



Հետազոտական աշխատանք

<p>Կազմակերպության տվյալներ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Անվանում, հասցե • Տնօրեն • Էլ.հասցե • Հեռախոս 	<p>«Մասնակցային դպրոց» կրթական հիմնադրամ Վահրամ Սողոմոնյան masnakcayindproc@gmail.com +37493581908</p>
<p>Հետազոտության թեմա/վերնագիր</p> <ul style="list-style-type: none"> • Հետազոտության թեմա 	<p>Շարժախաղերը 3-րդ դասարանում, որպես դասի նկատմամբ կայուն հետաքրքրության ձեւավորման միջոց:</p>
<p>Ուսուցչի տվյալներ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Անուն, ազգանուն, հայրանուն • Մասնագիտություն • Հեռախոս • Էլ. հասցե • Դասավանդվող առարկաներ • Դասարաններ 	<p>Պետրոսյան Իռենա Էդմոնդի Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցչուհի Մարզիչ-մանկավարժ +37477320477 petrosyanir99@gmail.com Ֆիզիկական կուլտուրա I ,II,III.IV,V դասարաններ</p>
<p>Ուսումնական հաստատության տվյալներ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Անվանումը, հասցե • Հեռախոս • Էլ. հասցե (տնօրենության) • Web կայքի հասցե 	<p>Աբովյանի Կրթահամալիր ՊՈԱԿ Ուսանողական թաղամաս 3 022221467 abovyanedu@mail.com abovyan.schoolsite.am</p>

Բովանդակություն

Չեռագոտական աշխատանք

Բովանդակություն	2
Ներածություն	3
Գրականության ակնարկ	7
Եզրակացություններ, առաջարկություններ.....	15
Օգտագործված գրականության ցանկ.....	19
Հավելվածներ.....	
.21	

Նպատակը եւ հետազոտական հարցը

Հանրակրթական դպրոցների ֆիզկուլտուրայի դասերը, ինչպես նաև ֆիզկուլտուրային կուլեկտիվներում մարզապարապմունքները առավել արդյունավետ կազմակերպելու համար օգտագործում են շարժախաղեր: Որպես ֆիզիկական դաստիարակության կարեւորագույն միջոց, շարժախաղերը նպատակաուղղված են աճող սերնդի բազմակողմանի զարգացման օժանդակմանը, շարժողական ունակությունների մշակմանը եւ առողջ ապրելակերպի ներդրմանը: Օրգանիզմի ներդաշնակ զարգացման գործում, շարժախաղերի ազդեցությունը հիմնականում կախված է յուրաքանչյուր խաղում ընդգրկված այն վարժություններից ու հնարքներից, որոնց միջոցով կարգավորվում է ներքին օրգանների համաչափ աշխատանքը: Շարժախաղերը աչքի են ընկնում բարձր հուզականությամբ, որի գործածման ընթացքում զարգանում են թե ֆիզիկական ընդունակությունները, դիմացկունությունը եւ ուժը, թե բարոյական որակները, ընկերասիրությունները, զսպվածությունը, կուլեկտիվիզմը, ճշտապահությունը, փոխօգնությունը եւ այլն: Իմ հետազոտության նպատակն է պարզել, թե ինչպես են շարժախաղերը 3-րդ դասարանում նպաստում դասի նկատմամբ կայուն հետաքրքրության առաջացմանը:

<p>Ո՞ր առանցքային կոմպետենցիային/կարողունա կությանն է ուղղված նպատակի ուսումնասիրությունը</p>	<p>Նպատակի ուսումնասիրությունը ուղղված է հետևյալ կոմպետենցիաներին.</p> <ul style="list-style-type: none"> • սովորել սովորելու կարողունակություն, • ինքնաճանաչողական եւ սոցիալական կարողունակություն
<p>Չետագոտության թիրախային խումբը և շրջանակը /քանակ, սեռային բաշխում/</p>	<p>Չետագոտությունը անցկացվել է Աբովյանի Կրթահամալիր ՊՈԱԿ-ի 3-րդ Ա դասարանի թվով 28 աշակերտ 15 տղա եւ 13 աղջիկ:</p>
<p>Օգտագործված հետազոտական մեթոդները, գործիքները (օրինակ՝ քանական հետազոտություն՝ հարցաթերթիկի միջոցով, որական հետազոտություն՝ խորին հարցազրույցի միջոցով եւ այլն)</p>	<p>Ճարժախաղերը պետք է համապատասխանեն տարիքային առանձնահատկություններին: Խաղերը պետք է կազմված լինեն նախօրոք յուրացված շարժողական ունակություններից եւ պայմաններ ստեղծեն՝ հետազայում այդ ունակությունները կատարելագործելու խաղային բարդ պայմաններում: Չետագոտությունը իրականացվել է դիտման մեթոդի միջոցով : Պատկերն ամբողջական դարձնելու համար անցկացվել է նաեւ հարցաթերթիկային հարցում:</p>

Հետազոտության իրականացման ժամանակահատվածը	04.09- 28.09 2023թ

Հիմնական բովանդակություն

Գրականության ակնարկ

- Մեջբերումներ արդեն արված հետազոտություններից,
- Մեջբերումներ գրականությունից, տեղեկության վստահելի աղբյուրներից:

Պարտադիր է կատարել հղում աղբյուրին

Գիտատեխնիկական առաջընթացին համընթաց ավելի արդիական են դառնում դպրոցականների առողջության ամրապնդումը և շարժողական ընդունակությունների մակարդակի բարելավումը: Քանզի մեր օրերում զգալիորեն նվազել է դպրոցականների շարժողական ակտիվության ծավալները: Մարդու ընդունակությունները բնորոշելիս անհրաժեշտ է հաշվի առնել, որ դրանք ներառում են անհատական ընդունակությունների հանրագումար, որոնցով մարդիկ տարբերվում են միմյանցից: Մարդու տարբեր ընդունակություններից համեմատաբար քիչ են ուսումնասիրվել շարժողական ընդունակությունները: Բազմաթիվ գիտական հետազոտությունների արդյունքում բացահայտվել է, որ վերջին տարիներին նկատվում է դպրոցականների շարժողական ընդունակությունների վատթարացում: Շարժողական ընդունակությունները շարժվելու, շարժումներ կատարելու կարողություններն են:

Դրանք հատուկ են բոլոր կենդանի էակներին, զարգանում են ֆիզիոգենետիկորեն, նախորոշված են գենետիկորեն և բնականաբար որոշում են մարդու օնոգենետիկ առանձնահատկությունները: Շարժողական ընդունակությունները և հատկությունները դեռևս չեն զատվել միմյանցից և հաճախ օգտագործում են որպես հոմանիշներ: Իրականում շարժողական հատկությունները արտացոլում են շարժողական տարբեր ընդունակությունների որակական մակարդակը: Ուստի, շարժողական հատկությունները մարդու շարժողական հնարավորությունների առանձին բաղադրամասերն են, որոնցով ամեն մարդ օժտված է ի ծնե: Ներկայումս փորձեր են արվում շտկել այդ իրավիճակը, սակայն դրանք կրում են ոչ հիմնարար բնույթ. Ուղղված են բարելավելու շարժողական ընդունակությունների մշակման մեթոդիկան՝ հաշվի չառնելով կարևորագույն այլ գործոններ: Այդ գործընթացի շարքին կարելի է դասել կազմակերպական, նյութատեխնիկական, ծրագրային, կադրային և այլ փոփոխություններ: Դպրոցականների շարժողական ընդունակությունների ցածր մակարդակը հետևանք է հանրակրթական ոլորտում տիրող ոչ նպատակային

	<p>և համակարգված ուսումնադաստիարակչական աշխատանքների կատարմանը: Ճարժողական ընդունակությունների մշակման և դրսևորման գործընթացում նրանք միմյանց վրա թողնում են որոշակի ազդեցություն, որը կոչվում է փոխադրում, այն կարող է լինել դրական կամ բացասական: Դրական փոխադրման դեպքում մի շարժողական ընդունակության հետ մեկտեղ մշակվում են և մյուս շարժողական ընդունակությունները, իսկ բացասական փոխադրման դեպքում որևէ շարժողական ընդունակության մշակումը փոխազդեցություն չի թողնում մյուս ընդունակությունների վրա: Օրգանիզմի մորֆոֆունկցիոնալ զարգացման առանձնահատկությունների տարիքային օրինաչափություններով են պայմանավորված նաև տարբեր տարիքի երեխաների շարժողական գործողությունների որակական կողմերը: Արագաուժային ընդունակություններն այնպիսի շարժումներ կատարելու կարողություններ են, որոնք պահանջում են ուժի և արագության համալիր դրսևորում:</p>
--	---

Այլ կերպ ասած՝ արագաուժային ընդունակությունները մարդու այնպիսի կարողություններ են, երբ հարկ է դրսևորել առավելագույն ուժ ժամանակի ամենակարճ միավորի ընթացքում: Միջնադարում և ավելի ուշ շրջաններում մանկական և պատանեկան խաղերը և թատերական ու կրկեսային երևույթներն արտահայտվում էին «խաղ» բառով: Դա բացատրվում է նրանով, որ արվեստի ճյուղերին պատկանող տարբեր երևույթները հնում միաձուլվել են եղել: Հայ բառարանագիտությանը հայտնի են այն բոլոր խաղաձևերը, որոնք գրանցված են առավել հին գրավոր աղբյուրների տվյալների համաձայն «խաղ» հասկացության տակ, հասկացվում են բազմապիսի շարժումներ, տարուբերումներ, տատանումներ, վազքեր, ցատկեր, թռիչքներ, մենամարտեր, մրցումներ, կատակներ, ժամանց, ծաղր, ծանակ, պար-կաքավ, մտավարժություն և այլն: Հնում «խաղ» էին կոչվում երգերի որոշ տեսակներ: Այդ պատճառով էլ Մանուկ Աբեղյանը հայկական ամբողջ ջանգյուղումների ժողովածուն անվանել է «խաղիկներ»:

Խաղը և սպորտը համարվում է մարդու աշխատանքային և սոցիալական գործունեության առանձնահատուկ վերարտադրությունը, կյանքի երևույթների վերարտադրությունը: Որքան բազմազան են մարդկային կյանքի և հասարակական դրանցից բխող խաղերը: Խաղը – որքան էլ դրա որոշ տեսակները դժվարությունների հաղթահարում են պահանջում –կատարվում է բավականությամբ, հրապուրանքով և հուզմունքով: Հուզականությունը խաղի կարևոր հատկանիշն է: Հատուկ հետաքրքրություն են ներկայացնում մանկապատանեկան խաղերը: Խաղի պրոցեսում երեխաները ստանալով մեծ բավականություն, երևան են բերում ազատ ստեղծագործական գործունեություն, որին մասնակցում են երեխայի հոգեկան ամենատարբեր բաղադրիչները՝զգացողությունը,ըմբռնողությունը,մտածողությունը,երևակայությունը, հիշողություն, ուշադրությունը, կամքը, հույզը և մկանների լարումը: Դրանով էլ վճռվում է խաղերի նշանակալից ազդեցությունը երեխայի անձնավորության՝ նրա բնավորության, կամքի, բարոյական կերպարի վրա:երևույթների ոլորտները, նույնքան բազմազան են Մանկական տարիքում

խաղն անհրաժեշտություն է . դրա միջոցով է , որ մանուկը ձեռք է բերում մեծերի առանձնահատկությունները կատարելագործում է իր ստացած նախնական տպավորությունները, ժառանգում նախորդ սերունդներից ավանդված աշխատանքային գործելակերպը և վերջինիս ավանդույթները: Կոլեկտիվ խաղերը երեխաների մեջ պատվաստում և զարգացնում են կարգուկան, պատկառանքի զգացում, հարգանք դեպի հասարակությունը: Ամեն մի հասակային դաս իր հասակին համապատասխան խաղերով մեծանում ու անցում է կատարում մի այլ հասակի ` դրան համապատասխան խաղերին անցնելով: Ուրիշ շատ միջոցների հետ միասին խաղը նույնպես մեծապես նպաստում է, որ երեխան դառնա հասարակության օգտակար քաղաքացի:

Յետազոտության ընթացքը

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին ուսումնադաստիարակչական եւ կրթական նպատակներով կիրառվում են մի շարք մեթոդներ ,որոնց մեջ է մտնում նաեւ խաղային մեթոդը:Յուրաքանչյուր մեթոդ իր արդյունավետությունն ունի ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի տարբեր մասերում :խաղային մեթոդը ավելի արդյունավետ է կիրառել հատկապես դասի հիմնական մասում:Հաշվի առնելով այս հանգամանքը առավել նպատակային համարեցի հետազոտությունն իրականացնել հենց խաղային մեթոդով: Յետազոտությունն իրականացվել է Հանրակրթության չափորոշչին համապատասխան ` մարմնամարզական վարժություններ բովանդակային բաժնի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների ցանկում ներառված, մասնավորապես կքանիստ վարժությամբ:Յետազոտությունն անցկացվել է 3-րդ դասարանի աշակերտների շրջանում ,քանի որ այս տարիքային խմբում դասն առավել արդյունավետ է անցկացվում շարժախաղերի միջոցով:Յետազոտությանը մասնակցել է 3-րդ դասարանի թվով 28 աշակերտ ,որոնցից 15տղա,13աղջիկ:Յետազոտությունը անցկացվել է 2 փուլով: Սկզբում մեկ առ մեկ յուրաքանչյուր աշակերտ կատարել է կքանիստ վարժությունը ուժերի մաքսիմալ սահմանում ,կոնկրետ հրահանգով: Այդ արդյունքները հավաքագրվել են: Երկրորդ փուլը անցկացվել է հաջորդ դասին `<< Թզուկներ եւ հսկաներ>> շարժախաղի միջոցով: Հաշվարկի արդյունքում պարզ դարձավ ,որ շարժախաղի ընթացքում երեխաները կքանիստ կատարեցին ավելի

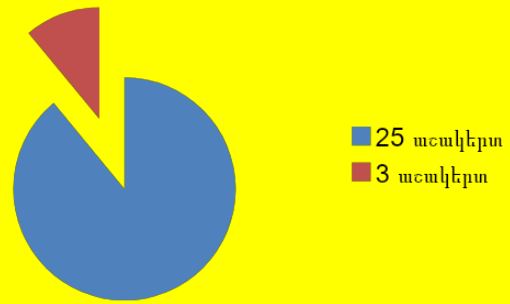
	<p>շատ քան նախորդ փուլում հավաքագրել էինք:</p> <p>2 փուլերի ավարտից հետո նշված դասարանում իրականացրի հարցաթերթիկային հարցում, պարզելու համար թե աշակերտներին դասի անցկացման, որ ձեւն է ավելի հետաքրքիր:</p>
--	---

Եզրակացույթյուններ, առաջարկույթյուններ

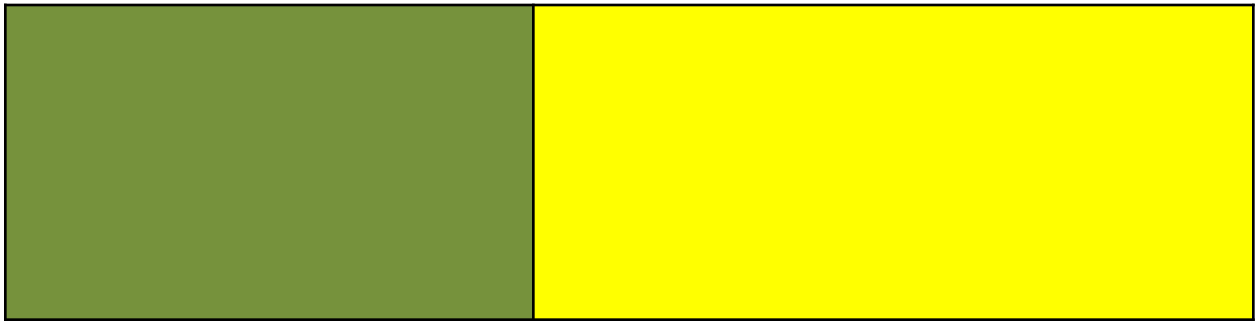
**Վերհանված
արդյունքներ,
եզրակացություններ,
պատասխան
հետազոտական հարցին**

Շարժախաղերը ամբողջությամբ կազմված լինելով տարբեր բնույթի շարժումներից՝ ակտիվ աշխատանքի մեջ է ընդգրկում երեխայի օրգանիզմը՝ բարելավվում է գլխուղեղի աշխատանքը, սրտի և շնչառության համակարգերի գործունեությունը, արագանում է նյութափոխանակությունը, ամրանում են հողակապերը, ջլերը, մեծանում է ողնաշարի ճկությունը: Շարժախաղերը երեք տեսակ են՝ ազգային («Ճուղրուղու», «Չիլինա», Գործնագործ», «Աղջիկ փախցնոցի» և այլն:), մարզական («Օղակների միջով», «Բասկետբոլ», «Նստարանների վրայով» և այլն:), ձեռնախաղեր («Քարկտիկ», «Մատ ճանաչել», «Թռավ-թռավ», «Ճափոցիկ» և այլն:): Պարզ դարձավ ,որ ընդհանուր դասարանի 28 աշակերտից `25-ը այսինքն 89% -ը կարծում է,որ խաղային մեթոդը առավել հետաքրքրացնում է դասը: Իսկ 3 հոգի 11%-ը գտնում է ,որ հետաքրքիր չէ:

3 ? ? ? ? ? ? ? ? ?



Հավելվածներ բաժնի հավելված 1-ում նշված է երեխաների անվանական ցուցակը և հավաքագրված տվյալները: Բացի այդ, ներքևում կցված է հղումը որի հիման վրա կազմվել է դիագրամը: Հետազոտության արդյունքում պարզ դարձավ, որ երեխաների համար ավելի հետաքրքիր է դասն անցկացնել խաղերի միջոցով, ինչը էլ ավելի է նպաստում շարժողական ընդունակությունների ձեռք բերմանը և լավացմանը, միջանձնային հարաբերությունների կառուցմանը, սոցիալականացված և համակողմանի մարդկային հատկանիշներով օժտված երկրին պիտանի մարդու դաստիարակմանը: Այսպիսով ֆիզիկական կուլտուրան սոցիալական գործունեության ոլորտ է, որն ուղղված է առողջության ամրապնդմանն ու պահպանմանը, մարդու մտավոր և ֆիզիկական կարողությունների զարգացմանը:



Այն իրենից ներկայացնում է մշակույթի մի մաս, որն ընդգրկում է մի շարք արժեքների և գիտելիքների համադրում և օգտագործվում է հասարակության ֆիզիկական ու մտավոր զարգացման, մարդու հնարավորությունների բարելավման համար: ֆիզիկական դաստիարակությունը առողջ կենսակերպի, կյանքի երկարացման, աշակերտների հոգեբանա-ֆիզիկական զարգացման գրավականն է: ֆիզիկական դաստիարակության կրթական համակարգը կոչված է լուծելու մի շարք կարևոր խնդիրներ. անհրաժեշտ շարժողական կարողությունների և հմտությունների ձևավորում, աճող օրգանիզմի ներդաշնակ զարգացման նպաստում, շարժողական ընդունակությունների մշակում, ֆիզիկական դաստիարակության կապի ապահովում դաստիարակության կապի ապահովում դաստիարակության այլ կողմերի հետ: Այսպիսով դպրոցում դասավանդվող առարկաները կարող են ազդել երեխաների առողջության վրա, եթե դրանք դպրոցում ճիշտ հաջորդականությամբ չկազմակերպվեն և ճիշտ չմատուցվեն:

Սնունդը, խաղը և սիրով լի ու անվտանգ միջավայրը զարգացնում են երեխայի ուղեղի աշխատանքը՝ ամուր հիմք ստեղծելով ողջ կյանքի համար: Խաղը երեխայի իրավունքն է. այն էական նշանակություն ունի երեխայի մտավոր, ֆիզիկական, սոցիալական և էմոցիոնալ զարգացման համար: Խաղի վրա հիմնված կրթությունը երեխաների մոտ ձևավորում է համագործակցելու կարողություն, ստեղծագործ միտք ու հետաքրքրասիրություն, ինչն էլ 21-րդ դարի աշխատուժի համար շատ կարևոր հմտություններ են: Յարկ է նշել նաև մի կարևոր հանգամանք ևս, շարժախաղերն արդյունավետ գործիք են ԿԱՊԿՈՒ երեխաներին ներգրավվելու տարատեսակ խաղերի մեջ ու զարգացնելու նրանց կարողունակությունները: Ճարժախաղերի օգնությամբ կարելի է դասարանում ստեղծել փոխօգնության և համագործակցության մթնոլորտ, որը կնպաստի ԿԱՊԿՈՒ երեխաների ներառմանն ու որոշակի խնդիրների լուծմանը:

Օգտագործված գրականության ցանկ

- 1.Գրիգորյան Վ. Յ. Յոգեֆիզիոլոգիա. – Եր.: Երևանի համալս. հրատ., 2007
- 2.Ղազարյան Ֆ.Գ., Գրիգորյան Ա.Ա. Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն
Երևան. – 1997թ.
- 3.Ղազարյան Ֆ.Գ.՝ Սպորտային պատրաստության հիմունքներ, Երևան, 1993
- 4.Лотоненко А.В., Е.А.Стеблецов. Физическая культура и ее виды в реальных
потребностях студенческой молодежи. Т.и П. Ф.К. Москва. 1996.
- 5.Матвеев. Теория и методика физической культуры. – М.,1983г.
- 6.Нарзулаев С.Б.. Самоорганизация в реформе вузовского физического воспитания.
Москва. 2001.
- 7.Солнцева В. А. 200 упражнений для развития общей и мелкой моторики у
дошкольников и младших школьников: пособие для родителей и педагогов/В. А.
Солнцева, Т. В. Белова – М.: АСТ: Астрель. 2007.-93 с.
- 8.Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. – М., 1978г.,
9. Физиология мышечной деятельности, труда и спорта, Л., 1969
10. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура. М., Владос, 1999.
11. Запорожец А.В. Развитие произвольных движений. М., 1960.
- 12.Ֆրունզ ՂազարյանԵրևան 2015
- 13.Ե. Ս.Յակոբյան, Մ. Ս. ԲարբարյանԵրևան 2011
- 14.Ղազարյան Ֆ.Գ, Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին,
Եր., 1981,
- 15.Ղազարյան Ֆ. Գ, Մարդու շարժողական ընդունակություններ, Եր., 1992,:
- 16.Ղազարյան Ֆ. Գ, Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգ, Եր., 2007

Հավելվածներ

Հաշվետվության կցված նյութեր

- Հետազոտության գործիքներ (հարցաթերթիկներ կամ այլ)
- Նկարներ
- Արդյունքներ





https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpOLScTjcVHOUIvbmHcvxYLFsEH1Akzov7w7RrkBxZ_1Tp_nU3K-yA/viewform?usp=sf_link

Անուն Ազգանուն	Կբանխտ ուժերի մաքսիմալ լարումով	Շարժախաղ <<Թզուկներ եւ հսկաներ >>
Աբրահամյան Սամվել	10	14
Ադամյան Ալեքսանդր	14	18
Աղաջանյան Դանիել	18	25
Առուշանյան Էմիլ	20	25
Ավետիսյան Յանա	13	16
Բաբայան Դանիել	15	20
Գասպարյան Տաթև	18	25
Գրիգորյան Վարդան	16	20
Գեւորգյան Մարիամ	12	25
Երիցյան Մաքսիմ	20	25
Չաքարյան Աննա	18	20
Խաչատուրովա Հասմիկ	15	18
Խոջայան Մարիետա	14	16
Կարապետյան Արթուր	18	18
Կարապետյան Մանե	10	15
Կիրակոսյան Դավիթ	20	20
Կոտյան Դեվիդ	20	22
Հայրապետյան Լիկա	10	15
Հովակիմյան Դավիթ	15	15
Հովհաննիսյան Աշոտ	14	16
Մանուչարյան Մարգարիտա	15	16
Շիրոյան Դանիլլա	20	20
Պետրոսյան Ռաֆայել	13	20
Սարուխանյան Մարիաննա	10	11
Սուքիասիան Մանան	10	12
Սեվիյան Տիգրան	20	25
Վաթյան Ինգա	9	10
Ղազարյան Տիգրան	9	11

Հավելված 1

