



«Քայլ առ քայլ» բարեգործական հիմնադրամ

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

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Թեմա՝ « Թեմա՝ Շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական
զարգացման գործում»

Դաստիարակ՝ Գրիգորյան Սիմա

Մանկապարտեզ՝ «ՀՀ Տավուշի մարզի, Հաղարծին գյուղի մանկապարտեզ
» ՀՈԱԿ

2023թ.

Բովնադակություն

Ներածություն-----	3
Գլուխ 1: Շարժախաղերի դասակարգումը և դրանց առանձնահատկությունները-----	5
Գլուխ 1.1 Շարժախաղերին ուղղված պահանջները և համապատասխան տեսակները-----	8
Գլուխ 1.2: Շարժախաղերի նպատակները, նշանակությունը և խնդիրները-----	11
Գլուխ 2: Հետազոտական մաս-----	13
Եզրակացություն-----	16
Օգտագործված գրականության ցանկ-----	18

Ներածություն

Հետազոտության թեմայի արդիականությունը: Խաղն առաջնային դեր ունի նախադպրոցական երեխայի զարգացման, դաստիարակության, աշխարհընկալման գործում: Դաստիարակը խաղի բովանդակությունը ճիշտ օգտագործելու դեպքում կարող է հասնել երեխայի մեջ դրական և կարևոր որակների ու հատկությունների ձևավորմանն ու դրանց հետագա զարգացմանը:

Խաղը երեխայի միակ և ամենասիրած զարգացման մեջ է: Երեխան խաղում է ցանկացած պահին և միշտ: Այն թույլ է տալիս բավարարել շատ պահանջմունքներ, ինչպես օրինակ, գրվաճանքի, հետաքրքրության, հավաքված էներգիայի օգտագործումը, ինքնահաստատումը և այլն: Խաղը երեխայի ներքին աշխարհը բերում է համապատասխանության իր ունեցած պատկերացումներին և բացում է հնարավորություններ այն բանի համար, որ երեխան ընդլայնի և զարգացնի արդեն ձեռք բերած ընդունակությունները: Խաղը երեխայից պահանջում է այնպիսի որակներ, ինչպիսիք են շփվողականությունը, նախաձեռող լինելը, իր գործողությունները հասակակիցների գործողությունների հետ կորորդինացնելու ընդունակությունը: Խաղերի միջոցով երեխաները փորձում են արտահայտել իրենց զգացմունքները, լուծել ներքին կոնֆլիկտները, բարձրացնում են ինքնագնահատականը:

Շարժախաղերը խաղային գործունեության այնպիսի ձև են, որտեղ ցայտուն կերպով արտահայտվում է շարժման դերը. դրանք կազմված են տարբեր բնույթի շարժումներից (քայլք, վազք, ցատք, մագլցում և այլն): Շարժուն խաղերն ազդում են երեխայի բնավորության դրական գծերի, բարոյական որակների, գեղագիտական զգացումների ձևավորման վրա (ընկերասիրություն, համաձայնություն, վճռականություն, գեղեցիկը տեսնելու ունակություն՝ խաղում, շրջապատում, ընկերական փոխհարաբերություններում): Հնարավոր չէ երեխաներին պատկերացնել առանց խաղի, որովհետև խաղը երեխաների բնական ուղեկիցն է: Խաղում ակտիվ շարժուն գործունեությունը մարզում է երեխայի նյարդային համակարգը:

Շարժախաղերում բնորոշ է երեխայի շարժումների ինքնուրույն օգտագործումը, նոր շարժումների ստեղծումը: Խաղերը հնարավորություն են տալիս երեխաներին մտնել դերի մեջ, կատարել նմանողական շարժումներ տվյալ խաղի ընթացքում:

Երեխաները կարողանում են կատարել մտքերի փոխանակություն, արտասանել կարճ ոտանավորներ:

Խաղերն իրենց բովանդակությամբ և ձևով մատչելի են բոլոր տարիքի երեխաների համար: Նրանք խաղում են տարբեր բովանդակության, շարժունականության և իրենց պահում բնական, առանց լարվածության, անկեղծորեն դրսևորում բնավորության դրական և բացասական գծերը, դա էլ իր հերթին հնարավորություն է տալիս դաստիարակին ծանոթանալու յուրաքանչյուր երեխայի անհատական առանձնահատկություններին և ներգործելու դրանց վրա՝ տալով որոշակի դրական ուղղվածություն:

Հետազոտության նպատակը: Սույն հետազոտական աշխատանքի նպատակն է՝ ուսումնասիրել շարժախաղերի դերը սաների ֆիզիկական զարգացման գործում:

Գլուխ 1: Շարժախաղերի դասակարգումը և դրանց առանձնահատկությունները

Ընդհանուր առմամբ, խաղը երեխայի ակտիվ գործունեության տեսակ է, որը սովորաբար շրջապատող աշխարհի, մեծերի գործողությունների և փոխհարաբերությունների ընդօրինակումն է: Մանկական խաղերն իրենց ծագումով, բնույթով և բովանդակությամբ սոցիալական են, կրում են ազգային, ժողովրդական բնույթ և փոխանցվում են սերնդեսերունդ: Դրանցում ձևավորվում և դրսևորվում է աշխարհը ճանաչելու, նրա վրա ներգործելու երեխայի պահանջը, զարգանում են նրա կամային, ֆիզիկական հատկությունները:

Մանկավարժության մեջ տարբերում են **մանիպուլացված** (մինչև 3 տարեկանների), **սյուժետային** (դերային, թատերականացված, բեմականացված), **դիդակտիկ** և **շարժական** մանկական խաղեր:

Մտորային տարիքի երեխաներին խաղի ընթացքում սովորեցնում են առարկաներով գործողություններ կատարել, ծանոթացնում են դրանց ձևին, գույնին, նշանակությանը և այլն:

Երեխաների, նամանավանդ նախադպրոցականների մտավոր դաստիարակության գործուն միջոցներից են դիդակտիկ խաղերը, որոնց նպատակն է նոր գիտելիքներ հաղորդել առարկաների, նրանց դասակարգման, նշանակության, հատկությունների, աշխատանքի տեսակների, բնության երևույթների և այլնի մասին: Լայն տարածում ունեն առանց խաղալիքի, բանավոր մանկական խաղերը՝ հանելուկները, վանկախաղերը և այլն: Հաճախ դիդակտիկ մանկական խաղերը կրում են ճանաչողական-մարզական խաղ-վարժությունների և խաղ-մրցույթների բնույթ:

Շրժուն խաղը նախադպրոցական տարիքի երեխայի համակողմանի դաստիարակության կարևոր միջոցներից մեկն է և դրա առանձնահատկությունն ազդեցության կոմպլեկտայնությունն է երեխայի օրգանիզմի և նրա անձի բոլոր կողմերի վրա: *Շարժուն խաղը երեխայի բարդ զգացմունքային գործողությունն է՝ հիմնված շարժումների և կանոնների առկայության վրա, որն ուղղված է լուծելու շարժողական խնդիրները:* Շարժախեղերը, ինչպես և այլ խաղի տեսակները հանդիսանում են երեխաների կյանքի կազմակերպման ձև, ունեն մեծ նշանակություն

փոխհարաբերությունների դաստիարակության մեջ: Այս խաղերում մեծիմասամբ մասնկցում են ընդհանուր հետքերը վաճառությամբ միավորված խմբեր:

Տարբերակվում են շարժուն խաղերի **երեք** հիմնական տեսակներ, իրենց ենթատեսակներով: Դրանք են՝

- Անհատական կամ միայնակ,
- Ազատ կամ կամային,
- Կոլեկտիվ կամ խմբակային:

Անհատական կամ միայնակ շարժախաղերը ստեղծվում, կազմակերպվում և վարվում են մի երեխայի կողմից: Այս դեպքում երեխան կարող է ինքը որոշել խաղի իմաստը և բովանդակությունը, ժամանակային կանոնները, որոնք խաղի ընթացքում կարող են նույն երեխայի կողմից ձևափոխվել նպատակին առավել էֆեկտիվ հասնելու համար: Խաղի այս տեսակը հատուկ է առավելապես կրտսեր նախադպրոցական երեխաներին, ինչպես նաև կոլեկտիվ շփման մեջ այս կամ այն պատճառով սահմանափակվածություն ունեցող երեխաներին:

Նախադպրոցական և հազվադեպ կրտսեր դպրոցական տարիքի երեխաները նախընտրում են այսպես կոչված, **ազատ կամ կամային** խաղերը: Դրանք կայանում են նրանում, որ երեխաներն իրենք են հնարում են խաղը նպատակի առկայության և դրան հասնելու պարտադիր պայմանով: Նման խաղերը հիմնականում ունենում են սյուժետային բնույթ համապատասխան սյուժեի դերերի բաշխման, և հաճախ մանկավարժների կողմից օգտագործվում են հոգեբանական խնդիրներն ընդլայնելու համար:

Կոլեկտիվ կամ խմբակային շարժուն խաղերն այդպես են անվանվում խաղում միաժամանակ կոնկրետ քանակությամբ խաղացողների մասնակցության պատճառով: Խաղի այս ձևն ավելի տարածված է երեխաների մեջ և առանձնանում է մեծ բազմազանությամբ: Կոլեկտիվ խաղերն իրենց հերթին ստորաբաժանվում են **թմային** և **ոչ թմային** խաղերի:

Ոչ թմային խաղերն անցկացվում են **խաղավարի** և **առանց խաղավարի**: Գործառության շրջանում **առանց խաղավարի** ոչ թմային խաղերին հատուկ է,

պայմանավորված խաղի կանոններով, խաղացողների միջև անհատական մրցակցությունը խաղահրապարակում կամ խաղացողների շարքերում իրենց տեղի հաստատման համար, ինչպես նաև խմբակային գործողություններում կանոնների հետևման անհատական մուտեցումը: **Խաղավարի** առկայության դեպքում առաջանում է «հակամարտություն» խաղավարի հետ:

Թմային խաղերը ստորաբաժանվում են այնպիսի խաղերի, որոնց ընթացքում, համապատասխան խաղի բովանդակության և կանոնների, մասնակիցները **Ֆիզիկական շփման մեջ չեն մտնում** մրցակցի հետ, և այնպիսի խաղերի, որնցում առկա է **Ֆիզիկական հակամարտությունը** մասնակից-մրցակիցների հետ:

Գլուխ 1.1: Շարժախաղերին ուղղված պահանջները և համապատասխան տեսակները

Շարժուն խաղերի հիմնական խնդիրն է զարգացնել երեխայի կամքը, ուշադրությունը, շարժողական ակտիվությունը, արագ կողմնորոշվելու, դժվարությունները հաղթահարելու ընդունակություններ, ընկերներին օգնելու, համագործակցելու կարողությունները, համարձակությունը, արագաշարժությունը, ճկունությունը: Խնդրի արդյնավետ լուծման համար անհրաժեշտ է տիրապետել երեխաների տարիքային հոգեբանական և ֆիզիոլոգիական զարգացումներին, համապատասխան որոնց էլ ներկայացվում են պահանջներ, որոնք լրացնելու համար օգտագործվում են համապատասխան մեթոդներ: Մեր դեպքում, պետք է իմանան, տվյալ տարիքի երեխան ինչ պետք է կարողանա կատարել, այն թերացման դեպքում կատարել համապատասխան աշխատանքեր նպատակին հասնելու համար: Վերջինի արդիունավետության համար անհրաժեշտ են համապատասխան շարժախաղեր և դրանց ճիշտ կիրառումը:

Որպես օրինակներ՝ 3-5 տարեկան երեխաները կարողանում են.

3-4 տարեկան երեխան դրսևորում է խոշոր շարժումներով պայմանավորված հիմնական հմտությունները՝ ցուցաբերելով հավասարակշռության, կորդինացիայի զարգացնող ունակություններ՝ կանգնելու, քայլելու, վազքի, ցատկելու, մագլցելու, աստիճաններով իջնելու և բարձրանալու ժամանակ: Ցատկում է մեկ ոտքի վրա 2 և ավելի անգամ: Քայլում է՝ շրջանցելով խոչընդոտները: Քայլում է ոտքերի մատների վրա: Վազում է առնվազն 8 մետր տարածություն: Ինքնուրույն բարձրանում է աստիճաններով՝ հերթագայելով ոտքերը: Մեծահասակի օգնությամբ իջնում է աստիճաններով՝ հերթագայելով ոտքերը: Վարում է եռանիվ հեծանիվ: Նետում է գնդակն ընկերոջը ճիշտ ուղղությամբ: Ֆուտբոլ խաղալիս, ոտքը ետ տանելով, հարվածում է գնդակին:

Երեխան ցուցաբերում է ձեռքի և մատների շարժումների կառավարման տարբեր հմտություններ: Կատարում է պարզ գործողություններ փոքր առարկաներով (թերթիում է գիրքը էջ առ էջ, հավաքում է գլուխկոտրուկներ,

պատելով կափարիչը՝ բացում և փակում է շիշը, խոշոր կամ միջին չափսի ուլունքներով հավաքում է շղթա): Կառուցում է միջին բարդության շինություններ (խորանարդիկներից կառուցում է կամրջակ, պատ): Օժիվում է պարզ՝ կլոր, տափակ, պարանաձև առարկաներ: Ցուցաբերում է մկրատով կտրտելու պարզ հմտություններ: Երեխան դրսևորում է նկարելու հմտություններ (բռնում է մատիտը ձեռքի առաջին երեք մատներով, արտանկարում է երկրաչափական պատկերներ): ասարում է ինքնասպասարկման առօրյա գործողություններ (արձակում և կոճկում է մեծ կոճակները, արձակում է կոշիկի քուղերը, ինքնուրույն օգտվում է սպասքի որոշ տեսակներից):

4-5 տարեկան երեխան ցատկում է մեկ ոտքի վրա առնվազն 5 անգամ: Քայլում է ոտնաթաթերը դնելով կրունկ-թաթ հաջորդականությամբ: Խաղում է ակտիվ, շարժուն խաղեր, ցատկում է փոսերի և իր մարմնի չափսերին համապատասխան այլ արգելքների վրայով, թռչկոտելով առաջ է շարժվում: Ինքնուրույն բարձրանում և իջնում է աստիճաններով: Գնդակը հարվածում է գետնին, այնուհետև բռնում երկու ձեռքով: Երեխան ցուցաբերում է ձեռքի և մատների շարժումների կառավարման հմտություններ (կառուցողական առարկաներով կառուցում է 10 և ավելի կտորներից բաղկացած շինություններ՝ աշտարակ, կամուրջ): Աշխատում է մանր առարկաներով (միջին կամ փոքր չափսի ուլունքներով հավաքում է վզնոց) Երեխան ցուցաբերում է նկարչական և գրի պարզագույն հմտություններ (արտանկարում է տառեր, թվեր, երկրաչափական պատկերներ, մարմնի մասեր):

Երեխան ցուցաբերում է ծեփելու հմտություններ, ծեփում է ծանոթ առարկաներ: Ցուցաբերում է կտրտելու հմտություններ, կտրում է ուղիղ կամ կոր գծերով ոչ ճշգրիտ: Երեխան ցուցաբերում է ինքնասպասարկման որոշ հմտություններ (կոճկում և արձակում է հագուստի կոճակները, շղթաները, ուտելիս օգտվում է սպասքից): Կարողանում է ասեղ թելել և կարել: Հմտորեն ներկում է նկարները, շրջագծում է տարբեր պատկերներ:

Այս խաղերը կարելի է կրառել, որպես օրինակ 3-5 տարեկանների դեպքում հետևյալ նպատակների համար.

Ընդհանուր առմամբ, խաղը պետք է բավարարի տվյալ տարիքի երեխաների հետաքրքրությունը: Ամեն մի տարիքի համար խաղ ընտրելիս պետք է ելնել

մանկավարժական ընդհանուր սկզբունքներից, աստիճանաբար բարդացնելով՝ հեշտից անցնել դժվարին, պարզից՝ ավելի բարդի: Խաղը պետք է լինի մատչելի տվյալ տարիքի ամեն մի երեխայի համար՝ իր կանոնների բարդությամբ, ծավալով ու գործողությամբ:

Ֆիզիկական դաստիարակության անհրաժեշտությանը կարևորել են ոչ միայն հոգեբանամանկավարժության ներկայացուցիչները, այլև այլ բնագավառի գիտնականներ, փիլիսոփաներ և գրողներ: Հետաքրքիր է հանրաճանաչ բժիշկ Ն. Մ. Ամոսովի տեսակետը, համաձայն որի «առողջ լինելու համար հարկավոր է լինել երջանիկ...»: Վիկտոր Հյուգոն նշում էր, որ «հոգու մաքրությունը պահպանելու համար հարկավոր է ապահովել մարմնի ամրությունը...»:[2, էջ 46]

Գլուխ 1.2: Շարժախաղերի նպատակները, նշանակությունը և խնդիրները

Ըստ էության շարժախաղերում ստեղծվում են առավել հարմար պայմաններ ֆիզիկական որակների զարգացման համար: Խաղի ընթացքում երեխաները գործում են համապատասխան կանոնների, որոնք պարտադիր են բոլոր մասնակիցների համար: Երեխան ստիպված ինքն է որոշում գործողությունները նպատակին հասնելու համար: Խաղերը երեխաներին օգնում են ընդլայնել և խորացնել իրենց պատկերացումները շրջակա միջավայրի մասին: Կատարելով բազմաբնույթ դերեր՝ երեխաներն օգտագործում են իրենց գիտելիքները: Խաղերի ընթացքում ստեղծվում են հնարավորություններ խոսքի զարգացման համար:

Երեխաների կազմակերպված վարքագծի և կամային որակների դաստիարակման մեջ մեծ դերը պատկանում է կանոններին: Կանոնների խիստ հետևելու պահանջը (զցել զնդակը կոնկրետ հեռավորությունից, վազել միայն ազդանշանից հետո, թռչկոտել միայն մեկ ոտքով և այլն), երեխաներին սովորեցնում են գործել համապատասխան կանոնների կամ պայմանավորվածության:

Շարժախաղերը մեծ դերակատարում ունեն նախ և առաջ ինչպես միջոց ֆիզիկական դաստիարակության: Շարժախաղերի հիմնական շարժումներն են քայլք, վազք, ցատք, մագլցում, հավասարակշռություն, ինչպես նաև մի քանի հատուկ շարժումներ մկանների առանձին խմբերի ամրացման և զարգացման համար: Եթե դաստիարակողը խաղի մեջ մտնող շարժումները տալիս է ճիշտ չափաբաժնով, ապա դրանք կարող են ամրացնել օրգանիզմը, լավացնել նյութափոխանակությունը, բարելավել գլխուղեղի աշխատանքը, սրտի և շնչառության համակարգերի գործունեությունը, ամրացնել հոդակապերը, ջլերը, մեծանել ողնաշարի ճկունությունը:

Խաղերում արմապնդվում են շարժումները, որոնք դառնում են առավել ճիշտ և կոորդինացված, երեխաները սովորում են գործողությունները կատարել տարբեր փոփոխվող պայմաններում և կողմնորոշվել տվյալ իրադրությունում:

Ուրախ տրամադրությունը հանդիսանում է խաղի էական տարրը և թողնում է դրական ազդեցություն երեխայի նյարդային համակարգի վիճակ վրա: Անհանգստության ուժը և անկեղծությունը խաղի ընթացքում խաղը դարձնում են դաստիարակության առավել էֆեկտիվ մեթոդ, այդ իսկ պատճառով դաստիարակը

պետք է խաղն անցկացնի զգացմունքային և կենսալի: Խաղերի սիստեմատիկ և ճիշտ անցկացման դեպքում հնարավոր է երեխաների մեջ դաստիարակել կարևորագույն որկներ, որպիսիք են դիմացկունություն, կարգապահությունը, գործողությունների և վարքի ինքնակառավարում:

Շարժախաղերի դերն ու նշանակությունը

- Զարգացնում են մտածողությունը, պատկերացումը, ռիթմի զգացումը
- Սովորցնում են կանոններին հետևել, գործել խաղի փոփոխվող պայմաններում
- Սովորեցնում են ենթարկվել ընդհանուր պահանջներին, լինել անկաղծ, կարեկցել, օգնել միմյանց
- Ակտիվացնում են շնչառությունը, արյան շրջանառությունը, նյութափոխանակությունը, հիշողությունը, ֆանտազիան
- Զնավորում է արագություն, ուժ, դիմացկունություն, ճարպկություն
- Օգնում են տիրապետելու տարածական տերմինաբանությանը
- Օգնում են հարմարվել կոլեկտիվում
- Ավելացնում են երեխաների բառապաշարը

Մանկապարտեզներում շարժախաղերը ունեն երկու հիմնական նպատակ

1. Աճող օրգանիզմի զգացմունքային և ֆիզիկական լիցքաթափում
2. Համակողմանի և ներդաշնակ դաստիարակում և զարգացում

Մեծ շարժունակության խաղերը դրանք այն խաղերն են, որոք ընդգրկում են հիմնական շարժումներից վազք, ցատկ և խաղին մասնակցող բոլոր երեխաները ակտիվ շարժման մեջ են: Օրինակ՝ «Ծիտիկները և ավտոմեքենան», «Կատուն և մկները», «Կապիկները», (փոքրերի առաջին խումբ), «Վազեք դեպի ինձ», «Հավը և ճուտիկները», «Թռչունները և կատուն», «Մկները նկուղում», «Գտիր քո գույնը» (փոքրերի երկրորդ խումբ), «Ծիտիկները և կատուն», «Արջի մոտ անտառում», «Նապաստակները և գայլը» (միջին խումբ), «Բոնոցի», «Մենք ուրախ տղաներ ենք», «Մագեր-կարապներ», «Խորամանկ աղվեսը» (ավագ խումբ), «Վերցրու Ժապավենը», «Բոնոցի», «Բու», «Ում օղակը արագ կշարժվի», «Երկու սառնամանիք», «Գայլը փոսում», «Գորտերը և ձկները» (տարրական դասարաններում):

Գլուխ 2: Հետազոտական մաս

Մենք իրականացրել ենք հետազոտություն, որի շրջանակներում կիրառել ենք հետաքրքրաշարժ շարժախաղ միջին խմբում, որը ներկայացնում ենք ստորև.

Պարապմունքի խնդիրները: 1. Կատարել ընդհանուր զարգացմանը նպաստող վարժություններ: 2. Ամրապնդել սողանցելու, ցատկելու կարողություններ, հավասարակշռությունը պահելու ընդունակությունը, մշակել ճիշտ կեցվածք, զարգացնել ուշադրություն և ճարպկություն:

Անհրաժեշտ գույք և պարագաներ: Գորգեր՝ երեխաների թվով կամ 2-3 երկար ուղեգորգ. 2 գնդակ, 2 կանգնակ և երկար պարան՝ ծայրերին ավազի պարկեր, 6-8 հաստ մեծ խորանարդ՝ բարձրությունը՝ 15 սմ, 10-12 ավազի պարկ՝ 200գ քաշով:

Ներգրավիչ մաս: Շարվել մեկ շարքով իրար հետևից, քայլել անսպասելի կանգառումներով, դաստիարակի հրահանգով վերցնել գորգերը և կազմել 3 շարք:

Հիմնական մաս

Վարժ. 1: *ձեռքերի առաջ և վեր բարձրացում:*

ԵՖ՝ նստել գորգի վրա՝ ոտքերն ուղիղ: 1 հաշվին ձեռքերն առաջ, 2-ին՝ վեր, նայել ձեռքերին, 3 հաշվին ձեռքերն իջեցնել առաջ, 4-ին՝ ընդունել ելման դրություն /կրկն. 6 անգ./:

Վարժ. 2: ԵՖ՝ նույնը, ձեռքերը ծոծրակին: 1 հաշվին իրանը թեքել առաջ /թեքելիս արտաշնչել/, 2 հաշվին իրանը ուղղել /շնչել/, ընդունել ելման դրություն /կրկն. 6 անգ./:

Վարժ. 3: ԵՖ՝ կանգնել ծնկներին, ձեռքերը՝ գոտկատեղին: 1 հաշվին իրանով դառնալ աջ, աջ ձեռքով դիպչել ձախ ոտքի ներբանին 2 հաշվին ընդունել ելման դրություն: Նույնը կատարել դեպի ձախ /կրկն. 6 անգ

Վարժ. 4: ԵՖ՝ պառկել մեջքի վրա, ոտքերն ուղիղ, ձեռքերը՝ գլխատակին: 1 հաշվին ոտքերը ծալել ծնկներում, 2 հաշվին ընդունել ելման դրություն /կրկն. 6 անգ./

Վարժ. 5: ԵՖ՝ նույնը: 1 հաշվին աջ ոտքը ուղիղ բարձրացնել, ձեռքերով հասնել ոտնաթաթին, 2 հաշվին ընդունել ելման դրություն: Նույնը կատարել ձախ ուտքով /կրկն. 6-8 անգ Սողանցել 60 սմ բարձրություն ունեցող պարանի տակով: Հետևել, որ երեխաները ոտքերը և ձեռքերը սահեցնելով տանեն առաջ, գլուխը չկախեն: Ավազի պարկը գլխին քայլելով անցնել իրարից 50սմ հեռավորության վրա դրված

խորանարդների վրայից Ավագի պարկը ծնկներով բռնած՝ (ոստյուններով) ցատկել 3մ 2-3 անգ: Խաղալ «Որսորդը և նապաստակները» շարժախաղը /կրկն.6-7 անգ..

ՈՐՍՈՐԴԸ ԵՎ ՆԱՊԱՍՏԱԿՆԵՐԸ

Դահլիճի մի մասում գտնվում են մի քանի փոքր շրջաններ կամ մեկ մեծ շրջան: Դա լինում է «նապաստակների բույնը»: Նապաստակների բներից 10-12 քայլ հեռավորության վրա գտնվում է «որսորդի տնակը»: Երեխաներից մեկը կատարում է «որսորդի» դերը: Նրան տրվում է երկու փոքր չափի (8-10 սմ տրամագծով) գնդակներ: Մյուս երեխաները լինում են նապաստակներ և կանգնում են իրենց բնում (բներում): Նապաստակների բնից մինչև «որսորդի» տունը լինում է «անտառը»: Երբ խաղը սկսվում է «որսորդը» դուրս է գալիս իր տնից, շրջում է անտառում և տեսնում նապաստակ չկա, վերադառնում է, նստում աթոռին և քնում: Դաստիարակն ասում է «որսորդը քնած է»: «Նապաստակները» դուրս են գալիս իրենց բներից, ցատկոտելով ցրված վագում «անտառում»: Հանկարծ Դաստիարակը բացականչում է՝ «Որսորդը»: Որսորդն արթնանում է, վերցնում է գնդակը և հարվածում (կրակում) փախչող նապաստակներին: Ում որ դիպչում է գնդակը գնում է որսորդի մոտ: Խաղը կրկնվում է:

Երկուսից երեք անգամ կրկնելուց հետո ընտրվում է նոր որսորդ, բռնված երեխան նորից մասնակցում է խաղին: Խաղը կարելի է կրկնել 4-6 անգամ:

Խաղի կանոնները

1. Նապաստակները դուրս են գալիս բներից, երբ դաստիարակն ասում է «Որսորդը քնած է»:

2. Նապաստակները կարող են փախչել և որսորդը՝ նրանց խփել միայն «Որսորդը» ազդանշանը լսելուց հետո:

3. Որսորդը գնդակով պետք է հարվածի միայն նապաստակների ոտքերին, առանց տնակից դուրս գալու:

Մեթոդական ցուցումներ խաղի անցկացման վերաբերյալ

1. Շրջանը այնպես պետք է գծել, որ երեխաներին վազելու տարածություն մնա և յուրաքանչյուր շրջանում կանգնեն 2-3 երեխա:

2. Դաստիարակը պետք է հետևի, որ երեխաները գնդակը նետեն ն՛ աջ, ն՛ ձախ ձեռքով:

3. Երեխաներին կարելի է տալ նապաստակների գլխարկներ (այդպես ավելի հետաքրքիր կլինի):

4. Դաստիարակը հետևում է, որ երեխաները ցատկեն զույգ ոտնաթաթերի վրա: Այս խաղը զարգացնում է ազդանշանով գործելու ունակությունը, ուշադրությունը, ամրապնդվում են զույգ ոտքերի վրա ցատկելու, խմբով վազելու և ճիշտ նետելու կարողություններ:

Դիատրկոդ

Նախադպրոցական ուսումնական հաստատության տնօրեն

Նախադպրոցական ուսումնական հաստատության մեթոդիստ

Դաստիարակին հաջողվեց հասնել պարապմունքի նպատակին: Դաստիարակին հաջողվել էր ամրապնդել սողանցելու, ցատկելու կարողությունը, հավասարկշռությունը պահուլ, ընդունակությունը և այլն: Դաստիարակը նախապես ցույց էր տալիս վարժությունները ճիշտ կատարելու հաջորդականությունը, ապա շարունակում էին երեխաները: Դաստիարակը օգնում էր դժվարացողներին և անհատական օգնություն ցույց տալիս բոլորին, պահպանելով դաստիարակ-երեխա կապը: Ընդհանուր պարապմունքը անցավ ուրախ և աշխույժ: Երեխաները շատ ակտիվ էին, շարժախաղը ևս շատ ճիշտ էր ընտրված դաստիարակի կողմից, քանի որ այս խաղի շնորհիվ զարգանում էր երեխաների մոտ ազդանշանով գործելու ունակությունը, ամրապնդվում էր գույգ ոտքերի վրա ցատկելու, խմբով վազելու և ճիշտ նետելու կարողությունները:

Եզրակացություններ

Այսպիսով, ելնելով աշխատանքում նշված բաժիններից կարելի է եզրակացնել, որ շարժախաղերը երեխայի համակողմանի զարգացման համար անկրկնելի խթան է ու ամենահզոր միջոց : Մարդն իր կյանքի բոլոր փուլերում խաղալու ցանկություն ունի: Մեն՝ դաստիարակներս պետք է շարժախաղերով հագեցնենք երեխայի առօրյան, քանի որ երեխաները սկսել են մեծ կարևորություն տալ վիրտուալ խաղերին և մտացածին կերպարներին: Համացանցը դարձել է երեխայի կյանքի գլխավոր, գերիշխող մասը:

Ուսումնասիրությունը հնարավորություն է տալիս հանգելու այն եզրակացության, որ շարժախաղերում երեխաները գործում են միասին և կազմակերպված: Այդ ամենը դաստիարակում է երեխայի վարքը՝ կարգապահությունը, ինքնատիրապետումը: Խաղերում նա պետք է զսպի իրեն, օգնի ընկերոջը, հաղթահարի որոշ դժվարություններ: Խաղը՝ հատկապես շարժախաղը, որն իրենից ներկայացնում է ակտիվություն, մեծ նշանակություն ունի երեխայի կյանքում: Շարժախաղերը, համապատասխանաբար ըստ տարիքի, կարևորվում են երեխայի օրվա ռեժիմի մեջ:

Այսպիսով, խաղն առաջնային դեր ունի նախադպրոցական երեխայի զարգացման, դաստիարակության, աշխարհընկալման գործում: Դաստիարակը, օգտագործելով խաղի բովանդակությունը որպես դրական վերաբերմունք, զիջողականություն միմյանց նկատմամբ, սիրո առավելագույն զգացմունք դրսևորել իրար հանդեպ, կարողանում է երեխայի վրա ազդել:

Ի վերջո նման խնդիրների լուծման մեջ իր ուրույն դերակատարումն ունի շարժուն խաղը, որը դրականորեն նպաստում է երեխաների ներդաշնակ և համակաողմանի դաստիարակմանն ու զարգացմանը:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Ամիրջանյան Յու. Ա., Սահակյան Ա. Ս. Մանկավարժություն.-Երևան, 2004
2. Ս. Ա. Մարության, Ա. Մ. Դալլաթյան, Նախադպրոցական մանկավարժություն
3. Նախադպրոցական մանկավարժություն. Է. Ա. Ալեքսանդրյանի խմբագրությամբ. - Երևան, 1992
4. Շարժախաղերը նախակրթարանում;
<http://victoriamblog.wordpress.com/2013/06/08/%D5%B7%D5%A1%D6%80%D5%AA%D5%A1%D5%AD%D5%A1%D5%B2%D5%A5%D6%80%D5%A8-%D5%B6%D5%A1%D5%AD%D5%A1%D5%AF%D6%80%D5%A9%D5%A1%D6%80%D5%A1%D5%B6%D5%B8%D6%82%D5%B4/>
5. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП; <http://vkjournal.ru/doc/1311771>
6. <http://nairagabriella.wordpress.com/category/%D5%B7%D5%A1%D6%80%D5%AA%D5%B8%D6%82%D5%B6-%D5%AD%D5%A1%D5%B2%D5%A5%D6%80/>
7. Сообщение "Сенсорно-двигательные игры для детей раннего и младшего дошкольного возраста"; <http://nsportal.ru/detskii-sad/raznoe/soobshchenie-sensorno-dvigatelnye-igry-dlya-detei-rannego-i-mladshego-doshkolnogo>