

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ  
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ  
«ՇԻՐԱԿԻ Մ. ՆԱԼԲԱՆԴՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ»  
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Առարկա՝ Ֆիզիկական կուլտուրա

Թեմա՝ «Միջառարկայական դասերի կազմակերպումը և անցկացումը  
«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասավանդման ընթացքում »

Կատարող՝ \_\_\_\_\_ Յայլոյան Վաղարշակ  
/ազգանուն անուն, /

Ղեկավար՝ \_\_\_\_\_ Սիմոնյան Ասյա մ.գ.թ.  
/ազգանուն անուն, գիտական աստիճան, կոչում/

## ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	3
1. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԿԱՊԸ ԱՅԼ ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԵՏ.....	4
2. ՄԻԶԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ԿԱՊԵՐԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ .....	11
3. ԻՆՏԵԳՐՎԱԾ ԴԱՍԵՐԻ ԱՆՅԿԱՅՈՒՄԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ.....	15
ԵԶՐԱԿԱՅՈՒԹՅՈՒՆ.....	18
ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....	19

## ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Արդիականությունը: Գիտությունների և արտադրության ինտեգրացման մեր ժամանակներում առաջնակարգ նշանակություն է ստանում գիտությունների համագործակցությունը՝ միջգիտական կապերը: Քանի որ ուսումնական առարկաները ուսուցանում են գիտությունների հիմունքները, ուստի հրատապ է դառնում նաև ուսուցման գործընթացում միջառարկայական կապերի իրականացումը:

Տարբեր հանրակրթական առարկաների ուսուցման ժամանակ միջառարկայական կապերի իրագործումը նպաստում է գիտելիքների խոր և բազմակողմանի յուրացմանը, գիտական հասկացությունների և օրենքների ձևավորմանը, ուսումնադաստիարակչական գործընթացի կատարելագործմանը և նրա օպտիմալ կազմակերպմանը, գիտական աշխարհայացքի ձևավորմանը, նյութական աշխարհի ընդհանրացմանը, բնության և հասարակության մեջ երևույթները փոխկապվածության մեջ ընկալելուն: Բացի այդ, դրանք նպաստում են սովորողների գիտելիքների գիտական մակարդակի բարձրացմանը, զարգացնում են տրամաբանական մտածողությունը և ստեղծագործական ունակությունները: Միջառարկայական կապերի իրագործումը հնարավորություն է ստեղծում խնայելու ժամանակը, սովորողների ընդհանուր ուսումնական կարողությունների և հմտությունների ձևավորման համար ստեղծելու նպաստավոր պայմաններ:

Հետազոտական աշխատանքի նպատակն է ուսումնասիրել միջառարկայական դասերի ձևավորման միջոցները մեթոդական ուղիները «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասավանդման շրջանակներում:

Աշխատանքի խնդիրներեն են՝ ուսումնասիրել միջառարկայական կապերի նշանակությունը, ֆիզկուլտուրա առարկայի և այլ առարկաների ընդհանրությունների գիտական նախադրյալները:

# 1. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԿԱՊԸ ԱՅԼ ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԵՏ

Ֆիզիկական դաստիարակությունը որպես գիտական ճյուղ ներկայումս առանձնանում է ընդհանուր մանկավարժությունից և հանդիսանում է որպես առանձին գիտական առարկա, որը մշակում է դասական մանկավարժական գիտելիքի իրացման և զարգացման յուրահատուկ հարցերը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում:

Այս ոլորտում հետազոտությունների մակարդակը և որակը մշտապես աճում են շնորհիվ առողջ ապրելակերպի կազմակերպման, մտավոր, ֆիզիկական, բարոյականային ուսումնասիրակազմական գործընթացի բաղկացուցիչների կատարելագործմանը ուղղված համընդհանուր ուշադրության սևեռման:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը որպես մանկավարժության ճյուղերից մեկը ձևավորվել և զարգանում է բնական և հասարակական գիտությունների միակցմամբ: Գիտական բոլոր ճյուղերը, որոնք հանդիսանում են նրա հիմքն ու սկզբնաղբյուրը, կարող են բաժանվել 4-խմբի:

1. Ճյուղեր, որոնք ուսումնասիրում են բնության և հասարակության զարգացման ընդհանուր օրինաչափությունները - փիլիսոփայություն, պատմություն, էթիկա և այլն:
2. Ճյուղեր, որոնք ուսումնասիրում են ուսուցման, զարգացման և դաստիարակության օրինաչափությունները - հոգեբանություն, մանկավարժություն:
3. Ճյուղեր, որոնք ուսումնասիրում են մարդու ձևավորման ու զարգացման կենսաբանական օրինաչափությունները - կենսաբանություն, անատոմիա-գենետիկա, ֆիզիոլոգիա, կենսաքիմիա և այլն:
4. Ճյուղեր, որոնք առանձնացել են բնական և հասարակական մի շարք ճյուղերից, ձևավորվել են գիտության ինքնուրույն ճյուղերում և որպես ուսումնասիրման օբյեկտ են ընտրել միայն սպորտի պրոբլեմները, - ֆիզիկական դաստիարակության տեսությունն ու մեթոդիկան, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պատմություն, սպորտի հոգեբանություն և այլն:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի կարևորագույն խնդիրները և ուղղությունները ծագել են դեռ շատ վաղուց, առաջին հիշատակումները նկատվում են

դեռևս անտիկ փիլիսոփայության մեջ (Արիստոտել, Պլատոն): Մանկավարժության հարցերին մեծ ուշադրություն էր հատկացնում Պլատոնը, հատկանշական է, որ հիմնվելով իր փիլիսոփայա-մանկավարժական համակարգի վրա, նա հավասարակշռված, մանրակրկիտ մտածված և մի շարք դեպքերում մեր իրականության հետ սերտ առնչություն ունեցող ձևակերպումներում ապացուցում էր «սպորտային դաստիարակության» անհրաժեշտությունը, խոսելով մարմնամարզության և մարմնամարզական դաստիարակության մասին: Արիստոտելի և Պլատոնի մտքերը առանձնակի տարածում գտան Նոր Ժամանակներում: Այս գործընթացում որոշակի դերակատարում ունեցավ Ժան Ժակ Ռուսոն, սա պատահական չէր, քանի որ հենց Ռուսոն դարձավ մանկության մանկավարժության հիմնադիրը որպես գիտություն, ուղղելով այն դեպի երեխայի անձր: Ռուսոն առաջինն էր, որ Նոր Ժամանակի մանկավարժական տեսության մեջ առաջ բերեց և հիմնավորեց պարտադիր ֆիզիկական դաստիարակության անհրաժեշտության գաղափարը: Նրա շատ գաղափարներ ձեռքբերում են հանդիսանում ինչպես ընդհանուր այնպես էլ հատուկ ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի մանկավարժության համար:

Մեր օրերում զարգացնող ուսուցման սկզբունքը դիտարկվում է ոչ միայն ընդհանուր մանկավարժության այլ նաև որպես սպորտային մանկավարժության կարևորագույն բաղկացուցիչ: Այստեղ որպես ուսուցման շարժառիթ (մոտիվ) դիտարկվում է սովորողի մեջ ուրախության, իր աշխատանքին և սպորտային ուսումնական խմբին առնչության զգացողության արթնացումը, իր անձի կարևորության ինքնագիտակցման ձևավորումը և մշտական ինքնակատարելագործման հնարավորությունը:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը և ուսուցումը բազամամյա գործընթաց է, որտեղ կատարելագործվում են մտավոր և ֆիզիկական զարգացման հմտությունները: Այս գործընթացի բովանդակությունը ձևը ուսուցման տարբեր փուլերում փոփոխվում են կախված կյանքի և գործունեության պայմաններից, ուսուցման նպատակներից և խնդիրներից, յուրաքանչյուր սովորողի տարիքային փոփոխություններից:

Սպորտային մանկավարժության զարգացման համար մեծ նշանակություն ունի ընդհանուր մանկավարժությունը, նրա բաղակցուցիչ հանդիսացող մասնավոր մեթոդաբանական և մեթոդական հիմքերը:

Մանկավարժական գիտության հիմնական նպատակն է ուսուցման և դաստիարակության օբյեկտիվ օրինաչափությունների բացահայտումը և դրանց ուղղորդված և գիտակցված կիրառումը պրակտիկայում:

Այդ օրինաչափություններին են դասվում.

- **ուսուցման նպատակի և բովանդակության համապատասխանումը հասարակական հարաբերությունների զարգացվածության մակարդակին,**
- **ուսուցման և դասավանդման գործընթացների համապատասխանությունը:** Դասավանդումը պետք է համապատասխանի ուսուցման նպատակին և բովանդակությանը հաշվի առնելով սովորողների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունները, նրանց պատրաստվածության և ուսուցման նյութի յուրացման մակարդակը:
- **ուսուցման դաստիարակչական բնույթը:** Այսպիսի օրինաչափությունը ներկայացվում է որպես դաստիարակող ուսուցման օրենք, որը նշանակում է, որ չկա և չի կարող լինել ուսուցում առանց դաստիարակության, սա երկկողմանի գործընթաց է: Գաղտնիք չէ, որ ուսուցման ընթացքում ձեռք բերված գիտելիքը և փորձը ուղղակիորեն ազդում են մարդու անհատական որակների, նրա վարքագծի իր և շրջական միջավայրի նկատմամբ վերաբերմունքի ձևավորման վրա:

Ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը հանդիսանում են մարդու վրա դաստիարակող ազդեցություն ունեցող կարևորագույն լծակը, որը առանձնակի բարձր պահանջներ է դնում այս մանկավարժական ուղղության գիտական գիտելիքի նկատմամբ:

Ընդհանուր մանկավարժության օրինաչափությունները վերաբերվում են նաև ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասանվոր և հատուկ մանկավարժությանը, որի հիման վրա կարող են որոշվել ընդհանուր մանկավարժության և սպորտային մանկավարժության ֆունկցիաների ընդհանուր հիմքերը:

Որպես կիրառական գիտություն, ֆիզիկական դաստիարակության տեսության և մեթոդիկան, ինչպես նաև սպորտի սպորտային մանկավարժությունը տարբեր տեսակների հետ կոչված են մարդկանց զինելու գիտելիքներով, որոնք անհրաժեշտ են սպորտային և դաստիարակչական խնդիրներ լուծելիս:

Ֆիզիկական դաստիարակության և այլ գիտությունների կապը երկկողմանի է: Մի կողմից սպորտային մանկավարժությունը, մյուս կողմից այլ գիտությունների տվյալները որպես հիմք են օգտագործվում սպորտային մանկավարժության սկզբունքներն ու կանոնները որոշելու, որոնք անհրաժեշտ են սպորտային պարապմունքների կատարելագործման համար:

Ֆիզիկական դաստիարակության առարկայի առջև դրված է երկու հիմնական խնդիրներ:

1. Բացահայտել սպորտային մանկավարժության օրինաչափությունները, շարադրել պայմաններն ու կանոնները, սպորտի մանկավարժներին զինել գիտելիքներով, որպեսզի կարողանան լուծել այն խնդիրները, որոնք առաջանում են մարզման ընթացքում: Ֆիզիկական դաստիարակության առարկան պատասխանում է այն հարցերին, թե ինչպես տիրապետել սպորտային տեխնիկային և տակտիկային, ինչպես ապահովել ֆիզիկական պատրաստականությունն ու լուծել դաստիարակչական խնդիրներ, ինչպես կառուցել և անցկացնել պարապմունքները, որպեսզի հասնել առավել դրական արդյունքների՝ անհատների ձևավորման, առողջության ամրապնդման, ֆիզիկական զարգացման բարելավման, շարժողական ունակությունների կատարելագործման գործում բարձր սպորտային արդյունքների հասնելու համար:
2. Մրա նպատակն է որոշել ֆիզիկական կուլտուրայի բովանդակությունը և հասնել նրա հաստատմանը՝ որպես որակապես ինքնուրույն ուսումնամեթոդական առարկա, այս խնդիրն իր էությամբ օրգանապես կապված է առաջինի հետ:

Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի դասերին միջառարկայական կապերի ստեճումը պայամանավորված է առարկայի զարգացման հայեցակարգով և կենսագործունեության տարբեր ոլորտների հետ սերտ համագործակցությամբ: Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին նպատակահարմար է հենվել ներառարկայական և միջառարկայական կապերի վրա:

Ներառարկայական կապերը հիմնվում են ուսուցման նյութի բովանդակությամբ պայմանավորված տեսական և գործնական գիտելիքների կապակցման ուսուցչի հմտությունների հետ:

Միջառարկայական դասերի անցկացման նպատակն է խթանել երեխաների ակտիվ հետաքրքրվածությունը և կարևորել ֆիզիկական վարժությունների դերը և նշանակությունը նրանց առօրյա կյանքում: Միջառարկայական կապերի համալիր օգտագործումը բավարար ներգործություն է ունենում դպրոցականների գիտելիքների և համոզմունքների ձևավորման վրա, նպաստում է գիտելիքների համակարգմանը, ընդլայնմանը և կայունացմանը, նրանց ճանաչողական հետաքրքրությունների զարգացմանը, մտավոր գործունեության ակտիվացմանը, ապահովում է տարբեր առարկաներից ձեռք բերված գիտելիքների նպատակասլաց կիրառումն ու ամրապնդումը:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին հնարավորություններ կան օգտագործելու կենսաբանության (նյութափոխանակություն, սիրտանոթային և շնչառական համակարգեր, ֆիզիկական վարժությունների ներգործությունը մարդու օրգանիզմի վրա և այլն), հայոց լեզվի (մարզագույքի, կահավորանքի և վարժությունների ճիշտ տերմինաբանություն և այլն), մաթեմատիկայի (վազքի հեռավորություն ու արագություն, տևողություն և այլն), ֆիզիկա (լողում ջրի դիմադրության հաղթահարում, դահուկասահքերում ձյան և դահուկի շփում, գնդի հրման անկյուն և այլն), պատմության (օլիմպիական խաղեր, ֆիզիկական դաստիարակության ակունքներ և այլն) ուսումնական նյութ:

Տարրական դասարաններում մեծ է կերպարվեստի (շարժումների դիրքերի գեղեցկության գնահատում, արվեստի գործեր, որտեղ շեշտադրվում է մարդու ֆիզիկական կատարելությունը), երգ-երաժշտության (վարժությունների կատարում երաժշտության նվագակցությամբ, պարային վարժություններ, երաժշտության հետ փոխկապակցված մարզաձևերի հետ ծանոթացում) և ֆիզիկական դաստիարակության փոխկապի դերը:

Միջառարկայական կապերը նպաստում են աշակերտների կողմից շարժողական կարողությունները և հմտությունները ավելի գիտակցված յուրացնելուն:



Մարդն ստեղծագործական որակներ ձեռք է բերում ներգրավվելով ստեղծագործական գործընթացներում: Ֆիզիկական կուլտուրան նույնպես հանդիսանում է ստեղծագործական ոլորտ:

Ֆիզկուլտուր առարկայի նոր չափորոշիչը (2023թ.) թեմատիկ պլանավորման հետ մեկտեղ նախատեսում է միջառարկայական կապերի ստեղծումը, որը առավելապես ամփոփվում է **ընդհանրական խաչվող հասկացություններ բաժնում:**

Դրանք առանցքային գաղափարներ են, որոնք ընդհանրական են տարբեր գիտությունների համար և օգնում են սովորողներին միավորելու տարբեր առարկաներից ձեռք բերած գիտելիքները աշխարհի մասին մեկ ամբողջական պատկերացման շրջանակներում: Դրանք պետք է մեծ ուշադրության արժանանան դպրոցի բոլոր աստիճաններում, բոլոր առարկաների, այդ թվում՝ «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ուսուցման ժամանակ:

Առանձնացվում են 6 այդպիսի առանցքային գաղափարներ:

- ✓ Օրինաչափություններ
- ✓ Համակարգեր և մոդելներ
- ✓ Անհատներ և հարաբերություններ
- ✓ Կողմնորոշում ժամանակի և տարածության մեջ
- ✓ Անհատական և միջանձնային արտահայտում
- ✓ Արդարություն և զարգացում

**1.Օրինաչափություններ:** Դրանք հանդիպում են ամենուր, կանոնավոր կառուցվածքներում, կրկնվող պատահարներում և հարաբերություններում, օրինակ, քայլքի, վազքի կառուցվածքում, շարժումների հերթագայության մեջ: Համապատասխան մոդելները առաջին քայլն են հանդիսանում պատասխանելու այն հարցին, թե ինչպես են առաջանում դրանք: Օրինաչափությունների ճանաչողության առաջին քայլերից մեկը դասակարգումն է, որն իրականացվում է նմանությունների ու տարբերությունների բացահայտման արդյունքում: Ֆիզիկական վարժությունները կարող են դասակարգվել տեսանելի հատկանիշների կամ նմանատիպ գործառույթների հիման վրա: Դասակարգումը թույլ է տալիս շարժումների և ֆիզիկական վարժությունների ահռելի բազմազանությունը համակարգել սահմանափակ թվով խմբերում:

**2. Համակարգեր և մոդելներ:** Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից և ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար այն ուսումնասիրում են մաս առ մաս: Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից, խաղերից, մարզաձևերից: Համակարգն ունի սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ:

**3. Անհատներ և հարաբերություններ:** Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական գործունեության մեջ դրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական, հոգևոր առողջությունը, մարդկային փոխհարաբերությունները, ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, համայնքում, ինչպես նաև մշակութային ընդհանրությունները և տարբերությունները: Մարդու նկարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:

**4. Կողմնորոշում ժամանակի և տարածության մեջ:** Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական ոլորտի տարբեր մարդկանց պատմությունները, ինչպես նաև ֆիզիկական վարժություններով մարզումների դերը տարբեր ժամանակների նշանավոր մարդկանց կյանքում:

**5. Անհատական և ստեղծարար արտահայտում:** Սովորողները ուսումնասիրում են այն ուղիները, որոնցով բացահայտում են իրենց ֆիզիկական հնարավորությունները և արտահայտում են գաղափարներ, համոզմունքներ, արժեքներ, զգացումներ, բնության երևույթներ, մշակույթի դրսևորումներ, արժևորում ենք գեղագիտությանը և ստեղծարարությունը ֆիզիկական դաստիարակությունում և սպորտում:

**6. Արդարություն և զարգացում:** Սովորողները ուսումնասիրում են մարզվող մարդու /մարզիկի/ իրավունքները և պարտականությունները, մարզական կազմակերպությունների և անհատ-համայնք-հասարակություն հարաբերությունները, ռեսուրսների տեղաբաշխումը, հավասար հնարավորությունները, հակամարտության և խաղաղության բանաձևերը /մարզաձևերի կանոններն և մրցման օրենքները:

## 2. ՄԻՋԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ԿԱՊԵՐԻ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Հանրակրթական դպրոցի պահանջներին համապատասխան՝ այսօր մեծանում է տարբեր առարկաների միջև կապերի բացահայտման դերն ու նշանակությունը: Այն ճիշտ և խելացի կազմակերպելու դեպքում կհարստանան և կընդլայնվեն սովորողների գիտելիքները: Ժամանակակից գիտության բոլոր ճյուղերը սերտորեն կապված են, և դա պետք է արտահայտվի նաև դասավանդման ընթացքում:

Դպրոցի առջև դրված կարևոր խնդիրներից մեկը սովորողների ընդհանուր ուսումնական կարողությունների ու հմտությունների զարգացումն է, որում մեծ ներդրում կարող է ունենալ ֆիզիկուլտուրայի ուսուցիչը: Ընդհանուր ուսումնական կարողություններից են պլանի, ուսումնական նյութի կազմումը, աշխատանքը սկզբնաղբյուրի հետ (դասագրքից, տեղեկագրքերից, տարբեր աղբյուրներից օգտվելը), որոնք կարևոր են ոչ միայն դպրոցում լավ սովորելու համար, այլև հետագա կյանքում գիտելիքների ձեռքբերման, դրանք կենցաղում, անձանոթ իրավիճակներում կիրառելու համար: Այսինքն, աշակերտի ձեռք բերած գիտելիքները պետք է ծառայեն ոչ միայն գիտելիքների յուրացմանը, այլ կյանքի ծանոթ և անձանոթ իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվելուն: Դրա համար ցանկացած ուսուցիչ պետք է իմանա սովորողին ներկայացվող ընդհանրական պահանջների համակարգը ըստ Հանրակրթության պետական չափորոշչի:

Միջառարկայական կապերի պահպանումը ժամանակակից դպրոցում ուսուցման կարևորագույն սկզբունքներից մեկն է: Այն ապահովում է բնագիտական և հումանիտար առարկաների փոխադարձ կապը, և դրանց կապը կյանքի հետ: Ֆիզիկուլտուրայի ուսուցիչը, այլ առարկաների ուսուցիչների հետ համագործակցելով, միջառարկայական կապերի միջոցով իրականացնում է ուսումնադաստիարակչական խնդիրների ամբողջական լուծում: Ուսուցիչները դժվարություններ են ունենում միջառարկայական կապերը գործնականում կիրառելու ժամանակ: Հիմնական պատճառը կոնկրետ թեմաներում միջառարկայական կապերի իրագործմանն ուղղված բավարար մեթոդական նյութերի բացակայությունն է, ինչպես նաև ուսուցիչների՝ միասին աշխատելու, համագործակցելու թույլ կարողությունը: Սակայն ժամանակակից ուսուցիչը ֆիզիկուլտուրայից միջառարկայական կապեր

իրագործելիս պետք է կարողանա ստեղծագործական մոտեցում ցուցաբերել: Դրա համար նա պետք է տիրապետի ֆիզիկական դաստիարակության տեսական հարցերին և խելամիտ օգտագործի մեթոդական նյութերը, հաշվի առնելով առարկայական ծրագրերն ու չափորոշիչները, ինչպես նաև տեղեկատվական տեխնոլոգիաների ընձեռած հնարավորությունները՝ գտնելով առարկայի ուսուցման ժամանակ միջառարկայական կապերի իրագործման նոր ձևեր և ուղիներ:

Ուսուցման գործընթացում աշակերտների գործունեության և պահանջմունքների, նպատակների, հետաքրքրությունների համապատասխանությունից կախված, նյութը և մեթոդներն ընտրելիս անհրաժեշտ է մշտապես հաշվի առնել տվյալ դասարանը, նրա առանձին խմբերը կազմող աշակերտների հնարավորությունները, պահանջմունքները, շարժառիթները և հետաքրքրությունները:

Ուսումնական նյութի շարադրման կամ սովորողների հիշողության մեջ հենակետային գիտելիքների վերականգնման ժամանակ օգտագործվում են հարակից դասընթացներում սովորած փաստեր, հասկացություններ, օրենքներ: Միջառարկայական կապերի իրագործման հաջողությունն ապահովող կարևոր հանգամանք է նաև ուսուցչի՝ դասին մանրակրկիտ պատրաստվելը: Գործադրվող մեթոդները պետք է նպաստեն ինքնակրթության կարողությունների ձևավորմանը: Ուսումնական մեթոդների համակարգում պետք է հստակորեն արտացոլվի ուսուցչի և աշակերտների գործունեության փոխադարձ կապը: Պետք է օգտագործվեն ուսուցման մեթոդների ոչ միայն ուսուցողական, այլև զարգացնող և դաստիարակող ֆունկցիաները: Միջառարկայական կապերի իրագործման արդյունքում կազմավորվում է գիտելիքները մի ընդհանուր համակարգում ընդգրկելու, հիշողության մեջ ամբողջական կայուն գոյացություն ձևավորելու կարողություն:

Կարելի է առանձնացնել դասին միջառարկայական կապերի իրագործման ձևերից հետևյալները.

1. տնային հանձնարարություն այլ առարկաներից,
2. միջառարկայական բնույթի խնդիրների լուծում,
3. արտադասարանային պարապմունքների ժամանակ ֆիզկուլտուրայից և այլ առարկաներից միջառարկայական կապերի իրագործում (խմբակներ, վիկտորինաներ, ՈւՀԱ, թեմատիկ երեկոներ և այլ),

4. միջառարկայական բովանդակությամբ միջոցառումներ (կոնֆերանս, բանավեճ, համադպրոցական երեկո, օլիմպիադա և այլն), որոնք, որպես կանոն, կազմակերպում և անց է կացնում ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը այլ ուսուցիչների հետ միասին:

Դասի պլանավորման ընթացքում առաջարկվում է անհրաժեշտ տեղեկատվության հավաքման և համակարգման մի քանի կետ, որոնց նա պետք է ուշադրություն դարձնի.

1. որտեղ (ո՞ր դասարքում կամ կայքում) է անհրաժեշտ նյութը,
2. հարակից առարկայում ե՞րբ է ուսումնասիրվում տվյալ նյութը,
3. հարակից առարկայի նյութի համառոտ նկարագրությունը,
4. ի՞նչ մեթոդ կամ հնար է նպատակահարմար կիրառել հարակից առարկայի նյութին անդրադառնալիս,
5. հետագայում ո՞ր առարկայում կարող է օգտագործվել ֆիզկուլտուրայի տվյալ նյութը:

Դասին ուսուցչի բարձր մակարդակով նախապատրաստվելու ցուցանիշներից մեկը դասանյութի համակողմանի վերլուծությունն է, որի ժամանակ աշակերտներին տնային հանձնարարությունները տրվում են, պահանջելով՝ հենվելով մի առարկայից յուրացրած գիտելիքների վրա, բացատրել այն փաստերն ու երևույթները, որոնք ուսուցանվում են այլ դասընթացներում:

Միջառարկայական կապերով դասի գնահատման և վերլուծության համար առաջարկում ենք հետևյալ չափանիշները.

1. ուսումնադաստիարակչական խնդիրների ձևակերպման մեջ միջառարկայական կապի առկայության արտացոլում,
2. դասին կիրառվող բովանդակային-տեղեկատվական միջառարկայական կապերի տեսակները (այլ առարկաներից հետաքրքրող կոնկրետ փաստեր, հասկացություններ, օրենքներ, հարցեր),
3. միջառարկայական կապերի իրականացման մեթոդներ և հնարներ, դրանց համապատասխանությունը դասի ուսումնադաստիարակչական պահանջներին,
4. միջառարկայական կապերի իրագործման ժամանակ սովորողների ակտիվությունը, հետաքրքրություններն ու հաջողությունները,

5. Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի՝ այլ առարկաների ուսուցիչների հետ համագործակցության ձևերն ու մեթոդները:

Միջառարկայական բնույթի խնդիրների լուծումը հնարավորություն է տալիս հարակից առարկաներից ավելի վաղ ուսումնասիրած հասկացություններն ու օրենքները կիրառել սովյալ պահին ուսումնասիրվող ուսումնական առարկայի գիտելիքների համակարգում: Միջառարկայական բնույթի խնդիրների կազմումն ու լուծումը նպաստում են ճանաչողության գործընթացի ակտիվացմանը՝ խթանելով առարկայի նկատմամբ հետաքրքրության մեծացումը: Առավել մոտ լինելով իրականությանը և բնական իրավիճակներին՝ դրանք նպաստում են տարբերակների ավելի բազմակողմանի և խորքային ընկալմանը, զարգացնում են սովորողների՝ բնագիտական գիտելիքները գործնականում կիրառելու կարողություններն ու հմտությունները: Այդ խնդիրները ոչ միայն հետաքրքիր են, այլև բացահայտում են սովորողների ստեղծագործական ներուժը, զարգացնում պատկերավոր մտածողությանը և նպաստում են նրանց գիտական աշխարհայացքի ձևավորմանը:

Նշված առավելություններով հանդերձ, տարբեր առարկաների հատման սիրույթին վերաբերող միջառարկայական բնույթի խնդիրները դպրոցական խնդրագրքերում գրեթե բացակայում են, ուսուցիչները դրանց, որպես կանոն ուշադրություն չեն դարձնում, իսկ սովորողները դժվարանում են լուծել այդպիսի խնդիրներ: Պատճառն այն է, որ միջառարկայական բնույթի խնդիրների լուծումը պահանջում է անհրաժեշտ գիտելիքների իմացություն հիմնական և հարակից առարկաներից, ինչպես նաև լուծման յուրահաստուկ մեթոդների կիրառման կարողություններ և հմտությաններ:

Բնական է, որ ուսուցման որոշակի փուլում այդ գիտելիքները դեռևս կապված չեն միմյանց, ուստի դրանց համատեղ կիրառումն առաջացնում է որոշակի դժվարություններ: Մ. Ն. Սկատկինը գրում է. «Ջարմանալի բան է ստացվում, կան գիտելիքներ, բայց դրանք մեռած բեռի պես սովորողի գլխում են, և նա չի կարողանում հասկանալ, թե հենց ո՞ր գիտելիքները և ինչպե՞ս կիրառելով է հնարավոր լուծել սովյալ խնդիրը»:

### 3. ԻՆՏԵԳՐՎԱԾ ԴԱՍԵՐԻ ԱՆՑԿԱՑՈՒՄԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ

Միջառարկայական կապերի ստեղծմանը շատ է նպաստում նաև ինտեգրված դասերի անցկացումը: Մանկավարժական պրակտիկայում երբեմն նույնացնում են միջառարկայական կապերը իրականացնող և, այսպես կոչված, ինտեգրված դասերը: Այժմ էլ ինչպես բարձր դասարաններում, այնպես էլ արտադասարանական առարկայական խմբակների պարապմունքներում, կազմակերպվում են ինտեգրված դասեր՝ նվիրված կոնկրետ որևէ տարողունակ-համալիր ընտրովի թեմայի ուսումնասիրմանը: Օրինակ՝ «Բնությունը և մարդը», «Ես և շրջակա աշխարհը», «Քիմիան և ֆիզիկան մեր շրջապատում» և այլ թեմաների համալիր ուսումնասիրումը հնարավոր է միայն միջառարկայական կապեր իրականացնող ինտեգրված դասերին: Սակայն ֆիզիկայից, քիմիայից, կենսաբանությունից կամ այլ առարկաներից կազմակերպվող ինտեգրված դասերը պիտի տարբերել միջառարկայական կապերը իրականացնող սովորական դասերից, որտեղ ուսումնասիրվում են ոչ թե ընտրովի թեմաներ /ինչպես ինտեգրված դասերի ժամանակ է արվում/, այլ տվյալ առարկայի դպրոցական ծրագրային նյութերը:

Շատ թեմաներ կան, որոնց ուսումնասիրությունը պետք է ուղղակիորեն շաղկապված լինեն հարակից առարկաներից ձեռք բերված գիտելիքների հետ, դա վերաբերվում է ֆիզիկային և քիմիային, կենսաբանությանը և աշխարհագրությանը: Երբեմն ծրագրերի անհամապատասխանություն է ստեղծվում, որը բարդացնում է այդ աշխատանքը, բայց դա չի խանգարում, քանի որ եթե անգամ տվյալ նյութը մյուս առարկայից անցել են այլ դասարանում նրանց համար կլինի կրկնություն և գիտելիքի վերաարժևորում:

Ուսուցիչը պետք է կարևորի միջառարկայական կապերն ու նրա նշանակությունը հատակապես ֆիզկուլտուրայի ուսուցման գործընթացում: Այդ նպատակով էլ մասնագիտական ամբողջ գործունեության ընթացքում փորձել անհարաժեշտ է ստեղծել այդպիսի դասեր:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի թեմաների շրջանակներում հնարավոր միջառարկայական կապերը, միջառարկայական կապերի զարգացման հնարավորությունները ուսումնառության ընթացում:

- Ֆիզիկական վարժությունները բացօդյա տարածքում, օդի ջրի արևի ազդեցությունները,
- Ֆիզիկական վարժությունների ազդեցությունը օրգանիզմի վրա
- Ֆիզիկական կուլտուրան և օրվա ռեժիմը
- Ֆիզիկական կուլտուրա և շրջակա միջավայր,
- Ֆիզիկական կուլտուրա և մաթեմատիկա
- Ֆիզիկական կուլտուրա և պատմություն
- Ֆիզիկական կուլտուրա և կենսաբանություն
- Ֆիզիկական կուլտուրա և ֆիզիկա
- Ֆիզիկական կուլտուրա և քիմիա
- Ֆիզիկական կուլտուրա և արվեստ

Միջառարկայական դասի օրինակ ֆիզկուլտուրայի և ֆիզիկայի և մաթեմատիկայի ուսուցիչների համագործակցության արդյունքում<sup>1</sup>.

### Ֆիզիկա-մաթեմատիկա-ֆիզկուլտուրա

Մեխիկոյում և Մուրմանսկում հեռացատկ կատարող մարզիկի արդյունքը



Հեռացատկ կատարելիս մարզիկը Մեխիկոյում և Մուրմանսկում ցույց տվեց միևնույն արդյունքը: Կարելի<sup>2</sup> է արդյոք պնդել, որ այդ երկու տեղերում էլ մարզիկը գտնվում էր միևնույն մարզական վիճակում:

Ինչի<sup>3</sup> ց է կախված մարզիկի թռիչքի երկարությունը:

- Մարզիկի թռիչքի երկարությունը կախված է թռիչքի սկզբնական պահին նրա ծանրության կենտրոնի արագության մեծությունից ու ուղղությունից, տվյալ վայրի

<sup>1</sup>

<https://multiurok.ru/files/mijarharkayakan-kaperi-apahovman-kareworowt-yowonn.html?ysclid=l8c7hds2yh559265312>



ծանրության ուժի արագացումից, մարզիկի ոտքերի երկարությունից և թռիչքի ընթացքում մարմնի առանձին մասերի ճիշտ դիրքից, ինչպես նաև քամու արագությունից և ուղղությունից:

Հաշվողական խնդիրներում հեռացատկ կատարող մարզիկը սովորաբար ընդունվում է որպես նյութական կետ, և նրա թռիչքի երկարությունը որոշվում է հորիզոնի նկատմամբ անկյան տակ նետած մարմնի հորիզոնական ուղղությամբ կատարած տեղափոխության բանաձևով՝

$$S=V_0^2 \sin 2\alpha /g$$

որտեղ  $V_0$  -ն մարզիկի ծանրության կենտրոնի սկզբնական արագությունն է,  $\alpha$ -ն հորիզոնի հետ  $V_0$ -ի կազմած անկյունն է,  $g$ -ն՝ ծանրության ուժի արագացումը:

Բանաձևից հետևում է, որ բոլոր այլ պայմանների հավասարության դեպքում Մուրմանսկում մարզիկը գտնվում է ավելի լավ մարզավիճակում, քանի որ այնտեղ ծանրության ուժի  $g$  արագացումը ավելի մեծ է, քան Մեխիկոյում:

## Եզրակացություն

1. Ժամանակակից դասին բնորոշ գիծ պետք է համարել նրանում ուսուցման ժամանակակից տեխնիկական միջոցների, մասնավորապես, համակարգչի օգտագործումը: Ներկա ժամանակաշրջանում լայնորեն պետք է քննարկել ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչի աշխատանքում համակարգչի ներդրման հիմնախնդիրը:
2. Հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական կուլտուրայի մանկավարժական գործընթացի վերակառուցման կարևորագույն պայման պետք է համարել պարապմունքների ընթացքում համատեղ գործունեությունը, ուսուցման և դաստիարակության գործընթացի անցումը դեպի հումանիզացման և դեմոկրատացման սկզբունքների:
3. Հանրակրթական դպրոցում ճիշտ կազմակերպված ուսումնական աշխատանքը ուսուցչին կօգնի լավագույնս կերպով լուծելու առողջարարական, կրթական, դաստիարակչական խնդիրները: Եվ պատահական չէ, որ աշակերտների գործունեության կազմակերպման հիմնականն ու առաջատարը ֆիզիկական կուլտուրան է: Դասի որակից է կախված ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի ամբողջ արդյունավետությունը դպրոցում:
4. Դասային պարապմունքների ձևերում ուսուցիչն ունի իր առաջատար դերը: Նա ուսումնական դասընթացի անմիջական կերտողն է, ստեղծում է բազմաթիվ ուսումնադաստիարակչական իրավիճակներ, որոնք միջոցով հասնում է իր առջև դրված նպատակին:
5. Ուսուցչի գործունեության մեջ մտնում են դասի խնդիրների և նպատակների հաղորդումն ու պարզաբանումը, աշակերտների գործողություններին հետևելը, նրանց բեռնվածության և փոխհարաբերությունների կարգավորումը, վարքի կառավարումը և այլն:

## Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ծրագիր և չափորոշիչ (1-9րդ. դասարաններ)/ Յու.Գ. Գրիգորյան, Հ.Ս.Մինասյան.- ԿԳՆ, Երևան, 2012, 80 էջ <https://old-lib.amedu.am/resource/92>
2. «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ծրագիր և չափորոշիչ (ավագ դպրոց)/ Յու.Գ. Գրիգորյան, Հ.Ս.Մինասյան.- ԿԳՆ, Երևան, 2009, 100 էջ
3. Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի գնահատումը հանրակրթական դպրոցում 2-12րդ դասարանների համար: Ուս. ձեռնարկ/ Հ.Ս. Մինասյան, Հ.Հ. Գաբրիելյան.- Եր., «Աստղիկ» գրատուն, 2012, 96 էջ
4. Մեհրաբյան Ա., Այվազյան Ա., Գաբրիելյան Հովհ, Սարգսյան Ա., Ուսումնական հաստատություններում մարզական միջոցառումների կազմակերպում/ Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ -Երևան: Լուսակն, 2011թ. 144 էջ:
5. Ստեփանյան Ա.Գ., Ենգոյան Ս. Ա., Տնային հանձնարարությունները «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայից. I-XII դաս.: ուսումնամեթ. ձեռնարկ, Եր.; Հեղ. հրատարակություն, 2007, 82 էջ:
6. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высших пед. учебных заведений. – М.: Академия, 2002. –240с.
7. Ильинич В.И. Физическая культура студента / В.И. Ильинич. - М.: Гардарика, 2008. -463с.
8. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры.-М.: ФиС.-1991.-544 с.
9. Ямалетдинова Г. А. Педагогика физической культуры и спорта. - Екатеринбург: Урал. ун- та. 2014. - 244с.
10. <https://multiurok.ru/files/mijarharkayakan-kaperi-apahovman-kareworowt-yowonn.html?ysclid=18c7hds2yh559265312>