

«ԵՐԵՎԱՆԻ ԼԵՈՅԻ ԱՆՎԱՆ Հ. 65 ԱՎԱԳ ԴՊՐՈՑ» ՊՈԱԿ

*ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ
ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ*

Առարկա – ՆԶՊ և ԱԿ

Մասնակից –Կ-տ Վաչագան Հովհաննիսյան

Ղեկավար - փոխգնդապետ Ա. Բսահակյան

Թեմա - Ֆիզպատրաստության և ՆԶՊ առարկայի փոխկապակցությունը,
խնդիրները և մարտահրավերները

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ներածություն.....	3
Ֆիզպատրաստության և ՆԶՊ առարկայի փոխկապակցությունը, խնդիրները և մարտահրավերները	
1. Ֆիզպատրաստությունը հանրակրթական դպրոցում և դրա դերը «ՆԶՊ» առարկայի գործնական դասերի ժամանակ.....	5
1.22 Ֆիզպատրաստության դերը՝ նախագորակոչային տարիքի սովորողների կրթադաստիարակչական գործընթացում.....	10
Եզրակացություններ և առաջարկություններ.....	13
Օգտագործված գրականության ցանկ.....	14

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Արդի կրթական բարեփոխումները էլ ավելի բարձր պահանջներ են առաջադրում սովորողների առողջության, ֆիզիկական պատրաստվածության և կյանքի համար անհրաժեշտ կարողությունների և հմտությունների տիրապետման նկատմամբ: Այս բարեփոխումները և դրանցից բխող պահանջները մեծապես պայմանավորված են ֆիզիկական դաստիարակության կարևոր ազդեցությամբ, ինչը անգնահատելի դեր ունի սովորողների անձի ձևավորման, նրանց ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացման ապահովման, մտավոր առաջընթացի, բարոյահոգեբանական որակների դաստիարակման և արժեքային համակարգի ձևավորման գործում: Սովորողի ֆիզիկական պատրաստվածությունը մեծ դերակատարում ունի ՆԶՊ ուսումնական առարկայի գործնական պարապունքների իրականացման ընթացքում, ուստի թե՛ ֆիզիկական կուլտուրայի, թե՛ ՆԶՊ-ի դասավանդման ժամանակ այս հարցն անկյունաքարային է:

Հաշվի առնելով սովորողների սեռատարիքային տարբերակումը՝ հարկ է նշել, որ անգնահատելի է ֆիզպատրաստության բարձր մակարդակը՝ հաշվի առնելով այն հանգամանքը, որ հատկապես ավագ դպրոցում վերջիններն ունեն նախագորակոչիկի կարգավիճակ: Ֆիզպատրաստության դերը սովորողի կյանքում պայմանավորված է դրա գործնական կիրառական նշանակությամբ: Նախագորակոչիկ դիտարկվող սովորողների մոտ ֆիզիկական ակտիվ գործունեությունը նպաստում է վերջիններիս շարժողական ընդունակությունների՝ արագաշարժություն, ուժ, ճկունություն, դիմացկունություն, ճարպկություն, կոորդինացիա մշակմանը, ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը, մասնագիտական պատրաստվածության ապահովմանը:

Ֆիզիկական պատրաստության բարձր մակարդակը, որը սովորողը ձեռք է բերում հանրակրթական ուսումնական հաստատությունում ֆիզիկական կուլտուրա և ՆԶՊ ուսումնական առարկաների դասավանդման ընթացքում, օժանդակում է սովորողներին ձեռք բերել կարողություններ և հմտություններ, որոնք կենսական նշանակություն կունենան նրանց հետագա պարտադիր զինվորական ծառայության, աշխատանքային գործունեության, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվելու համար:

Հետազոտության արդիականությունը պայմանավորված է հանրակրթական դպրոցում սովորողների ֆիզպատրաստության կարևոր նշանակությամբ՝ հաշվի առնելով, որ այն հանդիսանում է առողջ կենսագործունեության կարևոր նախապայմաններից մեկը:

Հետազոտության նպատակը՝

Սույն հետազոտության նպատակն է ուսումնասիրել հանրակրթական դպրոցում ֆիզպատրաստության անփոխարինելի նշանակությունը սովորողների ֆիզիկական և սոցիալական ունակությունների համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման վրա և դրա փոխկապակցվածությունը ՆՁՊ ուսումնական առարկայի հետ:

Հետազոտության խնդիրները՝

- Մատնանշել այն մեթոդամանկավարժական հնարներ ու եղանակները, որոնք կօգնեն ուսուցչին անցնել հասնել հանրակրթական պետական չափորոշչային վերջնարդյունքներին,
- Շեշտադրել ֆիզիկական կուլտուրայի և ՆՁՊ-ի միջառարկայական կապերի ազդեցությունը սովորողների մոտ մի շարք կարողունակությունների զարգացման ընթացքում:
- Ցույց տալ ՆՁՊ-ի դասավանդման ընթացքում սովորողների ֆիզպատրաստության մակարդակի բարձրացման հնարավոր տարբերակները:

ԳԼՈՒԽ 1 ՖԻԶՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ և ՆԶՊ ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՓՈԽԿԱՊԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆԸ, ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ և ՄԱՐՏԱՀՐԱՎԵՐՆԵՐԸ

1.1 Ֆիզպատրաստությունը հանրակրթական դպրոցում և դրա դերը «ՆԶՊ» առարկայի գործնական դասերի ժամանակ

Ինչպես հայտնի է՝ յուրաքանչյուր հասարակության մեխը առողջ մարդն է: Առողջությունը մեծապես պայմանավորված է այդ թվում նաև ֆիզիկական ակտիվությամբ: Ֆիզպատրաստությունը հանրակրթական հաստատություններում իրականացվում է ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի շրջանակներում, սակայն դրա բարձր մակարդակն իր հերթին ապահովում է ՆԶՊ-ի գործնական դասերի արդյունավետությունը: Ֆիզիկական դաստիարակության, առողջացման և զարգացման խնդիրների մեջ են դասվում.

- Առողջությանամրապնդումը:
- Մարմնիներդաշնակզարգացումը և օրգանիզմիֆիզելոգիականգործառույթները:
- Ֆիզիկական և հոգեբանականնորակներիբազմակողմանիզարգացումը:
- Աշխատունակությանբարձրմակարդակիապահովումը:

Այլ խոսքով՝ հանրակրթական դպրոցում ֆիզպատրաստության բարձր մակարդակի ապահովումը նպատակ ունի խթանել օրգանիզմի ընդհանուր ֆիզիկական զարգացմանն ու առողջացմանը, շարժողական հնարավորությունների կատարելագործմանը, մարմնակառուցվածքի բարելավմանը, որը հատկապես անհրաժեշտ է արական սեռի սովորողներին՝ հաշվի առնելով վերջիններիս դերն ու գործառույթները՝ որպես ուժեղ սեռի ներկայացուցիչներ:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը մտավոր, բարոյական, գեղագիտական և աշխատանքային դաստիարակության հետ համատեղ ապահովում է անհատի համակողմանի զարգացումը: Միննույն ժամանակ, ընդհանուր դաստիարակության գործընթացի այս կողմերը նշանակալիորեն հանդիպում են և ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման պրոսեց: Հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը իրականանում է «ֆիզիկական կուլտուրա» և «ՆԶՊ» առարկաների միջոցով: Ֆիզիկական դաստիարակության նպատակն է հասնել կրթական և դաստիարակչական խնդիրների լուծման, որոնց թվում են՝ առողջության ամրապնդումը և օրգանիզմի կոփումը, մարմնի ներդաշնակ զարգացումը, համակողմանի ֆիզիկական և հոգեբանական

որակների զարգացումը, բարձր աշխատունակության մակարդակի և երկարատև ստեղծագործական մակարդակի ապահովումը: Այս ամենը հաշվի առնելով՝ հարկ է կարևորել դրա դերը՝ որպես հանրակրթական պարտադիր պայման:

2007/2008 ուսումնական տարվանից հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ժամաքանակի ավելացումը նախատեսվում է իրականացնել միջնակարգ հանրակրթական դպրոցի տիպային ուսումնական պլանով նախատեսված դպրոցական պարտադիր ժամաքանակների սահմաններում¹:

Անշուշտ, առարկայի ժամաքանակների ավելացումը շատ կառուցողական ու անհրաժեշտ քայլ է՝ միտված հանրակրթական դպրոցում սովորողների ֆիզիկական ակտիվության խթանմանը: Հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում ՆԶՊ և ֆիզիկական կուլտուրա առարկաներն ունեն ինտեգրման լայն հնարավորություններ: Հատկապես ՆԶՊ-ի գործնական պարապունքների ժամանակ խիստ կարևոր է, որ սովորողն ունենա ֆիզպատրաստության բարձր մակարդակ, որպեսզի կարողանա կատարել ուժային առաջադրանքները, կողմնորոշվեն դժվարամատչելի տեղանքում: Առարկաների միջև կապը հստակ է նաև շարային պատրաստության պարապունքների ընթացքում: Առարկայական այս ինտեգրումը մեծապես օգնում է սովորողների համալիր կարողությունների ու հմտությունների զարգացմանը: Դասի ընթացքում միջառարկայական կապերի նպատակային օգտագործումը սովորողին տալիս է հնարավորություն մեկ դասի շրջանակներում ստանալ մի շարք կարողունակություններ, գործնական աշխատանքների ժամանակ կիրառել դրանք:

Ցանկացած ուսումնական առարկա փոխլրացնում է մեկը մյուսին, դառնում շարունակողը, լրացնողը, ամբողջացնողը: Կրթական համակարգը մեծ տեղ է տալիս առարկաներին գիտությունների համագործակցությունը: Եթե ուսուցիչը ցանկանում է ունենալ նպատակային ու արդյունավետ դաս, պետք է դիմի տարբեր գիտությունների տվյալների ու փաստերի օգտագործմանը, որպեսզի դասը հետաքրքրական, ուսանելի ու դաստիարակչական դառնա: Միջառարկայական կապերը պետք է լինեն հասկանալի ու կշռադատված:

Սովորողներին աշխարհի մասին բազմակողմանի տեղեկություններ տալը, այլ գիտելիքների հետ կապի մեջ դնելը կարևոր նշանակություն ունի վերջիններիս

¹ ՀՀ կառավարության որոշում <https://www.arlis.am/DocumentView.aspx?DocID=22356>;

աշխարհաճանաչողության համար: Միջառարկայական կապը սովորողի համար կարելի է համարել նաև դաստիարակությանը խթանող միջոց: Միջառարկայական կապերը կորոշ են օգնել ուսուցչի ուսումնական առարկան հետաքրքիր ու գրավիչ դարձնել սովորողների համար:

ՆԶՊ-ի և ֆիզկուլտուրայիկապն ակնառու է նաև սովորողների արժեքային համակարգի ձևավորման գործընթացում, որն իրենից ենթադրում է համալիր գիտելիքների, մարդկային որակների ամբողջություն: Առանձնացնենք դրանցից մի քանիսը՝

- Գիտակցել ֆիզպատրաստության անհրաժեշտությունը առողջության պահպանման և ներդաշնակ զարգացման համար:
- Կարևորել սեփական առողջական վիճակին, ֆիզիկական զարգացմանը և ֆիզիկական պատրաստվածության հետևելը:
- Համագործակցության կարողություն, հանդուրժողականություն, հարգանք ուրիշի նկատմամբ և օգնության հասնելու պատրաստակամություն:
- Բարոյականային հատկանիշներ, նախաձեռնություն, փոխօգնություն, պատրաստակամություն և հայրենասիրություն:

Առողջ սերունդ դաստիարակելու խնդիրն այսօր ձեռք է բերում խիստ կարևոր նշանակություն: Առանձնահատուկ ուշադրությունը պայմանավորված է աճող սերնդի առողջության վերաբերյալ վիճակագրական տվյալներով, որը բնութագրվում է առողջության ցուցանիշների վատթարացմամբ: Ուսումնական խիստ բեռնվածության և խրոնիկական հոգնածության պայմաններում ֆիզիկական դաստիարակության միջոցների կիրառումն էական առողջարարական արդյունք չի ապահովում: Այդ իրավիճակից դուրս գալու ուղիներից է ֆիզիկական դաստիարակության դասավանդման գործընթացում նոր մոտեցումների մշակումը և առողջարարական համալիր միջոցների կիրառումը: Վերոնշյալը վկայում է, որ գոյություն ունեն բացթողումներ՝ առողջ սերունդ դաստիարակելու խնդիրներում և մարզաառողջարարական լրացուցիչ (աթլետիկական) պարապմունքների իրականացման հիմքում: Այս գործընթացի մեթոդական ապահովումը, հատկապես՝ ծրագրերի մշակումը, արդիական է և ունի կիրառական նշանակություն այս բացթողումների լուծման համար: Քանզի աթլետիկական վարժությունների շնորհիվ կբարելավվի ոչ միայն շարժողական պատրաստության ցուցանիշները, այլև կամրապնդվեն սրտանոթային և շնչառական համակարգերը, կբարձրանա

աշխատունակության մակարդակը: Այն կնպաստի դպրոցականների շարժողական ներուժի բարձրացմանը, ինչպես նաև կնախապատրաստի Ազգային բանակում ծառայելուն²:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը մեր երկրում ներկայացնում է դաստիարակության օրգանական մասը: Նա իր առաջ նպատակ է դնում դաստիարակել առողջ, անվեհեր ու կենսուրախ մարդիկ, երկրի պաշտպաններ և հասարակության կառուցողներ: Ֆիզիկական դաստիարակությունը պետք է հանգի մարդու զարգացմանը, նրա առողջության ամրացմանը: Դաստիարակության այս տեսակի խնդիրները սերտորեն կապված են աշխատանքի և հայրենիքի պաշտպանության համար լավագույն ֆիզիկական պատրաստվածություն տալու հետ և դա տալիս է նրան որոշակի նպատակասլացություն: Այս համատեքստում ևս կարևոր է ՆԶՊ- հետ առնչությունը, քանի որ առարկայի դասավանդման խնդիրների առանցքում հենց հայրենասիրական դաստիարակությունն է:

Աներկբա է, որ աճող սերնդի առողջական վիճակը հասարակության և պետության բարեկեցության կարևոր ցուցանիշն է՝ արտացոլող ոչ միայն իրական վիճակը, այլ նաև տվող հատուկ կանխատեսումներ ապագայի համար: Երկրի աշխատանքային ռեսուրսները, նրա անվտանգությունը, քաղաքական կայունությունը, տնտեսական բարեկեցությունը և ազգաբնակչության բարոյական մակարդակը, անմիջականորեն կախված են երեխաների, դեռահասաների և երիտասարդների առողջական վիճակից: Սրա հետ կապված հասարակության առաջ կանգնած է մարդու առողջ ապրելակերպի դաստիարակման խնդիրները՝ ձգտող վնասակար սովորույթների կանխարգելմանը՝ ծխելը, ալկոհոլը, թմրանյութերը և այլն: Այդ պատճառով վնասակար սովորույթների ազդեցությունները մարդու օրգանիզմի վրա, դրանց պրոֆիլակտիկական և կանխարգելման հնարավորությունները շատ արդիական են ժամանակակից հասարակության համար:

ՆԶՊ-ի գործնական դասերին սովորողների ձեռք բերած ֆիզիկական կարողությունները հասուն տարիքում վերածվում են առողջության և աշխատունակության պահպանման արդյունավետ միջոցի և անհատի օգտակար կամային որակները՝ ձևավորված սկզբնական շրջանում, ամրապնդվում են այդ պարապմունքների ընթացքում և հետագայում փոխադրվում գործունեության այլ ձևերի մեջ: Ուսուցչի տևական աշխատանքի արդյունքում սովորողն ի վերջո կարող է հանգել այն եզրահանգմանը, որ

² *Գիտությունը սպորտում. Արդի հիմնախնդիրներ, Գիտամեթոդական պարբերական, Երևան 2020, էջ 78:*

առողջությունը մարդու կյանքի անգնահատելի, անփոխարինելի հարստությունն է: Առողջությունը ոչ միայն հիվանդության բացակայությունն է, այլև ֆիզիկական, հոգեկան և սոցիալական բարենպաստ վիճակներն են:

Առողջ ապրելակերպի հիմնական իմաստն այն է, որ ոչինչ չպետք է խանգարի օրգանիզմի բնականոն զարգացման ընթացքին: Իսկ առողջ ապրելակերպը պետք է նպաստի նրա ճիշտ աճին և զարգացմանը: Առողջ ապրելակերպի հիմնական բաղադրիչներն են՝

- Անձնական հիգիենան
- Ռացիոնալ սնունդը
- Արդյունավետ շարժողական ռեժիմը
- Օրգանիզմի կոփումը
- Վնասակար սովորություններից հրաժարվելը:

Այսպիսով, կարևոր է նպաստել սովորողների մոտ ֆիզպատրաստության բարձր մակարդակի ձևավորմանը, որը կլթույլատրի դիմակայելու վնասակար սովորություններին, կոփել առողջությունն ու նախապատրաստել հետագա մարտահրավերներին: Եթե դեռահասի մոտ կա ձգտումը իր մեջ ձևավորելու դրական որակներ, ապա շատ կարևոր է այդ հարցում նրան օգնելը:

Այսպիսով, խոսելով հանրակրթական ուսումնական հաստատությունում ֆիզպատրաստության դերի ու նշանակության մասին՝ առանձնացնենք մի քանի կարևոր ու առանցքային գործոններ, որոնցով պայմանավորված է դրա բնականոն զարգացումը՝

- Ուսուցչների կողմից մանկավարժամեթոդական հարուստ զինանոցի կիրառում դասին:
- Մարզագույքի արդիականացում:
- Նոր տեխնոլոգիաների կիրառում:
- Ուսուցչի մասնագիտական ու մարդկային բարձր որակներ:
- Մարզական խաղերի հաճախակի կազմակերպում:
- ՆԶՊ- դասին նպատակային գործնական դասերի անցկացում:
- Առողջ մրցակցային դաշտի ապահովում:
- Սովորողների խրախուսում:

Այս ամենից ելնելով՝ կարող ենք պնդել, որ ՆԶՊ և ֆիզիկական կուլտուրա առանկաների ուսուցիչների համագործակցությունը դպրոցում անչափ կարևոր է՝ հաշվի առնելով առարկայական ինտեգրման լայն հնարավորությունները:

1.2 Ֆիզպատրաստության դերը՝ նախագորակոչային տարիքի սովորողների կրթադաստիարակչական գործընթացում

ՆԶՊ-ի դասավանդման նպատակներից է սովորողների հայրենասիրական դաստիարակությունը, ազգային շահերի պաշտպանության ձևավորումը, ինչպես նաև

խնդիրները հաղթահարելու ունակությունների ձևավորումն, որի արդյունքում դպրոցից դուրս է ելնում ինքնավերահսկվող, ինքնագարգացող մարդ, քաղաքացի: Այդուհանդերձ, առարկայի դասավանդման ընթացքում կարևոր է նաև նախագորակոչիկների՝ 16-18 տարեկան արական սեռի սովորողների համար ֆիզպատրաստության բարձր մակարդակը, որը վերջիններիս կյանքի հաջորդ շրջափուլում առանցքային կարևոր նշանակություն ունի:

Այս նոր մարտահրավորներով լի ժամանակաշրջանում, երբ ավագ դպրոցական տարիքի տղաները ամեն պահի կարող են դառնալ վատ սովորությունների համար թիրախ, շատ կարևոր է վերջիններիս հետ տարվող համակարգային աշխատանքը հենց ՆԶՊ առարկայի շրջանակներում: Գաղտնիք չէ, որ ակտիվ ֆիզիկական կյանք վարող, սպորտով զբաղվող դեռահասներն էլ ավելի ժուժկալ են վնասակար սովորությունների նկատմամբ, ուստի, այս համատեքստում շատ կարևոր է հանրակրթական դրոցի իրականացրած ուսումնադաստիարակչական գործառույթը, որը միտված է առողջ ու գիտակից սերունդ դաստիարակելուն: Նշված տարիքային խմբի սովորողներին ճիշտ թիրախավորելու և արդյունավետ վերջնարդյունք գրանցելու ճանապարհին հույժ կարևոր է ուսուցիչների դաստիարակչական աշխատանքը: Այստեղ կարևոր է զինդեկի և ֆիզդեկի համակարգված աշխատանքը: Դաստիարակչական աշխատանքը, որպես շարունակական և երկարատև գործընթաց, բավական ընդգրկուն է: Պետական պատվերի հիմքում դրված է հասարակության մեջ այնպիսի քաղաքացու ձևավորման խնդիրը, որն իրգործողություններով ու մղումներով պիտանի կլինի պետությանը և հասարակությանը:

Ուսումնական ծրագրերի, մեթոդաբանության կատարելագործման, նախագորակոչային տարիքի սովորողների համար ֆիզիկական պատրաստության

նյութատեխնիկական բազայի համալրման, ոլորտի արդիականացման շնորհիվ կարելի է էլ ավելի շահագրգռել սովորողներին: Ուսումնական նյութը կիսամյակների վրա բաշխելիս ուսուցիչը պետք է հաշվի առնի սովորողների օրգանիզմի վրա վարժությունների բազմակողմանի ներգործության պահանջները՝ ներառելով աթլետիկական վարժություններ, մարմնամարզական վարժություններ, մարզախաղեր: Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի կանոնավոր վերլուծությունը հնարավորություն է ընձեռում ճիշտ ընտրել ֆիզիկական վարժությունների անհրաժեշտ բեռնվածությունը, ուսումնական նյութի արդյունավետ չափաբաժինը և մանկավարժական գործունեության կազմակերպման հաջորդականությունը³:

Սկսած դեռահասության տարիքից սովորողների մոտ ի հայտ է գալիս նոր հետաքրքրություններ ու պահանջմունքներ, ուստի մանկավարժի գերխնդիրն է անուղղակի կերպով վերահսկել այդ հետաքրքրությունները, որպեսզի հնարավոր լինի կանխարգելել հնարավոր բարդությունները: Այս համատեքստում անգնահատելի է Ֆիզիկական ակտիվության դերակատարումը: Ինչպես ընտանիքը, այնպես էլ դպրոցը մեծ ներդրում է ունենում նաև երեխայի սեռադերային նույնականացման մեջ, որի ընթացքում դեռահասը յուրացնում է որոշակի սեռային դերեր և վարքի կանոններ:

Ավագ դեռահասության տարիքի սովորողների՝ ապագա զինվորների հետ կիրառվող հոգեախտորոշիչ մեթոդները պետք է հետաքրքրություն առաջացնեն, ինքնուրույնության ու ոչ բովանդակային փոփոխություններ մտցնելու, ոչ ստանդարտ պատասխաններ տալու, սեփական անձը դրսևորելու, գիտելիքներն ու կարողությունները ցուցադրելու հնարավորություն տան դեռահասին: Դեռահասներին բնորոշ հետաքրքրությունն ինքնաճանաչողության հանդեպ բարենպաստ պայմաններ է ստեղծում հոգեախտորոշիչ մեթոդիկաների կիրառման համար, հատկապես եթե դրանք հետաքրքիր և օգտակար տեղեկություններ են տրամադրում դեռահասին սեփական անձի մասին, օգնում են նրան ավելի լավ ճանաչելու իրեն ու համեմատվելու մյուսների հետ⁴:

ՆԶՊ- դասավանդման ընթացքում զինղեկը, որին բնորոշ է կարգապահությունն ու զինվորական ճշտապահությունը, պետք է ուշադրություն դարձնի սովորողների ներանձնային շփումներին՝ հաշվի առնելով սեռատարիքային

³Հովհաննես Գաբրիելյան, մեթոդական ձեռնարկ, Երևան, 2014, էջ 26:

⁴Հոգեբանությունը և կյանքը, Երևան 2021, էջ 13:

առանձնահատկությունները: Առողջ մթնոլորտը ենթադրում է հասունացման տարիքի անցնցում հաղթահարում, ինչն է հետագայում առողջ սերունդ ունենալու գրավականն է:

ՆԶՊ առարկայի դասավանդման և այդ համատեքստում սովորողների դաստիարակության պլանավորման և աշխատանքների կազմակերպման գործում մեծ դեր ունի առարկայի ուսուցիչը՝ զինդեկը, ով իր մարդկային կերպարով, հայրենասիրական գաղափարներով, զինվորական պահանջկոտությամբ և կարգապահությամբ, ինչպես նաև անձնական օրինակով մեծ դեր է խաղում սովորողների և մանկավարժական կոլեկտիվի կարգապահության ամրապնդման և բանակ-հասարակություն կապերի սերտացման գործում:

Կրթության զարգացման գլխավոր նպատակն է կրթական այնպիսի համակարգի

ձևավորումը, որը յուրաքանչյուր քաղաքացու կյանքի բոլոր փուլերում հնարավորություն է տալիս ստանալ իր պահանջմունքներին, մտավոր կարողություններին ու ձգտումներին համապատասխան որակյալ կրթություն, բավարարում է տնտեսության ու հասարակության պահանջները, լիարժեք ծառայում է ազգային շահերին: Հենց այս ուսումնական առարկան իր բովանդակությամբ և չափորոշչային վերջարդյունքների սահմանված պահանջներով ունակ է սովորողների համար լինել օրինակելի ու հայրենասեր քաղաքացի դաստիարակելու արդյունավետ միջոց: Այս ամենի կողքին շատ կարևոր է նաև «առողջ մարմնում առողջ հոգի» կարգախոսը, ինչը նույնպես ապահովում է առարկայի դասավանդման շարունակականությունն ու արդյունավետությունը:

Այսպիսով, կարող ենք արձանագրել, որ նախագորակոչային տարիքի տղաների համար կարևոր է պայմաններ ստեղծել հանրակրթական ուսումնական հաստատությունում ֆիզպատրաստության մակարդակը բարձրացնելու առումով: ՆԶՊ առարկայի գործնական պարապունքների շրջանակներում իրականացվում է թիրախային խմբի ֆիզիկական դաստիարակությունը, որն էլ իր հերթին այն կայուն ու կարևոր հիմնաքարն է, որի վրա հենվում է ՀՀ բանակը, քանզի այսօրվա նախագորակոչիկը ապագա զինվորն է, ով պետք է ունենա համապատասխան ֆիզիկական պատրաստվածություն, հոգեբանական կայուն կենսակերպ, մտավոր ներուժ ու ռազմահայրենասիրական բարձր գիտակցում:

Այս ամենի կերտողն, անշուշտ, դպրոցն է, ուստի նաև ՆԶՊ-ի դասաժամին նոր ու փոխգործուն մեթոդների կիրառմամբ, արդի ուսումնասօժանդակ գույքի առկայությամբ, բանիմաց մանկավարժերի ուղիղ մասնակցությամբ հարկավոր է սովորողին սիրել տալ

դպրոցը, գիտելիքն ու հայրենիքն ու բարձր մակարդակ ունեցող ֆիզիկական պատրաստությունը:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Մույն հետազոտության արդյունքում կարելի է արձանագրել, որ ֆիզիկական ակտիվ կենսակերպը այն հիմնական նախադրյալն է, որի վրա հենվում է առողջ, արժեհամագունեցող հասարակությունը: Այդ ճանապարհին առաջնային օղակը հանրակրթական դպրոցն է: Ուստի և հարկավոր է հնարավորինս մատչելի պայմաններ ստեղծել, որոնք ավագ դպրոցականների մոտ կձևավորեն գիտակցական մոտեցում ֆիզատրաստության և առողջ ապրելակերպի նկատմամբ, խթան կհանդիսանան նրանց ակտիվ կենսակերպի և ՆՁՊ-ի նկատմամբ հետաքրքրության համար: Միննույն ժամանակ ցանկալի կլինեն ՆՁՊ-ի շրջանակներում կիրառել ժամանակակից տեղեկատվական տեխնոլոգիաներ, նոր համագործակցային ու փոխգործուն մեթոդներ, որոնք նույնպես կխթանեն, որ սովորողներն առավել հետաքրքրությամբ և հաճույքով մասնակցեն առարկայի դասերին:

Կարևոր հիմնախնդիր է նաև միջազգային առաջնային փորձի մշտադիտարկումն ու դրա կիրառումը արդիականացվող կրթական համակարգում, որը լրացուցիչ ազդակ կարող է համարվել սովորողների շրջանում առարկայի նկատմամբ հետաքրքրությունը մեծացնելու տեսանկյունից:

Ինչ վերաբերվում է նախագորակոչային տարիքի պատանիներին, կարևոր ենք համարում վերջիններիս նկատմամբ անհատական կրթական ծրագրերի ներդրումը՝ հաշվիառնելով պարտադիր զինվորական ծառայության առկայության հանգամանքը: Նման օրինակ ծրագրերը կխթանեն վերջիններիս ֆիզիկական պատրաստվածության արագ բարձրացմանը, հնարավոր վնասակար սովորությունների բացասմանը՝ հաշվիառնելով, որ սովորողը չի ունենա զբաղվածության խնդիր՝ ազատ ժամանակը նվիրելով ֆիզիկական ակտիվ գործունեությանը:

Կարծում ենք, որ այս մարտահրավերներով լի պատմական ժամանակաշրջանում մեր երկիրը առավել քան երբևէ կարիք ունի ուժեղ, կոփված, առողջ ու գիտակից քաղաքացիների, ովքեր պետք է ծառայեն ի շահ մեր երկրի անվտանգության:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆՑԱՆԿ

1. <https://www.arlis.am/DocumentView.aspx?DocID=22356> / ՀՀ կառավարության որոշում/:
2. <https://sportedu.am/wp-content/uploads/2020/12/Tez-2020-1.pdf> / Գիտությունը սպորտում. Արդի հիմնախնդիրներ, Գիտամեթոդական պարբերական:
3. Հովհաննես Գաբրիելյան, մեթոդական ձեռնարկ, Երևան, 2014:
4. <https://sportedu.am/wp-content/uploads/2020/12/Tez-2020-1.pdf> / Գիտությունը սպորտում. Արդի հիմնախնդիրներ, Գիտամեթոդական պարբերական, Երևան 2020:
5. «Մարդու իրավունքների կրթությունը զինված ուժերում» դասընթացի նյութեր, Երևան, 2015:
6. Հոգեբանությունը և կյանքը, Երևան 2021: