



**«ԻՆՏԵՐԱԿՏԻՎ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ
ՉԱՐԳԱՑՈՒՄ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ**



**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2022**

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ - Առողջապահական աշխատանքների համակարգը դպրոցում որպես
աշակերտների կրթական գործունեության արդյունավետության բարձրացման միջոց

ԱՌԱՐԿԱ

ՀԵՂԻՆԱԿ

---Պետրոսյան Քնարկ Ալեքսանի-----

ՄԱՐԶ

---Արմավիր-----

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ

--Վաղարշապատի թիվ -12 հիմնական դպրոց-

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....

ԳԼՈՒԽ 1.ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ԴՊՐՈՑԻ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ԷՈՒԹՅՈՒՆԸ.....

1.1.Դպրոցի առողջապահական աշխատանքների էությունն ու բովանդակությունը.....

1.2.Ժամանակակից առողջապահական համակարգերը.....

1.3.Առողջապահական տեխնոլոգիաները դպրոցի մանկավարժական գործընթացում

ԳԼՈՒԽ2. ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ.....

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ.....

ՕԳՏԱԳՈՐԾԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....

Հավելվածներ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴԻԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ: Կրթական համակարգի զարգացման ներկա փուլում հարկավոր է հստակորեն ուսումնասիրել դպրոցի առողջապահական աշխատանքները: Դպրոցը այն միջավայրն է, որը կարող է ազդեցություն ունենալ երեխայի առողջության վրա, այդ պատճառով այն պետք է դարձնել երեխայի համար բնական միջավայր, որտեղ երեխան կարող է զարգանալ, դաստիարակվել և ձևավորվել: Յուրաքանչյուր ուսուցիչ մտնելով դպրոց պետք է հստակ իմանա իր շուրջ դրված խնդիրները և գիտակցի թե ինչի համար է ինքը դպրոցում, ինչ գործառնություններ ունի իրականացնելու՝ երեխայի առողջությունը պահպանելու, երեխային չվնասելու ուղղությամբ: Նրա մանկավարժական մոտեցումները, կիրառած ժամանակակից մեթոդներն ու տեխնոլոգիաները ուսումնական գործընթացում չպետք է բացասաբար անդրադառնան երեխայի առողջությանը: Այս խնդիրը լուծելու նպատակով անհրաժեշտ է հստակ ծրագիր, մեթոդների ճիշտ ընտրություն, մշակել աշակերտների առողջապահությանը միտված հստակ համակարգ:

Պահպանելով մանկավարժական գործընթացին, մեթոդներին, տեխնոլոգիաներին ներկայացվող վալեոլոգիական պահանջները կարելի է ոչ միայն նպաստել աշակերտների առողջության ամրապնդումը, այլ նաև նպաստել մանկավարժական գործընթացի արդյունավետության բարձրացմանը, դաստիարակել կիրթ, գրագետ, առողջ սերունդ:

Մանկավարժական վալեոլոգիան գիտական ուղղություն է, որն ուսումնասիրում է երեխայի առողջության պահպանման և ամրապնդման խնդիրները մանկավարժական գործընթացում:

Դպրոցի առողջապահական աշխատանքների համակարգի մշակումն ու կատարելագործումը կնպաստի ինչպես սովորողների առողջության ամրապնդման խնդիրների լուծմանը, այնպես էլ ժամանակակից գլոբալիզացիայի պայմաններում

հասարակական զարգացումների ապահովմանը: Երեխայի առողջության ամրպանման հիմնախնդիրն մանկավարժության մեջ անդրադարձել են մի շարք գիտնականներ: Շատերի կողմից անգամ ստեղծվել են այսպես կոչված «առողջ դպրոցների» մոդելներ (Լ.Գ.Տատարնիկով, Գ.Կ.Ջայցևա և այլք): Չնայած կատարված ուսումնասիրությունների, դպրոցներում վալեոլոգիական պահանջների պահպանման հիմնախնդիրը դեռևս վերջնական լուծում չի ստացել և հետագա ուսումնասիրության և հետազոտման կարիք է զգում: Դրանով է պայմանավորված այս հիմնախնդրի արդիականությունը:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՆՊԱՏԱԿԸ՝ դպրոցի առողջապահական աշխատանքների վերլուծությունն է որպես աշակերտների կրթական գործունեության արդյունավետության բարձրացման միջոց :

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ.

1. Ուսումնասիրել դպրոցի առողջապահական աշխատանքների էությունն ու բովանդակությունը:
2. Դիտարկել դպրոցի առողջապահական աշխատանքները որպես կրտսեր դպրոցականների կրթական գործունեության արդյունավետության բարձրացման

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈՂՆԵՐԸ.

1. դիտում,
2. զրույց,
3. անկետավորում,
4. մանկավարժական գրականության և պարբերական մամուլի ուսումնասիրություն և վերլուծություն:

Աշխատանքի կառուցվածքը և ծավալը: Աշխատանքը բաղկացած է ներածությունից, երկու գլուխներից, եզրակացություններից, գրականության ցանկից և հավելվածներից:

ԳԼՈՒԽ 1. ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ԴՊՐՈՑԻ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀԱԿԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ԷՈՒԹՅՈՒՆԸ

1.1. Դպրոցի առողջապահական աշխատանքների էությունն ու բովանդակությունը

Կրթության արդիականացման գործընթացը Հայաստանում մեկ տասնամյակի պատմություն ունի: Այս ընթացքում լուրջ փոփոխություններ են կատարվել հանրակրթական համակարգի կառուցվածքում, մշակվել է կրթության մասին օրենքը, ստեղծվել ու շարունակվում են ստեղծվել նոր կրթական ծրագրեր, ուսումնական պլաններ, դասագրքեր: Ձևավորվում է գիտելիքների ու կարողությունների գնահատման նոր համակարգ: Իրականացվում են ուսուցիչների մասնագիտական և մեթոդական վերապատրաստման դասընթացներ: Ընթանում է վերակառուցման մի գործընթաց, որը ոչ միայն մեր կրթական կառույցներին է վերաբերում, այլ նաև մեր մտածողությանը: Մեր կրթության բարեփոխումներն, անկասկած, մտել են մի փուլ, երբ անհրաժեշտ է հետադարձ հայացք գցել անցյալին, արժևորել ձեռք բերումները, մատնանշել կորուստները՝ գտնելու համար գործունեության այն դաշտը, որտեղ կարող է լավագույնս դրսևորվել մեր ազգային ինքնությունը, մեր առանձնահատուկ մտածելակերպն ու հանճարը, այն ճանապարհը, որով անցնելով միայն՝ կարող ենք պահպանել մեր ազգային դիմագիծը և հասնել ինքնահաստատման: Այս բոլոր վերափոխումներն իրականացնելու ճանապարհին չափազանց կարևոր հիմնախնդիր է դարձել մատաղ սերնդի առողջության պահպանման հարցը, որի լուծման մեջ մեծ ներդրում ունեն դպրոցն ու ուսուցիչը, գրագետ կազմակերպված մանկավարժական գործընթացը:

«Առողջապահություն» տերմինը ժամանակակից մանկավարժության մեջ ընդունված և առաջադեմ է: Մանկավարժական շատ հիմնախնդիրներ դիտարկվում են հենց առողջապահական տեսանկյունից՝ դասավանդման և դաստիարակության

սկզբունքներ, մեթոդներ, ուսուցման կազմակերպման ձևեր, գիտելիքների գնահատում և այլն: «Դպրոցական հիվանդություններ» հասկացությունը առաջին անգամ շրջանառության մեջ է մտցրել գերմանացի բժիշկ Ր.Վիրխովը 1870 թվականին՝ երբ անհրաժեշտ էր մանկավարժական գործընթացում կիրառել խաղեր, պար, մարմնամարզություն աշակերտների առողջության խնդիրները լուծելու նպատակով:

Շատ երկար ժամանակ, անգամ մինչ օրս կրթական հաստատությունների առողջապահական համակարգն ուներ երեք տարրերից բաղկացած մոդել՝

1. առարկաների ուսումնառության ընթացքում շեշտը դրվում էր առողջության պահպանման սկզբունքների վրա և երեխայի վարքագիծը փոփոխվում կամ ուղղվում էր առողջության ուղղությամբ:
2. դպրոցական բժշկական ծառայությունը իրականացնում էր պրոֆիլակտիկ աշխատանքներ, նախնական ախտորոշում և շտկում էր երեխայի առողջության մեջ խնդիրները:
3. մանկավարժական գործընթացում ստեղծվում էր «առողջ միջավայր»՝ հիգիենիկ, հոգեբանական մթնոլորտ, անվտանգ պայմաններ և ռացիոնալ սնունդ:

Սակայն այսօր դպրոցը ոչ միայն պետք է կարողանա իրականացնել վերը նշված աշխատանքները, այլ նպաստել աշակերտների անվնաս սոցիալականացմանը արագ փոփոխվող հասարակական պայմաններում: Անձնակողմնորոշիչ մանկավարժությունը ուղղված է յուրաքանչյուր սովորողի այնպիսի որակների ձևավորմանը, որոնք նպաստում են նրա հաջող ինքնաիրացմանը: Էկոլոգիական խնդիրները, սոցիալական լարվածությունը, հասարակության արժեհամակարգի փոփոխությունը բարդացնում է դպրոցի խնդիրները: Չնայած նրան, որ դպրոցը միշտ էլ իր ուշադրության կենտրոնում է պահել երեխայի առողջության պահպանման հիմնախնդիրը, սակայն այն դեռևս չի դադարել արդիական լինելուց: Այսօր շատ կարևոր է սովորողների մոտ ձևավորել և

զարգացնել առողջ ապրելակերպի նկատմամբ պահանջմունք, քարոզել առողջ ապրելակերպը, ձևավորել առողջության պահպանման դրական մոտիվացիա:

Այս համատեքստում չափազանց կարևոր է լուծել հետևյալ կարևոր խնդիրները.

1. Երեխայի առողջության պահպանումը նրա դպրոց գտնվելու շրջանում,
2. Երեխայի առողջ ապրելակերպի ձևավորման համար ստեղծել համապատասխան պայմաններ:

Աճող սերնդի ֆիզիկական և հոգեկան վիճակը բարեկեցիկ պետության կարևոր ցուցանիշն է: Այն ոչ միայն արտացոլում է հասարակության ժամանակակից կարգավիճակը, այլև տալիս է նրա ապագայի տեսությունը: Ցավալիորեն, վերջին ժամանակներում սովորողների առողջության վատթարացման միտում է արձանագրվում: Ըստ վիճակագրական տվյալների՝ երեխաների մոտ 30 տոկոսն առողջ է ծնվում, իսկ մինչև դպրոցն ավարտելն իրենց առողջությունը պահպանում են 10 տոկոսից էլ պակաս երեխաներ: Հետևում է, որ սոցիալական և էկոլոգիական անբարենպաստ գործոնների շարքում է նաև դպրոցը:

Առաջին դասարան հաճախող երեխաներից շատերը առողջական մի շարք խնդիրներ ունեն: Չէ որ «դպրոցական գործոնը» ամենանշանակալիցն է, որն ազդում է երեխայի առողջության վրա: 6-7 տարեկան երեխաները դեռ հոգեբանորեն պատրաստ չեն դպրոցական կենսակարգին ու կարգ ու կանոնին, իրենց հասակակիցների հետ լիարժեք հարաբերություններին: Ծանր պայուսակներ, սխալ կեցվածք, վատ լուսավորություն, նախաճաշելու և ճաշելու կարճ ընդմիջումներ, սակավաշարժ կենսակերպ, հիգիենայի կանոնների խախտում՝ այս ամենն անդրադառնում է երեխայի դեռ չամրապնդված առողջության վրա: Ուստի մեր խնդիրն է պահպանել և ամրապնդել երեխայի առողջությունը դպրոցում և այն շարունակել հետագայում, երբ մեծանում է ն՝ հոգեբանական, և՛ ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությունը մանկական օրգանիզմի վրա: Սկսած դպրոցից, առողջ ապրելակերպը երեխայի համար պետք է դառնա վարքագիծ,

սովորույթ: Երեխայի առողջ ապրելակերպի նախապատրաստումը առողջապահական տեխնոլոգիաների հիման վրա դասվարի գործունեության կարևորագույն խնդիրներից մեկն է: Այս տեխնոլոգիաների հիմնական նպատակը սովորողների առողջության պահպանումն ու ամրապնդումն է: Այստեղից էլ առաջ են գալիս հետևյալ հիմնական խնդիրները, որոնք պետք է դրվեն դասվարի աշխատանքում.

- դպրոցականի առողջության պահպանումը դպրոցում սովորելու ժամանակահատվածում,
- հիվանդացող երեխաների քանակի նվազեցում,
- աշխատունակության պահպանում դասերին,
- առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ սովորողների գիտելիքների, հմտությունների, կարողությունների ձևավորում,
- սպորտային- առողջապահական աշխատանքի համակարգի ձևավորում:

Աշխատելով առողջապահական միջավայր ստեղծելու խնդրի շուրջ՝ անհրաժեշտ է բարձրացնել երեխաների շարժողական ակտիվությունը: Այդ նպատակով կարևորել հետևյալ սպորտային- առողջապահական միջոցառումները.

- առավոտյան նախավարժանք: Յուրաքանչյուր ուսումնական շաբաթ պարապմունքներից առաջ կատարել առավոտյան մարմնամարզություն: Այն անցկացնել երաժշտության ներքո, ինչը կնպաստի տրամադրության բարձրացմանը, վարժությունը հաճույքով կատարելուն:
- Խաղային ընդմիջումներ: Դպրոցականների մոտ հոգնածությունը դրսևորվում է շարժական ակտիվության մեջ: Շարժական խաղերն անցկացնել միջանցքում՝ դասասենյակների առջև: Նմանատիպ խաղերում մեծ դերակատարում ունի դրանց հուզական երանգավորումը: Երեխաները հանգստանում են ոչ միայն ֆիզիկապես, այլև դրական լիցքեր են ստանում:

- Առողջության օրեր: Կազմակերպել ամիսը մեկ անգամ: Երեխաները սովորում են բանաստեղծություններ, մասնակցում վիկտորինաների, ծանոթանում կամ իրենք են վերամշակում առողջ ապրելակերպի կանոնները: Արդյունքում երեխաների մոտ ձևավորվում է կանոնները պահպանելու դրական մոտիվացիա:
- Մինի նախագիծ «Առողջության պահպանումը» թեմայով: Նախագծի շուրջ աշխատանքները կազմակերպել հետևյալ կերպ. նախ բացահայտել առողջության հետ կապված այն խնդիրները, որոնք առաջանում են երեխաների մոտ, այնուհետև ամսագրերից, ժողովածուներից, մանկական թերթերից հավաքել ասացվածքներ առողջության մասին: Դրանից հետո յուրաքանչյուրը ընտրում է իր թեմային համապատասխան ասացվածք: Հավաքած տեղեկույթը գրանցել աշխատանքային թերթիկում, որը կկազմի ուսուցիչը սովորողի անհատական աշխատանքի համար: Մեկ տարվա ընթացքում երեխաները կաշխատեն խնդրի շուրջ, կպատրաստեն թղթապանակներ, կձևավորեն թեմային համապատասխան ցուցատախտակներ: Նպատակահարմար է դասերն անցկացնել համակարգչային դասասենյակներում, ինչն էլ հետաքրքրություն կարթնացնի այդ դասերի նկատմամբ: Նախագծի ավարտին կպատրաստվեն շնորհանդեսի:
- Տարրական դպրոցում դասաժամերին կիրառել բանաստեղծական ոճով ուրախ ֆիզդադարներ, երբ շարժական վարժությունները ուղեկցվում են քառյակների խմբային արտասանությամբ: Ֆիզդադարները պետք է անցկացնել դասի տարբեր փուլերում՝ օրգանիզմը մարզելու, շնչառությունը կանոնակարգելու, տեսողությունը շտկելու, կեցվածքի համար:

Բացի խաղային առողջապահական դադարներից, որոնք կիրառվում են ամեն դասի ժամանակ, պարբերաբար պետք է անցկացնել խաղային դասեր, չէ որ խաղը գործունեության ամենաարդյունավետ ձև է աշակերտ -ուսուցիչ հարաբերություններում:

Խաղի ընթացքում երեխաները տարբեր հարաբերությունների մեջ են մտնում. համագործակցության, փոխադարձ վերահսկողության, հանդուրժողականության և այլն:

Ուսուցիչն այն օգտագործում է ուսուցման և դաստիարակչական խնդիրներ լուծելիս: Առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ սովորողների գիտելիքների, հմտությունների և կարողությունների ձևավորման, առողջության պահպանման համար պայմաններ ստեղծելու նպատակով կարելի է կատարել նաև հետևյալ լրացուցիչ աշխատանքները.

- Հատուկ դասընթացների կազմակերպում առողջ ապրելակերպի ձևավորման նպատակով, հիգիենայի դասեր և դրանց տարրերի կիրառումը սովորական դասաժամերին
- Կազմակերպչական գործունեություն. Դասարանի սանիտարական վիճակի պահպանում, սանիտարների կողմից անձնական հիգիենայի վերահսկողության սահմանում, երեխաների առողջացումը դպրոցական պայմաններում. առողջ սնունդ, մանկական վիտամինների օգտագործում ուսուցչի վերահսկողությամբ, դասաժամերին բուժիչ ֆիզկուլտուրայի տարրերի կիրառում,
- Ցուցահանդեսի կազմակերպում «Առողջ ապրելակերպ» թեմայով,
- Վնասվածքներից խուսափելու նպատակով ծանոթացնել աշխատանքային անվտանգության հիմնական կանոններին,
- Վերահսկել դպրոցին սննդով ապահովող հիմնարկների կամ անձանց գործունեությունը՝ սննդի թարմություն, հավաստագրի առկայություն:

Ծնողների հետ տարվող աշխատանքում մեծ տեղ հատկացնել համատեղ դասարանային միջոցառումներին, հատկապես մարզական-առողջապահական մրցույթներին.«Հայրս, մայրս և ես սպորտային ընտանիք ենք» և այլն:

Առողջապահական տեխնոլոգիաների կիրառումը ուսուցման գործընթացում թույլ է տալիս սովորողին ավելի լավ հարմարվել կրթական և սոցիալական միջավայրում:

Ներկայումս մեր երկրում առողջ ապրելակերպը մարդկային արժեքների մեջ նշանակալի տեղ չի զբաղեցնում: Բայց եթե մենք անձնական օրինակով վաղ տարիքից երեխաներին սովորեցնենք գնահատել, պահպանել և ամրապնդել առողջությունը, քանի որ այն ամենաթանկարժեք պարզն է, որ ստանում ենք բնությունից, ապա կարելի է հուսալ, որ ապագա սերունդը առողջ և զարգացած կլինի ոչ միայն անձնական որակներով, արժեքներով, հոգեպես, այլև ֆիզիկապես: Եթե նախկինում ասում էին «Առողջ մարմնում առողջ հոգի», ապա չի սխալվի նա, ով կասի.«Առանց հոգևորի անհնար է առողջ լինել» :

Կրթության նախարարի 2008 թ. հուլիսի 31-ի հրամանով՝ ՀՀ բոլոր հանրակրթական դպրոցներում անցնում են «Առողջ ապրելակերպ» առարկան, որն ավելի շատ ոչ թե սեռական դաստիարակության, այլ առողջության պահպանման մասին է, այդ թվում՝ խոսվում է ծխախոտի, ակոհոլի, թմրամիջոցների բացասական ազդեցությունների, սեռավարակների եւ նմանատիպ հարցերի շուրջ:

Հրապարակվել է «Առողջ ապրելակերպ» մեթոդական ձեռնարկ, որը ուսուցչի համար ուղեցույց է, թե ինչպես վարել առարկան, իսկ երեխաներին դասի ժամանակ, լավագույն դեպքում, բաժանվում են պատճենահանված նյութեր, բայց սովորաբար դասի ժամանակ թելադրում են:

Այսպիսով, դպրոցի առողջապահական միջոցառումները բազմաթիվ են և բազմապիսի: Դրանք լուծում են ինչպես երեխայի առողջության պահպանման, այնպես էլ ընդհանուր զարգացման խնդիրները:

1.2.Ժամանակակից մանկավարժության առողջապահական համակարգերը

Ժամանակակից մանկավարժության մեջ գոյություն ունեցող տարբեր մոտեցումներից վալեոլոգիայես հիմնավորված և նշանակալի են համարվում Լ. Գ. Տատարնիկովայի և Գ. Կ. Ջայցևի վալեոլոգիական-մանկավարժական համակարգերը:

Լ. Գ. Տատարնիկովայի հայեցակարգի հիմքում ընկած են անձնակողմնորոշիչ դաստիարակության գաղափարները, որոնց նա զուգորդում է վալեոլոգիական բաղադրիչներ: Ըստ էության Տատարնիկովայի վալեոլոգիական հայեցակարգը Ռ. Շտայների Վալորոֆյան դպրոցի հիմքում ընկած գաղափարների զարգացումն է:

Լ. Գ. Տատարնիկովայի մանկավարժական տեսությունը կառուցված է վալեոլոգիական, մարդաբանական և հումանիստական սկզբունքների հիման վրա: Տատարնիկովայի «առողջ դպրոցի» մոդելի հիմքում ընկած է սովորողների անհա-տական, ֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունների հաշվառումը: Սա ենթադրում է ուսուցիչների աշխարհայացքի արմատական փոփոխություն, առաջին հերթին վալեոլոգիամանկավարժական կոմպետենտություն, սովորողների զարգացման դինամիկական գնահատելու ունակություն, սուզեստոպեդիայի, ռելաքսոպեդիայի, հիպնոպեդիայի տեխնոլոգիաների տիրապետում:

Մյուս կարևոր դրույթը, որ ընկած է այս մոդելի հիմքում այն է, որ երեխային և ծնողներին հնարավորություն է տրվում ընտրել ուսուցման ծրագրերը, ձևերը և մեթոդները: Ընդհանրացված ծրագրի հիմքի վրա ձևավորվում է յուրաքանչյուր աշակերտի ուսուցման անհատական ծրագիրը, հավաքվում է այն ամբողջ ուսումնական նյութը, որն անհրաժեշտ է նրան կրթության տվյալ շրջանի համար: Ծրագիրը բաժանվում է մասերի և յուրաքանչյուր աշակերտ այն յուրացնում է իր ընդունակություններին համապատասխան տեմպով: Պարտադիր է համարվում մշտական դիագնոստիկական, ընդ որում՝ ոչ միայն կրթության որակի, այլև հոգեբանական կոմֆորտի առումով: Պարտադիր

է նաև ստեղծագործական ունակությունների խթանումը, ստեղծագործելու պայմանների ստեղծումը, կրթության զուգորդումը արվեստին:

Լ. Գ. Տատարնիկովայի՝ դպրոցի վալեոլոգիական մոդելը ենթադրում է.

1. դպրոցում նոր առարկայի՝ վալեոլոգիայի ներմուծումը (1-ից մինչև 11-րդ դասարանների ծրագրերով),
2. դպրոցական մյուս առարկաների ծրագրերի հարստացում մարդու առողջության, առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ գիտելիքներով,
3. ծնողների համար «առողջ դպրոցների» հիմնում,
4. անահատական աշխատանք ուսուցիչների և մանկավարժ-դաստիարակների հետ:

Լ. Գ. Տատարնիկովայի վալեոլոգիական հայեցակարգի առավելությունը հումանիստական կողմնորոշվածությունն է, կենտրոնացումը դեպի մարդկայինը մարդու մեջ, առաջին հերթին նրա հոգևոր առողջության կայացումը: Տատարնիկովայի հայացքները էքզիստենցիալ մանկավարժական-վալեոլոգիական բնույթ ունեն:

Այս ամենով հանդերձ առկա են նաև հանգամանքներ, որոնք նվազեցնում են Լ. Գ. Տատարնիկովայի հայեցակարգի մեթոդաբանական և գործնական արժեքավորությունը:

Առաջին հերթին հեղինակի հայացքները բավարար չափով համակարգված չեն: Ինչ վերաբերում է հանրակրթական դպրոցներում (ավանդական խնդիրներով հանդերձ) Տատարնիկովայի հայացքների ներդրմանը, հեղինակը ինքն էլ նշում է, որ դրանք ուղղակի տեսական մտքեր են, ոչ թե ռեալ գործողություններ և դժվար իրագործելի: Բացի այդ Տատարնիկովայի «ոչ աստիճանավորված դպրոցը» պահանջում է կրթության հեղափոխություն, ինչը անխուսափելիորեն կխաղտի համակարգը, բացի այդ զգալի կդառնա տարբերակումը դպրոցների միջև, քանի որ դպրոցի վերը նշված մոդելը պահանջում է ֆինանսական մեծ ներդրումներ:

Մեկ այլ նշանակալից վալեոլոգիական տեսություն է Գ. Կ. Չայցևի վալեոլոգիական հայեցակարգը: Գ. Կ. Չայցևի մանկավարժական տեսությունը հիմնվում է մարդու

առողջության կառուցվածքային վերլուծության, երեխայի մոտիվացիոն ոլորտի օնթոգենետիկ զարգացման մասին պատկերացումների վրա:

Այս տեսությունը հիմնվում է այն գաղափարի վրա, որ երեխայի զարգացման ծրագիրը պետք է հիմնված լինի նրա հիմնարար պահանջմունքների բավարարման վրա, ընդ որում՝ յուրաքանչյուր տարիքային փուլին բնորոշ են տարբեր պահանջմունքներ:

Անձի ներդաշնակ զարգացման գլխավոր պայմանը նրա հիմնարար պահանջմունքների առավելագույնս բավարարումն է: Այս պահանջմունքների տևական անբավարարվածության վիճակը հանգեցնում է զարգացման դանդաղեցման և թուլացնում է երեխայի առողջությունը: Հետևապես վալեոլոգիապես ճիշտ կառուցված կրթության համակարգը պետք է կառուցվի սովորողների պահանջմունքների հաշվառման հիման վրա:

Մարդու պահանջմունքային-մոտիվացիոն ոլորտի օրինաչափությունները տարբեր են նախադպրոցական, կրտսեր դպրոցական, դեռահասության ու պատանեկության տարիքում: Սա հասկանալիորեն պետք է հաշվի առնել ուսուցման գործընթացի կառուցման համար:

Նախադպրոցական տարիքի երեխաների մոտ գերակշռում են բարդ կենսաբանական պահանջմունքները կապված ինքնազարգացման, ինչպես նաև որոշակի գործողություններ կատարելու փորձառության ձեռք բերման հետ: Հետևապես՝ նրանց համար առաջատար են համարվում տարբեր բնույթի խաղերը, խոսքային և ոչ խոսքային ստեղծագործական աշխատանքները (օրինակ, հեքիա-ների հորինում): Այս գործողությունների իրականացման անվիճելի պայմանն այն է, որ երեխային ներկայացվի, որ ինքն ազատ է ընտրելու իր պահանջմունքի բավարարման միջոցը: Կրթության ամբողջ բովանդակությունը նախադպրոցական կրթական հաստատություններում ու կրտսեր դպրոցում պետք է ոչ թե լինի գլխավոր նպատակը, այլ միայն միջոց հասնելու խաղային և ստեղծագործական նպատակների իրականացմանը:

Այս տարիքային փուլում երեխաների պահանջմունքների բավարարումը վերացնում է գնահատականի՝ որպես ուսուցման գործընթացի խթանի անհրաժեշտությունը: Վերլուծության առարկա են դառնում երեխայի ակտիվությունը, առողջական վիճակը, ինչպես նաև երեխայի խաղային գործունեության արդյունքները, որոնք չեն կարող գնահատվել քանակական թվանշաններով:

Դեռահասության տարիքում գերակշռողը հասակակիցների հետ հաղորդակցումն է, մեծահասակների կախվածությունից ազատվելու ձգտումը, ինքնաճանաչումը: Սրանով պայմանավորված դեռահասների առաջատար գործունեությունը պետք է լինի ռեֆլեքսիվ, սեփական արժանիքների, անհատականության ճանաչմանն ուղղված աշխատանքը:

Այսպիսով՝ Գ. Կ. Ջայցևի «առողջ» մոդելի դպրոցում գլխավորը սովորողների հիմնարար պահանջմունքների հաշվառումն է, ինչն ապահովում է սովորողների մեծ հետաքրքրությունը, ակտիվությունը, ինքնազարգացումը, ինքնաճանաչումը, ինքնորոշումը, բարձրագույն արժեքների դաստիարակումը, հոգեբանական կոմֆորտը և գիտելիքների որակը:

Գ. Կ. Ջայցևի դպրոցը եռաստիճան է, այն ներառում է.

1. «Ինքնազարգացման դպրոց» (1-4-րդ դասարաններ), որտեղ ուսումնական գործունեությունը ոչ թե գլխավոր նպատակն է, (ինչպես ավանդական դպրոցում) այլ միջոց՝ ուղղված խաղային, ստեղծագործական խնդիրների լուծմանը: Սրան, իհարկե, նպաստում են երեխայի ընդունակությունների զարգացմանը, ինչպես նաև տարրական հմտությունների ձևավորմանը (գրել, կարդալ, հաշվել):
2. «Ինքնաճանաչման դպրոց» (5-8-րդ դասարաններ): Նպատակաուղղված է դեռահասների ինքնաճանաչմանը, սեփական անձի յուրօրինակության գիտակցման ձևավորմանը: Այս դեպքում ևս հանձնարարությունները ոչ թե ավանդական դպրոցի նման ուսուցիչների կողմից պարտադրված վերարտադրողական բնույթ ունեն, այլ

ստեղծագործական-որոնողական, և ուղղված են ինքնաճանաչմանը, ինչպես առանձին կենսական խնդիրների, այնպես էլ ընդհանուր իմաստով կյանքի հասկացմանը:

3. «Ինքնորոշման դպրոց» (9-11-րդ դասարաններ): Այս դեպքում գլխավոր նպատակը մասնագիտական կողմնորոշման իրագործումն է, այս դեպքում կարևոր է տրվող գիտելիքների որակը: Սովորողին հնարավորություն է տրվում ընտրելու այն առարկաները, որոնք առավել կապված են ապագա մասնագիտության հետ:

Առողջ մոդելի դպրոցի դասացանկում առանձին առարկա է վալեոլոգիան: Այն ուղղված է երեխաների մոտ համապատասխան դիրքորոշումների, մոտիվացիայի ձևավորմանը և նրանցից յուրաքանչյուրի անհատական գործունեության մշակմանը:

Ակնկալվող արդյունքներն են. սովորողների դաստիարակվածության աճ, տարբեր հիվանդությունների նկատմամբ հակվածության նվազում, նրանց կենսակերպի առողջացում, ասոցիալ վարքի կանխարգելում:

Ուսուցիչների մասնագիտական որակավորման բարձրացում, վալեոլոգիայես հիմնավորված գործունեության իրականացում: Ըստ Գ. Կ. Ջայցևի կրթական համակարգը կարելի է համարել վալեոլոգիայես հիմնավորված, եթե այն զարգացման յուրաքանչյուր փուլում ապահովում է համապատասխան պահանջմունքների բավարարումը, եթե ստեղծվում են երեխայի զարգացման, սեփական յուրօրինակության ընկալման ու դրսևորման համար անհրաժեշտ պայմաններ: Այսպիսի կրթության վերջնանպատակը բարոյապես և ֆիզիկապես առողջ մարդու ձևավորումն է, ով ունակ է իր ներքին հնարավորությունները, ընդունակությունները առավելագույնս իրացնելու, ազատ ընտրություն կատարելու, կայացնելու իր կյանքի համար կարևոր որոշումներ:

Գ. Կ. Ջայցևի հայեցակարգի դրույթներն առավել իրատեսական են քան Տատարնիկովայինը, դրանք տեսականորեն հիմնավորված են, հետևապես մեթոդաբանական տեսանկյունից արժեք են ներկայացնում:

Այս համակարգերի որոշակի դրույթներ օգտակար կլինեն մեր կրթական համակարգի համար: Դրանց տեղայնացումը կնպաստի դպրոցում առողջապահական խնդիրների բարելավմանը, ինչը կնպաստի կրթության որակի բարելավմանն ու արդյունավետության բարձրացմանը:

1.3. Առողջապահական տեխնոլոգիաները դպրոցի մանկավարժական գործընթացում

Ավելի մանրամասն կանգ առնենք դպրոցում կիրառվող մանկավարժական առողջապահական տեխնոլոգիաների վրա: Առողջապահական ուսուցման տեխնոլոգիան մանկավարժական գործընթացի այնպիսի կազմակերպումն է, որի ընթացքում ուսուցիչը գիտակցված պատասխանատվություն է կրում աշակերտների առողջության վատթարացման համար, իսկ աշակերտների աջակցումն ու խնամքը նրանց նկատմամբ՝ նրա գործունեության հիմնական սկզբունքներից մեկը:

Դրանից ելնելով կարելի է առանձնացնել առողջապահական տեխնոլոգիաների հիմնական նպատակը՝ ապահովել աշակերտի առողջության պահպանումը դպրոցում ուսանելու ընթացքում, ձևավորել անհրաժեշտ գիտելիքները, կարողություններն ու հմտությունները առողջ ապրելակերպի մասին, սովորեցնել կիրառել ստացված գիտելիքները առօրյա կյանքում:

Ուսումնական հաստատությունում աշակերտի առողջության մասին հիմնական հոգ տանողը մանկավարժն է: Սակայն, այդ խնդիրը դրված է նաև դպրոցի բժշկի, բուժքույրի, կամ առողջապահական առանձնասեսյակի առկայության դեպքում՝ նրանց ուշադրության կենտրոնում: Աշակերտների առողջության պահպանման խնդիրը պետք է համընկնի դպրոցի առողջապահական ֆունկցիաների հետ: Այդ նպատակով մեր կողմից առանձնացվել է աշակերտի անձի կանխատեսվող մոդել: Ներկայացնենք այն որակները, որոնք պետք է ձևավորվեն առողջապահական տեխնոլոգիաների կիրառման միջոցով.

1. Ֆիզիկապես, բարոյապես, հոգեպես առողջ:
2. Կրթված, փոփոխվող հասարակության պայմաններին ադապտացվող:
3. Առողջ ապրելակերպի անհրաժեշտությունը, կենսագործության անվտանգության գիտակցում:
4. Կենսագործունեության ճիշտ կազմակերպում:
5. Իմացական և շարժողական գործունեության նկատմամբ կայուն հետաքրքրվածություն:
6. Ֆիզիկական վարժությունների նկատմամբ կայուն հետաքրքրություն:
7. Ինքնակառավարում, անձնային ինքնագարգացում:
8. Ստեղծագործական ակտիվություն:

Առողջապահական տեխնոլոգիաների գլխավոր առանձնահատկությունը՝ առողջության առանջնայնությունն է, առողջության նկատմամբ գրագետ մոտեցումը՝ սակրթական գործընթացի պարտադիր պայմաններից մեկն է: Դա կօգնի դպրոցում ստեղծել առողջապահական կրթական մթնոլորտ, որում բոլոր մասնագետները, մանկավարժներն ու աշակերտները միասնական և համաձայնեցված լուծում են ընդհանուր խնդիրներ՝ կապված առողջության հետ, իրենց վրա են վերցնում պատասխանատվությունը այդ գործում:

Առողջապահական տեխնոլոգիաների կիրառման հիմնական նպատակը՝ աշակերտին ապահովել առողջության որոշակի մակարդակ, զինելով նրան առողջության, առողջ ապրելակերպի մասին գիտելիքներով, կարողություններով և հմտություններով:

Առողջապահական տեխնոլոգիաները չեն համարվում այլընտրանքային մյուս մանկավարժական տեխնոլոգիաների նկատմամբ: Նրանց գլխավոր առանձնահատկությունը այն է, որ նրանք մանկավարժի և աշակերտի կառուցողական գործունեության մեջ առանջնայնություն են տալիս առողջությանը: Առողջապահական մանկավարժական տեխնոլոգիաները զբաղեցնում են նույն հարթակը մարդասիրական,

անձնակումնորոշիչ և այլ նմանատիպ մանկավարժական տեխնոլոգիաների հետ: Դրանց ուսումնասիրության ընթացքում կարևոր առանձնահատկությունը դիագնոստի տարն է, որը թույլ է տալիս գնահատել պլանավորված արդյունքը:

Դպրոցի կուլեկտիվի բոլոր ջանքերը պետք է ուղղված լինեն կրթական գործընթացի յուրաքանչյուր մասնակցի ակտիվ և առողջ կենսակերպի համար: Անհրաժեշտ է իրականացնել հետազոտությունների մի մեծ համալիր, ձեռք առնվեն միջոցառումներ ուղղված աշակերտների առողջության ամրապնդմանը: Դպրոցի առողջապահական խնդիրների իրականացման համար անհրաժեշտ է վերանայել բոլոր ծրագրերը և երեխաներին սովորեցնել առողջ ապրելակերպի բոլոր գաղտնիքները:

Միայն առողջ աշակերտը կարող է հաճույքով ներգրավվել գործունեության բոլոր տեսակների մեջ, այն կենսախիռո է, լավատես, բաց է հաղորդակցման ինչպես հասակակիցների, այնպես էլ մանկավարժների համար: Դա հաջող և արդյունավետ զարգացման նախապայմաններից մեկն է, անձի որակների և հատկությունների ձևավորման հիմնական պայմանը:

Անհրաժեշտ է հիշել, որ կրթական գործընթացի յուրաքանչյուր մասնակից պետք է արմատապես փոխի իր մոտեցումները, աշխատանքի սկզբունքները, այլապես միայն կբարդացնի այն իրավիճակը, որում հայտնվել են երեխաներն ու մեծահասակները այսօր: Իրականացնենք դասի վերլուծություն առողջապահական տեսանկյունից:

Մանկավարժին դասի կազմակերպման և անցկացման համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել հետևյալը.

1. Մթնոլորտն ու հիգիենիկ պայմանները դասարանում. ջերմաստիճանի և օդի մաքրությունը, դասարանի և գրատախտակի օպտիմալ լուսավորվածությունը, խանգարող ձայների առկայությունը,
2. Ուսումնական գործունեության տեսակների թիվը մեկ դասի ընթացքում. Աշակերտների հարցում, գրավոր աշխատանք, ընթերցանություն, ունկնդրում,

զննական պարագաների դիտարկում, հարց ու պատասխան, վարժությունների և խնդիրների լուծում և այլն: Ամենաօպտիմալ թիվը՝ 4-7 տեսակ ուսումնական գործունեության տեսակն է մեկ դասի ընթացքում: Տեսակների ավելի հաճախ փոփոխությունը աշակերտներից պահանջում է լրացուցիչ ջանքեր հարմարվելու համար:

3. Ուսումնական գործունեության տեսակները պետք է փոփոխվեն 7-10 րոպեն մեկ: Սա է ամենաօպտիմալ ժամանակահատվածը:
4. Դասավանդման տեսակները՝ խոսքային, զննական, ինքնուրույն աշխատանք և այլն: Դրանց թիվը մեկ դասի ընթացքում պետք է լինի 3-ից ոչ պակաս:
5. Դասավանդման տեսակը պետք է փոփոխվի 10-15 րոպեն մեկ:
6. Աշակերտների ստեղծագործական ինքնաարտահայտման և նախաձեռնության ակտիվացմանը նպաստող մեթոդների առկայությունն ու ընտրությունը: Դրանք հետևյալ մեթոդներն են. ազատ զրույց, գործողության միջոցի ընտրություն, համագործակցություն, ազատ ստեղծագործական աշխատանք, խաղային տեխնոլոգիաներ, այլ ակտիվ մեթոդներ՝ քննարկումներ, դերային խաղեր, բանավեճեր, սեմինարներ, աշակերտը որպես հետազոտող և այլն:
7. Տեխնիկական միջոցների կիրառման տեղն ու տևողությունը՝ հիգիենիկ նորմերին համապատասխան, ուսուցչի կարողությունը դրանք կիրառել քննարկման և վանավեճերի մեջ:
8. Աշակերտի դիրքը, դիրքերի փոփոխությունը:
9. Տիզկուլտ դադարները և առողջապահական այլ դադարների առկայությունը դասի ընթացքում՝ դրանց տեղը, բովանդակությունն ու տևողությունը: Ըստ պահանջի՝ 15-20 րոպեն մեկ անհրաժեշտ է կատարել 3 թեթև վարժությունը 3-անգամյա կրկնությամբ:
10. Աշակերտների մոտիվացիայի առկայությունը դասի ընթացքում

/հետաքրքրությունը պարապմունքների նկատմամբ, ձգտումը շատ իմանալ, ակտիվությունից ուրախություն և հաճույք ստանալը, ուսումնասիրվող նյութի նկատմամբ հետաքրքրության դրսևորումը և այլն/:

11. Դասի բովանդակային մասում առողջության և առողջ ապրելակերպի մասին հարցերի առկայությունը, այդ կապերի ներկայացումը, մարդու նկատմամբ որոշակի վերաբերմունքի ձևավորումը, առողջ ապրելակերպի էության մասին որոշակի պատկերացման զարգացումը, պահանջմունքների ձևավորումը, անվտանգ կենսագործունեության անհատական միջոցների մշակումը և այլն:

12. Դասարանում հոգեբանական մթնոլորտի ձևավորումը:

13. Դասի ընթացքում հուզական պահերի առկայությունը:

14. Դասի ավարտին անհրաժեշտ է ուշադրության կետրոնում պահել հետևյալը.

ա/դասի խտությունը, այսինքն ինչքան ժամանակ են ծախսել սովորողները ուսումնական գործունեության վրա: Պահանջվող ժամաքանակը `ընդհանուր դասաժամի 60 տոկոսից ոչ պակաս և 75-80 տոկոսից ոչ ավել,

բ/աշակերտների հոգնածության և աշխատունակության անկման պահը:

Վերջին ժամանակահատվածում մանկավարժության մեջ տարբեր մասնագետների կողմից մշակվել և առաջարկվել են բազմաթիվ առողջապահական մանկավարժական տեխնոլոգիաներ, որոնք կարող են նպաստել սովորողների առողջության պահպանմանն ու ամրապնդմանը դպրոցում ուսումնառելու ընթացքում: Դրանց շարքում իր ուրույն տեղն ունի «Երեխաների անխափան զարգացման տեխնոլոգիան», որը մշակվել է Վ.Ֆ.Բազարնու կողմից: Այս տեխնոլոգիան կիրառվում է հիմնականում տարրական դասարաններում և ունի մի շարք առանձնահատկություններ.

1. դասերն անցկացվում են սովորողի դինամիկ դիրքերի փոփոխմամբ, որի համար դասարանը կահավորված է համապատասխանաբար սովորական նստարաններով և այլ կահույքով, որը հնարավորություն է տալիս երեխային աշխատել կանգնած: Դա

օգնում է խուսափել ողնաշարի հետ կապված խնդիրներից, ձեռք բերել գեղեցիկ կեցվածք:

2. Մկանային-մարմնական և տեսողական կոորդինացիան զարգացնելու նպատակով, ինչպես նաև սովորողների ուշադրությունն ու արագ արձագանքման կարողությունը զարգացնելու նպատակով կիրառվում են տեսողական հետազծեր, որոնք տեղադրված են առաստաղի վրա: Այս և այլ կարգի վարժությունները միավորում են իրենց մեջ աչքերի, գլխի և մարմնի շարժումները, իրականացվում են մարմնի ազատ շարժման պայմաններում, որոնք նպաստում են մարմնի գրեթե բոլոր մկանների շարժմանն ու զարգացմանը: Այս վարժությունների արդյունքում երեխայի մոտ զարգանում է արագ կողմնորոշվելու, արձագանքելու կարողություններ:
3. Այս տեխնոլոգիայով կազմակերպված դասերի կարևոր առանձնահատկությունը այն է, որ դրանք կազմակերպվում են զննական պարագաների շարժման պայմաններում, անընդհատ որոնվում և կատարվում են հանձնարարություններ, որոնք ակտիվացնում են երեխաներին:
4. Գրուսուցման շրջանում կիրառվում են հատուկ տետրեր, որոնք երեխան պետք է լրացնի՝ ըստ տրված օրինակի: Դրանք զարգացնում են «աչքի ձեռքի» մանր մկաններն ու նպաստում գրուսուցմանը:
5. Տեխնոլոգիայի կիրառման պայմաններում կարևոր առարկաներից է երգչախմբային երգեցողությունը՝ ժողովրդական և դասական երաժշտությունը:
6. Տեխնոլոգիայի պայմաններում ենթադրվում է տղաների և աղջիկների զուգահեռ առանձին ուսուցման ներմուծումը: Նրանք սովորելով առանձին միասին հաղորդակցվում են դասամիջոցների, ստեղծագործական խմբակների, միջոցառումների ընթացքում:
7. Տեխնոլոգիայի կարևորագույն պայմաններից մեկը՝ երեխաների առողջական, ֆիզիկական զարգացման պարբերաբար իրականացվող ախտորոշիչ

աշխատանքներն են, դրանց արդյունքների հաշվետվության ներկայացումը ծնողներին:

Հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ այս տեխնոլոգիայի կիրառման արդյունքում զգալիորեն նվազել են երեխաների հիվանդությունների թիվը, բարելավվել է մանկավարժական և մանկական կուլեկտիվների հոգեբանական մթնոլորտը, ինչը թույլ է տալիս եզրակացնել, որ Բազարնու տեխնոլոգիան նախ առողջապահական է, երկրորդը՝ բավականին արդյունավետ:

Հաջորդ տեխնոլոգիան, որը առողջապահական է և կարելի է հաջողությամբ կիրառել ժամանակակից դպրոցում դա Մ.Յու.Գրոմովի և Ն.Կ.Սմիրնովի կողմից մշակած դասարանի հոգեբանական ուղեցման տեխնոլոգիան է, որը թույլ է տալիս դպրոց ներմուծել հոգեբանական առողջության և մանկավարժական հոգեթերապիայի սկզբունքներ: Այս տեխնոլոգիայի հիմքում ընկած է դպրոցի կրթական գործընթացում հոգեբանների ակտիվ մասնակցությունը, հոգեբանի դրսևրումը որպես ուսումնադաստիարակչական գործընթացի ակտիվ մասնակից: Դա շատ կարևոր հանգամանք է, քանի որ վերջին շրջանում հատկապես հոգեծին խախտումներն են առավել տարածված դպրոցում, ինչը խաթարում է սովորողների արդյունավետ զարգացումն նպաստում տարբեր հիվանդությունների զարգացմանը: Այս տեխնոլոգիայի կիրառման պայմաններում ուսուցչի աշխատանքը չափազանց հեշտանում է, քանի որ լուծվում են նախ և առաջ կարգապահական խնդիրները դասարանում, ուսուցիչը ազատ գործելու և մանկավարժական ստեղծագործականություն դրսևորելու հնարավորություն է ստանում:

Հետևապես, ուղղորդումը՝ համալիր մեթոդ է, որի հիմքում ընկած են 4 հիմնական գործառույթների միասնություն.

- ծագած խնդրի էության դիագնոստիկա, ախտորոշում,
- տեղեկություններ խնդրի և նրա լուծման ուղիների մասին,

- որոշումներ կայացնելու համար իրականացվող խորհրդատվություններ, հետագա գործողությունների պլանավորում,
- խնդիրները արդյունավետ լուծելու համար օգնության ցուցաբերում:

Հոգեբանական ուղղորդման հիմնական սկզբունքներն են.

1. օգնության դիմաց մարդու զարգանալու համար ազատ ընտրության իրավունքը,
2. անհատական մոտեցում,
3. արդյունքների ծրագրավորման արգելումը,
4. իրականության ընդունման սկզբունքը,
5. սուբյեկտի պատասխանատվությունը իր որոշումների վերաբերյալ,
6. հետաքրքրությունների առաջնայնությունը,
7. ուղղորդման անընդհատությունը:

Այս տեխնոլոգիայի արդյունավետությունը ապացուցված է բազմաթիվ հետազոտություններով: Վերջինիս կիրառումը հնարավոր է դպրոցում հոգեբանների առկայությամբ, նրանց կրթության ոլորտում կոմպետենտության առկայությամբ:

Այսպիսով, վերը նշված առողջապահական տեխնոլոգիաները արդյունավետ մանկավարժական տեխնոլոգիաներ են, որոնք կիրառվում են ժամանակակից դպրոցում և կարող են նպաստել երեխաների առողջության պահպանմանն ու ամրապնդմանը: Այս տեխնոլոգիաների տեղայնացումը, հատուկ առողջապահական մոդելների մշակումը կարող է ապահովել դպրոցում մանկավարժական գործընթացի ններկայացվող առողջապահական պահանջների բավարարումը:

ԳԼՈՒԽ 2. ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ:

Հիմնախնդրի շուրջ իրականացրել ենք հետազոտություն Վաղարշապատի թիվ 12 դպրոցում:

Հետազոտության նպատակն էր դպրոցում առողջապահական աշխատանքների համակարգի ուսումնասիրությունը և առողջապահական աշխատանքների ազդեցությունն աշակերտների կրթական գործընթացի վրա: Հետազոտությունների իրականացնելու նպատակով իրականացրել ենք դիտումներ, դասալսումներ, կիրառել ենք նաև հարցաթերթիկներ:

Հետազոտության սկզբնական փուլում իրականացրել ենք դիտումներ և դասալսումներ: Դիտումների նպատակն էր՝ դպրոցի կրթական միջավայրի ուսումնասիրությունն ու վերլուծությունը վալեոլոգիական տեսանկյունից:

Դպրոցում կատարած դիտումներից պարզ դարձավ, որ նստարանների դիրքը, հեռավորությունը գրատախտակից համապատասխանում էր նորմին, սակայն գրատախտակի և սեղանների բարձրությունը ոչ բոլոր երեխաների անհատական առանձնահատկություններին էր համապատասխան: Կարճահասակ երեխաների համար նախատեսված չէր որևէ լրացուցիչ միջոց, որը կօգներ նրանց ոտքերը հատակին հասնելուն՝ սեղանները բարձր էին, ինչն էլ դժվարացնում էր գրելու և կարդալու գործընթացները:

Դասասենյակների օդի ջերմաստիճանը կարգավորելու համար հաճախ կատարվում էին օդափոխություններ: Դասասենյակի և գրատախտակի լուսավորությունը համապատասխանում էր պահանջներին: Սակայն լուսավորության ապահովման խնդիր ունեին երկու ձախլիկ երեխա: Մեր հարցումներից պարզ դարձավ, որ այս խնդիրը միշտ եղել է: Ձախ ձեռքով գրող երեխաների համար նախատեսված չեն լրացուցիչ լուսավորության սարքեր, ինչի պատճառով նրանք իրենց կեցվածքն են փոխում, հարմարեցնում լույսին: Սա իր հերթին բերում է ողնաշարի հետ կապված լուրջ խնդիրների:

Ուսուցիչները հնարավորինս փորձու էին ցուցաբերել հոգատարություն, նկատում էին գրեթե բոլոր երեխաների կեցվածքին, շտկում էին սխալ դիրք ընտրած երեխաներին: Սակայն յուրաքանչյուր աշակերտի նկատմամբ ցուցաբերել ուշադրություն հնարավոր չէր՝ ելնելով աշակերտների քանակից:

Մեկ շաբաթվա դիտման ընթացքում պարզ դարձավ, որ կային դասաժամեր, որոնց ընթացքում ոչ մի անգամ ֆիզկուլտ-դադար չէր կատարվում (10 դասաժամից՝ 7-ի ընթացքում չի կատարվել), իսկ մնացած դասաժամերին 1 անգամ էր կատարվում (12 դասաժամից՝ 4-ի ընթացքում): Ֆիզկուլտ-դադարի տեղը չէր համապատասխանում, իսկ տևողությունն ու բովանդակությունը համապատասխանում էին (նորմը՝ դասի 15-20 րոպեին մեկ րոպե տևողությամբ 3 պարզ վարժություններ՝ յուրաքանչյուր վարժության երեքական կրկնությամբ):

Դիտումներից եզրակացրեցինք, որ դպրոցում դասի տևողությունը, ուսումնական և շաբաթվա տևողությունը, արձակուրդները համապատասխանում էին սահմանված կարգին:

Դասալսումներ կատարելու ընթացքում նպատակ էինք դրել ուսումնասիրել դասի կառուցման համապատասխանությունը վալեոլոգիական պահանջներին:

Ուսուցման գործունեության տեսակների թիվը հիմնականում համապատասխանում էր նորմին (մեկ դասի ընթացքում նորմն է՝ ուսուցման գործունեության 4-7 տեսակը): Գործունեության առաջին տեսակից՝ աշակերտների հարցումից, անցում կատարվեց գործունեության մյուս տեսակին՝ գրելուն, ապա պատմելուն, զննական պարագաներ դիտելուն, հարցերին պատասխանելուն, օրինակներ և խնդիրներ լուծելուն:

Հետազոտության մեթոդներից ընտրելով փաստաթղթերի ուսումնասիրման մեթոդը՝ ուսումնասիրեցինք դպրոցի կառուցվածքի և պահպանման սանիտարական կանոնները հաստատելու մասին ՀՀ առողջապահության նախարարի հրամանը: Ուսումնասիրության արդյունքում պարզ դարձավ, որ դասամիջոցների տևողությունը համապատասխանում

էր սահմանված կարգին: Դպրոցի դասացուցակում առկա առարկաների բաշխվածությունը համապատասխանում է դասացուցակի հիգիենիկ պահանջներին. Առավել բարդ առարկաները 2-րդ կամ 3-րդ դասաժամերին են ներառված՝ աշակերտների ամենաբարձր աշխատունակության ժամանակ: Ինչպես նաև բարդ առարկաները (մաթեմատիկա, մայրենի) զուգակցված է ստեղծագործական և պրակտիկ բնույթի առարկաների հետ (տեխնոլոգիա, կերպարվեստ, երգ, ֆիզկուլտուրա):

Ուսուցման մի գործունեության տեսակից մյուսին անցնելու տևողությունը համապատասխանում էր նորմին (նորմը՝ յուրաքանչյուր գործունեության տեսակին տրամադրել 7-10 րոպե): Դասավանդման տեսակների թիվը նույնպես համապատասխանում էր նորմին (նորմը՝ երեքից ոչ պակաս)՝ բառային, զննողական, ինքնուրույն աշխատանք և այլն:

Դասի ժամանակ մեթոդները տեղին էին ընտրված և օգնում է իր ուսուցչին հասնել իր առջև դրված նպատակներին: Դասի ժամանակ ուշադրություն չէր դարձվում աշակերտների հոգեբանական վիճակին՝ դրական կամ բացասական հույզերին: Ոչ մի դասի ընթացքում չէր կատարվում հուզական լիցքաթափումներ՝ կատակներ, ժպիտներ, փոքրիկ բանաստեղծություններ, երաժշտական րոպեներ: Կային նաև որոշ հոգեբանական խնդիրներ ունեցող երեխաներ, որոնց վարքը չէր համապատասխանում կարգապահական նորմերին, սակայն ուսուցիչները բացի նկատողություններից այլ միջոցառումներ ձեռք չէին առնում:

Դասի խտությունը, այսինքն, այն ժամանակի քանակը, որը դպրոցականները ծախսում էին ուսուցման աշխատանքի վրա կազմում էր 85%-90% (նորմը՝ 60%-ից ոչ պակաս 75-80%-ից ոչ ավել): Դասերն ունենում էին երբեմն հանգիստ ավարտ, երբ աշակերտներն ունենում էին ուսուցչին հարցեր տալու և այդ հարցերի պատասխանները ստանալու հնարավորություն և ուսուցիչը կարողանում էր հրաժեշտ տալ աշակերտներին, երբեմն էլ արագ ավարտ, երբ չկար ժամանակ աշակերտների հարցերի

համար, արագ, պրակտիկորեն առանց մեկնաբանությունների նշում էին տնային առաջադրանքները:

Կրթության բովանդակությունը չէր համապատասխանում երեխայի տարիքային առանձնահատկություններին, քանի որ ուսուցիչը դասի խթանման և իմաստավորման փուլերում տալս էր չափից ավելի տեղեկատվություն՝ ծանրաբեռնելով երեխաներին, չընկալելուց երեխաները հուսահատվում էին և կշռադատման փուլում ընկնում էր նրանց աշխատունակությունը: Այդ խնդրի շուրջ ուսուցչի հետ զրույց անցկացնելու ընթացքում փորձեցինք որոշակի լուծումներ տալ այդ խնդրին, սակայն գրեթե բոլոր ուսուցիչները միաձայն պնդում էին, որ դա հիմնական ուսումնական ծրագրի խնդիրն է, և իրենք ոչինչ անել չեն կարող:

Աշակերտների դաստիարակության և ուսուցման արդյունավետությունը պայմանավորված է նրանց առողջությամբ: Առողջությունը երեխայի աշխատունակության և ներդաշնակ զարգացման կարևորագույն տարրերից մեկն է: Հիմք ընդունելով այս փաստը մեր հետագա ուսումնասիրությունները իրականացրել ենք այդ ուղղությամբ:

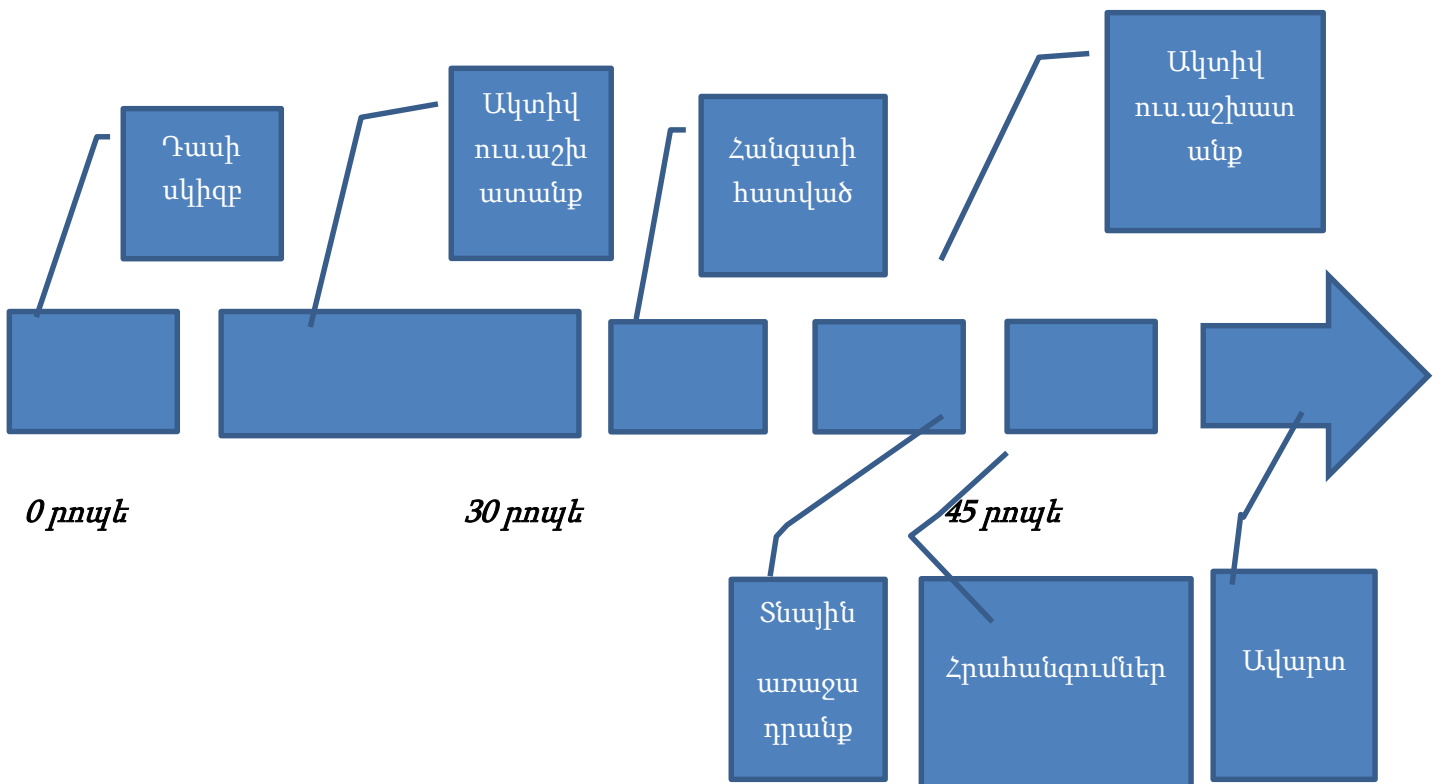
Մեր հետագա ուսումնասիրությունները դպրոցում կատարել ենք հաշվի առնելով առողջապահական դպրոցի մոդելների ցուցանիշները՝ դրանց դերը երեխայի կրթական գործընթացում: Մենք դիտարկել ենք, թե դասերի ժամանակ վալեոլոգիական կոմպոնենտի առկայությունն ինչքանով է նպաստում երեխաների մտավոր գործունեության արդյունավետության, կրթության որակի բարձրացմանը:

Վերը նշված դպրոցի տարրական դասարաններում կատարել ենք հետազոտություն, մանկավարժական գործընթաց ներմուծելով հետևյալ ցուցանիշները.

- անձնակողմնորոշիչ մոտեցման իրականացումը որպես վալեոլոգիական կոմպոնենտ /աշակերտների առողջական վիճակի հաշվառում, աշակերտի ուսումնական աշխատանքի նկատմամբ ունակություն, հնարավորությունների հաշվառում/,

- միջառարկայական տրամաբանական կապերի ստեղծում առողջապահական տարրերի հետ,
- աշակերտների աշխատունակության հաշվառումը դասի ընթացքում,
- դասի բարոյահոգեբանական մթնոլորտի բարելավում,
- առողջ ապրելակերպի նկատմամբ մոտիվացիայի ձևավորում,
- խաղային տեխնոլոգիաների կիրառումը դասի ընթացքում,
- ստեղծագործական գործունեության առկայությունը:

Տարրական դասարանների աշակերտների աշխատունակության դինամիկան և դասի կառուցվածքը



Մանկավարժական գործընթացի վալեոլոգիական կոմպոնենտը դիտարկել ենք, հիմք ընդունելով նաև Պողոսաիի առաջարկած դասի փուլայնության մոդելը, համաձայն որի դասի ընթացքում աշակերտի աշխատունակությունը ենթարկվում է որոշակի

փոփոխությունների: Այդ առանձնահատկությունները անհրաժեշտ է հաշվի առնել աշակերտների հետ կազմակերպվող աշխատանքի ընթացքում՝ դասի կառուցման առանձնահատկությունները հաշվառելով: Մեր ուսումնասիրությունները ցույց տվեցին, նախ, որ երկու դպրոցների ուսուցիչներն էլ տեղյակ չէին այս սանդղակի մասին: Նրանք ինտուիտիվ, իրենց փորձով պայմանավորված զգում են երեխաների աշխատունակության տատանումները և դասի կառուցումն իրականացնում են այդ զգացումներով: Փորձեցինք դիտարկել նրանց կազմակերպած դասերի առանձնահատկությունները:

Դասալսումներից պարզ դարցավ, որ դպրոցից միայն մեկ ուսուցիչ էր Պողոսաիի ներկայացրած փուլայնությանը մոտ դասի կառուցում ապահովում: Մյուսները՝ պատճառաբանում էին, որ այդ փուլայնության ապահովումը թույլ չի տա կատարել ծրագրի պահանջները: Սակայն պետք է շեշտենք, որ որպես կանոն, երեխաները շատ էին հոգնում դասի ավարտին, նրանցից շատերը ընդհանրապես չէին մասնակցում դասերի ավարտական աշխատանքներին, քանի որ ցրված էին, հոգնած էին և այլն: Փորձ կատարեցինք մեր դիտարկած դասարաններից մեկում դասի պլանը հնարավորինս մոտեցնել Պողոսաիի ներկայացրած սանդղակին: Հանգստի հատվածի համար ընտրեցինք այնպիսի աշխատանքներ, որոնք շատ ջանքեր և մտավոր լարվածություն չէր պահանջում երեխաներից: Երկու շաբաթ այս աշխատանքը կատարելուց հետո մենք նկատեցինք որոշակի փոփոխություններ: Երեխաները՝ այն դասարանում, որտեղ կիրառվել էր դասի կառուցման Պողոսաիի տարբերակը, ավելի հեշտությամբ էին դասի ավարտին ներգրավվում ակտիվ աշխատանքի, դասի ավարտին հոգնած չէին լինում, ուրախ էին, հեշտությամբ մասնակցում էին տնային առաջադրանքների հանձնարարման և քննարկման աշխատանքներին:

Պարզելու համար, թե ինչպես է ազդում երեխաների հետ իրականացվող վալեռլոգիական աշխատանքը դասերի ընթացքում կրթական գործունեության վրա

իրականացրել ենք մի շարք աշխատանքներ հետևյալ առարկաների դասավանդման ընթացքում՝ մայրենի լեզու, ես և շրջակա աշխարհը, տեխնոլոգիա, ֆիզկուլտուրա:

Մայրենիի դասերին որպես կանոն աշակերտներին ծանոթացնում էինք ճիշտ կարդալու և գրելու կուլտուրային՝ ձևավորելով կարդալու և գրելու հիգիենիկ նորմերը՝ ճիշտ կեցվածք, տետրի դիրքը և այլն: Առանձնակի ուշադրություն էինք դարձնում երկու ձախիկ աշակերտների կեցվածքին, քանի որ նրանց ավելի շատ էին փոփոխում իրենց դիրքը, հարմարվելով լույսի ճառագայթներին:

«Ես և շրջակա աշխարհը» առարկայի դասավանդման ընթացքում ուսուցչի հետ ներմուծել էին տարբեր առաջադրանքներ, որոնք օգնում էին ձևավորել գործնական կարողություններ: Նրանք չափում էին շաբաթական օդի ջերմաստիճանը, խորհուրդներ ձևակերպում, թե ինչպես պետք է հագնվել այս կամ այն օդի ջերմաստիճանի պայմաններում: Կազմում էին իրենց օրվա ռեժիմը, կազմակերպելով առօրյան:

Դասերի և դասամիջոցների ընթացքում միասին կազմակերպում ենք վալեոլոգիական բնույթի տեղեկատվական գրույցներ՝ հարց ու պատասխանի տեսքով: Երեխաները սկսեցին ավելի ուշադիր լինել ուսուցչի առաջ ձեռքերը լվանալու և այլ հիգիենիկ միջոցառումների նկատմամբ:

Նմանատիպ աշխատանքներ իրականացնելու ընթացքում նկատվեց աշակերտների ուսման մոտիվացիայի աճ: Նրանք այդ առաջադրանքները դիտարկում էին, որպես հետաքրքիր ներմուծումներ, որոնք բազմազան էին դարձնում դպրոցի առօրյան:

Շատ էին օգնում դասերի ժամանակ կազմակերպած ֆիզկուլտ դադարները, խաղային շարժողական վարժությունները բամբակի, մատիտների հետ, որոնք նպաստում են մատների մանր մոտորիկայի զարգացմանը: Բոլոր վարժությունները ուղղորդվում էին մեր կողմից մեկնաբանություններով՝ ինչի համար, ինչ նպատակով, ինչին է նպաստում այս կամ այն վարժությունը: Կամաց-կամաց հասանք նրան, որ երեխաները կատարելով

վարժությունները իրենք բարցրաձայն մեկնաբանում էին դրանք, կամ անսխալ պատասխանում մեր տված հարցերին:

Տարրական դասարաններում դասի ժամանակ հիմնական աշխատանքը՝ ընթերցանությունն է: Ծանրաբերոնվածությունը ժամանակակից երեխայի տեսողության վրա չափազանց մեծ է, իսկ հանգստանում են երեխաները միայն քնելու ընթացքում: Այս կապակցությամբ շատ կարևոր է դասերի ընթացքում հաշվի առնելով այդ փաստը կատարել որոշակի վարժություններ, որոնք կթոթափեն տեսողության լարվածությունը: Ընտրելով հեռավոր կետ հորիզոնի վրա, երեխաներին առաջարկում էինք հաջորդաբար նայել մեկ այդ կետին, մեկ առավել մոտ կետի և այլն: Տեսողության այս հանրաձանոթ վարժությունը կատարում էինք ամենահարմար պահերին, 1-2 րոպե տևողությամբ: Երեխաները դա զուգորդում էին կանգնելու, դիրքը փոխելու հետ, ինչը ևս չափազանց կարևոր է:

Ընտրված դասարաններում կատարել ենք նաև վարժություններ, ուղղված երեխաների ուշադրության զարգացմանը՝ տրվում են բառերի շարք, երեխան պետք է ծափ տա, եթե այդ շղթայում տրամաբանությունից դուրս բառ է արտասանվում:

Շատ ենք աշխատել դասարանում բարոյահոգեբանական մթնոլորտի ձևավորման, աշակերտների բարձր տրամադրություն ապահովելու ուղղությամբ: Ուսուցչի հետ միասին փորձում էինք նկատել և արագ արձագանքել աշակերտների մոտ առաջացած դժվարություններին, որոնք կարող էին խանգարել նրանց արագ յուրացնել առարկան, փչացնել տրամադրությունը և այլն: Այս միջոցառումները ևս նպաստեցին նրան, որ երեխաները, ուսուցչի մեկնաբանմամբ, ավելի ուրախությամբ էին գալիս դասերին, դասերից հետո մնում էին դասարանում, չէին ուզում տուն գնալ: Աշակերտների հոգեբանական աջակցման աշակերտների կազմակերպման ընթացքում սերտ համագործակցել ենք հոգեբանի հետ, որի արդյունքում նկատելի իջել էր երեխաների տագնապայնությունը: Միասին կազմակերպել ենք նաև ծնողական ժողովներ:

Դասարանում բարոյահոգեբանական մթնոլորտի ուղղությամբ տարվող աշխատանքներից առաջ և հետո կատարել ենք աշակերտների թեստավորում՝ նրանց տագնապայնության շեմը որոշելու նպատակով: Աշխատանքների սկզբում և հետո երեխաների տագնապայնության շեմը տատանվել էր, նկատվում էր զգալի տեղաշարժ: Առանձնակի ուշադրություն ենք դարձրել ծնողների հետ տարվող աշխատանքներին: Ծնողների վալեոլոգիական լուսավորությունն իրականացրել ենք հիմնականում ծնողական ժողովների ժամանակ, ինչպես նաև կազմակերպել ենք երկու հանդիպում՝ հոգեբանի և բժիշկի հետ:

Ծնողների շրջանում կատարված հարցումները ցույց տվեցին, որ նրանք առավելապես մտահոգված են երեխայի հոգեկան զարգացման և առողջության խնդիրներով: Հիվանդությունների պրոֆիլակտիկայի համար աշխատանքներն ենք իրականացրել դասղեկի ժամերի և ծնողական ժողովների ընթացքում: Աշխատանքները կազմակերպել ենք դպրոցի բուժաշխատողի, ինչպես նաև հրավիրված բժշկի հետ միասին: Ծնողների արձագանքից պարզ դարձավ, որ նրանք շատ գոհ էին կազմակերպված միջոցառումներից, այդ հանդիպումների ժամանակ չենք ունեցել գրեթե ոչ մի բացակա ծնող, ինչը խոսում է այն մասին, որ բոլորի համար այդ հանդիպումները պահանջված են:

Վալեոլոգիական միջոցառումները, որոնք կազմակերպվել էին մեր կողմից մեկ տարի շարունակ երկու դպրոցների նույն դասարաններում բավականին լուրջ փոփոխություններ էին առաջացրել: Երեխաները ուրախ էին հաճախում դպրոց, ավելի ազատ էին իրենց զգում, տեղաշարժ էր նկատվում նաև նրանց առաջադիմության մեջ:

Հետագա աշխատանքներն իրականացրել ենք Վ.Ֆ.Բազարնու առողջապահական տեխնոլոգիայի շրջանակներում: Մենք առանձնացրել էին Վ.Ֆ.Բազարնու առողջապահական տեխնոլոգիայի մի քանի տարրեր:

Դրանք են.

- *աշակերտների «դինամիկ կեցվածքը» դասի ժամանակ /երբ հնարավոր է դասն անցկացնել կանգնած, կեցվածքը փոփոխելով/, այստեղ կարևոր է ոչ թե կեցվածքի փոփոխության տևողությունն է, այլ հենց փոփոխման փաստը: Մա դրական ազդում է.*
 1. երեխայի հոգեկան, ֆիզիկական, մտավոր ոլորտների վրա,
 2. իմունային համակարգի վրա,
 3. նպաստում է երեխայի աճին,
 4. զարգանում է կոորդինացիան և այլն:
- *կրթական գործողությունների կառուցումը տեսողական և շարժուն օբյեկտների ռեժիմում: Այս մեթոդիկան առանձնանում է նրանով, որ դիդակտիկ նյութը տեղակայվում է երեխաներից մաքսիմալ հեռավորության վրա և տեսողական ընկալման արդյունավետությունը բարձրանում է տարածական դիտարկման պայմաններում: Երեխան պետք է մոտենա, շարժվի ամբողջական ընկալման համար:*

Ամենակարևորն այստեղ այն է, որ յուրաքանչյուր հարցի պատասխանը գտնելու համար երեխաները պետք է որոնողական գործողություններ կատարեն աչքերով, գլխով, մարմնով: Դա բարձրացնում է երեխաների աշխատունակությունը, նպաստում է տեսողական ընկալման արդյունավետության բարձրացմանը: Դիդակտիկ նյութերը փակցվում էին անգամ առաստաղից, որպեսզի երեխան վերև նայելով պատասխանի հարցերին:

Ուսուցման շարժուն ձևը թույլ է տալիս բարձրացնել երեխաների շարժողական ակտիվությունը, կատարելո տեսողական որոնողական աշխատանքներ, որոնք նպաստում են երեխաների տեսողության զարգացմանը: Այս ամենը նաև նպաստում է ուսումնական նյութի հեշտ և արագ յուրացմանը:

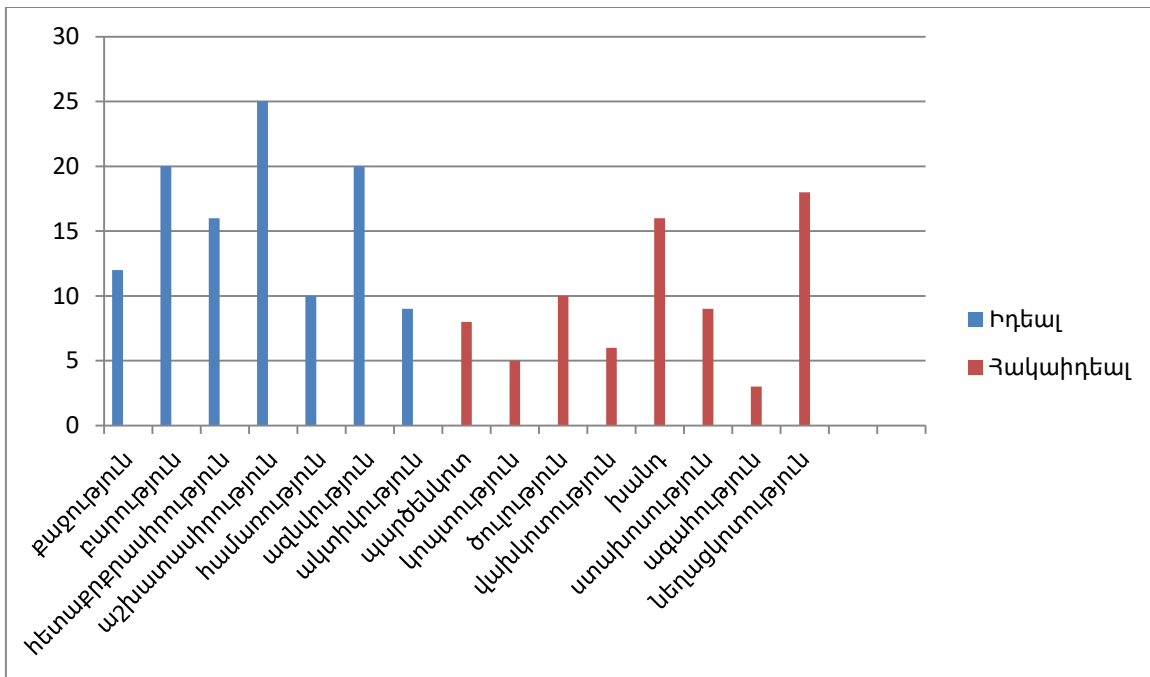
Բազարնու առողջապահական տեխնոլոգիայի կիրառման ժամանակ աշակերտները գտնվում են ազատ վիճակում, նրանք հաճույքով են կատարում ուսուցչի հրահագները: Տեխնոլոգիայի կիրառումը դրական է ազդում դասարանի հոգեբանական մթնոլորտի վրա, տարբեր իրավիճակների արագ արձագանքմանը և այն:ն Նրանց մոտ զարգանում է տեսողական-շարժողական որոնողական ակտիվություն, ինչպես նաև կոորդինացիան: Նրանք դառնում են ուշադիր և ակտիվ:Առողջապահական տեխնոլոգիաների ստեղծագործական կիրառումը հնարավորություն է տալիս բարձրացնել շարժողական ակտիվությունը, բարելավել երեխայի ֆիզիկական, հոգեկան, բարոյական առողջությունը: Առողջապահական տեխնոլոգիայի կիրառումը սովորեցնում է աշակերտների պահպանել և ամրապնդել առողջությունը, բարձրացնել աշխատունակությունը, զարգացնել ուշադրությունը, ակտիվությունը: Այս ամենը ուղղակիորեն նպաստում է մտավոր գործունեության խթանմանը: Երեխաների մոտ նկատվում է կայուն հետաքրքրություն գիտելիքների և ինքնավերհսկման նկատմամբ: Դասարանում բարելավվել էր հոգեբանական մթնոլորտը, երեխաները դարձել էին ընկերասեր, ուշադիր և հոգատար միմյանց նկատմամբ:

Առողջապահական տեխնոլոգիայի կիրառումից առաջ և հետո իրականացրել ենք հետազոտություններ, ուղղված երեխաների ինքնզննաստակականի ուսումնասիրությանն ու նրանց իմացական գործընթացների ակտիվությանը:

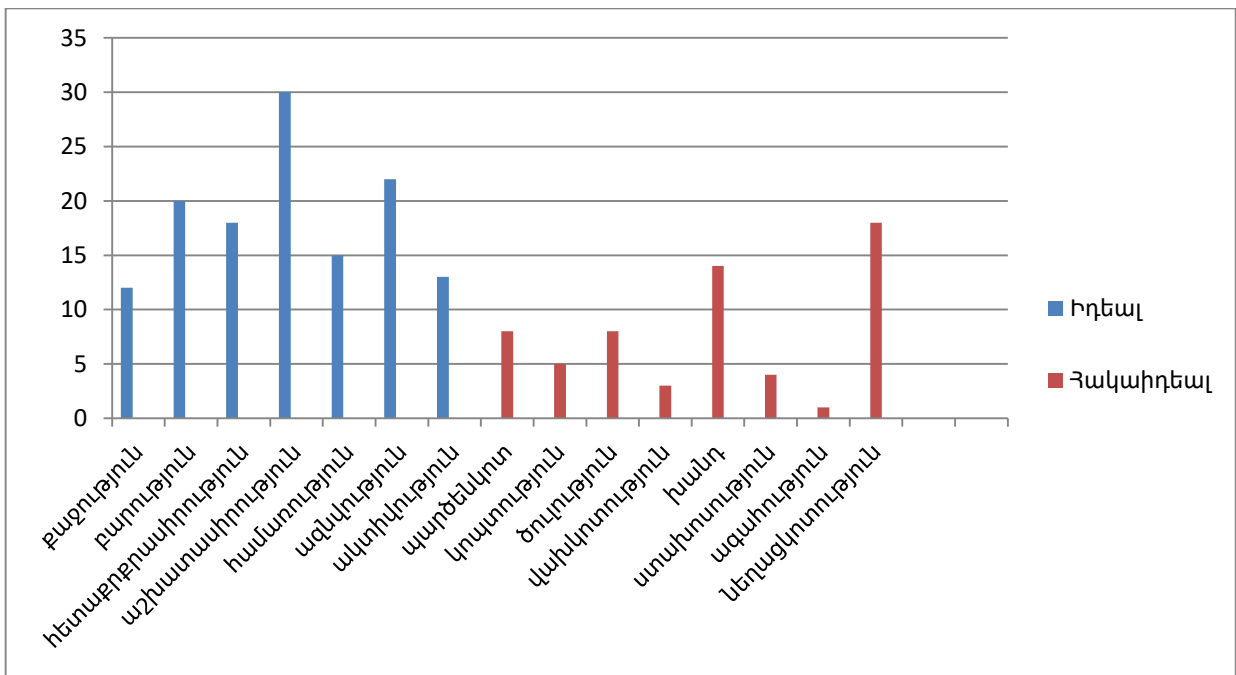
Ներկայացնենք հետազոտության արդյունքները գրաֆիկական տեսքով

/վալեոլոգիական աշխատանքներիիրականացնելուց առաջ և հետո/

/հետազոտությանը մասնակցել են 45 հոգի/



Հետո



Մեր հետազոտությունից հետո ուսուցիչների կողմից աշխատանքների համակարգը

շարունակվում է մինչ օրս: Նրանց հետ զրույցներից մենք տեղեկացանք, որ երեխաները շատ ակտիվ են, նրանք ձգտում են առողջ լինել, մեկը մյուսին դրդում են հետևել կեցվածքին, ձեռքերը լվանալ, ցուցումներ են կատարում և խորհորում են առողջ սնունդ ուտել:

Հետազոտություն իրականացնելու ընթացքում փորձեցինք պարզել, թե որքանով է նպաստում առողջապահական աշխատանքների համակարգը երեխաների իմացական ակտիվության վրա: Նախ զրույցները ուսուցիչների հետ ցույց տվեցին, որ երեխաները շատ մեծ ոգևորությամբ կիսվում են մեկը մյուսի հետ իրենց առողջապահական գիտելիքներով, նրանք սկսել են ուսուցիչներին հաճախակի դիմել հարցով, թե արդյոք այս կամ այն արարքը ինքանով է անվտանգ առողջության համար, որքանով է այս կամ այն վարժությունը նպաստում առողջության ամրապնդմանը: Կարճ ժամանակի ընթացքում երեխաները ոգևորությամբ տրամադրվել էին առողջապահական կոնկրետ գործողություններ կատարել և հետևում էին իրենց ընկերների դրական փորձին:

Առաջարկություններ ուսուցիչներին առողջապահական խնդիրները դպրոցում բարելավելու և երեխաների իմացական գործընթացների բարելավմանն ուղղելու վերաբերյալ.

- խուսափել վիրավորել երեխայի արժանապատվության զգացումը,
- ցանկալի է, որ երեխան միշտ լսի Ձեր հանգիստ, մեղմ ձայնը ինչպես դասի ժամանակ, այնպես էլ արտադասարանական պարապմունքների ընթացքում,
- երեխայի անգամ սխալ պատասխանը, արտահայտած կարծիքը պետք չէ «սվիններով» ընդունել, այլ հանգիստ և հանդարտ ուղղորդել դեպի ճիշտ պատասխանի որոնումը,
- օգտագործելով ժամանակակից մանկավարժական տեխնոլոգիաները աշխատել փոփոխել երեխայի դիրքը դասի ժամանակ,
- անպայման անցկացնել ֆիզուլտ դադարներ և այլն:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

1. Ժամանակակից դպրոցի առողջապահական խնդիրները բազմազան են: Դրանց լուծման համար անհրաժեշտ է ապահովել կրթական գործընթացի բոլոր սուբյեկտների համագործակցությունը՝ օգտագործելով համագործակցության բազմապիսի ձևեր: Մատաղ սերնդի առողջապահական խնդիրների լուծման համար դպրոցը պետք է համագործակցի նաև այլ բուժհիմնարկների հետ, իրականացնելով ախտորոշիչ, պրոֆիլակտիկ և այլ աշխատանքներ:
2. Աշակերտների առողջապահական խնդիրները լուծելու նպատակով անհրաժեշտ է իրականացնել հետևողական աշխատանք, որը պետք է տարվի յուրաքանչյուր առարկայի դասավանդման ժամանակ՝ կապելով նյութը սերնդի վալեոլոգիական խնդիրները հետ:
3. Հետազոտությունները ցույց են տվել, որ առողջապահական խնդիրների լուծումը նպաստում է աշակերտների իմացական ակտիվության, աշխատունակության բարձրացմանը:
4. Առողջապահական խնդիրների համակարգված լուծմանը դպրոցում խոչընդոտում է ուսուցչի ոչ կոմպետենտ մոտեցումը, ինչպես նաև նրանց անկարողությունը դասի ժամանակ առողջապահական խնդիրների վերհանումն ու դրանց լուծումը, առողջապահական խնդիրները երեխաների առաջադիմության և իմացական խնդիրների հետ կապելու կարողության բացակայությունը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. «Մանկավարժություն», Գիտամեթոդական վերլուծական ամսագիր, 2011 / 3:
2. «Հանրակրթական դպրոցների կառուցվածքի և պահպանման սանիտարական կանոններ N2.III.3-2...», ՀՀ ԱՆ 02.11.2002թ. N 82 հրաման:
3. Вахрушев Я., Ефремова Л. Оздоровление подростков // Медицинская газета. — 1997. — № 5.
4. Вопросы охраны здоровья школьников / под ред. М. П. Кравцова, Р. А. Якимович. — Минск, 1983.
5. Воскресенский В. А. Здоровый образ жизни и гигиеническое воспитание подростков и молодежи. — М., 1987.
6. Глинянова И. Ю. Профилактико-оздоровительная работа в школе // Педагогические системы в школе и вузе: технологии и управление: тез. докл. Рос. науч. конф. — Волгоград, 1993.
7. Дубинин К П. Биологическое и социальное в развитии человека. — М., 1977.
8. Дубровский А.А. Лечебная педагогика. — М., 1989.
9. Здоровье, развитие, личность / под ред. Г. Н. Сердюковой. — М., 1990.
10. Здоровый образ жизни: проблемы, пути утверждения / под ред. А. И. Авраменко. — Минск, 2002.
11. Здоровый образ жизни: двигательная активность и конституция человека / под ред. А.В.Сахно, А. С.Чубукова. — М., 1990.
12. Зиттлер П. Основы здоровой жизни. — М., 1984.
13. Ильин В. С. Формирование личности школьника — целостный процесс. — М., 1984.
14. Как быть здоровым: из зарубежного опыта обучения принципам здорового образа жизни / пер. с англ. — М., 1990.

15. Капустин М.Я.Образование и здоровье. — Казань, 1994.
16. Киколов А. И.Обучение и здоровье. — М., 1985.
17. Колбанов В. В., Зайцев Г. К. Валеология в школе: метод, пособие — СПб., 1992.
18. Лисицын Ю.П., СахноАВ.Здоровье человека — социальная ценность. — М., 1999.
19. Митяева АМ.Здоровьесберегающие образовательные технологии. — Орел, 2001.
20. Митяева А. М.Педагогическая валеология: современное состояние и основные проблемы // Качество педагогического образования / под ред. Д.М.Забродина. - Белгород, 2000.
21. Митяева А.М.Педагогика здоровья: метод, рекомендации к проведению курса «Педагогика здоровья». — Орел, 2002.

Հավելված 1

Դպրոցականի անձի ինքնագնահատականի ուսումնասիրություն

Ձեզ ներակայցվում է դրական և բացասական որակների շարք: Ընդգծեք այն որակները, որոնք նկատում եք Ձեզ մոտ:

1	Իդեալ	Հակաիդեալ
2	քաջություն	պարծենկոտ
3	բարություն	կոպտություն
4	հետաքրքրասիրություն	ծուլություն
5	աշխատասիրություն	վախկոտություն
6	քաղաքավարություն	խանդ
7	համառություն	ստախոսություն
8	ազնվություն	ազահություն
9	ակտիվություն	նեղացկոտություն

Եթե իդեալ շարքում նշված է 8-9 որակ, ուրեմն գործակիցը 0.9, կամ 08.,ինչը խոսում է բարձր ինքնագնահատականի մասին: Եթե նույն նկարագիրը հակաիդեալի դեպքում է՝ ցածր ինքնագնահատականի:

Հավելված 2

Աշակերտների ինացական ակտիվության դիագնոստիկայի քարտ

Ինչքա՞ն ժամանակ է տրամադրում աշակերտը մտավոր գործունեության /բացի դասերից, 2-2.5 ժամ/:	ա) հաճախ բ) երբեմն գ) շատ հազվադեպ
Ինչպե՞ս է իրեն դրսևորում աշակերտը, երբ տրվում է խորաթափանց , ստեղծագործական պատասխան պահանջող հարց:	ա) աշխատում է ինքնուրույն գտնել հարցի պատասխանը բ) տարբեր գ) աշխատում է ստանալ, հարցնել պատրաստի պատասխանը ուրիշներից
Լրացուցիչ գրականություն կարդում են, թե ո՞չ:	ա) շատ բ) քիչ են կարդում գ) չեն կարդում ընդհանրապես
Ինչպե՞ս է վերաբերվում մտավոր գործունեությանը:	ա) շատ ոգևորված բ) միջին ոգևորվածությամբ գ) ոգևորվածությունը արտահայտված չէ
Հաճախ է՞ նա աշակերտը հարցեր տալիս:	ա) հաճախ բ) երբեմն գ) հարց չի տալիս ընդհարապես

Զրուցելով սովորողի հետ, դիտելով նրա վարքագիծը դասարանում, զրուցելով ծնողների հետ լրացրե՛ք այս քարտը: Հաշվարկելով միջին միավորը, դուք կհաշվարկեք սովորողի ճանաչողական գործունեության ակտիվության, կամ նրա իմացական գործունեության մոտիվացիան:

- 3.5-5 ` իմացական ակտիվության բարձր մակարդակ
- 2.5-3.5 ` իմացական ակտիվության միջին մակարդակ
- 2.5 ցածր ` իմացական ակտիվության ցածր մակարդակ
-

Սպիլբերգ-Հանինի անհանգստության աստիճանի ինքնագնահատականի
կանխատեսման մեթոդիկան

Սպիլբերգ-Հանինի անհանգստության աստիճանի ինքնագնահատականի կանխատեսման մեթոդիկան հանդիսանում է վստահելի և տեղեկատվական միջոց ինքնագնահատականի անհանգստության աստիճանը /ակնթարթային անհանգստությունը որպես վիճակ/ և անհատականան հանգստությունը /որպես մարդու բնավորության հիմնական գիծ/տվյալ պահին որոշելու:

Անհատի անհանգստությունը որպես այդպիսին բնութագրվում է, երբ դեպքերի մեծ շրջանը վտանգավոր է ընկալվում: Այդպիսի իրավիճակներին անդրադառնում ենք անհանգիստ պահվածքով: Ակնթարթային անհանգստությունը բնութագրվում է լարվածությամբ, անհանգստությամբ և նյարդայնությամբ:

Շատ բարձրաստիճանի ակնթարթային անհանգստությունը առաջացնում է ուշադրության խանգարում, երբեմն նաև խախտում է կորդինացումը: Շատ բարձր աստիճանի անհատական անհանգստությունը ուղղակիորեն փոխկապակցված է նյարդային բախումների շարանի, էմոցիոնալ ու նյարդային պոռթկումների և հոգեբանական հիվանդների հետ:

Սակայն անհանգստությունը չի կարելի ի սկզբանե համարել բացասական գիծ: Անհանգստության չափավոր աստիճանը բնական և պարտադիր պայման է ակտիվ մարդու համար:

Անհանգստության չափման մեթոդիկան և՛ որպես անհատականացման միջոց, և՛ որպես Սպիլբերգի հետազոտման վիճակ ադապտացվել է Հանինի կողմից՝ ռուսերեն թարգմանությամբ:

Ստորև ներկայացվում է Սպիլբերգ-Հանինի հարցաշարը, որի օգնությամբ կարելի է հանգիստ որոշել անհատական և իրավիճակային անհագստությունը:

Հրահանգներ: Ուշադիր կարդացեք ներոհիշյալ դատողությունների ցուրաքանչուրը և նշեք աջ կողմում թվերը՝ Ձեր ընտրությանը համապատասխան 4 թվերից: Երկար պետք չէ մտածել պատասխանելուց առաջ: Ընտրեք այն պատասխանը, որը ավելի շատ է համապատասխանում Ձեր կարծիքին:

Թեստ-հարցումը ընդգրկում է 2 աստիճան. Իրավիճակային անհանգստության աստիճան և անհատական անհանգստության աստիճան: Առաջին սանդղակի համար ընտրվող պատասխանը համապատասխանում է 4 տարբերակներից որևէ մեկին /«ոչ, դա այդպես չէ», «հնարավոր է այդպես է», «ճիշտ է», «շատճիշտ է»/: Երկրորդ սանդղակի համար կրկին 4 ընտրություն կա /«երբեք», «համարյա երբեք», «հաճախ», «համարյա միշտ»/:

Իրավիճակային անհանգստության սանդղակ.

№ π/π	Դատողություն	Ընտրվածպատասխաններ			
		Ոչ, դա այդպեսչէ	հնարավոր է այդպես է	ճիշտ է	Շատ ճիշտ է
1	Ես հանգիստ եմ	1	2	3	4
2	Ինձ ոչինչ չի սպառնում	1	2	3	4
3	Ես լարված իրավիճակում եմ	1	2	3	4
4	Ես ներքուստ հանգիստ եմ	1	2	3	4
5	Ինձ հանգիստ եմ զգում	1	2	3	4
6	Ես ընկճվա ծ եմ	1	2	3	4
7	Ինձ անհանգստաց- նում են հնարավոր ձախողումները	1	2	3	4
8	Ես զգու եմ հոգեկան հանգստություն	1	2	3	4
9	Ես անհանգիստ եմ	1	2	3	4

10	Ես զգում եմ ներքին բավարարվածություն	1	2	3	4
11	Ես վստահ եմ ինձ վրա	1	2	3	4
12	Ես հուզվում եմ	1	2	3	4
13	Ես տեղս չեմ գտնում	1	2	3	4
14	Ես վիրավորված եմ	1	2	3	4
15	Չեմ զգում ինքնամփոփվածություն և լարվածություն	1	2	3	4
16	Ես գոհ եմ	1	2	3	4
17	Ես մտահոգ եմ	1	2	3	4
18	Ես չափից շատ հուզված եմ և վստահ չեմ ինքս ինձ վրա	1	2	3	4
19	Ես ուրախ եմ	1	2	3	4
20	Ինձ հաճելի է	1	2	3	4