

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

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Առարկա՝ ֆիզիկական կուլտուրա

Թեմա՝ «Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի կողմից երեխաների ուսումնառության ընթացքում նկատված կրթական կարիքների և նախասիրությունների բացահայտումը՝ սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության իրականացման միջոցով»

Վերապատրաստվող ուսուցիչ՝ _____ Աթանեսյան Արսեն

Ստորագրություն անուն, ազգանուն, հայրանուն

Ղեկավար՝ _____ Սիմոնյան Ասյա, մ.գ.թ.

Ստորագրություն

անուն, ազգանուն, զիտ.կոչում, աստիճան

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	3
Գլուխ 1. ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ԲԱՑԱՀԱՅՏՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿԱՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ	4
1.1 Ներառական կրթության նշանակությունը հանրակրթական դպրոցում	4
1.2 Հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությունը հանրակրթական դպրոցում	6
Գլուխ 2. ՍՊՈՐՏԱՅՆԱՑՎԱԾ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ.....	8
2.1 Դաստիարակությունը սպորտային պարապմունքներում	8
2.1.1 Սպորտի ազդեցությունը մարդու բազմակողմանի զարգացման վրա	8
2.2 Սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության հայեցակարգը երեխաների կրթական կարիքների բացահայտման համատեքստում	14
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ.....	16
ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....	18

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Աշխատանքի արդիականությունը: Ֆիզիկական դաստիարակությունը կարևոր նշանակություն ունի սովորողների անձի ձևավորման, նրա ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացման ապահովման, մտավոր առաջընթացի, բարոյահոգեբանական որակների դաստիարակման և արժեքային համակարգի ձևավորման գործում: Հանրակրթական դպրոցում «ֆիզիկական կուլտուրա» ուսումնական առարկան հանդիսանալով մարդու և հասարակության մշակույթի ձևերից մեկը, և իր հիմքում ունենալով ֆիզկուլտուրային գործունեությունը, նպաստում է սովորողների ֆիզիկական և հոգեկան հատկությունների ներդաշնակ զարգացմանը:

Առարկայի դասավանդման ընթացքում աշակերտների կրթական կարիքների բացահայտումը և նախասիրությունների խթանքումը հանդիսանում է ֆիզիկական կուլտուրայի յուրահատուկ կողմերից մեկը, քանի որ ֆիզիկական կուլտուրան որպես հասարակական երևույթ իր մեջ ներառում է ոչ թե գործունեության մեկ ձև այլ ձևերի համալիր, այդ թվում առաողջարարական ֆիզիկական պարապմունքներից մինչև բարձրագույն նվաճումների սպորտ, պատահական չէ, որ հանարկրթական ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի բովանդակային նյութը բաղակցած է շարժախաղերից, մարզախաղերից, կիրառական մարզաձևերից, որոնք իրենց հերթին արտահայտում են երեխաների շարժողական հետաքրքրությունների շրջանակը, մյուս կողմից նպաստում են անահատական նախասիրությունների ձևավորմանը, որը և արտահայտում է տվյալ թեմայի արդիականությունը:

Հետազոտական աշխատանքի նպատակն է ուսումնասիրել ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի դասավանդման ընթացքում երեխաների կրթական կարիքների և նախասիրությունների բացահայտման մեթոդական ուղիները

Աշխատանքի խնդիրներն են՝

Ուսումնասիրել թեմայի շուրջ գրական աղբյուրները, առանձնահատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության առանձնահատկությունները, կրթական նոր չափորոշիչի՝ սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության իրականացման նախադրյալները հանրակրթական դպրոցում:

Գլուխ 1.

ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ԲԱՑԱՀԱՅՏՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿԱՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

1.1 Ներառական կրթության նշանակությունը հանրակրթական դպրոցում

Երբ կրթությունը ներառական է, ապա դրանից շահում են երեխան, ընտանիքը, պետությունը և հասարակությունը: Այն կրթության կազմակերպման գործընթաց է, որի հիմքում բոլոր երեխաների, այդ թվում նաև՝ հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների կրթություն ստանալու իրավունքն է: Այն արձագանքում է բոլոր սովորողների բազմազան կարիքներին, մեծացնում է նրանց մասնակցությունը ուսումնական, մշակութային և համայնքային կյանքին և նվազեցնում է կրթությունից նրանց դուրս մնալը: Ներառական կրթությունը ենթադրում է կրթական գործընթաց, որն ուղղված է բոլոր սովորողների կարիքներին, ներառյալ հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաներ, բռնությունների ենթարկվող երեխաներ, աշխատող երեխաներ, փախստական կամ տեղահանված երեխաներ, միգրանտներ, աղքատ և չքավոր երեխաներ, լեզվական փոքրամասնություններ, ազգային փոքրամասնություններ, հակամարտությունների հետևանքով որբացած երեխաներ և այլն:

Ներառական կրթությունը ենթադրում է համակարգի, այլ ոչ թե երեխայի հարմարեցում:

Ներառական կրթությունը հաշմանդամության սոցիալական մոդելի յուրօրինակ արձանցյալն է: Այն ընդունում է, որ բոլոր երեխաները տարբեր են, իսկ դպրոցներն ու հանրակրթական համակարգը պետք է հարմարվեն բոլոր սովորողների մտավոր, հոգեկան և ֆիզիկական զարգացման կարիքներին և անհատական պահանջմունքներին: Սակայն ներառում չի նշանակում բոլորին ձուլելու կամ միատեսակ դարձնելու ձգտում: Այն ընդունում է, որ երեխաները սովորում են տարբեր արագությամբ, իսկ ուսուցիչներին անհրաժեշտ են հատուկ հմտություններ՝ ուսուցման գործընթացի ճկունությունն ապահովելու համար: Պարզապես երեխաներին անհրաժեշտ է հասկանալի, մատչելի դասավանդում: Իսկ դա իր հերթին ենթադրում է

երեխայի առանձնահատկություններին, անհատական կրթական պահանջմունքներին, զարգացման տեմպերին, ընդունակություններին և կարողություններին համապատասխանող տարբեր մեթոդների օգտագործում:

Ներառումը հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաներին հնարավորություն է տալիս կրթություն ստանալ իրենց համայնքներում և չմեկուսանալ ընտանիքներից: Համայնքից և ընտանիքից հեռու՝ հատուկ դպրոցներում երեխաներին տեղավորելը հակասում է ընտանիքի և համայնքի կյանքին մասնակցության նրանց իրավունքին: Ընտանիքից ու համայնքից հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների բաժանումը հաճախ վկայում է հասարակության մեջ նման մարդկանց նկատմամբ գոյություն ունեցող նախապաշարումների մասին:

Հարկ է նշել, որ ներառական կրթությունը կարող է բարձրացնել կրթության որակը բոլորի համար: Ներառական կրթությունը կարող է կրթական պրակտիկայում փոփոխությունների կատալիզատոր հանդիսանալ, որը կհանգեցնի կրթության որակի բարձրացմանը: Հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների ներառումը հանրակրթական դպրոցներ կստիպի ուսուցիչներին մշակել նոր՝ դեպի երեխան կողմնորոշված ուսուցման և ուսումնառության մեթոդներ, ապահովել մեծ թվով մասնակիցների ընդգրկվածություն ուսումնական գործընթացում: Դրանից օգուտ կստանան բոլոր երեխաները:

Բազմաթիվ ուսուցիչներ կարծում են, որ կրթական հատուկ կարիքներով երեխաների ուսուցման համար իրենց անհրաժեշտ կլինեն «հատուկ հմտություններ»: Սակայն փորձը ցույց է տալիս, որ հատուկ կարիքներով երեխաներին հանրակրթական գործընթացի մեջ ներգրավելու համար ընդամենը անհրաժեշտ է որակյալ, հասկանալի և մատչելի դասավանդում, որը և նպաստում է աշակերտների ակտիվության բարձրացմանը: Սա այն է, ինչ պետք է անի ուսուցիչը՝ բոլոր երեխաներին որակյալ կրթություն տալու համար: Ներառական կրթության անցում էն բազմաթիվ երկրներ՝ կրթության համեմատաբար համեստ բյուջեով և տեխնիկական միջոցների փոքր ծավալով: Այս գործունեության դրական արդյունքներից են դասավանդման որակի բարձրացումն ու սովորողների ձեռքբերումները (այդ թվում նաև՝ կրթական գործընթացից դուրս մնացած և ցածր առաջադիմությամբ աշակերտների թվի նվազեցումը):

Հարկ է նշել որ հասարակության մեջ հաշմանդամություն ունեցող երեխաների նկատմամբ կանխակալ վերաբերմունքը բավական ամուր է արմատավորված: Պատճառներն են՝ տեղեկատվության բացակայությունը նրանց մասին ունեցած գիտելիքների, նրանց հարևանությամբ ապրելու փորձի բացակայությունը կամ պակասը: Նման պատճառներով ստեղծված կարծրատիպերը կոտրելը բավական դժվար է: Սակայն փորձը ցույց է տալիս, որ բարենպաստ մթնոլորտում երեխաները ավելի հանգիստ, քան մեծահասակները, ընդունում են տարբերությունները: Երեխաները մեր ապագա ծնողներն են, ուսուցիչները, փաստաբանները և քաղաքական գործիչները: Եթե հաշմանդամություն ունեցող երեխաները ևս հաճախեն նույն դպրոցը, ինչ մնացածները, ապա բոլորի մեջ կձևավորվի անկանխակալ վերաբերմունք հաշմանդամություն ունեցող բոլոր մարդկանց նկատմամբ, և կարմատավորվի այն գիտակցությունը, որ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ հասարակության լիիրավ անդամներ են:

Ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը այս իմաստով կոչված են այդ տարբերությունների և խտրականության բացառմանը, ինչի վառ օրինակն է նաև հաշմանդամային սպորտը և Պարաօլիմպիական խաղերը: Հաշվի առնելով ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպչական մոտեցումները ըստ առաողջական վիճակի, ֆիզկուլտուրայի դասը հնարավորություն է տալիս նաև առանձնահատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների մեջ բացահայտելու սպորտային տաղանդը և ինչու չէ կողմնորոշելու նրանց դեպի սպորտ: Այսօր հայաստանում իր տեղն ունի և գործում է նաև հատուկ օլիմպիական սպորտը, որտեղ արդեն իսկ ներառվում են հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաները:

1.2 Հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների Ֆիզիկական դաստիարակությունը հանրակրթական դպրոցում

Ըստ «Դպրոցականների ֆիզիկական կուլտուրայի բժշկական խմբերը» ձևավորման մեթոդական հանձնարարականների դպրոցի բոլոր աշակերտները ուսումնական տարվա սկզբին պետք է ենթարկվեն բժշկական ստուգման և դրա արդյունքով բաժանվեն *հիմնական, նախապատրաստական և հատուկ խմբերի:*

Աշակերտների բժշկական քննություններն անց են կացվում տարածքի պոլիկլինիկայի բժիշկների կողմից: *Հիմնական և նախապատրաստական* խմբերում ընդգրկված աշակերտների համար պարտադիր է մասնակցությունը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին և ցանկալի է ընդգրկումը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արտադասարանական միջոցառումներին ու պարապմունքներին:

Հատուկ խմբում ընդգրկված աշակերտների հետ պարապմունքները անց են կացնում հատուկ պատրաստականություն ունեցող բուժաշխատողները ինչպես նաև կինեզիոլոգները, ուսուցիչները առանձին ծրագրով:

Աշակերտներին բժշկական մի խմբից մյուսը փոխադրումը կատարվում է բժշկի հերթական կամ լրացուցիչ հետազոտության արդյունքից հետո:

Հանրակրթական դպրոցում դասը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի հիմնական ձևն է: Դասին ներկայացվող ընդհանուր մանկավարժական պահանջներն են՝

- դասի նպատակի պարզություն և առաջադրված խնդիրների լուծում՝ դասին տրամադրված ժամանակամիջոցում.
- սովորողների հոգեբանական և ֆիզիոլոգիական ֆունկցիաների կարգավորումը ապահովող դասի կառուցվածքի պահպանում.
- դասի յուրաքանչյուր մասի համար ուսումնական նյութի հիմնավորված ընտրություն.
- ուսուցչի ղեկավար դերի զուգակցում ամբողջ դասարանի և առանձին աշակերտների
- ինքնուրույն գործունեության հետ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչին անհրաժեշտ է հմտորեն կազմակերպել դասերը, օգտագործել առավել արդյունավետ մեթոդներ, որոնք բխում են ուսուցման և դաստիարակության խնդիրներից, պարապմունքների բովանդակությունից և դպրոցականների անհատական առանձնահատկություններից: Դասերի պլանում ըստ ծրագրի պետք է առանձնացնել աշակերտների դաստիարակության հատուկ խնդիրներ, որոնք պետք է իրականացվեն դասի ընթացքում: Սրանով իրականացվում է դաստիարակության և ուսուցման միասնության սկզբունքը՝ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին:

Գլուխ 2.

ՄՊՈՐՏԱՅՆԱՑՎԱԾ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

2.1 Դաստիարակությունը սպորտային պարապմունքներում

Սպորտով պարապելը և սպորտային մրցումները գործունեության տեսակներ են, որոնցում բացի մարդու ֆիզիկական հատկություններից, ի հայտ են գալիս և զարգանում նաև հոգեկան որակները: Մա մարզումների օբյեկտիվ կողմն է: Հոգեկան ոլորտի զարգացումը չի կարող ինքնուրույն հանգեցնել անհատի ձևավորմանը, հատկանիշների, վարքագծի չափանիշների, գաղափարական պատկերացումների, պահանջմունքների դաստիարակությանը: Այս ամենն ապահովվում է լրացուցիչ միջոցներով, որոնք մարզական մանկավարժական գործունեությունում իրականացվում են սպորտի մանկավարժի կողմից:

2.1.1 Սպորտի ազդեցությունը մարդու բազմակողմանի զարգացման վրա

Մարդու բազմակողմանի ներդաշնակ զարգացումը հասարակության գլխավոր նպատակն է, նրա առաջընթացի կարևոր պայմաններից մեկը: Մարդու բազմակողմանի զարգացման բաղադրիչներից է՝ ֆիզիկական պատրաստվածությունը, մասնավորապես ֆիզիկական դաստիարակությունը և սպորտով զբաղվելը: Զարգացած հասարակությունում մարդկանց դաստիարակության ծրագիրն է ձևավորել անձը, որը իր մեջ կհամադրի հոգևոր հարստությունը, բարոյական մաքրությունը և ֆիզիկական կատարելիությունը:

Սպորտը հանդես է գալիս ոչ միայն իբրև ֆիզիկական զարգացման, առողջության ամրապնդման, շարժողական ընդունակությունների զարգացման միջոց, դաստիարակության մյուս միջոցների հետ միասնաբար, այն նպաստում է մարդու համակողմանի զարգացմանը:

Լուծելով *կրթական խնդիրներ*՝ սպորտը բարձրացնում է մարդու ընդհանուր կուլտուրայի մակարդակը, մասնավորապես ֆիզիկական (կամ մարզական), նրանում

հաստատում մտավոր, ֆիզիկական ակտիվության որոշիչ նշանակությունն անձի զարգացման վրա, պահանջմունքների ձևավորման վրա:

Սպորտն ազդում է բարոյական որակների վրա, զարգացնում մարդու մտավոր, կամային, զգացմունքային ոլորտները, գեղագիտական, բարոյագիտական պատկերացումները և պահանջմունքները: Այն ազդում է մարդու բնավորության ձևավորման վրա, այսինքն՝ այն առանձնահատկությունների, որոնք հետք են թողնում վարքագծի և արտաքին աշխարհի հետ հարաբերությունների վրա:

Սպորտի ազդեցությունը բարոյական որակների ձևավորման վրա

Սպորտով պարապելը կազմակերպման որոշակի պայմաններում դաստիարակում է ինտերնացիոնալիզմ, հայրենասիրություն, հասարակական պարտքի գիտակցություն, անձնական պատասխանատվություն, ճշմարտացիություն, ինքնավերահսկողության ընդունակություն:

Ինտերնացիոնալիզմի դաստիարակումը պայմանավորված է սպորտի էությամբ: Սպորտն համեմատաբար մատչելի միջոցներից է միջազգային կապերի հաստատման համար: Դրան բնորոշ են մարդկանց նպատակների միասնությունը, պարապմունքների կազմակերպման ու անցկացման այնպիսի կողմերի միասնությունը, ինչպիսիք են վարժությունների տեխնիկան, տակտիկան, մարզիկի հանդերձավորումը, սարքավորումներն ու գույքը, մարզական տերմինները, մրցումների կանոնները, հաղթողներին որոշելու կարգը, պարգևատրումը և այլն:

Հասարակական պարտքի գիտակցության դաստիարակումը դրսևորվում է մարզական գործունեության բոլոր ձևերում, հատկապես մրցումների ժամանակ, երբ մարզիկը հանդես է գալիս թիմի համար, մարզական ընկերության համար, ներկայացնում է իր երկրը: Այստեղ էլ դրսևորվում է սպորտի ազդեցությունը հայրենասիրական զգացմունքների ձևավորման գործում, գիտակցության մեջ հաստատելով համոզմունք այն մասին, որ իր հաջողությունը բարձրացնում է իր հայրենիքի հեղինակությունը ողջ աշխարհի մարդկանց առջև: Այս զգացումը միավորում է մարզիկներին ավելի շատ մրցումների ժամանակ, քան սովորական պայմաններում:

Մարզական հանրույթի համար բնորոշ են գաղափարական նպատակաուղղվածությունը, ներքին ու արտաքին կազմակերպվածության

միասնությունը, բարեկեցությունը, համերաշխությունը, փոխադարձ պահանջկոտությունը, ձգտումը տեսական գիտելիքների և գործնական հմտությունների անընդհատ աճի, մարզական արդյունքների բարձրացման համար: Կոլեկտիվիզմը մեծապես զարգանում է թիմային մարզաձևերում:

Սպորտի ազդեցությունը ինտելեկտուալ (մտավոր) զարգացման վրա:

Սպորտով պարապելը դրականորեն է ազդում ինտելեկտուալ (մտավոր) ոլորտի վրա: Շարժողական գործունեությունը, որը դրված է սրանց հիմքում նպաստում է՝

- մարդու մոտ ժամանակի և տարածության, տեմպի, արագության, ռիթմի, ծավալի, սեփական մարմնի շարժողական հնարավորությունների ձևավորմանը;
- զննականության զարգացմանը;
- կողմնորոշման արագության զարգացմանը;
- մտածողության զարգացմանը:

Սպորտի տարբեր ձևերը տարբեր կերպ են ազդում ինտելեկտուալ ոլորտի վրա: Մեկը նպաստում է մտածողության զարգացմանը, մյուսը՝ հիշողության (շախմատ, շաշկի, մարմնամարզություն), երրորդը՝ ուշադրության (աթլետիկական ցատկեր, ծանրության բարձրացում) զարգացմանը: Դրական ազդեցությունն ակնհայտ է երեխաների ուսման առաջադիմության և շարժողական ակտիվության կապվածության հետ:

Սպորտի ազդեցությունը կամային որակների և աշխատասիրության ձևավորման վրա:

Սպորտը դրական ազդեցություն է գործում կամային որակների զարգացման վրա: Սա կատարվում է նախանշված գործողությունների կատարման ընթացքում, որն ուղղված է բարդ նպատակներին հասնելուն, իր գործունեությունը գիտակցաբար կարգավորելուն, վարքագծի կառավարմանը, սպորտով պարապելիս և մրցումներում: Սպորտով պարապելը, մասնակցելը մրցումներին զարգացնում են այնպիսի կամային որակներ, ինչպիսիք են՝ նպատակաուղղվածությունը, երբ մարզիկին գործունեության մղող մոտիվները բխում են գլխավոր, ղեկավարող գաղափարից, որը դառնում է կյանքի նպատակ; նախաձեռնությունը և ակտիվությունը, այսինքն՝ ինքնուրույն կամային

դրսևորումների ընդունակությունը, նպատակ դնելու և սեփական գործողությունները կազմակերպելու և դրան հասնելու պատրաստականությունը:

Կարգապահությունը – կանոններին և պահանջներին անվերապահորեն ենթարկվելն է:

Վճռականությունը – այն արտահայտում է ինքնուրույն որոշումների կայացմամբ և դրանց իրականացմամբ, նույնիսկ երբ դա կապված է դժվարությունների, վտանգների հետ:

Կայունությունը – որն արտահայտվում է համառությամբ, ձգտմամբ՝ ինչ էլ որ լինի, հասնել նպատակին:

Դիմացկունությունը, ինքնատիրապետումը – որն արտահայտվում է սեփական զգայական վիճակը կառավարելու, կարգավորելու մեջ:

Կամքը զարգանում է միայն դժվարությունների հաղթահարման ընթացքում: Սպորտում յուրաքանչյուր գործողություն կամային ակտ է:

Կամային որակների զարգացման միջոցներն են՝

- բարդ խնդիրների առաջադրում
- ինտենսիվությամբ և բեռնվածության ծավալով բարձր վիճակի ապահովում
- տարաբնույթ արգելքների ստեղծում, ավելացում, դրանց փոփոխում
- տարբեր մրցումներին մասնակցություն
- օրվա ռեժիմի խիստ պահպանում:

Սպորտի ազդեցությունը գեղագիտական ճաշակի ձևավորման վրա

Սպորտով պարապելը նպաստում է շարժումների գեղեցկության, վարքագծի, մարմնական զարգացման, գեղագիտորեն արտահայտված պատկերացումների ձևավորմանը ոչ միայն մարզիկների, այլև նրանց ելույթները դիտողների մոտ: Հաճախ բոլոր մարդկանց, մրցակցությունը դիտողներին գրավում է արտաքին կողմը՝ իրավիճակները, ռեկորդները, սենսացիաները: Բայց մարզական կուլտուրայի որոշակի մակարդակը հնարավորություն է տալիս գնահատել մարզական գործունեության գեղագիտական կողմը:

Գեղագիտական ինքնագնահատումը մարզիկի մեջ ծագում է պարապելու ընթացքում, երբ, տիրապետելով արվեստի որոշակի մակարդակի, ձեռք բերելով շարժումների գործողությունների ազատություն, նա սկսում է հաճույք ստանալ:

Երբ տարբեր մարզաձևերով զբաղվող մարզիկները գործողություններն ընկալվում են որպես գեղեցիկ և դրանցում արտահայտված են շարժումների կուլտուրա, դրանում արտահայտություն են ստանում խելքը, եռանդը և անձնավորության դրական կողմերը:

Սպորտով պարապելու խնդիրներից մեկն է ֆիզիկական զարգացման բարելավումը: Ավելացնելով մկանային զանգվածը, կանոնավորելով կեցվածքը, կարգավորելով մկանային և ճարպային զանգվածների հարաբերակցությունը, սպորտով պարապելը նպաստում է մարդու արտաքին գեղագիտական էֆեկտի ապահովմանը: Թե սպորտով պարապողը, թե հանդիսատեսը, սովորում են գնահատել գեղեցիկը մարդու մարմնում՝ որպես առողջության արտահայտություն և ուժի միասնություն, համաչափ ֆիզիկական զարգացում:

Սպորտի մասսայականության մեծացմանը զուգահեռ՝ սպորտային կերպարը ստանում է գեղագիտական բարձր գնահատական ինչպես տղամարդու, այնպես էլ կնոջ մոտ՝ շեշտելով մարդու ֆիզիկական կատարելիության իդեալը:

Սպորտի հնարավոր բացասական ազդեցությունը անձի վրա

Սպորտի ազդեցությունը անձի վրա միանշանակ չէ: Մի շարք պայմանների չկատարման դեպքում այն կարող է անձի վրա բացասական ազդեցություն ունենալ: Մարդը, մեծ սպորտին մասնակցելով, տարիների ընթացքում իր հետաքրքրությունները ենթարկում է բարձր արդյունքների հասնելուն, հաղթանակներին: Հաջողությունները նրան դարձնում են լայն հասարակության, լրատվամիջոցների ուշադրության օբյեկտ: Եթե միակ եղանակը նրա գործողություններում հաղթանակն է, անձնական հաջողությունը, ապա դա հաճախ բերում է եսասիրական գծերի, քննադատության, մերժման, անձնականը հանրույթի շահերից վեր դասելը և իր բացառիկության գիտակցման:

Անձնական հաջողությունը սպորտում նախ և առաջ մարդու անձնական որակների փորձարկումն է, նրա բարոյական, հոգևոր ուժերի ստուգումը:

Ամենավատ ձևով է ազդում մարզիկի վրա մրցումների ոչ ազնիվ մրցավարությունը, որը, ցավոք, տեղի է ունենում պրակտիկայում:

Երկարատև մասնակցությունը մարզական հավաքներին և մրցումներին մի շարք դեպքերում մարզիկին կտրում է սիստեմատիկ, ամենօրյա աշխատանքից, որը կարող է ազդել նրա կողմից իր մասնագիտական կամ ակադեմիական պարտականությունների կատարման վրա, որը կարող է դրսևորվել կյանքի այլ ոլորտների նկատմամբ անտարբերությամբ:

Հնարավոր է նաև սպորտի բացասական ազդեցությունը մտավոր ոլորտի վրա: Սպորտը կարող է խանգարել: Պատճառները երեքն են՝

1. սպորտով տարվելն իշխող է դառնում գիտակցության մեջ և կարող է խանգարել ակադեմիական պարապմունքներին, հետևաբար, բացասաբար ազդել հանրակրթական խնդիրների վրա;
2. մեծ բեռնվածություններով մարզումային պարապմունքների արդյունքում, մրցումներից հետո հոգնածությունը, հոգեկան և ֆիզիկական ուժերի ծայրաստիճան լարումը, ցավոք, կարող են հանգեցնել ուշադրության նվազման, ընկալման դանդաղեցման, մտավոր գործողությունների թուլացման և հիշողության կարճատև թուլացմանը;
3. երկարատև մարզահավաքները, միօրինակ մարզումային պարապմունքները կարող են ճնշել մտավոր ոլորտին:

Սպորտն ազդում է նաև զգայական ոլորտի վրա: Հաճախ մրցումներից առաջ առաջանում են բացասական հույզեր՝ անհանգստություն, տագնապ, առաջիկա փորձության վախ՝ ապատիա, երբեմն՝ անտարբերություն, անվստահության զգացում և ճնշվածություն:

Որքան մարզիկը բարձրակարգ է, այնքան մեծ է պատասխանատվությունը, որը նա կրում է թիմի առաջ, իր երկրի առաջ, այնքան ցավոտ է ընկալում իր մարզական անհաջողությունները:

Բացասական հույզեր առաջանում են նաև երկար նախապատրաստվելուց հետո մրցումներին մասնակցելու անհնարինության պատճառով: Նեգատիվ հույզերի աղբյուր կարող են դառնալ ոչ օբյեկտիվ մրցավարությունը: Ծանր հուզական ապրում է բարձրակարգ մարզիկի դուրս մնալը ազգային հավաքականի կազմից: Սա տեղի է

ունենում մարզիկի տարիքի և արդյունքների նվազման պատճառով: Սպորտը մի գործունեություն է, երբ մարդը երբեմն «ծերանում է» 18-20 տարով:

Սպորտը որոշ մարզաձևերում գեղագիտական տեսակետից բացասական է դիտվում մարզիկի մարմնի ոչ համաչափ, աններդաշնակ զարգացմամբ՝ որը արդյունքն է ոչ ճիշտ մոտեցման և պարապմունքների ոչ ճիշտ կազմակերպման:

Որպեսզի բացառվի սպորտի բացասական ազդեցությունը մարզիչ մանկավարժը, ուսուցիչը պետք է մշտապես ինքնակատարելագործվի և բարձրացնի մասնագիտական պատրաստության աստիճանը:

2.2 Սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության հայեցակարգը երեխաների կրթական կարիքների բացահայտման համատեքստում

Այսօր արդեն սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակությունը ներմուծվել է մեր կրթական իրականություն ավագ դպրոցում: Անշուշտ ծրագրի կարևորությունը ընդգծվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արժևորման տեսանկյունից:

Ֆիզկուլտուրայի նոր չափորոշիչում և ծրագրում (2023թ.) ամրագրված է հետևյալ հայեցակարգը, որ ցանկալի է, որպեսզի ուսուցիչը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մշտապես հաշվի առնի դպրոցականների մարզական նախընտրությունները, չսահմանափակվելով սույն ծրագրում նշված մարզաձևերով:

Այդ դեպքում ուսուցիչը հնարավորություն ունի մարզման ձեռն ու ժամաբաշխումն իրականացնել ըստ անհրաժեշտության՝ ապահովվելով վերջնարդյունքները: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողների հետաքրքրությունները հաշվի առնելու մեթոդալոգիական 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, պահանջմունքներով, հավակնություններով, ֆիզիկական և պատրաստականությամբ, տիպաբանական առանձնահատկություններով 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:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Գրական աղբյուրների վերլուծությունը և ուսումնասիրությունները թույլ են տալիս հանգելու հետևյալ եզրակացություններին.

Մեր կարծիքով ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչը իր աշխատանքում հաջողություններ կակնկալի միայն այն դեպքում, անընդհատ կատարելագործի մասնագիտական գիտելիքները և տիրապետի առարկայի դասավանդման մեթոդիկային:

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:

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:

Յուրաքանչյուր ֆիզիկական կուլտուրայի դաս ունի իր առանձնահատկությունները, որոնք արտացոլում են սովորողների կրթության ու դաստիարակության օրինաչափությունները: 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:

Ուսուցչի գործունեության մեջ մտնում են դասի խնդիրների և նպատակների հաղորդումն ու պարզաբանումը, աշակերտների գործողություններին հետևելը, նրանց բեռնվածության և փոխհարաբերությունների կարգավորումը, անահատական նախասիրությունների խրախուսումը, վարքի կառավարումը և այլն:

Այսպիսով, քննարկելով սպորտի հնարավոր դաստիարակչական կողմերը ինչպես նաև անհատի վրա դրական և բացասական ազդեցության պայմանները, պետք

Է նշել, որ սպորտը ունի այն դաստիարակչական ներուժը, որը անհարժեշտ է ֆիզիկական դաստիարակության դասերը նպատակային և հետաքրքրիչ դարձնելու համար, մյուս կողմից թույլ է տալիս ֆիզկուլտուրայի ուսուցչին առավել շատ երեխաների ներգրավել սպորտային գործունեության մեջ, հաշվի առնելով նրանաց նախասիրությունների բացահայտումը և դրսևորումը, այս իմաստով սպորտայանացված ֆիզիկական դաստիարակության իրականացումը կարող է լուծել առաջադրված խնդիրները:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դպրոցի չափորոշիչներ և ծրագիր «Կրթական ծրագրերի կենտրոն», Առաքելյան Վ.Բ. և ուրիշներ, ԾԻԳ, 2009 թ.
2. «Ֆիզիկական կուլտուրա», ուսուցչի ձեռնարկ հանրակրթական դպրոցի 1-4 դասարանների համար / Վ.Բ. Առաքելյան, Ֆ.Գ. Ղազարյան, Յու. Գրիգորյան – Եր.: «Աստղիկ գրատուն», 2008թ. – 184 էջ
3. Ռ.Ս. Մանուկյան, «Ֆիզիկական կուլտուրայի դասի մեթոդիկական», ուսումնական ձեռնարկ: Գյումրի: Դպիր., 2003 թ., 30 էջ
4. Ֆ.Գ. Ղազարյան, Ա.Ա. Գրիգորյան, «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն», ֆիզ. Կուլտ. Հայկական պետական ինստիտուտի տպարան, 2003 թ., 2-րդ հրատարակություն
5. Качашкин В.М., Методика физического воспитания, М., Просвещение, 1972г, 121 стр.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. – Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. Издательский центр “Академия”. 2001г, 480с.
7. Станкин М.И., Психолого-педагогические основы физического воспитания, М., Просвещение, 1987г, 224 стр.
8. <https://dpir.mskh.am/hy/node/460> Սպորտային ուղղվածությամբ ֆիզիկական դաստիարակությունը
9. <https://escs.am/am/news/6859> Իրազեկում. «Ֆիզիկական կուլտուրա»
10. <http://aygevangschools.ru/12503440/2015-11-07/25805552?ysclid=18bmghlzd457013786> ֆիզիկական դաստիարակությունը դպրոցում