

ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՈՂ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅՈՒՆ
«ՀՀ ԿԳՄՄՆ ՄԱՐՏՈՒՆՈՒ Տ. ԱՐՐԱՀԱՄՅԱՆԻ
ԱՆՎԱՆ ԱՎԱԳ ԴՊՐՈՑ» ՊՈԱԿ

**ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ**

Թեմա՝ Ուսուցչի կողմից երեխաների ուսումնառության ընթացքում նկատված կրթական կարիքների բացահայտումը

Անցկացման վայրը՝ ՄԱՐՏՈՒՆԻ

Աշխատանքի ղեկավար՝ Հասմիկ Բեյբուրյան

Ուսուցիչ՝ Գոհար Նադարյան

Դպրոց՝ ՀՀ Գեղարքունիքի մարզի Վարդենիկի հիմնական դպրոց

Մարտունի 2022թ.

Բովանդակություն

1. Ներածություն.....	Ошибка! Закладка не определена.
2. Գրական ակնարկ	6
3. Փորձարարական հետազոտություն.....	11
3.1-Խմբի նկարագիրը	11
3.2-Փորձարարական դասեր.....	12
3.2.1-Փորձարարական դաս-1	12
3.2.2-Փորձարարական դաս-2	12
4. Եզրակացություն.....	Ошибка! Закладка не определена.3
5. Օգտագործած գրականության ցանկ	Ошибка! Закладка не определена.4
6. Հավելված	Ошибка! Закладка не определена.5
Դասապլան-1.....	Ошибка! Закладка не определена.5
Դասապլան-2.....	Ошибка! Закладка не определена.8

1. Ներածություն

Հանրակրթական դպրոցում սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության կարևորությունը պայմանավորված է նրա առողջարարական, կրթական և դաստիարակչական նշանակությամբ, քանի որ այն նպաստում է սովորողների առողջության ամրապնդմանը և բարելավմանը, կեցվածքի ձևավորմանը, օրգանիզմի կոփմանն ու առողջ ապրելակերպը կենցաղում ներդնելուն: Ֆիզիկական դաստիարակությունը առանձնահատուկ տեղ ունի անձի (անհատի) ձևավորման, նրա ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացման ապահովման, մտավոր առաջընթացի, բարոյականային, հոգեբանական որակների դաստիարակման և արժեքային համակարգի ձևավորման գործում: Ֆիզիկական դաստիարակությունը նպաստելու է սովորողների շարժողական ընդունակությունների (արագաշարժություն, ուժ, դիմացկունություն, ձկունություն, ճարպկություն, կոորդինացիա, ցատկունակություն) մշակմանը, որոնք լայն կիրառում են գտնում մարդու ամենօրյա գործնական կյանքում: Ֆիզիկական դաստիարակությունը կնպաստի անձի մտավոր և ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը: Ֆիզիկական դաստիարակության դերը պայմանավորված է նաև նրա գործնական – կիրառական նշանակությամբ: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողները ձեռք կբերեն կարողություններ և հմտություններ, որոնք կնպաստեն հետագա աշխատանքային գործունեությանը նախապատրաստված, սոցիալապես ակտիվ, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող և հայրենիքի պաշտպանությանը պատրաստ քաղաքացի ձևավորելուն: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողները ձեռք կբերեն գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նշանակության, առողջ ապրելակերպի կանոնների, օլիմպիական խաղերի, առաջին օգնություն ցուցաբերելու կանոնների, ինչպես նաև համագործակցելու, կազմակերպելու և նախաձեռնելու հատկություններ:

Հանրակրթության գլխավոր նպատակը սովորողների մտավոր, հոգևոր, ֆիզիկական և սոցիալական ունակությունների համակողմանի ու ներդաշնակ 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 ներդաշնակ զարգացման ապահովման, մտավոր առաջընթացի, բարոյահոգեբանական որակների դաստիարակման և արժեքային համակարգի ձևավորման գործում: Ընդհանուր միջնակարգ կրթության առաջնահերթ խնդիրներից են աշակերտների ֆիզիկական և մտավոր առողջության պահպանումն ու ամրապնդումը, առողջ ապրելակերպ սերմանելը: Դրա հաջող լուծումը մեծապես կախված է յուրաքանչյուր ուսումնական հաստատությունում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ուսումնասիրության կազմակերպման որակից:

Դրա հիման վրա ձևավորվում են ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության մեթոդներ, որոնք օգտագործվում են ֆիզիկական և հարակից ինտելեկտուալ և մտավոր ինքնակատարելագործման համար: «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի բովանդակության յուրացմանն ուղղված կրթական գործունեությունը ձևավորող ազդեցություն ունի սովորողների աշխարհայացքի, ինտելեկտուալ, մտավոր, հոգեֆիզիկական, բարոյահոգեբանական և այլ անհատականության գծերի վրա:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում ձևավորվում են գաղափարներ, գիտելիքներ, հմտություններ և կարողություններ, որոնք անհրաժեշտ են կյանքի անվտանգությունն ապահովելու համար: Այս առարկայի յուրացման ակնկալվող կիրառական արդյունքները ներառում են աշակերտների մոտ ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստվածությունը բարձրացնելու մոտիվների ձևավորումը հետագա մասնագիտական գործունեության համար:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի կրթական ուղղվածությունը ձևավորող ազդեցություն ունի սովորողների աշխարհայացքի, մտավոր, հոգեֆիզիկական, բարոյականային, բարոյական և այլ որակների վրա:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ծրագիրը պարունակում է ուսումնական նյութ ֆիզիկական կուլտուրայի բնագավառում գիտելիքների ուսուցման, կենսական շարժիչ հմտությունների և կարողությունների ձևավորման, մարդու առողջ ապրելակերպ վարելու համար անհրաժեշտ շարժիչ ունակությունների զարգացման, ֆիզիկական, ինտելեկտուալ, հոգևոր զարգացում, ֆիզիկական կատարելագործում:

Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետությունը կախված է «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի կրթական գործընթացի ճիշտ ձևակերպումից:

Սովորողների ընդհանուր միջնակարգ ֆիզիկական դաստիարակությունը, դպրոցական «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի նպատակը, իրականացվում է կրթական, ուսուցողական, առողջարար, հանգստի, կրթական և զարգացնող բնույթի փոխկապակցված և փոխկապակցված խնդիրների լուծման միջոցով: Վերջինս կարելի է համարել այս առարկայի մանկավարժական առաջադրանքների հիմնական խմբերը:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի գործառույթների սոցիալական և կենսաբանական նշանակությունն այն է, որ այն ուղղված է սովորողներին գիտելիքներով հագեցնելուն, նպաստում է հիմնական շարժիչ և ուսուցողական հմտությունների ձևավորմանը, նրանց սովորեցնում է համակարգված օգտագործել ֆիզիկական կուլտուրան կյանքում. նպաստում է շարժողական և բարոյականային որակների զարգացմանը, ինչպես նաև երեխայի օրգանիզմի ապաքինմանը և բնականոն աճին. Սա հնարավորություն է տալիս համապատասխան բովանդակությամբ լրացնել դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության ոչ առարկայական (արտադասարանական) ձևերը, կիրառել կազմակերպչական ձևեր և մեթոդներ: Ֆիզիկական կուլտուրան հնարավորություններ է ստեղծում ֆիզիկական դաստիարակության արտադպրոցական ձևերի մանկավարժական համակարգերի հիմնական բաղադրիչների համակարգման համար, նրանց տալիս է ամբողջականություն:

Աշակերտների կողմից «Ֆիզիկական կուլտուրա և առողջություն» առարկայի բովանդակության յուրացման աստիճանը կախված է ուսուցչի մասնագիտական պատրաստվածության մակարդակից, նյութատեխնիկական բազայի վիճակից, սպորտային գույքի և գույքագրման առկայությունից, կրթական և մեթոդական աջակցությունից, կարևոր է հատկապես ուսուցչի կողմից սովորողների կրթական կարիքների բացահայտումը ուսուցման ընթացքում, ինչը անկասկած կնպաստի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի նկատմամբ հետաքրքրության աճին և կխթանի աշակերտների դասապրոցեսում ներգրավվածությունը:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դերը պայմանավորված է նրա գործնական կիրառական նշանակությամբ: Այն նպաստում է սովորողների շարժողական ընդունակությունների (արագաշարժություն, ուժ, ձկունություն, դիմացկունություն, ճարպկություն, կոորդինացիա և այլն) մշակմանը, անձի մտավոր և ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը, մասնագիտական պատրաստվածության ապահովմանը: Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցումն օժանդակում է սովորողներին ձեռք բերել կարողություններ և հմտություններ, որոնք անհրաժեշտ են նրանց հետագա աշխատանքային գործունեության ընթացքում արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվելու համար:

2. Գրական ակնարկ

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասավանդման հանրակրթական չափորոշիչների համաձայն Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողները ձեռք կբերեն կարողություններ և հմտություններ, որոնք կնպաստեն հետագա աշխատանքային գործունեությանը նախապատրաստված, սոցիալապես ակտիվ, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող և հայրենիքի պաշտպանությանը պատրաստ քաղաքացի ձևավորելուն:

- Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողները ձեռք կբերեն գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նշանակության, առողջ ապրելակերպի կանոնների, օլիմպիական խաղերի, առաջին բուժօգնություն ցույց տալու կանոնների, ինչպես նաև համագործակցելու, կազմակերպելու և նախաձեռնություն հանդես բերելու ունակություններ:

- Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ծրագիրը նպաստելու է նաև սովորողների շրջանում մասնագիտական կողմնորոշման աշխատանքների իրականացմանը ըստ նախասիրությունների ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասնագետներ դառնալու նպատակով:

- Տեղեկատվական ժամանակակից միջոցների (համակարգիչ, հեռուստացույց և այլն) լայն տարածման պայմաններում պակասել է երեխաների շարժողական ակտիվությունը, սահմանափակվել է մկանային գործունեությունը, հետևաբար անհրաժեշտ է ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից բացի, դպրոցներում ֆիզկուլտ-առողջարարական և արտադասարանական մարզական աշխատանքների կազմակերպումը:

Ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերի, դասագրքերի, մեթոդական ձեռնարկների, ուղեցույցների ստեղծման ժամանակ անհրաժեշտ է առաջնորդվել հետևյալ սկզբունքներով.

- Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ծրագրով առաջարկվող նյութերը պետք է համապատասխանեն սովորողների տարիքային և սեռային առանձնահատկություններին, հոգեբանությանը, լինեն հետաքրքիր և իրատեսական:

- Տարրական դասարաններում «Շարժախաղեր»-ի ընտրությունը պետք է կատարել այնպես, որ դրանք նպաստեն սովորողների վազելու, ցատկելու, նետելու կարողության

ամրապնդմանը, արագաշարժության, տարածության մեջ կողմնորոշման և կոորդինացիոն ընդունակությունների մշակմանը և հայեցի դաստիարակմանը:

- Անհրաժեշտ ուշադրություն պետք է դարձնել ժամանակակից տեղեկատվական և հաղորդակցական տեխնոլոգիաների ներդրմանը՝ ֆիզիկական դաստիարակության ուսուցանվող նյութը ավելի մատչելի, գրավիչ դարձնելու և յուրացման գործընթացը արագացնելու նպատակով:

ՆՊԱՏԱԿԸ ԵՎ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

Հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության հիմնական նպատակը ֆիզիկապես առողջ, համակողմանի զարգացած, աշխատանքային գործունեությանը նախապատրաստված, առողջ ապրելակերպի կանոններին տիրապետող, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող քաղաքացի ձևավորելն է:

Նպատակի իրականացումը ենթադրվում է հետևյալ խնդիրների լուծումը.

- սովորողների առողջության ամրապնդում և ճիշտ կեցվածքի ձևավորում:
- Ներդաշնակ ֆիզիկական զարգացման ապահովում:
- Շարժողական ընդունակությունների (արագաշարժություն, ուժ, դիմացկունություն, ձկունություն, շարժումների ճշգրտության) մշակում:
- Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի, անձնական հիգիենայի, կոփման կանոնների, օլիմպիական շարժման, ինքնավերահսկողության վերաբերյալ գիտելիքների ձեռք բերում:
- Ֆիզիկական կուլտուրայից ստացած գիտելիքները և շարժողական փորձը տարբեր պայմաններում կիրառելու հմտություն:
- Սովորողների մեջ բարոյական բարձր հատկությունների՝ պատասխանատվություն, հաստատակամություն, ընկերասիրություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականություն և այլ հատկանիշների դաստիարակում:
- Առողջ ապրելակերպի կանոնների պահպանումը և վնասակար սովորություններից խուսափելը:
- Ֆիզիկական վարժություններով պարբերաբար պարապելու պահանջմունքի դաստիարակում:
- սեփական ֆիզիկական հնարավորությունները ճիշտ գնահատելու ինքնավստա-

հույսան,ինքնագնահատման,ինքնահաստատման,ինքնատիրապետման, տոկունության կարողություններ և հմտություններ:

- նպաստել սովորողների մասնագիտական կողմնորոշմանը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում:

Ուսումնական գործընթացի հաջող իրականացման համար, դասավանդողին անհրաժեշտ է տարբեր մեթոդների իմացություն: Բացի մեթոդների իմացությունից, չափազանց կարևոր է ուսուցման գործընթացում մեթոդների ճիշտ ընտրության և կիրառության կարողությունը: Մեթոդների ընտրության և կիրառության կարողությունն իր հերթին պայմանավորված է մի շարք գործոններով.

-սովորողը պետք է հստակ իմանա՝ ինչ է անում և ինչու,
-սովորողը պետք է մշտապես տեղյակ լինի՝ ինչ է իրենից ակնկալվում,
- սովորողը պետք է վստահ լինի, որ դասավանդողը աջակցելու և օգնելու է, -
դասավանդողը պետք է կարողանա համադրել բազմազան մեթոդները նույնքան բազմազան արդյունքների հետ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասավանդման ժամանակակից մեթոդների հիմքում ընկած է սովորողի ինքնուրույն ուսումնական գործունեությունը, գիտելիքի ձեռքբերման գործընթացում նրա անմիջական, ակտիվ մասնակցությունը: Այս մեթոդները, որոնք ապահովում են ակտիվ միջավայր, ընդունված է անվանել փոխներգործուն մեթոդներ:

Դրանց առանձնահատկություններն են.

- սովորողն ուսումնական նյութը յուրացնում է ինչ-որ բան կատարելով, մասնակցելով որոշակի գործընթացի,

- սովորողն ապավինում է ոչ միայն իր հիշողությանը, որքան ինքնուրույն, ստեղծագործական մտածողությանը,

- սովորողի համար հնարավորություն է ստեղծվում ինչպես անհատական, այնպես էլ խմբային աշխատանքի համար,

- սովորողը ձեռք է բերում համագործակցային կարողություններ, սոցիալական փոխազդեցության,հաղորդակցական կարողություններ,

- սովորողը նյութի յուրացման ընթացքում հնարավորություն է ստանում ի մի բերել, ամփոփել, ակտիվացնել ու կիրառել սովորածը,

- ստեղծվում է ինքնակրթության միջավայր:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցման ընթացքում չափազանց կարևոր է, որպեսզի ուսուցիչը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մշտապես հաշվի առնի դպրոցականների մարզական նախընտրությունները, նրանց կրթական կարիքները և չսահմանափակվի ծրագրում նշված մարզաձևերով: Այդ դեպքում ուսուցիչը հնարավորություն ունի մարզման ձևն ու ժամաբաշխումն իրականացնել ըստ անհրաժեշտության՝ ապահովվելով վերջնարդյունքները: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում նկատված երեխաների կրթական կարիքները հաշվի առնելու մեթոդաբանական հիմքերն են՝ մարզական ուղղվածության (սպորտայնացված) ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման ձևերը, որոնք ապահովում են յուրաքանչյուր դպրոցականի համար մարզական կուլտուրայի յուրացումը համապատասխան երեխայի հնարավորությունների, կարողությունների և անձնային կողմնորոշման, սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության շրջանակում պարտադիր է մարզական տեխնոլոգիաների և առողջարարական մարզումների կազմակերպումը, դպրոցական ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի սպորտայնացման գործընթացում տեղի է ունենում սովորողների խմբավորումն ուսումնամարզական խմբերում՝ միևնույն հետաքրքրություններով, պահանջումներով, հավակնություններով, ֆիզիկական պատրաստականությամբ, տիպաբանական առանձնահատկություններով և կենսաբանական հասունության աստիճանով, դպրոցահասակ երեխաներին այդ թվում ուսումնամարզական պարապմունքներում ընդգրկվելու համար արդյունավետ նախադրյալներ է ստեղծում, ինչը մեծ հնարավորություն է ընձեռում մարզական կողմնորոշման ու ընտրության համար, նպատակաուղղված է մարզական պարապմունքների հանդեպ դրդապատճառների և հետաքրքրության ձևավորմանը:

Ուսումնասիրությունները ցույց են տալիս, որ դպրոցներում երեխաների շարժողական ակտիվությունը անմիջապես կապված է «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայական ուսումնական ծրագրերով նախատեսված բովանդակային նյութի տիրապետումից, ֆիզիկական դաստիարակության արտադասարանական աշխատանքների կազմակերպումից: Այն ուղղված է սովորողների բազմակողմանի, ֆիզիկական զարգացմանը, առողջության ամրապնդմանը, նպաստում է անձի համակողմանի և ներդաշնակ ձևավորմանը, աշակերտների կրթական կարիքների բացահայտմանը, դպրոցի ընդհանուր ուսումնադաստիարակչական աշխատանքների իրականացմանը: Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցման պրոցեսում կիրառվում են դասի կազմակերպման բոլոր հայտնի մեթոդները՝

1.Ֆրոնտալ

2.Խմբային

3.Խաղային

4.Չրջանաձև

Այս կամ այն մեթոդի ընտրությունը մեծամասամբ կախված է դասի նպատակներից և ուսուցման փուլից: Այսպես՝ կարճ տարածության վազքի տեխնիկայի ուսուցման նախնական փուլում նպատակահարմար է **Ֆրոնտալ** մեթոդի կիրառումը: Նախ և առաջ ստուգվում է մեկնարկի ժամանակ ձեռքերի և ոտքերի ճիշտ դիրքը:

Խմբային մեթոդը կիրառվում է ուսուցման հետագա փուլերում այն բանից հետո, երբ աշակերտներն արդեն յուրացրել են տեխնիկայի հիմնական տարրերը և անցել են վերջինիս կատարելագործմանը: Խմբային մեթոդն առավել հաճախ կիրառվում է սպորտային խաղերի (օրինակ՝ բասկետբոլ, վոլեյբոլ), մարմնամարզության ժամանակ: Դասարանը սովորաբար բաժանվում է մի քանի խմբի՝ 3-5 աշակերտ յուրաքանչյուր խմբում, և կատարելագործվում է տեխնիկական հնարների կատարումը: Սպորտային խաղերի ուսուցման ժամանակ մի խումբը կատարելագործում է գնդակի փոխանցման և ընդունման տեխնիկան, մյուս խումբը՝ վարումից հետո նետումները, երրորդ խումբը՝ գնդակի նետումները տեղից և այլն:

Շրջանաձև մեթոդի կիրառման ժամանակ աշակերտները բաժանվ Շրջանաձևում են խմբերի, բայց այդ ժամանակ սովորողներն աշխատում են միաժամանակ և յուրաքանչյուրն իր շրջանում: Նման աշխատանքի արդյունքում պահպանվում է դասաժամի խտության առավելագույն աստիճանը, միաժամանակ մեկ դասաժամի ընթացքում կատարելագործվում են հիմնական շարժողական (ֆիզիկական) որակները: Այս մեթոդը կարելի է կիրառել սահմանափակ տարածության մեջ, և այն քիչ ժամանակ է պահանջում: Բավական է մարզադահլիճի կեսը, որպեսզի 15-20 թույն ամբողջ դասարանը զբաղված լինի: Որպես կանոն, մեկ դասաժամի ընթացքում աշակերտը հասցնում է անցնել 5-7 շրջանով (հանգստի համար նախատեսված 1 թույն ընդմիջումով):

Ֆիզկուլտուրայի դասերին ուսուցման կարևորագույն մեթոդներից մեկը համարվում է **խաղային** մեթոդը: Միայն խաղի միջոցով կարելի է պահպանել աշակերտների կայուն հետաքրքրվածությունը ֆիզկուլտուրայի դասերի հանդեպ: Նպատակահարմար է ֆիզկուլտուրայի դասաժամի հիմնական մասի երկրորդ հատվածում անցկացնել շարժախաղեր կամ սպորտային խաղեր՝ ելնելով տվյալ դասի խնդիրներից: Դա օգնում է դասն անցկացնել բարձր հուզական մթնոլորտում և ստանալ առավելագույն դրական

արդյունք:

3.Փորձարարական դաս

3.1.Խմբի նկարագիր

Ես իմ հետազոտական աշխատանքը անցկացրել եմ Գեղարքունիքի մարզի Վարդենիկի հիմնական դպրոցի 5-րդ դասարանում: Այս դասարանում սովորում են 22 աշակերտ՝ 11 աղջիկ և 11 տղա: Դասարանն ունի բավականին լավ ֆիզիկական պատրաստվածություն, գրեթե բոլորը ակտիվ են, պասիվ են ընդամենը 3 աշակերտ: Նրանց հետ փորձում եմ հնարավորինս ավելի շատ աշխատել, բացահայտել նրանց կրթական կարիքները, որպեսզի ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակով հավասարվեն իրենց դասընկերներին: Անցկացվել են 2 հետազոտական դասեր, որոնց ընթացքում փորձարկվել է խմբային մեթոդը, պարզաբանելու համար, թե որքան նպատակային կլինի այդ մեթոդը բասկետբոլի դասի արդյունավետությունը բարձրացնելու համար, այնպես էլ բարձրացնել սովորողների ֆիզիկական պատրաստվածությունը:

Դասերի պլաններում դրված էին հետևյալ նպատակներն ու խնդիրները՝

1. Հարվածներ անշարժ և գլորվող գնդակներին ոտնաթաթի ներսի և դրսի մասով և ոտնաթմբով, կրունկով,
2. Հարվածներ գնդակին գլխով՝ ճակատով, տեղից, ցատկով, թափավազքով
3. Կասեցումներ՝ ոտքով. ներբանով, ոտնաթաթի ներսի և դրսի մասով, ոտնաթմբով, ազդրով, իրանով, կրծքով, որոտվայնով
4. Դարպասապահի խաղը՝ գնդակի որսում, հետ մղում, շեղում, նետումներ ձեռքով, տեղից և շարժման ընթացքում
5. Աշակերտների կրթական կարիքների բացահայտումը

Աշակերտները սովորեցին ֆուտբոլ խաղի կանոնները, կիրառեցին իրենց խաղի ընթացքում:

3.2.Փորձարարական դաս-1

I դասաժամի դասի խնդիրներն էին`

1.Տեխնիկայի յուրացված տարրերով համակցումներ` վարում – հարվածներ, գնդակի ընդունում, գնդակի կասեցում, հարվածներ դարպասին

2. Դիրքային հարձակում առանց փոփոխելու խաղացողների դասավորությունը

Սովորողները բաժանեցին երկու թիմի: Առաջին թիմը խաղում էր հարձակատղական, իսկ երկրորդ թիմը պաշտպանողական տեխնիկայով: Ֆուտբոլի ուսուցման ամբողջ ընթացքում կատարվում էր սխալների ուղղում և ճիշտ ցուցադրում:

Դասի հիմնական մասի երկրորդ հատվածում` ըստ դասի պլանի, աշակերտները սովորեցին հարվածներ անշարժ և գլորվող գնդակներին ոտնաթաթի ներսի և դրսի մասով և ոտնաթմբով,կրունկով, դիրքային հարձակում առանց փոփոխելու խաղացողների դասավորությունը Փոխանցումներն ամրապնդվեցին խաղով: Խաղը հաղորդվեց պարզեցված կանոններով, ուշադրություն դարձվեց փոխանցումների ճիշտ կատարմանը:

3.2.1- Փորձարարական դաս-2

II դասաժամի դասի խնդիրներն էին.

1. Գնդակի խլում մրցակցից ոտնաթաթը գնդակի վրա դնելով և ուս-ուսի հրելով
2. Հարվածներ գնդակին առաջարկվող եղանակներով` ըստ ճշտության
3. Ամրապնդել ֆուտբոլի հնարքներն ու գնդակի համակցումները:

1. Գնդակի խլում մրցակցից ոտնաթաթը գնդակի վրա դնելով և ուս-ուսի հրելով

ա) Գնդակի նետում կողագծից, տեղից, քայլքով, թափավազքով:

բ) Հարված դարպասին

3. Նպաստել ֆիզիկական բարձր պատրաստվածությանը.

Այնուհետև դասարանը բաժանվեց 2 խմբի և անցկացվեց խաղային դաս խմբային մեթոդով, դասի նպատակն էր՝ ամրապնդել ֆուտբոլի հնարքները անցկացնել խաղ պարզեցված կանոններով:

Ամբողջ

դասարանը

ներգրավվեց

դասապրոցեսին:

4. Եզրակացություն

Աշակերտների ներգրավվածությունը ապահովելու համար՝ անցկացրեցի երկու փորձարարական դասեր:

Հետազոտությունը ցույց տվեց, որ ոչ բավարար ֆիզիկական պատրաստվածությամբ և պասիվ աշակերտներին դասապրոցեսում ներգրավելու լավագույն միջոցը անհատական խաղային մեթոդն է:

Սովորողների գործունեությունը գնահատելիս հաշվի առա ոչ միայն երեխայի գիտելիքների, հմտությունների և կարողությունների յուրացման մակարդակը, այլև նրա կրթական կարիքները:

Համոզվեցի, որ խաղային մեթոդը հեշտացնում է ուսուցման գործընթացը, աշակերտը հասնում է նպատակին: Խաղային մեթոդի կիրառումը, այլ մեթոդների առատությունը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերն ավելի բազմազան են դառնում, իսկ ուսուցման գործընթացը՝ ավելի հետաքրքիր, և նպաստում են աշակերտների կրթական կարիքների բացահայտմանը:

Կարող եմ համարել, որ հետազոտական նպատակներով կիրառված մեթոդը աշխատեց, ամկա էին որոշակի թերություններ, որոնք շտկելի են սովորողների հետ համատեղ աշխատանքի արդյունքում:

5. Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Հ. Մինասյան, Գ. Ամիրբեկյան Ֆիզիզկական կուլտուրայի դասավանդումը ՄՄՈւՀ-ներում, Մեթոդական ձեռնարկ
2. Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիզկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագիր (1-9-րդ դասարաններ), Եր. 2012
3. Հանրակրթական դպրոցի Ֆիզիզկական կուլտուրա ուսումնական առարկայի ծրագիր (1-12-րդ դասարաններ), Եր. 2020
4. Евсеев Ю. И., «Физическая культура», Ростов, 2003г
5. Сборник инструктивно-методических материалов по физическому воспитанию, «Пособие для учителя» / Сост. В. П. Богословский , М. 1984г
6. Иванков Ч. Т., «Методические основы теории физической культуры и спорта», М. 2005г.
7. [http:// nsportal.ru / shkola / fizkultura-i-sport/](http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/).

6. Հավելված

Դասի պլան 1

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Ֆուտբոլի ուսուցում
 ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ֆիզկուլտուրա
 ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 5-ԲԴ
 ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅՐԸ՝ մարզադահլիճ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ՝ 1.Տեխնիկայի յուրացված տարրերով համակցումներ՝ վարում – հարվածներ, գնդակի ընդունում, գնդակի կասեցում, հարվածներ դարպասին

2. Դիրքային հարձակում առանց փոփոխելու խաղացողների դասավորությունը
 ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝ սուլիչ, ֆուտբոլի գնդակ
 ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տևողությունը	Դասի բովանդակությունը	Չափավորում	Մեթոդական և կազմակերպչական ցուցումներ
I 10՝	Շարուն հաշվարկ, զեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, , դարձումներ, քայլք, դանդաղ վազք, քայլք ոտնաթաթերի և կրունկներիվրա, քայլք ծնկները վեր բարձրացնելով, կքանիստերով քայլք, շարափոխում եռայուն շարքի: Կատարել ընդհանուր զարգացնող	45՝ 6՝ 6-8վարժ.	Հետևել շարքին, ուշադրություն դարձնել ճիշտ կեցվածքին: Վարժությունների կատարման ժամանակ սխալները Շարափոխումը ճիշտ

	<p>վարժությունների համալիր:</p> <p>Շարահոխվել եռասյունից միասյուն, հետո զույգեր կազմել:</p>	4-6x	կատարել
--	---	------	---------

<p>II 30´</p>	<p>1. Գնդակի ճիշտ փոխանցում</p> <p>ա) 10 աշակերտ կկատարի բ) 11 աշակերտ կկատարեն զույգերով գ) վարժությունների փոխանակում</p> <p>2. Գնդակի փոխանցում խափսի միջոցով ա) գնդակի փոխանցում բ) հարված դարպասին</p> <p>3. Փոխանցումները ամրապնդել խաղով</p>	<p>5´ 5´ 2x 10´ 2x 2x 7´</p>	<p>Մի կիսադաշտում խաղում են մի խմբի անդամները, մյուս կիսադաշտում՝ մյուս խմբի անդամները: Սուլիչի ծայրով փոխում են վարժությունը: Ամբողջ ընթացքում կատարվում է վարժության սխալների ուղղում և ճիշտ ձևի ցուցադրում: Խաղը տալ պարզեցված կանոններով, ուշադրություն դարձնել փոխանցումների ճիշտ կատարմանը:</p>
-------------------	---	--	---

<p>III 5'</p>	<p>Շարք, քայլք, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և թուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:</p>		<p>Ուշադրություն դարձնել ճիշտ շնչառության կատարմանը:</p>
-------------------	--	--	--

Դասի պլան 2

ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ՝ Խաղային դաս խմբային մեթոդով:

Անցկացնել վարժությունների համալիր:

ԱՌԱՐԿԱՆ՝ Ֆիզկուլտուրա

ԴԱՍԱՐԱՆ՝ 5-ՐԴ

ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՎԱՅՐԸ՝ մարզադահլիճ

ԴԱՍԻ ԽՆԴԻՐԸ՝ 1. Գնդակի խլում մրցակցից ոտնաթաթը գնդակի վրա դնելով և ուսուսի հրելով:

2. Հարվածներ գնդակին առաջարկվող եղանակներով՝ ըստ ճշտության:

3. Ամրապնդել ֆուտբոլի հնարքներն ու գնդակի համակցումներ:

ԱՆՀՐԱԺԵՇՏ ԳՈՒՅՔԸ՝ սուլիչ, ֆուտբոլի գնդակ

ԴԱՍԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ՝ 45 րոպե

Դասի մասերը և տևողությունը	Դասի բովանդակությունը	Չափավորում	Մեթոդական և կազմակերպական ցուցումներ
I 10՝	Շարուն հաշվարկ, գեկույց, դասի խնդրի հաղորդում, դարձումներ, քայլք, դանդաղ վազք, քայլք ոտնաթաթերի և կրունկների վրա, քայլք ծնկները վեր բարձրացնելով, կքանիստերով քայլք, շարափոխում եռայուն շարքի: Կատարել ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիր:	45՝ 6՝ 6-8վարժ. 7X7	Հետևել շարքին, ուշադրություն դարձնել ճիշտ կեցվածքին: Վարժությունների կատարման ժամանակ ուղղել սխալները Շարափոխումը ճիշտ կատարել
	Շարափոխվել եռայունից միայուն, հետո զույգեր կազմել:		

<p>II 30´</p>	<p>1.Երկկողմանի խաղ ա)I թիմ բ) II թիմ</p>	<p>22 11´ 11´</p>	<p>Մասնակիցներին բաժանել երկու թիմի: Խաղում են Հաղթելու համար տրվում է երեք միավոր</p>
<p>III 5´</p>	<p>Շարք, քայլք, շնչառական վարժություն, հանգստացնող և թուլացնող վարժություններ: Դասի ամփոփում, գնահատում:</p>		<p>Ուշադրություն դարձնել ճիշտ շնչառության կատարմանը:</p>