



**Խ.Աբովյանի անվան հայկական պետական
մանկավարժական համալսարանի հիմնադրամ**

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

**Թեմա՝ Շարժախաղերի կիրառման մանկավարժական
պայմանները և իրականացման փուլերը**

**Կատարող՝ Ռուզաննա Մեկոյան դաստիարակ, Այգեզարդ
գյուղի մանկապարտեզ**

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ	3
ՔԼՈՒԽ 1 ՏԵՍԱԿԱՆ ՄԱՍ	
1.1 ՇԱՐԺԱԽԱՂԵՐԸ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ	
ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳՈՒՄ	4
1.2 ՇԱՐԺԱԽԱՂԵՐԸ ՈՐՊԵՍ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆԻ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆՆ	
ԱՄՐԱՊՆԴՈՂ ՄԻՋՈՑ	9
ՔԼՈՒԽ 2 ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ՄԱՍ	15
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ	17
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ	18
ՀԱՎԵԼՎԱԾ	

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Թեմայի արդիականությունը: Շարժողական գործունեությունը այս ժամանակաշրջանում **արդի է**, քանի որ համարվում է երեխայի ֆիզիկական զարգացման հարմարվողականության մեխանիզմների կատարելագործման, կենսաբանական խթանման գլխավոր գործոն: Կրտսեր երկրորդ խմբի սաների համար արդյունավետ զարգացման խնդիրները ֆիզիկական դաստիարակության միջոցներով, մասնագետները տեսնում են դրանց ծավալների մեծացման մեջ: Միևնույն ժամանակֆիզիկական բեռնվածության պլանավորման և իրականացման դեպքում հաշվառվում է յուրաքանչյուր երեխայի տարիքային մորֆոֆունկցիոնալ հնարավորություններն ու առանձնահատկությունները:

Երեխայի կյանքում, ֆիզիկական դաստիարակության տեսանյունից, որը ենթադրում է հետևյալ հիմնական հասկացությունների ամբողջություն՝ ֆիզիկական զարգացում, ֆիզիկական կատարելություն, ֆիզիկական կուլտուրա, ֆիզիկական կրթություն, ֆիզիկական պատրաստվածություն, ֆիզիկական վարժություն, շարժողական ակտիվություն, շարժողական գործունեություն և այլ, չափազանց կարևորվում է շարժախաղը, որը բացատրվում է շարժման վերլուծչի ակտիվ գործունեությամբ և ապահովում է վերը նշված հասկացությունների զարգացումը, ինչով էլ պայմանավորված է թեմայի **ընտրությունն ու կարևորությունը:**

Հետազոտության **նպատակն է** վերլուծել և ներկայացնել շարժախաղերի դերը նախադպրոցական դաստիարակության գործընթացում:

Նպատակից բխում են հետյալ **խնդիրները.**

- վերլուծել շարժախաղի առանձնահատկությունները,
- ներկայացնել շարժախաղի դաստիարակչական նշանակությունը:

Աշխատանքի ընթացքում օգտվել ենք գրականության վերլուծության և գործնական մեթոդներից:

Աշխատանքը կազմված է ներածությունից, տեսական մասից, գործնական առաջադրանքներից, եզրակացություններից, գրականության ցանկից և հավելվածից: Համակարգչային շարվածքով աշխատանքը կազմում է 18 էջ:

ԳԼՈՒԽ 1 ՏԵՍԱԿԱՆ ՄԱՍ

1.1 Շարժախաղերը նախադպրոցականի ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում

Շարժողական գործունեությունը երեխայի ֆիզիկական զարգացման հարմարվողականության մեխանիզմների կատարելագործման, կենսաբանական խթանման գլխավոր գործոնն է: Նախադպրոցական տարիքի երեխաների արդյունավետ զարգացման խնդիրները ֆիզիկական դաստիարակության միջոցներով մասնագետները տեսնում են դրանց ծավալների մեծացման մեջ:

Նախադպրոցական տարիքի երեխայի կյանքում բոլոր տեսակի խաղերից ամենակարևոր տեղը զբաղեցնում է շարժախաղը, բացատրվում է շարժման վերլուծչի ակտիվ գործունեությամբ:

Շարժախաղ համարվում է յուրաքանչյուր խաղ, որն ունի կանոններ և որի ընթացքում դաստիարակության մյուս խնդիրների հետ միասին առաջին հերթին իրականացվում են երեխայի շարժումների զարգացման խնդիրը:

Ցանկացած խաղ՝ ստեղծագործական, դիդակտիկ, երաժշտական, շարժախաղ հանդիսանում են յուրահատուկ միջոց՝ երեխային շրջապատող միջավայրին ծանոթացնելու համար: Շարժախաղերի բովանդակությունն իր մեջ պարունակում են մի շարք ուսուցողական /ճանաչողական/ նյութեր, որոնք ընդլայնում են երեխայի մտահորիզոնը, ճշտում պատկերացումները:

Ըստ ականավոր մանկավարժ, բժիշկ, ֆիզիկական դաստիարակության տեսության հիմնադիր Պ.Ֆ.Լեսգաֆտի բնորոշման, շարժախաղը համարվում է վարժություն, որի շնորհիվ երեխան պատրաստվում է կյանքին:

Շարժախաղը երեխայի ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում համարվում է անփոխարինելի միջոց, շրջակա աշխարհի վերաբերյալ պատկերացումների ձևավորման, մտածողության, արժեքավոր բարոյա-կամային որակների, ճարպկության զարգացման համար: Խաղի ընթացքում երեխաները վարժվում են ամենատարբեր շարժումներում՝ վազք, ցատկ, նետում, մագլցում, սողանցում և այլն: Շարժումների մեծ մասը ակտիվացնում է շնչառությունը, արյան շրջանառությունը: Շարժախաղերի առողջապահական ներգործությունն առավել մեծանում է, երբ վերջիններս կազմակերպվում են բացօթյա պայմաններում:

Խաղը դեռևս անհիշելի ժամանակներից հանդիսացել է մարդու կյանքի ուղեկիցը: Խաղերում տարբեր ազգերի մշակույթը ցուցադրում է նմանություններ և վիթխարի տարբերություններ: Ինչպես նշել է Ե.Ա. Պոկոբսկին, խաղեր եղել են բոլոր ժամանակներում և բոլոր ժողովուրդների համար: Շատ խաղեր ներկայացրել են իրենցից մեծ

յուրահատկություն, կախված տվյալ ազգի ապրելակերպի և հատկանիշների: Տարբեր ազգերի շատ խաղեր էլ ունեցել են ընդհանրություններ, օրինակ գնդակով կամ ոսկորով խաղերը:

Խաղի ծագումնաբանության հարցերի շուրջ գրականության մանկավարժական և հոգեբանական լուրջ ուսումնասիրություններ է կատարել ռուս հոգեբան Գ. Բ. Էլկոնինը, ըստ որի խաղի ծագումնաբանության հարցերը սերտորեն կապված են հասարակության անող սերունդների դաստիարակության բնույթի հետ:

Խաղի ծագումնաբանության հարցերի շուրջ հետաքրքրական ուսումնասիրություններ են կատարվել Ն. Ֆիլիտիսի կողմից, որը սխալ է համարում գերմանացի մանկավարժ Գուստ-Մուտսի կողմից առաջադրված տեսությունն, ըստ որի խաղը, հանգստանալու միջոց է և անհրաժեշտ է ուժերը վերականգնելու նպատակով: Ֆիլիտիսը նշել է, որ եթե մենք հաճախ նկատում ենք, թե ինչպես են մեծահասակները աշխատանքից հետո խաղում, ապա մյուս կողմից մենք ականատես ենք, թե ինչպես բացարձակ հանգստի կարիք չունեցող, երկարատև քնից արթնացած երեխաները խաղում են: Չի կարելի չհամաձայնվել Ն.Ֆիլիտիսի կարծիքի հետ, որ այս տեսությունը ամբողջովին չի բացահայտում խաղի ծագումը:

Ֆիզիկական դաստիարակության ռուսական համակարգի հիմնադիր Պ.Ֆ.Լեսգաֆտը մեծ տեղ էր հատկացում շարժախաղերին: Վրերջինս նշում էր որ շարժախաղերում առկա է որոշակի: Խաղի ձևերը պետք է հանգեցնեն նպատակին: Խաղի ընթացքում գործողությունները պետք է համապատասխանեն երեխայի ինքն իրեն դեկավարելու կարողությանը և առաջացնեն բավարարվածության զգացում: Խաղի ընթացքում կիրառվող շարժումները, երեխայի կողմից յուրացվում է նախապես՝ համակարգված ֆիզիկական վարժությունների միջոցով:

Պ.Ֆ.Լեսգաֆտը շարժախաղը դիտարկում էր որպես երեխայի բազմակողմանի և ներդաշնակ դաստիարակության միջոց, ազնվության, ինքնատիրապետման, ընկերասիրության, զսպվածության զարգացման միջոց:

Ըստ Պ.Ֆ.Լեսգաֆտի համոզման, շարժախաղերի սխտեմատիկ կազմակերպումը զարգացնում է երեխաների կողմից սեփական գործողությունները դեկավարելու կարողությունը: Ի շնորհիվ խաղի երեխան սովորում է գործել ճարպիկ, նպատակուղղված, արագ, պահպանել կանոնները, գնահատել ընկերությունը:

Պ.Ֆ.Լեսգաֆտի գաղափարները հաջողության զարգացվեցին վերջինիս հետնորդների և աշակերտների կողմից / Վ.Վ. Գորնիևսկի, Ե.Ա Արկին/:

Այսպիսով, գիտա-մեթոդական գրականության ուսումնասիրության հիման վրա, կարելի է կատարել հետևյալ եզրահանգումները.

✓ Շարժախաղերի ակունքներն են հանդիսանում երեխայի համար անհասանելի մեծահասակի գործունեության մոդելավորումը:

✓ Խաղերը ստեղծվում էին աճող սերնդին կյանքին և աշխատանքին պատրաստելու նպատակով:

✓ Խաղերն առաջանում էին ստուգելու կյանքին պատրաստությունը:

✓ Խաղերը ստեղծվում էին հիմնական շարժումների տեսակների զարգացման և կատարելագործման նպատակով:

Շարժախաղերի տեսության զարգացման բնագավառում իրենց ներդրում են ունեցել նաև հայ մանկավարժներ Մ.Խ.Աբեղյանը, Ա.Բահաթյան , Ռ. Առաքելյանը և ուրիշներ:

Հայտնիվէ, որ խաղը երեխաների ու մեծահասակների համեմատաբար ինքնուրույն գործունեությունն է (Ս. Վեյնից, 2001, Ս. Հ. Հովեյան, 2009): Խաղերը բավարարում են մարդկանց հանգստի, զվարճանքի, ճանաչողական, հոգևոր և ֆիզիկական զարգացման պահանջումները:

Ռուս հայտնի մանկավարժ և բժիշկ Պ. Ֆ. Լեսգաֆտը (1953) մշակեց ֆիզիկական դաստիարակության յուրատեսակ համակարգ, որտեղ առաջատար տեղը հատկացվում էր շարժախաղերին: Հեղինակի կողմից խաղը դասվում է այն վարժությունների կարգին, որոնց օգնությամբ երեխան պատրաստվում է կյանքին, նրա մոտ խթանվում են ճարպկության և արագաշարժության դրսևորումները, զարգանում են մտավոր ընդունակությունները, ընկերասիրությունը և այլն:

Փորձենք ընդգծել շարժախաղերի երեք կարևոր հատկանիշ:

Առաջին՝ շարժախաղը հանդիսանում է տարբեր տարիքի երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության շատ կարևոր միջոց, որտեղ իրացվում է գործնականում հայտնի խաղային մեթոդը:

Երկրորդ՝ ֆիզիկական դաստիարակության պարապմունքներում խաղերը նպաստում են տարբեր շարժողական հմտությունների և ընդունակությունների մշակմանը:

Երրորդ՝ խաղերի միջոցով երեխաները ծանոթանում են ազգային ավանդույթներին ու սովորույթներին, ինչպես նաև ճանաչում են իրենց շրջապատող աշխարհը:

Շարժախաղերը եղել են երեխաներին աշխատանքային գործունեությանը հաղորդակից դարձնելու հիմնական միջոց, օգնել են ծնողներին՝ նրանց ներգրավելու տնային տնտեսությունը վարելու աշխատանքում:

Շարժախաղերի ընտրությունն ու պլանավորումը մեծապես կախված է յուրաքանչյուր տարիքային խմբում աշխատանքի պայմաններից, երեխաների մտավոր և ֆիզիկական դաստիարակության զարգացման մակարդակից, տարվա եղանակից, ռեժիմի առանձնահատկությունից, անցկացման վայրից, երեխաների հետաքրքրություններից և այլն: Շարժախաղերի ընտրության գործում հաշվի է առնվում երեխաների պատկերացումների ձևավորումը խաղացվող սյուժեի վերաբերյալ: Խաղի սյուժեն ավելի լավ հասկանալու

նպատակով, դաստիարակը երեխայի հետ անց է կացնում նախապատրաստական աշխատանքներ՝ կարդում է գեղարվեստական ստեղծագործություններ, կազմակերպում է ծանոթացում շրջակա միջավայրի հետ և այլն:

Դաստիարակը մեծ ուշադրություն է դարձնում խաղի անցկացման համար անհրաժեշտ պիտույքների նախապատրաստմանը: Վերջինս դաստիարակը պատրաստում է երեխաների հետ միասին կամ նրանց ներկայությամբ:

Կարևոր է ճիշտ կազմակերպել խաղը՝ կախված խաղի բովանդակությունից, հանձնարարությունների կատարման հերթականությունից: Այն կարող է կազմակերպվել միարժամանակ բոլոր երեխաների հետ, կամ՝ առանձին փոքր խմբի հետ: Նոր խաղի հետ ծանոթացումը անց է կացվում հստակ, հակիրճ, պատկերավոր և հուզականորեն՝ 1,5-2 ր.-ի ընթացքում: Սյուժետային շարժախաղի բացատրությունը, ինչպես արդեն նշել էինք, տրվում է խաղի կերպարների մասին պատկերացումների ձևավորման նախապատրաստական աշխատանքից հետո: Սյուժետային շարժախաղերի թեմաները կարող են լինել բազմազան՝ բնության երևույթների, աշխատանքային ձևերի, կենդանիների վերաբերյալ: Խաղի բացատրության ընթացքում երեխաներին առաջադրվում է խաղի նպատակը, խաղի կանոնները, ընթացքը և այլն: Ոչ սյուժետային խաղի բացատրության ընթացքում, մանկավարժը բացահայտում է խաղային գործողությունների հաջորդականությունը, խաղի կանոնները և ազդանշանը: Հարցերի միջոցով դաստիարակը ստուգում է, թե ինչպես են երեխաները հասկացել խաղը:

Դաստիարակի կողմից շարժախաղի վերահսկումը կայանում է դերերի բաշխմամբ: Խաղը վարողին կարելի է ընտրել տարբեր եղանակներով: Փոքրերի խմբում խաղի վարողը դաստիարակն է: Խաղի ընթացքում, դաստիարակը հետևում է խաղի կանոնների պահպանմանը, նա մանրամասնորեն բացատրում է այս կամ այն կանոնի խախտման պատճառները:

Մանկավարժը խաղի ընթացքում հետևում է երեխաների շարժումներին, փոխհարաբերություններին, ծանրաբեռնվածությանը, երեխայի հուզական վիճակին:

Կարևոր ուշադրություն է դարձվում նաև շարժախաղերի տարբերակներին, որոնք նպաստում են ոչ միային խաղի նկատմամբ երեխաների հետաքրքրության բարձրացմանը, այլ նաև մտավոր և ֆիզիկական խնդիրների բարդացմանը, երեխայի հոգե-ֆիզիկական որակների կատարելագործմանը: Վերահսկելով խաղը, մանկավարժը դաստիարակում է երեխայի բարոյականությունը, ձևավորում է ճիշտ ինքնագնահատական, փոխհարաբերուտրուններ միմյանց հետ, ընկերասիրություն և փոխօգնություն, սովորեցնում է երեխային հաղթահարել դժվարությունները: Ճիշտ մանկավարժական վերահսկումը օգնում է երեխայի հասկանալ ինքն իրեն, իր ընկերներին, ապահովում է իր ստեղծագործական ուժերի զարգացում և

սպառում: Շարժախաղերը ավարտվում են քայլքով, ֆիզիկական ծանրաբեռնվածության հետզհետե թուլացմամբ:

Գնահատելով խաղը, մանկավարժը նշում է այն երեխաների դրական որակները, որոնք հաջող են կատարել իրենց դերը, ցուցաբերել են համարձակություն, համբերատարություն, փոխօգնություն, ստեղծագործականություն, և վերջում վերլուծում խաղի կանոնների խախտման պատճառները:

1.2 Ճարժախաղերը որպես նախադպրոցականի առողջությունն ամրապնդող միջոց

Դեռևս հին ժամանակներից շարժախաղը համարվել է մարդկային կյանքի անբաժան մասը: Հին ժամանակներում խաղերը կրել են ոչ միայն ժամանցային բնույթ, այլ նաև համարվել են բուժիչ: Հին ժամանակների հայտնի բժիշկներից հռոմեացի Կրավդիյ Գոմենը, դեղամիջոցների փոխարեն, իր հիվանդներին առաջարկում էր որ գնդակով խաղեր խաղալ: Ավելի ուշ, բազմաթիվ մտածողներ, մանկավարժներ և գիտնականներ իրենց աշխատություններում անչափ բարձր են գնահատել շարժախաղերի դերը, որպես երեխայի ֆիզիկական դաստիարակության և առողջության ամրապնդման միջոց:

Տարատեսակ ֆիզիկական վարժությունները և հատկապես խաղերը, բարենպաստ ձևով են ազդում երեխայի մտավոր զարգացման վրա: Ճարժումների ազդեցության ներքո ակտիվանում է գլխուղեղի գործունեությունը և բարելավվում նյարդային համակարգը, ստեղծվում է թարմ, կենսուրախ տրամադրություն և գործունեության այլ ձևերն ընթանում են ավելի առույգ:

Մեծ է շարժախաղերի դերը երեխայի մտավոր դաստիարակության հարցում՝ երեխաները սովորում են գործել կանոններին համապատասխան, սովորում են տարածության մեջ կողմնորոշվել, գիտակցված գործել փոփոխվող խաղային իրավիճակում և ճանաչել շրջապատող աշխարհը:

Խաղի ընթացքում ակտիվանում է հիշողությունը, պատկերացումը, զարգանում է մտածողությունը և երևակայությունը:

Այսպիսով, շարժախաղը երեխայի գիտակցված ակտիվ գործունեությունն է, որը բնութագրվում է հստակ և ժամանակին կատարվող առաջադրանքներով, կապված բոլոր խաղացողների համար պարտադիր պայմաններով:

Շարժախաղերին մեծ նշանակություն են տալիս, որպես երեխայի բազմակողմանի զարգացման միջոց:

Դրանք դիտարկվում են որպես ֆիզիկական դաստիարակության յուրահատուկ միջոց և մեթոդ: Հետաքրքրաշարժ բովանդակությունը, խաղի հուզական հագեցվածությունը պահանջում են մտավոր և ֆիզիկական ջանքեր:

Տարբեր բովանդակություն ունեցող շարժախաղերը հանդիսանում են արդյունավետ միջոց երեխաների համալիր շարժողական ոլորտի զարգացման համար:

Դրանք թույլ են տալիս կատարելագործել այնպիսի որակներ, ինչպիսիք են ճարպկությունը, արագությունը, ուժը, տարածության մեջ կողմնորոշումը և այլն: Խելամիտ օգտագործման դեպքում, խաղը դառնում է ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետ միջոց:

Շարժախաղերը կարևոր նշանակություն ունեն նաև բարոյական դաստիարակության գործընթացում: Երեխաները սովորում են գործել կոլեկտիվի մեջ, ենթարկվել ընդհանուր պահանջներին: Խաղի կանոնները երեխաները ընդունում են որպես օրենք, որի գիտակցված պահպանումը ձևավորում է կամք, զարգացնում է ինքնատիրապետում, զսպվածություն: Խաղի ընթացքում ձևավորվում են ազնվություն, կարգապահություն, նշտապահություն: Շարժախաղերը նպաստում են անկեղծության և ընկերասիրության դաստիարակությանը:

Շարժախաղերի միջոցով կատարելագործվում է աշխարհի գեղագիտական ընկալումը: Երեխաները բացահայտում են շարժումների գեղեցկությունը, սահունությունը:

Այսպիսով, նախադպրոցական կրթական համակարգում երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությունը կարևոր տեղ է զբաղեցնում: Հենց նախադպրոցական տարիքում երեխայի առողջությունը ամրապնդվում է նպատակատուղոված մանկավարժական փոխներգործությամբ, ինտենսիվ զարգանում են վարժությունները, շարժողական հմտությունները և ֆիզիկական որակները, համակողմանի և ներդաշնակ անհատականության զարգացման համար: Այս առումով շարժախաղերը հանդես են գալիս ,որպես ֆիզիկական պատրաստվածության արդյունավետ միջոց:

Նպատակատուղոված, մեթոդապես մտածված դեկավարումը շարժախաղերի ժամանակ զգալիորեն կատարելագործում և ակտիվացնում է երեխաների գործունեությունը:

Նախադպրոցական մանկությունը – մարդկային կյանքի ժամանակաշրջան է, երբ ձևավորվում է առողջությունը, իրականացվում է անհատականության զարգացումը: Մինևույն ժամանակ այդ շրջանում երեխան գտնվում է ամբողջական կախվածության մեջ նրան շրջապատող մեծահասակներից՝ ծնողներից, մանկավարժներից: Երեխայի արդյունավետ զարգացման և դաստիարակության խնդիրը նախադպրոցական մանկության ժամանակաշրջանում համարվում է նախադպրոցական մանկավարժության հիմնախնդիրներից մեկը:

Մանկական տարիքում ձևավորվում են երեխայի կյանքի համար կարևոր հենքային ունակություններ և կարողություններ, հիմնվում է շարժողական փորձի հիմքերը, յուրացվում է շարժումների այբուբենը, որոնց էլեմենտներով հետագայում ձևավորվում է մարդու շարժողական գործունեությունը:

Երեխայի առողջական վիճակը, տարաբնույթ հիվանդությունների դեմ պայքարելը մեծապես կապված է վերջինիս օրգանիզմի դիմացկունությունից: Աճող օրգանիզմը հատկապես կարիք ունի մկանային գործունեության, այդ իսկ պատճառով էլ ոչ բավարար շարժողական ակտիվությունը բերում է մի շարք հիվանդությունների զարգացմանը: Շարժվելով երեխան ճանաչում է իրեն և շրջապատող աշխարհը, քանի որ ակտիվ շարժումները բարձրացնում են օրգանիզմի դիմացկունությունը հիվանդությունների նկատմամբ:

Երեխաների օրգանիզմի առողջացումն ու ամրապնդումը, անհրաժեշտ շարժողական ունակությունների ձևավորումը, երեխաների ուրախուզական ապրումների ձևավորումը, նրանց մոտ ընկերական փոխհարաբերությունների և տարրական կարգապահության դաստիարակումը, հասակակիցների շրջապատում գործելու կարողությունը, նրանց խոսքի զարգացումն ու բառապաշարի հարստացումը՝ սրանք են դաստիարակչական խնդիրները, որոնք մանկավարժը կարող է իրականացնել տարատեսակ խաղային առաջադրանքների օգնությամբ:

Առողջությունը, գեղեցիկ մարմինն ու գեղեցիկ շարժումները՝ ճիշտ ֆիզիկական զարգացման և դաստիարակության արդյունքն են:

Փոքրիկ մարդը չի կարող ինքն իրեն զարգացնել՝ դա մեծահասակի խնդիրն է: Շարժախաղը համարվում է երեխաների շարժողական ակտիվության ձևավորման պայմանը, ինչպես նաև ինտելեկտուալ, հուզական և երեխայի այլ ոլորտների զարգացման խթան:

Նախադպրոցական տարիքի երեխաների առողջ ապրելակերպի մասին իրենց հետազոտություններն են նվիրել Ա. Ա. Բոդալեվը, Ա. Լ. Վենգերը, Վ. Գ. Դավիդովը, Մ. Ի. Լիսինան, Վ. Ա. Սլաստենինան, Ե. Օ. Սմիրնովան, Ս. Ա. Կոզլովան, Լ. Գ. Կապանովան, Օ. Ա Կնյազեվան և այլք, ում ուսումնասիրությունների արդյունքները ցույց են տվել, որ արդեն նախադպրոցական տարիքում երեխայի մեջ առաջանում է կայուն հետաքրքրություն իր առողջության հանդեպ, հոգատար վերաբերմունք սեփական օրգանիզմի նկատմամբ (կյանքին, առողջությանը), որպես արժեքի: Նախադպրոցական տարիքի երեխաների մեջ առողջ ապրելակերպի մասին հիմքերը պայմանավորված են դրանց մասին տարրական պատկերացումների ձևավորման հետ (ռեժիմի պահպանում, հիգիենիկ գործոններ, շարժողական ակտիվություն):

Ժամանակակից հասարակությունը տաքերվում է մարդու կենսակերպի բազմազանությամբ, որոնց հետ անընդհատ հանդիպում է յուրաքանչյուր երեխա: Այդ բազմազանությունը ոչ միշտ է օրինակ ծառայում երեխայի համար, արդյունքում երեխայի առողջ ապրելակերպի մասին պատկերացումներում քառու է առաջանում և ոչնչանում են արդեն գոյություն ունեցող պատկերացումները: Այսօր առողջ ապրելակերպի ձևավորման խնդիրը դիտվում է պետական մակարդակով:

Երեխաների հետաքրքրությունը իրենց առողջության հանդեպ պայմանավորված է հիվանդությունների աճով, օրգանիզմի ֆունկցիոնալ հնարավորությունների նվազմամբ, ինչպես նաև ֆիզիկական ու մտավոր զագացման տեմպով:

Մանկությունը համարվում է կյանքի բանալին, երբ ձևավորվում են բոլոր մորֆոլոգիական և ֆունկցիոնալ համակարգերը, որոնք բացահայտում են հասուն մարդու պոնտենցիալ հնարավորությունները: Այդ իսկ պատճառով նախադպրոցական տարիքում, երբ երեխան արմողջովին կազմավորված և ձևավորված չէ և նրա նյարդային համակարգը

տարբերվում է իր վերջնական չձևավորվածությամբ, անհրաժեշտ է ձևավորել գիտակցված վերաբերմունք առողջության հանդեպ:

Երեխան չի կարող զարգանալ առանց իր գոյության իմաստն ու նպատակն իմանալու, առանց իր մարմնի և իր կարողությունների մասին պատկերացումներն ունենալու: Ինքն իրեն, կյանքի անհրաժեշտությունները գիտակցելը, անհրաժեշտ է շրջապատող մարդկանց «զգալու» համար: Այդ իսկ պատճառով էլ երեխաների մեջ սեփական առողջության հանդեպ պատասխանատվության ձևավորումը՝ մանկավարժական խնդիր է:

Բազմաթիվ գիտնականներ առողջության պահպանման և ամրապղնձման հիմնական գործոնը համարում են սիստեմատիկ շարժողական ակտիվությունը: Կրթական հաստատություններում, այդ թվում նաև նախադպրոցական, հենց ֆիզիկական դաստիարակությունն է կոչված երեխաների մեջ ձևավորել ճիշտ և գիտակցված վերաբերմունք իր մարմնին և իր առողջության հանդեպ:

Անհրաժեշտ է հաշվի առնել այն հանգամանքը, որ նախադպրոցական տարիքում շարժումներ կատարելու կենսաբանական պահանջումնքը հանդիսանում է առաջատարը և մեծ ազդեցություն ունի երեխայի մտավոր և հուզական ոլորտի զարգացման, նրա սովորությունների և վարքի ձևավորման վրա: Այդ պահանջումնքը դրսևորվում է հաճույք ստանալու պահանջումնքի հետ միասին, երբ երեխան հաճույք է ստանում իր շարժողական գործունեության ընթացքում, կարեկցում է իր ընկերներին համագործակցության և շփման գործընթացում, ինքնահաստատվում է: Երբ երեխաները հետաքրքրություն են ցուցաբերում ֆիզկուլտուրայի գործունեությանը, հարկավոր է նրանց մեջ ձևավորել կարողություններ և հմտություններ առողջ կենսագործունեության վերաբերյալ: Հենց այս սկզբունքով է պայմանավորված առողջության և առողջ ապրելակերպի հանդեպ գիտակցված և արժեվորված վերաբերմունքի ձևավորումը նախադպրոցական տարիքում:

Առաջատար մասնագետների կարծիքով, նախադպրոցական տարիքը հանդիսանում առավել նպատակահարմար շրջան՝ շրջապատող աշխարհը ճանաչելու, զարգանալու, ինչպես մտավոր զարգացման առումով, այնպես էլ գործնական կարողությունների և հմտությունների ձեռք բերման առումով: Սակայն հարկավոր է առանձնահատուկ նշել՝ նախադպրոցականների մոտ գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորումը, պետք է իրագործվի իրենց համար հետաքրքիր և հասանելի գործունեության տարբեր ձևերի միջոցով: Միայն այդ ժամանակ, մեծահասակների կողմից մշակված ծրագրերը երեխաների համար կդառնան «իրենց սեփականը»:

Երեխայի կողմից առողջության հանդեպ արժեվորված վերաբերմունքը դրսևորվում է ոչ միայն գիտակցության մակարդակով, այլ նաև իրական գործողությունների և քայլերի միջոցով՝ անձնային դրսևորումներ, գիտելիքների տիրապետում և սեփական առողջության պահպանման հմտություններ:

Հարկ է նշել, որ վարքի ձևերը, որոնք երեխան ընդօրինակում է, արդյունք են մեծահասակների անմիջական ազդեցության: Այդ իսկ պատճառով էլ զարգացնող միջավայրի և մանկավարժի դերը շատ կարևոր են: Վերջիններս ապահովվում են նպատակուղղված ինքնապահպանման կուլտուրայի, սեփական առողջության, ինչպես նաև մտերիմների առողջության հանդեպ պատասխանատվության ձևավորում:

ԳԼՈՒԽ 2 ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ՄԱՍ

Հետազոտական աշխատանքս իր բովանդակությամբ նվիրված է շարժախաղերին, որոնք ես անցկացրել եմ իմ խմբի սաների հետ: Խաղացել ենք երեք շարժախաղեր, որոնք ես ստորև կներկայացնեմ: Հետազոտությունը անցկացրել եմ Այգեգարդ գյուղի մանկապարտեզի ավագ և միջին խմբերում:

«Կապված աչքերով»

Նպատակը՝ սովորեցնել երեխաներին կատարել տարբեր գործողություններ փակ աչքերով: Ձևավորել պատկերացումներ մարդու կյանքում տեսողության կարևորության վերաբերյալ: Չարգացնել խաղի ընթացքում համախմբվելու կարողություն:

Խաղի ընթացքը՝ Խաղին կարող են մասնակցել որքան երեխա, որ կցանկանա, բայց ոչ պակաս երեքից: Ցանկալի է խաղը կազմակերպել ազատ տարածության մեջ, որպեսզի երեխաները շարժվելու հնարավորություն ունենան և խոչընդոտներ չառաջանան: Խաղի վարողին կարելի է ընտրել հաշվելու միջոցով կամ այլ ցանկացած կերպ: Վարողի աչքերը կապում են և ուղղեկցում նրան խաղահրապարակի կենտրոն, ապա պտտում նրան իր շուրջը: Ազդանշանից հետո, որը կարող է լինել արտասանություն, երգ կամ ուղղակի կոչ, երեխաները ցրվում են խաղահրապարակի տարածքով մեկ: Խաղի խնդիրը կայանում է նրանում, որ վարողը կապված աչքերով բռնի երեխաներից որևէ մեկին և գուշակի թե ում է բռնել:

Խաղի **կանոնները՝** Երբ վարողը կապված աչքերով մոտենում է վտանգավոր առարկայի, բոլորը բղավում են «կրակ», որպեսզի կանխեն վտանգը: Չի կարելի շատ հեռու փախչել /ցանկալի է նախապես գծել այն տարածք, որի սահմաններից դուրս գալն արգելվում է/ և թաքնվել որևէ առարկաների հետևում: Կապված աչքերովը պետք է գուշակի թե ում է բռնել առանց աչքերը բացելու:

«Փուչիկ»

Երեխաները դաստիարակի հետ միասին բռնում են միմյանց ձեռք, շրջան կազմում և արտասանում:

Դե փրկվիր, իմ փուչիկ,

Էլ մի մնա դու պստիկ,

Փուչիկ դու շատ չփքվես,

Թե չես հանկարծ կպայթես:

Երեխաները աստիճանաբար շրջանը մեծացնում են, կանգնում այնքան ժամանակ, քանի դեռ դաստիարակը չի ասել «Փուչիկը պայթեց»: Այդ ազդանշանով երեխաները երեխաները թողնում են ձեռքերը. կատարում կքանիստ և ասում «Բում»: Կարելի է նաև «Փուչիկը պայթեց»ասելուց հետո առաջարկել երեխաներին նախկին ձևով բռնել միմյանց ձեռք, շարժվել դեպի շրջանի կերևորոն՝ արտասանելով «2-2-2-2»: Դրանից հետո խաղը նույնությամբ կրկնվում է:

Մեթոդական գույուններ խաղի անգլագման վերաբերյալ:

Սկզբում խաղում ընդգրկվում են ոչ մեծ թվով երեխաներ(6-8հոգի), իսկ կրկնության ժամանակ 15-16 երեխա: Տեքստը պետք է արտասանել դանդաղ, հասկանալի: Դաստիարակը աշխատում է, որ երեխաներ իրար հետ համաչափ արտասանեն: Նախքան խաղը, դաստիարակը երեխաներին ցույց է տալիս իսկական փուչիկը: Խաղը սովորեցնում է շրջան կազմել, այն մեծացնել, փաքրացնել, միաժամանակ շարժումները համաձայնեցնել արտասանությանը (տեքստի ուղիղմին):

«Իմ ուրախ հնչուն գնդակ»

Երեխաները նստում են սենյակի մի կողմում դասավորված աթոռներին: Դաստիարակը կանգնում է նրանց դիմաց, գնդակը գետնին խփելով ասում է:

Իմ ուրախ հնչուն գնդակ

Դե ցատկոտիք դու արագ

Կապույտ, կարմիր ու կանաչ,

Տեսնենք ով կընկնի առաջ:

Այնուհետև դաստիարակակը իր մոտ է կանչում 2-3 երեխայի և առաջարկում ցատկել ինչպես գնդակը, միաժամանակ արտասանելով երեխաները հետևելով գնդակին նույն տեմպով ցատկում են: Դաստիարակը գնդակը դնում է մի կողմ և շարունակում արտասանել ոտանավոր, ձեռքերով պատկերելով գնդակի ցատկը, երեխաները այդ տեմպով ցատկում են: Վերջացնելով ոտանավոր դաստիարակը ասում է. «Հասնեմ ձեզ բռնեմ»: Երեխաները դադարեցնում են ցատկելը և վագում նստում են աթոռակներին(դաստիարակը ցույց է տալիս, թե հետապնդում է գնդակներին): Մեթոդական ցուցումներ խաղի անցկացման վերաբերյալ: Խաղի կրկնության ժամանակ դաստիարակը կանչում է այլ երեխաների և թվով ավելի շատ: Խաղի վերջում կարելի է առաջարկել բոլոր երեխաներին միաժամանակ լինել գնդակներ: Դաստիարակը պետք է կատարի վարժությունը և արտասանի տեքստը արագ տեմպով(այն համապատասխանեցնելով երեխայի ցանկին): Եթե երեխաները չեն կարող կատարել գնդակի վարժությունը, պետք է ցույց տալ մեկ անգամ ևս, ինչպես է ցատկում գնդակը: Այս օգնությամբ երեխաները ձեռք են բերում ռիթմիկ ցատկելու, ազդանշանի տակ վարժություն կատարելու կարողություն:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Կատարելով թեմայի շուրջ մասնագիտական գրականության վերլուծություն, վերհիշելով և ներկայացնելով մի քանի շաժաղաղեր, կարող ենք հանգել հետևյալ եզրակացություններին.

Շարժախաղերի յուրահատկությունը համարվում է խաղացողների շարժուն բնույթը, որոնք ուղղված են բացահայտելու նրանց առջև դրված նպատակը և պայմանավորված են որոշակի հաստատված և հստակ կանոններով:

Շարժախաղերի ընտրությունն ու պլանավորումը մեծապես կախված է յուրաքանչյուր կրտսեր երկրորդ խմբում նախատեսվող ծրագրային նյութից, կազմակերպվող աշխատանքի պայմաններից, սովորողների մտավոր և ֆիզիկական դաստիարակության զարգացման մակարդակից, տարվա եղանակից, ծրագրային նյութի առանձնահատկությունից, անցկացման վայրից, սովորողների հետաքրքրություններից, զարգացման առանձնահատկություններից և այլն:

Շարժախաղերը երեխայի ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում համարվում են անփոխարինելի միջոց երեխայի օրգանիզմի ֆիզիոլոգիական գործընթացների ակտիվացման, շրջապատող միջավայրի մասին պատկերացումների և գիտելիքների ձևավորման, մտածողության զարգացման և արժեքավոր բարոյա-կամային որակների ձևավորման համար:

Եվ իհարկե, ունեն մեծ դաստիարակչական նշանակություն՝ ուղղված և ֆիզիկական, և բարոյական, և գեղագիտական, և մտավոր, և բարոյական, և աշխատանքային որակների դաստիարակմանը:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Առաքելյան Ռ.Ա., Շարժախաղեր, Երևան 2008: 3-15 էջեր
2. Այլա Հովհաննիսյան «Նախադպրոցական կրթական համակարգում մանկավարժական գնահատումը» մեթոդական ուղեցույց, Երևան 2008թ
3. Նախադպրոցական մանկավարժության դասագիրք, Ա. Դավթյան
4. Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С.А.Козловой. — М.: Издательский центр «Академия», 2002
5. <https://mariamnatsakanyanmskh.wordpress.com/2020/08/06>

ՀԱՎԵԼՎԱԾ



