

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

«ԳՅՈՒՄՐՈՒ ՏՆՏԵՍԱԳԻՏԱԿԱՆ ՎԱՐԺԱՐԱՆ» ՊՈԱԿ

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՈւՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2023

Թեմա՝ «ԿՐՏՄԵՐ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ
ՁԵՎԱՎՈՐՈՒՄԸ՝ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ»

Առարկա՝

Ուսուցիչ՝

Ղեկավար՝

Ֆիզիկական կուլտուրա

Ռաֆայել Խաչատրյան

Արմեն Հայրապետյան

Գյումրի-2023

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ.....	3
ԳԼՈՒԽ ԱՌԱՋԻՆ	
ԿՐՏՍԵՐ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ ՁԵԻԱՎՈՐՄԱՆ ՀԻՄՆԱՀԱՐՑԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ	5
ԳԼՈՒԽ ԵՐԿՐՈՐԴ	
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԴԱՍԱՎԱՆԴՄԱՆ ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՄ.....	13
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ.....	26
ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....	28

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Մարդու գործունեության բոլոր ոլորտներում կատարվում է ինտելեկտուալացում, որը ժամանակակից հասարակության տարբերակիչ առանձնահատկությունն է: Գիտելիքը տարբեր գիտությունների առաջնահերթ ուսումնասիրման առարկա է: Մանկավարժությունում այն հետազոտվում է որպես հիմնական կատեգորիա, ուսուցման բովանդակություն, կրթության հիմնախնդիր, որը միշտ ունեցել է ռազմավարական նշանակություն: Մեթոդաբանությունում գիտելիքները դասակարգվում են երկու ձևի՝ առօրեական (կենցաղային) եւ գիտական: Վերջինս իր հերթին լինում է կոնկրետ և համընդհանուր գիտական (փիլիսոփայական): Եթե գիտական գիտելիքները համարվում են նպատակաուղղված, սոցիալապես կազմակերպված հոգեւոր գործունեության արդյունք, ապա առօրեական գիտելիքները՝ մարդու կենսակերպում մարդկանց հետ համագործակցության, շփման, միջավայրում կողմնորոշվելու արդյունք են: Առօրեական գիտելիքների օբյեկտը որպես կանոն կրում է էմպիրիկ բնույթ եւ չի գտնվում լճացված վիճակում, միեւնույն մակարդակում, այլ մշտական զարգանում է, հարստանում է գիտական գիտելիքների ներթափանցությամբ:

Գիտության սոցիալ-մանկավարժական գործառույթներից մեկը պետք է հանդիսանա գիտական նվաճումները սովորողներին հասանելի եւ հասկանալի դարձնելը: Ուստի, անհրաժեշտ է գիտական գիտելիքները դարձնել առօրեական եւ մատչելի ու համակարգված ձեւով մատուցել սովորողներին:

Ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում ինտելեկտուալացումը իրականացվում է ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, մանկավարժորեն հիմնավորված միջոցառումների ու մեթոդների օգտագործմամբ: Ինչպես գիտենք, ֆիզիկական կուլտուրայի ինտելեկտուալացումը հնարավորություն է տալիս իրագործել ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում կարեւոր տեսական եւ գործնական նշանակություն ունեցող առողջարարական, կրթական, դաստիարակչական հիմնահարցերը:

Աշխատանքի նպատակն է՝ Ուսումնասիրել և վերլուծել կրտսեր դպրոցական տարիքի երեխաների շարժողական և ինտելեկտուալ զարգացման առանձնահատկությունները եւ նրանց կիրառական նշանակությունը:

Աշխատանքի խնդիրներն են՝

1. Բացահայտել և նկարագրել հիմնախնդիր
2. Ուսումնասիրել տարրական դպրոցի ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ծրագիրը, տալով համեմատական վերլուծություն:
3. Որոշել ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ձեռք բերված գիտելիքների կիրառական նշանակությունը:

ԳԼՈՒԽ Ա.

ԿՐՏՍԵՐ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ՀԻՄՆԱՀԱՐՑԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ:

Մարդու գործունեության բոլոր ոլորտներում կատարվում է ինտելեկտուալացում. Սա է ժամանակակից հասարակության տարբերակիչ առանձնահատկությունը: Մասնագետների կարծիքով դա պայմանավորված է մի շարք օրինաչափություններով, որոնք բնորոշ են հասարակության զարգացման ներկա ժամանակահատվածին՝

1. Արտադրության համընդհանուր գիտականացում,
2. տեղեկատվության արագ տարածում,
3. նոր տեղեկատվական տեխնոլոգիաների ներդրում,
4. համակարգչի հասանելիություն բնակչության բոլոր շերտերին,
5. տեղեկացված հասարակության ձևավորում:

Վերոնշյալները լայն հնարավորություն են ընձեռում բնակչության ինտելեկտուալ ներուժի դրսևորմանը: Ինտելեկտուալացումը սերտ կապված է կրթության հետ. Նրա արդյունքն է և հենց կրթության միջոցով է իրականացվում աճող սերնդի ինտելեկտուալացումը: Հոգեբանները գտնում են, որ գիտելիքում արտացոլվում է իրականության ընդհանուր և մարդկության գործնական ու իմացական կարևոր հատկությունների համակարգման փորձը, որն ամրապնդվում է խոսքով: Մանկավարժությունում գիտելիքը դիտարկվում է որպես պատկերացումների համընդհանուր համակարգ՝ աշխարհի գիտական պատկերի, բնության և հասարակության զարգացման օրենքերի վերաբերյալ: Ըստ Յու. Կ. Բաբանսկու, Ի.Պ. Պոդլասու՝ գիտելիքը համարվում է ուսուցման, ինքնակրթության և պրակտիկ փորձի արդյունք:

Գիտելիքը տարբեր գիտությունների առաջնահերթ ուսումնասիրման առարկա է: Հոգեբանության մեջ գիտելիքը հետազոտվում է որպես հիմնական կատեգորիա, ուսուցման բովանդակության, կրթության հիմնախնդիր: Մանկավարժությունում գիտելիքների ուսումնասիրությունը միշտ ունեցել է ռազմավարական նշանակություն, գերակա խնդիր և իրականացվել է լայնամաշտաբ, տարբեր ուղղություններով ու նպատակներով:

Կրտսեր դպրոցականների գիտելիքների հիմնախնդիրների ուղղությամբ բավականին լայն ուսումնասիրություններ են կատարվել: Հետազոտություններում գիտականորեն ապացուցված է, թե ինչպիսի նշանակություն ունի գիտելիքը անձի համակողմանի զարգացման գործում:

Կարևոր է պարզել, թե ինչպիսի գիտելիքներ է անհրաժեշտ հաղորդել սովորողներին, որպեսզի հեշտ և արագ ընկալվի այն:

Մեթոդաբանությունում գիտելիքները դասակարգվում են երկու ձևի՝ առօրեական (կենցաղային) և գիտական: Վերջինս իր հերթին լինում՝ էկոնկրետ և համընդհանուր գիտական (փիլիսոփայական): Եթե գիտական գիտելիքները համարվում են նպատակաուղղված, սոցիալապես կազմակերպված հոգևոր գործունեության արդյունք, ապա առօրեական գիտելիքները՝ մարդու կենսակերպի մարդկանց հետ համագործակցության, շփման, միջավայրում կողմնորոշվելու արդյունք են: Առօրեական գիտելիքների օբյեկտը որպես կանոն կրում է էմպիրիկ բնույթ և չի գտնվում լճացված վիճակում, միննույն մակարդակում, այլ մշտական զարգանում է, հարստանում է գիտական գիտելիքների ներթափանցությամբ:

Գիտության սոցիալ-մանկավարժական գործառույթներից մեկը պետք է հանդիսանա գիտական նվաճումները սովորողներին հասանելի և հասկանալի դարձնելը: Ուստի անհրաժեշտ է գիտական գիտելիքները դարձնել առօրեական և մատչելի ու համակարգված ձևով մատուցել սովորողներին:

Ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում երեխաների ինտելեկտուալացումը իրականացվում է ֆիզիկական կուլտուրայի դասի, արտադասարանական և արտադպրոցական միջոցառումների, մեթոդների օգտագործմամբ:

Գիտական գրականության վերլուծություններից կարող ենք եզրակացնել, որ ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում ինտելեկտուալացումը թույլ է տալիս՝

1. Ձեռք բերել գիտելիքներ, համոզվածություն՝ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հասարակական դերի ու նշանակության մասին,
2. Իմանալ ֆիզիկական կուլտուրայից ընդհանուր և հատուկ գիտելիքներ, մշտապես ընդլայնել դրանք,
3. վարել առողջ ապրելակերպ,
4. հասկանալ ընկերներին, համագործակցել նրանց հետ,

5. ձևավորել հետաքրքրություն ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի վերաբերյալ
6. ունենալ գիտելիքներ և կարողություններ՝ ինքնուրույն զբաղվելու ֆիզիկական կուլտուրայով, հսկել սեփական շարժողական ընդունակությունների զարգացման ընթացքին, զբաղվել ինքնակրթությամբ,
7. ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի ժամանակ դրսևորել ակտիվություն և նախաձեռնություն:

Ինչպես տեսնում ենք, ֆիզիկական կուլտուրայի ինտելեկտուալացումը հնարավորություն է տալիս իրագործել ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում կարևոր տեսական և գործնական նշանակություն ունեցող առողջարարական, կրթական, դաստիարակչական հիմնահարցեր:

Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակությունն էլ ավելի արդյունավետ կազմակերպելու նպատակով առաջադրվում է բարձրացնել սովորողների ինտելեկտուալ պատրաստվածությունը: Դպրոցականները պետք է գիտենան օրվա ռեժիմը, կոփման կանոնները, շարժախաղերի և մարզախաղերի կանոնները, մշակեն սեփական շարժողական ընդունակությունները, կատարեն առողջարարական վարժություններ աչքերի, կեցվածքի, ոտնաթաթերի, շնչառական համակարգի համար, կազմեն առավոտյան մարմնամարզական և ֆիզկուլտդադարի համալիրներ, տուժածին առաջին բժշկական օգնություն ցույց տան:

Պահանջներն ավելի են բարդանում միջին և ավագ դպրոցում: Մասնավորապես, միջին դպրոցականները պետք է կարողանան որոշել սեփական ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը, պլանավորել պարապմունքը, առաջադրել նպատակը, խնդիրները, ընտրել համապատասխան ֆիզիկական վարժություններ, հսկել և չափավորել բեռնվածությունը:

Ֆիզիկական դաստիարակության իտելեկտուալացման գործընթացն աստիճանաբար ներառվում է նաև նախադպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում: Փաստվում է, որ երեխաներին հաղորդված գիտելիքները հնարավորություն են տալիս գեղարվեստական մարմնամարզության տարրերը արդյունավետ կիրառել դերասյուժետային խաղերում, ֆիզիկական վարժությունները կատարել

տեխնիկապես ճիշտ, համաձայնեցված, օգտագործել ժամակակակից տեղեկատվական տեխնոլոգիաներ, վարել առողջ ապրելակերպ, նախապատրաստել դպրոցին:

Ըստ էության՝ ֆիզիկական կրթությունը համակարգված ֆիզիկական վարժությունների յուրացման ընթացքն ու արդյունքն է, ինչպես նաև իր մարմնի շարժումների ղեկավարման կարողությունները:

Կարևոր է նշել, որ, տիրապետելով վարժություններին, պարապողները մի կողմից ձեռք են բերում ֆիզիկական դաստիարակությանը վերաբերող հատուկ գիտելիքներ, շարժողական կարողություններ և հմտություններ, մյուս կողմից մշակում են իրենց կենսական կարևոր շարժողական ընդունակությունները:

Կրթության բովանդակությունը՝ համակարգված, ճշգրտված գիտելիքները, կարողությունները և հմտություններն են, որոնք հիմք են ծառայում սովորողների համակողմանի զարգացմանը:

Ներկա ժամանակաշրջանում մասնագետները ֆիզկուլտուրային կրթություն ասելով հասկանում են մանկավարժական մասնագիտացված գործընթաց՝ գիտակցված՝ յուրացնելու ֆիզիկական կուլտուրայի արժեքները, բավարարելու մարդու նյութական և հոգևոր պահանջները, ինչպես նաև զարգացնելու մտավոր և ֆիզիկական ընդունակությունները, նպատակաուղղված՝ ձևավորելու մարմնի հուզական և հոգևոր ներաշխարհը:

Այս դեպքում, առաջնորդվելով մարդու զարգացման շրջափուլերով, այն պետք է կրի շարունակական զարգացնող բնույթ:

Հանրակրթական համակարգի յուրաքանչյուր դպրոցի համար ֆիզկուլտուրային կրթությունը ունի իր բաղադրիչները: Կրտսեր դպրոցի համար էական է ձևավորել դրդապատճառ՝ տիրապետելու բազմաբնույթ շարժողական և խաղային գործողությունների, ինչպես նաև հաշվի առնելով երեխաների զարգացման զգայուն շրջանները՝ մշակել շարժողական ընդունակություններ:

Միջին և ավագ դպրոցական տարիքի սովորողների համար ֆիզկուլտուրային կրթությունը ուղղված պետք է լինի շարժողական գործողությունների սոցիալ-կուլտուրական հիմունքների ձևավորմանը, ֆիզկուլտ-մարզական գործունեության ակտիվացմանը և շարժողական ընդունակությունների նպատակաուղղված մշակմանը: Ֆիզիկական դաստիարակության տեսաբաններ Լ.Պ. Մատվեր և Ա.Դ. Նովիկովը նշում

են, որ ֆիզկուլտուրային կրթության բովանդակության մասն են կազմում այն խնդիրների լուծումները, որոնք առնչվում են մասնագիտական գիտելիքների ձեռքբերման և նրանց կանոնավոր համալրման, խորացման և գործնականում նպատակային կիրառելու հետ, դրանք այն գիտելիքներն են, որոնք անհրաժեշտ նախադրյալ են՝ գիտակցված յուրացնելու շարժողական կարողությունները, հմտությունները, և ձեռք բերած ֆիզկուլտուրային արժեքները կյանքում արդյունավետ կիրառելու, երկրորդ՝ բացահայտում և կարևորում են ֆիզիկական դաստիարակության անձնական և հասարակական նշանակությունը և թույլ են տալիս ինքնուրույն օգտագործելու ֆիզիկական կուլտուրայի միջոցները՝ ինքնակրթության նպատակով: Այս կապակցությամբ շատ են հայ և օտարերկրյա մասնագետների աշխատունակությունում արտահայտված են՝ խիստ անհրաժեշտության յուրացնելու հատուկ տեսական գիտելիքներ:

Երևան քաղաքի դպրոցականների շրջանում իրականացվել են հետազոտություններ, որոնց նպատակն է եղել պարզել ընտանիքի և դպրոցի ազդեցությունը երեխայի բժշկահիգիենիկ աշխարհայացքի, ինչպես նաև հիգիենիկ կուլտուրայի ձևավորման վրա (Մ.Մկրտչյան, Վ. Դավիդյան, Ս. Խրիմյան): Հարցման արդյունքում բացահայտվեց, որ գրեթե բոլոր դպրոցականները չունեն տարրական պատկերացումներ «առողջության» և «առողջ ապրելակերպ» հասկացությունների մասին, չունեն առաջին բուժօգնության ունակություններ:

Ե. Հակոբյանի /2007/ անցակցված հետազոտությունը ուղղված է եղել բացահայտելու դպրոցականների գիտելիքների մակարդակը կեցվածքի վերաբերյալ: Արդյունքների վերլուծությունից պարզվել է, որ դպրոցականները ունեն մակերեսային, ոչ համակարգված գիտելիքներ: Հեղինակը պատճառներից մեկը տեսնում է նրանում, որ հանրակրթական դպրոցների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում բացակայում են ինչպես տեսական նյութեր, այնպես էլ հատուկ ֆիզիկական վարժություններ ճիշտ կեցվածքի ձևավորման համար: Ստացված արդյունքների վերլուծությունը ցույց է տվել, որ «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասավանդման ժամանակ ուսուցիչները առավել ուշադրություն են դարձնում սովորողների ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավմանը: Նրանց տեսանկյունից վրիպում են այնպիսի կարևորագույն խնդիրների լուծումներ, ինչպիսիք են՝ սովորողների մոտ ձևավորել խորը և

կայուն գիտելիքներ իրենց ֆիզիկական վիճակի բարելավման, առողջ ապրելակերպի վարման, ինքնահսկման, ֆիզկուլտուրային ինքնակրթության վերաբերյալ:

Անհրաժեշտ է իրականացնել աշակերտների տեսական գիտելիքների, և նրա հետ կապված՝ գործնական կարողությունների համակարգված ձևավորում, ինչպես ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի դասավանդման ժամանակ, այնպես էլ օգտագործել ֆիզիկական դաստիարակության մյուս ձևերի հնարավորությունները: Ֆիզիկական կուլտուրայի դասը՝ որպես ֆիզիկական դաստիարակության գործառույթների իրականացման հիմնական ձև, պետք է առաջնահերթ լուծի կրթական խնդիրներ, իհարկե, փողշաղկապված առողջարարական և դաստիարակչական խնդիրների հետ:

Առաջավոր ուսուցիչների փորձը վկայում է, որ երբ դպրոցականներին որոշ գիտելիքներ են հաղորդում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, ապա նրանք կարողանում են այդ գիտելիքները հաջողությամբ կիրառել կյանքում:

Յուրաքանչյուր աշակերտ պետք է հոգ տանի իր ֆիզիկական կատարելիության մասին, տիրապետի բժշկահիգիենիկ, մեթոդական և կազմակերպչական գիտելիքների, վարի առողջ ապրելակերպ:

Հանրակրթական դպրոցի աշակերտների այդ բացը խիստ զգացվում է ուսանողության տարիներին: Նույնը նկատվում է նաև մեծահասակ ազգաբնակչության շրջանում:

Ֆիզիկական կուլտուրայով և սպորտով ինքնուրույն պարապելու ցանկությունը չի ամրապնդվում սովորողների տեսական և գործնական պատրաստությամբ, զգացվում է գիտելիքների պակասը ֆիզիկական դաստիարակության բժշկահիգիենիկ, մեթոդական-կազմակերպչական և տեսական ընդհանուր բնագիտական ու սոցիալական հիմունքներից: Պարզվել է, որ շատերը չգիտեն ինչով պարապեն, ինչպիսի վարժություններ կատարեն, իսկ ավագ դպրոցականները ինչ ծավալով և ինչպես կառուցեն բեռնվածությունը, այսինքն չգիտեն ֆիզիկական դաստիարակության տարրական, պարզագույն հիմունքներ:

Այսօր առանձնահատուկ նշանակություն է ստանում երեխաների առողջ ապրելակերպի ձևավորման հարցը, քանզի նկատվում է նրանց առողջական վիճակի աստիճանական վատթարացում: Մարդու հետագա տարիների նպատակաուղղված գործունեությունը պայմանավորված է նրանով, թե որքանով կհաջողվի դպրոցական

տարիներին առողջ ապրելակերպի հանդեպ գիտակցական վերաբերմունք ձևավորել, առողջ ապրելակերպի դրույթներն ըմբռնել, ֆիզիկական և հոգեկան առողջության պահպանման և ամրապնդման գործնական հմտությունները յուրացնել: Միաժամանակ դպրոցական կրթության ստեղծված համակարգը թույլ է ձևավորում դպրոցականների, հատկապես՝ կրտսեր դպրոցականների մոտ համապատասխան պահանջմունք, դրդապատճառ՝ առողջ ապրելակերպի նկատմամբ: Վերջին ժամանակներս ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի տեսաբանները սկսեցին ավելի շատ ուշադրություն դարձնել դպրոցականների վալեոլոգիական կրթության հիմնախնդիրներին: Առաջարկվում է դպրոցականների վալեոլոգիական կրթության ընթացքում առանձնակի ուշադրություն դարձնել վալեոլոգիական գրագիտության ձևավորմանը, ուսումնական գործնեության նկատմամբ վալեոլոգիական մոտեցմանը, առողջապահական աշխատանքների իրականացմանը ուսումնական և արտա-ուսումնական ժամերին:

Այս պարագայում մասնագետները առաջարկում են ակտիվացնել արտաժամյա ֆակուլտետով պարապմունքների կազմակերպումը:

Ընդ որում՝ այստեղ դիտարկվում են երկու կարևոր կողմ, առաջին՝ արտադասարանական պարապմունքների ժամանակ կիրառում և ավելացվում են դասերի ընթացքում ձեռք բերած գիտելիքները և կարողությունները, երկրորդ՝ արտադասարանական պարապմունքների բոլոր ձևերը ուղղորդել սովորողների հետաքրքրության զարգացմանը՝ ուսումնական առարկայի հանդեպ: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում յուրահատուկ խնդիրներին զուգընթաց լուծվում են նաև խնդիրներ՝ կապված անձի ձևավորման հետ: Այս խնդիրներն անվանում են ընդհանուր մանկավարժական կամ դաստիարակչական: Տեսական գիտելիքներն անկասկած նպաստում են անձի բարոյական կարևոր հաստությունների դաստիարակությանը: Ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի, օլիմպիական խաղերի անցկացման և ձևավորման ժամանակագրությունը ցույց է տալիս, որ ստեղծվել են հոգևոր մեծ արժեքներ, որոնց փոխանցումն աշակերտներին կարևոր է և սոցիալական նշանակություն ունի:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ ծրագրով նախատեսված է դաստիարակչական խնդիրների լայն շրջանակ: Այդ պարագայում կարևոր նշանակություն ունի պարզաբանել, թե որքանով է արժևորվում տեսական գիտելիքների ներուժը՝ ֆիզիկական դաստիարակության լուծման գործընթացում:

Այսպիսով՝ գիտական գրականության տվյալների վերլուծությունից, որոնք վերաբերվում են դպրոցականների կողմից ծրագրերի տեսական մասի յուրացման որակին, պարզվում է, որ նրանք ոչ բավարար, թույլ, իսկ որոշ հարցերին շատ թույլ են տեղեկացված ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդական-կազմակերպչական հարցերին, որոնք էլ իրենց հերթին անմիջականորեն ազդում են ֆիզիկական վարժություններով ինքնուրույն պարապմունքների ուսումնական առաջադրանքների կատարման արդյունավետության վրա:

Ինչպես հայտնի է, ըստ «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ ծրագրերի, թե տեսական բաժնի, և թե գործնական բաժինների վերաբեյալ նախատեսված է լայն կրթական խնդիրներ: Ծրագրի բաժիններից գոնե մեկի չիմացությամբ, ֆիզկուլտուրային կրթվածության մասին պատկերացումը կլինի թերի, ոչ ամբողջական:

ԳԼՈՒԽ Բ.

«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԴԱՍԱՎԱՆԴՄԱՆ ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ:

2007թ եվրոպական պառլամենտը պատրաստեց հռչակագիր, որտեղ շեշտադրվում էր ֆիզիկական դաստիարակության եւ դպրոցական սպորտի նշանակությունը: Հռչակագրում ֆիզիկական կուլտուրան դիտարկվում է որպես միակ դպրոցական առարկան, որը պատրաստում է դպրոցականին վարել առողջ ապրելակեպ, կենտրոնացնում՝ նրանց ընդհանուր ֆիզիկական եւ հոգեկան զարգացման, ինչպես նաեւ ձեւավորում է այնպիսի հասարակական արժեքներ, ինչպիսիք են՝ համերաշխությունը, փոխհամագործակցությունը, կարգապահությունը, համբերատարությունը, գործել արդարացի խաղի (fair play) ոճով, պահանջով: Միաժամանակ դպրոցում ֆիզիկական եւ սպորտային դաստիարակությունը ընդունվում է որպես հասարակության ինտեգրման կարեւորագույն միջոց:

Հարկ է նշել, որ Եվրոպական շատ երկրներում՝ Անգլիա, Գերմանիա, Հոլանդիա, Լեհաստան, Ֆինլանդիա սովորողների ֆիզիկական հայեցակարգում մինչ օրս հենվում են նախկինում ձեռք բերած ավանդույթների վրա: Չնայած դրանց առաջադրման ժամանակակից երկար տարիներ են անցել, էական փոփոխություններ են կատարվել իրական կյանքում, այնուամենայնիվ ավանդույթների արդիականությունը պահպանվել է:

Հարկ է նշել, որ դեռեւս 1884 թվականից Ֆինլանդիայում ֆիզիկական կուլտուրա առարկան համարվում է պարտադիր դպրոցական առարկա: Ֆինլանդիայում մշակված է դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական դաստիարակության համակարգ, որից բխող յուրաքանչյուր դպրոց մշակում է ֆիզիկական դաստիարակության իր ծրագիրը:

Ներկայումս Ֆինլանդիայի դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում առաջադրվում է լուծել հետեւյալ խնդիրները, որտեղ հիմնաքարը դարձյալ տեսական գիտելիքների հաղորդումն է.

- Բարձրացնել սովորողների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը, բարելավել սրտանոթային համակարգի գործունեությունը, ապահովել շարժողական բարձր ակտիվություն, մշակել ուժային դիմացկունություն:
- Գիտելիքների մակարդակի բարձրացման միջոցով ձեռավորել կայուն հետաքրքրություն ֆիզիկական կուլտուրայի նկատմամբ, ձեռք բերել հիմնական շարժողական կարողություններ, դաստիարակել անձնային հետաքրքրությունն տարբեր մարզաձևերի նկատմամբ, ստանալ «ֆիզկուլտուրային պարապմունքներից» հաճելի, ուրախ տրամադրություն:
- Դաստիարակել էթիկայի եւ հասարակական արժեքներ՝ կապ ստեղծելով հասարակական գործիչների հետ, ձեռավորել պատասխանատվություն այլ մարդկանց հանդեպ:
- Լուծել գեղագիտական խնդիրներ վարժությունների շարժումների արտահայտիչ, գեղեցիկ եւ ստեղծագործական կատարման միջոցով:

Տղաների եւ պատանիների ֆիզիկական դաստիարակության բովանդակության մեջ ընդգրկված են նյութեր մարմնամարզությունից, աթլետիկայից, վազք՝ մարզական կողմնորոշման (տեղանքում կողմնորոշում), երթեր, մարզախաղեր, դահուկային պատրաստություն, չմշքացազք, ձմեռային խաղեր սառույցի վրա, լող:

Աղջիկների համար առավելություն է տրվում մարմնամարզական վարժություններին, դահուկավազքին, 3-րդ եւ 4-րդ դասարանցիների համար՝ լողին: Աղջիկներին առաջադրվում է նաեւ շարժախաղեր, թիմային մարզախաղեր, աթլետիկական վարժություններ, մարզական կողմնորոշման տարրեր, բացօթյա խաղեր ու վարժություններ, ձմեռային մարզաձևեր եւ լող:

Ինչպես եվրոպական շատ երկրներում, Մեծ Բրիտանիայում, նույնպես շարունակվում է կրթական համակարգի վերակառուցումը, այդ թվում՝ նաեւ՝ ֆիզիկական դաստիարակության՝ նպատակաուղղված կրթության որակի բարձրացումը:

Մեծ Բրիտանիայի դպրոցներում «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկային շաբաթական հատկացվում է 2 ժամ, 45 րոպե տեւողությամբ, սակայն բարձր մակարդակով կազմակերպվում են արտադասարանական աշխատանքներ: Մասնագետները նշում են, որ դպրոցականները բարձր արդյունքների հասնում են հենց արտադասարանական աշխատանքների շնորհիվ, որը դրական արձագանք է գտնում դպրոցի ղեկա-

վարության, ծնողների եւ սովորողների կողմից: Նման աշխատանքների արդյունավետ կազմակերպումը զգալի բարձրացնում է դպրոցի հեղինակությունը: Առաջին փուլում (1-4 դասարան) ուսուցանվում է մարմնամարզական վարժություններ, խաղեր եւ պարային վարժություններ: Երկրորդ փուլում (5-7-րդ դասարան) ծրագրի բովանդակությունը զգալի ընդլայնված է. Բացի խաղերից, մարմնամարզական եւ պարային վարժություններից, պարտադիր ընդգրկում է լող, աթլետիկական վարժություններ, սպորտային տուրիզմ, ֆիզկուլտ-մարզական պարապմունքներ՝ բնության գրկում: Ներկա ժամանակաշրջանում արտասահմանյան երկրների դպրոցներում բավականին արդյունավետ կիրառում են մի շարք մեթոդներ, մեթոդական մոտեցումներ, որոնք ուղղված են դեռեւս կրտսեր դպրոցից սովորողների մոտ ձեւավորել կայուն, գիտակցված հետաքրքրություն եւ պահանջմունք՝ պարբերաբար կատարելու ֆիզիկական վարժություններ: Այդ խնդիրների լուծման համար ֆիզիկական դաստիարակության պահանջմունքներում ընդգրկված են տեսական նյութեր, որոնք առնչվում են սեփական առողջության ամրապնդմանը, շարժողական ակտիվությանը, հիվանդությունների կանխարգելմանը, հիգիենիկ պահանջներին, սննդի կանոնակարգին, հսկմանը: Գիտելիքների հաղորդման համար օգտագործվում են պաստառներ, նկարներ, գծանկարներ, գրքեր, ամսագրեր, համակարգիչներ, տեսանյութեր, շարժանկարներ:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում տեսական գիտելիքների հաղորդման նյութերն ունեն տարբեր անվանումներ: Այսպես՝ Ամերիկայի Միացյալ Նահանգներում եւ Ճապոնիայում ուղղակի անվանում են «Առողջ ապրելակերպ», «Ավստրալիայում՝ Հանգստի արդյունավետ օգտագործման ուսուցում», Ֆինլանդիայում՝ «Առողջ ապրելակերպի հմտությունների ձեւավորում» : Ընդ որում՝ Ճապոնիայում երեխաների «Առողջ ապրելակերպի ուսուցում»-ը սկսում են դեռեւս նախադպրոցական տարիքում:

Գերմանիայում ֆիզիկական կուլտուրան՝ որպես ուսումնական առարկա, սկսվել է դասավանդվել 1842 թվականից: Հետաքրքիր է այն փաստը, որ 1793թ հրատարակվում է «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայից առաջին դպրոցական դասագիրքը: Ներկայումս Գերմանիայում առարկան դասավանդվում է բոլոր դասարաններում՝ շաբաթական 2-5 ժամ՝ պայմանավորված տարածաշրջանից, դպրոցի հնարավո-

րությունից: Գերմանիայում դպրոցականները նույնպես մեծ հաճույքով են մասնակցում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին: Ուշագրավ է այն փաստը, որ դպրոցականները բարձր են գնահատում առարկայի նշանակությունը սեփական առողջության պահպանման, ֆիզիկական պատրաստվածության բարձրացման, մարդկանց հետ հաղորդակցման գործում՝ ստացած գիտելիքներն ու կարողությունները մշտապես կիրառելով առօրյա կյանքում, կենցաղում: Գերմանիայի դպրոցականների սիրված ձեւերն են լողը, թենիսը, բասկետբոլը, ֆուտբոլը եւ պարը: Տղաները նախապատվությունը տալիս են թիմային ձեւերի, իսկ աղջիկները՝ անհատական:

Մարդկության պատմության ընթացքում մատաղ սերնդի կրթության ու դաստիարակության, այդ թվում՝ ֆիզիկական, հարցերը Հին Հունաստանում դասվել են պետական նշանակության խնդիրների շարքը: Եվ պատահական չէ, որ Հին Հունաստանը համարում են մարդկության քաղաքակրթության օրրանը: Դարեր ի վեր Հունաստանում մարդու ներդաշնակ զարգացումը տեսնում էին մարմնի եւ գիտակցության (ինտելեկտուալ) զարգացման միասնությամբ: Արդի ժամանակաշրջանում պահպանվում են այդ ավանդույթները թե՛ նախադպրոցականների, եւ թե՛ դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության պետական ծրագրային փաստաթղթերում: Իսկ անցյալ դարի 60-ական թվականներից «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկան համարվում է պարտադիր քննական առարկա: Մեր ուսումնասիրվող հիմնախնդրի համար հատուկ ուշադրության է արժանի այն փաստը, որ Հունաստանի դպրոցականների առաջադիմությունը գնահատելիս 60 տոկոսում հաշվի են առնվում ձեռք բերված շարժողական կարողությունները եւ ֆիզիկական պատրաստվածությունը իսկ մնացած 40 տոկոսում՝ նրանց տեսական պատրաստությունը: Ուշագրավ է նաեւ այն փաստը, որ 2010թ մայիսի 30-ին Հունաստանի ժողովրդական կրթության եւ կրոնի նախարարության որոշմամբ գործածության մեջ դրվեց նոր ծրագիր՝ 800 կրտսեր դպրոցների համար, որում նախատեսվեց ֆիզիկական կուլտուրայի դասի շաբաթական 4 պարտադիր պարապմունք:

Պահանջներից մեկն էլ այն է, որ սովորողները հստակ պատկերացնեն վարժությունների ճիշտ կատարումը, առաջացող սխալները, ուղղման եղանակները: Դրա հետ կապված՝ բարձրանում է սովորողների ինքնուրույն աշխատանքների արդյունավետությունը:

Ամբողջ աշխատանքները պետք է կառուցել այնպես, որ սովորողները ֆիզիկական կուլտուրայի հենց առաջին դասից ճիշտ հասկանան, հստակ պատկերացնեն եւ գնահատեն, թե ֆիզիկական կուլտուրան ինչպիսի նշանակություն ունի իրենց առօրյա եւ հետագա կյանքի համար:

Ամերիկայի Միացյալ Նահանգներում, մասնավորապես՝ Կալիֆորնիայի Նահանգում, 2009թ մշակվեց ֆիզիկական դաստիարակության նոր ծրագիր (Jack Connell, 2009), որն ուղղված էր բարձրացնել ավագ դպրոցականների եւ դպրոցականների (1-12-րդ դասարաններ) ֆիզիկական դաստիարակության որակը: Ծրագիրը իրականացնելու համար հստակեցված են այն գործողությունները, որոնք պետք է կատարեն տնօրենը, ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչը, եւ այն պարտականությունները, որոնք անհրաժեշտ է գիտակցեն եւ կատարեն սովորողները՝ առաջադրվող խնդիրների լիարժեք լուծման համար:

Առաջին հերթին պահանջվում է կատարել գործողությունների հետեւյալ հերթականությունը՝

- 1) ընտրել որակի չափանիշներ,
- 2) ապահովել որակը,
- 3) ծրագրային նյութի արդյունավետ ուսուցում,
- 4) դասավանդման լավագույն մեթոդների ընտրություն,
- 5) ապահովել գննական պարագաներով,
- 6) հնարավորությունների ընձեռում,
- 7) պահանջմունքների աստիճանական բարձրացում,
- 8) ուսումնական նյութի տիրապետման հսկում,
- 9) գնահատել սովորողների ձեռք բերած գիտելիքները, կարողությունները եւ փոխադրում հաջորդ դասարան:

Սովորողներին առաջադրվում է հետեւյալ պահանջմունքները. Յուրաքանչյուր աշակերտ պետք է՝

Հասկանա ֆիթնեսի առողջարարական նշանակությունը եւ ունենա գիտելիքների անհրաժեշտ մակարդակ:

- 1) Զարգացնի իր շարժողական հմտությունները եւ մոտորիկան:

- 2) Ըմբռնի ֆիզիկական կուլտուրայի կապը այլ առարկաների եւ , հատկապես, անատոմիայի, ֆիզիկայի, կենսաբանության հետ:
- 3) Զարգացնի իր բնական շարժողական կարողություններն ու հմտությունները:
- 4) Գիտենա շարժախաղերի, մարզախաղերի կանոնները եւ պահպանի խաղի ժամանակ:
- 5) Պահպանի շարժողական ակտիվությունը, կանոնավոր զբաղվի ֆիզիկական վարժություններով, գիտենա մեթոդները, շաբաթական պարապմունքների ձեւերը, քանակը, պայմանները:
- 6) Յուրացնի այն վարժությունները, որոնք ավելի օգտակար են իր օրգանիզմի համար:
- 7) Շատ կարելու է, որ սովորողներն իրենց փորձով համոզվեն, թե որքան են ձեռք բերված գիտելիքները, կարողությունները եւ հմտությունները նպաստում մյուս դասարաններում լավ սովորելու համար :

Այդ ուղղությամբ կատարված ուսումնասիրությունները հստակ փաստում են, որ եթե սովորողները ունեցել են անհրաժեշտ գիտելիքներ եւ լավ ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակ կրտսեր միջին եւ ավագ դպրոցում, ապա նրանք բարձրագույն ուսումնական հաստատություններում դրսեւորում են լավ առաջադիմություն: Տեսական գիտելիքները թույլ են տալիս հետ պահել սովորողներին արատավոր մտքերից, անձին վնասակար սովորույթներից: Այսպիսով, ծրագրի պահանջների մանրամասն ուսումնասիրությունները հստակ ցույց են տալիս, որ դրանց կատարումը առաջին պլանի են մղում գիտելիքների կանոնավոր հաղորդմանը:

Յուրահատուկ ծրագիր է մշակվել Միավորված Ազգերի Կազմակերպության (ՄԱԿ) գրասենյակի կողմից՝ WHO information Series on school Health (2007). Այդ փաթեթի հիմնական իմաստը կայանում է նրանում, թե ինչպես ֆիզիկական ակտիվության միջոցով տարբեր երկրներում կարելի է ապահովել դպրոցականների ֆիզիկական եւ հոգեկան առողջությունը: Ծրագիրը բաղկացած է երեք մասից՝

1. Ինչպես ապահովել դպրոցականների առողջությունը դպրոցի ներսում.
2. Սովորողներին հաաղորդել այնպիսի գիտելիքներ, որ ճիշտ հասկանան ՄԱԿ-ի կողմից մշակված առողջության ծրագրի էությունը.

3. Այնպես կառուցել աշխատանքները դպրոցում, որ սովորողները լինեն ավելի առողջ:

Ծրագրում առանձնակի է կարելուրվում տեսական գիտելիքների հաջորդացումը դպրոցականների բոլոր տարիքային խմբերում, հատկապես ֆիզիկական վարժությունների տեխնիկապես ճիշտ կատարման վերաբերյալ: Ընդ որում՝ պետք է այնպես հաղորդել նյութը, որ սովորողների ճիշտ պատկերացում կազմեն՝ վազքի, քայլքի, նետումների, սողանցման, գնդակի վարման, փոխանցման եւ այլնի մասին, գիտենան, թե ինչ շարժողական կարողությունների պետք է տիրապետեն, ինքնուրույն կատարեն դրանք տանը, նակում, ընկերների հետ շփվելիս զրուցեն ֆիզիկական վարժություններից, սպորտից, ֆիթնեսից: Կարելու է, որ դպրոցում փակցվեն պաստառներ, նկարներ, երեխաների մասնակցությամբ ձեւավորվեն ցուցափեղքեր:

Ծրագրում կարելուրվում է նաեւ համագործակցությունը ծնողների հետ, որպեսզի ընտանիքի անդամների միջոցով պահպանվի սովորողների ֆիզիկական ակտիվությունը: Նախատեսվում է ծնողների համար հրատարակել գրքույքներ, ուղեցույցներ, մեթոդական հանձնարարականներ:

Ծրագրի հեղինակները շեշտադրում են, որ հասունացել է այն ժամանակը, երբ յուրաքանչյուր սովորող յուրացնի եւ պահպանի իր ազգի ավանդույթները, գիտենա եւ հարգի հարեւան եւ այլ երկրների ժողովուրդների սովորությունները, ավանդույթները՝ քաջ գիտակցելով, որ ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի միջոցով կարող են բարեկամանալ, ընկերանալ, միասին խաղալ, զվարճանալ: Յուրաքանչյուր երկրի ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերը բովանդակում է այն հիմնական դրույթները, որոնք ելակետային են եւ կոչված են ապահովելու սովորողների ֆիզկուլտուրային կրթությունը:

Տարբեր երկրների դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերի վերլուծությունը ցույց տվեց, որ հիմնական նպատակն ուղղված է՝ բարձրացնել դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթության որակը՝ ի օգուտ սովորողների համակողմանի ներդաշնակ զարգացման, առողջության ամրապնդման եւ պահպանման: Տարբեր երկրների ֆիզիկական կուլտուրայի ուսումնասիրման արդյունքում նկատելի է, որ ծրագրերի որոշ բաժիններ ունեն ընդհանրություն, այսպես՝ մարմնամարզական, աթլետիկական վարժությունները եւ շարժախաղերը համարվում են հենքային եւ

արտացոլված են տարբեր երկրների ծրագրերում, իհարկե, տարբեր ժամաքանակով: Հայաստանի Հանրապետության ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի չափորոշիչ ծրագրում առաջին դասարանցիների համար նախատեսված է 90 ժամ, մյուսների համար՝ երկու ժամ, Սիրիայի Արաբական Հանրապետության ծրագրում՝ նույնպես երկու ժամ, Սինգապուրի եւ Հոլանդիայի ծրագրերում՝ շաբաթական 4 ժամ, դեռ ավելին՝ ծրագրի ընդհանուր ժամաքանակում նաեւ արտադասարանական պարապմունքների ժամեր, օրինակ՝ Հոլանդիայում 30 ժամ: Նկատելի է, հետեւյալ կարեւոր փաստը, որ բացի վերոնշյալ բաժիններից, (մարմնամարզություն, աթլետիկա, շարժախաղեր) տարբեր երկրների ծրագրերում, հաշվի առնելով իրենց պետության բնակլիմայական պայմանները, նյութատեխնիկական հնարավորությունները, ծրագրերում նախատեսված է ֆուտբոլ, վոլեյբոլ (ՍԱՀ, Սինգապուր), բասկետբոլ, հանդբոլ, (ՍԱՀ), դահուկային պատրաստություն (Հայաստանի Հանրապետություն եւ Ռուսաստանի Դաշնություն, Հոլանդիա), պարեր (Իսլանդիա), բաթմինտոն, շախմատ (Սինգապուր): Նշված երկրների ծրագրերի նման վերլուծությունը թույլ է տալիս չափազանց մեծ ուշադրություն դարձնել եւս մի կարեւոր հանգամանքի վրա, այն է՝ յուրաքանչյուր բաժնում ընդգրկված ֆիզիկական վարժությունների ուսուցումը որպես կանոն ուղղեկցվում է բացատրությամբ, ցուցադրմամբ, այսինքն՝ գիտելիքների հաղորդմամբ, պատկերացումների ստեղծմամբ, կարողությունների ձեւավորմամբ, առանց որի ուսուցման գործընթացը գոյատևել չի կարող:

Բոլոր երկրների ծրագրերում հստակ նշված է տեսական եւ հատուկ գիտելիքների հաղորդումը, սակայն առանձին բաժին, 'գիտելիքների հիմունքներ' նախատեսված է միայն Հայաստանի Հանրապետության եւ Ռուսաստանի Դաշնության ծրագրերում: Առանձնահատուկ պետք է նշել, որ Ռուսաստանի Դաշնության 1995թ. «ֆիզիկական կուլտուրայի» կրթական ծրագրում «գիտելիքների հիմունքներ» բաժնին հատկացված է 34 ժամ, այսինքն շաբաթական երեք ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից մեկը: Ծրագրով նախատեսված է հաղորդել սովորողներին հիմնարար գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի տեսական հիմունքներից՝ ֆիզիկական կուլտուրայի պատմությունից, շարժողական գործողությունների ուսուցումից, վնասվածքների պրոֆիլակտիկայից, մկանային աշխատանքի անատոմոֆիզիոլոգիական, ֆիզիկական կուլտուրայի հոգեբանական հիմունքներից:

Տարբեր երկրների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի եւ ֆիզիկական կուլտուրայի վերլուծությունը թույլ է տալիս փաստել, որ ժամանակն է գլխավոր ուշադրությունը կենտրոնացնել տեսական, մեթոդական, կազմակերպչական գիտելիքների հաղորդման մեթոդիկային: Այսինքն՝ առաջադրվում է ֆիզիկական կուլտուրայի դասավանդման մեթոդիկական վերազինել այնպիսի մոտեցումներով, որոնց միջոցով արդի դպրոցն ունակ կլինի ավելի արդյունավետ կազմակերպելու դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթությունը, արդյունավետ լուծելու դպրոցականների կրթական, դաստիարակչական, առողջարարական եւ սոցիալականացման խնդիրները:

Արդի ժամանակաշրջանում ֆիզիկական կուլտուրայի մասնագետներն ավելի շատ ուշադրություն են դարձնում անձի ռազմահայրենասիրական դաստիարակության հարցերին:

Կրտսեր դպրոցականներին գիտելիքների հաղորդման եւ գնահատման ժամանակակից մոտեցումները:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին աշակերտների առաջադիմությունը ստուգվում է դիտումով եւ հարցումով: Դիտման մեթոդով աշակերտներին (ընդհանուր շարքից դուրս կանչելով կամ չկանչելով) ստուգվում են ծրագրի հիմնական վարժությունների կատարման որակը եւ գործնական արդյունքը՝ վազքի, ցատկի, նետման, մագլցման:

Շարքից դուրս կանչելով՝ ուսուցիչը աշակերտին առաջադրում է անցած նյութից կատարել որոշակի վարժություն, ու դիտելով նրա կատարումը՝ ուսուցիչն համապատասխան դիտողություններ է անում եւ գնահատում: Դիտումը կարելի է իրագործել բոլոր աշակերտների նկատմամբ՝ վարժությունների միաժամանակյա կամ հոսքային կատարման (օրինակ, ուսումնական նորաները հանձնելիս) ժամանակ:

Գիտելիքների ստուգման համար ուսուցիչը դասարանին հարց է տալիս, կանչված աշակերտը բանավոր պատասխանում է: Հարցման բովանդակության մեջ մտնում են՝ գիտելիքներ ֆիզիկական վարժություններից, հիգիենայից, վարժությունների տեխնիկական հիմունքներից, տարրական տերմինաբանությունից, շարային հրահանգներից, բարձր դասարաններում նաեւ մարզախաղերի եւ առանձին մարզաձևերի դատավարության կանոններից, ապահովումից եւ ինքնաապահովումից:

V-VIII դասարաններում գնահատականի մեջ մտնում են ծրագրի յուրացման որակական ցուցանիշները եւ ուսումնական նորմաների կատարման քանակական արդյունքները:

Լ.Բ. Կոֆմանը տեսական գիտելիքների գնահատման համար առաջարկում է հարցման մեթոդը կիրառել բանավոր եւ գրավոր ձևով՝ վարժությունների կատարման միջեւ ընդմիջումներով, մինչեւ հանձնարարականների կատարման սկիզբը եւ կատարելագործելուց հետո: Միաժամանակ տվյալ մեթոդը խորհուրդ չի տրվում կատարել զգալի ֆիզիկական բեռնվածությունից հետո: Վարժությունների մեթոդն ուղղված է՝ գնահատելու առանձին կարողությունների եւ հմտությունների տիրապետման մակարդակը, ստուգելու՝ հանձնարարականների կատարման որակը:

Ներկայումս լայն տարածում է ստացել ծրագրավորված մեթոդի կիրառումը, սովորողները ստանում են քարտեր՝ հարցեր, որտեղ գրված են ճիշտ եւ սխալ պատասխաններ, հարկավոր է նշել որեւէ պատասխան: Նման հարցումը հնարավորություն է տալիս միաժամանակ հարցնել գրեթե բոլոր աշակերտներին:

Գիտելիքների ստուգման համար առավել արդյունավետ կոմբինացված մեթոդը, որը թույլ է տալիս կոնկրետ գիտելիքների դրսեւորման հետ մեկտեղ ցուցադրել կարողություններ (օրինակ՝ առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզության համալիրում վարժությունների կատարման հերթականությունը, կամ կոփման ընթացակարգի պահպանումը): Տվյալ դեպքում կարելի է կիրառել նաեւ այս կամ այն շարժողական ընդունակությունների մշակման ժամանակ՝ ընտրելով համապատասխան վարժություններ: Վերը նշված մեթոդները կարելի է կիրառել եւ անհատական, եւ ֆրոնտալ (ճակատային) գնահատման ժամանակ:

Հատկանշական է այն հանգամանքը, որ բարձր դասարաններում արդեն գնահատվում է նաեւ ծրագրի բաժիններում ընդգրկված շարժողական գործողությունների կատարման որակական կողմերը: Այսպես՝ Զ.Ի. Կուզնեցովան առաջարկում է ֆրոնտալ մեթոդով դասի անցկացման ժամանակ գնահատել ընդհանուր զարգացնող վարժությունների կատարումը, կրոսավազքը, դահուկավազքը եւ այլն:

Աթլետիկական վարժությունների կատարումը դիտելիս հաշվի է առնվում հետեւյալը՝ վարժության ամբողջ կառուցվածքը, վազքի եւ ցատկերի ժամանակ հրման լիարժեքությունը, շարժումների ռիթմը, վարժության եզրափակիչ փուլը եւ այլն:

Այսպիսով՝ ֆիզիկական կուլտուրայում առաջադիմության ելքային գնահատականը առաջանում է միավորների գումարով, որոնք ստանում են սովորողների հետևյալ բաղադրիչներից՝ գիտելիքներից, շարժողական կարողություններից եւ հմտությունների կատարման որակական կողմերից, ֆիզկուլտառողջարարական աշխատանքներից, ֆիզիկական պատրաստվածության առաջընթացից:

Արդի ժամանակաշրջանում աշակերտների մտածողության գործունեության ակտիվացումը ֆիզիկական դաստիարակության միջոցների կիրառմամբ դարձել է հետազոտության լայն առարկա:

Հանրակրթական դպրոցի աշակերտների ֆիզկուլտուրային կրթության հիմնախնդրում, ինչպես նաեւ ֆիզիկական դաստիարակության տեսության մեջ, վերջին տարիներին մասնագետների կողմից առաջադրվում են նոր հայացքներ, հայեցակարգային դրույթներ՝ աշակերտների կողմից յուրացված գիտելիքների հսկման եւ գնահատման ուղղությամբ: Ընդ որում՝ հաշվի առնելով գիտելիքների յուրացման տարիքային առանձնահատկությունները երեխաների տեսական գիտելիքների գնահատման համար մասնագետները առաջարկում են ծրագրավորված հարցում: Աշակերտներին առաջարկվում է լրացնել 10 հարցից բաղկացած հարցաթերթիկ. 5՝ միավոր գնահատում են այն աշակերտներին, որոնք բոլոր 10 հարցերին տալիս են դրական պատասխան, «4» գնահատվում են այն աշակերտները, որոնք ճիշտ են պատասխանում 8-9 հարցերի, «3» միավոր՝ 6-7 հարցերի, «2» միավոր՝ 5 հարցի ճիշտ պատասխանի դեպքում: Նման հարցումը երեխաներից երկար ժամանակ չի պահանջում, միեւնույն ժամանակ ուսուցիչները հնարավորություն են ունենում արագ ստանալ տեղեկություն սովորողների տեսական պատրաստվածության վերաբերյալ:

Հայաստանի Հանրապետությունում գործում է գնահատման հետևյալ միավորային ձևը: Առաջադիմության միավորային գնահատումը կատարվում է թվանշաններով՝ 10 միավորային սանդղակով, որտեղ անցողիկ են համարվում 4-10 միավորները:

«Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի ընթացիկ արդյունքների միավորային գնահատումը կատարվում է հետևյալ ստուգման տեսակներով՝ բանավոր բարցում, գործնական աշխատանք: Ֆիզիկական կուլտուրայի բանավոր հարցման ժամանակ

աշակերտը բանավոր խոսքով ներկայացնում է յուրացված ուսումնական նյութը՝ միաժամանակ դրսևորելով ձեռք բերած գիտելիքներն ու կարողությունները:

Բանավոր հարցման հիմնական առավելությունն այն է, որ դրանով ստուգվում են սովորողի ոչ միայն մտապահման ու վերարտադրական ընդունակությունները, այլ նաև նյութի գիտակցված ընկալման մակարդակը:

Ֆիզիկական դաստիարակության մանկավարժական մտքի պատմությունը ցույց է տալիս, որ 'ֆիզիկական կուլտուրա' առարկայից դպրոցական դասագրքերի ստեղծումը միշտ եղել է ուսուցիչների կողմից պահանջված, նրանք միշտ ակնկալել են, որ դրանք կնպաստեն դպրոցականների կրթական, դաստիարակչական, առողջարարական ու սոցիալականացման խնդիրների արդյունավետ լուծումը:

Այնուամենայնիվ՝ առաջին դասագիրքը հրատարակվեց անցյալ դարի 80-ական թվականներին՝ Խորհրդային Միությունում՝ 4-րդ դասարանի համար եւ բաղկացած էր տասը լայն բաժիններից՝ ինչ է անհրաժեշտ գիտենալ, պարապիր տանը, մարմնամարզություն, աթլետիկա, դահուկային պատրաստություն, կրոսային պատրաստություն, չմուշկներ, լող, հանդբոլ, բասկետբոլ: Ամեն բաժնի ենթաբաժիններից աշակերտներին մանրամասն տեղեկություն էր տրվում շարժողական գործողությունների ճիշտ կատարման, սխալների ուղղման, հսկման, ինքնահսկման ու այլնի վերաբերյալ: Չորրորդ դասարանի դասագրքի տրամաբանական շարունակությունը կազմեց Գ.Բ. Մեյկսոնի, Լ.Ե. Լուբանիսկու խմբագրությամբ 5-րդ, 6-րդ եւ 7-րդ դասարանների դասագիրքը, որը բովանդակում է երեք մեծ բաժիններ՝ ինչ է անհրաժեշտ գիտենալ, ինչ պետք է կարողանալ եւ պարապիր ինքնուրույն:

Բավականին կարճ ժամանակահատվածում դասագրքերի մուտքը դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթության ընդհանուր համակարգ, ցույց տվեց նրա կենսունակությունն ու անհրաժեշտությունը:

Անցյալ դարի 90-ական թվականներից սկսվեց 'Ֆիզիկական կուլտուրա' առարկայի դասագրքերի ինտենսիվ հրատարակումը եւ վերահրատարակումը:

Աշակերտների կրթության եւ դաստիարակության գործընթացում առաջնահերթ խնդիրներից է՝ նրանց հաղորդակից դարձնել օլիմպիզմի, օլիմպիական խաղերի եւ ընդհանրապես օլիմպիական մշակույթի հոգեւոր, նյութական եւ բարոյական արժեքներին: Այդ տեսանկյունից անգնահատելի նշանակություն ունեցավ աշակերտի

համար օլիմպիական դասագրքերի հրատարակումը , ինչպես նաև 'Օլիմպիական խաղեր, օլիմպիզմ, օլիմպիական գաղափարներ յուրաքանչյուրին՝ ուսումնական գիրք՝ 6-9 տարեկան երեխաների համար: Օլիմպիական խաղերի ուսումնական նյութերի ժողովածու 10-15 տարեկանների համար:

Կարելուվեց նաև տեսական գիտելիքների հաղորդումը նախադպրոցականների համար, այդ նպատակով հրատարակվեցին գրքույկներ շախմատից , առավոտյան մարմնամարզությունից:

Առանձնակի պետք է նշել գերմանացի մասնագետ Ս.Կելլերի կողմից (1982) լույս ընծացած Լողացեք, Ցատկեք, Խաղացեք, Զբաղվիր մարմնամարզությամբ նկարազարդ հանրամատչելի գրքույքները:

Այսպիսով՝ ներկայումս սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում հաստատապես ամրապնդվել է տեսական գիտելիքների հաղորդումը, որը ուսուցիչներից պահանջվում է կիրառել նոր մեթոդներ, նոր միջոցներ, իսկ սովորողների կողմից ծավալել՝ ակտիվ գործունեություն տրված գիտելիքները յուրացնելու, ամրապնդելու եւ ինքնուրույն աշխատանքով նորը ձեռք բերելու: Սովորողների մեջ հիմք է դրվում ինքնուրույն աշխատանքների կատարման կարողություններ, հմտություններ, մանկավարժական տեսանկյունից մի կարելու գործոն, որն ավելի լայն ու հեռավոր նպատակներ է հետապնդում աշակերտների ուսուցման հետագա տարիների համար: Գիտելիքների հաղորդման գործընթացը կարելի է կազմակերպել միայն հենվելով ժամանակակից հետազոտությունների արդյունքների, կոնկրետ փաստերի, սոցիալական փորձի ընդհանրացման, ինչպես նաև առաջադեմ մանկավարժների փորձի վրա:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Այսպիսով՝ գիտական գրականության տվյալների վերլուծությունից, որոնք վերաբերվում են դպրոցականների կողմից ծրագրերի տեսական մասի յուրացման որակին, պարզվում է, որ

1. նրանք ոչ բավարար, թույլ, իսկ որոշ հարցերին շատ թույլ են տեղեկացված ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդական-կազմակերպչական հարցերին, որոնք էլ իրենց հերթին անմիջականորեն ազդում են ֆիզիկական վարժություններով ինքնուրույն պարապմունքների ուսումնական առաջադրանքների կատարման արդյունավետության վրա: Ինչպես հայտնի է, ըստ «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ ծրագրերի, թե տեսական բաժնի, եւ թե գործնական բաժինների վերաբեյալ նախատեսված է լայն կրթական խնդիրներ: Ծրագրի բաժիններից գոնե մեկի չիմացությամբ, ֆիզկուլտուրային կրթվածության մասին պատկերացումը կլինի թերի, ոչ ամբողջական:
2. բացակայում է միասնական մեթոդիկան՝ գիտելիքների հսկման եւ գնահատման ուղղությամբ, որը թույլ է տալիս ընդհանուր տվյալներ ստանալ դպրոցականների ուսումնական գործունեության մասին: Այսպես՝ մինչ այժմ բացակայում են դպրոցականների ֆիզկուլտուրային գիտելիքների տարբերակվածությունը, շատ հետազոտողներ, օգտվելով որոշակի մեթոդներից, ծայրահեղ բեւեռային գնահատականներ են ստացել, մասնավորապես՝ «գիտեմ» եւ «չգիտեմ» մակարդակից, առանց լրացուցիչ ճշգրտումների, ստուգողական հարցերի, իսկ ավելի ճիշտ պատասխանների բանավոր հիմնավորումների: Ներկա ժամանակաշրջանում դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում տարվում է նպատակաուղղված որոնումներ, ավելի օբյեկտիվ հսկման ուղիներ : Չնայած առաջին հաջողությունների հսկման հիմնահարցի հետազոտական եւ գործնական մշակմանը՝ ստուգումը եւ գնահատումը ֆիզիկական կուլտուրայի շարժման բոլոր օղակներում, հատկապես դպրոցում՝ իրենցից ներկայացնում է դեռեւս թույլ մշակված հիմնահարց:
3. մինչեւ այժմ որոշված չէ դպրոցականների կողմից տիրապետման արդյունավետությամբ՝ ծրագրի նոր կրթական խնդիրների համապատասխան: Չնայած մի

շարք հետազոտողներ գտնում են, որ ձեռքբերովի գիտելիքները երբեմն կրում են ձեւական բնույթ, նրանք չեն ստանում գործնական կիրառություն եւ մտնում են որպէս «սառեցված գիտելիք»:

4. ներկայումս սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում հաստատապէս ամրապնդվել է տեսական գիտելիքների հաղորդումը, որը ուսուցիչներից պահանջվում է կիրառել նոր մեթոդներ, նոր միջոցներ, իսկ սովորողների կողմից ծավալել՝ ակտիվ գործունեություն տրված գիտելիքները յուրացնելու, ամրապնդելու եւ ինքնուրույն աշխատանքով նորը ձեռք բերելու: Սովորողների մեջ հիմք է դրվում ինքնուրույն աշխատանքների կատարման կարողություններ, հմտություններ, մանկավարժական տեսանկյունից մի կարեւոր գործոն, որն ավելի լայն ու հեռավոր նպատակներ է հետապնդում աշակերտների ուսուցման հետագա տարիների համար: Գիտելիքների հաղորդման գործընթացը անհրաժեշտ է կազմակերպել միայն հենվելով ժամանակակից հետազոտությունների արդյունքների, կոնկրետ փաստերի, սոցիալական փորձի ընդհանրացման, ինչպէս նաեւ առաջադեմ մանկավարժների փորձի վրա:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Առաքելյան Վ.Բ., Ղազարյան Ֆ.Գ., Գրիգորյան Յու.Գ., Մինասյան Հ.Ս., Հարությունյան Ա.Ա. Ֆիզիկական կուլտուրա: Ուսուցչի ձեռնարկ հանրակրթական դպրոցի 1-4 դասարանների համար.-Եր., Աստղիկ գրատուն». 2008.-184 էջ
2. Գաբրիելյան Հ, Մինասյան Հ, «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի գնահատումը հանրակրթական դպրոցում: 2-12-րդ դասարանների համար: Ուսումնական ձեռնարկ- Եր.: Աստղիկ գրատուն, 2012- 96 էջ:
3. Գրիգորյան Յու., Մինասյան Հ., Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ եւ ծրագիր 1-12 դասարաններ. Երեւան, 2003.- 139 էջ:
4. Խիզանցյան Ռ. Մ. Մարմնամարզություն.- Երեւան.- 2009. 232 էջ
5. Հակոբյան Ե.Ս., Բարբառյան Մ.Ս. Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկան: Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ: Եր.: Հեղինակային հրատարակություն, 2011.- 116 էջ:
6. Ղազարյան Ֆ.Գ., Գրիգորյան Ա.Ա Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն: Դասագիրք, I մաս. Երեւան. 2003, 160 էջ:
7. Ղազարյան Ֆ.Գ. Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը.- Եր.: Հեղինակային հրատարակություն, 2007.- 215 էջ:
8. Մելիքսեթյան Ռ.Տ. Արտադասարանական մարզական աշխատանքներ.-Երեւան.- Լույս.-1970.- 107 էջ:
9. Մելիքսեթյան Ռ.Տ. Ֆիզիկական դաստիարակությունը տարրական դասարաններում.- Երեւան, «Լույս», 1990, 250 էջ
10. Մինասյան Հ.Խ., Գաբրիելյան Հ.Հ. Ֆիզիկական կուլտուրա «Գիտելիքների հիմունքներ: 1-12-րդ դասարաններ: Ուսումնական ձեռնարկ: Եր.: «Աստղիկ գրատուն», 2011.-128 էջ:
11. Ֆիզիկական կուլտուրա: Հանրակրթական դպրոցի 2-րդ դասարանի դասագիրք / Վ.Բ. Առաքելյան, Ֆ.Գ. Ղազարյան, Յու.Գ. Գրիգորյան, Ա.Ա. Հարությունյան:- Եր «Աստղիկ գրատուն», 2009; 128 էջ:

12. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания) // Теория и практика физической культуры.- 1991.-N7.- С. 37-41