



«Նոր ժամանակի
կրթություն» ՀԿ

ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Հետազոտության թեման՝ Ուսուցչի համագործակցությունը գործընկերների հետ՝ փորձի փոխանակման և մասնագիտական գործունեության արդյունավետության բարձրացման նպատակով

Առարկան՝ Ֆիզկուլտուրա

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Արթուր Ենոքյան

Ուսումնական հաստատություն՝ Կ. Զարյանի անվան հ. 117 հիմ. դպրոց

Երևան 2023

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ3

ԳԼՈՒԽ 1

ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆՆ ՈՒ ԱՌԱՐԿԱՆԵՐԻ
ԴԱՍԱՎԱՆԴՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ.....5

ԳԼՈՒԽ 2

«ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱ ԴԱՍԱՎԱՆԴՈՂ ՈՒՍՈՒՑԻ
ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԳՈՐԾԸՆԿԵՐՆԵՐԻ ՀԵՏ ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ
ԿԱՆՈՆՆԵՐԻՆ ՏԻՐԱՊԵՏՈՂ,ՏԱՐԲԵՐ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐՈՒՄ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՎՈՂ,
ՆԱԽԱՁԵՌՆԵԼՈՒ ԵՎ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊԵԼՈՒ ՈՒՆԱԿ ՔԱՂԱՔԱՑԻ ՁԵՎԱՎՈՐԵԼՈՒ
ՀԱՄԱՐ.....7

ԳԼՈՒԽ 3

ՓՈՐՁԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՍ.....12

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ.....17

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....18

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Երեխաների ֆիզիկական և հոգեկան առողջությունն ապահովելը դպրոցի պարտականությունն է: Դպրոցը պետք է մանկավարժական գործունեությունը համատեղի երեխայի հանդեպ հոգատարության հետ. ցույց տա նրան մանկավարժական, հոգեբանական, ֆիզիկական և մշակութային օգնություն: Անշուշտ առանցքային դեր ունի ուսուցիչը:

Ուսուցիչն իր աշխատանքին զուգահեռ պարբերաբար վերապատրաստվելու, մասնագիտական նորություններին և դասավանդման նոր մեթոդներին ու ռազմավարություններին ծանոթանալու հնարավորություն պիտի ստանա:

Վերջին տարիներին կրթության բովանդակության և նպատակների յուրացման առումով հսկայածավալ նորարարություններ և առաջարկություններ են արվել տարբեր երկրների և միջազգային կրթական կառույցների կողմից, մշակվել և ներդրվել են ուսումնադաստիարակչական աշխատանքների կազմակերպման առավել արդյունավետ եղանակներ, սովորողների ուսումնական կարողությունների խթանման նոր հնարավորություններ:

Յուրաքանչյուր մանկավարժի խնդիրն է զարգացնել սովորողների գեղագիտական ճաշակը, հաղորդակցային ունակությունները, սովորեցնել զգալ արվեստի ստեղծագործությունների կատարելությունն ու ներդաշնակությունը, գրասիրտ, զգայուն վերաբերմունք դաստիարակել շրջապատի նկատմամբ և միևնույն ժամանակ ապահովել սովորողների անվտանգությունը, առողջությունը և հետևել առողջապահական կանոններին: Այդպիսի հատկանիշների զարգացումը նշանակում է հաղորդակցում համամարդկային մշակույթին և նրա դրսևորումներին՝ գիտական հետազոտման մշակույթին, գործունեության մշակույթին, գեղագիտական մշակույթին, միջանձնային հաղորդակցման մշակույթին, վարքի մշակույթին և այլն: Ուստի մենք կանգ կառնենք ֆիզկուլտուրայի և այլ առարկաների միջառարկայական կապերի ազդեցության, դասավանդող ուսուցիչների համագործակցության վրա :

Թեմայի արդիականությունը՝ Մեր ժամանակներում առաջնակարգ նշանակություն է ստանում առարկաների և գիտությունների համագործակցությունը՝ միջառարկայական կապերը: Ուսուցման գործընթացում կարևոր տեղ պետք է հատկացնել միջառարկայական կապերին, որոնք ուսուցման հաջողության անհրաժեշտ պայմաններից են:

Հետազոտության նպատակն է՝ բացահայտել ուսուցիչների համագործակցության արդյունավետությունը գործընկերների հետ՝ փորձի փոխանակման և մասնագիտական գործունեության արդյունավետության բարձրացման նպատակով:

Հետազոտության խնդիրներն են՝

1. ուսումնասիրել թեմային վերաբերող գիտաուսումնական գրականությունը,
2. բացահայտել ֆիզկուլտուրա և այլ առարկաների միջառարկայական կապերի արդյունավետ ուղիներն ու միջոցները,
3. ուսումնասիրել սովորողների վրա թողած ազդեցությունը ֆիզկուլտուրա և այլ առարկաների համատեղ դասավանդման ընթացքում,
4. անդրադառնալ գործընկերների միջև համագործակցության արդյունավետությանը և սահմանել քայլարշավ:

ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆՆ ՈՒ ԱՌԱՐԿԱՆԵՐԻ
ԴԱՍԱՎԱՆԴՈՒՄԸ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Հանրակրթական դպրոցի պահանջներին համապատասխան՝ այսօր մեծանում են առարկաների միջև կապերի բացահայտման դերն ու նշանակությունը: Այս հարցին անդրադարձել են բոլոր ժամանակաշրջանների մեծ մանկավարժները: Օրինակ՝ Յան Ամոս Կոմենսկին դիդակտիկայի սկզբունքների դասակարգման մեջ առանձնացնում էր համակարգվածության և հաջորդականության սկզբունքը, որի տակ հասկանում էր դպրոցական առարկաների միջև փոխադարձ կապերի ստեղծումը: Ընդ որում՝ այնպիսի կապերի, որոնց միջոցով այդ առարկաները նպաստեն մեկը մյուսի ըմբռնմանն ու յուրացմանը, միևնույն ժամանակ հաշվի առնել սովորողների առողջ ապրելակերպի կանոնների պահպանումը: Մեծ մանկավարժը նկատում է, որ ոչ ոքի հնարավոր չէ կրթություն տալ մի որևէ մասնակի գիտության միջոցով՝ անկախ մնացած գիտություններից¹ :

Յ.Ա. Կոմենսկին իր «Մեծ դիդակտիկա» աշխատությունում նշում է, որ ուսումնական առարկաների փոխկապակցված ուսուցումը երեխաներին սովորեցնում է բացահայտել ուսումնասիրվող առարկաների և երևույթների միջև եղած կապերը. «Ամեն ինչ ամրապնդել բանականության հիմունքներով նշանակում է ամեն ինչ սովորել՝ մատնացույց անելով պատճառները, այսինքն՝ ոչ միայն ցույց տալ, թե ինչպես է այս կամ այն բանը տեղի ունենում, այլ նաև ցույց տալ, թե ինչու դա այլ կերպ լինել չի կարող: Չէ՞ որ իմանալ որևէ բան նշանակում է իրը ճանաչել իր փոխկապակցվածության մեջ, միևնույն ժամանակ ապահովել երեխայի հոգեկան և ֆիզիկական առողջությունը»²:

Գիտելիքների համակարգը կրթության բովանդակության առանցքային բաղադրիչներից է : Նյութն ավելի մատչելի կդառնա, եթե ստեղծենք

¹Վ. Խ. Հարությունյան, Յան Ամոս Կոմենսկին և նրա «Մեծ դիդակտիկան», Եր., 1970, 293 էջ,

²Նույն տեղում, էջ 301,

միջառարկայական կապ և աշակերտներին ինքնուրույն գործելու հնարավորություն տանք: Ցանկացած ուսուցիչ պետք է իմանա սովորողին ներկայացվող ընդհանրական պահանջների համակարգը՝ ըստ «Հանրակրթության պետական չափորոշի»³:

Չափորոշիչը նորից վերընթերցելուց հետո, կարող ենք վստահորեն ասել, որ միջառարկայական կապերի իրագործումն ապահովում է հանրակրթության առջև դրված բազմաթիվ խնդիրների լուծման, աշխարհի միասնական ընկալման, պրոբլեմների լուծման ընդհանրական մոտեցման հարցը, ինչպես նաև աճող սերնդի համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման հարցը:

Աճող սերնդի համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման գաղափարը հետաքրքրել է նաև ֆրանսիացի լուսավորիչ- փիլիսոփաներ Կ. Հելվեցիուսին, Դ. Դիդրոյին և ուրիշներին: Նրանք մարդու համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման պահանջի մեջ առանձնացրին հատկապես մտավոր և բարոյական դաստիարակության դերը, գտնելով, որ դրանք իրենց կապերի միջոցով կրնող գրկեն այլ բաղադրիչներ: Ի տարբերություն նրանց, Ժ. Ժ. Ռուսոն պահանջեց բոլոր երեխաներին տալ նաև աշխատանքային դաստիարակություն ու նրանց նախապատրաստել աշխատանքի՝ ապահովելով միջառարկայական կապը և ֆիզիկական ակտիվությունը⁴:

³ Հանրակրթության պետական չափորոշիչ, 2011,

⁴ Н. М. Бурцева, Межпредметные связи как средство формирования ценностных отношений, СПб., 2001, 231 с.

ԳԼՈՒԽ 2

«ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱ ԴԱՍԱՎԱՆԴՈՂ ՈՒՍՈՒՑՉԻ
ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԳՈՐԾԸՆԿԵՐՆԵՐԻ ՀԵՏ ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ
ԿԱՆՈՆՆԵՐԻՆ ՏԻՐԱՊԵՏՈՂ,ՏԱՐԲԵՐ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐՈՒՄ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՎՈՂ,
ՆԱԽԱԶԵՌՆԵԼՈՒ ԵՎ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊԵԼՈՒ ՈՒՆԱԿ ՔԱՂԱՔԱՑԻ ՁԵՎԱՎՈՐԵԼՈՒ
ՀԱՄԱՐ

Առողջագիտություն լատիներեն բառը թարգմանաբար նշանակում է գիտություն առողջ լինելու մասին (valeo–առողջ լինել և logos–գիտություն): Եզրույթն առաջին անգամ գործածության մեջ է դրել Ի. Ի. Բրեխմանը 1980 թվականին «Մարդը և կենսաբանական ակտիվ նյութերը» աշխատության մեջ: Մարդու մասին հիմնաբար գիտությունների շարքում առողջագիտությունը ներկայումս կարևորներից է: Այն բժշկագիտական գիտություն չէ և գոյություն ունի բնապահպանության, կենսաբանության, բժշկագիտության, հոգեբանության, մանկավարժության, սոցիոլոգիայի և այլ գիտությունների հետ համատեղ: Առողջագիտությունը և՛ գիտություն է, և՛ պրակտիկ գործունեության դաշտ, և՛ ուսումնական առարկա: Մանկավարժական առողջագիտության նպատակը մատաղ սերնդի առողջության պահպանումն ու ամրապնդումն է մանկավարժական միջոցներով, առարկան՝ առողջ մարդու առողջությունը: Ուստի նպատակահարմար ենք գտնում մարդու առողջությանը վերաբերող խնդիրները քննարկել ոչ միայն բժշկության, այլև կրթագործընթացի համատեքստում: Արդարացված չէ առողջության խաթարման պատճառները հիմնավորել միայն սխալ սնվելով, աղտոտված մթնոլորտով կամ բուժսպասարկման ծառայության բացակայությամբ: Կարծում ենք՝ հասարակության առողջության մակարդակը բարձրացնելն առաջին հերթին պիտի պայմանավորել ոչ այնքան բժշկագիտության զարգացումով, որքան մարդու՝ իր կենսական ռեսուրսները գիտակցված և նպատակաուղղված օգտագործմամբ: Նա պետք է պատասխանատվություն կրի իր սեփական առողջության համար, առողջ ապրելակերպը նրա համար պետք է դառնա պահանջումնք, կենսակերպ ու

վարքագիծ: Այս խնդիրն առավել կարևորվում է մատաղ սերնդի տեսանկյունից, քանի որ նրանց առողջությունը առողջ հասարակություն ունենալու երաշխիքն է 10–30 տարի անց: Առողջագիտական մանկավարժությունն այսօր առավել արդիական է դարձել. ուսումնասիրությունները դպրոցներում վկայում են, որ աղետալի կերպով վատթարանում է երեխաների առողջությունը. դպրոցը լիովին առողջ ավարտում է դպրոցականների շատ քիչ մասը, շրջանավարտների շրջանում նկատվում են տեսողության խանգարումներ, ոսկրամկանային համակարգի հիվանդություններ, նյարդաբանական խնդիրներ, նյութափոխանակության և մարսողական համակարգերի խաթարումներ: Այս իմաստով՝ առողջագիտությունը մենք դիտարկում ենք որպես առողջապահական հասկացության հոմանիշ: Ուրեմն ինչպե՞ս կազմակերպել դասը, մասնավորապես, որպեսզի այն նպաստի ինչպես երեխաների, այնպես էլ ուսուցիչների առողջության պահպանմանը:

Ըստ Առողջապահության համաշխարհային միջազգային կազմակերպության՝ առողջությունը ոչ միայն հիվանդությունների բացակայությունն է, այլ նաև մարդու լիարժեք ֆիզիկական, հոգեկան և սոցիալական բարեկեցիկ վիճակը: Ակադեմիկ Ն. Մ. Ամոսովի կարծիքով՝ առողջությունը շարժվող և անընդհատ փոփոխվող գոյացություն է, և այն չափելի է՝ որպես ցուցանիշ գործածելով օրգանիզմի պահուստային հզոր բջիջների, օրգանների և համակարգերի քանակը : Այս մոտեցման համաձայն՝ մարդու առողջության ցուցանիշներ կարող են լինել.

- 1. նրա աշխատունակության մշտական բարձր մակարդակը, և այդ մակարդակն արագ վերականգնելու ունակությունը՝ ի հաշիվ օրգանիզմի ներքին պահուստների,*
- 2. ներքին հոգեկան հանգստությունը և զգացմունքային կայունությունը պահպանելու, ինչպես նաև սթրեսային իրավիճակներին դիմակայելու, դրանք հաղթահարելու, հոգեկան հավասարակշռությունն արագ վերականգնելու ունակությունը:*
- 3. Իր կյանքից բավարարված լինելու կարողության բարձր մակարդակ. գոհունակություն, աշխարհի հանդեպ սիրո, հոգատարության, ուրախության զգացողությունների առկայությունը:*

Սա նշանակում է, որ դեպի առողջություն մարդու ճանապարհին ընթանում է նրա կենսական ուժերի կուտակմամբ, պահպանմամբ և փոխանցմամբ՝ ի հաշիվ օրգանիզմի ներքին պահուստների գործածման: Բազմաթիվ ուսումնասիրություններ ապացուցել են, որ սովորողների դասագործընթացի 20 տոկոսը պետք է լինի շարժողական ակտիվության մեջ. դրանք կարող են լինել առողջապահական դադարներ. ֆիզկուլտդադարներ, շարժական կամ դիդակտիկ խաղեր և այլ գործունեության ակտիվ ձևեր: Առաջին հայացքից նման պահանջը կարող է թվալ անընդունելի. ուսուցիչը կարող է պնդել, որ այսպիսի մոտեցման դեպքում կարող է հետ մնալ ուսումնական ծրագրից: Սակայն փաստենք, որ երեխայի ֆիզիկական ակտիվությունը խթանում է ուղեղի աշխատանքը, իսկ հոգնած ուղեղի օգտակար գործողության գործակիցը բավականին ցածր է:

XIX դարի II կեսին նմանօրինակ պահանջ էր առաջ քաշում նաև Սերովբե Վիչենյանը «Մանկանց խնամատարության հատուկ բնական, բարոյական, և իմացական հրահանգ» մանկավարժական արժեքավոր աշխատության մեջ: Ըստ նրա՝ երեխայի նորմալ զարգացումն ապահովելու համար հարկավոր է կարևորել նրա ակտիվությունը՝ ապահովելով շարժում և ֆիզիկական գործունեություն, թույլ չտալով, որ երեխան գամված մնա նույն դիրքում: Ս. Վիչենյանը հորդորում էր ուսուցիչներին և ծնողներին զբաղվել իրենց երեխաների մարմնակրթությամբ. «Շարժումը իմացականի վրա ինչ ներգործություն ունի: Կուզենք, որ օրը քանի մը ժամ մարմնոյ կրթութիւններուն հետ պարապին (ըմբշամարտ, ջրասուզակ, լարախաղաց): Ուսուցչաց (ծնողաց) պարտքն է, որ ատկե իրենց տրդեքը չի գրկեն, թող տան որ խաղան, վազեն և այլն, բայց միշտ տղին բարոյական մասը չի մոռնալով»⁵:

Ապացուցված է, որ երկար ժամանակ անշարժ նստելը բացասական ազդեցություն է ունենում մարդու արյան շրջանառության վրա: Այնինչ հենց մտավոր աշխատանքի դեպքում պետք է արյան շրջանառությունը ուժեղանա, որպեսզի նյարդային համակարգի բարձրագույն մասերը և երեխայի աճող օրգանիզմն ապահովվեն թթվածնով և անհրաժեշտ կենսական սննդանյութերով: Նույն հարցի կապակցությամբ հետաքրքիր բանաձևում ունի նաև Լեսգաֆտը, որը գտնում է, որ ֆիզիկական և մտավոր դաստիարակությունը պետք է ընթանա զուգահեռ, որպեսզի

չխախտվի օրգանների զարգացման ճիշտ ընթացքը, որ ֆիզիկական վարժություններն ամենաարդյունավետ միջոց են սովորողների ճանաչողական հնարավորությունները զարգացնելու համար: Հայտնի է, որ ուղեղի հոգնածության պատճառներից մեկը թթվածնային քաղցն է: Հաճախ ենք հանդիպում երեխաների, որոնց բերանն ակամայից բաց է լինում: Ըստ համապատասխան բժիշկների հետազոտության՝ դրա պատճառը օրգանիզմում թթվածնի և ածխաթթվի հավասարակշռության խանգարումն է, որն էլ հանգեցնում է թթվածնային քաղցի, հետևաբար նաև՝ ակտիվության նվազեցման:

Հետաքրքիր փաստ է արձանագրել նաև հայտնի բժիշկ Մ. Լ. Լազարևը. եթե երեխան շնչում է բաց բերանով, ապա նա յուրացնում է տեղեկատվության միայն 30 տոկոսը: Եթե հաշվի առնենք, որ սովորողների մեծամասնությունը ամենամեծ հետաքրքրվածության դեպքում ընկալում է լսածի միայն 70 տոկոսը, ապա շատ տխուր պատկեր է ստացվում: Ուրեմն իմաստ ունի գոհաբերել դասի որոշակի ժամանակահատված՝ ակտիվությունն ապահովող գործողություններ ~~իրականացնելու համար՝ հոգուտ ճանաչողական գործընթացի արդյունավետության բարձրացման՝~~

⁵ Ս. Վիչենյան, Մանկանց խնամատարության հատուկ բնական, բարոյական և իմացական հրահանգ, Ալեքսանդրապոլ, 1844, էջ 105,

⁶ Ժամանակակից մանկավարժական մոտեցումներ, 20–րդ դարի մանկավարժական տեսություններ, Եր., «Նոյան տապան», 2005, էջ 56

Առողջագիտության տեսանկյունից ճիշտ անցկացվող դասը երեխաների մեջ պետք է ապրելու, առողջ լինելու ցանկություն առաջացնի, սովորեցնի նրանց ուրախանալ յուրաքանչյուր ապրած օրվա համար, ցույց տա, որ կյանքը հիասքանչ է: Եվ որպեսզի նրանց մեջ ձևավորվի դրական ինքնագնահատական, մանկավարժը առաջին հերթին պետք է խուսափի աշակերտին անել այնպիսի դիտողություններ, որոնք կարող են խոցել նրա ինքնասիրությունը: Ավելի շահեկան է նրա հետ հարաբերություններն այնպես կառուցել, որ դրանք նպաստեն առավելություններն ի

հայտ բերելուն և խթանելուն, իսկ վարքի անցանկալի դրսևորումները կարելի է վերացնել պայմանավորվածության միջոցով:

Մենք համագործակցելով գործընկիերների հետ առանձնացրել ենք մեր առարկաների համար համընդհանուր կետեր: Դրանք են .

- *Առողջապահական միջոցառումների առկայությունը բոլոր դասերի անչափ կարևոր է. ֆիզկուլտդադարներ, լիցքաթափման վարժություններ, շնչառական մարմնամարզություն, աչքերի մարզում (15–20 րոպեն մեկ՝ մեկ րոպե տևողությամբ 3 թեթև վարժության կրկնություն):*
- *Առողջության և առողջ ապրելակերպով պայմանավորված՝ սեփական առողջության նկատմամբ վերաբերմունքի ձևավորումն իբրև արժեք բոլոր առարկաների դասավանդման ընթացքում:*
- *Առողջության՝ որպես մարդու գերագույն արժեքի նկատմամբ վերաբերմունքի ձևավորում, առողջ ապրելակերպի էության ընկալում, անհատական վարքի ձևավորում, վտանգավոր սովորույթների հետևանքների մասին գիտելիքների փոխանցում և գիտակցության ձևավորում:*
- *Աշակերտների՝ դասին ակտիվորեն մասնակցելու արտաքին և ներքին դրդապատճառների առկայություն: Արտաքին շարժառիթ. գնահատական, գովեստ, աջակցում, մրցակցություն և այլն: Ներքին շարժառիթի խթանում. ավելին իմանալու մղում, բավականություն՝ ակտիվ մասնակցությունից հետաքրքրվածություն:*
- *Դասի ժամանակ ծանրաբեռնվածության լիցքաթափման ձևերի առկայություն. կատակ, հումորային նկար, երաժշտական դադար և այլն:*
- *Դասագործընթացում առկա հոգեբանական մթնոլորտը, ուսուցիչ–աշակերտ, աշակերտ–աշակերտ փոխհարաբերությունները (հարմարավետություն–լարվածություն, համագործակցություն–անառարկելի հեղինակություն, անհատական–ֆրոնտալ, տարիքային առանձնահատկությունների հաշվառում. բավարար–անբավարար, համագործակցություն–մրցակցություն, ընկերասիրություն–թշնամություն, հետաքրքրվածություն–անտարբերություն, ակտիվություն–պասիվություն):*

Այսպիսով՝ ըստ դասի անցկացման առողջագիտական մոտեցման՝ այն պետք է ապահովի դպրոցականի կենսական ուժերի պահպանումն ու ավելացումը՝ դասի սկզբից մինչև վերջ: Ուսուցիչը ոչ միայն պահպանում, այլև ամրապնդում է աշակերտների առողջությունը՝ առավել արդյունավետ դարձնելով ուսումնական գործընթացը: Ինչպես Հ. Հինդլյանն է ասում, անհրաժեշտ է, որ «առողջապահութիւնը նկատուի մանկավարժութեան ընդակից մէկ մասը» ⁷: Սա նշանակում է, որ յուրաքանչյուր ուսուցիչ պիտի ունենա երեխայի կազմաբնախոսությանը վերաբերող գիտելիքներ, մանկավարժական հմտությունների անհրաժեշտ պաշար՝ իր առաքելությունը գրագետ կազմակերպելու համար:

⁷ Հինդլեան Յ.Թ., Անկեղծ էջեր, տպագրութիւն Յ. Մաթեոսեան, Կ. Պոլիս, 1913, էջ 101,

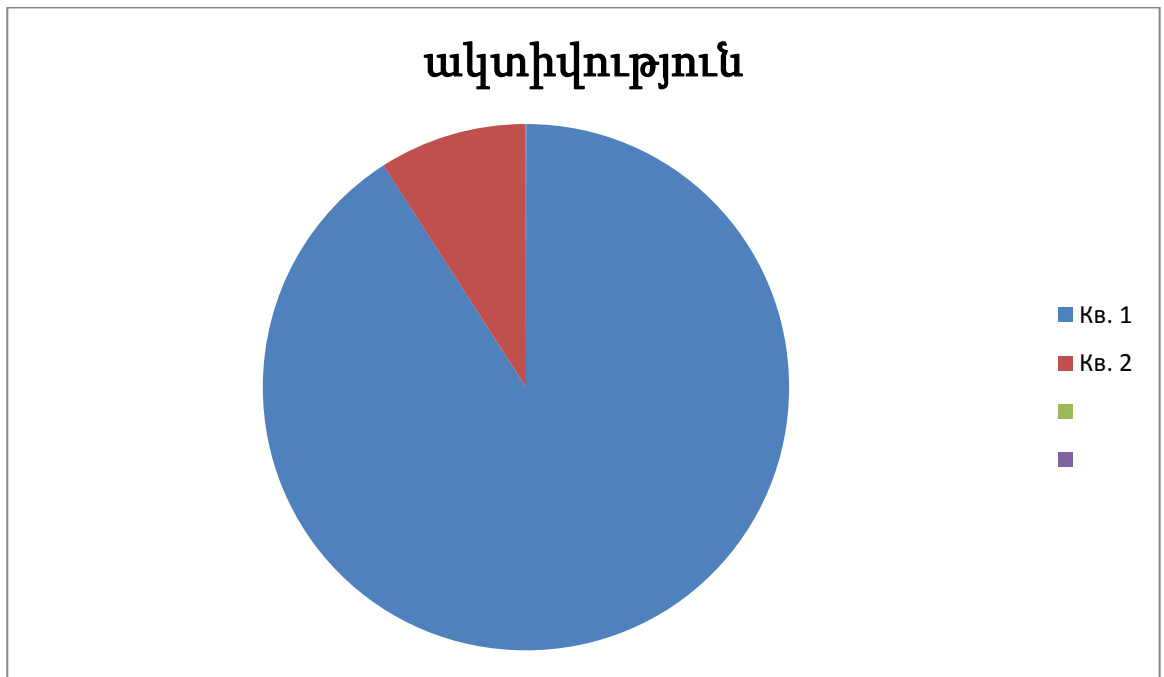
ՓՈՐՁԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՍ

Առողջությունը կարևորագույն արժեք է: Այն առաջնային խնդիր է յուրաքանչյուր անձի, պետության տնտեսության զարգացման և հայրենիքի պաշտպանության համար: Մարդու առողջությունը նշանակալիորեն կախված է նրա կենսագործունեությունից՝ հասարակական ու բնական գործոններից: Հետևելով սննդակարգին, ապահովելով բավարար շարժողական ակտիվություն, գերծ մնալով վնասակար սովորություններից ու զինվելով կյանքին անհրաժեշտ գիտելիքներով՝ կարելի է վարել առողջ ապրելակերպ: Այդ իսկ պատճառով մի շարք առաջատար երկրներում դպրոցների կրթական համակարգում առկա է «Առողջ ապրելակերպ» առարկան, որը սովորեցնում է աշակերտներին տիրապետել կենսական հմտությունների: Մեր երկրում այս համակարգը գործում է շուրջ 9 տարի, որին խիստ հետևողական է ՀՀ կրթության և գիտության նախարարությունը և Մոսկվայի UNESCO-ի գրասենյակը: ՀՀ կառավարության որոշմամբ այդ դասընթացները 2008-ից ներդրվեցին 8-9-րդ դասարանների և 2010-ից՝ 10-11-րդ դասարանների ծրագրերում: Այդչափ կարևոր աշխատանքը հանրակրթական դպրոցներում ստանձնեցին ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչները: «Գլոբալ» հիմնադրամի օժանդակությամբ, ինչպես նաև Հայաստանի ուսանող-բժիշկների գիտական ասոցիացիայի և Կրթության ազգային ինստիտուտի հետ համատեղ դասավանդման համար պատրաստվել են 2800 ուսուցիչ և 400 դասախոս⁸: 2015թ. Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտում ներդրվեց «Առողջ ապրելակերպի դասավանդման մեթոդական հիմունքները հանրակրթական դպրոցում» առարկան, որը պատրաստում է ավանդական և ժամանակակից դասավանդման մեթոդներին, ինտերակտիվ խաղերին ու թրեյնինգին լավ տիրապետող մանկավարժներ՝ հանրակրթական դպրոցներում դասընթացները բարձր մակարդակով իրականացնելու համար: Քանի որ շատ կարևոր է արդի երիտասարդության առողջ

⁸ Գրիգորյան Յու. Գ., Հակոբյան Ե. Ս., Հարությունյան Ա. Ա., «Առողջ ապրելակերպ» առարկայի դասավանդման հիմունքները հանրակրթական դպրոցում, Եր., 2015, էջ 20-21:

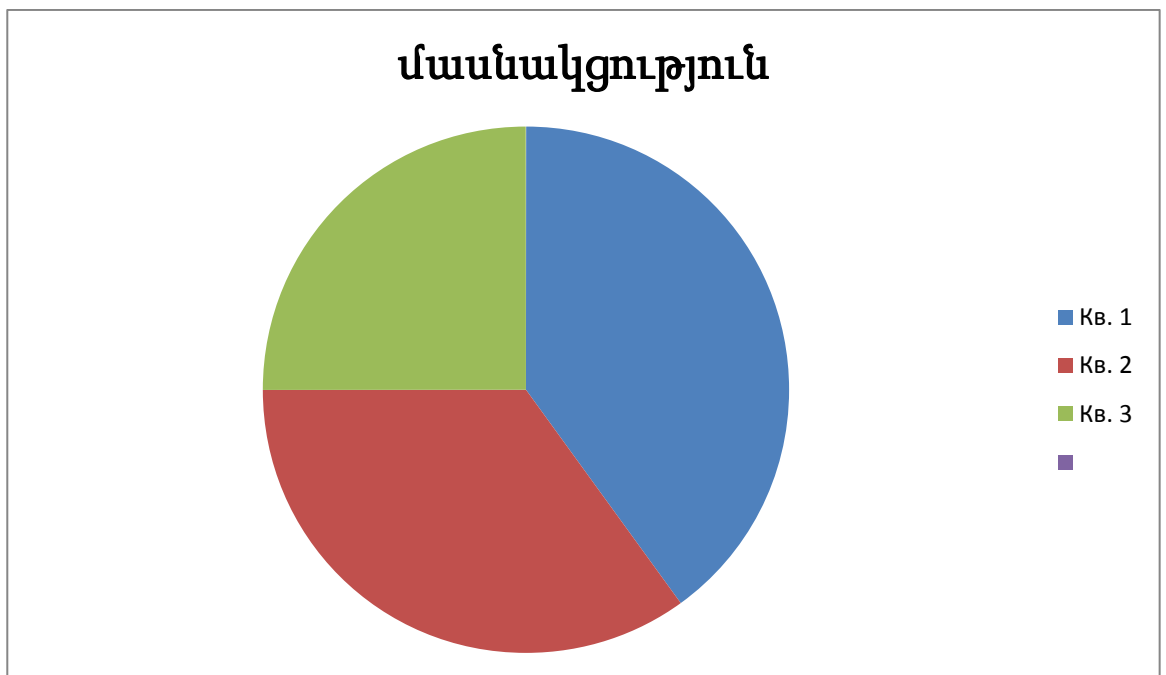
բանականությունը, կյանքում ճիշտ կողմնորոշվելու, վնասակար սովորություններից զերծ մնալու և առողջ կենսակերպ վարելու կարողությունը, հետևաբար խիստ անհրաժեշտ է պատրաստել բանիմաց և մանկավարժական հմտություններին տիրապետող մասնագետներ, որոնք կկարողանան ճիշտ դաստիարակել աճող սերնդին:

Աշակերտակենտրոն գիտելիքները և վերաբերմունքը առողջ ապրելակերպի, ֆիզիկական պատրաստվածության, կենսաբանության, հասարակագիտության վերաբերյալ բացահայտելու համար կազմակերպեցինք հարցաթերթիկային հարցում բարձր դասարանների աշակերտների շրջանում: Առաջին հերթին փորձեցինք պարզել նրանց հետաքրքրությունը նշված առարկաների նկատմամբ: Բացահայտվեց, որ մեր հարցվողների 90 %-ը հաճույքով է մասնակցում այս առարկաների դասընթացներին, իսկ 10 %-ը՝ երբեմն:



Անհրաժեշտ էր բացահայտել նաև, թե ինչն է մոտիվացնում նրանց՝ մասնակցելու այդ առարկաներից կազմված ընդհանուր դասընթացին: Ընտրել ենք այս բոլոր առարկաներին վերաբերող ընդհանուր թեմաներ: Քանի որ դասավանդվող թեմաները վերաբերում են կյանքին, և քիչ չէ հավանականությունը, որ նրանք էլ կհայտնվեն կամ արդեն իսկ հայտնվել են մեր կողմից ներկայացված նման

իրավիճակներում, հետևաբար գործնական պարապմունքներն անցկացվում են ինտերակտիվ խաղերի մեթոդով, ինչը թույլ է տալիս նրանց արհեստականորեն լինել այդ իրավիճակների, պատմությունների հերոսների դերում և լիարժեք պատկերացնել գիտակցելու ճիշտ լուծում տալ ստեղծված խնդիրների դեպքում: Այս առումով աշակերտների 96 %-ը նշել է, որ առարկաներից համակցված դասընթացներին մասնակցելու համար, որպես մոտիվացիա, ծառայում են ինտերակտիվ խաղերը, որոնք, ի դեպ, նաև հիանալի միջոց են նրանց միջև փոխհարաբերությունների և շփման ամուր կապերի ստեղծման գործում: 87.6 %-ը գտնում է, որ հետաքրքրությունն առաջացնում են ներկայացվող թեմաները, որոնք այսօր շատ արդիական են և առողջ ապրելակերպ վարելու համար խիստ անհրաժեշտ, իսկ 97.1 % աշակերտներն էլ ընդգծել են, որ մեծ նշանակություն ունի նաև ուսուցիչների վարպետությունը, դասերի կազմակերպման և թեմաների մատուցման ձևը, ինչը խթանում է աշակերտների սիրով հաճախումներին: Այս հանգամանքը բավականին բարձր է գնահատվել մեր կողմից, քանի որ վկայում է այն փաստը, որ ունենալով բավականաչափ գիտելիքներ և մանկավարժական ու մասնագիտական վարպետություն՝ առարկան դասավանդող ուսուցիչները կարողանում են զինել աշակերտներին համապատասխան գիտելիքներով:

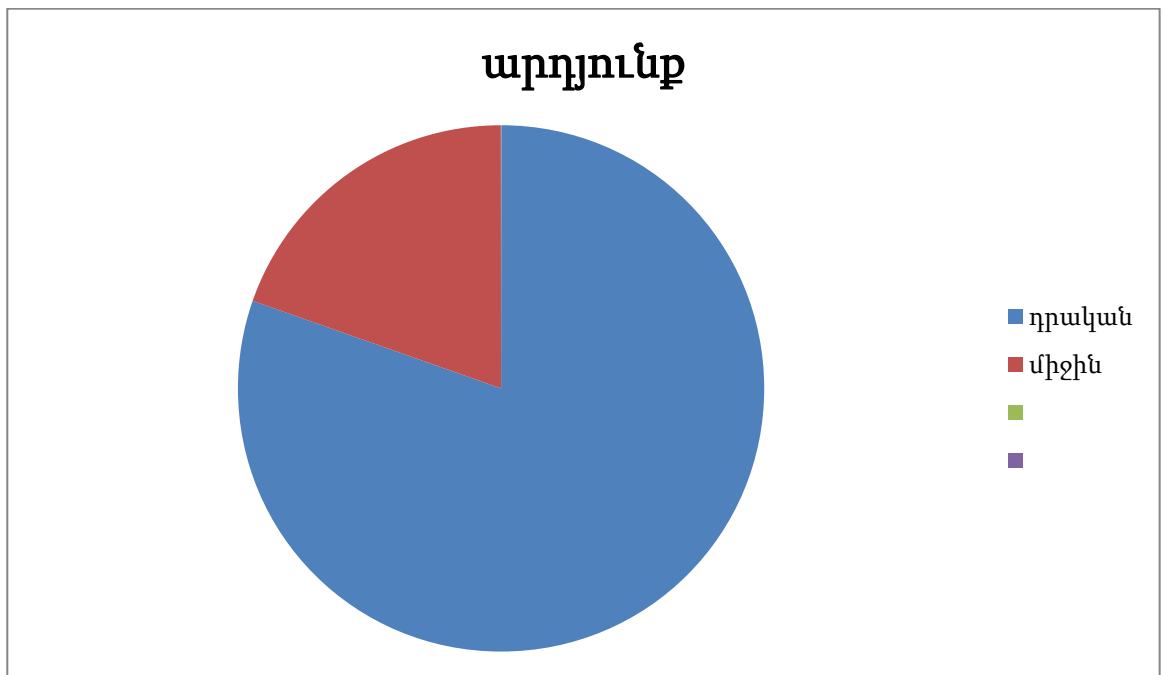


Շատ կարևոր էր պարզաբանել նաև, թե ծրագրով նախատեսված ո՞ր թեմաներից են նրանք ստացել լիարժեք գիտելիքներ: Համագործակցելով միմյանց հետ մենք մեր առարկաներից դուրս ենք բերել թեմաներ, որոնց միջոցով կազմվել է դասընթացը: Ամենատպավորիչ արդյունքը գրանցել ենք վնասակար սովորություններին վերաբերող հարցում, որտեղ արձանագրել ենք 100 % դրական պատասխան: Այսօր ծխախոտին, ալկոհոլին և թմրանյութերին առնչվող խնդիրները շատ արդիական են, քանի որ վնասակար սովորությունների մեջ ընդգրկվողների թիվը գնալով մեծանում է՝ դառնալով պատճառ քաղաքացիների առողջության վատթարացման, ընտանեկան անախորժությունների, երիտասարդների և դեռահասների վարքագծի խաթարման լուրջ հիմնահարց:

Ժամանակակից և նորաճ տեխնոլոգիաների առաջընթացին զուգահեռ դեգրադացիա է ապրում մարդկանց շարժողական ակտիվությունը՝ առաջ բերելով առողջական բազմաթիվ խնդիրներ: Երեխաների շարժողական ակտիվության հարցերը բազմիցս ուսումնասիրվում են, և աշխատանքներ են տարվում մասնագետների կողմից ,ու պատահական չէ, որ 2007-ից «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասերը, ըստ ծրագրի, հանրակրթական դպրոցների 1-ին և 4-11-րդ դասարաններում դարձան շաբաթական 3 ժամ⁹: Շարժողական ակտիվության կարևորության մասին համարժեք գիտելիքներ ստացել են մեր աշակերտների 97,3 %-ը: Բնականոն կյանքի համար անհրաժեշտ պայման է նաև ռացիոնալ սնունդը: Դասավանդման ընթացքում ներկայացվել են սննդի բազմազանության, չափի զգացումի և ռեժիմի պահպանման մասին հարուստ գիտելիքներ: Վերոնշյալ թեմայի վերաբերյալ հարցվողների միայն 60 %-ն է նշել, որ դասընթացների ժամանակ ձեռք են բերել լիարժեք գիտելիքներ: Ըստ մեզ՝ արձանագրած արդյունքները որոշ չափով կապված են մատուցվող նյութերի արդիականության և աշակերտների հետաքրքրության հետ:

⁹ Գրիգորյան Յու. Գ., Մինասյան Հ. Ս., «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագիր, 1–12 դասարաններ, Եր., 2007, «Տիգրան Մեծ» հրատարակչություն, էջ 60,

Մեր հարցման ընթացքում արձանագրեցինք հետաքրքիր փաստեր այն մասին, որ համակցված դասից գիտելիքները ձեռք բերելուց հետո աշակերտները կատարել են նշանակալի դրական փոփոխություններ իրենց և իրենց հարազատների կյանքում: Աշակերտների 30 %-ը կատարել է փոփոխություն ընկերների և հարազատների շրջանում՝ խորհրդի, հորդորման տեսքով, իսկ 60 % աշակերտներ փոփոխություններ են կատարել իրենց կյանքում՝ նրանց մտածելակերպն ու հայացքներն են էականորեն շրջադարձման ենթարկվել: Այն հարցին, թե իրենց կարծիքով արդյո՞ք բավարար են Ձեր գիտելիքները առողջ ապրելակերպի կանոնների, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, նախաձեռնելու և կազմակերպելու համար 91 %-ը տվել է դրական պատասխան, իսկ 9 %-ը՝ վստահ չեն իրենց վրա:



Այս փաստը վկայում է այն մասին, որ նպատակաուղղված աշխատանքն արդարացնում է մեր ակնկալիքները, և համակցված դասընթացներից ձեռք բերված գիտելիքները նրանց լիարժեք կբավարարեն:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

1. Ուսուցչի համար կարևոր է իր պրակտիկ գործունեության վերլուծության, կատարելագործման, ինքնագարգացման, շարունակական կրթության համար գիտամանկավարժական տեսական գիտելիքներից օգտվելու կարողությունը:
2. Սեփական գիտելիքների հարստացումը, կարողությունների և հմտությունների դրսևորումը և կոլեգաների հետ համագործակցությունը բացառիկ դեր ունեն սովորողների մեջ արժեքային համակարգի աշխարհայացքի ձևավորման , համագործակցելու կարողություններ և հմտություններ ձևավորելու գործընթացում:
3. Կրթության նկատմամբ ժամանակակից պահանջների իրականացման և նրա սոցիալական դերի բարձրացման համար անհրաժեշտ է կրթական համակարգի արդիականացում, ինչպես նաև կրթության նկատմամբ պետության, հասարակության և անհատի ունեցած վերաբերմունքի փոփոխություն:
4. Միջառարկայական կապերի իրագործումը, գործընկերների հետ համագործակցությունը ապահովում է հանրակրթության առջև դրված բազմաթիվ խնդիրների լուծման, աշխարհի միասնական ընկալման, պրոբլեմների լուծման ընդհանրական մոտեցման հարցը, ինչպես նաև աճող սերնդի համակողմանի ու ներդաշնակ զարգացման հարցը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

Գրիգորյան Յու. Գ., Մինասյան Հ. Ս., «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագիր, 1–12 դասարաններ, Եր., 2007, «Տիգրան Մեծ» հրատարակչություն,

Գրիգորյան Յու. Գ., Հակոբյան Ե. Ս., Հարությունյան Ա. Ա., «Առողջ ապրելակերպ» առարկայի դասավանդման հիմունքները հանրակրթական դպրոցում, Եր., 2015,

Ժամանակակից մանկավարժական մոտեցումներ, 20–րդ դարի մանկավարժական տեսություններ, Եր., «Նոյան տապան», 2005,

Հանրակրթության պետական չափորոշիչ, 2011,

Հարությունյան Վ. Խ., Յան Ամոս Կոմենսկին և նրա «Մեծ դիդակտիկան», Եր., 1970,

Հինդլեան Յ. Թ., Անկեղծ էջեր, տպագրութիւն Յ. Մաթեոսեան, Կ. Պոլիս, 1913,

Վիչենյան Ս., Մանկանց խնամատարության հատուկ բնական, բարոյական և իմացական հրահանգ, Ալեքսանդրապոլ, 1844,

⁴Н. М. Бурцева, Межпредметные связи как средство формирования ценностных отношений, СПб., 2001,