



**«ԻՆՏԵՐԱԿՏԻՎ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ**

**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2022**

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ ---11-րդ դասարանների ֆիզկուլտուրա առարկայի երեխաների ուսումնասիրության ընթացքում ուսուցչի կողմից նկատված կրթական կարիքների բացահայտում

ԱՌԱՐԿԱ ----- ֆիզկուլտուրա
ՀԵՂԻՆԱԿ ----- Գնել Սարգսյան
ՄԱՐԶ ----- Շիրակ-----
ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ-----Ֆոտոն վարժարան

**11-րդ դասարանների ֆիզկուլտուրա առարկայի երեխաների
ուսումնասիրության ընթացքում ուսուցչի կողմից նկատված կրթական
կարիքների բացահայտում**

Բովանդակություն

Ներածություն	3
1. Տեսական (մեթոդական) մաս	5
2. Ուսուցչի կողմից դիտարկված կրթական կարիքների վերլուծություն 11-րդ դասարանների ֆիզիկական կուլտուրայի դասաժամերին երեխաների ուսումնասիրության ժամանակ	6
Եզրակացություն.....	13
Օգտագործված գրականության ցանկ	14
Հավելված 1	15
ՀԱՐՑԱՐԱՆ.....	15

Ներածություն

Կրթական կարիքները գիտելիքների, հմտությունների, կարողությունների և որակների յուրացման կարիքներն են, որոնք տրվում են կարողությունների կանխատեսող մոդելով, որոնք պետք է ուսումնասիրվեն կենսական խնդիրներ լուծելու համար:

Մարդը որպես սոցիալական էակ ձևավորվում է հասարակական կյանքի գործընթացում՝ արտաքին ուսումնասիրության, աշխատանքի, կառավարման, մարդկանց հետ շփման արդյունքում: Ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը նպաստում են համակողմանի զարգացած անհատականության ձևավորմանը:

Մարզումների, ֆիզիկական ակտիվության և հատկապես մարզական մրցումների ժամանակ երիտասարդները մեծ ֆիզիկական և հոգեբանական սթրեսի են ենթարկվում: Արագ փոփոխվող իրավիճակը, հակառակորդի դիմադրությունը, սպորտային մրցումների արդյունքի կախվածությունը կապված են թիմի յուրաքանչյուր անդամի ջանքերի հետ, սեփական շահերը թիմի շահերին ստորադասելու ունակության, սպորտային մրցումների որոշակի կանոնների խստիվ պահպանում, դրանք են՝ հարգանքի վերաբերմունք հակառակորդի նկատմամբ, տոկունություն, կարգապահություն:

Ֆիզիկական կուլտուրայում և սպորտում երիտասարդները գիտելիքներ են ձեռք բերում ֆիզիկական գործողությունների կատարման ռացիոնալ ձևերի, կյանքում ձեռք բերված հմտությունների օգտագործման մասին, սովորում են կոփման կանոնները, հիգիենայի պահանջները:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը դպրոցականներին թույլ են տալիս միայն պահպանել նորմալ ֆիզիկական վիճակը, բայց չեն բարելավում աշակերտների ֆիզիկական զարգացումը: Սա պահանջում է և՛ դասերի ավելի մեծ հաճախականություն, և՛ ավելի մեծ ֆիզիկական ծանրաբեռնվածություն: Դա կարելի է անել կամ դպրոցականներին սպորտային խմբակներում ներգրավելով, կամ ազատ ժամանակ ֆիզկուլտուրայի անկախ պարապմունքներով:

Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը պետք է աշակերտների մեջ զարգացնի ֆիզիկական դաստիարակությամբ ինքնուրույն զբաղվելու անհրաժեշտությունը՝ նրանց մեջ առողջ ապրելակերպի գաղափար ստեղծելու հիման վրա: Այս

գիտելիքների ձեռքբերումը փոխում է աշակերտների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ, խրախուսում է նրանց դառնալ ուժեղ, լավ ֆիզիկապես զարգացած:

Այս աշխատանքում մենք կփորձենք բացահայտել այն կրթական կարիքները, որոնք նկատվում են ուսուցչի կողմից 1-11-րդ դասարանների աշակերտների ֆիզկուլտուրայի դասընթացների ժամանակ աշակերտներին ուսումնասիրելիս:

Աշխատանքի վարկածը. 11-րդ դասարանի աշակերտների ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի կրթական կարիքները մեծապես պայմանավորված են հետաքրքրությունների և մոտիվացիայի բնույթով, ազատ ժամանակի առկայությամբ և սպորտի և ֆիզիկական գործունեության կազմակերպման այլ ձևերով:

Այս աշխատանքում **հետազոտության հիմնական մեթոդը** քանակական մեթոդն էր՝ հարցարանային հարցումը:

Այս մեթոդը առավել հարմար է տվյալների մշակման և վերլուծության համար, և այն կարող է զգալիորեն կրճատել տեղեկատվության հավաքման ժամանակը:

1. Տեսական (մեթոդական) մաս

Մարդը որպես մարդ ձևավորվում է հասարակական կյանքի գործընթացում՝ արտաքին ուսումնասիրության, աշխատանքի, կառավարման, մարդկանց հետ շփման մեջ: Ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը նպաստում են համակողմանի զարգացած անհատականության ձևավորմանը:

Մարզումների, մարզումների և հատկապես մարզական մրցումների ժամանակ երիտասարդները մեծ ֆիզիկական և բարոյական սթրեսի են ենթարկվում:

Արագ փոփոխվող իրավիճակը, հակառակորդի դիմադրությունը, սպորտային մրցումների արդյունքի կախվածությունը կապված են թիմի յուրաքանչյուր անդամի ջանքերի հետ, սեփական շահերը թիմի շահերին ստորադասելու ունակության, սպորտային մրցումների որոշակի կանոնների խստիվ պահպանում, հարգանք վերաբերմունք հակառակորդի նկատմամբ, տոկունություն, կարգապահություն:

Առողջ ապրելակերպն ընդհանրապես, ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը՝ մասնավորապես, դառնում են սոցիալական երևույթ, միավորող ուժ, որը նպաստում է միայն ամուր պետության և առողջ հասարակության զարգացմանը:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների առջև ծառայած ամենակարևոր խնդիրներից է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի կարիքների և դրդապատճառների դաստիարակման խնդիրը և աշակերտների առողջ ապրելակերպի ցանկությունը: Ցավոք սրտի, ֆիզիկական ակտիվության նկատմամբ ինքնաբուխ հետաքրքրությունը սկսում է նվազել միջին տարիքում, իսկ ավագ դասարանների կողմից այն գործնականում անհետանում է: Ամենից հաճախ աշակերտները կորցնում են հետաքրքրությունը ֆիզիկական կուլտուրայի նկատմամբ, ովքեր հաջողության չեն հասնում այս գործունեության մեջ և, հետևաբար, չեն ստանում ամրապնդում դրական հույզերի տեսքով, հետևաբար, մենք որոշեցինք ուսումնասիրություն անցկացնել 11-րդ դասարանի աշակերտների հետաքրքրությունները բացահայտելու համար՝ նրանց ավելի մոտիվացնել կանոնավոր ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ:

**2. Ուսուցչի կողմից դիտարկված կրթական կարիքների վերլուծություն
11-րդ դասարանների ֆիզիկական կուլտուրայի դասաժամերին
երեխաների ուսումնասիրության ժամանակ.**

Նույնականացնելու համար 11-րդ դասարանների ֆիզկուլտուրայի դասարաններում ուսուցչի կողմից դիտարկված կրթական կարիքները, մշակվել է հարցաթերթիկ թղթային և էլեկտրոնային տարբերակներով (հավելված): Հարցաթերթիկի էլեկտրոնային տարբերակը «Google form» է, որը շատ հարմար է ամփոփելու համար: Բոլոր պատասխանները և մեկնաբանությունները մուտքագրվում են առանցքային աղյուսակում:

Հարցմանը մասնակցել է ընդհանուր առմամբ 50 աշակերտ: Այս ընտրանքը արտացոլում է աշակերտների իրական բաշխվածությունը ըստ սեռի՝ տղաների 42%-ը և աղջիկների 58%-ը: Ըստ տարիքային քվոտաների՝ հարցազրույց են անցկացրել 11-րդ դասարանի աշակերտները: Ընտրանքային խումբը ձևավորելու համար օգտագործվում է ոչ պատահական քվոտայի ընտրանք:

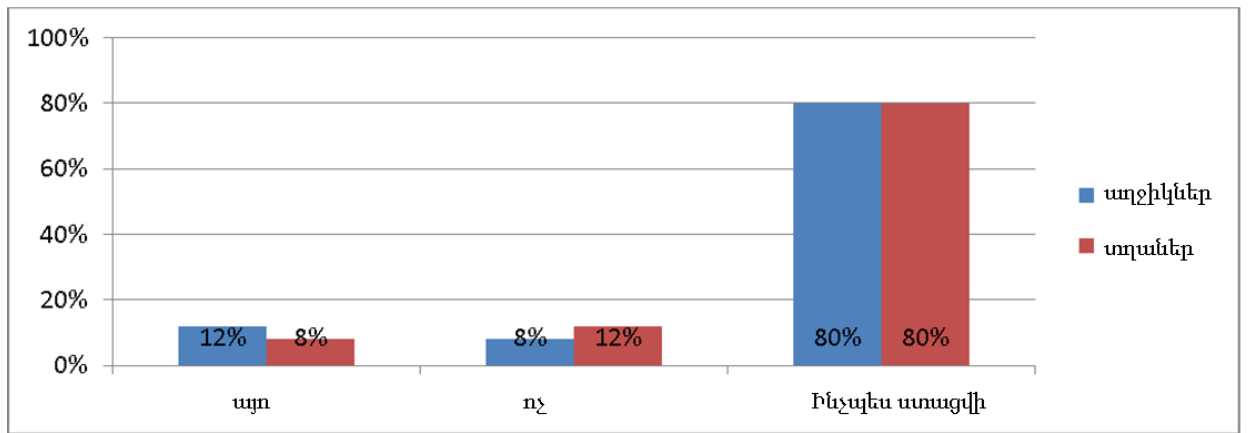
Հետազոտված աշակերտների շրջանում առողջ ապրելակերպի համապատասխանությունը ներկայացված է Աղյուսակ 1-ում և Գծապատկեր 1-ում:

Աղյուսակ 1

Համապատասխանություն առողջ ապրելակերպին,%

Համապատասխանություն առողջ ապրելակերպին	աղջիկները	Տղաներ
Այո՝	12%	8%
Ոչ	8%	12%
Կտեսնենք, թե ինչպես կանցնի	80%	80%

Այսպիսով, մենք տեսնում ենք, որ հարցված աշակերտների մեծամասնությունը՝ 80-ական տոկոսը՝ և՛ տղաներ, և՛ աղջիկներ, պատասխանել է այնպես, ինչպես կպատահի, իսկ մի փոքր մասը՝ համապատասխանում է՝ աղջիկների 12%-ը և տղաների 8%-ը, իսկ 8%-ը չեն համապատասխանում: աղջիկների և 12% տղաների:



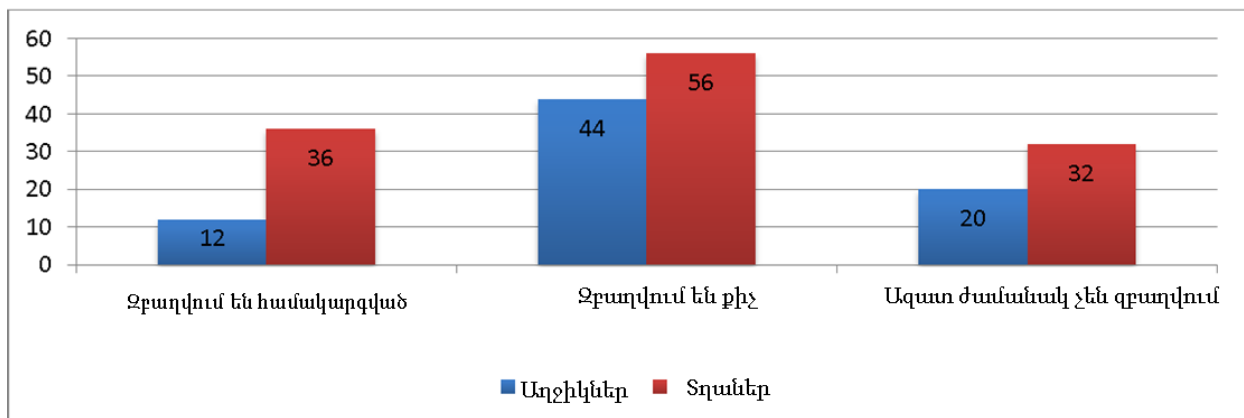
Նկ.1. Առողջ ապրելակերպին համապատասխանության մակարդակների հարաբերակցությունը

աղյուսակ 2

Աշակերտների հարաբերակցությունը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային խմբակներում զբաղվածությունը %-ներով

Դուք ինքնուրույն զբաղվում եք սպորտով և ֆիթնեսով:	աղջիկները	տղաներ
Զբաղվում են համակարգված/անընդհատ	12	36
Զբաղվում է քիչ	44	56
Ազատ ժամանակ չի զբաղվում	20	32

Ստորև, նկարում, պարզության համար տվյալները ներկայացված են հիստոգրամի տեսքով:



Նկ.2. Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության նկատմամբ վերաբերմունքի մակարդակների հարաբերակցությունը, %

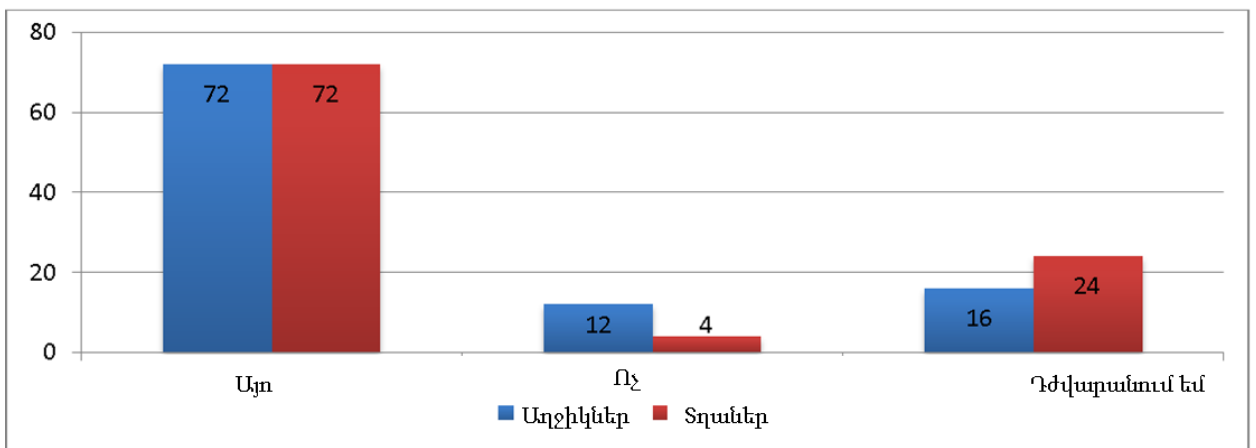
Հետազոտության տվյալների վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ աշակերտների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության նկատմամբ մեծապես պայմանավորված է հետաքրքրությունների և դրդապատճառների բնույթով:

Այս հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ հարցվածների մեծ մասը՝ տղաների և աղջիկների 72%-ը, բարձր են գնահատում ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական նշանակությունը՝ այն համարելով մարդու ընդհանուր մշակույթի ամենակարևոր տարրը և կարծում են, որ դա կարելի է անել որպես իրենց հոբբի: (Աղյուսակ 3, Նկար 3.) .

Աղյուսակ 3

Վերաբերմունք ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական նշանակությանը, %

Ի՞նչ եք կարծում, ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը առողջ ապրելակերպի անհրաժեշտ տարրն են:	աղջիկները	տղաներ
Այո՝	72	72
Ոչ	12	4
Դժվար է պատասխանել	16	24



Նկ.4. Ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական նշանակության մակարդակների հարաբերակցությունը, %

Ըստ աղյուսակի տվյալների՝ աղջիկների ավելի քան 16%-ը և տղաների 24%-ը դժվարացել են գնահատել ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական դերը մարդու անհատականության ձևավորման գործում:

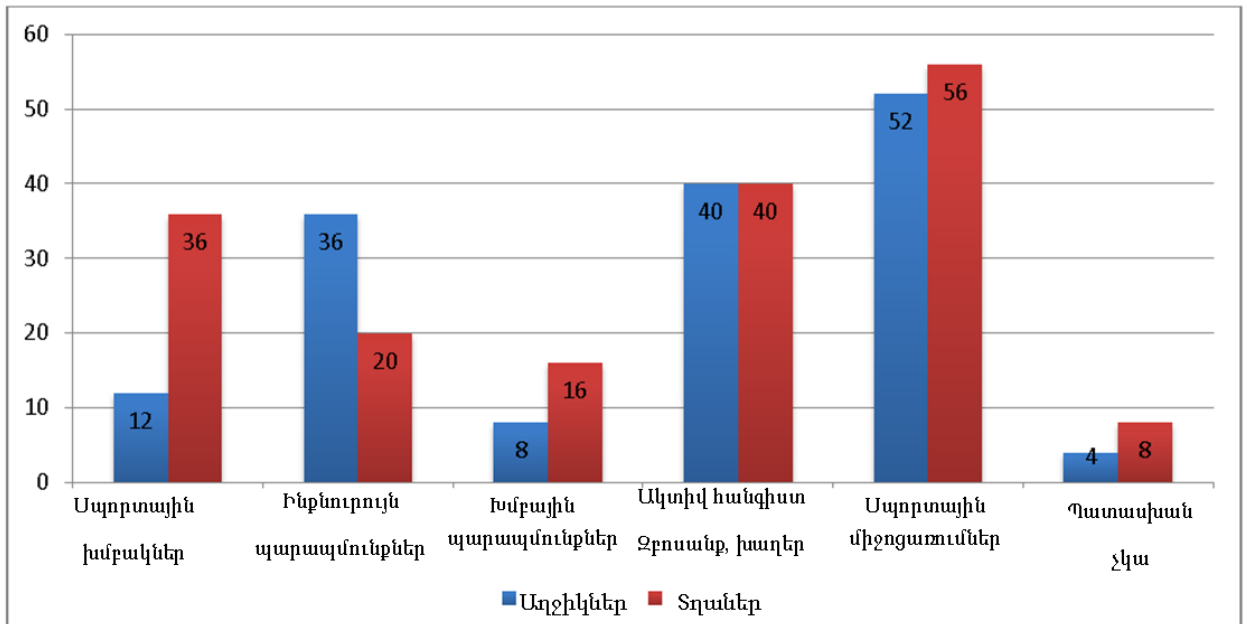
Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության կազմակերպման արդյունավետությունը բարելավելու համար անհրաժեշտ է դիտարկել ֆիզիկական վարժությունների ձևերի ընտրության առաջնահերթությունը (Աղյուսակ 4, նկ. 4):

Աղյուսակ 4

Ֆիզիկական ակտիվության ձևերի ընտրություն, %

Ֆիզիկական գործունեության ո՞ր ձևն է առավել հարմար ձեզ համար:	աղջիկները	տղաներ
Սպորտային խմբակներ	12	36
Ինքնուրույն ուսումնասիրություն	36	20
Խմբակային պարապմունքներ	8	16
Ակտիվ հանգիստ, զբոսանքներ, խաղեր	40	40
Զանգվածային, սպորտային և առողջապահական միջոցառումներ	52	56
Պատասխան չկա	4	8

Ստացված տվյալները վկայում են սեկտորային պարապմունքների նկատմամբ երիտասարդների զգալի հետաքրքրության մասին, սպորտով հարցվածների 36%-ը կրնորեր մարզման այս ձևը, եթե պայմաններ ստեղծվեին ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության համար:



Նկ.4. Ֆիզիկական ակտիվության ձևերի ընտրության հարաբերակցությունը, %

Աղջիկների և տղաների համար առողջարար գործունեությունն ավելի բնորոշ է երկու խմբերի հարցվածների 40%-ին, նրանց գրավում են միայն զբոսանքներով, անվճար կանոնակարգով կազմակերպվող խաղերով: Տղաների 36%-ը և աղջիկների 12%-ը կցանկանան զբաղվել ակումբային համազգեստով՝ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի համար: Աղջիկների զգալի մասը ցանկանում է ազատ ժամանակ օգտագործել մարզումների անկախ ձև, 36%-ը համարում է մարզման այս ձևը ամենաընդունելին:

Հարկ է ընդգծել, որ երիտասարդները հետաքրքրված են մասսայական սպորտով և ժամանցով, ինչի մասին նշել են տղաների և աղջիկների կեսից ավելին:

Աղյուսակ 5

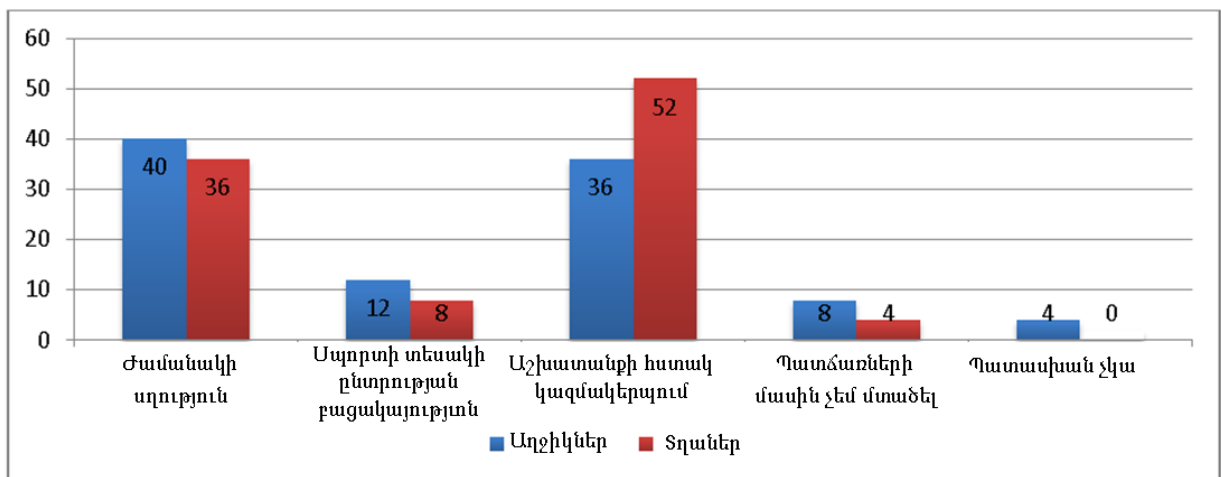
Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության կանխարգելման պատճառները, %

Նշեք այն պատճառները, որոնք խանգարում են ֆիզիկական կուլտուրային և սպորտային գործունեությանը	աղջիկները	տղաներ
Ժամանակի պակաս	40	36
Սպորտի ընտրության բացակայություն	12	8
Ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական	36	52

աշխատանքների թույլ կազմակերպում		
Չէի մտածում պատճառների մասին:	8	4
Պատասխան չկա	4	0

Աղյուսակը ցույց է տալիս նկատելի տարբերություններ այն գործոնների գնահատման մեջ, որոնք, 11-րդ դասարանի աշակերտների կարծիքով, կանխում են մոտիվացիայի ձևավորումը և ակտիվ դրական վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ:

Ամենաէական գործոնը, ըստ հարցված աշակերտների, ազատ ժամանակի բացակայությունն է. հարցված աղջիկների 40%-ը և տղաների 36%-ը նշում են այս գործոնը որպես իրենց ցածր ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային ակտիվության հիմնական պատճառ:



Նկ.5. Ֆիզիկական կուլտուրա և սպորտային գործունեությանը խոչընդոտող պատճառների հարաբերակցությունը, %

Վերլուծելով ստացված տվյալները և համեմատելով դրանք այլոց հետ՝ կարող ենք եզրակացնել, որ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում ցածր ակտիվության պատճառը ոչ թե ազատ ժամանակի քանակական պակասն է, այլ այն ռացիոնալ կառավարելու անկարողությունը, և ամենակարևորը՝ ցածր արժեքը, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի գործունեությունը աշակերտների ազատ ժամանակի կառուցվածքում:

Այս եզրակացությունը համահունչ է հարցված աղջիկների 12%-ի պատասխաններին, ովքեր հաստատում են, որ երբեք չեն մտածել իրենց ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային ցածր ակտիվության պատճառների մասին:

Աղջիկների շրջանում հարցվածների 15%-ը, իսկ տղաների շրջանում՝ 8%-ը նշում է, որ մարզաձև ընտրելու հնարավորություն չկա, ֆիզիկական վարժությունների համար սարքավորումների և մարզահագուստի պակաս կա: Այսպիսով, աշակերտների ֆիզիկական ակտիվությունը զգալիորեն կրճատվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արդյունաբերության վատ զարգացմամբ և ֆիզիկական կուլտուրայի շարժման տնտեսական հիմքով, որը չի բավարարում օբյեկտիվ պահանջներին: Բայց, այնուամենայնիվ, մեծամասնությունը նշում է ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական աշխատանքների թույլ կազմակերպումը:

Եզրակացություն

Առողջ ապրելակերպի արդիականությունը, որպես ֆիզկուլտուրայի դասերի կրթական կարիք, պայմանավորված է մարդու մարմնի փոփոխությամբ՝ պայմանավորված տեխնածին և բնապահպանական ռիսկերի ավելացմամբ և սոցիալական կառուցվածքի բարդացմամբ: Ներկա իրավիճակում անհատի առողջության և բարեկեցության նկատմամբ մտահոգությունը կապված է մարդու՝ որպես տեսակի գոյատևման և պահպանման հետ:

Անփոփելիվ ուսումնասիրության արդյունքները՝ պետք է ընդգծել, որ առողջ ապրելակերպին հետևելու անփոխարինելի պայման է նրա ներգրավվածությունը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մեջ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը նպաստում են ազատ ժամանակի ռացիոնալ բաշխմանը, հնարավորություն են տալիս երիտասարդներին ակտիվորեն զբաղվել այլ գործունեությամբ և իրականացնել իրենց հիմնական ուժերը:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Бикмухаметов, Р.К. Интеграция физического и духовного воспитания студентов педвуза [Текст] / / Р.К. Бикмухаметов // Педагогика. - 2004. - № 9. - С.64-70.
2. Богданова Т. Г. Системный подход в анализе особых образовательных потребностей [Электронный ресурс] // Пермский педагогический журнал. - 2016. - № 8. - С. 28-31. -URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sistemnyy-podhod-v-analize-osobyh-obrazovatelnyh-potrebnostey/viewer> (дата обращения: 06.08.2022).
3. Мартыненко, А.В. Здоровый образ жизни молодежи [Текст] / А.В. Мартыненко // Знание. Понимани. Умение. - 2004. - № 1.
4. Михайлова, С.В. Здоровье – социальная ценность государства [Текст] / С.В. Михайлова, И. Сатретдинова, Я. Федосеева// Современные научные исследования и инновации. 2015. № 4
5. Плотницкий, В.В. Роль спортивных субкультур в процессе социализации подрастающего поколения [Текст] / В.В. Плтоницкий // Актуальные проблемы молодежной субкультуры: сб. статей / под общ. ред. О.К. Поздняковой. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2011. — Т. 5. — С. 113–118.
6. Сысоева, С.В. Формирование здорового образа жизни студентов[Текст] / С.В. Сысоева // Молодежный научный форум: Гуманитарные науки: электр. сб. ст. по материалам XIX студ. междунар. заочной науч.-практ. конф. М.: «МЦНО». — 2014 —№ 12(18) / URL: [https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/12\(18\).pdf](https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/12(18).pdf)

ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Հարգելի սովորողներ, առաջարկում ենք լրացնել «Սպորտի անհրաժեշտությունը 11-րդ դասարանի սովորողների մոտ» թեմայով հետազոտության հարցաթերթիկ: Հարցումը անանուն է, ազգանուն և անուն նշելու կարիք չկա: Ձեր բոլոր պատասխանները կօգտագործվեն միայն այս ուսումնասիրության մեջ, գաղտնիությունը երաշխավորված է:

1. Դուք վարում եք առողջ ապրելակերպ:

- ա) այո
- բ) ոչ:
- գ) ինչպես ստացվում է

2. Դուք ինքնուրույն զբաղվում եք սպորտով և առողջարար գործունեությամբ:

- ա) Չբաղվում են համակարգված
- բ) Չբաղվել է համակարգված
- գ) Ազատ ժամանակ ակտիվ չէ

3. Ի՞նչ եք կարծում, ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը առողջ ապրելակերպի անհրաժեշտ տարրն են:

- ա) Այո
- բ) Ոչ

4. Ֆիզիկական գործունեության ո՞ր ձևերն են առավել ընդունելի ձեզ համար:

- ա) Սպորտային ակումբներ
- բ) ինքնուրույն ուսումնասիրություն
- գ) Խմբակային պարապմունքներ
- դ) Ակտիվ հանգիստ, զբոսանքներ, խաղեր
- ե) Զանգվածային, սպորտային և առողջապահական միջոցառումներ
- զ) Պատասխան չկա

5. Նշեք այն պատճառները, որոնք խանգարում են ֆիզիկական կուլտուրային և սպորտային գործունեությանը

- ա) Ժամանակի պակաս

բ) Ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական աշխատանքների թույլ կազմակերպում

գ) Պատասխան չկա

դ) Չէի մտածում պատճառների մասին:

ե) Սպորտի ընտրության բացակայություն

6. Ձեր սեռը.

ա) իգական;

բ) արական

Շատ շնորհակալ եմ, դուք մեզ շատ օգնեցիք: