

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ  
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ  
«ՇԻՐԱԿԻ Մ.ՆԱԼԲԱՆԴՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ»  
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

**ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ**

Առարկա՝ Ֆիզիկական կուլտուրա

Թեմա՝ Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի կողմից երեխաների ուսումնառության ընթացքում նկատված կրթական կարիքների և նախասիրությունների բացահայտումը՝ սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության միջոցով

Վերապատրաստվող ուսուցիչ՝ \_\_\_\_\_ Հայրապետյան Գևորգ

Ստորագրություն      անուն, ազգանուն, հայրանուն

## ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	3
ՄԱՍ 1. ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ԲԱՑԱՀԱՅՏՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿԱՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ .....	5
ՄԱՍ 2. ՍՊՈՐՏԱՅՆԱՑՎԱԾ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ.....	6
ՄԱՍ 3. 11-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆԻ ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆԸ .....	8
Եզրակացություն.....	12
Օգտագործված գրականության ցանկ .....	13

## ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Մարզումների, ֆիզիկական ակտիվության և հատկապես մարզական մրցումների ժամանակ երիտասարդները մեծ ֆիզիկական և հոգեբանական սթրեսին ենթարկվում: Արագ փոփոխվող իրավիճակը, հակառակորդի դիմադրությունը, սպորտային մրցումների արդյունքի կախվածությունը կապված են թիմի յուրաքանչյուր անդամի ջանքերի հետ, սեփական շահերը թիմի շահերին ստորադասելու ունակության, սպորտային մրցումների որոշակի կանոնների խստիվ պահպանում, դրանք են՝ հարգանքի վերաբերմունք հակառակորդի նկատմամբ, սովորություն, կարգապահություն:

Ֆիզիկական կուլտուրայում և սպորտում երիտասարդները գիտելիքներ են ձեռք բերում ֆիզիկական գործողությունների կատարման ռացիոնալ ձևերի, կյանքում ձեռք բերված հմտությունների օգտագործման մասին, սովորում են կոփման կանոնները, հիգիենայի պահանջները:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը դպրոցականներին թույլ են տալիս միայն պահպանել նորմալ ֆիզիկական վիճակը, բայց չեն բարելավում աշակերտների ֆիզիկական զարգացումը: Սա պահանջում է և՛ դասերի ավելի մեծ հաճախականություն, և՛ ավելի մեծ ֆիզիկական ծանրաբեռնվածություն: Դա կարելի է անել կամ դպրոցականներին սպորտային խմբակներում ներգրավելով, կամ ազատ ժամանակ ֆիզկուլտուրայի անկախ պարապմունքներով:

Ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը պետք է աշակերտների մեջ զարգացնի ֆիզիկական դաստիարակությամբ ինքնուրույն զբաղվելու անհրաժեշտությունը՝ նրանց մեջ առողջ ապրելակերպի գաղափար ստեղծելու հիման վրա: Այս գիտելիքների ձեռքբերումը փոխում է աշակերտների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ, խրախուսում է նրանց դառնալ ուժեղ, լավ ֆիզիկապես զարգացած:

Հետազոտական աշխատանքի նպատակն է ուսումնասիրել ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին աշակերտների կրթական կարիքների բացահայտման ուղիները:

Հետազոտական աշխատանքի խնդիրներն են՝

- թեմայի շուրջ գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրություն

- Բացահայտել այն կրթական կարիքները, որոնք նկատվում են 1-11-րդ դասարանների աշակերտների ֆիզկուլտուրայի դասի ընթացքում:

# ՄԱՍ 1. ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ԲԱՑԱՀԱՅՏՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿԱՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Ըստ «Դպրոցականների ֆիզիկական կուլտուրայի բժշկական խմբերը» ձևավորման մեթոդական հանձնարարականների դպրոցի բոլոր աշակերտները ուսումնական տարվա սկզբին պետք է ենթարկվեն բժշկական ստուգման և դրա արդյունքով բաժանվեն **հիմնական, նախապատրաստական և հատուկ խմբերի**: Աշակերտների բժշկական քննություններն անց են կացվում տարածքի պոլիկլինիկայի բժիշկների կողմից: **Հիմնական և նախապատրաստական** խմբերում ընդգրկված աշակերտների համար պարտադիր է մասնակցությունը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին և ցանկալի է ընդգրկումը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արտադասարանական միջոցառումներին ու պարապմունքներին:

Հատուկ խմբում ընդգրկված աշակերտների հետ պարապմունքները անց են կացնում հատուկ պատրաստականություն ունեցող բուժաշխատողները ինչպես նաև կինեզիոլոգները, ուսուցիչները առանձին ծրագրով:

Աշակերտներին բժշկական մի խմբից մյուսը փոխադրումը կատարվում է բժշկի հերթական կամ լրացուցիչ հետազոտության արդյունքից հետո:

Հանրակրթական դպրոցում դասը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի հիմնական ձևն է: Դասին ներկայացվող ընդհանուր մանկավարժական պահանջներն են՝

- դասի նպատակի պարզություն և առաջադրված խնդիրների լուծում՝ դասին տրամադրված ժամանակամիջոցում.
- սովորողների հոգեբանական և ֆիզիոլոգիական ֆունկցիաների կարգավորումը ապահովող դասի կառուցվածքի պահպանում.
- դասի յուրաքանչյուր մասի համար ուսումնական նյութի հիմնավորված ընտրություն.
- ուսուցչի ղեկավար դերի զուգակցում ամբողջ դասարանի և առանձին աշակերտների
- ինքնուրույն գործունեության հետ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչին անհրաժեշտ է հմտորեն կազմակերպել դասերը, օգտագործել առավել արդյունավետ մեթոդներ, որոնք բխում են ուսուցման և

դաստիարակության խնդիրներից, պարապմունքների բովանդակությունից և դպրոցականների անհատական առանձնահատկություններից: Դասերի պլանում ըստ ծրագրի պետք է առանձնացնել աշակերտների դաստիարակության հատուկ խնդիրներ, որոնք պետք է իրականացվեն դասի ընթացքում: Սրանով իրականացվում է դաստիարակության և ուսուցման միասնության սկզբունքը՝ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին:

## ՄԱՍ 2. ՄՊՈՐՏԱՅՆԱՅՎԱԾ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՎՈՒԹՅՈՒՆԸ

Մարդու բազմակողմանի ներդաշնակ զարգացումը հասարակության գլխավոր նպատակն է, նրա առաջընթացի կարևոր պայմաններից մեկը: Մարդու բազմակողմանի զարգացման բաղադրիչներից է՝ ֆիզիկական պատրաստվածությունը, մասնավորապես ֆիզիկական դաստիարակությունը և սպորտով զբաղվելը: Զարգացած հասարակությունում մարդկանց դաստիարակության ծրագիրն է ձևավորել անձը, որը իր մեջ կհամադրի հոգևոր հարստությունը, բարոյական մաքրությունը և ֆիզիկական կատարելիությունը:

Սպորտը հանդես է գալիս ոչ միայն իբրև ֆիզիկական զարգացման, առողջության ամրապնդման, շարժողական ընդունակությունների զարգացման միջոց, դաստիարակության մյուս միջոցների հետ միասնաբար, այն նպաստում է մարդու համակողմանի զարգացմանը:

Լուծելով *կրթական խնդիրներ*՝ սպորտը բարձրացնում է մարդու ընդհանուր կուլտուրայի մակարդակը, մասնավորապես ֆիզիկական (կամ մարզական), նրանում հաստատում մտավոր, ֆիզիկական ակտիվության որոշիչ նշանակությունն անձի զարգացման վրա, պահանջմունքների ձևավորման վրա:

Սպորտն ազդում է բարոյական որակների վրա, զարգացնում մարդու մտավոր, կամային, զգացմունքային ոլորտները, գեղագիտական, բարոյագիտական պատկերացումները և պահանջմունքները: Այն ազդում է մարդու բնավորության ձևավորման վրա, այսինքն՝ այն առանձնահատկությունների, որոնք հետք են թողնում վարքագծի և արտաքին աշխարհի հետ հարաբերությունների վրա:

Այսօր արդեն սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակությունը ներմուծվել է մեր կրթական իրականություն ավագ դպրոցում: Անշուշտ ծրագրի կարևորությունը ընդգծվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արժևորման տեսանկյունից:

Ֆիզկուլտուրայի նոր չափորոշիչում և ծրագրում (2023թ.) ամրագրված է հետևյալ հայեցակարգը, որ ցանկալի է, որպեսզի ուսուցիչը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մշտապես հաշվի առնի դպրոցականների մարզական նախընտրությունները, չսահմանափակվելով սույն ծրագրում նշված մարզաձևերով:

Այդ դեպքում ուսուցիչը հնարավորություն ունի մարզման ձեւն ու ժամաբաշխումն իրականացնել ըստ անհրաժեշտության՝ ապահովվելով վերջնարդյունքները: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողների հետաքրքրությունները հաշվի առնելու մեթոդալոգիական հիմքերն են՝ մարզական ուղղվածության (սպորտայնացված) ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման ձևերը, որոնք ապահովում են յուրաքանչյուր դպրոցականի համար մարզական կուլտուրայի յուրացումը համապատասխան երեխայի հնարավորությունների, կարողությունների և անձնային կողմնորոշման:

Սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության շրջանակում պարտադիր է մարզական տեխնոլոգիաների և առողջարարական մարզումների կազմակերպումը, դպրոցական ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի սպորտայնացման գործընթացում տեղի է ունենում սովորողների խմբավորումն ուսումնամարզական խմբերում՝ միեւնույն հետաքրքրություններով, պահանջմունքներով, հավակնություններով, ֆիզիկական և պատրաստակաությամբ, տիպաբանական առանձնահատկություններով կենսաբանական հասունության աստիճանով, դպրոցահասակ երեխաներին այդ թվում ուսումնամարզական պարապմունքներում ընդգրկվելու համար արդյունավետ նախադրյալներ է ստեղծում, ինչը մեծ հնարավորություն է ընձեռում մարզական կողմնորոշման ու ընտրության համար, նպատակաուղղված է մարզական պարապմունքների հանդեպ դրդապատճառների եւ հետաքրքրության ձևավորմանը:

**ՄԱՍ 3. 11-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆԻ ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ԿՐԹ-ԱԿԱՆ ԿԱՐԻՔՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆԸ**

11-րդ դասարանների աշակերտներ կրթական կարիքները ուսումնասիրելու համար ընտրվել հարցաթերթի օրինակային նմուշ՝ ֆիզկուլտուրայի դասարաններում ուսուցչի կողմից դիտարկված կրթական կարիքները, թղթային և էլեկտրոնային տարբերակներով (հավելված): Հարցաթերթիկի էլեկտրոնային տարբերակը «Google form» է, որը շատ հարմար է ամփոփելու համար:

Հարցմանը մասնակցել է ընդհանուր առմամբ 30 աշակերտ: Այս ընտրանքը արտացոլում է աշակերտների իրական բաշխվածությունը ըստ սեռի՝ տղաների 42%-ը և աղջիկների 58%-ը

Հետազոտված աշակերտների շրջանում առողջ ապրելակերպի համապատասխանությունը ներկայացված է Աղյուսակ 1-ում

Աղյուսակ 1

Համապատասխանությունն առողջ ապրելակերպին,%

Համապատասխանությունն առողջ ապրելակերպին	աղջիկները	Տղաներ
Այո՝	12%	8%
Ոչ	8%	12%
Կտեսնենք, թե ինչպես կանցնի	80%	80%

Այսպիսով, մենք տեսնում ենք, որ հարցված աշակերտների մեծամասնությունը՝ 80-ական տոկոսը՝ և՛ տղաներ, և՛ աղջիկներ, պատասխանել է այնպես, ինչպես կպատահի, իսկ մի փոքր մասը՝ համապատասխանում է՝ աղջիկների 12%-ը և տղաների 8%-ը, իսկ 8%-ը չեն համապատասխանում: աղջիկներին 12% տղաների:

Աղյուսակ 2

Աշակերտների հարաբերակցությունը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային խմբակներում զբաղվածությունը %-ներով

Դուք ինքնուրույն զբաղվո՞ւմ եք սպորտով և ֆիթնեսով:	աղջիկները	տղաներ
Զբաղվում են համակարգված/անընդհատ	12	36



Զբաղվում է քիչ	44	56
Ազատ ժամանակ չի զբաղվում	20	32

Հետազոտության տվյալների վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ աշակերտների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության նկատմամբ մեծապես պայմանավորված է հետաքրքրությունների և դրդապատճառների բնույթով: Այս հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ հարցվածների մեծ մասը՝ տղաների և աղջիկների 72%-ը, բարձր են գնահատում ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական նշանակությունը՝ այն համարելով մարդու ընդհանուր մշակույթի ամենակարևոր տարրը և կարծում են, որ դա կարելի է անել որպես իրենց հոբբի: (Աղյուսակ 3) .

### Աղյուսակ 3

#### Վերաբերմունք ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական նշանակությանը, %

Ի՞նչ եք կարծում, ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը առողջ ապրելակերպի անհրաժեշտ տարրն են:	աղջիկները	տղաներ
Այո՛	72	72
Ոչ	12	4
Դժվար է պատասխանել	16	24

Ըստ աղյուսակի տվյալների՝ աղջիկների ավելի քան 16%-ը և տղաների 24%-ը դժվարացել են գնահատել ֆիզիկական կուլտուրայի սոցիալական դերը մարդու անհատականության ձևավորման գործում:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության կազմակերպման արդյունավետությունը բարելավելու համար անհրաժեշտ է դիտարկել ֆիզիկական վարժությունների ձևերի ընտրության առաջնահերթությունը (Աղյուսակ 4):

### Աղյուսակ 4

#### Ֆիզիկական ակտիվության ձևերի ընտրություն, %

Ֆիզիկական գործունեության ո՞ր ձևն է առավել հարմար ձեզ համար:	աղջիկները	տղաներ
Սպորտային խմբակներ	12	36
Ինքնուրույն ուսումնասիրություն	36	20

Խմբակային պարապմունքներ	8	16
Ակտիվ հանգիստ, զբոսանքներ, խաղեր	40	40
Զանգվածային, սպորտային և առողջապահական միջոցառումներ	52	56
Պատասխան չկա	4	8

Ստացված տվյալները վկայում են սեկտորային պարապմունքների նկատմամբ երիտասարդների զգալի հետաքրքրության մասին, սպորտով հարցվածների 36%-ը կրնորեր մարզման այս ձևը, եթե պայմաններ ստեղծվեին ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության համար:

#### Աղյուսակ 5

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային գործունեության կանխարգելման պատճառները, %

Նշեք այն պատճառները, որոնք խանգարում են ֆիզիկական կուլտուրային և սպորտային գործունեությանը	աղջիկները	տղաներ
Ժամանակի պակաս	40	36
Սպորտի ընտրության բացակայություն	12	8
Ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական աշխատանքների թույլ կազմակերպում	36	52
Զեի մտածում պատճառների մասին:	8	4
Պատասխան չկա	4	0

Աղջիկների և տղաների համար առողջարար գործունեությունն ավելի բնորոշ է երկու խմբերի հարցվածների 40%-ին, նրանց գրավում են միայն զբոսանքներով, անվճար կանոնակարգով կազմակերպվող խաղերով: Տղաների 36%-ը և աղջիկների 12%-ը կցանկանար զբաղվել ակումբային համազգեստով՝ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի համար: Աղջիկների զգալի մասը ցանկանում է ազատ ժամանակ օգտագործել մարզումների անկախ ձև, 36%-ը համարում է մարզման այս ձևը ընդունելի (Աղյուսակ 5):

Հարկ է ընդգծել, որ երիտասարդները հետաքրքրված են մասսայական սպորտով և ժամանցով, ինչի մասին նշել են տղաների և աղջիկների կեսից ավելին:

Աղյուսակը ցույց է տալիս նկատելի տարբերություններ այն գործոնների գնահատման մեջ, որոնք, 11-րդ դասարանի աշակերտների կարծիքով, կանխում են մոտիվացիայի ձևավորումը և ակտիվ դրական վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ: Ամենաէական գործոնը, ըստ հարցված աշակերտների, ազատ ժամանակի բացակայությունն է. հարցված աղջիկների 40%-ը և տղաների 36%-ը նշում են այս գործոնը որպես իրենց ցածր ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային ակտիվության հիմնական պատճառ: Վերլուծելով ստացված տվյալները և համեմատելով դրանք այլոց հետ՝ կարող ենք եզրակացնել, որ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում ցածր ակտիվության պատճառը ոչ թե ազատ ժամանակի քանակական պակասն է, այլ այն ռացիոնալ կառավարելու անկարողությունը, և ամենակարևորը՝ ցածր արժեքը, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի գործունեությունը աշակերտների ազատ ժամանակի կառուցվածքում:

Այս եզրակացությունը համահունչ է հարցված աղջիկների 12%-ի պատասխաններին, ովքեր հաստատում են, որ երբեք չեն մտածել իրենց ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային ցածր ակտիվության պատճառների մասին:

Աղջիկների շրջանում հարցվածների 15%-ը, իսկ տղաների շրջանում՝ 8%-ը նշում է, որ մարզաձև ընտրելու հնարավորություն չկա, ֆիզիկական վարժությունների համար սարքավորումների և մարզահագուստի պակաս կա: Այսպիսով, աշակերտների ֆիզիկական ակտիվությունը զգալիորեն կրճատվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի արդյունաբերության վատ զարգացմամբ և ֆիզիկական կուլտուրայի շարժման տնտեսական հիմքով, որը չի բավարարում օբյեկտիվ պահանջներին: Բայց, այնուամենայնիվ, մեծամասնությունը նշում է ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական աշխատանքների թույլ կազմակերպումը:

## Եզրակացություն

Այսպիսով գիտամեթոդական գրականության և իրականացված հետազոտությունների արդյունքում կարելի է կատարել հետևյալ եզրահանգումները.

1. Առողջ ապրելակերպի արդիականությունը, որպես ֆիզկուլտուրայի դասերի կրթական կարիք, պայմանավորված է մարդու մարմնի փոփոխությամբ՝ պայմանավորված տեխնածին և բնապահպանական ռիսկերի ավելացմամբ և սոցիալական կառուցվածքի բարդացմամբ: Ներկա իրավիճակում անհատի առողջության և բարեկեցության նկատմամբ մտահոգությունը կապված է մարդու՝ որպես տեսակի գոյատևման և պահպանման հետ:
2. Ամփոփելով ուսումնասիրության արդյունքները՝ պետք է ընդգծել, որ առողջ ապրելակերպին հետևելու անփոխարինելի պայման է նրա ներգրավվածությունը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մեջ:
3. Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը նպաստում են ազատ ժամանակի ռացիոնալ բաշխմանը, հնարավորություն են տալիս երիտասարդներին ակտիվորեն զբաղվել այլգործունեությամբ և իրականացնել իրենց հիմնական ուժերը:
4. 11-րդ դասարանի աշակերտների ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի կրթական կարիքները մեծապես պայմանավորված են հետաքրքրությունների և մոտիվացիայի բնույթով, ազատ ժամանակի առկայությամբ և սպորտի և ֆիզիկական գործունեության կազմակերպման այլ ձևերով
5. Այսպիսով, քննարկելով սպորտի հնարավոր դաստիարակչական կողմերը ինչպես նաև անհատի վրա դրական և բացասական ազդեցության պայմանները, պետք է նշել, որ սպորտը ունի այն դաստիարակչական ներուժը, որը անհարժեշտ է ֆիզիկական դաստիարակության դասերը նպատակային և հետաքրքրիչ դարձնելու համար, մյուս կողմից թույլ է տալիս ֆիզկուլտուրայի ուսուցչին առավել շատ երեխաների ներգրավել սպորտային գործունեության մեջ, հաշվի առնելով նրանց նախասիրությունների բացահայտումը և դրսևորումը, այս իմաստով սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության իրականացումը կարող է լուծել առաջադրված խնդիրները:

## Օգտագործված գրականության ցանկ

1. «Ֆիզիկական կուլտուրա», ուսուցչի ձեռնարկ հանրակրթական դպրոցի 1-4 դասարանների համար / Վ.Բ. Առաքելյան, Ֆ.Գ. Ղազարյան, Յու. Գրիգորյան – Եր.: «Աստղիկ գրատուն», 2008թ. – 184 էջ
2. Ֆ.Գ. Ղազարյան, Ա.Ա. Գրիգորյան, «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն», ֆիզ. Կուլտ. Հայկական պետական ինստիտուտի տպարան, 2003 թ., 2-րդ հրատարակություն
3. Бикмухаметов, Р.К. Интеграция физического и духовного воспитания студентов педвуза [Текст] // Р.К. Бикмухаметов // Педагогика. - 2004. -
4. № 9. - С.64-70.
5. Богданова Т. Г. Системный подход в анализе особых образовательных потребностей [Электронный ресурс] //Пермский педагогический журнал.-2016.- № 8. -С.28-31.-URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sistemnyy-podhod-v-analize-osobyh-obrazovatelnyh-potrebnostey/viewer> (дата обращения: 06.08.2022).
6. Мартыненко, А.В. Здоровый образ жизни молодежи [Текст] /А.В. Мартыненко // Знание. Понимани. Умение. - 2004. - № 1.
7. Плотницкий, В.В. Роль спортивных субкультур в процессе социализации подрастающего поколения [Текст] / В.В. Плтоницкий // Актуальные проблемы молодежной субкультуры: сб. статей / под общ. ред. О.К. Поздняковой. М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2011. — Т. 5. — С. 113–118.
8. Сысоевыа, С.В. Формирование здорового образа жизни студентов[Текст] / С.В. Сысоева // Молодежный научный форум: Гуманитарные науки: электр. сб. ст. по материалам XIX студ. междунар. заочной науч.-практ. конф. М.: «МЦНО». — 2014 — № 12(18) / URL: [https://nauchforum.ru/archive/MNF\\_humanities/12\(18\).pdf](https://nauchforum.ru/archive/MNF_humanities/12(18).pdf)

ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Դուք վարում եք առողջ ապրելակերպ:

- ա) այո
- բ) ոչ:
- գ) ինչպես ստացվում է

Դուք ինքնուրույն զբաղվու՞մ եք սպորտով և առողջարար գործունեությամբ:

- ա) Զբաղվում են համակարգված
- բ) Զբաղվել է համակարգված գ) Ազատ ժամանակ ակտիվ չէ

Ի՞նչ եք կարծում, ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը առողջ ապրելակերպի անհրաժեշտ տարրն են:

- ա) Այո
- բ) Ոչ

Ֆիզիկական գործունեության ո՞ր ձևերն են առավել ընդունելի ձեզ համար:ա) Սպորտային ակումբներ

- բ) ինքնուրույն ուսումնասիրությունգ) Խմբակային պարապմունքներ
- դ) Ակտիվ հանգիստ, զբոսանքներ, խաղեր
- ե) Զանգվածային, սպորտային և առողջապահական միջոցառումներգ) Պատասխան չկա

Նշեք այն պատճառները, որոնք խանգարում են ֆիզիկական կուլտուրային և սպորտային գործունեությանը

- ա) Ժամանակի պակաս
- բ) Ֆիզիկական կուլտուրայի և առողջապահական աշխատանքների թույլ կազմակերպում
- գ) Պատասխան չկա
- դ) Չէի մտածում պատճառների մասին:
- ե) Սպորտի ընտրության բացակայություն

Ձեր սեռը.

- ա) իգական;
- բ) արական