկու նպատակ՝

- Տվյալ առարկայի նպատակը՝ դասավանդվող նյութի հիման վրա զարգացնել հանաչողական հմտությունները:
- Սոցիալական նպատակը՝ առաջինը, աշակերտները պատասխանատվություն են ստանձնում: Երկրորդ, նյութը դասավանդվում է համագործակցության վրա հիմնված տարբեր եղանակներով, ինչն իր հերթին զարգացնում է նաև աշակերտների շփման հմտությունները:

Համագործակցության վրա հիմնված ուսուցումը խմբային ուսուցման ամենաբարձր մակարդակն է: Խմբերի ձևավորման այս եղանակի դեպքում խմբի անդամները մեծապես ապավինում են միմյանց, ուստի գուտ առարկային առնչվող նյութեր յուրացնելուց բացի նրանք ձեռք են բերում նաև շփման հմտություններ: Ուսուցիչն աշակերտներից չի պահանջում նման հմտություններ ունենալ. փոխարենը, նա նպաստում է դրանց զարգացմանը՝ կիրառելով համագործակցություն ապահովող տարատեսակ մեթոդներ:

Ի տարբերություն Կազանի մեթոդի, ավանդական խմբային աշխատանքը չի պահանջում համագործակցության այդքան սերտ մակարդակ, և պարտադիր չէ, որ հաջողությունը պայմանավորված լինի բոլոր աշակերտների մասնակցությամբ: Ուսման գործընթացի կազմակերպումը բաղկացած է 6 հիմնական տարրից: (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

Խումբ

- Համատեղ աշխատող խումբը բաղկացած է 3–6 մտտական անդամներից: Խմբի անդամների միջև կապը սերտ է. նրանք հանաչում, ընդունում և աջակցում են միմյանց:
- Խմբի կազմը միատարր չէ՝ մասնակիցների ընդունակությունները, սեռը, համակրանքը և էթնիկական ծագումը տարբեր են:

Խմբերի ձևավորման եղանակները՝ պատահական կամ նպատակային: (Անահիտ Դանիելյան 2016) (<https://lib.amedu.am/resource/11116>)

<<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկան դասավանդողները պետք է իմանան, որ դասերի ընթացքում հնարավոր է սովորողների զարկերակային ճնշման բարձրացում, հետևաբար պետք է հանախակի կատարել զարկերակային ճնշման չափում: Անհրաժեշտ է, որ Ֆիզիկական կուլտուրա դասավանդողներն իմանան նաև սովորողների անցկացրած հիվանդություններից հետո դասերի և պարապմունքների վերսկսման ժամկետները, որոնք սահմանում է բժիշկը: **5** Սովորողների առողջության և ֆիզիկական զարգացման վիճակի պարբերական ստուգումները կատարվում են բժշկի կամ բուժքրոջ կողմից: Որպես ֆիզիկական զարգացման հիմնական ցուցանիշներ ընտրվում են սովորողի հասակը, քաշը և կրճավանդակի շրջագիծը: Պետք է կատարվի նաև մարզական կառույցների սանիտարահիգիենիկ հսկողություն, այսինքն՝ պետք է ստուգել մարզադահլիճների և մարզահրապարակների չափերի համապատասխանությունը, մաքրությունը, մարզական գույքի, հանդերձանքի վիճակը, մաքրությունը և այլն:

Դասավանդող դասախոսը /ուսուցիչը/ դասերին նախապատրաստվելիս ինքն է որոշում ուսուցման համար անհրաժեշտ վարժությունների և մարզագործիքների ընտրությունը, գտնում է վնասվածքների կանխարգելման, օգնության ցուցաբերման և ապահովման միջոցներ: Հետևաբար նա պետք է իմանա այն վտանգավոր գործոնները, որոնք կարող են վնասվածքների պատճառ դառնալ, դրանք են.

- դասերի և պարապմունքի անցկացման տեղի անվտայն նախապատրաստումը /առանց ներհնակների օգտագործման մարմնամարզական վարժությունների, անսարք մարզական գործիքների վրա վարժությունների կատարում և այլն/,

- առանց նախավարժանքի վարժության կատարումը,
- չշարացված վարժության կատարումը առանց դասավանդողի օգնության,
- վարժությունների կատարման ժամանակ վատ կազմակերպված ապահովումը,
- դասախոսի /ուսուցչի/ կողմից սրված ցուցումները չկատարելը և կարգապահական խախտումները,
- օդի ցածր ջերմաստիճանը, օդի բարձր խոնավությունը, ուժեղ քամին,
- խաղերի ժամանակ կանոնների խախտումը և այլն:

Բացի այդ, անհրաժեշտ է սովորողներին ծանոթացնել ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին մարզադահլիճում և մարզահրապարակում իրենց պարտականություններին և վարքի կանոններին:

Ին հետազոտական աշխատանքը իրականացնելու համար ես ընտրել եմ ձեռքի գնդակ խաղը, որը կօգնի բարձրացնել աշակերտների շարժողական և կարգիկացիոն ունակություններին, ինչպես նաև կօգնի աշակերտներին համագործակցել

խմբերում՝ օգնելու միմյանց, լինել ավելի պատասխանատու, ընկերասեր, համագործակցող, ինչպես նաև սիրել ֆիզիկուլտուրա առարկան:

3. Փորձաքարական մաս

3.1. Խմբի նկարագիր

Ես իմ հետազոտական աշխատանքը անցկացրել եմ Գեղարքունիքի մարզի Մեծ Մասրիկ գյուղի միջնակարգ դպրոցի 7-րդ դասարանում: Այս դասարանում սովորում են 18 աշակերտ՝ 10 տղա և 8 աղջիկ: Սովորողները մեկը ունի կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք՝ տեղափոխվում է անվասայլով:

Դասարանի բոլոր աշակերտները ակտիվ են: Դասարանն ունի բավականին բարձր ֆիզիկական պատրաստվածություն, պատիվ էր ընդամենը աշակերտ, որը ելնելով իր ֆիզիկական հնարավորությունից /անվասայլ/ միշտ խուսափում է մասնակցել ֆիզիկուլտուրայի դասերին: Նրան ցանկանալով նետոնել դասին առաջարկեցի խաղալ հանդբոլ, որի ժամանակ նա կարող է ավասայլակով կարող է մասնակցել դասին համագործակցելով թիմի մնացած մասնակիցների հետ:

Իմ անցկացրած երկու հետազոտական դասերի ընթացքում փորձարկվել է խմբային մեթոդը, պարզաբանելու համար,

թե որքան նպատակային կլինի այդ մեթոդը ձեռքի գնդակի դասի արդյունավետությունը բարձրացնելու համար, այնպես էլ բարձրացնել ազակերտների ֆիզիկական պատրաստվածությունը, ինչպես նաև կրթության առանձնահատուկ պայմաններ կարիք ունեցող սովորողին դարձնել դասի լիաժեռ մասնակից:

Դասի նպատակներն ու խնդիրները՝

1. Գնդակի վարում երկու ձեռով:
2. Գնդակի վարման և փոխանցման համակցում :
3. Հարվածներ դարպասից պաշտպանական գծից:
4. Կատարել բազմակի փոխանցումներ դաշտի ամբողջ երկայնքով :
5. Գնդակի ստացում շարժման մեջ:
6. Ամրապնդել ձեռքի գնդակի հնարքներն ու գնդակի համակցումները:

Դասի ընթացքում կիրառվել են տարբեր մեթոդներ: Այդ թվում խմբային, ցուցադրության, գործնական մեթոդները:

Բոլոր դասաժամերին ուշադրություն է կատարվել վարժությունների ճիշտ կատարմանը և սխալների ուղղմանը:

Սովորողները պատրաստակամ էին յուրաքանչյուր թիմում տեսնել իրենց սայլակով ընկերոջը: Սկզբում կային անհարմարությանն ենթարկված ԿԱՊԿՈՒ երեխայի հետ, սակայն արդեն երկրորդ դասաժամին նա զգալով խաղընկերների, դասընկերների աջակցությանը ոգևորվեց և իր հնարավորությունների չափով ընդգրկվեց դասապրոցեսին: Ողջունելի էր, որ ակտիվ աշակերտները ևս ոգևորվեցին և սկսեցին օգնել իրենց դասընկերոջը, որն էլ նպաստում էր սոցիալական արժեքների ձևավորմանը աշակերտների մոտ:

Աշակերտները սովորեցին ձեռի գնդակի խաղի կանոնները, կիրառեցին իրենց խաղի ընթացքում: Սկզբում դա դրսևորվեց պարզեցված կանոններով խաղերի ժամանակ, այնուհետև ավելի բարդեցվեցին կանոնները: Կապիտա աշակերտը ընտրվեց 1-ին թիմի ավագ և ոչ միայն մասնակցեց դասին այլև դարձավ իր թիմի ոգին, շարժիչ ուժը:

3.2. Փորձարարական դաս - 1

I դասաժամի դասի խնդիրներն էին՝

1. Գնդակի վարում երկու ձեռով:

2. Գնդակի վարման և փոխանցման համակցում :

3. Հարվածներ դարպասից պաշտպանական գծից:

Սովորողներին բաժանեցի երեք խմբի: Առաջին խումբը վարժությունը կատարում էր անհատական/ որին մասնակցում էր Կապիու երեխան/, երկրորդ խումբը աշխատում էր գույգերով, երրորդ թիմը կատարում էր փիմային աշխատանք: Այնուհետև վարժությունները փոխանակվեցին: Վարժությունների կատարման ամբողջ ընթացքում կատարվում էր սխալների ուղղում և ճիշտ ցուցադրում:

Դասի հիմնական մասի երկրորդ հատվածում՝ ըստ դասի պլանի, (հավելված 1) սովորողները կատարեցին գնդակի վարում երկու ձեռով գույգերով, այնուհետև եռյակով: Գնդակների վարումն ու փոխանցումները ամրապնդվեց խաղով: Խաղը տրվեց պարզեցված կանոններով, ուսուցչություն դարձվեց գնդակի վարմանը և փոխանցումների ճիշտ կատարմանը:

Երեխաներին վարժությունները ծանոթ էին, սակայն կատարման ընթացքում մի փոքր դժվարանում էին, քննի որ առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխան նույնպես ընդգրկված էր աշխատանքին: Բայց դա չխանգարեց աշակերտներին մեծ հետաքրքրությամբ և ոգևորությամբ կատարել վարժությունները:

Վարժությունները կատարելագործելու նպատակով հանձնարարվեց տանը ևս կատարել:

3.3. Փորձարարական դաս-2

II դասաժամի դասի խնդիրներն էին.

1. Հարվածներ դարպասից պաշտպանական գծից:

2. Կատարել բազմակի փոխանցումներ դաշտի ամբողջ երկայնքով :

2. Գնդակի ստացում շարժման մեջ:

1. Հարվածներ դարպասից պաշտպանական գծից:

ա) Զույգերով փոխանցումներ կատարել և հարվածել դարպասին:

բ) Փոխանցումներից հետո տեղափոխվել և կատարել հարվածներ դարպասին:

2. Կատարել բազմակի փոխանցումներ դաշտի ամբողջ երկայնքով

ա) Զույգերով գնդակին փոխանցումներ:

բ) 2-3 ֆայլ թափավագֆից հարված դարպասին:

գ) Հարվածներ դարպասին թափավագֆից թռիչքով:

դ) Երկու ոտով հրումով ցատկի և թափավագֆի ուսուցում:

3. Գնդակի ստացում շարժման մեջ

Այնուհետև դասարանը բաժանվեց 3 խմբի և անցկացվեց խողային դաս խմբային մեթոդով, դասի նպատակն էր՝ անբաղնդել գանդբոլ խաղի հնարքները և գնդակի համակցումները:

Աշակերտները բաժանվեցին երեք հավասար խմբերի, որից հետո առաջին մրցակցող զույգի հաղթողը խողաց երրորդ թիմի հետ: Պարտություն կրած երկու թիմերը պայքարեցին 2-րդ տեղի համար: Յուրաքանչյուր հաղթանակի համար տրվում է 1 միավոր: Ամբողջ դասարանը ներգրավված է և դասապրոցեսին:

2-րդ դասաժամին դրվեց խողային դաս՝ պարզաբանելու կիրառված մեթոդների արդյունավետությունը:

4. Վերլուծություն

Ինչպես ցույց տվեցին հետազոտության արդյունքները, որպեսզի աշակերտները ունենան մնայուն գիտելիքներ, պետք է ուսուցանվող նյութը կրկնելու, ամրապնդելու, կիրառելու, կապակցելու հնարավորություններ ընձեռվեն: Ընդ որում՝ դա պետք է արվի կանոնավոր և շարունակական ձևով: Այլ կերպ ասած՝ պետք է կարևորել ոչ միայն ուսումնական ծրագրի ընդգրկումը, այլև խորությունը:

Հիմնվելով հետազոտության արդյունքների վրա՝ կարելի է վստասել, որ աշակերտների ֆիզիկական առանձնահատուկ կարողությունների բացահայտման համար կարևոր դեր ունի ուսուցչի կողմից ճիշտ մեթոդի ընտրությունը:

Իրա համար շատ կարևոր է սովորողների մեջ բացահայտել նրանց ֆիզիկական ընդունակությունները: Այն միշտ չէ, որ նկատվում և բացահայտվում է ուսուցիչների կողմից: **ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ**

Ի վերջո գալիս ենք այն եզրահանգման, որ ֆիզիկական կուլտուրայով պարապմունքներն ազդում են ԿԱՊԿՈՒ երեխաների շարժողական ուղրտի, նրա պոտենցիալ հնարավորությունների բացահայտման վրա՝ պայմանով, որ նրանք ուղղորդված լինեն երկրորդային մտտորային խանգարումների վերացմանը: Ֆիզիկական վարժությունները տեսողության, լսողության և բանականության խանգարմամբ երեխաների համար պետք է ընտրված լինեն՝ հաշվի առնելով երեխայի առանձնահատկությունները՝ անբնական զարգացման տեսակը, ֆիզիկական զարգացման և պատրաստվածության մակարդակը, օրգանիզմի բիոլոգիական հասունացման, սենսիտիվ փուլերի զարգացման արագությունը, հանաչողական և վարժագծային ուղրտի առանձնահատկությունները:

Եթե առում ենք ներտատական կրթություն՝ այստեղ առաջնային շեշտը պետք է դրվի ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի վրա, քանի որ այն միակ առարկան է, որի միջոցով հստակ երևում է ԿԱՊԿՈՒ երեխաների մոտ տեղի ունեցող փոփոխությունները՝ վերևում արդեն նշեցի՝ շարժողական ուղրտի, հնարավորությունների բացահայտման և այլն:

Հետազոտության շրջանակում փորձ է արվել գնահատել սովորողների հետաքրքրությունները, սովորելու մոտիվացիան և անդրադարձ է արվել գործընթացի բոլոր կետերին՝ փորձելով գնահատել յուրաքանչյուրի արդյունավետությունը և վերհանել հանդիպող խնդիրները:

Կարևորություն տալով նաև աշակերտի ստեղծագործական մտքին և արագ կողմնորոշվելու ընդունակությանը՝ իրականացված դասավանդման գործընթացի արդյունավետության ուսումնասիրությունը

հնարավորություն տվեց սովորողների մեջ բացահայտել յուրօրինակ կարողություններ և կիրառել դրանք ուսումնական գործընթացում:

Ուսուցման մեթոդները ուսուցման էությունից բխող այն միջոցներն են, գործունեության ձևերն ու եղանակները, որոնցով իրականացվում է ուսուցչի և աշակերտի համագործակցությունը՝ ուղղված ուսումնառությանն նպատակադրված արդյունքին:

Հետազոտական աշխատանքում կիրառված մեթոդը աշխատեց, կային թերություններ, դրանք շտկելի են համատեղ ֆրոնաջան աշխատանքի արդյունքում:

5. Գրականության ցանկ

1. Հ. Մինասյան, Գ. Ամիրբեկյան Ֆիզիկական կուլտուրայի դասավանդումը ՄՄՈւՀ-ներում, Մեթոդական ձեռնարկ

2. Амалин, М.Е. Методика оценки соревновательной деятельности в спортивных играх / М.Е. Амалин, О.С. Шилов //Теория и практика физической культуры, 1980, №9. – С.19-20.

3. Лобановский, В.С. Характеристика игровых действий южно-американских команд / В.С. Лобановский // Футбол: Ежегодник. – 1979

4.

<https://multiurok.ru/files/hamagortsakts-ayin-owsowts-man-gaghap-arakhosowt-y.html>

5. Ա. Է. Ափայան 2014)(<http://gspi.am/media/journal/2014n1b/37.pdf>

6.

<https://multiurok.ru/files/hamagortsakts-ayin-owsowts-man-gaghap-arakhosowt-y.html>

7. <https://lib.armedu.am/resource/11116>

8. Անահիտ Դանիելյան 2016

9.Ֆ.Գ. Նազարյան, Ա.Ա. Գրիգորյան – Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն

10. <http://gspi.am/media/pdf/1bee2f03644fb1ca5289902e3f93342d.pdf>

6. Հավելված

Դասի պլան 1

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Ձեռքի գնդակի ուսուցում

ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ցիզկուլտուրա

ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 7-րդ

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅԲԸ՝ մարզադահլիճ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ՝ 1. Կարողանալ կատարել գնդակի վարում երկու ձեռով:

2. Գնդակների փոխանցում ցանցի վրայով վերևից և ներքևից: ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝ սուլիչ, 2-րդ համարի գնդակներ

ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տեղությունը	Դասի բովանդակությունը	Զափավորում	Մեթոդական և կազմակերպչական ցուցումներ
I 10՝	<p>Շարուն հաշվարկ, գեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, , դարձումներ, ֆայլ, դանդաղ վազք, ֆայլ</p> <p>ասնաթաթերի և կրունկների վրա, ֆայլ ծնկները վեր բարձրացնելով, կֆանխատերով ֆայլ, շարափոխում եռասյուն շարքի:</p> <p>Կատարել ընդհանուր գարգացնող</p>	<p>45՝</p> <p>6՝</p> <p>6-8 վարժ.</p>	<p>Հետևել շարքին,</p> <p>ուշադրություն դարձնել նիւս</p> <p>կեցվածքին:</p> <p>Վարժությունների կատարման ժամանակ ուղղել Շարափոխումը նիւս</p>
	<p>վարժությունների համալիր:</p> <p>Շարափոխվել եռասյունից միասյուն, հետո գույգեր կազմել:</p>	<p>4-6X</p>	<p>կատարել</p>

<p>II 30'</p>	<p>1. Գնդակների փոխանցում գլխավերևում. ա) 10 առակերտ կկատարի բ) 11 առակերտ կկատարեն գույգերով գ) վարժությունների փոխանակում 2. Գնդակների փոխանցում ցանցի վրայով վերևից և ներքևից ա) գնդակի փոխանցում վերևից և ներքևից գույգերով բ) գնդակի փոխանցում վերևից և ներքևից եռյակով 3. Փոխանցումները ամրապնդել խաղով</p>	<p>5' 5' 2X 10' 2X 2X 7'</p>	<p>Մի կիսադաշտում խաղում են մի խմբի անդ մյուս կիսադաշտում՝ մյուս անդամները: Սուլիշի ձայնով փոխում են վարժությունը: Ամբողջ ընթաց կատարվում է վարժության սխալների ուղղում և ն ցուցադրում: Խաղը սալ պարզեցված կանոններով, ուճադրություն դարձնել փոխանցումների հիշատակատար</p>
<p>III 5'</p>	<p>Շարժ, քայլ, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և թուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:</p>		<p>Ուճադրություն դարձնել հիշատակատար շնչառության կատարմանը:</p>

Դասի պլան 2

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Խաղային դաս թիմային մեթոդով:

Անցկացնել վարժությունների համալիր:

ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ֆիզիկուլտուրա

ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 7-ԲԴ

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅԻՆ՝ մարզադահլիճ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐԸ՝ 1.Ամբապնդել ձեռքի գնդակիտակի
հնարքները և գնդակի վարման ու փոխանցման
համակցումները: ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝ սուլիչ,
հանդբոլի գնդակ

ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տևողությունը	Դասի բովանդակությունը	Զավաժություն	Մեթոդական և կազմակերպչական ցուցումներ
I 10՝	<p>Շարուն հաշվարկ, գեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, , դարձումներ, ֆայլ, դանդաղ վազ, ֆայլ</p> <p>ասնաթաթերի և կրունկների վրա, ֆայլ ծնկները վեր բարձրացնելով, կֆանիստերով ֆայլ, շարափոխում եռասյուն շարֆի:</p> <p>Կատարել ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիր:</p>	<p>45՝</p> <p>6՝</p> <p>6-8 վարժ.</p> <p>4-6x</p>	<p>Հետևել շարֆին, ուշադրություն դարձնել նիւս կեցվածքին:</p> <p>Վարժությունների կատարման ժամանակ ուղղել սխալները</p> <p>Շարափոխումը նիւս կատարել</p>

	Շարափոխվել է առայուրից միասյուն, հետո գույգեր կազմել:		
II 30´	1.Երկկողմանի խաղ ա) I թիմ բ) II թիմ գ) III թիմ	10´ 10´ 10´	Մասնակիցներին բաժանել երեք խմբի: Խաղում են, պարտվող թիմը նստում է: Պարտվող երկու թիմերը խաղում են երկրորդ տեղի համար: Հաղթելու համար տրվում է մեկ միավոր
III 5´	Շարժ, ֆայլ, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և թուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:		Ուշադրություն դարձնել նիւտ շնչառության կատարմանը: