ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

Հերթական ատեստավորման ենթակա ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների վերապատրաստման դասընթացներ

ՍՏԵՓԱՆՅԱՆ ԱՐՏՅՈՄ ՍՈՒՐԵՆԻ

ԱՆՁԻ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ

Արարատի մարզի Նոյակերտի միջն. դպրոց

Ղեկավար՝մանկավարժական
գիտությունների թեկանծու, դոցենտ
Ստեփանյան Արտակ

ԵՐԵՎԱՆ 2023

Բովանդակություն

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ……3

ԱՆՁԻ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ ՊԼԱՆ……4

Մտավոր և ինտելեկտուալ դաստիարակություն……4

Բարոյական դաստիարակություն……5

Հումանիստական դաստիարակություն……6

Աշխատանքային դաստիարակություն……7

Գեղագիտական դաստիարակություն……8

էկոլոգիական (բնապահպանական) դաստիարակություն……8

Իրավական դաստիարակություն……10

Դաստիարակության բոլոր կողմերի միասնական կապը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում……11

Եզրակացություն……14

Օգտագործված գրականության ցանկ……18

Մտավոր և ինտելեկտուալ դաստիարակություն

Դաստիարակության այս կողմը նախատեսում է զինել պարապող- ներին հատուկ գիտելիքներով և զարգացնել նրանց մտքի համապատասխան որակները: Ուստի, մտավոր և ինտելեկտուալ դաստիարակության հիմնական *խնդիրներն* են՝ պարապող- ներին տալ հատուկ գիտելիքներ, ընդլայնել ու հարստացնել դրանք, մշակել կարողություն' վերլուծելու կոնկրետ փաստեր, երևույթներ, նպաստել ճանաչողական ակտիվության զարգացմանը, շարժողական գործունեության ընթացքում մտքի որակների ստեղծագործական դրսևորմանը: Մտավոր դաստիարակության և ինտելեկտուալ զարգացման հիմնական *միջոցներն* են ֆիզիկական վարժությունները, եթե դրանց յուրացումը ընթանում է ակտիվ մտածողության պայմաններում: Շարժողական գործողությունների տիրապետումը կարագանա, եթե ապահովված է շարժումների ակտիվ ու գիտակցված ընկալումը, նրանց մտածված ինքնագնահատումը, ուշադիր ու մանրամասն վերլուծությունը: Ֆիզիկական վարժությունների բարդացմանը զուգընթաց մեծանում է նաև մտավոր ակտիվությունը: Բուն ֆիզիկական վարժությունների կատարման ժամանակ գիտելիքների փոխանցման և ճանաչողական գործունեության ակտիվությանը նպաստում են ուսուցչի հստակ բացատրումը և ցուցադրումը, պարզաբանումները վարժությունների կատարման ընթացքում, կատարված կոնկրետ հանձնարարության արդյունքների վերլուծումն ու քննարկումը: Ֆիզիկական վարժություններով պարապմունքները ներգործում են ինտելեկտի զարգացման հետևյալ կողմերի' ուշադրության, դիտողականության, մտածողության, ճիշտ կողմնորոշման վրա:

Բարոյական դաստիարակություն

Մարզականն գործունեությունը, ընթանալով բարդ միջմարդկային հարաբերություն-ների պայմաններում և մարդու կյանքում գրավելով նշանակալի տեղ, նրա բարոյական դաստիարակման ու ինքնադաստիա- րակման հիմնական գործոններից է:

Ֆիզիկական դաստիարակության բնագավառում բարոյական դաստիարակությունը կոչված է ձևավորելու այնպիսի բարոյական հատկություններ, ինչպիսիք են՝ հայրենասիրությունը, կոլեկտիվիզմը, պատասխանատվության զգացումը, կամքը, ինքնատիրապետումը և այլն: Այստեղ լուծվում են հետևյալ *խնդիրները* բարոյականային, համամարդկային նորմերի դաստիարակում, ընկերասիրության, փոխօգնության զգացմունքի դաստիարակում: Բարոյական որակների մշակման համար դասերի ընթացքում պետք է օգտագործվեն բազմաբնույթ *մեթոդներ* բարոյական, էթիկական զրույցների, դասախոսությունների, բանավեճերի, զննական միջոցների տեսքով: Նման մոտեցումներն օգնում են համոզման միջոցով ձևավորելու հայացքներ, զգացմունքներ, սովորություններ, վարքագծի նորմեր: Պարապմունքների ժամանակ հաճախակի պետք է դիմել այնպիսի մանկավարժական հնար- ների, ինչպիսիք են՝ հավանություն տալը, գովեստը, կատակով արվող դիտողությունները, նկատողությունները: Ֆիզիկական դաստիարակության մանկավարժները բարոյական դաստիարակության գործում կարող են հասնել առավել արդյունավետության՝ օգտագործելով անձնական փորձը ու այլ դրական օրինակներ: Այդ օրինակների միջոցով առավել արագ են յուրացվում էթիկական նորմերը և վարքագծի կանոնները, որոնք աստիճանաբար դառնում են սովորական: Ինչ վերաբերում է բովանդակությանը, ապա միայն ֆիզիկական վարժություններով պարապմունքները չեն կարող նպաստել աշակերտների բարոյական որակների դաստիարակմանը: Այստեղ անհրաժեշտ են մանկավարժորեն ուղղված հատուկ ներգործություններ, որոնք դառնում են հատուկ գործոն՝ ձևավորելու պարապողների բարոյական կերպարը, բնավորության կամային գծերը:

Հումանիստական դաստիարակություն

Հումանիզմ հասկացությունը, այլ կերպ մարդասիրությունը կամ մարդկայնությունը, նշանակում է աշխարհայացք, որը բնորոշում է մարդու արժեքը, նրա իրավունքը լինել երջանիկ, տալիս է անձի սեփական դրական ընդունակությունների զարգացման և դրսևորման հնարավորություն: Հումանիզմը, որպես գաղափարական, սոցիալական, փիլիսոփայական երևույթ, իր սկիզբն է առնում Հին Հունաստանի քաղաքակրթության ընդերքում և ներկայումս պահպանում է իր մարդասիրական որակների ձևավորման գործընթացը, որոնք հնարավորություն են ընձեռում մարդուն զգալ իրեն բարոյապես, սոցիալապես, քաղաքականապես և իրավաբանորեն աշխատունակ և պաշտպանված: Հումանիստական դաստիարակության *խնդիրներն* են՝ դաստիարակել աճող սերնդի մոտ մարդասիրական որակներ, սերմանել բարություն և արդարություն, օգնել աշակերտներին ձեռք բերել հարգանք հանդեպ մարդը և համապատասխան զգացմունքներ:

Հումանիստական դաստիարակության հիմնական *ուղղությունն* է դաստիարակել մարդասիրություն և մարդասիրական վերաբերմունք այլ մարդկանց հանդեպ: Հետևաբար ուսումնադաս- տիարակչական գործընթացում անհրաժեշտ է ստեղծել համապատասխան մանկավարժական պայմաններ: Կարևոր նախադրյալ է ծանոթացնել աշակերտներին անվանի մարդկանց, գիտնականների և գրողների, սպորտի և մշակույթի գործիչների կյանքի և գործունեության հետ, ովքեր նկատելի հետք են թողել մարդկանց հումանիստական վերաբերմունքի ձևավորման գործում: Այս առումով անհրաժեշտ է կազմակերպել հանդիպումներ ճանաչվա՞ծ անձնա- վորությունների հետ, անցկացնել հոբելյանական տարելիցներ, ստեղծագործական երեկոներ:

Հումանիստական հարաբերություններին է նպաստում նաև աշակերտների մասնակցությունը գեղարվեստական, ստեղծագործական և մարզական միջոցառումներին: Օրինակ՝ դպրոցական մրցումների ժամանակ հարկավոր է խստագույնս պահպանել «ազնիվ խաղի» կանոնները և պահանջները, լինել արդարացի մրցակիցների, մրցավարների, հանդիսատեսի հանդեպ: Մարդասիրական

վարքի ձևավորման գործում հատուկ դեր է խաղում աշակերտների միջամտությունը հարազատ տարածաշրջանի բնության պահպանման գործին:

Այս նպատակով անհրաժեշտ է ներգրավել աշակերտներին ծառատունկերին և կանաչ տարածքների խնամքին, աջակցել մաքրության պահպանմանը և կանոնակարգմանը տնային պայմաններում, դպրոցում, փողոցում և հասարակական վայրերում:

Հումանիստական դաստիարակության հիմնական *մեթոդներն* են՝

զրույցները, դիդակտիկ նյութերի ցուցադրումը, ուսուցչի անձնական օրինակը և այլ դաստիարակչական միջոցառումներ: Դրանց օգտագործումը նպաստում է սովորողների մոտ ձևավորելու պահանջմունք՝ յուրացնելու մարդասիրական որակներ, արդարամտություն և բարյացակամություն՝ առաջացնելով դրական հույզեր և ապրումներ:

Յումանսիտական զգացմունքները գործնականում կարելի է դաստիարակել հանրակրթական դպրոցում դասավանդվող բոլոր առարկաների ուսումնասիրման ընթացքում: Միևնույն ժամանակ մարդասիրական պատկերացումների ձևավորումը պահանջում է խստորեն հաշվի առնել սովորողների տարիքային առանձնահատկությունները: Պետք է գիտենալ, որ կրտսեր դպրոցականների մոտ ձևավորվում են ընդհանուր պատկերացումներ մարդասիրության մասին, որոնք հետագայում առավել խորն են իմաստավորվում:

Աշխատանքային դաստիարակություն

Աշխատանքային դաստիարակությունը նպատակաուղղված գործընթաց է՝ ձևավորելու պարապողների մոտ պատրաստվածություն գործելու անկախ հայրենիքի համար: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում աշխատանքային դաստիարակությունը նախատեսում է մի շարք *խնդիրների* իրականացում՝ աշխատանքային կարողությունների և հմտությունների տիրապետում, աշխատասիրության դաստիարակում, հասարակական աշխատանքի անհրաժեշտության կայուն համոզմունքի ձևավորում: Ֆիզիկական վարժություններով պարապելու

բուն գործընթացը պահանջում է համառություն, կազմակերպվածություն, դժվարություններ հաղթահարելու կարողություն, մեծ աշխատասիրություն: Պարապմունքների ընթացքում հարկ է լինում մաքրել մարզադահլիճը ու մարզահրապարակը, տեղափոխել ու տեղադրել մարզագույքը, վերանորոգել դրանք և այլն: Սրանք համարվում են աշխատանքային գործողություններ: Այս կարողությունները ու հմտությունները հաջողությամբ փոխադրվում են աշխատանքային գործունեություն: Ուստի, բուն աշխատունակության դաստիարակումը ֆիզիկական դաստիարակության մասնագետների կարևոր ու պատասխանատու խնդիրներից է: Ֆիզիկական դաստիարակության մանկավարժության մեջ որպես աշխատանքային դաստիարակության միջոցներ կիրառվում են այնպիսի տեսակներ, ինչպիսիք են՝ ուսումնական աշխատանքը, ինքնասպասարկման աշխատանքային տարրական գործողությունները բուն ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքների ընթացքում, հանրօգուտ աշխատանք՝ ֆիզկուլտուրային պարապմունքներից դուրս, բայց կապված ֆիզկուլտուրային գործունեության հետ: Նշված միջոցներից յուրաքանչյուրը պետք է լինի մատչելի ու միևնույն ժամանակ փոխկապված պարապողնե- րի տարիքից ու նրանց շարժողական պատրաստվածության մակարդակից:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում իրականց- վող ուսումնական աշխատանքը, ըստ էության, ֆիզիկական աշխատանք է: Շարժողական գործողությունների ուսուցումը նույնպես ուսումնական աշխատանք է, որը պահանջում է կոնկրետ գործողությունների անընդհատ կրկնողություն: Ֆիզիկական դաստիա- րակության գործընթացում գործունեության ճիշտ կազմակերպման պայմաններում ուսումնական աշխատանքը զարգացնում և կատարելագործում է շարժողական ու մտավոր ընդունակությունները, որոնք անհրաժեշտ են մարդուն աշխատանքային գործունեության ընթացքում:

Գեղագիտական դաստիարակություն

Գեղագիտական դաստիարակությունը, ինչպես և մտավորը, բարոյականը, աշխատանքայինը, ֆիզիկական դաստիարակության պարապմունքներում առաջին հերթին իրագործվում է ուսուցման միջոցով: Սրա տակ հասկանում ենք մարդու շարժումների միջոցով գեղեցիկի ընկալումը: Ուստի, գեղեցիկի հասկացումը և ընկալումը գեղագիտական դաստիարակության կողմերից մեկն է: Մյուս կողմից՝ դա կարողությունն ու ցանկությունն է ստեղծելու այդ գեղեցիկը: Գեղագիտական դաստիարակության *խնդիրներն* են՝ ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի բնագավառում գեղագիտական զգացմունքների, ճաշակի, հայացքների, իդեալների դաստիարակում, մարմնի գեղեցկության ու շարժումների արտահայտչության ձգտումների դաստիարակում, իրեն ստեղծագործաբար դրսևորելու ընդունակությունների դաստիարակում, ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում նորը որոնելու ու գեղեցիկը ստեղծելու կարողության դաստիարակում՝ փոխադրելով այդ հատկանիշներն աշխատանքային գործունեություն:

Գեղագիտական դաստիարակության բոլոր խնդիրները կարող են հաջողությամբ իրագործվել, եթե կիրառվեն համապատասխան յուրահատուկ *մեթոդներ՝*. Առաջին հերթին դա ֆիզիկական վարժությունների վառ, կենդանի, արտահայտիչ ու հուզականորեն բացատրումն ու ցուցադրումն է, վարժությունների կատարման գեղագիտական գնահատումը: Այս մեթոդների օգնությամբ խթանվում են պարապողների գեղագիտական զգացմունքները, նրանց ուրախալի ապրումները, գեղագիտական բավարարվածությունը: Կարևոր է, որ այդ դեպքում բերվեն վառ ու պատկերավոր օրինակներ:

Գեղագիտական դաստիարակության հիմնական և յուրահատուկ *միջոցներն* են ֆիզիկական վարժությունները, բնության կոփիչ ուժերը, տուրիստական արշավները, հիգիենիկ գործոններն իրենց գեղագիտական նշանակությամբ, երաժշտությունը, երգը, պարը, որոնք կիրառվում են ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում: Երաժշտության և պարային շարժումների շնորհիվ գեղալողում, գեղարվեստական մարմնամարզությունում, գեղասահքում ձեռք է բերվում շարժումների նրբագեղություն

ու արտահայտչականություն, որոնք բնորոշում են մարդու մտքերի ու զգացմունքների դիրքորոշումը: Երաժշտության և շարժումների լրիվ ներդաշնակությունը պարապողներին տալիս են մեծ գեղագիտական հաճույք ու բավարարություն:

էկոլոգիական (բնապահպանական) դաստիարակություն:

Քաղաքակրթության, տեխնոլոգիական ու սոցիալ-տնտեսական զարգացման արդի պայմաններում էկոլոգիական հիմնախն- դիրների լուծումը ձեռք է բերում կենսականորեն կարևոր նշանակություն: Հայտնի է, որ շրջակա միջավայրի հետ մարդու փոխհարաբերության խնդիրը կարող է լուծվել միայն մարդկանց էկոլոգիական աշխարհայացքի ձևավորման, նրանց էկոլոգիուսկան մշակույթի բարձրացման պայմաններում: Էկոլոգիական դաստիարակության *խնդիրներն* են՝ ձևավորել սովորողների էկոլոգիական պատկերացումները, նպաստել բնության մեջ մարդու տեղի իմաստավորմանը, իր գործի հանդեպ պատասխանատվության զգացման դաստիարակմանը, սովորեցնել գնահատել բնաշխարհը որպես հոգևոր արժեք: Էկոլոգիական դաստիարակության գործում շատ է կարևորվում միջառարկայական կապերի օգտագործումը: «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասավանդման ընթացքում էկոլոգիական հարցերի լուսաբանումը ցանկալի է իրականացնել խթանման, շտկման, համոզման, բացատրման, գնահատման, համեմատման մեթոդներով: Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի ընթացքում պետք է հետևողականորեն ձևավորել այն համոզմունքը, որ պահպանել բնությունը, նշանակում է պահպանել հայրենիքը:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում որպես էկոլոգիական դաստիարակության միջոց շատ են կարևորվում էքսկուրսիաների և արշավների անցկացումը, աշակերտների բնապահպանական գործունեության արդյունքների նկատմամբ վերահսկողությունը և գնահատումը:

Իրավական դաստիարակություն

Երեխաների և դեռահասների իրավական դաստիարակության սկզբնական օղակն է ընտանիքը, այնուհետև այդ գործընթացին միանում են տարբեր կրթական և ուսումնական հաստատություններ, սոցիալական կազմակերպություններ: Սովորողների իրավական դաստիարակության հիմնական կողմերից է իրավական ինքնագիտակցության և վարքի ձևավորումը: Իրավական գիտակցության ցածր մակարդակը հանգեցնում է հակահասարակական արարքների դրսևորմանը: Իրավական դաստիարակության *խնդիրներն են՝* երեխաներին ծանոթացնել պետական իրավական ակտերի հետ, դպրոցականների գիտակցությանը հասցնել իրավական նորմերի պահանջները և նրանց պահպանումը ամենօրյա վարքագծում, ձևավորել հասարակության լիարժեք անդամ, որն ընդունակ կլինի կողմնորոշվել իրավական միջավայրում և գործել գիտակցված պատասխանատվությամբ սեփական որոշումներն ընդունելիս ու վարքը դրսևորելիս: Նշված խնդիրների իրագործման համար անհրաժեշտ է հետևյալ *միջոցների* կիրառումը՝ հասարակական վարքի կանոնների և չափանիշների պահպանում, իրենց իրավունքների և պարտականությունների իմացություն, պետության, աշխատանքի, ընտանիքի, հասարակության, պետական և մասնավոր սեփականության նկատմամբ իրավական վերաբերմունքի դրսևորում:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում իրավական դաստիարակության հիմնական *միջոցներից* են մարզական կոլեկտիվում ինքանդրսևորման նորմերի, պարապմունքների ընթացքում վարքի և խաղի կանոնների պահպանումը, մարզագույքի և կահավորանքի նկատմամբ իրավական վերաբերմունքի դրսևորումը:

Դաստիարակության բոլոր կողմերի միասնական կապը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում

Հարկ է նշել, որ ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում ձևավորվում է պարապողների ոչ թե առանձին որակներ և կողմեր, այլ՝ նրանց անձն ամբողջությամբ: Ուստի, դաստիարակչական գործընթացը հաջողությամբ ղեկավարելու համար

մանկավարժը պետք է տիրապետի մանկավարժական ներգործությունների նպատակամետ և կազմակերպված ողջ համագումարին, որոնք նախատեսում են անձի համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացումը և դաստիարակությունը: Ի տարբերություն այլ առարկաներ (մաթեմատիկա, լեզու, աշխարհագրություն և այլն) դասավանդող մանկավարժների' ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչներն ունեն աշակերտների վրա դաստիարակչական ներգործման առավել լայն հնարավորություններ և պայմաններ: Ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքների ժամանակ առավել բարձր է հուզականությունը, ուսուցիչներն իրենց արտաքին տեսքով, մարմնակազմությամբ, շարժումների կուլտուրայով գրավում են աշակերտներին և, վերջապես, այստեղ ավելի մեծ է շփումն ու հաղորդակցումն աշակերտների հետ:

Դաստիարակության յուրաքանչյուր կողմ' մտավոր, ինտե- լեկտուալ, բարոյական, աշխատանքային, գեղագիտական, սերտորեն կապված է ֆիզիկական դաստիարակության հետ: Այդ կապը արտացոլում է դաստիարակության յուրաքանչյուր կողմի օրինաչափությունները, խնդիրներն ու բովանդակությունը: Օրինակ, ֆիզիկական դաստիարակության կապը բարոյականի հետ պայմանավորված է օրգանիզմի միասնության ուսմունքով, անձի զարգացման ֆիզիկական ու հոգևոր միասնությամբ, մեր երկրի ակտիվ քաղաքացու բարոյական կերպարով:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում առանձնակի է կարևորվում հումանիզմի գաղափարախոսության իրականացումը: Ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքների ընթացքում, մշտապես գտնվելով տարբեր մարդկանց հետ սերտ հաղորդակցման մեջ, երեխան պետք է սիրի իր մրցակցին, ցուցաբերի հարգանք նրա, մրցավարի և հանդիսատեսի նկատմամբ:

Ֆիզիկական ու գեղագիտական դաստիարակության կապը դրսևորվում է երկակի: Մի կողմից' գեղագիտական դաստիարակությունը, ամրապնդելով առողջությունն ու զարգացնելով օրգանիզմը, կատարելագործելով մարդու շարժումների կուլտուրան, ստեղծում է բարենպաստ նախադրյալներ գեղագիտական դաստիարակության համար, ընդլայնում է մարդու գեղագիտական ներգործության ոլորտը: Մյուս կողմից' գեղագիտական դաստիարակությունը պարապողների մոտ զարգացնում է ձգտումը ֆիզիկական գեղեցկության, շարժումների ստեղծագործական դրսևորման հանդեպ:

Ֆիզիկական և աշխատանքային դաստիարակության կապը որոշվում է նրանով, որ ֆիզիկական դաստիարակությունն ամրապնդում է առողջությունը ու

կատարելագործում մարդու շարժողական հնարավորությունները, բարձրացնում աշխատունակությունը: Իր հերթին աշխատանքային դաստիարակությունը, ներդաշնակորեն զարգացնելով միտքը, զգացմունքները, կամքը ու մարդու ֆիզիկական բնույթը, ֆիզիկական դաստիարակությանը տալիս է նպատակամետ ուղղվածություն, ձևավորում է աշխատանքի հանդեպ նրա հետաքրքրությունն ու պահանջմունքները:
Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում անհրաժեշտ է աճող սերնդի մոտ սեր սերմանել դեպի բնությունը: Հաճախ ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքները տեղի են ունենում բացօթյա, և երեխաներն անմիջականորեն հաղորդակցվում են բնության հետ: Մի կողմից երեխաները պետք է մարզվեն, ամրապնդեն իրենց առողջությունը, մյուս կողմից՝ սիրեն, պահպանեն բնությունը, իսկ հարկ եղած դեպքում՝ միջամտեն բնության կյանքին: Հենց այս կերպ է դրսևորվում ֆիզիկական և էկոլոգիական դաստիարակության կապը:

Ֆիզիկական և իրավական դաստիարակության կապն առանձնահատկուկ կերպով արտահայտվում է մարզական խմբակներում, խաղահրապարակներում, մրցումների ընթացքում վարքի ցուցաբերմամբ, ինքնադրսևորմամբ, խաղի կանոնների պահպանմամբ, ինչպես նաև՝ մարզագույքի և կահավորանքի նկատմամբ իրավական վերաբերմունքի գիտակցական դրսևորմամբ:

Այսպիսով, անձի համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման բոլոր կողմերը՝ մտավոր, ինտելեկտուալ, բարոյական, գեղագիտական, աշխատանքային, էկոլոգիական, իրավականՆ հումանիստական, օբյեկտիվորեն ու օրինաչափ փոխկապակցված են ֆիզիկական դաստիարակության հետ:

Եզրակացություն

Անձի ձևավորման և զարգացման գործընթացն ընկած է մտավոր և ինտելեկտուալ, բարոյական, հումանիստական, գեղագիտական, աշխատանքային, էկոլոգիական, իրավական դաստիարակության վրա: Սրանցից յուրաքանչյուրն անջնջելի հետք է թողնում անձի զարգացման վրա:

-Մտավոր և ինտելեկտուալ դաստիարակությունն ընթանում է մտածական ֆունկցիաների զարգացման ֆիզիկական վարժությունների կատարման գործընթացում ակտիվանում է մտավոր գործողություններ կատարելու ֆունկցիան: Սկսում է ճիշտ և արագ կողմնորոշվել ժամանակի և տարածության մեջ, իսկ այս ամենը նպաստում է նաև ուսուցիչը. հստակ բացատրում է ցուցադրում, պարզաբանում է վարժությունների կատարման ընթացքը և այլն:

-Բարոյական դաստիարակության հիմքում ընկած է հայրենասիրություն, կոլեկտիվիզմը, պատասխանատվության զգացումը, կամքը և այլն: Այս ամենը կատարվում է բարոյական, էթիկական զրույների, դասախոսություններ, բանավեճերի, հարց ու պատասխանների տեսքով: Այս դեպքում ուսուցիչը կարող է բերել բազմաթիվ օրինակներ՝ օգտագործելով նաև իր փորձը: Անհրաժեշտ է մանկավարժորեն ուղղված հատուկ ներգործություններ, որոնք էլ դառնում են պարապողների բարոյական կերպարը, բնավորության կամային գծերը: Այս հատկանիշներն էլ դառնում են հետագայում բնավորության գծեր:

- Սովորողների աշխարահայացքի ձևավորման գործում մեծ դեր ունի ուսուցիչը: Չէ որ դա բնորոշում է մարդու արժեքը, իրավունք է տալիս լինել երջանիկ և երջանկացնել դիմացինին: Հումանիզմի գաղափարը մարդասիրության արտահայտման մեջ է: Պետք է սերմանել բարություն, արդարություն, օգնել աշակերտներին ձեռք բերել հարգանք մարդու հանդեպ: Սրա համար կարևոր նախադրյալ է ծանոթացնել աշակերտներին հայտնի մարդկանց հետ՝ գիտնականների, գրողներ, սպորտի և մշակույթի գործիչների կյանքի ու գործունեության հետ, ովքեր նկատելի հետք են թողել մարդկանց հումանիստական վերաբերմունքի ձևավորման գործում:

-Աշխատունակության դաստիարակումը ֆիզիկական դաստիարակության

մասնագետների կարևոր ու պատասխանատու խնդիրներից է: Ուսուցիչը այստեղ պետք է հաշվի առնի պարապողների տարիքային և շարժողական պատրաստվածության աստիճանը: Աշխատանքային գործունեության ճիշտ կազմակերպման պայմաններում ուսումնական աշխատանքը զարգանում և կատարելագործվում է շարժողական և մտավոր ընդունակությունները, որոնք անհրաժեշտ են մարդուն աշխատանքում: Հաճախ հարկ է լինում մաքրել դահլիճը, մարզական գույքը տեղափոխել կամ տեղադրել, վերանորոգել, սրանք աշխատանքային գործողություններ են, որին պետք է պատրաստ լինի սովորողը:

-Գեղագիտական դաստիարակությունը գեղեցիկի ընկալումն ու գնահատումն է, դա կարողություն է ստեղծելու գեղեցիկը: Սպորտի բնագավառում դա մարմնի գեղեցկության, շարժումների արտահայտության ձգտումների մեջ է: Այստեղ կարևորը վարժությունների կատարման գեղագիտական գնահատում է, արտահայտիչ և հուզական ցուցադրումը, որոնք տպավորիչ են դառնում երաժշտության և պարային շարժումների շնորհիվ: Երաժշտության և շարժումների լրիվ ներդաշնակությունը պարապողներին տալիս են մեծ գեղագիտական հաճույք ու բավարարություն:

-Էկոլոգիական դաստիարակությամբ ձևավորվում են սովորողների էկոլոգիական պատկերացումները: Պահպանել բնությունը նշանակում է պահպանել հայրենիքը: Շատ են կարևորում արշավները, էքսկուրսիաներ, աշակերտների բնության պահպանման գործում վերահսկողությունը:

-Իրավական դաստիարակությունը պետք է առաջին հերթին իրականանանա ընտանիքում, հետո նրանցից դուրս՝ կրթական հաստատություններում: Նրա հիմանական կողմը իրավական ինքնագիտակցության լիարժեք անդամ, ով ընդունակ կլինի կողմնորոշվել և պատասխանատու լինել սեփական որոշումներ ընդունելիս և վարք դրսևորելիս

Իրավական գիտակցության ցածր մակարդակն ի վերջո կբերի հակահասարակական արարքների դրսևորման:

Այսպիսով, դաստիարակության յուրաքանչյուր կողմ սերտորեն կապված է ֆիզիկական դաստիարակության հետ:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը բարոյականի հետ արտահայտվում է

ֆիզիզկական և հոգևոր միասնությամբ: Հումանիստական դաստիարակության հետ արտահայտվում է հումանիզմի գաղափարների կրող որպես երեխան պիտի սիրի մրցակցին ցուցաբերի հարգանք: Ֆիզիկական դաստիարակությունը աշխատանքայինի հետ արտահաըտվում է նրանով, որ ամրապնդում է առողջությունը կատարելագործում է մարդու շարժողական հնարավորությունները, բարձրացնում է աշխատունակությունը:

Հաճախ ֆիզիակական պարապմունները տեղի են ունենում բացօթյա, երեխան հաղորդակցվում է բնության հետ, միջամտում է բնության կյանքին:

Ֆիզիկական դաստիարակության կապը իրավականի հետ նկատելի է մարզական խմբակներում, խաղահրապարակներում , մրցումների ժամանակ մարզագույքի պահպանման , կահավորանքի նկատմամբ իրավական վերաբերմունքի գիտակցական դրսևորմամբ, խաղի կանոնների պահպանման մեջ:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը բարդ և փոխկապակցված գործունեություն է , որի արդյունքում ձևավորվում է առողջ մարմնում առողջ հոգի անձնավորություն:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Առաքելյան Վ.Բ., Ղազարյան Ֆ.Գ., Մարզիկների կոնդիցիոն ընդունակությունների մշակման հիմունքները, Երևան, 2008,:
2. Ասատրյան Լ.Թ., էկոլոգիական դաստիարակությունը միջին դպրոցում, Երևան, 2000,:
3. Բաբայան Հ.Ա., Դպրոցականների գեղագիտական դաստիարակությունը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում, Երևան, Զանգակ, 2000,:
4. Հովհաննիսյան Դ., Գեղագիտական դաստիարակության առանձնահատկությունները հանրակրթական դպրոցում //Մանկավարժական միտք, 2011,:
5. Ղազարյան Ֆ.Գ., Մարդու շարժողական ընդունակությունները, Երևան, 1992,:
6. Ղազարյան Ֆ.Գ., Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա, Երևան, 2003,:
7. Ղազարյան Ֆ.Գ., Ղպրոցականների շարժողական՝ հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, Երևան, Լույս, 1981,:
8. Ղազարյան Ֆ.Գ., Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը, Երևան, 2007,:
9. Ղազարյան Ֆ.Գ., Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա, Երևան, 2003,:
10. Սամվելյան Լ.Ա., Սպորտը և արդարացի խաղը, Երևան, Տնտեսագետ