



«Քայլ առ քայլ» բարեգործական հիմնադրամ

«Նախադպրոցական հաստատության մանկավարժական
աշխատողների մասնագիտական կարողությունների և
հմտությունների զարգացման» ծրագիր

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Թեմա՝ Շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական զարգացման
գործում

Ֆիզդաստիարակ՝ Գյուլնարա Պետրոսյան

Մանկապարտեզ՝ « Հեքիաթ » ՀՈԱԿ

2023 թ.

Բովանդակություն

Ներածություն.....	2
Գլուխ 1. Շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական զարգացման գործում.....	4
1.1 Շարժախաղերի տեսակները.....	7
1.2 Շարժախաղերը որպես ֆիզիկական դաստիարակության մաս.....	9
1.3 Շարժախաղերի նպատակը և խնդիրները.....	11
Գլուխ 2. Պարապմունքի պլանավորում.....	12
2.1.Տնօրենի դիտարկումները.....	16
2.2.Եզրակացություն.....	17
2.3.Գրականության ցանկ.....	18

Ներածություն

Շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական զարգացման գործում թեմայի արդիականությունը կայանում է նրանում, որ ցանկացած ժամանակահատվածում նախադպրոցական տարիքի սաների համաչափ զարգացման գործընթացում յուրահատուկ տեղ են զբաղեցնում շարժախաղերը: Շարժախաղերը մեծ նշանակություն ունեն երեխայի անհատականության ձևավորման, զարգացման, մարմնի ճիշտ կեցվածքի ձևավորման վրա:

Շարժուն խաղերը սաների մոտ ձևավորում են մարմնամարզական որակներ, նպաստում ճարպկության, արագաշարժության, ճկունության, դիմացկունության, ուժի և այլնի զարգացումը:

Այն սաները, որոնց շարժողական ակտիվությունը սահմանափակ է, հաճախ առողջական խնդիրներ են ունենում: Հայտնի է նաև, որ երեխայի կողմից ֆիզիկական վարժությունների կատարումը ոչ միայն մեծացնում է նրա շարժողական ակտիվությունը, այլև խթանում է մտավոր զարգացումը, բարձրացնում է հուզականությունը, զարգացնում է կոլեկտիվիզմի զգացում և կանոններով գործելու կարողություն:

Մանկավարժության և հոգեբանության մեջ շարժախաղերի վերաբերյալ բազմաթիվ տեսություններ են առաջ քաշվել:

Վ.Վ. Գորինսկին (1916), ով ֆիզիկական դաստիարակության գիտության հիմնադիրներից է, խաղերը դիտարկել է որպես մանկական կյանքի վարժությունների կարևոր տարատեսակ:

Շարժախաղերը համարելով երեխայի բազմակողմանի զարգացման միջոց և տարիքային առաջատար գործունեության հիմնական ձև՝ նա մատնանշել է դրանց կարևորագույն դերը կամային որակների, դաստիարակության և անձի

ձևավորման գործում:Նա բացառիկ նշանակություն էր տալիս շարժախաղերին՝ որպես ակտիվ հանգստի միջոցի, և փաստում դրանց բարենպաստ ազդեցությունը մարդու աշխատունակության վրա:

Շարժախաղերի տեսության հիմնադիրներից Վ.Գ.Մարցը ,շարժախաղերը համարելով բարոյական և ֆիզիկական դաստիարակության միջոց,համոզված էր,որ դրանք պետք է ներգրավվեն դպրոցական ուսուցման ծրագրերում:

1950-ական թվականներից սկսած՝ կրթության և դաստիարակության համակարգում շարժախաղերի կիրառմանն սկսեցին առանձնահատուկ ուշադրություն դարձնել:

Կ.Դ.Ուշինսկին (1950) երեխաների զարգացման գործում մեծ ուշադրություն է դարձրել խաղերի և խաղային վարժությունների վրա,ինչպես նաև մտավոր,այնպես էլ շարժողական ունակությունների զարգացման տեսանկյունից:Ըստ նրա՝ «խաղային գործունեության շնորհիվ են ձևավորվում մարդկային հոգու բոլոր կողմերը»՝ խելքը,սիրտը և կամքը:Իսկ հետագայում խաղն ազդում է մանկական ունակությունների և հակումների,հետևապես՝ նրա ճակատագրի վրա:

Պ.Ֆ.Լեսգաֆտը (1952) խաղը դիտում էր որպես «վարժություն,որի միջոցով երեխան պատրաստվում է կյանքի»:Նա մեծ ուշադրություն էր դարձնում շարժախաղերին և գնահատում էր դրանք որպես ընդհանուր առաջադրանքներին հասնելու երեխաների փորձ,որի շնորհիվ,ըստ կանոնների, պահպանվում են խաղում ներգրավված յուրաքանչյուր մասնակցի սահմանափակ իրավունքները:

Գլուխ 1

Շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական զարգացման գործում

Նախադպրոցական հաստատություններում ֆիզիկական դաստիարակու – թյան աշխատանքի կազմակերպման բոլոր ձևերը նպատակաուղղված են ապահովելու երեխաների առողջարարական, դաստիարակչական և կրթական խնդիրները:

Շարժախաղերի միջոցով երեխան ճանաչում է իր մարմինը, բացահայտում է իր շարժողական կարողությունները, դաստիարակվում է բարոյական որակներով, համագործակցելու հմտություններ: Ֆիզկուլտուրայի պարապմունքին մեծ տեղ է տրվում շարժախաղերին, որոնց ժամանակ երեխան բավական բարձր շարժողական ակտիվություն է դրսևորում: Շարժախաղերում ձևավորվում են պատասխանատվություն՝ կանոնները պահպանելու և կամք՝ որոշակի արդյունքի հասնելու համար: Մի խումբ շարժախաղեր նպաստում են նետման և ցատկելու («Որսորդը և նապաստակը», «Անբույն նապաստակը»), մագլցելու և վազելու («Արջը և մեղուները», «Կապիկների որսը») կարողությունների ամրապնդմանը, մեկ այլ խումբ շարժախաղերում դաստիարակվում են վճռականություն, կամք («Ով շուտ կհասնի դրոշակին», «Ծիտը ծառին»), համարձակություն, զսպվածություն («Արջը և երեխաները», «Բու»), ընկերասիրություն, փոխօգնություն («Երկու սառնամանիք», «Ձկները և գայլածուկը») և այլն:

Դաստիարակը պետք է հետևի, որ երեխաները անպայման պահպանեն շարժախաղերի կանոնները: Շարժախաղի ընտրությունը պայմանավորված տվյալ պարապմունքի խնդիրներով և բնույթով: Մեծահասակներն ընդհանուր առմամբ մեծ դեր և ազդեցություն ունեն երեխաների աճի և զարգացման վրա: Դաստիարակները և ընտանիքները պետք է տարբեր խաղերի միջոցով խթանեն

երեխայի համակողմանի զարգացումը: Պետք է նկատի ունենալ, որ երեխայի զարգացումը տեղի ունենում հաջորդական փուլերով:

Ըստ Պիաժեի տեսության, երեխաները անցնում են կոգնիտիվ զարգացման փուլերով: Այդ փուլերը 4-ն են՝ սենսոմոտոր, նախաօպերացիոնալ, կոնկրետ օպերացիաների և ֆորմալ փուլեր:

Ա. Պ. Ռուդիկը (1964) նշել է, որ շարժախաղերի դերը սաների կրթության և դաստիարակության համակարգում հսկայական է, քանի որ դրանցում արտացոլվում է բնական շարժումների ողջ պաշարը: Ա. Պ. Ռուդիկի կարծիքով՝ շարժախաղերի կազմակերպումն ու անցկացումը, բովանդակությունն ու ծանրաբեռնվածությունը պետք է համապատասխանեն սովորողների տարիքին, նրանց պատրաստվածությանը, հնարավորություններին:

Շարժախաղերի կիրառման անհրաժեշտությունը, որպես երեխաների դաստիարակման և մոտորիկայի զարգացման միջոց, իրենց աշխատություններում կարևորել են արտասահմանյան շատ հեղինակներ: (H. Wagner, 1955, B. Dobler 1973):

Շարժախաղերը դպրոցական տարիքի երեխաների համար նախատեսված խաղերի մեծ մասն են կազմում: Դրանք շատ տարբեր են ինչպես իրենց շարժողական և խաղային գործողություններով, այնպես էլ սյուժեով, կազմակերպման և անցկացման ձևով և, որպես կանոն, իրականացվում են առավել բնական շարժումներով: Այս ամենը շարժախաղը դարձնում է շարժողական ոլորտի զարգացման և տարածության մեջ կողմնորոշվելու շատ մատչելի միջոց:

Մի շարք երկրների մասնագետներ, մանկավարժներ, հոգեբաններ և բժիշկներ երեխայի շարժումների ձևավորման, անձնային որակների դաստիարակման և բազմակողմանի զարգացման գործընթացում միշտ էլ իրենց ուշադրության կենտրոնում են պահել շարժախաղերի կարևոր՝ դաստիարակության նշանակությունն ու դերը:

Այսպես՝ անգլիացի փիլիսոփա և մանկավարժ Ջ.Լոկը,անգլիացի սոցիալիստ-ուտոպիստ Ռ.Օուենը ,Ֆրանսիացի դեմոկրատ Գ .Պեստալոցցին նույնպես համարում էին,որ շարժախաղերը դաստիարակության միջոց են:Նրանց առաջարկած մոտեցումներն ու ծրագիրը ներառում են մեծ քանակությամբ խաղային առաջադրանքներ,վարժություններ և շարժախաղեր:

Բացօթյա պարապմունքների անցկացման ժամանակ նպատակահարմար է նաև պարապմունքի ամբողջ բովանդակությունը դարձնել շարժախաղերը:Նման պարապմունքների անցկացման անհրաժեշտությունը պայմանավորված է օրվա եղանակով:Ոչ բարենպաստ պայմաններում չի հանձնարարվում անցկացնել շարժումների ուսուցում:Այդ պատճառով շարժողական գործունեությունը նպատակահարմար է կազմակերպել շարժախաղերի ձևով,որոնք ամրապնդում են լավ շարժողական ունակությունները:

Շարժախաղերն ընտրելիս նույնպես պետք է նկատի ունենալ կլիմայական պայմանները:Եթե ամռանը կարելի անցկացնել բովանդակալից խաղեր՝ («Գայլը փոսում»,«Նապաստակներն ու գայլը»),ապա ձմռանն անհրաժեշտ է խուսափել բռռերի կրկնությամբ խաղերից,որովհետև շատ խոսելն ու երգելը կարող են սառեցնել երեխայի շնչառական ապարատը և դառնալ հիվանդության պատճառ:

1.1.Շարժախաղերի տեսակները

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 ողնաշարերի ճկունությունը: Շարժախաղերը բովանդակությամբ ,կազմակերպչական և կանոնների բարդությամբ իրենց հերթին բաժանվում են սյուժետային և դիդակտիկ խաղերի:Սպորտային խաղերը հստակ կանոններ ունեցող խաղեր են, որոնց անցկացման համար պահանջվում են հատուկ տարածքներ և կահավորում:Եթե իրական շարժախաղերը տարբերվում են շարժումների պարզությամբ, ապա սպորտային խաղերին բնութագրական է շարժումների բարդ տեխնիկան և խաղի ընթացքում դրսևորվող վարքի որոշակի մարտավարությունը:Փորձը ցույց է տվել,որ կրտսեր դպրոցականների համար առավել մատչելի են առանց սյուժեի պարզ խաղերը,ինչպես նաև սյուժետային խաղերը:Ակտիվ շարժումների չափաքանակը պահպանելու համար նախադպրոցականը պետք է օրական կատարի տասներկուսից տասնչորս հազար քայլ:Սակայն ուսումնասիրությունները ցույց են տվել,որ կատարվում է կիսով չափ:

Ըստ շարժումների քանակի և ֆիզիկական ծանրաբեռնվածության տարբերում ենք մեծ,միջին և քիչ շարժողականություն պահանջող խաղեր:

Մեծ շարժողականություն պահանջող են համարվում այն խաղերը, որոնք կառուցված են հիմնականում այնպիսի շարժումների հիման վրա,ինչպիսիք են վազքը և ցատկը:

Միջին շարժողականություն պահանջող են համարվում այն խաղերը առանձնանում են ֆիզիկական , համեմատաբար քիչ ծանրաբեռնվածությամբ (քայլք,առարկաների փոխանցում և այլն):

Այն խաղերը,որոնք ավելի քիչ շարժումներ են պահանջում,կատարվում են համեմատաբար դանդաղ տեմպով:

Տարբերում ենք շարժախաղերի հետևյալ տեսակները՝

1.Ազգային շարժախաղեր՝ «Ծուղրուղու»,«Զիլինա», «Թզուկներ-հսկաներ»,« Խնոցի-հարոցի» և այլն::

2.Մարզական խաղեր՝ «Օղակների միջով»,« Վերցրո՛ւ գնդակը»,«Վազե՛ք դրոշակի մոտ» և այլն:

1.2.Շարժախաղերը որպես ֆիզիկական դաստիարակության մաս

Նախադպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական դաստիարակությունը համարվելով ընդհանուր դաստիարակության անբաժանելի մաս՝ իրականացնում է նրանց համակողմանի, ներդաշնակ զարգացումը: Ֆիզիկական դաստիարակությունը կառուցվում է նախադպրոցականի տարիքային, անհատական, հոգեֆիզիկական առանձնահատկությունների հիման վրա: Կարևորելով երեխայի ֆիզիկական զարգացումը՝ պետք է հիշել, որ չափից ավելի կամ միակողմանի ֆիզիկական ծանրաբեռնումը շատ ավելի վտանգավոր, քան դրա բացակայությունը: Այս առումով կարևոր է պարապմունքի ճիշտ պլանավորումը: Այն հնարավորություն է տալիս չափավորելու ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությունը, աստիճանաբար և զգույշ ավելացնելու այն:

Կանոններով շարժախաղերում առկա են խաղային վարժություններ և առաջադրանքներ: Մի շարք հեղինակներ (Н. В. Потехина, 1972, Л. Б. Самбикин, 1979, Ռ. Ն. Ազարյան, 2008) նշում են, որ շարժախաղերը, խաղային վարժությունները և առաջադրանքները փոխկապակցված են և լրացնում են միմյանց, սակայն իրենց ամբողջ մեթոդիկայով և բովանդակությամբ բավականին տարբեր են: Եթե շարժախաղն իր հիմքում ունի որոշակի ուղղվածություն, ապա խաղային վարժությունն ու առաջադրանքը մեթոդապես կառուցված գործողություն է, որն առաջադրում է որոշակի խնդիրների լուծում՝ հատուկ ընտրված նպատակին համապատասխան («Փոխանցիր գնդակը», «Որոշիր գտնվելու վայրը», «Կատարիր ճիշտ»):

Կանոններով շարժախաղերի կիրառումը պահանջում է պարտադիր և հատուկ ընտրություն՝ հաշվի առնելով տարիքը, սեռը, շարժողական պատրաստվածու-

**թյունը,անհատական հնարավորությունները:Ըստ այդմ՝ գոյություն ունի շարժա-
խաղերի հետևյալ խմբավորումը:**

.Ըստ բովանդակության բարդության աստիճանի

.ըստ երեխաների տարիքի

**.ըստ շարժումների ձևերի (տարածության մեջ և կողմնորոշման համար
խաղեր,վազքով և քայլքով խաղեր,արգելքները հաղթահարելու խաղեր)**

.ըստ առավելության որակների դրսևորման

.ըստ խաղի մասնակիցների փոխհարաբերությունների

1.3 Շարժախաղերի նպատակը և խնդիրները

Նախադպրոցական հաստատությունում շարժախաղերի նպատակն է՝ պահպանել և ամրապնդել երեխայի առողջությունը, ապահովել ֆիզիկական և հոգևոր ներդաշնակ զարգացումը, զարգացնել կենսական նշանակություն ունեցող շարժումները:

Մանկապարտեզում երեխաների շարժումների զարգացման ուղղությամբ տարվող աշխատանքները բխում են ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրներից: Երեխաների համակողմանի զարգացման համար շարժումները կարևոր և կենսական նշանակություն ունեն: Շարժումների, շարժախաղերի ճիշտ կատարումը նպաստում է հինգ տարեկան երեխայի ոսկրային, մկանային, նյարդային, սիրտ-անոթային, շնչառական համակարգերի ներդաշնակ զարգացմանը, առողջության ամրապնդմանը:

Շարժախաղերի հիմնական խնդիրն՝ զարգացնել

- Շարժողական ակտիվությունը
- Համարձակությունը
- Ընկերներին օգնելու, համագործակցելու կարողությունները
- Մշակել արագաշարժություն, ճկունություն
- Արագ կողմնորոշվելու, դժվարությունները հաղթահարելու ընդունակություններ

Շատ խաղային վարժություններ և առաջադրանքներ ունեն խաղային բնույթ, ինչը թույլ է տալիս բարձրացնել երեխայի հետաքրքրությունը և կենտրոնացնել ուշադրությունը շարժողական առաջադրանքի կատարման և ճիշտ կողմնորոշման առումով, ինչպես նաև նպաստում է շարժումների ճիշտ կատարմանը: Խաղային վարժությունները և առաջադրանքները լայն կիրառություն ունեն տարժության մեջ :

Գլուխ 2

Պարապմունքի պլանավորում միջին խմբում

Դաստիարակը ընտրել է ուսուցման ժամանակակից մեթոդներ

- . Խաղային
- . Գործնական
- . Ակտիվ ուսուցման

Խաղային մեթոդների առավելությունները պայմանավորված են խաղային մթնոլորտի բարձր հուզականությամբ, երեխայի համար խաղի բնական և հոգեհարազատ բնույթով:

Խաղի բոլոր տեսակները երկու կարևոր գործառույթ ունեն

- . Նպաստում են գիտելիքների ամրապնդմանն ու խորացմանը
- . Խթանում են նոր գիտելիքների արդյունավետ յուրացումը

Պարապմունքի ընթացքում կիրառվել է ԽԻԿ համակարգը:

Թեմա՝ Գնդակի նետում, սողանցում, գունաճանաչություն

Անհրաժեշտ պարագաներ՝ երեխաների թվով գնդակներ, գունավոր դրոշակներ, տարբեր առարկաներ, շարժախաղի համար կարմիր, կապույտ, դեղին դրոշներ, պարան, կանգնակներ:

Պարապմունքի նպատակը.

Սովորեցնել, որ երեխաները գնդակը նետեն գետնին և անդրադառնալիս փորձեն երկու ձեռքով բռնել այն: Գնդակը նետեն վեր և կարողանան բռնել այն երկու ձեռքով:

Սովորեցնել սողանցել մարմնամարզական նստարանի վրայով՝ գլուխը ձիգ պահած, զույգ ոտքերը իրար միացված:

Խնդիրները

Ամրապնդել առարկաների (աթոռների, պարանի) տակով սողանցումը՝ 4 մ երկարությամբ:

Երեխայի մոտ զարգացնել ճկունություն, ուշադրություն, ինչպես նաև զույգ ոտքով ցատկը, աջ և ձախ դարձումները:

ԽԹԱՆՄԱՆ փուլ

Դաստիարակը երեխաներին ողջունում է , ապա հրահանգում է՝ հավսա՛ր, զգա՛ստ

Դաստիարակը հրահանգում է աջ ուսի ուղղությամբ կատարել աջ դարձում, ապա՝ ձախ դարձում: Երեխաները կատարում են հրահանգը և դաստիարակի ազդանշանով սկսում են դաստիարակի հետևից քայլել շարասյունով, քայլում են ոտնաթաթերի վրա՝ ծնկները վեր բարձրացնելով, ապա զիգզագաձև(օձաձև) են սկսում քայլել: Քայլքը դանդաղ փոխում են դանդաղ վազքի, ապա՝ արագ վազքի, որից հետո հրահանգը լսելով՝ դանդաղեցնում են ընթացքը և քայլում հանգիստ քայլքով՝ անցնելով դահլիճի բոլոր անկյուններով: Դաստիարակի հրահանգով երեխաները կազմում են շրջան:

ԻՄԱՍՏԻ ընկալման փուլ

Դաստիարակը երեխաներին տալիս է համապատասխան թվով գնդակներ: Նա երեխաներին գնդակով վարժություններ:

Հիմնական կանգ՝ գնդակը բռնած ներքևում: Երեխաները, դաստիարակի օրինակը ցույց տալուց հետո, գնդակը բարձրացնում են վեր, նայում գնդակին, իջեցնում, ընդունում ելման դրություն: Կրկնում են 4-5 անգամ

Կանգ՝ ոտքերը նեղ զատած, գնդակը բռնած ներքևում: Գնդակը երկու ձեռքով բռնած թեքվում են աջ, ուղղվում, ընդունում ելման դրություն: Թեքվում են ձախ՝ գնդակը երկու ձեռքով բռնած, ուղղվում, ընդունում ելման դրություն : Կրկնել 3-4 անգամ

Կանգ՝ ոտքերը նեղ զատած, գնդակը բռնած ներքևում; Կքանստում են , գնդակը տանում առաջ, ուղղվում, ընդունում ելման դիրք: Կրկնում են 4-5 անգամ

Կանգ՝ ոտքերը նեղ զատած, գնդակը բռնած ներքևում: Դաստիարակի հրահանգով կատարում են 1-6 ցատկ՝ զույգ ոտքով, ապա 7-14 քայլք տեղում: Կրկնում են 2 անգամ

Հաջորդ վարժությունը երեխաները կատարում են մարմնամարզական նստարանի վրա, որը շատ են սիրում երեխաները: Հերթով սողանցում են նստարանի վրայով՝ գլուխը ձիգ, զույգ ոտքերը իրար միացրած, հասնելուն նստարանի ծայրին, նստում են և ձեռքերի օգնությամբ իրենց առաջ քաշելով իջնում են նստարանից:

ԿՇՌԱԴԱՏՄԱՆ փուլ

Դաստիարակը հավաքում է գնդակները և երեխաներին հարցնում է, թե ինչ սովորեցին այս պարապմունքի ժամանակ: Երեխաները մեկը մյուսին լրացնելով պատասխանում են, որ սովորեցին գնդակը նետել վերև, ներքև, աջ , ձախ թեքվել, սողանցեցին:

Դաստիարակը ասում է, որ հիմա խաղալու են իրենց սիրած շարժախաղերը: Երեխաները ուրախ թռչկոտում են, քանի որ շատ են սիրում շարժուն խաղերը: Դաստիարակը առաջարկում է խաղալ «Թուխսը և ճուտիկները», «Գտիր քո գույնը» շարժախաղերը: Երեխաները լսում են խաղի կանոնները և խաղում;

Երեխաները «ճուտիկներ» են, իսկ դաստիարակը՝ «թուխսը»: Դահլիճի մի մասն առանձնացվում է որպես հավանոց, կանգնակներից ամրացնում են պարանը՝ 40-50 սմ բարձրությամբ: Հավաքնում տեղավորվում են «թուխսն» իր «ճուտիկներով», իսկ մյուս կողմում՝ մեծ թռչունը (բազեն): Բազեն ընտրվում է երեխաներից որևէ մեկը և կանգնում է դահլիճի մյուս կողմում: Թուխսն անցնում է պարանի տակով և գնում՝ կուտ գտնելու: Մի քիչ հետո նա կշկջալով կանչում է ճուտիկներին: Ծուտիկներն անցնում են պարանի տակով՝ սողանցելով կամ չորեքթաթ, շրջապատում են դաստիարակին (թխսին) և միասին շրջում են: Երբ դաստիարակն ասում է բազեն՝, բոլոր ճուտիկներ վազում են դեպի հավանոցը, իսկ բազեն փորձում է բռնել նրանց: Ում որ բռնում է, տանում է իր հետ:

Երեխաները խաղի ընթացքում վարժվում են տարբեր ուղղություններով վազքում և սողանցելու մեջ:

Հաջորդ խաղը խաղում են «Գտիր քո գույնը»

Երեխաները դաստիարակի հրահանգով բաժանվում են խմբերի: Ամեն մի խմբի տրվում է տարբեր գույնի դրոշակ՝ կարմիր, կապույտ և դեղին: Երեխաները կանգնում են դահլիճի անկյուններում: Յուրաքանչյուր անկյունում դաստիարակը դնում է կանգնակներ, որոնց վրա ամրացնում է կարմիր, կապույտ և դեղին դրոշակներ: Դաստիարակի ազդանշանով երեխաները ցրվում են դահլիճի խմբերով կամ առանձին: Երբ դաստիարակն ասում է՝ «գտիր քո գույնը», երեխաները հավաքվում են համապատասխան դրոշակի մոտ: Դաստիարակը սիրալիիր խոսքերով խրախուսում է ավելի շուտ հավաքվող խմբին:

Այս խաղը զարգացնում է ուշադրությունը, երեխաները վարժվում են վազքի և քայլքի մեջ, տարբերում են գույները: Վերջում երեխաները հանգիստ քայլում են շարայունով՝ կատարելով շնչառական վարժություններ:

2.1. Տնօրենի դիտարկումները պարապմունքի վերաբերյալ

Դաստիարակը հասավ պարապմունքի՝ իր առջև դրված նպատակներին: Պարապմունքի ընթացքը ուղղված էր երեխաների ճկունության, ուշադրության, աջ և ձախ դարձումների զարգացմանը:

Երեխաների ոգևորությունը էլ ավելի մեծ էր «Թուխսը և ճուտիկները» և «Գտիր քո գույնը» խաղերի ընթացքում: Նկատվում էր թիմային աշխատանք, մեկը մյուսին ոգևորելու, օգնելու, կարեկցելու զգացողությունները: Այնքան անկեղծ էր «բազեի ճանկերում հայտնված» ճուտիկի նկատմամբ հոգատարությունը:

Դաստիարակի կողմից ընտրված թեմաները խիստ արդիական են: Պարապմունքի ընթացքում կարծես դաստիարակի կարգախոսն էր՝ «Առողջ մարմնում առողջ հոգի» խոսքերը:

Խիստ ուշադրություն դարձվեց ուղիղ քայլքին, գլխի դիրքին, ոտքերի աջ և ձախ դարձումներին: Այս ամենին համահունչ՝ ուշադրությունը, գունաճանաչությունը:

Պարապմունքը կարծես մի ուրույն դաս լիներ ընկերասիրության, հոգատարության, ջերմության վերաբերյալ:

Եզրակացություն

Գիտական հետազոտությունները և փորձը ցույց են տալիս, որ նպատակաուղղված տարատեսակ շարժախաղերը, խաղային վարժությունները և առաջադրանքները (դաստիարակող, զարգացնող և այլն) լայն կիրառություն ունեն նաև ձմռանը: Դրանք մեծ առողջարարական ազդեցություն ունեն:

Այսպիսով, ամփոփելով վերոնշյալը, կարելի է ընդգծել, որ շարժախաղերն իրենց բնական շարժումներով, բարձր հուզականությամբ, երեխայի դաստիարակության և զարգացման վրա դրական ներգործությամբ մատչելի են բոլոր տարիքի երեխաների համար և հիմնավորված են լայնորեն կիրառելու ինչպես ուսումնական գործընթացում, այնպես էլ արտադասարանական պարապմունքների ժամանակ:

Շարժախաղերի միջոցով երեխաները փորձում են արտահայտել իրենց զգացմունքները, բացահայտել իրենց ներքին աշխարհը, բարձրացնել ինքնագնահատականը: Երեխաների խաղի մեջ ճիշտ կամ սխալ պատասխաններ չկան: Խաղը պետք է լինի փոխգործուն, համպատրաստից և ազատ, երեխայի համար շատ հետաքրքիր և անվերջ: Շարժախաղը երեխային հնարավորություն է տալիս զննել, ստուգել, զարգացնել մտքեր և գաղափարներ, սովորել և կատարելազործվել:

Գրականության ցանկ

1. Սուսաննա Մուրադյան «Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ հանրակրթական դպրոցների ուսուցիչների և դաստիարակների համար (էջ 7-14)
2. А. С .МАКАРЕНКО, 1951, К .Ф. ЛЕСПАФТ ,1952 ,Л .БЫЛЕЕВА ,2009
3. Н .WAGNER, 1955 ,Н .DOBLER ,1973
4. Ռիմա Առաքելյան «Ֆիզկուլտուրայի պարապմունքները մանկապարտեզի ավագ խմբում» (Երևան 2008, էջ 9)
5. Հասմիկ Մակոյան «Ֆիզկուլտուրայի պարապմունքների կազմակերպումը նախադպրոցական ուսումնական հաստատության կրտսեր խմբում» մեթոդական ուղեցույց (2023)
6. Լ. Սմբատյան «Շարժախաղերի կազմակերպումը մանկապարտեզի միջին և ավագ խմբերում», 2012
7. «Ամենօրյա ֆիզիկական վարժություններ մանկապարտեզի ավագ խմբում» մեթոդական հանձնարարականներ, Երևան 1986