



## «ՍԵՎԱՆԻ Խ.ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ԱՎԱԳ ԴՊՐՈՑ

### ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2023

#### ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

<b>ԹԵՄԱ</b>	Ուսուցչի համագործակցությունը ծնողների հետ՝ սովորողների կրթության Կազմակերպման և ընտանեկան դաստիարակության հարցում
<b>ԱՌԱՐԿԱ</b>	Ֆիզկուլտուրա
<b>ՀԵՂԻՆԱԿ</b>	Ղալեյան Մարգարետ
<b>ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ</b>	ՀՀ Գեղարքունիքի մարզի Շողակաթ գյուղի միջնակարգ դպրոց»պետական
<b>ՀԱՏՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ</b>	ոչ առևտրային կազմակերպություն
<b>ԽՈՒՄԲ</b>	4

## Բովանդակություն

Ներածություն .....	3
Ընտանիք-դպրոց համագործակցությունը երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման գործընթացում .....	6
Ընտանիքում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման սոցիալական նախադրյալները .....	10
Եզրակացություն .....	24

## Ներածություն

Թեմայի արդիականությունը: Ընտանիքում ֆիզիկական դաստիարակության, ընտանեկան փոխհարաբերությունների և ընդհանրապես ընտանիքի հիմնախնդիրները ներկայումս դարձել են առավել արդիական: Ինչպես մանկավարժների ու հոգեբանների, այնպես էլ ծնողների և ընդհանրապես, հասարակության կողմից գիտակցվում է որ աճող սերնդի ֆիզիկական դաստիարակության գործում մեծ է ընտանիքի դերը:

Մանկապարտեզում դաստիարակը սովորեցնում, մարզում է, իսկ ընտանիքը ապրելով երեխայի հետ, հաղորդակից լինելով բազմաթիվ կենսապայմաններում՝ երեխաների վրա ներգործելու ավելի լայն հնարավորություն ունեն:

Ընտանիքում ֆիզիկական հաջողությունն ապահովող առաջին պայմանը համերաշխ, ֆիզիկապես առողջ ընտանիքի առկայությունն է: Ընտանիքում լավ փոխհարաբերությունների ֆիզիկապես առողջ մթնոլորտի առկայության դեպքում աճում են հանգիստ, հավասարակշռված, առողջ, համակողմանի ներդաշնակ զարգացած մարդիկ:

Երեխայի ֆիզիկական դաստիարակության հարցում մեծ նշանակություն ունեն ծնողները: Դա բարդ հարց է, որի լուծման ժամանակ առաջնակարգ նշանակություն է ստանում խստության և քնքշության չափը: Չի կարելի անընդհատ սիրել երեխային, անընդհատ գովասանքի արժանացնել, խրախուսել, կատարել նրա բոլոր պահանջները կամ ընդհակառակը, երեխային անընդհատ պարսավանքի ենթարկել, պատժել և այլն: Դրանք բոլորը պետք է լինեն չափավորված ու դուրս չգան անհրաժեշտության սահմաններից:

Շատ ծնողներ, քաջ գիտակցելով երեխայի դաստիարակության ժամանակ իրենց դերը, երբեմն մոռանում են ուսուցման ընթացքում անհրաժեշտ դերի մասին, կամ կարծում են, որ երեխայի ուսուցումը պարտավոր է իրականացնել միայն

մանկապարտեզը կամ դպրոցը: Աշխատանքի համար ընտրված թեմայի արդիականությունը պայմանավորված է թե՛ գիտական, թե՛ պրակտիկ գործոններով: Լինելով երեխայի սոցիալականացման առաջին օղակը՝ ընտանիքը մշտապես համարվել է երեխայի անձի դաստիարակության կարևոր գործոն: Հայտնի իրողություն է՝ ծնող-երեխա փոխհարաբերությունները, որոնք ձևավորվում են ընտանիքում ֆիզիկական դաստիարակության հենքով, կազմում են ընտանիքում հարաբերությունների կարևորագույն և ամբողջական համակարգ: Այդ հարաբերությունները հույժ կարևոր են կրտսեր դպրոցականի անձի ձևավորման, նրա հոգեկանի բարենպաստ ֆիզիկական, զարգացման և լիարժեք սոցիալականացման համար: Հետևաբար՝ ընտանեկան ոչ ճիշտ դաստիարակությունը, դրա գործառույթների ոչ լիարժեք կատարումը կարող է խախտել ծնող-երեխա նորմալ հարաբերությունները՝ առաջ բերելով էական դժվարություններ երեխայի վարքի և, ընդհանրապես, նրա առողջության ձևավորման մեջ:

Վերջին ժամանակներում բավականին սրացել է ֆիզիկական ծնող-երեխա պատրաստության, առողջության ամրապնդման կրտսեր դպրոցական անձի ձևավորման վրա դրանց ունեցած ազդեցության խնդիրը՝ կապված արդի հասարակության գլոբալացման, ներկայիս սոցիալ-տնտեսական, հասարակական-քաղաքական կյանքի, սպորտի տեղեկատվության հասանելիության ու մեծ հոսքի և այլ գործոնների հետ: Ուստի կարելի է պնդել, որ կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության հիմնախնդիրն արտի խնդիրներից է: Սույն խնդրի ուսումնասիրումն ու հետազոտումն ինչպես առողջության ամրապնդման, ֆիզիկական ընդունակությունների զարգացման սոցիալ-հոգեբանական, այնպես էլ մանկավարժական արդիական հիմնախնդիրներից է:

Հետազոտության նպատակը: Մեր հետազոտակն աշխատանքի նպատակն է՝ ուսումնասիրել ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման գործընթացում երեխայի ընտանիքի դերը և համագործակցությունը:

Հետազոտության խնդիրները: Հետազոտության նպատակն հասնելու համար առաջադրվել են հետևյալ խնդիրները՝

- Վերլուծել ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում երեխայի ընտանիքի մասնակցության չափը:
- Կարելու էլ ընտանիք դպրոց համագործակցությունը երեխայի ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման գործընթացում:

**Ընտանիք–դպրոց համագործակցությունը երեխաների  
ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման  
գործընթացում**

Ընտանիքը մարդկության ընդհանրության ամենահին ձևերից մեկն է: Մարդկային քաղաքակրթությունը իր զարգացման ընթացքում ստեղծել է բազում արժեքներ, որոնցից է ընտանիքը: Գիտական գրականությունում ընտանիքը դիտարկվում է որպես հասարակության բջիջ, անհատական կենցաղի կազմակերպման կարևորագույն ձև, որը հիմնվում է ամուսնական միության և ազգակցական կապերի վրա: Այսինքն՝ այն հարաբերությունների վրա, որոնք գոյություն ունեն ամուսնու և կնոջ, ծնողների ու զավակների, եղբայրների և քույրերի, այլ ազգականների միջև, որոնք ապրում են միասին և վարում ընդհանուր տնտեսություն:

Ընտանիքը կատարում է շատ մեծ հասարակական ֆունկցիա.

1. Բնակչության վերարտադրություն.
2. Տնտեսական խնդիրների լուծում, 3. Երեխաների դաստիարակություն,
4. Առողջաբարական և ռեկրեատիվ հարցեր,
5. Հասարակության կառավարման ու կարգավորման խնդիրներ:

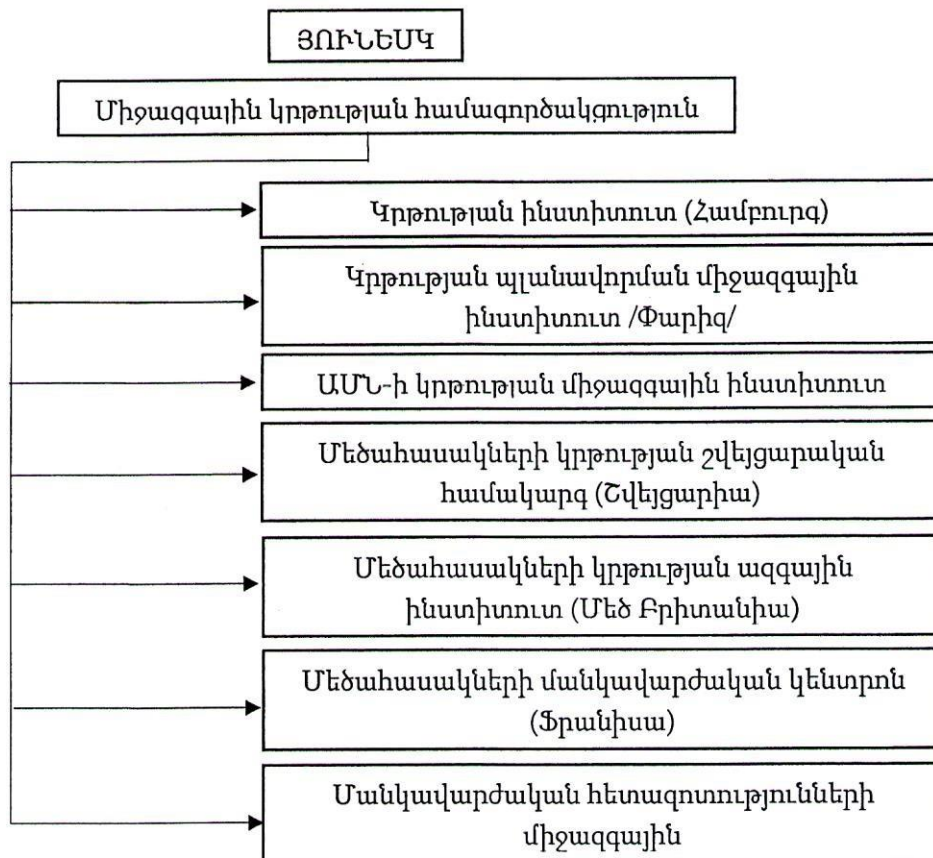
Աճող սերնդի դաստիարակության մեջ ընտանիքի նշանակալի դերը որոշվում է երեխայի զարգացման վրա նրա ազդեցության անփոխարինելիությամբ, նրանց մտերմությամբ, անհատականությամբ, անկրկնելիությամբ, յուրաքանչյուր երեխայի անհատական առանձնահատկություններով: Երեխաների ընտանեկան դաստիարակության խնդիրները բոլոր ժամանակ ներում մշտապես հուզել են առաջադեմ մանկավարժներին:

Ընտանիքում երեխայի դաստիարակության գործընթացի կազմակերպումը պայմանա վորված է ընտանիքի դաստիարակչական ներուժով, այն պայմանների և նախապայման- ների համալիրով, որոնք միասնաբար որոշում են մանկավարժական հնարավորությունները: Դրանք են՝ նյութական կենցաղային պայմանները, ընտանիքի անդամների քանակը և կա ռուցվածքը, գաղափարական և հոգեբանական մթնոլորտը, ընտանիքի անդամների զարգաց- վածության մակարդակը, հարաբերությունների բնույթը, ավագ սերնդի կյանքի փորձը, կուլ տուրական մակարդակը, ազատ ժամանակի կազմակերպման բնույթը, ծնողների անձնական օրինակը, մշակույթի և տեղեկատվության զանգվածային միջոցների օգտագործման հնարա վորությունները և շրջապատի հետ ընտանիքի հաղորդակցման հնարավորությունները, ծնուլ ների մանկավարժական կուլտուրայի մակարդակը, ընտանիքում մանկավարժական ուժերի բաշխումը, ընտանիքի սովորությունները և այլն: Ըստ Ի.Վ.Գրեբեննիկովի, Յու.Պ. Ազարովի, Վ.Յա. Տիտարենկոյի՝ հասարակության զարգացման հետ ծնողների մանկավարժական կուլտուրայի տեսակարար կշիռը և նշանակությունն ընտանիքի դաստիարակչական բովան դակությունում, անշեղորեն կաճի:

Ըստ Ի.Վ. Գրեբեննիկովի մանկավարժական կուլտուրան հայրերի և մայրերի մանկա վարժական պատրաստվածության մակարդակի և նրանց զարգացվածության միասնությունն է, նրանց հասունության աստիճանը երեխաների ընտանեկան և հասարակական դաստիա- րակության գործընթացում: Այս դեպքում նրանք հանդես են գալիս որպես դաստիարակներ:

Ծնողների մանկավարժական կուլտուրայի կարևոր բաղադրիչն է նրանց բուն մանա կավարժական պատրաստվածությունը, որը ենթադրում է հոգեբանամանկավարժական, ֆիզիոլոգիական, հիգիենիկ և իրավական գիտելիքների, ինչպես նաև՝ դրանց գործնականում կիրառման հմտությունների համախումբ:

Ներկայումս մանկավարժական գիտելիքների համակարգում զարգանում և հաստատ վում է համեմատաբար երիտասարդ մի ճյուղ՝ անդրագոգիկան, որի զարգացմանը մեծապես օժանդակում է ՅՈՒՆԵՍԿՕ-ի կազմի մեջ մտնող 188 երկրների համագործակցական աշխատանքը, իսկ առանձին պետություններում այն մտցված է կրթական համակարգում (նկար 1



Նկար 1. Մեծահասակների կրթության միջազգային համագործակցություն

Ընտանեկան դաստիարակությունը այժմ առավել, քան երբևէ, մեծ նշանակություն է ստացել: Փոփոխվող ուսումնական ծրագրերի և դասագրքերի, դաստիարակության ընդհատումների պայմաններում ընտանիքը պետք է



հանդիսանա այն հաստատուն վայրը, որտեղ երեխան կկարողանա բավարարել իր հոգեկան և ֆիզիկական հարցադրումները և պահանջումները՝ որպես սոցիալական էակ: Դրա համար ծնողների մանկավարժական լու սավորվածությունը դարձել է հրամայական պահանջ: Աճող սերնդի համակողմանի ու ներդաշնակ՝ կրթության ու դաստիարակության հիմնական նախապայման ու միջոց է հանդի սանում մանկավարժական, ծնողական հասարակության և պետական կառույցների դաշինքը:

Հայկական ազգային ընտանեկան ավանդույթներն ու սովորությունները ձևավորվել են դարերի ընթացքում Կուտակվել և սերունդներին է փոխանցվել երեխաների ընտանեկան դաստիարակության, ներընտանեկան փոխհարաբերությունների, ազգային ծեսերի, ավան դույթների հարուստ փորձ: Հայ ժողովրդի զարգացման պատմական յուրաքանչյուր ժամանա կահատվածում հասարակական կյանքի՝ սոցիալ-հոգեբանական փոխհարաբերությունների ազդեցության տակ դրանք հղկվել, ավելի գեղեցիկ են դարձել, դարձել ժամանակի պահանջ- ներին համահունչ:

Հայկական էթնո-մշակութային միջավայրում միշտ և բոլոր ժամանակներում անվերա պահ արժեք է համարվել ընտանիքը:

Հայոց բազմանդամ ընտանիքը Խրիմյան Հայրիկը բնութագրում էր որպես «դրախ տային»:

Ավ.Բսահակյանը բարձր է գնահատել մեծահասակների դերը անձի դաստիարակության գործում. «Մեր անուշ տատիկներից լսել եմ հոգի կախարդող հեքիաթները, մեր փորձաշատ պապիկներից՝ իմաստուն զրույցներ, խոսք, առած»:

Սյդտեղ երեխային հնարավորություն է ընձեռվում՝ առավել լայնորեն դրսևորելու իր հու- գական և հոգևոր ունակությունները, ավելի արագ իրականացնելու դրանք: Միաժամանակ ընտանիքն ունի հատուկ, լրացուցիչ, միայն իրեն հատուկ հնարավորություններ: Դա ամենից առաջ մարդու հուզական

կուլտուրայի, սովորությունների արտաքին վարքի ձևավորումն է և նրա անհատական յուրօրինակ մոտեցումը դաստիարակությանը:

## **Ընտանիքում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման սոցիալական նախադրյալները**

Առողջության պահպանումը՝ ցանկացած հասարակության, սոցիալ-տնտեսական զարգացման կարևոր բաղադրամասն է: ԱՊՀ երկրների դպրոցականների առողջական վիճակի վերաբերյալ ուսումնական հաստատություններից արձանագրվում է առավել տագնապալի տեղեկություններ կրթական գործընթացների անբարենպաստ կողմերի ազդեցության մասին: Ուստի պատահական չէ, որ վերջին ժամանակներս երեխաների առողջության պահպանման հարցերը դարձել են մտահոգության առարկա և այդ թեման առավել կարևորվում է տարբեր միջազգային գիտաժողովներում, կոնգրեսներում: Այսպես, 22-րդ միջազգային գիտական կոնգրեսում «Օլիմպիական սպորտ և սպորտ բոլորի համար» Թբիլիսի, 2018, ներկայացվեցին զեկուցումներ, որտեղ բնութագրվում էին ԱՊՀ-ի երեխաների առողջական վիճակի վատթարացման բազմակի փաստեր: Այսպես, Վ. Գ. Մավչենկոն և Ն. Ի. Մասկալենկոն ներկայացրեցին, որ ըստ բժիշկների ուսումնասիրության արդյունքների Ուկրաինայի ավագ

ավագ դպրոցականների 90 տոկոսը ունեն առողջական վիճակի այս կամ այն շեղումներ, որոնցից 70 տոկոսը վատ տեսողություն, 67 տոկոսը՝ հենաշարժողական ապարատի խախտումներ, դասպրոցի շրջանավարտների միայն 11 տոկոսին կարելի է համարել առողջ: Դպրոց հաճախելով, երեխաները ստանում են հուզական և մտավոր բեռնվածություն, որը զգալի ներգործում է երեխայի բոլոր օրգան-համակարգերի նորմալ գործունեության վրա, արդյունքում զգալի նվազում է նրանց մտավոր աշխատունակությունը: Նման վիճակի հիմնական պատճառը հանդիսանում

է երեխաների շարժողական ակտիվության նվազումը տարիքային բոլոր խմբերում: Ըստ հեղինակների, երեխաների 82-85 տոկոսը օրվա ընթացքում գտնվում է ստա տիկ վիճակում հիմնականում նստած: Երեխաների ընդհանուր շարժողական ակտիվությունը դպրոց հաճախելու առաջին տարում նվազում է 50 տոկոսով:

Ռուսաստանի Դաշնության առողջապահության նախարարության և պետական համա ճարակային հսկողության տվյալներով դպրոցականների միայն 14 տոկոսն է գործնականում առողջ, 50 տոկոսն ունեն ֆունկցիոնալ շեղումներ, 35-40 տոկոսը՝ քրոնիկական հիվանդու- թյուն: Դպրոցն ավարտելուց հետո շրջանավարտներից յուրաքանչյուր չորրորդն ունի սիրտ անոթային համակարգի պաթոլոգիա, յուրաքանչյուր երրորդը՝ կարճատես է և յուրաքանչյուր երկրորդն ունի կեցվածքի շեղումներ:

Հաճախակի հիվանդանալու հիմնական պատճառը ընտանիքի ոչ ճիշտ ապրելակերպն է: Այսպես, այն երեխաների 90,5 տոկոսը, որոնք սուր մրսածությամբ հիվանդանում են տարվա ընթացքում չորս և ավելի անգամ, ծնողների 84 տոկոսը չեն կատարում առավոտյան հիգիենիկ մարմնամաքություն, 57,3 տոկոսը ծխում են, 50 տոկոսը երեխաներին ուշ են քնեցնում գրեթե նույնքան տոկոսն էլ չեն պահպանում երեխաների շարժողական ակտիվության ռեժիմը Վերը նշվածից հետևում է, որ ցածր է ծնողների գիտելիքների մակարդակը երեխաների դաստիարակության և խնամքի բժշկահիգիենիկ հարցերի, ֆիզի կական դաստիարակության պահանջների, առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ: Նման գիտե լիքների և կարողությունների բացակայության պատճառով այսօր ընտանեկան պայման- ներում երեխաները չեն ստանում իրենց տարիքային զարգացման օրինաչափություններին համապատասխան համակողմանի դաստիարակություն:

Երեխաների հիվանդության հաճախականության վրա որոշակի ազդեցություն է թողնում նաև ընտանիքի ապրելակերպը, հոգեբանական մթնոլորտը, սովորությունները, ընտանիքի անդամների փոխհարաբերությունները: Հայտնի է, որ անառողջ մթնոլորտում (վեճեր, ընդհա- րումներ, ակոհոլի օգտագործում և այլն)

սկսած կյանքի երկրորդ տարվանից հաճախակի հիվանդացող երեխաների թիվը տոկոսով ավելի է, քան նորմալ ընտանիքներում դաստիարակվող երեխաներինը:

Գիտական հետազոտությունները ցույց են տվել (Լ.Ավետիսյան, 2002), որ այն դպրոցական բարեփոխումները, որոնց հիմքում չեն դրվել բժշկամանկավարժական գիտականորեն հիմնավորված չափանիշներ, սովորողների առողջական վիճակի վրա թողել են հիմնականում բացասական ազդեցություն:

Ըստ Գ.Բրեխմանի (2004) լայնածավալ հետազոտության՝ նախադպրոցականների և դպրոցականների մեծամասնությունը (80տոկոս) ունի կեցվածքի շեղումներ:

Երեխաների մոտ կեցվածքի շեղումները (տարբեր հետազոտողների մոտ մոտավորապես 50 տոկոս) կապված են գրասեղանի մոտ երկարատև դիրքի և նրանց ֆիզիկական ցածր ակտիվության հետ: Եվ այստեղ առանձնահատուկ նշանակություն են ստանում կեցվածքի շեղումների ժամանակին հայտնաբերման և կանխարգելման հիմնախնդիրները:

Վերջին տասնամյակներում սոցիոլոգների, բժիշկների, մանկավարժների, էկոլոգների, հոգեբանների ուշադրության կենտրոնում են մարդկանց ապրելակերպի և առողջության փոխազդեցության հարցերը: Նրանք գտնում են, որ թե առողջության մակարդակը պայմանականորեն ընդունենք 100 տոկոս, ապա 20 տոկոսը կախված է ժառանգությունից, 20 տոկոսը՝ արտաքին միջավայրից, 10 տոկոսը՝ առողջապահության համակարգի գործունեությունից, 50 տոկոսը ապրելակերպից: Ապրելակերպը կենսասոցիալական կատեգորիա է, ինտեգրացնող հասկացություն է մարդու կենսագործունեության որոշակի տեմպով և նրան բնութագրող աշխատանքային գործունեությամբ, նյութական և հոգևոր պահանջների բավարարման ձևով, անհատական և հասարակական պահվածքի կանոններով:

Երեխաների ֆիզիկական դասրիարակության կազմակերպումը ընտանիքում Կրթական համակարգի բարեփոխումներն էլ ավելի բարձր պահանջներ են առաջադրում երեխայի առողջության պահպանման, ամրապնդման, ֆիզիկական

գարգացման և ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակի բարձրացման նկատմամբ, քանի որ դրանք այն հիմնական ցուցանիշներն են, որոնք հաշվի են առնվում երեխայի դաստիարակության բազմաբնույթ գործընթացում: Պետական նշանակություն ունեցող այս հիմնախնդրի արդյունավետ լուծմանը պետք է ակտիվորեն աջակցեն նաև ծնողները:

Սակայն ներկա ժամանակաշրջանում ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության ժողովրդական ավանդույթները մեծամասամբ կորսված են, իսկ շատ դեպքերում գործնա կանում ուղղակի գոյություն չունեն: Ավանդական հասարակությունում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությունը հիմնականում իրականացվում է ընտանեկան շրջանակներում:

Ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության ընթացքում առաջադրվում են լուծել հետևյալ խնդիրները.

1. Առողջության պահպանումը և ամրապնդումը,
2. Աշխատունակության բարձրացումը,
3. Օրգանիզմի կոփումը և ադապտացիոն հնարավորությունները,
4. Բազմակողմանի ֆիզիկական զարգացումը.
5. Շարժողական ընդունակությունների մշակումը.
6. Տեսական գիտելիքների ձեռքբերումը (ձևավորումը).
7. Դաստիարակել հետաքրքրություն և պահանջմունք պարբերաբար զբաղվելու ֆիզիկական վարժություններով.

8. Ձևավորել միջին և ավագ դպրոցականների մոտ կարողություն ընտանեկան պայ մաններում միջին և կրտսեր երեխաների հետ անցկացնել պարապմունքներ (առավոտյան մարմնամարզություն, ֆիզկուլտ դադար, շարժախաղեր, մարզախաղեր).

9. Շտկելու ֆիզիկական թերզարգացումը:

Նշված խնդիրների լուծումը առաջադրում են հանրակրթական դպրոցին, ֆիզկուլտուրային կազմակերպություններին ցույց տալ աջակցություն և

համապատասխան օգնություն (մեթոդական, կազմակերպչական, խրախուսման, քարոզչական) ծնողներին:

Դպրոցի և ընտանիքի փոխհամագործակցության պրոբլեմի պատասխանը կայանում է հետևյալում՝ խոսքը պետք է գնա դպրոցի և ընտանիքի՝ որպես հավասարազոր և հիմնական սուբյեկտների փոխլրացման մասին: Ընդ որում, պետք է հաշվի առնել, որ երբեք չպետք է սահմանափակել ընտանիքի ֆունկցիաները, չիջեցնել պատասխանատվությունը, այլ լայ նացնել խնդիրները, խորացնել ընտանիքում դաստիարակչական գործընթացը՝ նրանում ընդգրկելով մանկավարժական կոլեկտիվը: Այս ամենը կբարձրացնի և ուսուցման և դաստիարակության որակը:

Հաշվի առնելով այս ամենը մենք պետք է ընտանիքի և դպրոցի հարաբերությունները դիտարկենք ոչ միայն ծնողների մանկավարժական լուսավորվածության տեսանկյունից, թեև դա փոխգործունեության շատ կարևոր կողմ է, այլ ծնողների կողմից իրենց գիտելիքների և սոցիալական լավագույն փորձի անմիջական ներդրում դպրոցի ուսումնա-դաստիարակչական աշխատանքներին:

Մանկավարժական գրականության մեջ ընտանիքի և հանրակրթական ուսումնական հաստատության փոխգործունեության ձևերի ցանկը բավականին լայն է՝ անհատական հանդիպումներ, զրույցներ, երկխոսություններ, մանկավարժական գիտելիքների բարձրացման պարապմունքներ, ծնողական ժողովներ, բաց դասեր, հանդիպումներ հանրահայտ մանկավարժների հետ, կինոֆիլմերի դիտում և քննարկում, մանկավարժական գրականության բաժանում, մանկավարժական պրակտիկումն

Ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում, ինչպես հայտնի է, կիրառվում են մանկավարժության տեսությունում մշակված դրույթները, աշխատանքի հետևյալ ձևերը՝ ծնո՞ր դական ժողով, զրույցներ՝ խմբային և անհատական, ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի բաց դասեր, կոնսուլտացիաներ, երկխոսություն և բանավեճ, դասախոսություններ, մեթոդական գրականության բաժանում, հանդիպում

ճանաչված մարզիկների, գիտնականների, դա սախոսների, մրցավարների, լրագրողների հետ, կինոֆիլմերի տեսաժապավենների դիտում և քննարկում, առաջատար փորձի փոխանակում, դպրոցականների տուն կատարվող այցեր:

Բազմիցս ընդգծում են դպրոցականների կյանքում ֆիզիկական դաստիարակության մի շոցով առողջ ապրելակերպի տարրերի կիրառման անհրաժեշտությունը, որի իրականացումը մեծապես պայմանավորված է դպրոց ընտանիք համագործակցությամբ, ծնողների վերաբերմունքով, պատրաստության աստիճանով կախված նրանց գիտելիքներից, կարողություններից, արժեքային կողմնորոշումից, որի ձևավորման հիմնական օղակը պետք է հանդիսանա հանրակրթական դպրոցը:

Հեղինակները միակարծիք են, որ չի կարելի աշակերտների ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակությունը թողնել ինքնահոսի և միևնույն ժամանակ ակնկալել ստանալու դրական արդյունք:

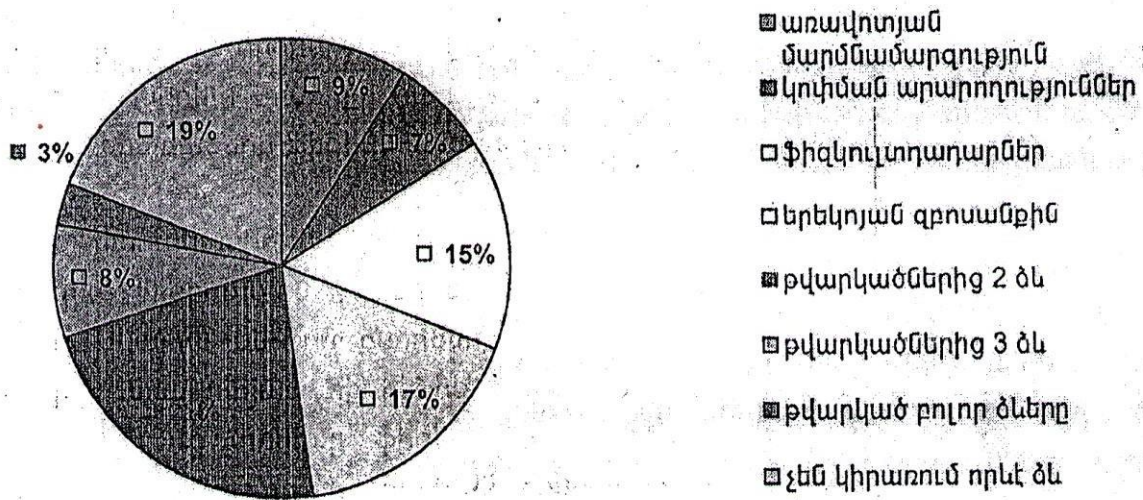
Հետաքրքիր է այն փաստը, որ ուսուցիչների 78 տոկոսը գտնում է, որ առանց ընտանիքի հետ սերտ համագործակցման հնարավոր չէ հասնել մեծ արդյունքների ֆիզիկական դաստիարակության գործում, 22 տոկոսը, ընդհակառակը, գտնում է, որ առանց այդ համա գործակցության այն կարելի է միանգամայն լուծել:

Ուսուցիչների 52 տոկոսը գտնում է, որ պետք է ծնողներին օգնել՝ խորհուրդներ տալով, զրույցներ կազմակերպելով: 4 տոկոսը գտնում է, որ ծնողների հետ համագործակցելով է հնարավոր նրանց ակտիվացնել: Իսկ 44 տոկոսը որևէ կարծիք չունի:

Անշուշտ մեծ կարևորություն ունի ծնողների կողմից երեխայի ֆիզիկական զարգացման ցուցանիշներով (մարմնի քաշ, մարմնի հասակ, կրծքավանդակի շրջագիծ) հետաքրքրվելը: Ծնողների միայն 68 տոկոսն է, որ մշտապես հետաքրքրվում է դրանով, 19 տոկոսը՝ դեպքից դեպք, իսկ 13 տոկոսը չի կարևորում այդ հարցը: Սա նույնպես խորհելու տեղիք է տալիս, քանի որ երեխայի ֆիզիկական զարգացումը ունի երկակի նշանակություն. մի կողմից՝ օրգանիզմի աճի և

զարգացման գործընթաց է, մյուս կողմից՝ այդ զարգացումը գնահատող ցուցանիշ յուրաքանչյուր կոնկրետ տարիքի համար: Եվ անհանդուրժելի պետք է համարել այն տխուր փաստը, որ երեխաների ֆիզիկական զարգացումը մատնված է որոշ ծնողների անուշադրու-թյանը:

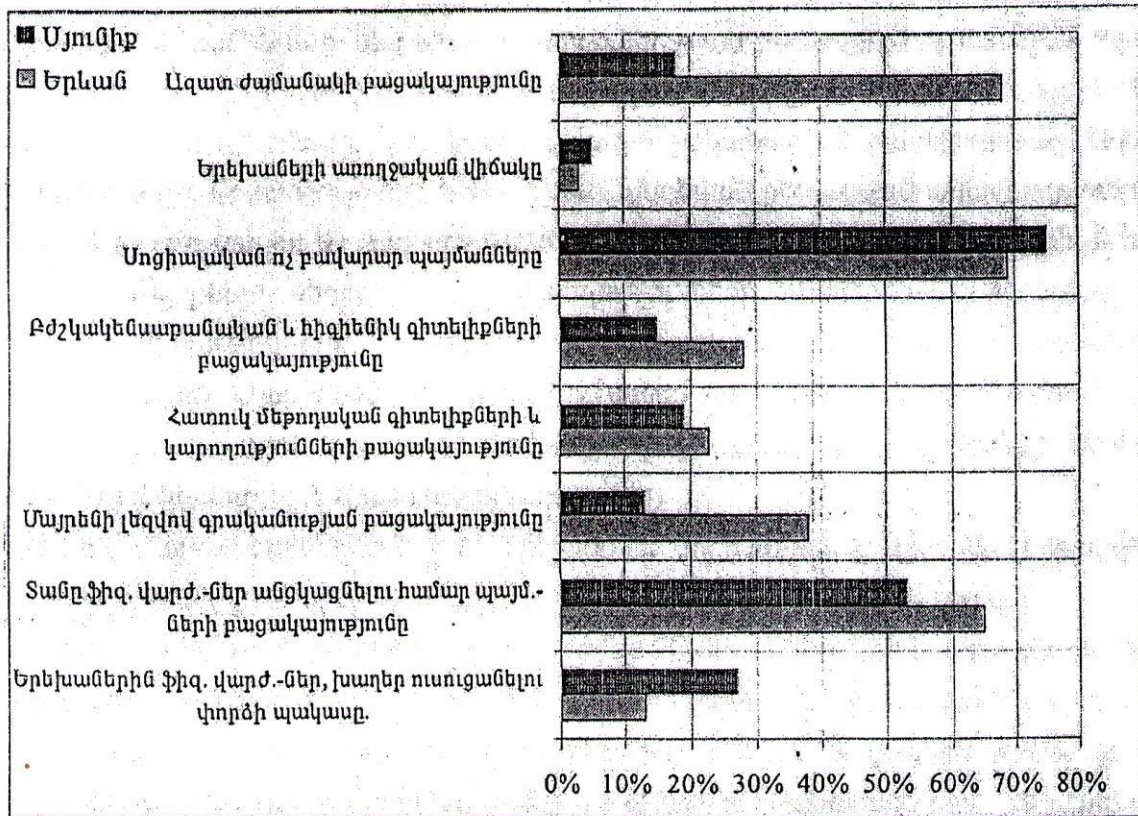
— Մենք ուսումնասիրել ենք թե երեխայի օրվա ռեժիմի կառուցվածքում ինչ տեղ է հատկացվում ֆիզիկական դաստիարակության հիմնական ձևերի կիրառմանը: Ստացված տվյալները վկայում են, որ ծնողների 9 տոկոսը օրվա ռեժիմի կառուցվածքում տեղ է հատկացրել առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզությանը, 7 տոկոսը կոփման արար ողություններին, 15 տոկոսը՝ ֆիզկուլտդադարներին, 17 տոկոսը երեկոյան զբոսանքին: Հարցումից պարզվեց, որ ծնողների 22 տոկոսը օրվա ռեժիմում նախատեսել է թվարկված ձևերից երկուսը, 8 տոկոսը՝ երեքը և միայն ծնողների 3 տոկոսն է, որ կիրառում է նշված բոլոր ձևերը: Հարցվողների 19 տոկոսը չի կիրառում որևէ ձև (տրամագիր 1):



Տրամագիր 1. Երեխայի օրվա ռեժիմի կառուցվածքում ֆիզիկական դաստիարակության հիմնական ձևերի կիրառումը



Մեր կողմից բացահայտված են այն հիմնական պատճառները, որոնք խոչընդոտում են ծնողներին զբաղվելու երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությամբ /տրամագիր 2/:



Տրամագիր 2, Ընտանիքում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությամբ ակտիվ զբաղվելուն խոչընդոտող պատճառները, տոկոսներով

Անհրաժեշտ է հատուկ ուշադրություն դարձնել այն փաստին, որ թե Երևան քաղաքում, և թե Սյունիքի մարզում մեծահասակները՝ կարևորել են անհրաժեշտ գիտելիքների և կարողությունների տիրապետումը և դրա հետ առնչվող մայրենի լեզվով հատուկ գրականության բացակայությունը:

Սա խոսում է նաև այն մասին, որ թե ավագ սերնդի ներկայացուցիչները, և թե ծնողները լիարժեք պատկերացում չունեն ֆիզիկական դաստիարակության

կրթական և դաստիարակ չսկան դերի մասին, որը մեծապես պայմանավորված է նրանց ֆիզկուլտուրային կրթվածու- թյունից:

Մեր հետազոտության արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ բացակայում են ծնողների և մեծահասակների անհրաժեշտ գիտելիքներն ու կարողությունները վաղ և նախադպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության վերաբերյալ:

Նրանց իմացության աստիճանը երեխաների ռեժիմի բաղադրիչների՝ այդ թվում նաև շարժողական ռեժիմի, կոփման միջոցների, շարժողական գործողությունների վերաբերյալ, թերի է:

Մեզ հաջողվեց բացահայտել, որ ծնողների և ընտանիքի մեծահասակների գիտելիքների ձեռքբերման ճանապարհները լիարժեք հղկված և պլանավորված չեն: Չանգվածային լրատվական միջոցները շատ քիչ են անդրադառնում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության հիմնախնդիրներին և բնականաբար, խաթարվում է նրանց ֆիզկուլտուրային ինքնակրթությունը:

Ընտանիքի անդամներն իրենց առօրյա գործունեության ընթացքում ոչ պատշաճ ուշա դրություն են դարձնում ֆիզիկական դաստիարակության այն միջոցների կիրառմանը, որոնք կօգնեն երեխայի ապաքինմանը, օրգանիզմի դիմադրողականության բարձրացմանը: Ավելի հաճախակի կրկնվող մրսածությունից հետո, վերականգնման ընթացքում առավելությունը և նախապատվությունը տալիս են դեղորայքների կիրառմանը: Ծնողների և ընտանիքի մեծա հասակների գիտելիքների ձեռքբերման և կարողությունների ձևավորման գործընթացը չի հսկվում կրթական հաստատությունների, մանկական պոլիկլինիկաների կամ այլ կազմակերպությունների կողմից: Ժամանակակից ընտանիքներում բացակայում են ֆիզկուլտուրային պարապմունքների, ակտիվ հանգստի, ժամանցի, շարժախաղերի և զբոսանքի համար անհրաժեշտ ֆիզկուլտուրային պարագաներն ու գույքը: Ներկայումս արտասահմանյան շատ երկրներում գործնական քայլեր են կատարվում բարձրացնելու ընտանիքում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության որակը:

Եվրոպայի երկրներում գործածության մեջ դրվեց PEKIP – «Ծնողներ և երեխաներ» ծրագիրը: Այն նախատեսում է ծնողների և երեխաների համատեղ ֆիզկուլտուրային պարապ մունքներ: Ծրագրի իրականացման համար Գերմանիայում 2000 թվականին արդեն պատ րաստվեցին շուրջ 2300 մասնագետներ, որոնք ծնողների և երեխաների հետ անցկացնում էին խմբակային և անհատական աշխատանքներ:

ԱՄՆ-ում և Կանադայում գործում են "Parent & Tat" անվանումով մարմնամարզական ակումբներ, որտեղ ծնողների մասնակցությունը վստահություն է ներշնչում երեխաներին և նրանք դառնում են ակտիվ ու անկաշկանդ:

Հարկ է նշել, որ այդ կենտրոնների աշխատանքն ունի որոշակի սահմանափակում: Ոչ բոլոր ծնողներն ունեն հնարավորություն հաճախելու նման խմբեր, Դրանցում ընդգրկված ների քանակը սահմանափակ է: Բացի այդ, սուղ է ծնողների ազատ ժամանակը ու նաև պարապմունքներին այցելելու հետ կապված դժվարություններ կան (ոչ բոլոր քաղաքներում կան նմանատիպ կենտրոններ):

Հետևաբար, խնդիր է առաջանում ընտանեկան միջավայրում իրականացնել երեխայի ֆիզիկական դաստիարակությունը, որն էլ ծնողներից պահանջում է համապատասխան գիտելիքներ, կարողություններ և այլն:

Երկար տարիների համատեղ պարապմունքների փորձն ըստ չէիս մանկավարժ Յ.Բերդիխովայի, ծնողների մեջ արթնացնում է հետաքրքրություն երեխայի ընտանեկան «շարժողական հասունության» վերաբերյալ, խթանում է երեխայի շարժողական հնարավորությունների զարգացմանը, ամրապնդում է ծնողների և երեխաների փոխադարձ կապը, ազատ ժամանակի բովանդակալից օգտագործումը:

Անգլիացի գիտնականները նշում են, որ վաղ տարիքի երեխաների ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության դրվածքը բարելավման խիստ կարիք ունի, առաջին հերթին պետք է մանակավարժները ծնողների ուշադրությունը բևեռեն երեխայի մոտորիկայի տարիքային զարգացման վրա: Վերջինիս համար օգտակար են լողը, մաքուր օդում զբոսանքը, բազմապիսի ցատկերը, նետումներն ու վազքը:

Ծնողները պետք է կարողանան ընտանեկան պայմաններում բազմաբովանդակ աշխատանք կատարել երեխայի առողջության պահպանման և ամրապնդման ուղղությամբ, որի լավագույն միջոցը ֆիզիկական վարժություններով զբաղվելն է: Միաժամանակ, նրանք պետք է կարողանան ցույց տալ առաջին բուժօգնություն, պահպանեն ռեժիմը, կատարեն հիգիենիկ պահանջները: Երեխայի կյանքի ուղեկիցներ պետք է լինեն խաղը, զբոսանքը, զվարճալիքներն ու ֆիզիկական վարժությունները:

COVID-ի պայմաններում ընտանիքը հանդիսանում է երեխաների դաստիարակության հիմնական օղակը՝ ընդլայնվում է նրա մանկավարժական, սոցիալական գործառույթները երեխաների առողջության ամրապնդման ուղղությամբ: Ծնողների գերակշռող մեծամասնությունը անհրաժեշտ չափով չի զբաղվում երեխաների ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակությամբ. պատճառներից մեկն էլ այն է, որ ցածր է նրանց ֆիզկուլտուրային կրթվածության մակարդակը:

Ծնողների ֆիզկուլտուրային կրթվածությունն ասելով մենք, համոզվածությունն ֆիզիկական վարժությունների օգտակարության հանդեպ,

- դրական նախաձեռնող վերաբերմունք երեխայի առողջ ապրելակերպի և կազմակերպված շարժողական գործունեության նկատմամբ,

- կազմակերպչական, մեթոդական և հիգիենիկ գիտելիքների որոշակի շրջանակի առկայություն, այդ թվում մարզական կյանքի մասին տեղեկացվածություն,

- կենսական կարևոր նշանակություն ունեցող շարժողական գործողությունների ուսուցման, շարժողական ընդունակությունների մշակման, կոփման ընթացակարգերի անց կացման կարողությունների և հմտությունների առկայություն:

Արդի պայմաններում այդ գործընթացի արդյունավետ կազմակերպման համար ընտանիքի անդամներից պահանջվում է ունենալ համապատասխան գիտելիքներ,

կարողութ յուններ և գործնականում կիրառելու հմտություններ, որոնց ձևավորման գործընթացը պետք է նախաձեռնի և իրականացնի նախադպրոցական կրթական հաստատությունը:

Այդ նպատակով մեր կողմից մշակվել էին տեսական և գործնական թեմատիկ ծրագրեր (աղյուսակներ 7, 8), որի իրականացման հիմնական օղակը պետք է հանդիսանա կրթական հաստատությունը: Այսինքն՝ ընտանիքի անդամներին պետք է նախապատրաստել ոչ միայն -ոկ գիտելիքների հաղորդմամբ, այլ այդ գիտելիքները առօրյա դաստիարակության գործընթացում կիրառելու:

Երեխաների, ընտանիքների անդամների հետ առաջարկում ենք աշխատանքային հետևյալ ձևերը՝

1. ծնողական ժողով,
2. դասախոսություն,
3. զրույցներ,
4. պրակտիկումներ՝ ուսուցողական ուղղվածությամբ,
5. ֆիզկուլտուրային պարապմունքների, առավոտյան մարմնամարզության, համատեղ ֆիզկուլտուրային վարժությունների, կոփման և մերսման վերաբերյալ պրակտիկումներ,
6. տնային հանձնարարություններ,
7. մեթոդական գրականության բաժանում,
8. երկխոսություններ ուղղված ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության փորձի փոխանակմանը,
9. տեսաֆիլմերի դիտում,
10. հաճախում ընտանիքներ:
11. Ծնողների և երեխաների հետ միասին տարբեր բնույթի միջոցառումների անցկացում:

Աղյուսակ 1

Ծնողների հետ կազմակերպված տեսական աշխատանքի օրինակելի ծրագիր

№	Բովանդակությունը	Կատարման ժամկետը	Պատասխանատու
1.	Դպրոցականների ֆիզիոլոգիական, անատոմիական և ֆիզկուլտուրայի սոցիալական զարգացման առանձնահատկությունները:	Սեպտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
2.	Ծնողների դերը երեխաների ընտանեկան դաստիարակության կազմակերպման գործընթացում:	Սեպտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
3.	Առողջ ապրելակերպի պահանջների պահպանումը ընտանեկան պայմաններում:	Հոկտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
4.	Դպրոցականների առողջության ընդհանուր բնութագիրը: Շարժողական ռեժիմի նշանակությունը և պահպանման անհրաժեշտությունը:	Հոկտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
5.	Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության համալիր ծրագրի բովանդակությունը, բաժինները:	Հոկտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
6.	Դպրոցականների ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրները, կազմակերպման ձևերը և միջոցները:	Հոկտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
7.	Դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման, շարժողական պատրաստվածության որոշումը և գնահատումը:	Սեպտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ

8.	Ընտանեկան պայմաններում ֆիզկուլտրոպեների, ֆիզկուլտ դադարների, շարժախաղերի, ֆիզկուլտուրային պարապմունքների անցկացման առանձնահատկությունները և անհրաժեշտությունը:	Սեպտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
9.	Ընտանեկան պայմաններում կրտսեր դպրոցականների կոփման անհրաժեշտությունը, միջոցները և անցկացման սկզբունքները	Մայիս	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
10.	Դահուկասահքի, սահնակով սահքի, ձմեռային խաղերի և զվարճալիքների ուսուցման և կազմակերպման առանձնահատկությունները և նշանակությունը:	Դեկտեմբեր	Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ
11.	Կենսական կարևոր շարժողական գործողությունների   ուսուցումը ընտանեկան պայմաններում:		Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ

## Եզրակացություն

Ամփոփելով կրտսեր դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում ընտանիքի դերի վերաբերյալ սույն հետազոտական աշխատանքը՝ հանգել ենք հետևյալ եզրակացություններին.

1. Յուրաքանչյուր ընտանիքում կարևորում են ֆիզիկական դաստիարակության դերը և նշանակությունը: Այստեղ նկատի է առնվում նաև ֆիզիկական դաստիարակության նպատակների հասկացությունը, նրանց խնդիրների ֆորմուլավորումը, և դաստիարակության մեթոդների և միջոցների շատ կամ քիչ նպատակաուղղված կիրառումը, այն հաշվառումը, որ կարելի է և չի կարելի թույլ տալ երեխայի հետ շփումում:

2. Ծնողների գիտակցությանը հասավ, որ յուրաքանչյուր սովորող պետք է մարզվի նաև տանը՝ ֆիզիկական վարժությունների միջոցով:

3. Յուրաքանչյուր սովորող պետք է գիտակցի և արժևորի ֆիզիկական դաստիարակության կարևորությունը:

4. Մարդու հոգևոր և ֆիզիկական արժեքների միավորում է, հետևաբար դպրոցը համարվելով անձի զարգացման կարևորագույն օղակար պետք է հաստատապես կարևորի երեխայի ֆիզիկական դաստիարակությունը: