



«ԻՆՏԵՐԱԿՏԻՎ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ՉԱՐԳԱՅՈՒՄ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ



ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2022

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Թեմա	Ֆուտբոլ մարզախաղի տեխնիկական և տակտիկական հնարքների ուսուցումը միջին դասարաններում
Առարկա	Ֆիզկուլտուրա
Հեղինակ	Աշոտ Հարությունյան
Մարզ	Արմավիր
Ուսումնական հաստատություն	«Տարոնիկի Գ. Գառնիկյանի անվան միջնակարգ դպրոց» ՊՈԱԿ

Ներածություն

Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագրում նախատեսված է ֆուտբոլ մարզախաղի ուսուցումը, և դրան համապատասխան տրված են ֆուտբոլ մարզախաղից սովորողներին ներկայացվող պահանջներ: Այն է, որ սովորողը պետք է գիտելիքներ ունենա ֆուտբոլի կանոնների վերաբերյալ, կարողանա կատարել տեխնիկական հնարքները՝ գնդակին հարվածներ, կասեցումներ, վարումներ, խաբուսիկ շարժումներ, գնդակի խլում և տիրապետի խաղի կանոններին:

Ծրագրում ֆուտբոլ մարզախաղի ուսումնական նյութը տրված են ըստ դասարանների այնպես, որ սովորողները ուսումնառության ընթացքում ձեռք կբերեն չափորոշչային պահանջներին համապատասխան գիտելիքներ, կարողություններ և հմտություններ:

Ֆուտբոլ մարզախաղի կրթական հիմնական խնդիրներն են՝

- սովորեցնել ճիշտ հարվածել գնդակին ոտքով և գլխով: Գնդակը ճիշտ կասեցնել, վարել, փոխանցել և ընդունել:
- սովորեցնել գնդակը որսալ, հետմղել, շեղել, նետել,
- սովորեցնել խաղի անհատական և թիմային տակտիկական գործողությունները,
- սովորեցնել խաղալ ֆուտբոլ հիմնական կանոններով,
- մշակել շարժողական ընդունակությունները,
- նպաստել համագործակցելու, նախաձեռնություն հանդես բերելու, փոխօգնության, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:

Հանրակրթական դպրոցում ֆուտբոլ մարզախաղի ուսուցումը իր մեջ ներառում է հետևյալ բաժինները.

- Տեսական պատրաստություն
- Ֆիզիկական պատրաստություն
- Տեխնիկական պատրաստություն
- Տակտիկական պատրաստություն:

1. Տեսական պատրաստությունը, որի միջոցով սովորողները, ծանոթացնում են ֆուտբոլի զարգացման պատմությանը աշխարհում և Հայաստանում, ֆուտբոլի հիմնական հասկացություններին, գիտելիքներ են ձեռք բերում խաղի կանոնների մասին, ինչպես նաև զարգանում է նրանց տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, խաղընկերների, մրցակցի գործողությունները տեսադաշտում պահելու ունակությունները և այլն:

1.2. Ֆուտբոլը ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում

Ֆուտբոլը ամենահանրաճանաչ և ամենատարածված մարզաձևերից է, ֆիզիկական զարգացման և զանգվածների առողջության ամրապնդման միջոց:

Հայաստանի Հանրապետությունում ֆուտբոլով զբաղվում են հազարավոր մարդիկ: Այն առաջատար տեղ ունի ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում:

Ֆուտբոլը՝ որպես թիմային խաղ, դաստիարակում է ընկերության և փոխօգնության զգացում, զարգացնում կամային այնպիսի հատկանիշներ, ինչպիսիք են պատասխանատվությունը, հարգանքը խաղընկերների և մրցակիցների նկատմամբ, կարգապահություն, ակտիվություն: Յուրաքանչյուր ֆուտբոլիստ իր անհատական հնարավորությունները, ինքնուրույնությունը, եռանդն ու ստեղծագործական նախաձեռնությունը պետք է ներդնի ի շահ թիմի նպատակների և ձգտումների: Հաջող խաղ ցուցադրելու համար անհրաժեշտ է տիրապետել տեխնիկական բարդ հնարքների և տակտիկական գործողությունների, զարգացնել ֆիզիկական կարողությունները, հաղթահարել հոգնածությունը, ցավը, հուսալի խաղալ կլիմայական անբարենպաստ պայմաններում, խստագույնս պահպանել մարզական կանոնակարգը (ռեժիմ) և այլն:

Այս ամենը նպաստում է համարձակության, տոկունության, վճռականության, քաջության, ստունասրտության և այլ հատկանիշների դաստիարակմանը:

Մեծ է ֆուտբոլի գեղագիտական ներգործությունը ինչպես մարզիկների, այնպես էլ հանդիսատեսների վրա: Ֆուտբոլի գեղեցկությունը միայն տեխնիկայի ցուցադրումը, առանձին ֆուտբոլիստների կատարողական վարպետությունը, խաղային առանձին պահերին արդյունավետ ավարտելը չէ, այլ գեղեցիկ կոմբինացիաները, փոխհամագործակցությունը և այլն:

Խաղը և մարզումները համալիր և համակողմանի են ազդում մարզիկների օրգանիզմի վրա. նպաստում են զարգացնել արագություն, դիմացկունություն, ճարպկություն, ուժ, խթանում են ֆունկցիոնալ հմարավորությունները, ձևավորում շարժողական հմտություններ: Բնակլիմայական զանազան պայմաններում մարզվելն ու խաղալը նպաստում են ֆիզիկական կոփմանը, բարձրացնում մարզիկի դիմադրողականությունը հիվանդությունների նկատմամբ: Միաժամանակ անձի մեջ դաստիարակվում է առօրյա աշխատանքային և մարզական ռեժիմներին մշտական հետևելու հատկություն: Ֆուտբոլը նպաստում է առողջ ապրելակերպի ձևավորմանը, ստեղծագործական գործունեության երկարատևությանը, իսկ խաղի մրցակցային բնույթը, բարձր հուզականությունը և բազմաթիվ այլ գործողություններ ֆուտբոլը դարձնում են ակտիվ հանգստի լավագույն միջոցներից:

Հսկայական է ֆուտբոլի դերը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի քարոզչության համար: Անզիջում և ազնիվ պայքարը, կատարողական բարձր վարպետությունը, ֆիզիկական կատարելությունը ոչ միայն բազմահազար երկրպագուներին ներշնչում են բավարարվածություն, ուրախության զգացում, այլ շահագրգռում են նրանց, բերում մարզադաշտ, մարզահրապարակ և մարզադահլիճ: Չպետք է մոռանալ, որ ֆուտբոլը՝ որպես մարզման լրացուցիչ միջոց, հաճախ օգտագործվում է այլ մարզաձևերի մարզումներում:

Ֆուտբոլն առավել մեծ սեր ու հռչակ է վայելում երեխաների, պատանիների շրջանում, ուսումնական հաստատություններում, բնակչության բոլոր խավերում:

Ֆուտբոլի մարզական հերթափոխը նախապատրաստվում է մանկապատանեկան մարզադպրոցներում, օլիմպիական հերթափոխի ուսումնարաններում, ակումբներին կից մանկապատանեկան խմբերում, մարզական թեքումով գիշերօթիկ դպրոցներում և այլուր:

Մարզաձևի բաժանմունքներ գործում են նաև այլ կազմակերպություններում: Մշտական մարզումները և մրցումները նպատակաուղղված են ֆիզիկական բազմակողմանի զարգացմանը և առողջության ամրապնդմանը, հասարակության լայն զանգվածների հանգստի կազմակերպմանը: Մեծ է ֆուտբոլի դերն ազգային բանակում:

Հանգստյան վայրերում, զբոսայգիներում, ծովափին, ճամբարներում, հանգստյան տներում ֆուտբոլը մարզա-առողջարարական և մարզական աշխատանքների կազմակերպման ամենաաթրոյունավետ միջոցն է:

Մեր հանրապետությունում այս մարզածնի զարգացման գործընթացն իրականացնում է Հայաստանի ֆուտբոլի ֆեդերացիան (ՀՖՖ):

ՀՖՖ-ի հիմնական խնդիրներն են երկրում ֆուտբոլի տարածումը, զարգացումը, զանգվածային և մանկապատանեկան ֆուտբոլի կազմակերպական ապահովումը, ֆուտբոլիստների վարպետության բարձրացումը, մրցավարների, մարզիչների, մարզիկների բարոյական բարձր հատկանիշների դաստիարակումը, հանրապետությունում մրցումների կազմակերպումն ու անցկացումը, այդ համակարգերի կատարելագործումը, հայրենական ֆուտբոլի նյութատեխնիկական բազայի զարգացմանը նպաստելը:

ՀՖՖ-ն նշակում է հանրապետությունում ֆուտբոլի զարգացման ընթացիկ և հեռանկարային ծրագրեր, կազմակերպում հանրապետության հավաքական թիմերի նախապատրաստումը միջազգային տարբեր մրցումների: ՀՖՖ-ն միավորում է մարզային ֆեդերացիաները, ֆուտբոլի ակումբները, մարզադպրոցները, մարզակենտրոնները, բաժանմունքները, համագործակցում է սպորտի և երիտասարդության հարցերի նախարարության հետ:

ՀՖՖ-ի բարձրագույն մարմինը համագումարն է, որը 4 տարով ընտրում է նախագահ և գործադիր կոմիտեի անդամներ:

Աշխատանքային մարմինը գործկոմն է: Հրատապ խնդիրներ լուծելու նպատակով ստեղծվել է գործկոմի բյուրո: Ֆուտբոլի զարգացման հարցերի կարգավորման, ընդունված որոշումների կատարման ընթացքը հսկելու, գործկոմին առաջարկներ ներկայացնելու նպատակով ստեղծվել են բաժիններ (զանգվածային, մրցավարական, պատանեկան, միջազգային կապերի և այլն): Ֆեդերացիայում գործում է բաժանմունք, որի գործունեությունը նպատակաուղղված է կանանց ֆուտբոլին և, առհասարակ, ֆուտբոլի զարգացմանը:

ՀՖՖ-ն սերտ համագործում է Ֆուտբոլի միջազգային ֆեդերացիայի (ՖԻՖԱ) հետ: Վերջինս ստեղծվել է 1904 թ. մայիսի 21-ին և միավորում է շուրջ 200 երկրի ազգային ֆեդերացիաներ:

ՀՖՖ-ն ՖԻՖԱ-ին անդամագրվել է 1992 թ. հուլիսի 3-ին, իսկ Եվրոպայի ֆուտբոլի ֆեդերացիայի (ՈւԵՖԱ) լիիրավ անդամ է 1993 թվականի հունվարի 17-ից:

ՖԻՖԱ-ի գործունեությունը պայմանավորում է տարածքային 6 ֆեդերացիա, որոնցից մեկը ՈւԵՖԱ-ն է (ստեղծվել է 1954 թ.):

Ֆուտբոլի միջազգային ֆեդերացիայի գերագույն մարմինը կոնգրեսն է: ՖԻՖԱ-ի ընթացիկ գործունեությունը ղեկավարում են գործադիր և հատուկ ֆինանսական, Աշխարհի գավաթի կազմակերպման և անցկացման, տեխնիկական, մրցավարական, կարգապահական, բժշկական և այլ կոմիտեները:

ՖԻՖԱ-ի գործունեության շրջանակում են տարածքային կոմիտեներին նյութական և մեթոդական օգնության կազմակերպումը, աշխարհի տարբեր շրջաններում ֆուտբոլի զարգացմանն աջակցելը, կանոնադրությունը և կանոնները խախտողների նկատմամբ համապատասխան պատժամիջոցներ կիրառելը, ռասայական, քաղաքական և կրոնական խտրականությանը դիմակայելը և այլն:

2.1. Ֆուտբոլի ծագումն ու զարգացումը

Ե՞րբ և որտե՞ղ է ծագել ֆուտբոլը: Ի՞նչն է նպաստել աշխարհում սիրված և տարածված այս մարզախաղի երևան գալուն: Սրանք հարցեր են, որ հետաքրքրում են բոլորին: Ժամանակակից ֆուտբոլը ոչ միայն աշխարհի առաջատար մարզախաղերից է, այլև վերածվել է հասարակական երևույթի: Փորձենք պատասխանել վերը նշված հարցերին՝ թերթելով ֆուտբոլի պատմության էջերը:

Ֆուտբոլի արմատները գալիս են հին դարերից: Պատմաբանները պարզել են, որ ֆուտբոլ խաղացել են մ. թ. ա. 2500 թվականից: Մարզախաղի գոյության մասին վկայություններ կան աշխարհի շատ ժողովուրդների պատմության էջերում: Օրինակ՝ Հին Հունաստանում տարածված էր գնդակով խաղը: Իսկ առաջին գրավոր տեղեկությունը, որտեղ հիշատակվում է ժամանակակից ֆուտբոլը հիշեցնող խաղ, թվագրված է մ. թ. ա. 180 թվականով: Պոլուքսի հունարեն բառարանում կան հետևյալ գրառումները. գնդակ խաղացողները բաժանվում են երկու թիմի՝ յուրաքանչյուրը նպատակ ունենալով գնդակը դուրս հանել մրցակցի կիսադաշտից: Միաժամանակ մրցակիցներին թույլատրվել է ձեռքով խաղը, որն արդի ռեգբիի հատկանշական տարրերից է:

Հին Հունաստանում տարածված են եղել գնդակախաղի նաև այլ տարատեսակներ: Հնարավոր չէ ստույգ ասել, թե անտիկ շրջանի որ գնդակախաղն է ժամանակակից ֆուտբոլի նախահայրը: Բայց և այնպես, շատերն այն կարծիքին են, թե ֆուտբոլն իր ծագմամբ պարտական է հինհռոմեական «հարպաստում» խաղին, որը Մեծ Բրիտանիա և Եվրոպա են բերել Հուլիոս Կեսարի լեգեոներները:

Գնդակախաղով զբաղվել են նաև աշխարհի այլ երկրներում: Օրինակ՝ մ. թ. ա. 6-4-րդ դարերում Չինաստանում գոյություն է ունեցել մի խաղ, որն ինչ-ինչ տարբերով ֆուտբոլ է հիշեցրել և զինվորական պատրաստության բաղադրիչներից էր:

Մ. թ. ա. 206 թվականից մինչև մ. թ. 25 թվականը գրավոր աղբյուրներում հիշատակվում է «չժու-կե» խաղը: Չժու նշանակում է հարվածել ոտքով, իսկ կե՝ փքված կաշվե գնդակ: Ճապոնիայում դեռևս 14 դար առաջ սիրված է եղել «կոմերի» խաղը: 14 քառակուսի մետր տարածքով հրապարակում տեղաբաշխված ութ խաղացողները, պահպանելով հաստատված կանոնակարգը, գնդակը ոտքով փոխանցել են մեկը մյուսին:

Մինչ այսօր Իտալիայում պահպանվել է միջնադարյան «կալ չիե» խաղը, որը, ըստ ավանդույթի, տարին 2 անգամ՝ մայիսի առաջին կիրակի օրը և հունիսի 24-ին, խաղացել են Ֆլորենցիայում: Թիմերը կրել են «Բյանկա» (սպիտակներ) և

«Ռոսսի»՝ (կարմիրներ) անունները:

Յուրաքանչյուր քիմում ընդգրկվել է 27-ական խաղացող, որոնցից 15-ը կատարել են հարձակվողի, մյուսները՝ պաշտպանի պարտականություններ, ապահովել են դարպասի անաղիկությունը դիմային գծի ողջ երկայնքով:

Պլատմարանները, լրագրողները հաստատում են, որ այն խաղի առաջին քայլերը, որը հարյուրամյակներ անց անվանել են ֆուտբոլ, կատարվել են ոչ թե Եվրոպայում կամ Ասիայում, այլ Մեքսիկայում, մ. թ. ա. 1300 թվականին: Այն անվանել են «պոկտու պոկ»: Խաղը մեծ փորձություն էր մասնակիցների համար և հաճախ ավարտվել է մահացու դեպքերով: Խաղացել են կաուչուկե գնդակով: Հնագետները հաստատում են, որ, չնայած ոչ ոքին, խաղը մեծ ճանաչում է ունեցել Մեքսիկայում: Հետագայում այն տարածվեց ամբողջ Կենտրոնական Ամերիկայում: Գիտնականների կարծիքով՝ այս խաղին տեղաբնիկները կարևոր նշանակություն են տվել: Խաղացողները ձգտել են գնդակն ուղղել դեպի քարի մեջ փորված 20 սմ տրամագծով անցքը: Ընդ որում, միայն ոտքով:

Բայց և այնպես, ֆուտբոլի պատմության գիտակները հաստատում են, որ ժամանակակից ֆուտբոլը ծագել է Բրիտանական կղզիներում: Դեռևս 19-րդ դարում այստեղ ընդունված ոտքերով խաղն իր բովանդակությամբ բավականաչափ հիշեցնում էր այսօրվա ֆուտբոլը:

Այս խաղի ակունքները սկիզբ են առնել միջնադարում: Պատմական աղբյուրները վկայում են, որ խաղի զարգացման ուղին միշտ չէ, որ հարթ ու սահուն է եղել: Այսպես՝ 1314 թ. Անգլիայի թագավոր Էդուարդ 2-րդի հրամանով խաղը քաղաքի տարածքում խստագույնս սրգելվել է այն պատճառաբանությամբ, որ առաջացնում է խառնաշփոթ, անկարգություններ, որոնք ոչ միայն մեծագույն չարիք են, այլև հակառակ են Աստծու կամքին:

19-րդ դարի 2-րդ կեսին սկսվեց այս խաղի զարգացման նոր դարաշրջանը: Ֆուտբոլի զարգացման հենց այս փուլում է, որ խաղը համարվում է ֆիզիկական դաստիարակության ամենանպատակաուղղված մեթոդ, իսկ սպորտը և մարզախաղերը՝ երիտասարդության ֆիզիկական զարգացման արդյունավետ միջոց: Ոտքով խաղը առաջին հերթին տարածվում է անգլիական քոլեջներում և համալսարաններում: 1863 թ. Լոնդոնի և Ջեմքրիջի երիտասարդությունը, որ կողմնակից էր ոտքով խաղին, ստեղծում է ֆուտբոլի առաջին ընկերակցությունը (ասոցիացիա): Մեզ հասած տվյալներով՝ խաղի առաջին կանոնները հրատարակվել են 1863 թ. դեկտեմբերին: Իհարկե, ժամանակակից ֆուտբոլի կանոնների համեմատությամբ դրանք բավական անկատար էին: Այնուամենայնիվ, դրանք գործել են և, հետզհետե քարեփոխվելով, ձեռք բերել այսօրվա բովանդակությունը: Օրինակ՝ 1866 թ. պարզեցվեց «խաղից դուրս» վիճակի կանոնը: Նույն տարում նպարանի փոխարեն դարպասներին տեղադրվեցին ուղղահայաց ձողեր, որոնց բարձրությունը 5.5 մետր էր: 1871 թ. դարպասապահին թույլատրվեց խաղալ ձեռքերով: Եվ, վերջապես, 1875 թ. ուղղահայաց ձողերի վրա տեղադրվեց

հորիզոնական ձողը՝ 2,44 մետր բարձրությամբ: Եվ նույն տարում որոշվեց բիմերի կիսադաշտերը փոխել ընդմիջումից և ոչ թե խփած ամեն գնդակից հետո:

1871 թ. Անգլիայի ֆուտբոլում մեծ իրադարձություն տեղի ունեցավ. հաստատվեց երկրի գավաթի խաղարկությունը: Մինչև օրս այդ մրցանակի համար պայքարում են երկրի բազմաթիվ ակումբներ, իսկ անգլիացի երկրպագուներն այն համարում են երկրի կարևորագույն մրցաշարերից մեկը:

1882 թ. բրիտանական կղզիների՝ Անգլիայի, Շոտլանդիայի, Ուելսի և Իռլանդիայի միությունները միավորվեցին մեկ ասոցիացիայում, ընդունեցին միասնական կանոններ և ստեղծեցին միջազգային կոմիտե՝ լիազորելով վերջինիս ֆուտբոլի կանոնները փոփոխելու իրավունքը:

1880-1881 թթ. ֆուտբոլի մրցումը խաղադաշտում սկսեց վարել մրցավարը՝ ըստ հաստատված կանոնակարգի: Իսկ 1881 թ. մրցավարը խաղադաշտ դուրս եկավ երկու օգնականով:

19-րդ դարի 80-ական թվականներին ֆուտբոլը տարածվեց եվրոպական մի շարք երկրներում՝ Հոլանդիայում, Դանիայում, Շվեյցարիայում, Չեխիայում, Ավստրիայում:

ՖԻՖԱ-ի կոնգրեսի մասնակիցների՝ Ֆրանսիայի, Շվեդիայի, հսպանիայի, Շվեյցարիայի, Բելգիայի, Հոլանդիայի և Դանիայի ֆեդերացիաների ներկայացուցիչները՝ մեկական պատգամավոր, ընդունեցին նորաստեղծ կազմակերպության կանոնադրությունը: ՖԻՖԱ-ն ստանձնեց համաշխարհային ֆուտբոլը ղեկավարելու և զարգացնելու պարտավորություն, մասնավորապես հանձն առավ կազմակերպել աշխարհի առաջնություններ և միջազգային այլ մրցաշարեր:

Անգլիացիները ՖԻՖԱ-ին անդամագրվեցին 1906 թ: Երկու անգամ Անգլիան հեռացավ ՖԻՖԱ-ից և միայն 1946 թ. վերջնականապես անդամագրվեց այդ կազմակերպությանը:

ՖԻՖԱ-ի կենտրոնականանը Ցյուրիխում է: Պաշտոնական լեզուներն են անգլերենը, իսպաներենը, գերմաներենը, ռուսերենը, ֆրանսերենը և արաբերենը: ՖԻՖԱ-ն միավորում է մայրցամաքների ֆուտբոլի կոնֆեդերացիաները, կազմակերպում է աշխարհի տղամարդկանց և կանանց առաջնություններ, օլիմպիական խաղերի ֆուտբոլի մրցաշարեր, մինչև 20 տարեկան ֆուտբոլիստների աշխարհի առաջնություններ: Աշխարհի առաջին առաջնությունը տեղի է ունեցել 1930 թ., Ուրուգվայում, առաջին չեմպիոններ են դարձել Ուրուգվայի ազգային հավաքականի ֆուտբոլիստները: 1-ին գծապատկերում ներկայացվում է աշխարհի առաջնությունների ամփոփագիրը: ՖԻՖԱ-ի բարձրագույն մարմինը կոնգրեսն է: Ունի մի շարք հանձնաժողովներ տեխնիկական, մրցավարական, դրամական, բժշկական, կարգապահական և այլն:

№/№	Տարեթիվը, անցկացման վայրը	Առաջին տեղ	Երկրորդ տեղ	Երրորդ տեղ
1.	1230 թ., Ուրուգվայ	Ուրուգվայ	Արգենտինա	ԱՄՆ
2.	1934 թ., Իտալիա	Իտալիա	Չեխոսլավակիա	Գերմանիա
3.	1938 թ., Ֆրանսիա	Իտալիա	Հունգարիա	Բրազիլիա
4.	1950 թ., Բրազիլիա	Ուրուգվայ	Բրազիլիա	Շվեդիա
5.	1954 թ., Շվեյցարիա	ԳՖՀ	Հունգարիա	Ավստրիա
6.	1958 թ., Շվեդիա	Բրազիլիա	Շվեդիա	Ֆրանսիա
7.	1962 թ., Չիլի	Բրազիլիա	Չեխոսլավակիա	Չիլի
8.	1966 թ., Անգլիա	Անգլիա	ԳՖՀ	Պորտուգալիա
9.	1970 թ., Մեքսիկա	Բրազիլիա	Իտալիա	ԳՖՀ
10.	1974 թ., ԳՖՀ	ԳՖՀ	Հոլանդիա	Լեհաստան
11.	1978 թ., Արգենտինա	Արգենտինա	Հոլանդիա	Բրազիլիա
12.	1982 թ., Իսպանիա	Իտալիա	ԳՖՀ	Լեհաստան
13.	1986 թ., Մեքսիկա	Արգենտինա	ԳՖՀ	Ֆրանսիա
14.	1990 թ., Իտալիա	ԳՖՀ	Արգենտինա	Իտալիա
15.	1994 թ., ԱՄՆ	Բրազիլիա	Իտալիա	Շվեդիա
16.	1998 թ., Ֆրանսիա	Ֆրանսիա	Բրազիլիա	Իտալիա
17.	2002 թ., Ճապոնիա, Հարավ. Կորեա	Բրազիլիա	Գերմանիա	Թուրքիա
18.	2006 թ., Գերմանիա	Իտալիա	Ֆրանսիա	Գերմանիա

Գծապատկեր 1. Աշխարհի առաջնությունների անփոփոխ գիր

ՖԻՖԱ-ն ստեղծման օրվանից նախագահել են Ռոբերտ Գերինը (Ֆրանսիա, 1904-1906 թթ.), Դանիել Բարի Վուֆորը (Անգլիա, 1906-21 թթ.), Ժյուլ Դիմեն (Ֆրանսիա, 1921-54 թթ.), Ռուրոլի Վոյսան Աելորեսոն (Հոլանդիա, 1954-55 թթ.), Արթուր Դյուրին (Անգլիա, 1955-61 թթ.), Արենի Ռոուզը (Անգլիա 1961-74 թթ.), Ժոսո Հավելանժը (Բրազիլիա 1974-98 թթ.) և Ջեյ Բլատերը (Շվեյցարիա 1998-ից մինչ օրս):

ՌԻՖՖԱ-ի անդամ է 51 ազգային ֆեդերացիա: Կենտրոնատեղին Բեռնն է (Շվեյցարիա), բարձրագույն մարմինը՝ կոնգրեսը: ՌԻՖՖԱ-ն կազմակերպում է Եվրոպայի առաջնություններ, այդ թվում՝ երիտասարդական ու պատանեկան, եվրոպական երկրների չեմպիոնների ու գավաթակիրների մրցումների, վերնագավաթի, ինտերտոտոյի, ինչպես նաև միջմայրցամաքային գավաթների խաղարկություններ: 1972 թվականից անցկացվում է Եվրոպայի երիտասարդական առաջնություն: 1981 թ. տեղի է ունեցել ՌԻՖՖԱ-ի պատանեկան առաջին մրցաշարը (մինչև 18 տարեկաններ) և անվանվել Եվրոպայի պատանեկան առաջնություն:

1982 թ. կազմակերպվել է ՌԻՖՖԱ-ի նոր մրցաշար՝ մինչև 16 տարեկան ֆուտբոլիստների մասնակցությամբ:

2. Ֆիզիկական պատրաստություն. որտեղ սովորողներին տրվում են տարբեր ֆիզիկական վարժություններ՝ դրանք են.

- ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության վարժություններ
- հատուկ նախապատրաստական վարժություններ
- մրցույթային վարժություններ:

3. Տեխնիկական պատրաստություն, որն իր մեջ ներառում է հետևյալ տեխնիկական հնարքների ուսուցումը.

- 1) Տեղաշարժերի տեխնիկա՝ քայլք, վազք, կանգառներ, ցատկեր, դարձումներ:
- 2) Գնդակի տիրապետման տեխնիկան .
- 3) Դարպասապահի տեխնիկա.

4. Տակտիկական պատրաստություն. որն իր մեջ ներառում է .

- 1) Հարձակողական տակտիկա
- 2) Պաշտպանության տակտիկա.

Ֆուտբոլ մարզախաղի տեխնիկական և տակտիկական հնարքների ուղղումը միջին դասարաններում

Ֆուտբոլ մարզախաղի կրթական հիմնական խնդիրներն են՝

- սովորեցնել ճիշտ հարվածել գնդակին ոտքով և գլխով: Գնդակը ճիշտ կասեցնել, վարել, փոխանցել և ընդունել:
- սովորեցնել գնդակը որսալ, հետմղել, շեղել, նետել,
- սովորեցնել խաղի անհատական և թիմային տակտիկական գործողությունները,
- սովորեցնել խաղալ ֆուտբոլ հիմնական կանոններով,

- մշակել շարժողական ընդունակությունները,
- նպաստել համագործակցելու, նախաձեռնություն հանդես բերելու, փոխօգնության, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:

Հանրակրթական դպրոցում ֆուտբոլ մարզախաղի ուսուցումը իր մեջ ներառում է հետևյալ բաժինները.

- Տեսական պատրաստություն
- Ֆիզիկական պատրաստություն
- Տեխնիկական պատրաստություն

Տակտիկական պատրաստություն:

Տեխնիկա «տերմին» առաջացել է հունարեն «տեխնե» բառից, նշանակում է արվեստ, վարպետություն: Սպորտի տեսությունում տեխնիկա է համարվում կոնկրետ շարժողական գործողության կատարման եղանակը:

Ֆուտբոլում տեխնիկան հատուկ հնարքների այն համալիրն է, որը գործադրվում է խաղն արդյունավետ վարելու համար:

Տեխնիկական հնարքը խաղային որոշ խնդիրներ լուծող շարժողական գործողություն է:

Բարձր արդյունքների հասնելու համար ֆուտբոլիստը պետք է լիարժեք տիրապետի տեխնիկական բոլոր հնարքներին և կատարման եղանակներին, կարողանա ժամանակին և արդյունավետ կիրառել խաղի տարբեր իրավիճակներում, տարբեր զուգակցություններով, մրցակցի անմիջական ազդեցության և ավելացող հոգնածության պայմաններում: Յուրաքանչյուր տեխնիկական հնարքում կարելի է առանձնացնել 3 փուլ՝ նախապատրաստական, հիմնական և եզրափակիչ:

3. Տեխնիկական պատրաստություն, իր մեջ ներառում է հետևյալ տեխնիկական հնարքների ուսուցումը.

1) Տեղաշարժերի տեխնիկա՝ քայլք, վազք, կանգառներ, ցատկեր, դարձումներ:

Քայլքը խաղի ընթացքում դիրքի փոփոխման միջոցն է, երբ նվազել է խաղային գործողությունների լարվածությունը: Այն կարող է լինել սովորական, այսինքն՝ դեմքով առաջ, մեջքով առաջ, տարբեր արագությամբ:

Վազքը ֆուտբոլիստի տեղաշարժների հիմնական միջոցն է. սովորական վազք, վազք մեջքով առաջ, տարբեր արագությամբ:

Կանգառներ: Խաղի ընթացքում լինում են իրավիճակներ, երբ ֆուտբոլիստը հարկադրված է անսպասելի կանգ առնել: Կանգառները ֆուտբոլում իրականացվում են ցատկով կամ արտանքով:

Դաձումները հնարավորություն են տալիս ֆուտբոլիստին արդյունավետ փոփոխել վազքի ուղղությունը :Տարբերվում են դարձումներ ոտնափոփոխումով , դարձումներ հենման ոտքի վրա հրումովև դարձումներ ցատկով :

2) **Գնդակի տիրապետման տեխնիկան .**

Գնդակի տիրապետման տեխնիկան ընդգրկում է հնարքների հետևյալ խումբը .

- Գնդակի հարվածներ, կասեցումներ
- Գնդակի վարումներ, խաբբեր
- Գնդակի խլում:

3) **Դարպասապահի տեխնիկա.**

Դարպասապահի խաղի տեխնիկան հիմնովին տարբերվում է դաշտի խաղացողի տեխնիկայից :Դա պայմանավորված է նրանով ,որ , դարպասապահը, ըստ խաղի կանոնների, իրավունք ունի տուգանային հրապարակի սահմաններում խաղալ ձեռքով :

Դարպասապահի խաղի տեխնիկական հնարքներն են `

- Գնդակի որսում, հետմղում, շեղում,
- գնդակի նետումներ,
- Դաշտի խաղ:

Խաղի ընթացքում դարպասապահն օգտվում է նաև դաշտի խաղացողների հնարքներից: Դրանց գործադրման հաջողությունը պայմանավորված է դարպասապահի պատրաստության աստիճանով :

Գնդակի որսումը դարպասապահի հիմնական տեխնիկական հնարքն է, առավելապես կատարվում է զույգ ձեռքերով :Ելնելով գնդակի թռիչքի արագությունից,բարձրությունից և ուղղությունից` որսում հնարքը կատարվում է նեքևից, վերևից և կողքից :

Գնդակի հետմղում:

Դիմային գծին զուգահեռ փոխանցումների , ուժեղ ու դժվար հարվածների ևայլ դեպքերում ,երբ անհնարին է որսալ գնդակը, այն հետ է մղվում :

Գնդակի շեղում:

Դարպասաձողի վրայից գնդակի ուղղության փոփոխումն այլ կերպ անվանում են գնդակի շեղում: Հիմնականում շեղում են արագ և բարձրից թռչող գնդակների ուղղությունը:

Գնդակների նետում

Ժամանակակից ֆուտբոլում դարպասապահը հաճախ է նետում գնդակը, քանի որ դա հնավորություն է տալիս այն ճիշտ հասցեագրել խաղընկերոջը:

Ֆուտբոլը կոլեկտիվ խաղ է: Մրցումներում հաջողությունը պայմանավորված է ոչ միայն ֆուտբոլիստների ֆիզիկական, տեխնիկական, հոգեբանական պատրաստության մակարդակով, այլև խաղացողների փոխըմբռնումով, գործողությունների ներդաշնակությամբ և այլն: Այս ամենը հատկանշում է թիմի խաղի տակտիկան: «Տակտիկա» բառը հունարեն է, բառացի նշանակում է գործ դասավորելու և մարտը վարելու արվեստ: Ֆուտբոլի տակտիկան անհատական, խմբային և թիմային գործողությունների համագործակցումն է հարձակման և պաշտպանության ընթացքում խաղում վերջնական նպատակի հասնելու համար:

Ֆուտբոլի տակտիկական գործողությունները իր մեջ ներառում է .

1) Հարձակողական տակտիկա

- Անհատական
- Խմբային
- Թիմային:

Հարձակման տակտիկան գնդակին տիրող թիմի գործողությունների կազմակերպումն է, որոնց հիմնական և վերջնական նպատակը մրցակցի դարպասը գրավելն է:

Ֆուտբոլիստների անհատական տակտիկական գործողությունները բաժանվում են երկու խմբի՝ առանց գնդակի և գնդակով:

Խաղի ժամանակ առաջացող տակտիկական խնդիրները մեծ մասամբ լուծվում են կոմբինացիաներով: Կոմբինացիաները երկու կամ ավելի խաղացողների փոխհամագործակցություններն են որոշակի տակտիկական խնդիրների լուծման նպատակով: Ֆուտբոլում գոյություն ունի կոմբինացիաների 2 ձև՝ ստանդարտ դրություններում և խաղային իրավիճակներում:

Թիմային տակտիկական գործողություններն իրականացվում են անհատական, խմբակային գործողությունների միջոցով՝ որոշ տակտիկական համակարգերի շրջանակներում:

2) Պաշտպանության տակտիկա.

- Անհատական
- Խմբային
- Թիմային:

Ֆուտբոլիստի անհատական տակտիկական պաշտպանությունը բաղկացած է երկու խումբ գործողություններից՝

- ա) հակազդում մրցակցին առանց գնդակի
- բ) հակազդում մրցակցին գնդակով:

Պաշպանությունում խմբային տակտիկական նախատեսում է 2-3 և ավելի խաղացողների փոխգործողություններ, որոնք ուղղված են մրցակցի հարձակողական գործողությունները կանխելուն:

Պաշպանությունում թիմային տակտիկական գործողությունները անհատական և խմբային այն գործողությունների կազմակերպումն է, որոնք ուղղված են մրցակցին հարձակողական գործողությունները կանխելուն, գնդակը մրցակցից խլելուն:

Ֆուտբոլ մարզախաղի տարրերի (տեխնիկական հնարքների) ուսուցումը անհրաժեշտ է սկսել տեղաշարժերի տեխնիկայից, այնուհետև անցնել տեխնիկական տարրերի, հնարքների ուսուցմանը և տակտիկական գործողություններին:

Տարրական դասարաններում ֆուտբոլի տարրերի ուսուցումը իրականացվում է խաղերի ձևով:

Միջին և ավագ դասարաններում ուսուցանվում են ֆուտբոլ մարզախաղի տարրերը (տեխնիկական հնարքները), տակտիկական գործողությունները և խաղի կանոնները:

Գնդակին հարվածը խաղը վարելու հիմնական միջոցն է: Այն կատարվում է ոտքով և գլխով:

Հարված գնդակին ոտքով կատարվում է ոտնաթաթի ներսի մասով, ոտնաթաթով, ոտնաթաթի դրսի և ներսի մասով, ոտնածայրով, կրունկով: Հարվածները կատարվում են անշարժ, գլորվող, տարբեր ուղղությամբ թռչող գնդակներին, տեղում, շարժման մեջ, ցատկով, շրջադարձերով և ընկնելով:

Հարված գնդակին գլխով կատարվում է ճակատով կամ ճակատի կողային մասերով:

Գնդակի կասեցումները կատարվում է. ոտքով, իրանով և գլխով:

Ոտքով կասեցումները կատարվում են.

- ներքանով
- ոտնաթաթի ներսի մասով
- ոտնաթաթով
- ազդրով
- ոտնաթաթի ներսի մասով
- ոտնաթաթի դրսի մասով:

Իրանով կասեցումներ կատարվում են

- կրծքով
- որովայնով:

Գլխով

Ֆուտբոլի գնդակի վարումը կատարվում է ոտնաթմբով, ոտնաթմբի ներսի և դրսի մասերով, ոտնածայրով, ոտնաթաթի դրսի մասով:

Խաբուսիկ շարժումներ (խաբքեր) . դրանք հիմնականում կատարվում են մրցակցի անմիջական դիմադրության պայմաններում: Լինում են.

- Խաբք անցումով
- Անցում արտանքով
- Խաբք-հարված գնդակին ոտքով
- Խաբք-հարված գնդակին գլխով
- Խաբք ոտքով՝ գնդակի կասեցում:

Գնդակի խլումը կատարվում է

- գնդակի խլում արտանքով
- գնդակի խլում սահանկումով
- գնդակի խլում ուսը հրելով:

Դարպասապահի խաղի տեխնիկական հնարքներն են.

- գնդակի որսումը, հետմղումը, շեղումը, գնդակի նետումը:

Ֆուտբոլ մարզախաղի տարրերի ուսուցման արդյունավետությունը պայմանավորված է ուսուցման մեթոդների ճիշտ ընտրությամբ և կիրառմամբ: Ուսուցման մեթոդների ճիշտ կիրառմամբ սովորողները յուրացնում են ֆուտբոլի տեխնիկական հնարքները, տակտիկական գործողությունները, մշակվում են նրանց շարժողական ընդունակությունները:

Ուսուցման գործընթացում կիրառվում են խոսքային, զննական և գործնական մեթոդները:

Խոսքային մեթոդներն են՝ գրույցը, պատմումը, բացատրումը, հրահանգը, ցուցումը, վերլուծությունը:

Չննական մեթոդներն են՝ վարժությունների անմիջական ցուցադրումը, նկարների, ուսումնական ֆիլմերի, տեսաֆիլմերի ցուցադրումը, մրցումների դիտումը, գործողությունների ցուցադրումը մակետի վրա և այլն:

Գործնական մեթոդները բաժանվում են 2 խմբի՝

- մեթոդներ, որոնք միտված են տեխնիկայի և տակտիկայի տիրապետմանը
- մեթոդներ, որոնց օգնությամբ մշակվում են սովորողների շարժողական ընդունակությունները:

Առաջին խմբին են դասվում ուսուցման ամբողջական և մասնատված մեթոդները: Ամբողջական մեթոդը այն է, երբ շարժումը կամ գործողությունը կատարվում է ամբողջությամբ: Որոշ դեպքերում, երբ տեխնիկական հնարքը կամ տակտիկա

է օգտագործել

ուսուցման մասնատված մեթոդը, որի դեպքում սկզբում ուսուցանվում է շարժման առանձին մասերը, հետագայում միացնելով ամբողջ վարժությունը կամ գործողությունը:

Գործնական մեթոդներից է նաև խաղային, համակցված, մրցույթային և շրջանաձև մեթոդները:

Ֆուտբոլ մարզախաղի տեխնիկական հնարքների և տակտիկական գործողությունների ուսուցումից հետո անհրաժեշտ է աշակերտներին սովորեցնել խաղի կանոնները:

Խաղն անցկացվում է խաղադաշտում, որի չափերը պետք է լինեն՝ երկարությունը 90 մ., իսկ լայնությունը 45 մ.: Խաղադաշտը գծանշվում է՝ միջին գծով բաժանվում է 2 կիսադաշտի, որոնց յուրաքանչյուրի եզրամասում դարպասներն են և տուգանային հրապարակը:

Ֆուտբոլը խաղում են 2 թիմերով, որոնցից յուրաքանչյուրը կազմված է 11 խաղացողներից, որոնցից մեկը դարպասապահն է, իսկ մյուս խաղացողները ունենում են իրենց պարտականությունները՝ պաշտպաններ, կիսապաշտպաններ, հարձակվողներ: Խաղում են երկու խաղակեսով, յուրաքանչյուրը՝ 45 րոպե տևողությամբ: Իսկ խաղամիջյան ընդմիջումը 15 րոպե է: Երկրորդ խաղակեսին թիմերը փոխվում են կիսադաշտերով: Խաղի գլխավոր նպատակն է գնդակի տարբեր հնարքների օգտագործմամբ գրավել մրցակցի դարպասը: Ֆուտբոլ մարզախաղի դասավանդման ընթացքում անհրաժեշտ է պահպանել անվտանգության կանոնները և հիգիենիկ պահանջները:

ԵՉՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԵՎ ԱՌԱՋԱՐԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Ֆուտբոլը թիմային խաղ է: Մրցումներում հաջողությունը պայմանավորված է ոչ միայն ֆուտբոլիստների ֆիզիկական, տեխնիկական, հոգեբանական պատրաստության մակարդակով, այլև խաղացողների փոխըմբռնումով, գործողությունների ներդաշնակ

սր ֆուտբոլիստը

պետք է լիարժեք տիրապետի տեխնիկական բոլոր հնարքներին և կատարման եղանակներին, կարողանա ժամանակին և արդյունավետ կիրառել խաղի տարբեր իրավիճակներում, տարբեր զուգակցություններով, մրցակցի անմիջական ազդեցության և ավելացող հոգնածության պայմաններում: Ֆուտբոլ մարզախաղի տարրերի (տեխնիկական հնարքների) ուսուցումը անհրաժեշտ է սկսել տեղաշարժերի տեխնիկայից, այնուհետև անցնել տեխնիկական տարրերի, հնարքների ուսուցմանը և տակտիկական գործողություններին:

Տարրական դասարաններում ֆուտբոլի տարրերի ուսուցումը իրականացվում է խաղերի ձևով:

Միջին և ավագ դասարաններում ուսուցանվում են ֆուտբոլ մարզախաղի տարրերը (տեխնիկական հնարքները), տակտիկական գործողությունները և խաղի կանոնները: Առաջարկում են միջին դասարաններում հատկացնել հատուկ անհատական պարապմունքների դասաժամեր ավելի լավ զարգացնելու աշակերտների տեղնիկական և տակտիկական հնարքները և միտիվացնելու համար:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Գրիգորյան Ա.Ա. Ֆուտբոլ. պատանի ֆուտբոլիստների պարապ-մունքների կազմակերպման առանձնահատկությունները, Երևան.-2005:
2. Հակոբյան Ս.Ս. Ֆուտբոլ: Ծրագիր, 2009թ
- 3.Նահապետյան Ս.Ս. Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ.-Երևան.- Լույս.-1998
- 4,Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին Հայաստանի Հանրապետության օրենքը. Նախագիծ, Երևան, 2006 թ.
5. Հանրակրթության պետական կրթակարգ միջնակարգ կրթության պետական չափորոշիչ: Երևան.- «Անտերես», 2004 թ
6. Սամվելյան Լ.Ա. Սպորտը և արդարացի խաղը.-Եր.: Տնտեսագետ.-2006.-96 էջ:
7. Ղազարյան Ֆ.Գ. Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին: Երևան, 1981:
- 8.Ղազարյան Ֆ.Գ. Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը, Երևան, ՖԿՀՊԻ.- 2007.-215 էջ:
9. Դիզանցյան Ռ. Ս. Մարմնամարզական ցատկեր.- Եր.: 2003.- 40 էջ:
10. Մեիրաբյան Ա. Ֆիզիկական կուլտուրան դպրոցում (մեթոդական ձեռնարկ): Երևան, 2005: