

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

«ՇԻՐԱԿԻ Ս. ՆԱԼԲԱՆԴՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Առարկա՝ Ֆիզիկական կուլտուրա

Թեմա՝ «Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի մանկավարժական վարպետությունը և
համագործակցությունը գործընկերների հետ»

Վերապատրաստվող ուսուցիչ՝ _____ Ներսիսյան Միկր
/ազգանուն անուն, /

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ	3
Գլուխ 1.	
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ՈՒՍՈՒՑՉԻ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՎԱՐՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆԸ	5
1.1 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի մասնագիտական պատրաստվածությունը	5
1.2 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի անձին ուղղված պահանջները	10
Գլուխ 2.	
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԴԱՍԻ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄԸ և ԱՆՑԿԱՑՈՒՄԸ	13
2.1 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի նախապատրաստությունը դասին.....	13
2.2 Ֆիզկուլտուրայի դասի մանկավարժական վերլուծությունը	15
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ	18
ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ	19

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ֆիզիկական կուլտուրայի նշանակությունը կյանքի դպրոցական շրջանում կայանում է նրանում, որ ստեղծվի բազմակողմանի զարգացման հիմք, ամրապնդվի առողջությունը և աշակերտների մոտ ձևավորել բազմազան շարժողական կարողություններ և հմտություններ: Այս բոլորը հանգեցնում է օբյեկտիվ նախադրյալների առաջացմանը անհատի ներդաշնակ զարգացման համար: Այս գործում իր ուրույն դերն ունի ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչը և նրա կողմից ուսումնական նյութի մատուցման որակը, ստեղծագործական մոտեցումներ կրթական գործընթացին:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում ուսուցիչը տալիս է գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նշանակության, առողջ ապրելակերպի կանոնների, օլիմպիական խաղերի, արդարացի խաղի, առաջին օգնություն ցույց տալու կանոնների, ինչպես նաև՝ համագործակցելու, կազմակերպելու և նախաձեռնություն հանդես բերելու կարողություններ:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը կնպաստի անձի մտավոր և ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը, շարժողական ընդունակությունների մշակմանը, որոնք լայն կիրառություն են գտնում մարդու ամենօրյա գործնական կյանքում:

Ֆիզիկական դաստիարակությունը աջակցելու է նաև սովորողների շրջանում մասնագիտական կողմնորոշման աշխատանքների իրականացմանը՝ ըստ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասնագիտությունների նախասիրությունների:

Հետազոտական աշխատանքի նպատակն է ուսումնասիրել ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցրի մանկավարժական վարպետության ձևավորման նախադրյալները

Հետազոտական աշխատանքի խնդիրներն են.

- Ներկայացնել ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչի առանձնահատկությունները, որոնք արտացոլում են նրա դաստիարակչական գործունեության օրինաչափությունները հանրակրթական դպրոցում:
- Ուսումնասիրել ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի մասնագիտական

պարտրաստվածության դերը մանկավարժական գործունեության ընթացքում:

- Ներկայացնել ուսուցչի մանկավարժական վարպետության ձևավորման նախադրյալները և մասնագիտական մանկավարժական կոմպետենցիաները հանրակրթական դպրոցում:

Գլուխ 1.

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ՈՒՍՈՒՑՉԻ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՎԱՐՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆԸ

1.1 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի մասնագիտական պատրաստվածությունը

Սպորտ-մանկավարժական գործունեությունը հարկավոր է դիտել որպես արվեստի և գիտության համաձուլվածք: Դա արվեստ է, քանի որ արդյունքը կախված է սպորտում հետապնդվող նպատակներից, խնդիրներից, կոնտիգենտի առանձնահատկություններից, ֆիզիկական, հոգեկան վիճակների անընդհատ փոփոխություններից, ուղեկցող պայմանների տարբերակներից, ուսուցչի անձնավորությունից և պատրաստվածությունից: Նշվածներից յուրաքանչյուրում կարող են լինել չհամընկնող դեպքեր, բազմաթիվ անկանխատեսելի վիճակների: Դրա արդյունքում բացառվում է բոլոր դեպքերի համար հարմար մանկավարժական երաշխավորությունների սահմանումը: Միայն վերլուծությունների ճանապարհով է ուսուցիչը կարողանում գտնել կոնկրետ դեպքի համար, մանկավարժական ազդեցության չափին համապատասխան մեթոդներ ու միջոցներ:

Սպորտ-մանկավարժական գործունեությունը գիտություն է, որովհետև նրանում գործում են շարժողական գործողությունների ուսուցման և գիտելիքների ստացման օրինաչափություններ, որոնք ուղղված են մարդու մարմնի ձևի զարգացմանը, օրգանիզմի ֆունկցիաների, շարժողական ընդունակությունների կատարելագործմանը, դաստիարակությանը: Այս հիմքով որոշվում են ընդհանուր մանկավարժական, սպորտ – մանկավարժական մի շարք դրույթներ, որոնք գործում են մշտապես, անկախ պարապմունքի առարկայից, կոնտիգենտի առանձնահատկություններից, այլ պայմաններից: Այս դրույթները հանգում են հետևյալին՝

1. Անհրաժեշտ է ղեկավարվել աշխատանքի գիտական կազմակերպման կանոններով, - պլանավորվածությամբ, համակարգվածությամբ,

հսկողականությամբ: Վերջինս հնարավորություն է տալիս գտնել միջոցներ ստուգելու յուրաքանչյուր աշակերտի կողմից խնդիրների հաջող լուծման ընթացքը, փոփոխել կիրառվող միջոցները, մեթոդները՝ կախված ստուգման ընթացքում ստացած տվյալներից:

2. Ուսուցումը, զարգացումը և դաստիարակությունը անձի ձևավորման միասնական կողմերն են: Սրանց առանձնացումը խանգարում է հաջողության հասնելուն:
3. Մանկավարժական ազդեցության ոչ մի միջոց, առանձին վերցրած, չի կարող ապահովել անձի կայացումը: Անհրաժեշտ է համակարգ, որը ենթադրի հասարակության խնդիրներին ենթակա նպատակներին հասնելու ձևերի, մեթոդների, միջոցների, սկզբունքների միասնություն:
4. Անձի վրա ծրագրված ազդեցության հսկողությունը կախված է դաստիարակվողի պատկերացումներից ինքն իր մասին, սեփական հնարավորությունների նկատմամբ վստահությունից: Ուսուցչի գործողությունները և մարդու մոտ իր անլիարժեքության մասին պատկերացումների բերող պայմանները կարող են բերել մանկավարժական խնդիրների լուծման խոչընդոտների:
5. Օգտագործվող մանկավարժական միջոցների արդյունավետությունը կախված է աշակերտի ընկալման աստճանից: Ակտիվությունը որոշակի գործողությունների կատարման հարցում և ինքնահսկողությունը հանդես են գալիս միասնաբար:
6. Շրջապատող աշխարհի ճանաչողության, երևույթների ուսումնասիրման հմտությունների տիրապետման նախնական օղակը զգայական ընկալումն է: Որքան լավ են զգայական օրգաններն օգտագործվում ուսումնական նյութի ընկալմանը, յուրացմանը, այնքան բարձր արդյունքի է հասնում մանկավարժը:
7. Հաջողությունը կախված է աշակերտի վերաբերմունքից, որը որոշում է նրա արարքների ուղղությունը, ուղղվածությունը, ուշադրության կենտրոնացման մակարդակը:

8. Ուսուցիչը կարող է հասնել նպատակների կատարմանը, երբ լուծում է մանկավարժական խնդիրներ՝ հաշվի առնելով կոնկրետ վիճակը և իր աշակերտների առանձնահատկությունները:
9. Զարգացման, ուսուցման, դաստիարակության առավել իրական ճանապարհը որոշակի շարժումների, գործողությունների, արարքների, հասկացությունների նպատակաուղղված, հետևողականորեն բարդացվող, փոփոխվող կրկնությունն է: Այն պետք է ենթարկվի մանկավարժական խնդիրների լուծման տրամաբանությանը, որը որոշում է վարժությանը համարժեք առարկայի բնույթը, հետևողականորեն փոխում է կրկնությունների արդյունավետության համակարգի կողմերը:
10. Մանկավարժական գործունեությունը իմաստ է ձեռք բերում, դառնում գործնական, եթե գիտելիքներն ու հմտությունները, որոնք սովորել է աշակերտը, նրա շարժողական գործողությունները, ինտելեկտուալ, կամային, զգացմունքային ոլորտները, զգացողությունները, գեղագիտական ընկալումները և պահանջումները զարգացած են այն աստիճան, որ աշակերտին դարձնում են ընդունակ՝ լուծելու աշխատանքում, ուսման, կենցաղի, կյանքի այլ ոլորտում ծագող խնդիրները: Հակառակ դեպքում մանկավարժի աշխատանքը կորցնում է իր իմաստը:

Սպորտի մանկավարժը, ուսուցիչը պետք է համապատասխանի որոշակի պահանջների՝ մասնագիտական պատրաստվածության, որակների, անձր բնութագրող հատկանիշների առումներով: Նա պետք է կարողանա իր աշակերտների և կոլեգաների հետ հաստատել համապատասխան փոխհարաբերություններ:

Ուսուցիչը պետք է լինի բազմակողմանիորեն զարգացած, կրթված, բարոյական բարձր հատկանիշներով օժտված: Նշվածից բացի, սպորտի ուսուցիչը պետք է գիտելիքներ ունենա կենսաբանական բնագավառից, քանի որ առնչվում է շարժողական գործողությունների, շարժումների հմտությունների ուսուցման, մարմնակազմի, օրգանիզմի ֆունկցիաների հետ:

Ինչպես անմիջականորեն պարապմունքների ընթացքում, այնպես էլ սրանց միջև կիրառվող միջոցների, մեթոդների նպատակահարմարությունը կարելի է որոշել մարդու վեգետատիվ ոլորտի հիմնական տեղաշարժերի հիման վրա: Եթե ուսուցիչն

ուզում է հասկանալ, իմանալ իր երաշխավորությունների հաջողության կամ անհաջողության իսկական պատճառները, ապա նա պետք է իրագեկ լինի այնպիսի գործողությունների, ինչպիսիք են մարդու ֆիզիոլոգիան, սպորտային բժշկությունը (սպորտային պաթոլոգիա, տրավմատոլոգիա, բուժհսկողություն), ինչպես նաև՝ անատոմիան, բիոմեխանիկան, հիգիենան: Անհրաժեշտ է ոչ միայն մշտապես լրացնել գիտելիքները, այլև տիրապետել մարդաբանական մեթոդիկային՝ որոշելու համար ֆիզիկական զարգացման տեղաշարժերը, ֆիզիոլոգիական մեթոդիային՝ որպես հոգնածության աստիճանը, շարժողական որակների մակարդակը, կատարելու մասսաժներ՝ աշխատունակությունը վերականգնելու համար:

Սպորտ/ֆիզկուլտուրային – մանկավարժական գործունեությունում անհրաժեշտ է նույնպիսի ստեղծագործական վերաբերմունք, ինչպիսին բնորոշ է գյուտարարին, գիտնականին, նկարչին: Սպորտային մանկավարժի նպատակն է ձևավորել հոգով ուժեղ, առողջ մարմնով մարդկանց՝ զարգացման բարձր մակարդակով, շարժողական ընդունակություններով: Նրա համար ամենավտանգավոր մեկընդմիջտ սահմանված օրինակներով աշխատանքն է: Նա իր մեջ պետք է ձևավորի խթաններ գիտելիքների և հմտությունների գումար ձեռք բերելու համար, որն անհրաժեշտ իր աշակերտների հաջողությունների առումով:

Միայն կրքոտ ցանկությունը, ուսուցչի անընդհատ, չդադարող որոնումները կարող են դառնալ հուսալի ճանապարհ՝ խնդիրների լուծման, մտքերի գրանցման անհրաժեշտության դեպքում վարժությունների տեխնիկան փորձելու, օժանդակ, հատուկ շարժողական գործողությունների կիրառման, մեթոդական ձևերի, մոտեցումների, վերլուծությունների, հաջողությունների և անհաջողությունների պատճառների որոնման համար: Միայն այս ամենի հանրագումարը կարող է ձեռք բերել դրական արդյունքների:

Ուսուցչի գործողությունները, - սպորտային տեխնիկայի ուսուցման, դրա կատարյալ վիճակի ապահովման ուղղությամբ, ունեն գիտական ստեղծագործության բոլոր հատկանիշները: Սպորտային տեխնիկայի վրա աշխատելիս ուսուցիչը համեմատում է շարժողական հանձնարարության կատարումը և իդեալականի պատկերացումները: Շատ դեպքերում պարզվում է, որ աշակերտին չի հաջողվի վերարտադրել պահանջվածը: Առաջանում է անհրաժեշտություն՝ գտնել

պատճառներ, որոնք հանգեցնում են սխալների, դրանով իսկ որոշել հետագա երաշխավորությունների բնույթը: Նման մտածողության ընթացքը բնորոշ է գիտնականին:

Սպորտային մանկավարժը ոչ միայն ինքն է գիտականորեն մտածում, այլև դա ուսուցանում է աշակերտին, այսինքն՝ նրանց նպատակամղում է նորի մշտական որոնման, զարգացնում պատրաստականություն՝ հրաժարվելու սովորականից՝ ի օգուտ առավել կատարյալի, ձևավորված հատկանիշներ՝ սթափ գնահատելու նորամուծությունների արդյունքը:

Ուսուցիչն օգտագործում է գիտական հետազոտությունների ողջ զինանոցը՝ հարցումներ է անցկացնում է մարզիկների շրջանում, ուսումնասիրում է նրանց օրագրերը, կատարում տարբեր չափումներ, որոշում ֆիզիկական զարգացումը, օրգանիզմի վիճակը, մարզական կատարելագործման դինամիկան, անցկացնում է դիտումներ և փորձեր: Նա պետք է մարզիկներին ծանոթացնի գիտական ուսումնասիրությունների հիմնական մեթոդներին, ներգրավի դիտումների և ինքնափորձարկումների ոլորտում, որի նպատակն է յուրաքանչյուր աշակերտի համար գտնել առավել նպատակահարմար վարժության տեխնիկա, հասնել դրա կատարման կատարելության, շարժողական ընդունակության զարգացման:

Ուսուցչի հաջողության կարևորագույն պայմանն է՝ տիրապետել սպորտային մանկավարժությանը, ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկային, ժամանակակից մարզական տեխնիկային, պարապմունքների կառուցմանը, մանկավարժական և կազմակերպչական հմտություններին: Սպորտային և մարմնամարզական վարժությունները գլխավոր մեթոդներն են աշակերտների վրա ուսուցչի ազդեցության համար: Ուսուցչի հիշողությունը պետք է պահպանի նման շատ վարժություններ, շատ համակարգեր, կատարման տարբերակներ: Այս դեպքում միայն նա կկարողանա լուծել առաջադրված խնդիրները, զարգացնել շարժողական ոլորտի կողմերը, որոնք ապահովում են համապատասխան սպորտային մանկավարժական արդյունք:

1.2 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի անձին ուղղված պահանջները

Բացի խոր գիտելիքներից և մանկավարժական արվեստից, սպորտային ուսուցչին անհրաժեշտ է տիրապետել որպես անձ իրեն բնութագրող մի շարք որակների:

Նա պետք է լինի նպատակաուղղված, կամային, ակտիվ, զարգացած ինտելեկտով և բարձր բարոյական որակներով օժտված մարդ, այլ կերպ ասած՝ անհատ, քանի որ, ինչպես գրել է Ուշինսկին. «Միայն անհատն է ի վիճակի ազդել անձի զարգացման և կողմնորոշման վրա, միայն բնավորությամբ կարելի կլինի կերտել բնավորություն»:

Լավ ուսուցչի որակների շարքում են դիտողականությունն ու զարգացած երևակայությունը: Դիտողականություն չունենալու դեպքում ուսուցիչը չի կարողանա նկատել աշակերտների շարժումների թերությունները, արատները: Աշակերտները պետք է վստահ լինեն, որ ուսուցիչը տեսնում է ամեն ինչ և ոչ ոքի, ոչինչ ուշադրությունից դուրս չի թողնում: Ինֆորմացիայի տեխնիկական միջոցները, ինչպես նաև՝ թեստերը, որոնք օբյեկտիվ տվյալներ են տալիս աշակերտի վիճակի մասին, անհրաժեշտ են ուսումնա-դաստիարակչական, մարզական գործընթացի որակի բարձրացման համար: Բայց ոչինչ չի կարող մարդկային աչքից լավ ու արագ ինֆորմացիա հաղորդել: Ուսուցիչը պետք է կարողանա տեսնել իր աշակերտի ոչ միայն ներկա հնարավորությունները: Դիտողականությունն ու երևակայությունը հնարավորություն են տալիս պատկերացումներ կազմել ապագա ձեռքբերումների մասին, մոդելավորել դրանք: Սպորտի ուսուցիչը պետք է լինի հնարամիտ մարդ, ընդունակ լինի արագ և ճիշտ որոշել կոնկրետ խնդիրների լուծման միջոցներն ու մեթոդները, իր վարքագիծը փոխելով իրավիճակին համապատասխան: Անհրաժեշտ է համբերատարություն, քանի որ վիճակված է տարիներ շարունակ լինել աշակերտի հետ և ղեկավարել նրան, կրկնելով միևնույն շարժումները:

Լավ ուսուցիչը տիրապետում է նաև արտիստիզմի տարրերին: Նա կարողանալու է ցույց չտալ մռայլ տրամադրություն կամ, ընդհակառակը, ցուցադրել հուզմունքը, ուրախությունը: Առանց իմպրովիզացիայի անհնար է հասնել անհրաժեշտ

արդյունքների: «Մանկավարժական օժտվածությունը, - գրել է Մակարենկոն, 1958-ին, - ենթադրում է ինչ-որ չափով դերասանական օժտվածություն»:

Քիչ նշանակություն չունի զգացմունքայնությունը (խոսքի, գործողությունների): Հանդարտ, լավատեսորեն տրամադրված ուսուցիչն ավելիին է հասնում, քան խոժոռադեմ, գրգռված, միշտ դժգոհ մարդը: Ուրախ կատակը, սրամիտ դիտողությունը հաճախ ավելի մեծ արդյունքներ են տալիս, քան երկար բարոյախոսությունները: Տակտի զգացումը սահմանում է այն, թե որտեղ է բարի հումորը, ծաղրն անցնում է վիրավորականի կողմը: Պարապմունքների ընթացքում անբռնազբոս մթնոլորտն օգնում է լուծել ամենաբարդ խնդիրները: Սակայն, մի շարք դեպքերում անհրաժեշտ է կիրառել կոշտ միջոցներ:

Մանկավարժի համար գլխավորն իր խոսքի և արարքների հետևանքները կանխատեսելն է: Այս դեպքում, նույնիսկ խստությունը մանկավարժորեն արդարացված կլինի: Բայց ոչ մի դեպքում ուսուցիչը չպետք է կորցնի ինքնատիրապետումը, անցնելով կոպիտ, վիրավորական տոնի: Նա Պարտավոր է լինել զսպված, կարողանալով տիրապետել իր զգացմունքներին: Չէ որ մրցումների ընթացքում սպրումները, զգացմունքային լարվածությունը սուր և բարձր են: Սպրումներն առաջ են բերում ֆիզիոլոգիական տեղաշարժեր, որոնք չեն զիջում աշակերտի մոտ առաջացածներին: Մի տարբերություն կա՝ սպորտսմենն իր զգացմունքներն արտահայտում է, իսկ մարզիչը, ուսուցիչը միջոցներ չունի, չունեն իրավունք դրա համար: Նա արտաքուստ պետք է հանգիստ լինի: Սպորտային ուսուցչին ամուր առողջությունն անհրաժեշտ է ոչ միայն դժվարին խնդիրները լուծելու, այլ նաև բարձր զգացմունքային լարվածությունը հաղթահարելու համար: Պետք է միշտ հիշել, որ նրա վարքագիծը աշակերտի համար օրինակ է:

Սպորտային մանկավարժը նաև պետք է լինի ֆիզիկապես որոշակիորեն զարգացած, պատրաստակամ: Պետք է սխտեմատիկաբար պարապի, միշտ լինի մարզավիճակում, անհրաժեշտության դեպքում կարողանա ճիշտ, գեղեցիկ ցուցադրել ուսուցանվող շարժողական գործողությունը, քանի որ ընկալման օբյեկտի դրական գեղազիտական գնահատականն այն հիշելու, յուրացնելու կարևոր պայման է:

Հնարավոր չէ դառնալ մարզական ուսուցիչ, կարողանալ հասնել դրված նպատակին, առանց տիրապետելու խոսքի վարպետությունը: Առավել լավ

արդյունքների են հասնում քչախոս ուսուցիչները, որոնք կարողանում են ընտրել անհրաժեշտ տոնը, հնչերանգը, համոզիչ խոսքը, պատկերավոր արտահայտությունը, որոնք նպաստում են բարդ տեխնիկայի մատչելի բացատրմանը: Պետք է, որ ուսուցիչը ձգտի անընդհատ աշխատել խոսքի կուլտուրայի վրա, ունենա ճիշտ առողջանություն, հարուստ բառապաշար, կարողանա պարզ և հստակ ցուցումների օգնությամբ, հրահանգներով, հրամաններով կառավարել մարդկանց: Ուսուցչին անհրաժեշտ է տիրապետել կազմակերպչական արվեստին, հասարակական – քաղաքական աշխատանքների հմտություններին: Մպորտը գործունեության այն ոլորտն է, որտեղ պարապելը կամ առարկայի ընտրությունը կախված է մարդու անձնական ցանկությունից, նախաձեռնությունից: Միայն նպատակաուղղված աշխատանքը կարող է կազմակերպչական, ազիտացիոն, բացատրական ազդեցությունների օգնությամբ որոշակի կոնտիզենտ ներգրավել պարապմունքներում, ապահովել մշտական կազմ, հասնել լավ արդյունքների: Ուսուցչին անհրաժեշտ են նաև գիտելիքներ տնտեսությունից, շինարարությունից, քանի որ կարող է առնչվել գույքի ձեռքբերման, պահպանման, տեղադրման, մարզահրապարակների կառուցման և նման այլ խնդիրների հետ:

Խոսելով ուսուցչի անձնավորության մասին, պետք է կրկին անգամ նշել, որ շատ կարևոր են նրա մեջ անընդհատ ինքնակատարելագործման ջանքերը: Պետք է մնալ նվաճված մակարդակի վրա: Ոչինչ չի կարող փոխարինել ինքնադաստիարակությանն ու ինքուսուցմանը:

Խոսելով ուսուցչի անձի զարգացման մասին, նկատի են առնվում ինչպես գիտելիքների հարստացումը, այլև նրա բնավորության, հոգեկան որակների կատարելագործումը, մարմնի, կենցաղի ռացիոնալիզացման զարգացումը, հրաժարումը սննդի ավելորդություններից, սպիրտային խմիչքներից, ծխելուց: Մի խոսքով՝ առողջ ապրելակերպի պահպանումը:

Գլուխ 2.
ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՐԱԿՏԻ ԴԱՍԻ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄԸ և
ԱՆՑԿԱՑՈՒՄԸ

2.1 Ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի նախապատրաստությունը դասին

Գաղտնիք չէ, որ դասը լիարժեք անցկացնելու համար ուսուցիչը պետք է նախապատրաստվի դասին: նախապատրաստական աշխատանքների մեջ է մտնում դասի ուսումնական նյութի բաշխումը, դասի անցկացման պլանի մշակումը, պարապմունքի վայրի ու գույքի նախապատրաստումը, ստուգի իր անձնական գործնական պատրաստվածությունը՝ համաձայն դասի նյութի:

Խորհուրդ է տրվում ֆիզկուլտուրայի դասի պլան-կոնսպեկտը կազմել հետևյալ հերթականությամբ.

ա) **Մկսել գլխավոր առաջադրանքների որոշումից և ձևակերպումից**, որին ենթարկվում է պարապմունքի ամբողջ բովանդակությունը՝ կապելով դրանք նախորդ և հաջորդող պարապմունքների առաջադրանքների հետ:

Դասի առաջադրանքների գործնական արտահայտումը օգնում է ուսուցչին ապահովել ուսուցման գիտակցականության և ակտիվության դիդակտիկական սկզբունքը: Դրա համար էլ պետք է մեծ ուշադրությամբ ու ճշգրտությամբ ձևակերպել դասի խնդիրները և մատչելիորեն ներկայացնել դրանք պարապողներին դասի ներգրավիչ մասում:

Որոշ ուսուցիչների հաճախակի սխալն է՝ դասի խնդիրները բովանդակության հաղորդմամբ փոխարինելը: Օրինակ, փոխանակ ուսուցիչը պլան-կոնսպեկտում գրի և այնուհետև աշակերտներին ներկայացնի առաջադրանքը՝ «տիրապետել թափավազքով բարձրացատկի հրման հիմնական մեխանիզմին», աշակերտներին ասում է. «Այսօր դասին կկատարենք բարձրացատկ՝ թափավազքով»:

Բնականաբար, այսպիսի հաղորդումը կարող է տարբեր ընկալումներ առաջացնել սովորողների մեջ, բայց ամեն դեպքում, այստեղ կբացակայի աշակերտների ուշադրության և ջանքերի կենտրոնացումը՝ ստույգ ուսումնական

առաջադրանքը կատարելու համար:

բ) **Ընտրել վարժություններ դասի առանձին մասերի համար և որոշել դասի ֆիզիկական բեռնվածությունն ու դրա կարգավորումը:** Վարժությունների ընտրությունն սկսվում է դասի հիմնական մասի բովանդակության ձևակերպմամբ:

Դասի ներգրավիչ և եզրափակիչ մասերի բովանդակությունը հարաբերակցվում է հիմնական մասի վարժությունների հետ: Վարժությունների ընտրությունը պետք է իրականացվի՝ հաշվի առնելով ֆիզիկական դաստիարակության բոլոր հիմնական խնդիրների լուծումը՝ օրգանիզմի կազդուրումը և ընդհանուր զարգացումը, հմտությունների ձևավորումն ու շարժողական ունակությունների մշակումը:

գ) **Կանխորոշել ուսուցման և դաստիարակության մեթոդիկան՝** համառոտագրելով նրա ամենակարևոր առանձնահատկությունները կոնսպեկտում:

դ) **Որոշել և կոնսպեկտում նշել պարապմունքի ամբողջ ընթացքի կազմակերպումը.** այն է՝ պարապմունքի կազմակերպումը, պարապմունքի ընթացքում նրանց տեղաշարժման և տեղաբաշխման միջոցները՝ վարժությունների կատարման համար, պարապմունքի աշխատանքի կազմակերպման եղանակները, պարապմունքների նյութական հագեցվածությունը. ինչպիսի մարզագույք է անհրաժեշտ տվյալ պարապմունքի համար, մարզագործիքների տեղաբաշխման կարգը՝ համապատասխանեցված պարապմունքի տեղաբաշխման հետ, նշել մարզագործիքների տեղադրման ու հավաքման և մանր մարզագույքի բաշխման կարգն ու կազմակերպումը, որոշել պարապմունքի անվտանգության և վնասվածքների կանխարգելման մյուս միջոցների ապահովումը:

ե) **Մշակել տնային առաջադրանքներ պարապմունքի համար:** Պարապմունքների տեղի ու գույքի նախապատրաստումը՝ մարզագույքի սարքինության ստուգման և դրանց տեղաբաշխման մեջ է այնպիսի կարգով, որ հարմար լինի տվյալ դասի անցկացման համար:

Ամեն ինչ անհրաժեշտ է անել ժամանակին: Այն մարզագործիքները, որոնք չեն խանգարի տվյալ պարապմունքի անցկացմանը, հարկավոր է տեղադրել նախքան նրա սկսվելը:

Անհրաժեշտ է ստուգել պարապմունքի վայրի սանիտարական վիճակը՝ օդափոխումը, շենքի մաքրման որակը և այլն:

Պարապմունքի վայրը հարկավոր է նախապատրաստել անմիջապես դասից առաջ, անձամբ ստուգել ամեն ինչ է համապատասխանում մշակված կոնսպեկտին:

Օգնականներին նախօրոք պետք է հրահանգավորել նրանց աշխատանքի բովանդակության մասին և ստուգել վարժություններ կատարելու նրանց ունակությունը, մեթոդական պատրաստվածությունը և ապահովման հմտությունները:

Եթե դասին նախորոշված է նոր վարժությունների ուսուցում, որոնք ուսուցիչն երկար ժամանակ չի կատարել, ապա դասին նախապատրաստվելիս նա պետք է գործնականորեն ստուգի տվյալ վարժությունների կատարման իր կարողությունները:

Դասին պատրաստվելիս ուսուցիչը պետք է մտածի իր արտաքին տեսքի մասին: Խորհուրդ է տրվում հագնել կոկիկ, համեստ, բոլոր վարժությունների կատարման համար հարմար մարզահագուստ:

2.2 Ֆիզկուլտուրայի դասի մանկավարժական վերլուծությունը

Ուսուցման և դաստիարակության տեսությունում մեծ ուշադրություն է դարձվում դասի մանկավարժական վերլուծմանը: Մանկավարժի գործունեությունը պետք է ուղղված լինի մանկավարժական գործընթացի որակի անընդհատ բարձրացմանը: Դրա համար յուրաքանչյուր դասը պետք է վերլուծել և գնահատել: Վերլուծությունը ուսուցման գործընթացի հսկման մեթոդ է համարվում: Մասնավորապես, վերլուծությունն անցկացնում է ուսուցիչը՝ պարապողների վարքին, գործունեությանը և աշխատանքին հետևելու միջոցով:

Ֆիզիկական դաստիարակության պրակտիկայում լայն կիրառում են ստացել 1980 թվականի Ա.Մ. Դիկունովի կողմից մշակված և Ֆ.Գ. Ղազարյանի կողմից վերամշակված դասի մանկավարժական վերլուծման տարբերակը:

Վերլուծության հիման վրա ճշտումներ են մտցվում հետագա անցկացվելիք դասերում:

Սակայն խորը մանկավարժական վերլուծություն կարող է կատարվել միայն այլ անձի կողմից, որը չի մասնակացում դասին:

Դասի վերլուծության ժամանակ ընդգրկում են նրա բոլոր կողմերը: Նախ և առաջ վերլուծվում է ուսուցչի նախապատրաստումը դասին, գնահատվում է նրա պլան-

կոնսպեկտի որակը: Ուշադրություն է դարձվում դասի խնդիրների ճշտության վրա, ապա գնահատվում է վարժությունների ընտրությունը, որոնցով պետք է լուծվեն դասի խնդիրները, ինչպես նաև՝ գնահատական է տրվում մեթոդական և կազմակերպական ցուցումներին: Այնուհետև գնահատվում են դասի անցկացման պայմանները և ուսուցչի կատարած աշխատանքն այդ ուղղությամբ:

Հիմնականում ուշադրություն պետք է դարձնել մանկավարժական գործընթացին: Գնահատման ենթակա են դասի կազմակերպական կողմերը: Պետք է հետևել դասի՝ ժամանակին սկսմանն ու ավարտմանը:

Կարևոր է նկատել, թե ուսուցիչը կատարե՞լ է արդյոք դասի նախորոշված խնդիրները և ամփոփե՞լ է արդյոք անցկացված աշխատանքի արդյունքները:

Պետք է բացահայտել պարապողների կարգապահությունը, օգտագործել առաջավորների պատրաստվածության աստիճանը: Անհրաժեշտ է գնահատել և վերլուծության ենթարկել ցուցադրումը՝ ուսուցչի բացատրությունների, հրամաններ տալու կարողությունը, օգնություն ցույց տալու և ճիշտ ապահովության ունակությունը:

Անհրաժեշտ է նաև բացահայտել պարապողներին ղեկավարելու ունակությունը, վարժությունների անցկացման որակը և դասի անցկացման այլ հանգամանքներ, որոնք բնութագրում են ուսուցչի մանկավարժական փորձն ու հմտությունները: Անհրաժեշտ է հետևել մանկավարժի վարքին, արտաքին տեսքին, խոսքի և այլն:

Ցանկալի է անցկացնել դասի ժամանակաչափում, որի տվյալները թույլ են տալիս որոշել, թե որքանո՞վ է արդյունավետ օգտագործվել դասին հատկացված ժամանակը: Սակայն, միայն ժամանակաչափման օգտագործումը չի կարող ցույց տալ դասի ամենագլխավոր գործոնը՝ ուսուցչի և պարապողի փոխազդեցության աստիճանը: Դրա համար ժամանակաչափումը ուղեկցվում է մանկավարժական դիտումներով: Վերլուծության եզրափակիչ փուլում պետք է գնահատել դասն ամբողջությամբ:

Վերլուծությունը հարկավոր է ավարտել մանկավարժական գործընթացի հետագա բարելավմանն ուղղված առաջարկություններով:

Այսպիսով, սպորտ-մանկավարժական գործունեության մեջ առանձնապես բարձր արդյունքի են հասնում այն ուսուցիչները, ովքեր չեն խնայում աշակերտին այն դեպքում, երբ ուզում են զարգացնել նրա անձը, շարժողական ընդունակությունները, - սպորտում մարդկային հնարավորությունների սահմանին հասցնելու համար: Դա

ապացուցված է, երբ հենվում է գիտական հիմքի վրա, հաշվի են առնվախ աշակերտի անհատական առանձնահատկությունները, երբ պարապմունքները դրված են ոչ ստերեոտիպ (միօրինակ) մոտեցման վրա:

Ուսուցչի և աշակերտների փոխհարաբերություններում շատ բան կախված է առաջինի հեղինակությունից, նրա նկատմամբ հավատից: Այն ամենը, ինչ անում է ուսուցիչը, պետք է աշակերտների գիտակցության մեջ հաստատի խնդիրների լուծումը, որոնք առաջադրված են: Որքան բարձր է ուսուցչի հեղինակությունը, այնքան նրա սաները մեծ չափով են յուրացնում նրանից ստացած ինֆորմացիան, լավ են ենթարկվում դրա ազդեցությանը: «Հավատը դաստիարակի նկատմամբ, վստահությունը դեպի նա, իմ կարծիքով, մանկավարժի և աշակերտի փոխհարաբերությունների բարոյագիտության արմատն է», - գրում է Վասիլի Սուխոմլինսկին¹:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Թեմայի շուրջ գրական աղբյուրների ուսումնասիրությունները և կատարված վերլուծությունը թույլ են տալիս հանգելու հետևյալ եզրակացություններին.

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչի մանկավարժական վարպետության հիմքում ընկած են նրա մասնագիտական պատրաստվածության աստիճանը, մանկավարժական կոմպետենցիաների տիրապետման աստիճանը, հեղինակությունը ուսուցչական և աշակերտական կոլեկտիվում, դասի ուսումնական նյութի տիրապետման աստիճանը:

Դասի մանկավարժական վերլուծությունը թույլ է տալիս ուսուցրի կողմից պարապողներին ղեկավարելու ունակությունը, վարժությունների անցկացման որակը և դասի անցկացման այլ հանգամանքներ, որոնք բնութագրում են ուսուցչի մանկավարժական փորձն ու հմտությունները: Անհրաժեշտ է հետևել մանկավարժի վարքին, արտաքին տեսքին, խոսքին, որոնք և պայամանավորում են ուսուցչի մանկավարժական վարպետությունը:

Այն ամենը, ինչ անում է ուսուցիչը, պետք է աշակերտների գիտակցության մեջ հաստատի խնդիրների լուծումը, որոնք առաջադրված են: Որքան բարձր է ուսուցչի հեղինակությունը, այնքան նրա սաները մեծ չափով են յուրացնում նրանից ստացած ինֆորմացիան, լավ են ենթարկվում դրա ազդեցությանը:

Խոսելով ուսուցչի անձնավորության մասին, պետք է կրկին անգամ նշել, որ շատ կարևոր են նրա մեջ անընդհատ ինքնակատարելագործման ջանքերը: Պետք է մնալ նվաճված մակարդակի վրա: Ոչինչ չի կարող փոխարինել մասնագիտակա ինքնադաստիարակությանն ու ինքակրթությանը:

Խոսելով ուսուցչի անձի զարգացման մասին, նկատի են առնվում ինչպես գիտելիքների հարստացումը, այլև նրա բնավորության, հոգեկան որակների կատարելագործումը, մարմնի, կենցաղի ռացիոնալիզացման զարգացումը, հրաժարումը սննդի ավելորդություններից, սպիրտային խմիչքներից, ծխելուց: Մի խոսքով՝ առողջ ապրելակերպի պահպանումը:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դպրոցի չափորոշիչներ և ծրագիր «Կրթական ծրագրերի կենտրոն», Առաքելյան Վ.Բ. և ուրիշներ, ԾԻԳ, 2009 թ.
2. «Ֆիզիկական կուլտուրա», ուսուցչի ձեռնարկ հանրակրթական դպրոցի 1-4 դասարանների համար / Վ.Բ. Առաքելյան, Ֆ.Գ. Ղազարյան, Յու. Գրիգորյան – Եր.: «Աստղիկ գրատուն», 2008թ. – 184 էջ
3. Ռ.Ս. Մանուկյան, «Ֆիզիկական կուլտուրայի դասի մեթոդիկական», ուսումնական ձեռնարկ: Գյումրի: Դպիր., 2003 թ., 30 էջ
4. Ֆ.Գ. Ղազարյան, Ա.Ա. Գրիգորյան, «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն», ֆիզ. Կուլտ. Հայկական պետական ինստիտուտի տպարան, 2003 թ., 2-րդ հրատարակություն
5. Հ.Ե. Փարսադանյան, «Ֆիզիկական կուլտուրայի դասը դպրոցում», մեթոդական ցուցումներ, Լենինական, 1973թ., 26 էջ
6. Ֆ.Գ. Ղազարյան, «Ակնարկներ ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտային պատրաստության մասին» / Ֆ. Ղազարյան, - Եր., Հեղինակային հրատարակություն, 2017 թ., 211 էջ
7. Վ.Ա. Սուխոմլինսկի – «Նամակ մանկավարժական բարոյագիտության մասին», ("Народное образование"), 1970, թիվ 11, էջ 50
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. – Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. Издательский центр “Академия”. 2001г, 480с.
9. Лях В. И. - Физическая культура рабочая программа.//Предметная линия учебников. Лях В.И. – 10-11 классы. Москва, Просвещение, 2015г.80 стр.
10. Качашкин В.М., Методика физического воспитания, М., Просвещение, 1972г, 121 стр.
11. Станкин М.И., Психолого-педагогические основы физического воспитания, М., Просвещение, 1987г, 224 стр.