«ԱՐՄԱՎԻՐ 1» ՎԿ

ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՎՈՂ ՈՒՍՈՒՑՉԻ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Հետազոտության թեման՝ Դիպրոսպերմների ֆիզիկական բուսաբուծության առանձնահատկությունները

Ուսարկա՝ Ֆիզիոլոգիա

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Լևոն Հենրիկի Զաքարյան
անուն, ազգանուն

Երևանի թիվ 96 միջնակարգ դպրոցի ֆիզիկամաթեմատիկական դասագիրք.
դպրոց

Մենթոր ուսուցիչ Ա. Ջանանյան
անուն, ազգանուն

ԱՐՄԱՎԻՐ- 2023

Բովանդակություն

Ներածություն

Ֆիզիկական կուլտուրան կրթական հաստատություններում ներկայացված է որպես կրթական ոլորտ, որպես ուսումնական առարկա և աշակերտների անձի ձևավորման կարևորագույն հիմնական բաղադրիչ, որը արտացոլված է Հայաստանի Հանրապետության կրթության մասին օրենքում: Այն նպատակ ունի ապահովել կենսականորեն կարևոր շարժողական հմտությունների և ունակությունների անհրաժեշտ մակարդակի զարգացումը, ինչպես նաև տալիս է տեսական գիտելիքներ: Լինելով կրթության բաղադրիչի պարտադիր մաս՝ ֆիզկուլտուրան նպաստում է աշակերտների հոգու և մարմնի ներդաշնակությանը, նրանց մոտ ձևավորում է այնպիսի համամարդկային արժեքներ, ինչպիսիք են՝ առողջությունը, ֆիզիկական և հոգեբանական բարեկեցությունը: Բազմաստիճան կրթական համակարգում ֆիզկուլտուրայի բովանդակությունը որոշվում է պետական կրթական չափորոշիչներով, ուսումնական պլանով և օրինակելի ուսումնական ծրագրերով: Այս ամենը ապահովում է աշակերտների ֆիզիկական դաստիարակության անընդհատությունը, տարբեր տարիքի և սեռի դպրոցականների շարժողական և տեխնիկական պատրաստվածության հանդեպ նրա բովանդակության և պահանջների հաջորդականությունը:

Այսօր կարելի է նշել, որ հանրակրթական դպրոցում երեխաների և դեռահասների ֆիզիկական դաստիարակության վիճակն անհանգստացնող է՝ պայմանավորված առաջադրված խնդիրների՝ առողջ ապրելակերպի կազմակերպման, շարժողական և սպորտային ներուժի կատարելագործման, սոցիալական և հոգևոր ակտիվության ձևավորման ցածր արդյունավետությամբ: Բացի դրանից՝ վերջին տասնամյակում տարբեր երկրների մասնագետներն ընդգծում են սովորողների առողջական վիճակի, ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության վատթարացում: Վիճակն ավելի լավ չէ նաև մեր երկրում. դեռահասների 50 տոկոսի մոտ նկատվում են քրոնիկ գլխացավեր, հոգնածություն, նյարդայնություն, 30 տոկոսի մոտ առկա են գաստրոէնտերոլոգիական, նյարդաբանական շեղումներ, ոսկրամկանային համակարգիխանգարումներ : Բնական է, որ այս ամենը առնչվում է էկոլոգիային, սննդին, սոցիալական միջավայրի ընդհանուր վիճակին, ֆիզիկական դաստիարակության դերի նվազեցմանը, ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի ոչ բավարար արդյունավետությանը, ինչպես նաև պայմանավորված է այլ գործոններով:

Ստեղծված իրավիճակը թելադրում է դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում նոր և ժամանակակից տեխնոլոգիաների և մեթոդական մոտեցումների ներդրում, որոնք կարող են նպաստել տարբեր սեռի և տարիքի դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթության մոդեռնիզացմանը: Նմանատիպ փորձեր կատարվել են մի շարք երկրներում՝ Ռումինիայում, Լեհաստանում, Գերմանիայում, Ռուսաստանում, Հայաստանում: Ինովացիոն ուղղություններից մեկն էլ, այսպես կոչված, ֆիզիկական դաստիարակության «սպորտայանցումը» կամ սպորտային կողմնորոշմամբ ֆիզիկական դաստիարակությունն է: Վաղուց հայտնի է, որ սպորտային կուլտուրայի արժեքներ ստեղծող սպորտը միշտ եղել է հասարակական հզոր ֆենոմեն և սոցիալականացման հաջող և արդյունավետ միջոց: Դրա մասին է փաստում մի շարք բարձրակարգ հայ մարզիկների կյանքի ուղին՝ Ա. Ազարյան, Լ. Ջուլֆալակյան, Ա.
Ալեքսանյան, Հ. Մխիթարյան և ուրիշներ:

Գիտամեթոդական գրականության վերլուծությունը վկայում է այն մասին, որ սպորտայնացման գաղափարներն ու սկզբունքները սկսել են կյանքի կոչվել ֆիզիկական դաստիարակության դպրոցական ծրագրերում դեռևս 1930-ական թվականներից: Առաջարկվել են ակրոբատիկայի տարրեր, ցատկեր, վարժություններ զուգափայտերի վրա, սովորողներին ծանոթացրել են վազքի, ցատկերի, նետումների մարզման մեթոդիկային: Ավելի ուշ ծրագրում ներառվել են նոր մարզաձևեր՝ գեղարվեստական մարմնամարզություն, մենապայքարային ձևեր, սպորտային պարեր: 1980-ական թվականների սկզբում արդեն ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի սպորտայնացման փորձեր են արվել, որոնց հեղինակներն են եղել մերձբալթյան մասնագետները: Անցած հարյուրամյակի 80-ականների վերջից դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետության բարձրացման նպատակով սկսեցին հարմարեցվել սպորտային բարձր տեխնոլոգիաներ, որոնք հաստատում էին սպորտի կիրառումը հանրակրթական դպրոցի աշակերտների դաստիարակության և սոցիալականացման նպատակով: Առաջարկվում էր սպորտային կուլտուրայի տարրերն օգտագործել ֆիզիկական կուլտուրայում: Գիտական շրջանառության մեջ մտավ նոր հասկացություն՝ «սպորտային դաստիարակություն: ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում ևս լայնորեն ներդրված են սպորտային մարզման գաղափարներն ու սկզբունքները: Հարցը նրանում չէ, որ ֆիզիկական կուլտուրայի
դասը օրվա երկրորդ կեսին փոխարինվի մարզումային պարապմունքներով, այլ

նրանում, որ «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկան դառնա իսկական կրթական առարկա: Հենց դասերը պետք է ամրապնդվեն դպրոցական դասացուցակից դուրս կազմակերպվող մարզումային և առողջարարական-ռեկրեատիվ ուղղվածությամբ գործնական պարապմունքներով:Ընտրած մարզաձևից արտադասարանական պարապմունքները բավական լայն կիրառություն ունեն Չինաստանում, Չեխիայում, Իտալիայում, Ֆինլանդիայում, Մեծ Բրիտանիայում: Եվրոպայի մի շարք երկրներում անցկացված սոցիոլոգիական հետազոտությունները ցույց տվեցին, որ դպրոցականների ավելի քան 60 տոկոսը արտահայտվել է արտադպրոցական սպորտային պարապմունքների օգտին, դիտարկում է սպորտային պարապմունքների դրական ներգործությունը օրգանիզմի, շարժումների կուլտուրայի ձևավորման, կենսագործունեության բարելավման վրա: Այդուհանդերձ, տղաները նախապատվությունը տալիս են մարզախաղերին, իսկ աղջիկները՝ մարմնամարզությանը:

Ինչ վերաբերում է Հայաստանին, ապա այս աշխատանքը նախկինում շատ լավ դրված է եղել: Այսօր, ցավոք, արտադասարանական սեկցիոն պարապմունքներին դեռևս լուրջ ուշադրություն չի դարձվում: Դպրոցականների մոտ փոքր է հնարավորությունը պարապելու դպրոցական սպորտային սեկցիայում ընտրած որևէ մարզաձև, քանի որ դրանց փոխարեն հաճախ աշխատում են վճարովի խմբակները (արևելյան, մենապայքարային, կարատեի տարբեր տիպի ձևեր), և ոչ բոլոր ծնողներին են հասանելի վճարովի պարապմունքները:

Աշխատանքի նպատակը: Ուսումնասիրել դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման հիմնական ուղղությունները:

Աշխատանքի խնդիրները: Նպատակի իրականացման համար աշխատանքի առջև դրվել են հետևյալ խնդիրները.

1. Ուսումնական հաստատություններում ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման վերաբերյալ գրականության ուսումնասիրում և վերլուծություն:
2. Վեր հանել դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման ձևերը և կազմակերպչական-մեթոդական

իրականացման սկզբունքները:

Ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացում

Աճող սերունդի ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի հետագա կատարելագործման համար նոր մեթոդների, միջոցների, մանկավարժական և ստեղծագործական մոտեցումների պահանջից ելնելով՝ դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության ուսումնադաստիարակչական գործընթացը պետք է ուղղորդել նորարարական բարեփոխումների, որոնք կայանում են ֆիզիկական կուլտուրայի ուսումնական ծրագրերի բովանդակության հանդեպ սպորտային մոտեցման մեջ, իսկ դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակությունում առանձնացնել սպորտային ուղղվածությամբ պատրաստություն հասկացությունը, կամ այսպես կոչված
«սպորտայնացումը»: Քննարկելով դպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության մեջ նորարարական ուղղությունների խնդիրը, կարելի է նշել, որ նման խնդիր կա, բայց դեռևս ամբողջապես չի լուծում սպորտային դաստիարակության խնդիրները: Ֆիզիկական դաստիարակության համակարգը, իր ձևերի քառսային ողջ բազմազանությամբ, չկարողացավ երեխաների և երիտասարդների հիմնական զանգվածին գրավել դեպի զանազան մարզաձևերով զբաղվելուն:

Սպորտը, որը համարվում է սպորտային արժեքներ ստեղծողը, միշտ էլ եղել է հզոր սոցիալական ֆենոմեն և հաջող համաձայնեցման միջոց: Մեծ մարզիկները, անցնելով «սպորտի դպրոցը», մեր հասարակության իսկական քաղաքացիներ են դարձել:Մարդիկ, որոնք անցել են սպորտի դպրոցը, համոզված են, որ այն իրենց օգնել է հավատ դաստիարակելու, սեփական ուժերի և հնարավորությունների նկատմամբ: Սպորտը սովորեցնում է զոհողությունների գնալ դրված նպատակին հասնելու համար: Մարզադաշտում, մարզասրահում, լողավազանում յուրացված դասերը հետագայում պատանի մարզիկներին, որպես կանոն, կյանքում էլ են օգնում: Հանրակրթական դպրոցներում խորացված ուսուցմամբ այլ առարկաների շարքում պետք է դասել նաև ֆիզիկական դատիրակությունը՝ մանավորապես .սպորտային կուլտուրան: Տարբեր մարզաձևերից ձևավորել մասնագիտացված դասարաններ՝ խորացված ուսումնամարզական գործընթացով: Այս սպորտային դասարանների գլխավոր նպատակը պետք է լինի օլիմպիական մարզաձևերից բարձրակարգ մարզիկներ պատրաստելը:Մասնագիտացված դասարանները համալրել սպորտային

առումով առավել հեռանկարային աշակերտներով՝ հաշվի առնելով դպրոցականների ցանկություններն ու հետաքրքրությունները:Դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետության բարձրացման նպատակով բարձր սպորտային տեխնոլոգիաների ներդնելը, ապացուցում է հանրակրթական դպրոցներում աշակերտների սոցիալիզացման և դաստիարակման նպատակով սպորտի կիրառման հնարավորությունը:

Խոսելով սպորտայնացման մասին՝ անհրաժեշտ է նշել, որ Եվրոպայի և Ամերիկայի մի շարք երկրներում չկա դպրոցական ֆիզկուլտուրա հասկացությունը: Գոյություն ունի դպրոցական սպորտ՝ դասաժամային կամ արտադասաժամային, քանի որ այնտեղ վաղուց են հասկացել, որ պետք է գնալ երեխային պարապմունքների ընտրության հնարավորություն ստեղծելու ճանապարհով: Այդ պատճառով ֆիզիկական դաստիարակության համակարգը պետք է ուղղորդել դեպի սպորտը, այսպես կոչված «սպորտայնացումը»: Միջին դպրոցից սկսած աշակերտները կարող են առանձին մարզաձևեր ընտրել: Այդ պարապմունքները, որպես կանոն, ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչների փոխարեն պետք է անցկացնեն մարզիչները: Բնականաբար, նման մոտեցումը դպրոցականներին սպորտային կրթություն է ապահովում:Կրթության նորարարական ձևը, որը կարելի է իրականացնել սպորտի օգնությամբ, մրցումների, մարզումային բեռնվածության չափավորման և ընտրված մարզաձևից մրցումներին դպրոցականների պարտադիր մասնակցությամբ: Այսօր սպորտային դաստիարակությունը ստեղծագործ որոնողական գործունեության հատուկ ձև է:Հետևաբար, սպորտային պատրաստվածության արժեքային ներուժը շատ յուրահատուկ է և ունի իր ապացույցները: 1-ին՝ սպորտն ու մարզումը մարդու ֆիզիկական ներուժի բարձրացման հիմնական միջոցն են համարվում, 2-րդ՝ անհրաժեշտ է համակարգված մարզումներ և մասնակցություն մրցումներին:Այս մոտեցմամբ կարելի է առավել լիարժեք և արդյունավետ օգտագործել ֆիզկուլտուրայինսպորտային գործունեության հսկայական ներուժը:Հարցը այն է, թե դրա համար ի՞նչ ստույգ ձևեր և տեխնոլոգիաներ պետք է ընտրել: Ավելին, ակնհայտ է շարժողական ակտիվության որոշիչ նշանակությունը, առողջության ամրապնդման և անձի բազմակողմանի զարգացման մեջ: Այս կապակցությամբ հանրակրթական հաստատություններում պետք է գերակշռեն այն միջոցները, որոնք բարձրացնում են շարժողական ակտիվությունը, զարգացնում են ֆիզկուլտուրայով և սպորտով զբաղվելու հետաքրքրությունը: Խոսելով ֆիզիկական

դաստիարակության

սպորտայնացման մասին՝ մյուս կողմից անհրաժեշտ է ճշտել նրա տեղը հանրակրթության ուսումնական գործնթացում:Այստեղ հայտնի է, որ ֆիզիկական դաստիարակությունը միավորում է դասարանային և արտադասարանային պարապմունքների ձևերը, ինչը առավել բարենպաստ պայմաններ է ստեղծում դպրոցականների հոգևոր և ֆիզիկական ունակությունների բացահայտման և զարգացման, նրանց ինքնահաստատման համար: Հայտնի է, որ մանկավարժական խնդիրները առավել հաջող են լուծվում, երբ դասերի ժամանակ անցկացվող ուսումնադաստիարակչական աշխատանքները զուգակցվում են արտաուսումնական պարապմունքների ժամանակ աշակերտների վրա նպատակաուղղված ներգործությամբ: Ինչը հավասարաչափ վերաբերում է նաև սպորտային դաստիարակությանը: Ըստ վերլուծությունների, երեխաների համար դպրոցի դասերից առավել գրավիչ են արտադասարանային և արտադպրոցական պարապմունքները, ինչպես նաև սպորտային մրցումները:Պետք է առանձնացնել մի քանի տեսակներ. արտադասարանային, արտադպրոցական, մարզական ակումբներ, մանկապատանեկան սպորտ : Առաջնային նշանակություն է տրվում դպրոցականների մասնակցությանը տարբեր մակարդակի մրցումներին:Ընտրված մարզաձևերից արտադասարանային պարապմունքները այսօր լայնորեն կարելի է կիրառել, ներառելով իրենց մեջ բազմաթիվ մարզաձևերի հիմքով սպորտային և առողջարարական նոր ծրագրեր և տեխնոլոգիաներ:Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացման արդյունավետությունը համոզիչ կերպով ապացուցված է մեր կողմից անցկացված ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչ- մասնագետների և տարբեր հասակի դպրոցականների սոցիոլոգիական հարցման արդյունքներով: Այսպես, օրինակ, 5–7-րդ դասարանների աշակերտների ու ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների համար դպրոցում բասկետբոլ մարզաձևը առաջնային է (համապատասխանաբար՝ 64 և 54%): Պատասխանող-փորձագետների երկու խումբն էլ ցանկություն է հայտնել հենց այս մարզաձևով անցկացնել արտադասարանային լրացուցիչ պարապմունքներ՝ շեշտը դնելով սպորտային պատրաստության ուժեղացման վրա:Երկրորդ դիրքը զբաղեցնում է վոլեյբոլը, որտեղ այս տոկոսները մասնագետների համար կազմում են 56%, իսկ սովորողների համար՝ միջինում 38%: Համեմատաբար ցածր հետաքրքրվածությունը բնորոշ է բռնցքամարտի, մարմնամարզության, ըմբշամարտի, լողի և աթլետիկայի համար:Այս
տվյալները համոզիչ վկայում են այն մասին, որ հանրակրթական դպրոցում

ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացման հիմքում պետք է լինի սպորտային գործունեության այնպիսի ձևեր, ինչպիսիք են մարզախաղերը: Որոնք կարևոր նշանակություն ունեն հիմնական շարժողական կարողությունների դաստիարակման, տարածության զգացողության ու աչքաչափի զարգացման, առողջության ամրապնդման, շարժողական ընդունակությունների կատարելագործման գործում:

Ընտրած մարզաձևի հիմքով ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացում /նախադրյալները/

Գոյություն ունեցող գիտամեթոդական գրականության, առաջատար մասնագետների աշխատանքային փորձը ցույց է տալիս, որ այսօր հակասություն և անհամապատասխանելիություն է դրսևորում կրթության և դաստիարակության կազմակերպման դասարանային ձևը ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում՝ դրա որակի նկատմամբ պահանջներով: Դա դրսևորվում է նրանում, որ սովորողները մեծ մասամբ սահմանափակվում են ֆիզիկական կուլտուրայի «զանգից զանգ» դասերով, սովորում են մեկ միասնական ծրագրով, հանձնում են միջինացված նորմատիվներ:Կասկած չի հարուցում այն փաստը, որ դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակությունը միայն մասամբ է լուծում ժամանակակից կրթության արդիական խնդիրները: Կրթական ծրագրի շարադրման տարածված ձևի և միջին ու ավագ տարիքի սովորողների կարգավիճակի միջև հակասությունը արգելք է սովորողների նախաձեռնությանը և հանգեցնում է ֆիզիկական կուլտուրայի դասի նկատմամբ բացասական վերաբերմունքին: Ուստի խաղային մարզաձևերի
/բասկետբոլ, վոլեյբոլ, հանդբոլ, սեղանի թենիս, ֆուտբոլ/ օրինակով հարկավոր է օգտագործել հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման ավելի նորարարական ու արդյունավետ եղանակներ և մեթոդներ:

Կասկած չի հարուցում այն փաստը, որ ֆիզիկական դաստիարակության ավանդական կազմակերպումը թույլ չի տալիս անհատականացնել սովորողի նկատմամբ մանկավարժական ազդեցության գործընթացը, կողմնորոշված չէ երեխայի կողմից ֆիզիկական ակտիվության տեսակի ընտրության հնարավորությանը, չի խթանում պարբերաբար պարապմունքների նկատմամբ հետաքրքրության ձևավորումը: Հենց այդ պատճառները նվազեցնում են

գործընթացի արդյունավետությունը:Դրա հետ մեկտեղ, պետք է համաձայնել, որ առկա են նաև մեթոդական բնույթի հիմնախնդիրներ՝ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը կողմնորոշված են շարժողական հմտությունների ուսուցմանը և առողջարարական-ժամանցային բնույթի ծանրաբեռնմանը:Միևնույն ժամանակ ապացուցված է, որ օրգանիզմի ադապտացիոն հնարավորությունները բարձրանում են պարբերաբար ու համակարգված պարապմունքի դեպքում:

Սակայն, այդ ամենի հետ մեկտեղ, հայտնի է, որ ֆիզիկական դաստիարակության առավել տարածված ձև է մնում ֆիզիկական կուլտուրայի դասը: Դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության իրականությունը կայանում է նրանում, որ երեխաների հիմնական զանգվածը, որպես կանոն, բացի ֆիզիկական կուլտուրայի պարտադիր դասերից չեն զբաղվում որևէ շարժական ակտիվությամբ: Այսպես, հետազոտված տվյալների համաձայն, սպորտային պարապմունքներում ներգրավված են Հայաստանի դպրոցականների մոտ 4-5%: Ուստի ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչները պետք է առավելագույն արդյունավետությամբ օգտագործեն այս կազմակերպչական ձևը: Այստեղ գերիշխող է հանդիսանում այն սպորտային ուղղությունը, որի արդյունավետությունն ապացուցված է մի շարք հետազոտություններում:Վերը նշվածում մեզ, ակնհայտորեն, հաջողվեց ցույց տալ, որ այդ հիմնախնդրի լուծման գործում գերիշխում է ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի «սպորտայնացումը» կամ սպորտային ուղղվածությամբ դաստիարակումը: Այստեղ գլխավորը որևէ մարզաձևով պարապելուն ուղղորդելն է՝ հաշվի առնելով դեռահաս դպրոցականների շահերը: Սպորտային կուլտուրայի տարրերի ներթափանցումը ֆիզիկական կուլտուրայի մեջ պայմաններ է ստեղծում դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության ակտիվացման և աշխուժացման համար: Մեթոդոբանական իմաստով այդպիսի մոտեցումը նշանակում է առաջին հերթին սպորտային պատրաստության սկզբունքային առանձնահատկությունների որոնման անհրաժեշտություն, որի գաղափարը ոչ մեկի կողմից չի բացառվում, կարող է և պետք է օգտագործվեն ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում:

Ուստի կարելի է պնդել, որ վերջին տարիներին ֆիզիկական կուլտուրայի ֆենոմենի հետ մեկտեղ առաջանում ու զարգանում է սպորտի ֆենոմենը, ձեռք բերելով ինքնուրույն կարգավիճակ: Սպորտն անկասկած ունի դաստիարակչական արժեք: Մի շարք մասնագետներ դիտարկում են սպորտն՝ իբրև «հնավորության դպրոց», «կամքի
դպրոց», «արդար խաղի դպրոց», «հույզերի դպրոց»

Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման մանկավարժական մոդելը և ուսումնական ծրագիրը

Մանկավարժական մոդելի հիմնական նպատակն է սովորողների առողջության ամրապնդումն ու նպաստումը նրանց բազմակողմանի և ներդաշնակ զարգացմանը: Այն նախատեսում է պատրաստության համապատասխան կողմերը, ուսումնամարզական պարապմունքների կազմակերպման ձևերը և մանկավարժական վերջնական արդյունքի գնահատումը: Վերջին հաշվով, դպրոցականները պետք է ձեռք բերեն շարժողական ու տեխնիկական պատրաստվածության բավարար մակարդակ, ունենալ բարձր մոտիվացիա ընտրած մարզաձևի պարապմունքներին, մրցումների մասնակցության փորձը:Խոսելով կրթական ծրագրի մասին ընդհանրապես, հարկավոր է նշել, որ դա այն փաստաթուղթն է, որտեղ պետք է հաստատվի գիտելիքների ծավալը, որ անհրաժեշտ է ձեռք բերել տվյալ առարկայով, այն շարժական կարողությունների ու հմտությունների ծավալը, որ ենթակա է ձևավորման: Բնականաբար, յուրաքանչյուրծրագիր նորմատիվ փաստաթուղթ է հանդիսանում կոնկրետ կրթական հաստատության համար:Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի, արտադասարանային սեկցիոն պարապմունքների և այլ ձևերի կրճատումը, դպրոցական հասակի երեխաների շարժողական ակտիվության անբավարար ծավալը, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտում կրթության ցածր մակարդակը հիմք հանդիսացան «Մխիթար Սեբաստացի» կրթահամալիրում խաղային մարզաձևերի /բասկետբոլ, վոլեյբոլ, հանդբոլ, ֆուտբոլ, սեղանի թենիս/ օրինակով ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման մոդելի ծրագրի ու բովանդակության մշակման համար:

Ընդ որում, ենթադրում ենք, որ ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացված գործընթացի կազմակերպման համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել նաև սպորտի այս կամ այն մարզաձևի, այդ թվում նաև՝ ընտրած մարզաձևի նկատմամբ սովորողների հետաքրքրությունները:Սույն ուսումնական ծրագրի մշակման ժամանակ պարտադիր կերպով հաշվի են առնվել զարգացման տարիքային ու սեռային առանձնահատկությունները, ֆիզիկական ու շարժական պատրաստվածության աստիճանը, դեռահաս դպրոցականների զարգացման մորֆոլոգիական ու ֆիզիոլոգիական գործոնները:Ծրագրի բովանդակությունը նույնպես համապատասխանում է ֆիզիկական կուլտուրայի ու սպորտի մասին

գիտության հենքային դրույթների պահանջներին: Քանի որ ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացումն իրականացվում է խաղային մարզաձևերի օրինակով, ուսումնական ծրագրի բովանդակությունը մշակելուց հետևել ենք մանկապատանեկան մարզադպրոցների համար բասկետբոլի, հանդբոլի, ֆուտբոլի, վոլեյբոլի, սեղանի թենիսի ծրագրերին:Ուսումնական ծրագրում հատուկ ուշադրություն, բնականաբար, դարձվել է համապատասխան դասարաններում մարզաձևերի խորացած ուսուցմանը՝ գրականության մեջ առկա առաջարկությունների օգտագործմամբ

Եզրակացություն

Մեր և այլ հեղինակների կողմից կատարված գիտական հետազոտությունների արդյունքները վկայում են, որ ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացումը հզոր միջոց է ներգրավելու դպրոցականներին՝ պարապելու ընտրած մարզաձևով, ընդլայնելու ուսուցման և դաստիարակության տեսական և ճանաչողական բաղադրամասերը: Սպորտայնացումը հանդես է գալիս որպես նախագիծ, որը թույլ է տալիս դպրոցական սպորտին տալ կրթական հետագիծ, ինչն էլ կարող է ապահովել մեր երկրի օլիմպիական հերթափոխի համալրումը: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացումը պետք է հաշվի առնի հետևյալ փուլերը՝ մարզաձևի ընտրություն՝ ըստ հետաքրքրությունների, դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի դիագնոստիկա, մարզման ծրագրի մշակում, առավել համապատասխան միջոցների ընտրություն, բեռնվածության չափավորում, կանոնավոր մշտադիտարկում և սովորողների առողջական վիճակի հսկողություն:

Կարծում ենք, որ կրթական ուղղվածությամբ դպրոցական դասերը պետք է լրացվեն ֆիզկուլտուրային-մարզական գործունեության կազմակերպման սեկցիոն ձևերով: Այդպիսի պարապմունքները պետք է ունենան մարզումային նշանակություն և ուղղված լինեն դպրոցականների օրգանիզմի ֆունկցիոնալ հնարավորությունների բարձրացմանը:

Ինչպես նաև, որպես այլընտրանքային տարբերակ առաջարկում ենք դպրոցական ուսումնական գործընթացում (հիմնականում ավագ դպրոցում) ներդնել «Սպորտային կուլտուրա» առարկան:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Ավանեսով Է. Յու., Դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության մարզական ուղղվածության մեթոդիկան, թեկն. ատեն. սեղմագիր, Երևան, 2014, 22 էջ:
2. Մկրտչյան Թ. Լ., Դպրոցականների շարժողական պատրաստության մեթոդական պայմանները ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում, թեկն. ատեն. սեղմագիր, Երևան, 2016, 22 էջ: