



«Քայլ առ քայլ» բարեգործական հիմնադրամ

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

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Թեմա՝ Ֆիզկուլտուրայի պարապմունքների կազմակերպումը նախադպրոցական ուսումնական հաստատություններում

Դաստիարակ՝ Սոնա Առստամյան

Մանկապարտեզ՝ «Արմավիրի մարզ, Փարաքարի համայնք, գյուղ Բաղրամյան» «Բաղրամյանի մանկապարտեզ» ՀՈԱԿ

2023թ.

Բովանդակություն

Ներածություն.....	3
Տեսական մաս.....	4
Վաղ տարիքի զարգացման առանձնահատկությունները.....	4
Հետազոտության ընթացքը.....	17
Եզրակացություն.....	18
Գրականության ցանկ.....	19

Ներածություն

Մանկություն, անհատի [օնտոգենետիկ](#) զարգացման փուլ, որն ընդգրկում է ծնվելու պահից մինչև մեծահասակի կյանք մտնելու հնարավորության առաջացման շրջանը: Մանկության ընթացքում սովորաբար առանձնացնում են մանկիկության շրջանը, վաղ մանկությունը, նախադպրոցական տարիքը, [կրտսեր դպրոցական տարիքը](#): Մանկությանը փոխարինում է [դեռահասությունը](#), նախորդելով սոցիալական հասունության փուլին:

Վաղ հասակ, մարդու զարգացման ընթացքում մանկիկության և նախադպրոցական տարիքի միջև ընկած ժամանակահատված:

Վաղ հասակի դիրքը տարիքային շրջանավորման մեջ

Խորհրդային [հոգեբանության](#) մեջ հոգեբանական զարգացման առաջին տարիքային պարբերականացումը մշակել է [Լ.Ս.Վիգոտսկին](#), հետագայում նրա գործը շարունակել է Դ. Բ. Էլկոնին:

Վիգոտսկին վաղ տարիք է համարել 1-3 տարեկանը, իսկ Էլկոնին վաղ հասակը և մանկիկությունը ներառել է վաղ մանկության շրջանի մեջ: Վաղ հասակը սկսվում է մի տարեկանի ճգնաժամով և ավարտվում էրեք տարեկանի անցումային շրջանով:

Արևմտյան հոգեբանության մեջ կարելի է առանձնացնել հետևյալ տարիքային պարբերականությունները.

Զ.Ֆրեյդի հոգեբանաստեքույալ զարգացման հայեցակարգում վաղ տարիքը համնկնում է անալային փուլին, երբ երեխան մաքրակեցություն է սովորում, մասնավորապես՝ զուգարանից օգտվել:

[Էրիկ Էրիկսոնի](#) հոգեբանասոցիալական տեսության մեջ վաղ տարիքը համապատասխանում է Զ. Ֆրեյդի հայեցակարգի անալային փուլին, բայց հեղինակը հավելում է, որ այս ժամանակահատվածում երեխան հաղթահարում է ճգնաժամը՝ կա՛մ հոգուտ ինքնավարության, կա՛մ ամոթի/կասկածի զգացման:

[Շ. Պիաժեն](#) ճանաչողական զարգացման իր տեսության մեջ վաղ տարիքը կապում է սենսամոտորային ինտելեկտի զարգացման ավարտի և նախաօպերացիոնալ փուլի սկզբի հետ:

Հետազոտության նպատակը

Ֆիզիկական պատրաստության միջոցով բացահայտում ենք վաղ տարիքի երեխաների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունները: Ֆիզիկական վարժության միջոցով ձևավորել և զարգացնել գեղեցիկ կազմվածք, կոփել երեխայի մարմինը, զարգացնել

ֆիզիկական և շարժողական որակները՝ ինչպիսիքն են քայլք, վազք, ցատկ, նետում, ճարպկություն, արագաշարժություն, կողմնորոշում տարածության մեջ:

Տեսական մաս

Վաղ տարիքի զարգացման առանձնահատկությունները

Մանկիկության տարիքի և վաղ մանկության միջև անցումային փուլը սովորաբար անվանում են մեկ տարեկանի ճգնաժամ: Ինչպես ցանկացած ճգնաժամ, այն կապված է ինքնուրույնության դրսևորման, աֆեկտիվ ռեակցիաների առաջացման հետ: [Աֆեկտիվ](#) բռնկումներ երեխայի մոտ սովորաբար առաջանում են, երբ մեծահասակները չեն հասկանում նրա [ցանկությունները](#), բառերը, ժեստերը, [միմիկան](#), կամ էլ հասկանում են, բայց չեն կատարում, կամ չեն ցանկանում կատարել: Երեխայի ոչ բոլոր ցանկություններն են կատարելի, քանի որ նրա գործողությունները կարող են վնասել հենց նրան կա շրջապատողներին: Ճգնաժամային տարիքում «չի կարելին» ձեռք է բերում հատուկ ակտուալություն:

Հերթական «չի կարելի» նկատմամբ աֆեկտիվ ռեակցիաները կարող են հասնել նշանակալից ուժի. որոշ երեխաներ գոռում են, ընկնում գետնին, ձեռքերով ու ոտքերով ծեծում այն: Շատ հաճախ երեխայի մոտ ուժեղ աֆեկտների առաջացումը կապված է ընտանիքում դաստիարակության որոշակի ոճի հետ: Դա կամ ավելորդ ճնշումն է, որն արգելում է ինքնուրույնության ամենաչնչին դրսևորումներն անգամ, կամ մեծահասակների պահանջների ոչ հաջորդականությունը. երբ այսօր կարելի է, վաղը չի կարելի: Երեխայի հետ նոր հարաբերությունների հաստատումը, որոշակի ինքնուրույնության տրամադրումը, մեծահասակների համբերատարությունը մեղմացնում է ճգնաժամը, օգնում երեխային ազատվելու սուր հուզական ռեակցիաներից:

Մանկիկության տարիքի վերջում, ձեռք բերելով որոշակի ինքնուրույնություն, դառնում է կենսաբանորեն անկախ: Սկսվում է «քանդվել» երեխա-մեծահասակ անքակտելի միասնության իրավիճակը: Հաջորդ փուլը հոգեբանական բաժանումն է մորից, որը արդեն սկսվում է վաղ մանկության փուլում: Վերջինս պայմանավորված է նրանով, որ երեխայի մոտ ոչ միայն ծագում են նոր ֆիզիկական հնարավորություններ, բայց և ինտենսիվորեն զարգանում են հոգեբանական ֆունկցիաները, իսկ փուլի վերջում՝ առաջանում են ինքնազիտակցության առաջնային սաղմերը:

Վաղ մանկությունը խոսքի զարգացման սենզիտիվ շրջանն է: Երեխայի ավտոնոմ խոսքը արագորեն ձևափոխվում է և վերանում: Հնչողությամբ և իմաստային առումներով անսովոր բառերը փոխարինվում են «մեծահասակի» բառերով: Բնականաբար, խոսքային զարգացման նոր մակարդակին արագ անցումը հնարավոր է միայն բարենպաստ պայմաններում, առաջին հերթին, մեծահասակի հետ ամբողջական շփման դեպքում: Եթե մեծահասակի հետ շփումը բավարար չէ, կամ ընդհակառակը, մեծահասակները կատարում են երեխայի բոլոր

ցանկությունները, խոսքի յուրացումը դանդաղում է: Խոսքային զարգացումը դանդաղում է նաև այն ժամանակ, երբ [երկվորյակները](#) մեծանում են՝ ինտենսիվորեն շփվելով միմյանց հետ ընդհանուր մանկական լեզվով:

Մայրենի լեզուն երեխաները յուրացնում են ինչպես հնչյունային, այնպես էլ իմաստային կողմերով: Բառերի արտասանությունը դառնում է ավելի ճիշտ, երեխան աստիճանաբար դադարում է օգտագործել աղավաղված բառեր, արտահայտություններ: Դրան նպաստում է նաև այն, որ 3 տարեկանում յուրացվում են լեզվի բոլոր հիմնական [հնչյունները](#):

Ամենակարևոր փոփոխությունը երեխայի խոսքում այն է, որ բառը ձեռք է բերում նրա համար առարկայական նշանակություն: Երեխան մի բառով անվանում է արտաքինապես տարբեր հատկություններ ունեցող, բայց որևէ էական հատկանիշով նման առարկաները: Բառերի առարկայական նշանակությունների հետ են կապված առաջին ընդհանրացումները:

Վաղ տարիքում արագորեն աճում է պասիվ [բառապաշարը](#)՝ հասկանալի բառերի քանակը: 2 տարեկանում երեխան հասկանում է գրեթե բոլոր բառերը, որոնք արտասանում է մեծահասակը՝ անվանելով երեխային շրջապատող առարկաները: Այս ժամանակ նա սկսում է հասկանալ և մեծահասակի բացատրությունները համատեղ գործողությունների վերաբերյալ: Քանի որ երեխան ակտիվորեն ճանաչում է իր շրջապատը, առարկաների հետ մանիպուլյացիան առավել նշանակալից գործունեություն է, իսկ առարկաների հետ նոր գործողություններ յուրացնելը նա կարող է միայն մեծահասակի հետ համատեղ: Երեխայի գործողությունները կազմակերպող հրահանգային խոսքը բավական վաղ է հասկացվում: Ավելի ուշ՝ 2-3 տարեկանում, ծագում է խոսք-[պատմվածքների](#) հասկացումը:

Ինտենսիվորեն զարգանում է ակտիվ խոսքը. մեծանում է ակտիվ բառապաշարը, ի հայտ են գալիս առաջին արտահայտությունները, հարցերը՝ ուղղված մեծահասակներին: 3 տարեկանում ակտիվ բառապաշարը հասնում է 1000-1500 բառի: Յուրացվում են մայրենի լեզվի հիմնական քերականական ձևերը, շարահյուսական հիմնական կառույցները: Երեխայի խոսքում հանդիպում են գրեթե բոլոր [խոսքի մասերը](#), տարբեր տեսակի նախադասություններ: Երեխայի խոսքային ակտիվությունը սովորաբար կտրուկ աճում է 2-3 տարեկանների միջև: Ընդլայնվում է նրա շփման շրջանակը. նա արդեն կարող է խոսքի օգնությամբ հաղորդակցվել ոչ միայն իր մոտիկների հետ, այլև այլ մեծահասակների, փոքրիկների հետ: Իհարկե պետք է նշել, որ երեխաները ոչ միշտ են պատասխանում միմյանց:

Խոսքից բացի՝ վաղ տարիքում զարգանում են և այլ [հոգեկան ֆունկցիաներ](#)՝ [ընկալումը](#), [մտածողությունը](#), [հիշողությունը](#), [ուշադրությունը](#): Վաղ մանկությունը հետաքրքրական է այն առումով, որ այս բոլոր փոխկապված ֆունկցիաների մեջ գերակայում է ընկալումը, ինչը նշանակում է հոգեկան այլ ֆունկցիաների կախվածությունը նրանից:

Վաղ տարիքի երեխաները առավելագույնս կապված են առկա իրավիճակի հետ՝ անմիջականորեն ընկալելով այն: Նրանց ամբողջ վարքը դաշտային է, իմպուլսիվ, այդ ակնառու իրավիճակից դուրս ուրիշ ոչ մի բան նրանց չի գրավում: Այստեղից ևս մեկ առանձնահատկություն. վաղ տարիքում դիտվում են [երևակայության](#) տարրական ձևեր, ինչպիսիք են օրինակ կանխատեսողը, բայց ստեղծագործական երևակայություն դեռ չկա:

Փոքրիկ երեխան ընդունակ չէ ինչ-որ բան խաբել: Միայն վաղ մանկության ավարտին նա հնարավորություն է ստանում չասել այն, ինչ իրականում կա:

Այդ փուլում ակտիվ ընկալման գործընթացում ներառվում է հիշողությունը: Հիմնականում դա ճանաչումն է, թեև երեխան արդեն կարող է ոչ կամային վերարտադրել նախկինում տեսածը և լսածը: Քանի որ հիշողությունը կարծես թե դառնում է ընկալման շարունակությունը և զարգացումը, դեռ չի կարելի խոսել անցյալի փորձի վրա հիմնվելու մասին: Վաղ մանկությունը մոռացվում է այնպես, ինչպես մանկիկությունը:

Այս տարիքում ընկալման կարևոր բնութագիրը աֆեկտիվ երանգավորումն է: Ընկալման աֆեկտիվ բնույթը բերում է զգայաշարժողական միասնության: Երեխան տեսնում է իրը, այն գրավում է նրան, ինչի շնորհիվ սկսում է զարգանալ իմպուլսիվ [վաքս](#)՝ վերցնել այն, ինչ-որ բան անել: [Լև Վիգոտսկին](#) այսպես է այդ միասնությունը նկարագրում «վաղ տարիքում գերակայում է ակնառու, աֆեկտիվ երանգավորված ընկալումը, որն անմիջականորեն անցնում է գործողության»:

Այս տարիքային փուլում մտածողությունն ընդունված է անվանել ակնառու- գործնական, այսինքն՝ այն հիմնվում է ընկալման և երեխայի կողմից կատարվող գործողությունների վրա: Թեև 2 տարեկանում երեխայի մոտ առաջանում է գործողությունների ներքին պլան, ամբողջ վաղ մանկության փուլում ինտելեկտուալ զարգացման կարևորագույն հիմք և աղբյուր մնում է առարկայական գործողությունը:

Այս նույն ժամանակ մեծահասակի հետ համատեղ գործունեության ընթացքում երեխան յուրացնում է բազմազան [առարկաների](#) հետ գործելու միջոցներ: Մտածողությունն զարգանում է պրակտիկ գործունեության գործընթացում և պրակտիկ գործունեությունից: Հատկապես դա լավ երևում է, երբ երեխան բախվում է [խնդրի](#) հետ, որի լուծման եղանակները մեծահասակները նրան չեն սովորեցրել:

Ոչ միայն մտածողությունն է զարգանում արտաքին գործունեության շնորհիվ, կատարելագործվում են հենց առարկայական գործողությունները: Բացի այդ, նրանք ձեռք են բերում ընդհանրական բնույթ՝ առանձնանալով այն առարկաներից, որոնց հիման վրա սկզբում յուրացվել են: Տեղի է ունենում յուրացված գործողությունների տեղափոխում այլ պայմաններ: Առարկաներից գործողությունների առանձնացմամբ և նրանց ընդհանրացմամբ՝ երեխայի մոտ առաջանում է [ընդունակություն](#) իր գործողությունները հարաբերակցել մեծահասակների գործողությունների հետ, ընկալել մեծերի գործողությունները որպես օրինակ: Մեխահասակը երեխային առաջադրում է գործողությունների օրինակ, վերահսկում, շտկում և գնահատում դրանց կատարումը: Երեխան, իր գործողություններն առանձնացնելով մեծահասակի հետ համատեղ գործունեությունից, դրսևորում է նոր վերաբերմունք նրանց նկատմամբ, ինչն արտացոլվում է նրա խոսքում: Դ. Էլկոնինի կողմից անձնային անվանված այս գործողությունները դառնում են ինքնուրույնության նորովի դրսևորման հիմք՝ դրանով իսկ նախապատրաստելով հաջորդ անցումային տարիքը՝ 3 տարեկանի ճգնաժամը:

Բացի առարկայական գործողություններից՝ վաղ տարիքի երեխայի զարգացման համար կարևոր են նաև նկարելը և խաղը:

Այս փուլի առաջնային գործունեությունը առարկայական- մանիպուլյատիվ գործունեությունն է: Երեխան չի խաղում, այլ [մանիպուլյացիա](#) է կատարում առրկաների, այդ թվում և խաղալիքների հետ՝ կենտրոնանալով հենց նրանց հետ կատարվող գործողությունների վրա: Այնուամենայնիվ, վաղ տարիքի վերջում [խաղն](#)՝ իր նախնական ձևերով, առաջանում է: Դա, այսպես կոչված, ռեժիսորային խաղն է, որում երեխայի կողմից օգտագործվող առարկաները ստանում են խաղային իմաստ: Այսպիսի խաղերը տարրական չեն, նրանց բնորոշ է սյուժեի պրիմիտիվությունը և կատարվող գործողությունների միօրինակությունը: Խաղի զարգացման համար շատ կարևոր է սիմվոլիկ կամ փոխարինող գործողությունների դրսևորումը:

Հոգեկան ֆունկցիաների զարգացումը անբաժան է երեխայի հուզական-պահանջունքային ոլորտի զարգացումից: Վաղ տարիքում գերակայող ընկալումը հուզականորեն երանգավորված է: Երեխան հուզականորեն արձագանքում է նրան, ինքն անմիջականորեն ընկալում է: Նա ընդունակ չէ վրդովվել նրանից, որ ապագայում իրեն սպասում են անհաջողություններ, և նրան հնարավոր չէ ուրախացնել նրանով, որ հինգ օրից նվեր կստանա:

Երեխայի ցանկություններն անկայուն են և արագ անցողիկ, նա չի կարող վերահսկել և զսպել դրանք, դրանք սահմանափակում են միայն մեծահասակների [պատիժները](#) կամ [խրախուսանքները](#): Բոլոր ցանկություններն օժտված են միանման ուժով. վաղ տարիքում բացակայում է դրդապատճառների համաստորադասությունը: Ասվածը հեշտ է դիտել ընտրության իրավիճակում. ընտրել ինչձոր մի բան երեխան դեռ չի կարող, նա ի վիճակի չէ որոշում կայացնելու: 2 Հուզական-պահանջունքային ոլորտի զարգացումը կախված է երեխայի և մեծահասակի ու տարիքակիցների շփման բնույթից: Մոտիկ մեծահասակների [հաղորդակցման](#) ընթացքում, ովքեր օգնում են երեխային ճանաչելու մեծերի աշխարհի առարկաները, տիրապետում են համագործակցության դրդապատճառները: Անպայման սիրուց, հուզական ջերմությունից բացի՝ երեխան սպասում է մեծահասակից անմիջական մասնակցություն իր գործերին, ցանկացած խնդրի համատեղ լուծում, հենց այսպիսի համագործակցության շուրջ էլ զարգանում են մեծահասակների հետ շփման նոր ձևեր:

Վաղ տարիքում շփումը տարիքակիցների հետ սովորաբար միայն դրսևորվում է, բայց դեռ ամբողջական չէ: 2 տարեկանում տարիքակցի մոտենալու դեպքում երեխան անհանգստանում է: 3 տարեկանում նա արդեն հանգիստ խաղում է ուրիշ երեխայի կողքին, բայց ընդհանուր խաղի պահերը շատ քիչ են, և խաղի ոչ մի կանոնների մասին խոսք չի կարող գնալ: Վաղ տարիքում շփվելով իր տարիքակիցների հետ՝ երեխան միշտ ելնում է իր սեփական ցանկություններից՝ միանգամայն հաշվի չառնելով ուրիշի ցանկությունները: Նա էզոցենտրիկ է, ոչ միայն չի հասկանում ուրիշ երեխայի, այլև չի ապրումակցում նրան: [Ապրումակցման](#) հուզական մեխանիզմը ավելի ուշ է ծագում՝ նախադպրոցական տարիքում: Այնուամենայնիվ, տարիքակիցների հետ շփումը օգտակար է և նույնպես նպաստում է երեխայի հուզական զարգացմանը, թեև ոչ այն չափով, ինչ մեծահասակների հետ շփումը:

Վաղ տարիքին բնորոշ են վառ հուզական ռեակցիաները՝ կապված երեխայի անմիջական ցանկությունների հետ: Այս փուլի ավարտին, 3 տարեկանի ճգնաժամին մոտենալիս, դիտվում է դժվարությունների նկատմամբ ակտիվ ռեակցիա: Երեխան փորձում է ինչ-որ բան

ինքնուրույն անել, բայց նրա մոտ չի ստացվում և անհրաժեշտ պահին մեծահասակն էլ երեխայի կողքին չէ նրան օգնելու համար: Այսպիսի իրավիճակում հնարավոր են հուզական բռնկումներ:

Երեխայի հուզական-պահանջմունքային ոլորտի զարգացումը սերտ կապված է այս ժամանակ ծագած ինքնագիտակցության հետ: Մոտավորապես 2 տարեկանում երեխան սկսում է ճանաչել ինքն իրեն հայելում: Ինքն իրեն ճանաչումը ինքնագիտակցության առաջնային ձևն է: Ինքնագիտակցության զարգացման նոր փուլը սկսվում է այն ժամանակ, երբ երեխան անվանում է ինքն իրեն սկզբում անունով, հետո՝ երրորդ դեմքով: Այնուհետև մեծ 3 տարեկանում օգտագործվում է «ես» դերանունը: Ավելին, երեխայի մոտ առաջանում է [ինքնագնահատականը](#), ընդ որում չափազանց բարձր: Սա հուզական կազմավորում է, որը չի պարունակում ռացիոնալ բաղադրիչներ: Այն հիմնվում է երեխայի՝ հուզական անվտանգության, ընդունման պահանջմունքի վրա՝ դրա համար էլ միջոտ առավելագույնս բարձրացված է: Ես-ի գիտակցումը երեխային առաջ են մղում նոր զարգացման. սկսվում է անցումային տարիքը. 3 տարեկանի ճգնաժամը:

3 տարեկանի ճգնաժամը սահման է վաղ մանկության և նախադպրոցական տարիքի միջև. երեխայի կյանքի ամենադժվար փուլերից մեկը: Սա սոցիալական հարաբերությունների նախկին [համակարգի](#) վերափոխումն է, սեփական «Ես»-ի առանձնացման ճգնաժամը: Երեխան, առանձնանալով մեծահասակից, փորձում է հասատատել նրա հետ նոր՝ առավել խոր հարաբերություններ:

Երեխայի դիրքի փոփոխությունը, նրա ինքնուրույնության և [սկսիվության աճը](#), պահանջում են մեծահասակներից վերակառուցում: Եթե երեխայի հետ նոր հարաբերությունները չեն հաստատվում, նրա նախաձեռնողականությունը չի խրախուսվում, ինքնուրույնությունը անընդհատ սահմանափակվում է, երեխայի մոտ առաջանում են ճգնաժամային երևույթներ, որոնք դրսևորվում են մեծերի հետ հարաբերություններում: 3 տարեկանի ճգնաժամի բնութագրերիվ մեկը նեգատիվիզմն է: Երեխան նեգատիվ ռեակցիա է տալիս ոչ թե հենց գործողությանը, որը նա հրաժարվում է կատարել, այլ մեծահասակի պահանջին կամ խնդրանքին: Նա չի կատարում ինչ-որ բան, որովհետև դա առաջադրել է մեծահասակը: Ընդհանրապես, նեգատիվիզմն ընտրողական է. երեխան անտեսում է ընտանիքի որևէ անդամի կամ դաստիարակի պահանջները, իսկ մյուսների հետ բավական լսող է: Գործողության գլխավոր դրդապատճառը հակառակն անելն է, այսինքն՝ ուղիղ հակառակը նրան, ինչ ասել են:

3 տարեկանում երեխան առաջին անգամ ընդունակ է դառնում գործելու իր անմիջական ցանկությանը հակառակ: Երեխայի վարքը որոշվում է ոչ թե այդ ցանկությամբ, այլ ուրիշի, մեծահասակների հետ հարաբերություններով: Վարքի դրդապատճառը գտնվում է արդեն երեխային առաջադրված իրավիճակից դուրս: Բնարկե [նեգատիվիզմը](#) ճգնաժամային երևույթ է, որը պետք է անհետանա ժամանակի ընթացքում: Բայց այն, որ 3 տարեկանում երեխան հնարավորություն է ստանում գործելու որ թե պատահականորեն ծագած ցանկության ազդեցությամբ, այլ գործել ուրիշ՝ ավելի բարդ և կայուն դրդապատճառների ազդեցությամբ, զարգացման կարևորագույն ձեռքբերում է: 3 տարեկանի ճգնաժամի երկրորդ բնութագիրը համառությունն է: Սա երեխայի ռեակցիան է, ով պնդում է ինչ-որ բան ոչ թե նրա համար, որ

ինքն է ուզում, այլ որ ինքն է ասել մեծահասակին և պահանջում է, որ իր կարծիքը հաշվի առնեն: Նրա առաջնային որոշումը պայմանավորում է նրա ամբողջ վարքը, և հրաժարվել այդ որոշումից նույնիսկ փոփոխվող հանգամանքներում երեխան չի կարող: Համառությունը հաստատակամություն չէ, որով երեխան հասնում է իր ուզածին: Համառ երեխան պնդում է այն, ինչը ինքը այդքան էլ չի ցանկանում, կամ ընդհանրապես չի ցանկանում: Անցումային տարիքում կարող է դրսևորվել կամակորություն: Վերջինս ուղղված է ոչ թե կոնկրետ որ մեծահասակի դեմ, այլ վաղ մանկությունում հաստատված հարաբերությունների ամբողջ համակարգի դեմ, ընտանիքում ընդունված դաստիարակության նորմերի դեմ: Երեխան պնդում է իր ցանկությունները և դժգոհում նրանից, թե ինչ են առաջարկում և անում ուրիշները: Բնականաբար, վառ դրսևորվում է ինքնուրույնության միտում, երեխան ցանկանում է ամեն ինչ ինքն անել ու լուծել: Սկզբունքորեն դա դրական երևույթ է, բայց ճգնաժամի ժամանակ ինքնուրույնության նկատմամբ գերմիտումը հանգեցնում է ինքնակամության, որը հաճախ աղեկվատ չէ երեխայի հնարավորություններին՝ առաջացնելով մեծերու հետ լրացուցիչ կոնֆլիկտներ:

3 տարեկանի ճգնաժամի հետաքրքիր բնութագիր է արժեզրկումը, որը հատուկ է նաև մյուս բոլոր անցումային տարիքներին: Իսկ ի՞նչն է արժեզրկվում երեխայի աչքերում: Այն, ինչը սովորական, հետաքրքիր, թանկ է եղել նախկինում:

Բոլոր այս երևույթները վկայում են, որ երեխայի մոտ փոխվում է վերաբերմունքը այլ մարդկանց և ինքն իր նկատմամբ: Նա հոգեբանորեն առանձնանում է մոտիկ մեծահասակներից: Սա երեխայի [Էմանսիպացիայի](#) (ազատագրման) կարևոր փուլն է:

Այսպիսով, երեխան ակտիվորեն ճանաչում է իրեն շրջապատող առարկաների աշխարհը, մեծահասակների հետ յուրացնում է նրանց հետ գործողությունների միջոցները: Նրա առաջնային գործունեությունը առարկայական-մանիպուլյատիվ գործունեությունն է, որի շրջանակներում ծագում են տարրական խաղերը: 3 տարեկանում դրսևորվում են անձնային գործողություններն ու «ես ինքս» գիտակցությունը՝ այս փուլի կենտրոնական նորագոյացությունը: Առաջանում է խիստ բարձր հուզական ինքնագնահատական: 3 տարեկանում երեխայի վարքը շարունակում է մնալ իմպուլսիվ, առաջ են գալիս արարքներ՝ կապված ոչ թե անմիջական իրավիճակային ցանկությունների, այլ երեխայի «ես»-ի դրսևորման հետ:

.Զարգացման սոցիալական վիճակ և զգացմունքային անձնային զարգացում

Զարգացման սոցիալական վիճակը բնութագրվում է իր համար կարևոր մեծահասակի հետ սերտ հարաբերությունների համակարգի փլուզմամբ: Երեխան սկսում է ուղղակիորեն շփվել առարկայի հետ, ընդ որում, դրանց հետ վարվելու ձևը սովորում է մեծահասակից: Մեծահասակների հետ համագործակցելով՝ կառուցվում է զարգացման նոր սոցիալական վիճակ, որի էությունը մարդկային փորձի յուրացումն է (այսինքն՝ «երեխա - առարկա - մեծահասակ» զարգացման սոցիալական վիճակի սխեման): Բացի այդ, երեխան սկսում է տիրապետել խոսքին, քանի որ կապի հին միջոցները թույլ չեն տալիս տիրապետել նոր առարկաների: Երեխայի ինքնավարության որոշակի մակարդակը՝ առարկայական աշխարհի յուրացման անհրաժեշտության ի հայտ գալուն զուգահեռ, առաջացնում է առաջատար

գործունեության նոր՝ առարկայագործիքային տիպ: Վաղ տարիքում առանձնացվում են միջոցական տրամաբանության յուրացման հետևյալ փուլերը:

1. **Գործիքի ոչ սովորական օգտագործումը** (օրինակ՝ գդալ օգտագործելիս երեխան փորձում է այն կիրառել տարբեր՝ սննդի հետ կապ չունեցող գործառնություններում (թակելը, գդալով այլ օբյեկտների հասնելը)).
2. **Երեխան արդեն կարևորում է գործիքի գործառնությունը** (գդալն անհրաժեշտ է ուտելու համար), բայց դեռ չի սահմանում գործողության ռեժիմը (օրինակ՝ երեխան կարող է գդալը շրջել, բռնել հակառակ ծայրով և փորձել այդպես ուտել կերակուրը).
3. **Երեխան արդեն ըմբռնում է գդալից օգտվելու եղանակը**, բայց ձեռքի համակարգված շարժումներ դեռևս չկան.
4. **Երեխան տիրապետում է ձեռքի շարժման պատշաճ համակարգին**, և հետևաբար, վերջին փուլում ի հայտ է գալիս գործիքի կիրառման տրամաբանության լրիվ յուրացում.

Վաղ տարիքում երեխան [կախվածություն](#) է ունենում մեծահասակից: Ջ. Բոուլբին այդ պահվածքը սահմանել է որպես վարքի այնպիսի մոդել, որն ապահովում է չափահասի հետ կապի պահպանում և բավարարում է երեխայի անվտանգության կարիքը: Մոտ 2-3 տարեկան հասակում ձևավորվում է կցորդի կայուն տիպ. երեխայի արձագանքը մոտ մեծահասակից առանձնանալիս դրա վառ ապացույցն է (ռեակցիան կարող է տարբեր լինել՝ կախված ձևավորված կապվածության տեսակից. վստահելի կապվածության դեպքում երեխան հեշտ հանդարտվում է, երբ մեծահասակից բաժանվում է և ուրախանում է նրա վերադարձի դեպքում): Նաև այս տարիքային շրջանում առաջանում են սոցիալական հույզերի սկզբնական ձևեր: Դրանք ներառում են գեղագիտական, բարոյական զգացմունքներ (ամոթի, մեղքի, հպարտության զգացում), ապրումակցություն և կարեկցանք մեկ այլ մարդու նկատմամբ:

.Շփման ձևը վաղ տարիքում և առարկայական խաղի զարգացում

Վաղ հասակում հաղորդակցման բնորոշ ձև է իրավիճակային-գործնական հաղորդակցությունը՝ իր համար կարևոր մեծահասակի հետ: Մ. Ի. Լիսինան հայտնաբերել է 4 նշան, երբ երեխան մեծահասակի հետ համագործակցության անհրաժեշտություն է զգում:

1. Երեխան փորձում է մեծահասակի ուշադրությունը հրավիրել իր գործունեության վրա.
2. Հաջողության հասնելու դեպքում երեխան սպասում է մեծահասակի գնահատմանը.
3. Զախողման դեպքում երեխան սպասում է մեծահասակի աջակցությանը.
4. Երեխան խուսափում է «ուղղակի» գուրգուրանքից, բայց հաճույքով ընդունում է այն որպես հաջողության և նվաճումների խրախուսում:

Առարկայական խաղի զարգացում

Վաղ տարիքում օբյեկտիվ-գործիքային գործունեության զարգացմանը զուգահեռ սկսում է զարգանալ նաև առարկայական խաղը: Ֆ. Ի. Ֆրադկինյան առանձնացրել է առարկայական խաղի զարգացման 3 փուլերը.

1. Խաղը իրենից ներկայացնում է մեծահասակների օրինակին հետևելով տարբեր առարկաների օգտագործում (այս փուլը դրսևորվում է կյանքի երկրորդ տարվա սկզբում)
2. Երեխայի առարկայական գործողությունները ընդլայնվում են: Մեծահասակը կարող է երեխայի համար ստեղծել գործողությունների բարդ շղթա, և այդ գործողությունները երեխան կարող է իրականացնել ինքնուրույն (այս փուլը տևում է մոտ 1.6 - 3 տարեկանը):
3. Երևակայական իրավիճակի տարբեր են առաջանում (մասնավորապես՝ երեխան կարողանում է մեկ օբյեկտը փոխարինել մեկ այլով), և առաջին անգամ գիտակցում է իր [դերը](#):

Հետագայում՝ օբյեկտիվ խաղի զարգացումը ձևավորում է [դերային խաղերի](#) զարգացման նախադրյալներ:

.Ֆիզիկական դաստիարակություն

Անձի տարիքային զարգացման ոչ մի շրջանում ֆիզիկական դաստիարակությունը այնպես ցայտուն չի ներգործում առողջության, ֆիզիկական զարգացման, ֆիզիկական պատրաստվածության, ֆունկցիոնալ հնարավորությունների ընդլայնման և սոցիալականացման վրա, ինչպես նախադպրոցական տարիքում:

Նախադպրոցականի ֆիզիկական կուլտուրան ոչ միայն մկանային վարժություն է, հիգիենիկ հմտությունների և առողջության ամրապնդում, այլև զգացմունքի, ուշադրության, կամքի, գեղեցկության արտահայտության, որը հանրագումարային ցույց է

տալիս սանի բազմաբնույթ կուլտուրան:

Անկասկած դրանք այն հիմնական բաղադրիչներն են, որոնց վրա հենվելով իրականացվում է սանի բազմակողմանի դաստիարակությունը՝ մտավոր, բարոյական, գեղագիտական, աշխատանքային, էկոլոգիական և այլն: Ֆիզիկական դաստիարակության

բազմազան միջոցների արդյունավետ օգտագործելու համար անհրաժեշտ է կիրառել համակողմանի մոտեցում, կանոնավոր համագործակցել ծնողների հետ:

Նման հայեցակարգային դրույթները առաջադրում են նպատակաուղղված ամրապնդել երեխաների առողջությունը բարձրացնել ֆունկցիոնալ և ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը:

Նախադպրոցական ուսումնական հաստատությունում պետք է լուծվեն հետևյալ խնդիրները՝

□ առողջության ամրապնդումը ու պահպանումը, օրգանիզմի կոփումը և դիմադրողականության բարձրացումը, հենաշարժողական ապարատի ամրապնդումը, ճիշտ կեցվածքի ձևավորումը և հարթաթաթության կանխարգելումը, ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացումը, օրգանիզմի ֆունկցիոնալ համակարգի բարելավումը,

□ կենսականորեն անհրաժեշտ շարժողական կարողությունների և հմտությունների /քայլք, ցատկ, սողանցում, մագլցում, նետում/ ձևավորում ինչպես նաև դրանց տեխնիկայի ճիշտ կատարում,

□ շարժողական ընդունակությունների /արագաշարժության, դիմացկունության, մկանային ուժի, ճարպկության, հավասարակշռության, կոորդինացիայի/ մշակում,

□ շարժախաղերի և մարզախաղերի տարրերի ուսուցում, խաղային գործողությունների ձևավորում, զարգացում,

□ շնչառական և մանր մոտորիկայի զարգացման վարժությունների ուսուցում,

□ անձի բարոյականային դրական գծերի՝ ինքնուրունության, ակտիվության, ընկերասիրության, համագործակցության դաստիարակում:

Նախադպրոցական ուսումնական հաստատությունում ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրների լուծումը պայմանավորված է սանի օրգանիզմի վրա տարբեր միջոցների միասնական ներգործությամբ, որոնց զուգակցումը կախված է նախադպրոցական ուսումնական հաստատության սաների առողջական վիճակից, ընտանեկան-կենցաղային պայմաններից, էկոլոգիայի, սեռի, անհատական և տարիքային

առանձնահատկություններից:

Ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրների լուծման գործում էական

նշանակություն ունեն նաև նախադպրոցական ուսումնական հաստատությունում

հիգիենիկ բարենպաստ պայմանների ստեղծումը, բավարար չափով բաց օդում լինելը և,

ամենակարևորը, երեխաների նկատմամբ դրսևորվող բարեխիղճ վերաբերումքը, հոգատարությունն ու խնամքը:

Սաների ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրներն իրարականացվում են ռեժիմի, սննդի, կուլտուր-հիգիենիկ ունակությունների ու հմտությունների, ինչպես նաև կոփման

միջոցառումների փոխկապակցությամբ:

Սաների ֆիզիկական դաստիարակության խնդիրներն իրականացվում են հիմնականում շարժողական նպատակային ռեժիմի պայմաններում, որի հիմքում ընկած են

տարբեր ձևերով կազմակերպվող ֆիզկուլտուրային ամենօրյա միջոցառումները, սանի ազատ, ինքնուրույն շարժողական գործողությունը:

Սաների սովորում են վարքի կուլտուրա և այդ բոլորին պետք է տիրապետեն ու պարբերաբար կրկնեն, ամրապնդեն տարիքային հաջորդ խմբերում՝ որակական նոր կատարելությամբ:

Օրվա ընթացքում դաստիարակը կազմակերպում է խաղեր և վարժություններ տարբեր առարկաներով:

Ծրագրում տրված են նաև շարժողական ընդունակությունների մշակման, մարմնի ճիշտ կեցվածքի ձևավորման, հարթաթաթության կանխման և շնչառությունը կարգավորող վարժություններ, որոնք պետք է իրականացվեն մանկարապարտեզի ուսումնադաստիարակչական ամբողջ աշխատանքի ընթացքում:

Համաձայն ծրագրի՝ օրվա ընթացքում շարժողական ռեժիմը ապահովվում է մարմնամարզական վարժությունների և երաժշտառիթմիկ պարապմունքների միջոցով, ըստ որի առաջադրվող նյութը բովանդակում է սպորտային վարժությունների պարզ ձևեր,

նմանողական շարժումներ, ազգային պարային շարժումների տարրեր և այլն:

Շարժողական ընդունակությունների մշակման և շարժողական կարողությունների ու հմտությունների զարգացման համար վարժություններն ընտրվում են՝ հաշվի առնելով սաների անհատական և տարիքային հնարավորությունները, պարապմունքների և

առօրյա աշխատանքների կազմակերպման համար մանկապարտեզում ստեղծված պայմանները:

Առավոտյան մարմնամարզություն – ծրագրով նախատեսվում է ամեն օր, մինչև նախաճաշն անցկացնել առավոտյան մարմնամարզություն:

Ծրագրով առաջարկվում է ամեն օր կատարել առավոտյան մարմնամարզություն, որի համալիրները պետք է կառուցվի ծանոթ, պարզ, մատչելի, դինամիկ, ուշադրությունը կենտրոնացնող, համազարգացնող, նմանողական խաղային վարժություններից և պարային շարժումներից:

Ցերեկային քնից հետո սաների արթնացնելու, օրգանիզմը թարմացնելու, ակտիվ գործունեության նախապատրաստելու նպատակով առաջարկվում է ամեն օր անցկացնել

մարմնամարզական վարժություններ՝ երեխաների ծանոթ խաղ վարժություններից, պարային շարժումներից, որոնք զուգակցվում են օդալողանքով (տևողությունը՝ 10-15 րոպե):

Շարժողական ռեժիմում սաների ինքնուրույն շարժողական գործունեությանը մեծ տեղ է հատկացված: Սանն ազատ ընտրում է իր նախասիրություններին համապատասխանող գործունեություն, որտեղ զարգանում է նրա ստեղծագործական ակտիվությունը: Սանն ինքնահաստատման հնարավորություն է ձեռք բերում: Դառնալով

իրերի, գործողությունների, հարաբերությունների տեր, նա ինքնաճանաչողության որակ է

ձեռք բերում, մշակվում են հասակակիցների հետ համագործակցելու ունակություններ:

Սաների ինքնուրույն շարժողական գործունեությունը պայմանավորված է ակտիվությունը խթանող բազմազան պարագաների առկայությունը բախում և շենքի ներսում: Առաջարկվում է լայնորեն օգտագործել ծանոթ, ժողովրդական շարժախաղեր, մարզական տարրերով խաղեր ու սպորտային վարժություններ: Սաների ֆունկցիոնալ հնարավորություններն ընդլայնելու, շարժողական կարողությունները զարգացնելու նպատակով անհրաժեշտ է կիրառել պարզագույն արշավներ, հեռավոր զբոսանքներ օգտվելով բնական արգելքներից:

Ֆիզիկական դաստիարակության աշխատանքներն ամփոփելու նպատակով ծրագրով առաջարկվում է անցկացնել ժամանցներ, մարմնամարզական հանդեսներ, մարզական-

մասսայական, առողջության օր, տասնօրյակներ:

Ծրագրային նյութը բարդանում է տարիքային մի խմբից մյուսին անցնելիս: Ընդ որում, կարևորվում է նոր շարժումների տեխնիկայի յուրացումը և մանկական օրգանիզմի

Ֆիզիկական բեռնվածության աստիճանական բարձրացումը: Տարիքային յուրաքանչյուր

խմբի համար տրված ուսուցման միայն նոր նյութը: Յուրացված կարողությունների ամրապնդման ու կատարելագործման, մարզական ընդունակությունների և աշխատունակության բարձրացման համար նախատեսվում է սպորտային վարժությունների և խաղերի, խաղային վարժությունների պարբերական կրկնություն՝ տարիքային բոլոր հաջորդող խմբերում, որակական նոր բարձրությամբ:

.Կոփում

Օրգանիզմի կոփումը երեխայի առողջությունը ամրապնդելու միջոցներից մեկն է:

Կոփումը պետք է անցկացվի հաշվի առնելով յուրաքանչյուր երեխայի անհատական առանձնահատկությունները նրա առողջական վիճակը: Կոփման կարևոր սկզբունքները

պետք է հստակ պահպանեն դաստիարակները: Կոփումը պահանջում է աստիճանաբար

մեծացնել գրգռիչ ներգործություն ունեցող ուժերը (ջերմաստիճանն իջեցնել, հագուստը թեթևացնել, մասնակի արարողություններից ընդհանուրին անցնել աստիճանաբար):

Կոփումը պետք է անցկացնել կանոնավոր կերպով, հակառակ դեպքում՝ օրգանիզմում կազմավորվող պատասխան հակազդեցությունները անհետանում են:

Սաների մեջ պետք է գիտակցական վերաբերմունք դաստիարակել կիրառվող կոփող միջոցների հանդեպ, դաստիարակել կոփված լինելու ցանկություն:

Կոփվելու համար պետք է լայնորեն օգտվել թարմ, զով օդից: Աշնանը և ձմռանը 3-4 ժամից ոչ պակաս զբոսնեն ամեն տեսակ եղանակներին: Տարվա տաք եղանակներին

որքան կարելի է շատ պետք է օգտվել արևի ճառագայթների օգտակար ներգործությունից,

հերթականությամբ լինելով արևի տակ և ստվերում:

Ամռանը յուրաքանչյուր նախադպրոցական ուսումնական հաստատությունում պարտադիր կերպով անցկացվում է ընդհանուր ջրային արարողություն՝ ջրցան, իսկ ձմռանը՝ միայն որտեղ կան հարկ եղած պայմանները: Ջրցանը կարելի է փոխարինել ոտքերի ջրաշփումով:

Սանի առողջության համար մեծ նշանակություն ունեն հիգիենիկ պայմանների ստեղծումը և սանի օրգանիզմի պարբերական կոփումը: Կոփումն իր մեջ ներառում է միջոցառումների մի համալիր, որն ապահովում է օրգանիզմի ֆիզիկական զարգացումը,

ֆիզիոլոգիական ֆունկցիաների ակտիվացումը, առողջության ամրապնդումը, օրգանիզմի

դիմադրողականության բարձրացումը: Կոփված օրգանիզմը հեշտ է հարմարվում օդի ջերմաստիճանի և մթնոլորտային ճնշման տատանումներին, հիվանդությունների և վնասակար գործոնների նկատմամբ դառնում դիմացկուն: Կոփման միջոցների դրական

ազդեցությունը կարելի է ապահովել հետևյալ կանոնների պահպանումով.

1. Կոփման արարողություններն սկսելուց առաջ խորհրդակցել բժշկի հետ:
2. Պահպանել արարողությունների կատարման պարբերականությունը, այսինքն, կոփումն անցակացնել անընդհատ:
3. Օրգանիզմը կոփող արարողություններին ընտելացնել աստիճանաբար:
4. Պահպանել անհատական մոտեցման սկզբունքը, բոլոր դեպքերում հաշվի առնել օրգանիզմի առանձնահատկությունները, հասակը, սեռը, առողջական վիճակը և այլն:

Կոփման լավագույն միջոցներն են՝ օդը, ջուրը, արևի ճառագայթները:

Կոփման միջոցներն ընտրելիս անհրաժեշտ է հաշվի առնել բնակլիմայական պայմանները

և հիգիենիկ պահանջները:

Հետազոտության ընթացքը

Հետազոտությունը անցկացրել են Արմավիրի մարզի Փարաքար համայնք գյուղ Բաղրամյանի մանկապարտեզում կրտսեր խմբում աշխատել են 30 երեխայի հետ:

.Պարապմունքի պլան

Պարապմունքի խնդիրները:1.Սովորեցնել ընդհանուր զարգացման նպաստող վարժությունները(պարաններով):2.Կատարելագործել քայլք ոտնաթաթերի վրա՝ձնկները վեր բարձրացնելով:

Անհրաժեշտ պարագաները: Պարան:

Ներգրավիչ մաս: Շարվել մեկ շարքով,քայլել իրար հետևից մեկ շարքով:

Հիմնական մաս: Պարանի օգնությամբ պահել հավասարակշռությունը:

Վարժ. 1: Քայլել իրար հետևից պահելով շարքը:

Վարժ. 2: Ծնկները վեր բարձրացնելով քայլել պահպանելով տարածությունը:

Վարժ. 3: Քայլել զույգերով:

Վարժ. 4: Կքանիստ:

Վարժ. 5: Քայլել կքանստելով:

Եզրափակիչ մաս: Հանգիստ քայլել միասյունով:Մեթոդական ցուցումները:Իրար

հետևից քայլելու ժամանակ երեխաները պետք է իրար չհրեն:Կքանիստ կատարելիս պետք է արտաշնչել:

Եզրակացություն

Բոլոր երեխաները ակտիվ մասնակցում են կարողանում էին կատարել ընդհանուր զարգացման նպաստող վարժությունները: Բոլոր երեխաների մոտ կատարեցի շտկողական աշխատանք, պլանավորեցի հաջորդ պարապմունքի ընթացքում առանց իմ միջնորդության կատարել վարժությունը սահուն:

.Դիտարկում

Դաստիարակը հասավ իր նպատակին և երեխաների մոտ զարգացրեց լսելու ունակությունը, ճարպկությունը և հավասարակշռությունը: Երեխաները շատ ուրախ էին և սիրով էին կատարում վարժությունները: Ընտրված թեմաները շատ կարևոր են երեխայի հետագա զարգացման և կոփման համար: Այս պարապմունքի ընթացքում դաստիարակը կարողացել է լուծել մի քանի խնդիրներ, որոնք են ֆիզիկական զսպվածություն, հավասարակշռություն և նպատակասլացությունը:

Գրականության ցանկ

1. *Л. С. Выготский* Проблема возрастной периодизации детского развития. — Вопросы психологии. — Москва, 1972. — С. 114 - 123.
2. *Д. Б. Эльконин* Избранные психологические труды. — Москва: Педагогика, 1989.
3. *О. А. Карбанова* Возрастная психология. — Москва: Айрис-Пресс, 2005.
4. *М. И. Лисина* Проблемы онтогенеза общения. — Москва, 1986.
5. Обухова Л. Ф., Детская (возрастная) психология. Учебник. -- М., Российское педагогическое агентство. 1996, 374 с.
6. Валлон А. Психическое развитие ребенка. М., 1967.
7. Эльконин Д.Б. Детская психология М., 1960.