

**ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ**

**ՄԿՐՏՉՅԱՆ ԹՈՒ ԽԱՆՈՒ Կ Լ Ի ՊԱՐԻՏԻ**

**ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՇԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒ ԹՅԱՆ ԻՐԱԿԱՆԱՑՄԱՆ  
ՍԵՐՈՂԱԿԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒ ԹՅԱՆ  
ԳՈՐԾՆԹԱՑՈՒ Մ  
(գյ ու ղ ական դարոց ներքի օրինակով)**

***ԺԳ.00.02 § Դասավանդման և դաստիարակող թյ ան մեթոդիկակ  
(Ֆիզիկական կուլ լ տուրայ) մասնագիտու թյ ամբ մանկավարժական  
գիտու թյ ու ն ներքի թեկնածու ի գիտական աստիճանի հայ ց ման  
արե նախտու թյ ան***

**ՍԵՂՄԱԳԻՐ**

**ԵՐԵՎԱՆ 2016**

**Արե նախտու թյ ան թե ման հաստատված Է Ֆիզիկական կուլ լ տուրայ ի  
հայ կական արե նախտու թյ ան ի նստիտու թյ ան**

**Գիտական ղեկավար՝**

մանկ. գիտ. դոկտոր, պրոֆեսոր  
Ֆ.Գ. Ղազարյան

**Պաշտոնական ընդդիմախոսներ՝** մանկ. գիտ. դոկտոր, պրոֆեսոր  
Ա.Ա. Չատինյան

մանկ. գիտ. թեկնածու, պրոֆեսոր  
Լ.Ա. Սամվելյան

**Առաջատար կազմակերպիչ ուն՝** Գյուլմրիի Մ. Նալբանդյանի  
անվան

պետական մանկավարժական  
ինստիտուտ

Ատենախոսությունն պաշտպանությունն ընկայանալու է 2016թ. մարտի 25-ին, ժամը 14<sup>00</sup> -ին ԵՊՀ-ում գործող ՀՀ ԲՈՅ-ի մանկավարժության 065 մասնագիտական խորհրդում:

Հասցեն՝ 0025, ք. Երևան, Աբովյան 52<sup>ա</sup>, ԵՊՀ-ի հայ բանասիրության \$ակուլտետի մասնաշենք, թիվ 203 լսարան:

Ատենախոսությունը կարելի է ծանոթանալ Երևանի պետական համալսարանի գրադարանում:

Սեղմագիրն առաքված է 2016թ. փետրվարի 24-ին:

Մանկավարժության 065 մասնագիտական  
խորհրդի գիտական քարտուղար՝  
մանկ. գիտ. թեկնածու, դոցենտ

Ա.Փ. Ղազարյան

## ՍՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹ ԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

### **ԱՐԴԻԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ:**

Հայաստանի ներկայիս սոցիալ-տնտեսական զարգացման փուլը խստացված պահանջներ է ներկայացնում մատաղ սերնդի ֆիզիկական զարգացման վիճակի և շարժողական պատրաստվածության նկատմամբ:

Դրա հետ կապված մեծ արդիականություն է ձեռք բերում սովորողների համարժեք շարժողական ակտիվության խնդիրը, որի պակասը ոչ միայն ավերիչ ազդեցություն է ունենում նրանց շարժողական պատրաստվածության մակարդակի վրա, այլ և կարող է բացասական անդրադարձ ունենալ ֆիզիկական վիճակի դինամիկայի վրա: Դրա լուծումը ենթադրում է դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության բոլոր բաղադրիչների, ինչպես նաև այդ ոլորտում տեսական և գործնական դրույթների քննադատական իմաստավորման ու սուլման սիրում:

Այսօր քննադատվում է այսպես կոչված «ֆիզիկական դաստիարակության խորհրդային համակարգը», որը միասնական էր նախկին ԽՍՀՄ-ի բոլոր տարածաշրջաններում: Ներկայիս ԱՊՀ-ի երկրների դպրոցական ծրագրերը բնավիճելու տեղիք են տալիս, ուր գիտնականներն այդ խնդրի առնչությամբ իրարամերժ կարծիքներ ունեն (В.П. Лукьянов, 2001; И.Е. Шаблова, С.Г. Шипилова, 2011; Ֆ.Գ. Ղազարյան, Ա.Գ. Ստեփանյան, 2010):

Աճող սերնդի աճի և զարգացման առանձնահատկություններին ու սուլման սիրումը, ոչ ադեկվատ պայմաններում ապրող տարբեր տարիքառեային խմբերի երեխաների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության շեղումների բացահայտումը ամենասերտ կերպով կապված է առողջ մանկության խնդիրների, ուսուցման և դաստիարակության մեջ տարբերակնացված մոտեցման որոնումներին հետ: Մի շարք հետազոտություններում ցույց է տրվել, որ հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրի բովանդակությունն իրականացնելիս անհրաժեշտ է հաշվի առնել շրջակա միջավայրն ու տարածաշրջանային պայմանները (С.С. Винокурова, 2007; В.К. Спирин с соавт., 2007 և այլք): Հետևաբար, խոսքը գնում է կոնկրետ պայմաններում ֆիզիկական դաստիարակության տեղայնացման մասին: Վերջին տարիներին հրատարակվել են քաղաքային դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության և տարբեր հարցերին առնչվող մեծ թվով ախտախանութներ (Կ.Ս. Խաչատրյան, 2006; Ա.Պ. Մարտիրոսյան, 2006, Տ.Գ. Սիմոնյան, 1999; Ա.Ս. Մարտիրոսյան, 2009; Հ.Գ. Թումանյան, 1996 և այլք): Սակայն, երբ խոսքը գնում է գյուղական շրջանների մասին, ապա նմանատիպ հետազոտությունները գործնականում բացակայում են:

Տարբեր տարիքի և սեռի դպրոցականների ֆիզիկական կատարելության հիմնախնդրի լուծումը հատկապես դժվարանում է գյուղական դպրոցների անբարենպաստ պատճառով: Հայաստանում դրանք կազմում են ընդհանուր դպրոցների թվի 62 տոկոսը: Գոյություն ունեն նաև գյուղական դպրոցների գործունեության այնպիսի առանձնահատկություններ, ինչպիսիք են դրանց սակավաթիվությունը՝ պայմանավորված ալեերտների

քանակով, գատված ու թյամբ, լեռնային և սահմանամերձ շրջաններում գտնվելով:

Այդ առումով հատուկ ուշադրություն է պահանջում գյուղակյան դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության դասավանդման կատարելագործման խնդիրը: Դպրոցներում որակյալ կարգերի պակասը, անբավարար նյութատեխնիկական բազան բավական ապացույց է նշված դրույթի օգտին:

Այս ենթատեքստում հատուկ նշանակություն ունի մշտապես գյուղակյան տեղանքում բնակվող սովորողների զարգացումը: Ուստի գյուղակյան դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության կատարելագործման խնդիրը չի կարելի դիտարկել միջավայրի տարածաշրջանային և ազգային ազդեցություններից դուրս:

Յարկ է նշել, որ Յայաստանի Հանրապետության գյուղակյան շրջաններում բնակվող երեխաների ֆիզիկական վիճակի գնահատման հիմնահարցը հատուկ ուսումնասիրման, ամփել և սմինչ այսօր համեմատական վերլուծության առարկա չի հանդիսացել:

Ուստի Յայաստանի գյուղաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության ուսումնական գործընթացի արդյունավետության բարձրացման նոր, լրացուցիչ մեթոդական մոտեցումների որոնումն ու փորձարկումը արդի և ժամանակակից խնդիր է:

**ՅԵՏԱՉՈՏՈՒ ԹՅԱՆ ԼՊՍԱԿԸ** գյուղաբնակ դպրոցականների շարժողական պատրաստվածություն կառուցվածքում թերի զարգացած կողմերի բացահայտումն ու ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում դրա կատարելագործման մեթոդական պայմանների հիմնավորումն է:

**ՅԵՏԱՉՈՏՈՒ ԹՅԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ:** Հիմնախնդիրը և նպատակն ընդգծեցին խնդիրների այն շրջանակը, որոնք լուծման կարիք ունեն, դրանք են՝ գյուղակյան շրջաններում բնակվող դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի տարիքային և գենդերային ամանձնահատկությունները, քաղաքաբնակ դպրոցականների հետ համեմատական վերլուծությունը, մոդելային գնահատման սանդղակների մշակումը, Յայաստանի գյուղակյան դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության ուսումնական գործընթացի արդյունավետության բարձրացումը:

**ԳԻՏԱԿԱՆ ՆՈՐՈՒՅԹԸ** այն է, որ առաջին անգամ.

- ուսումնասիրվել են Յայաստանի գյուղակյան շրջաններում բնակվող դպրոցական դեռահասների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության տարիքային և գենդերային օրինաչափությունները,
- համեմատական վերլուծություն է անցկացվել Յայաստանի գյուղաբնակ և քաղաքաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական վիճակների միջև,

- մշակվել են ուղիներ և պայմաններ գյուղական դպրոցների ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի արդյունավետության բարձրացման համար,
- որոշվել է դպրոցական ծրագրի ընտրովի մասի բովանդակությունը՝ հաշվի առնելով գյուղաբնակ դպրոցականների տեղային պայմանները և շարժողական պատրաստվածության մակարդակը:

**ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ԼԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԴՐՈՒՅԹԵՐԸ.**

1. տարբեր տարիքի և սեռի դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածությունը և վիճակը պայմանավորված է Հայաստանի Արարայնյան դաշտավայրի տարածաշրջանային գյուղական պայմաններով:

2. Լերկայումս գոյություն ունեցող ֆիզիկական դաստիարակություն համակարգի նպատակային կողմնորոշումը՝ ուղղված դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի օպտիմալացմանը, թույլ չի տալ իսպոդյունավետ կերպով իրականացնել ֆիզիկական դաստիարակության ներուժը գյուղական դպրոցների պայմաններում:

3. Գյուղական դպրոցներում ֆիզիկական կուլտուրայի դասացուցակից դուրս ակադեմիական պարամունքների անցկացումը, հաշվի առնելով սովորողների հետաքրքրություններն ու տեղական պայմանները, նպաստում է ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացման սկզբունքի իրականացմանը:

**ՅԵՏԱՉՈՏՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱԿԱՆ ԼԵՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ.**

Կայանում է նրանում, որ ընդհանրացվել են մանկավարժական տեսությունը և մեջ առկա՝ Հայաստանի գյուղական շրջաններում բնակվող դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի հետազոտությունը: Ստեղծվել և փորձագիտորեն հիմնավորվել է գյուղական դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի արդյունավետության բարձրացմանը նպաստող մանկավարժական մոտեցումների համակարգը: Հետազոտության արդյունքները ընդլայնում են գյուղական շրջանների պայմաններում դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործնական մասի կատարելագործման հնարավորություններին մասին գոյություն ունեցող պատկերացումները:

**ԱՇԱՏԱՆՔԻ ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ԼԵՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ:**

Ստացված արդյունքները կարող են օգտագործվել մեր երկրի գյուղական շրջաններում ֆիզիկական դաստիարակության ուսումնական գործընթացի պլանավորման և անցկացման, դեռահաս տարիքի դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածությունը մակարդակը գնահատելիս, կոնկրետ պայմաններում ֆիզիկական դաստիարակության միջոցները և մեթոդները ընտրելիս:

**ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ ՈՒ ԾԱԿԱԼԸ:**

Աշխատանքը բաղկացած է ներածությունից, երեք գլուխներից, եզրակացություններից, գործնական առաջարկություններից և օգտագործված գրականության մատենագիտական ցանկից: Առենախոսությունը շարադրված է համակարգչային տեքստի 110 էջում, ներառում է 27 աղյուսակ, 5 գծապատկեր և 5 հավելված: Գրականության ցանկը կարող նակում է տարբերվել գույններով 151 աղբյուր:

**ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ**

Լերածությունում հիմնավորվում է թեմայի արդիականությունը, բնութագրվում են աշխատանքի նպատակը, խնդիրները, գիտական նորույթը, առենախոսության տեսական և

գործնական նշանակությունը, պաշտպանությունը ներկայացվող դրույթները:

Ատենախոսություն «**Ուսու մնաիրվող հիմնահարցի տեսակն վերլուծությունը և հիմնավորումը**» վերնագրով առաջին գլխում վերլուծված են Յհարցեր՝ ֆիզիկական դաստիարակություն գործընթացի կատարելագործման նորամուծական ուղղությունները, սպորտայնացման հայեցակարգը ֆիզիկական դաստիարակություն գործընթացում և արտադասարանային պարապմունքները՝ որպես ֆիզիկական դաստիարակություն արդյունավետ ձևերից մեկը: Բացահայտվել է, որ շատ մասնագետներ համակարծիք են, որ ներկայումս դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակություն հանդեպ մեծացած պահանջները ուսումնադաստիարակչական գործընթացի արդիականացում են թելադրում կազմակերպչական լուծումներին, նոր ուղիների կիրառման միջոցով: Աճող սերնդի ֆիզիկական դաստիարակություն գործընթացի հետագա կատարելագործման համար գիտնականներն ու արակտիկ մասնագետները նոր միջոցների, մեթոդների, մանկավարժական մոտեցումների ստեղծագործական որոնումների մեջ են:

Բացահայտվել է, որ քառորդ դար առաջ մշակվեց հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակություն սպորտայնացման հիմքը (В.К. Бальсевич, 1993): Այս գաղափարը իր շարունակությունը ստացավ նաև Յայաստանում (Տ.Գ. Ղազարյան, Ա.Գ. Ստեփանյան, 2010; Վ.Ա. Ասատրյան, 2012; Ա.Ս. Մարտիրոսյան; 2009; Է. Յու Ավանեսով, 2014): Յարկ է նշել նաև, որ վերջին տասնամյակում տարբեր երկրների մասնագետները նորովի են սկսել դիտարկել հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակություն բովանդակությունը: Այս ուղղությամբ բավական մեծ աշխատանք է տարվում Եվրոպայում, ԱՊՅ երկրներում, այդ թվում՝ նաև Յայաստանում: Մինևուայն ժամանակ նշվում է, որ հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակություն համակարգը բավարար կերպով արդյունավետ ազդեցություն չունի շարժողական պատրաստվածության և առողջության ամրապնդման վրա: Մի շարք հեղինակների կարծիքով շաբաթական 3 ժամ ֆիզիկական կուլտուրայի կանոնակարգված դասերը, որոնք ուղղված են միջին մակարդակի աշակերտներին՝ առանց հաշվի առնելու անհատական և սեռատարիքային առանձնահատկությունները, չեն նպաստում դպրոցականների ֆիզիկական կատարելագործման խնդիրներին լուծմանը:

Աշխարհի շատ երկրներում այսօր նկատվում է կողմնորոշում դեպի ֆիզիկական դաստիարակություն լրացուցիչ ֆակուլտատիվ պարապմունքների կազմակերպումը: Դա կարելի է բացատրել նրանով, որ շաբաթական պարտադիր երկու դասերը լավագույն դեպքում ֆիզիկական բեռնվածություն չափի ամենօրյա 11 տոկոսն են կազմում (И.Р. Скачков, 1993): Յավարկները ցույց են տալիս, որ եթե նույնիսկ դրանք ավելացվեն երեք անգամ, ընդամենը 33 տոկոսը կկազմի: Եվ դա այն դեպքում, երբ աշակերտները դպրոցում պետք է 70 տոկոս ամենօրյա չափաբաժին ստանան: Այսօր

դպրոցի ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը դա չեն կարող ապահովել:

Այդ պատճառով բացի ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից՝ դպրոցական ուսուցման պայմաններում անհրաժեշտ է կիրառել ևրացուցիչ ֆիզկուլտուրայի ն-առողջարարական միջոցառումներ: Այդպիսի ձևերից է արտադասարանական սեկցիոն ևրացուցիչ պարապմունքների անցկացումը տարբեր մարզածներից: Նշված հարցերն առավել արդիական են գյուղական դպրոցներում:

Հայաստանում պարզապես բացակայում են նման հետազոտություններ: Այսպիսով, բերված գրական աղբյուրների կարծակնարկից հստակ երևում է, որ գյուղական վայրերում բնակվող և սովորող հայ դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի հարցերը բացարձակապես ուսումնասիրված չեն: Ուստի, այդ հիմնահարցի հետազոտումը չափազանց այժմեական ու արդիական է:

Առենախոսության «Գյուղաբնակ դեռահաս դպրոցականների շարժողական պարաստվածության վիճակի դիագնոստիկական և համեմատական վերլուծությանը» վերնագրով երկրորդ գլխում քննարկված են 11-ից 15 տարեկան 767 երկսեռ սովորողների շարժողական պարաստության և ֆիզիկական զարգացման մակարդակի ուսումնասիրման արդյունքները: Հետազոտությանը անցկացվել են Արմավիրի մարզի ԱրգիՆայի, Քարակերտի, Շենիկի, Լեռնագոգի, Դալարիկի, Սարդարապատի, Հայթաղի, Հացիկի, Խանջյանի գյուղաբնակ դպրոցների բազայում: Կատարվել են շուրջ 10 հազար չափումներ:

Այդ ուսակ 1-ից երևում է, որ ֆիզիկական զարգացման բոլոր ցուցանիշները տարիքի հետ բարելավվում են, և դա, բնականաբար, մարդաբանության և կազմաբանության ունից հայտնի օրինաչափ երևույթ է:

**Այդ ուսակ 1**

**Գյուղական պայմաններում բնակվող և սովորող սքակերտների ֆիզիկական զարգացման մակարդակը**

տղաներ

Տարիք	Քանակ	Մարմնի հասակը, սմ			Մարմնի քաշը, կգ			Կրծքի շրջագիծը, սմ		
		$\bar{X} \pm m$	t	P,%	$\bar{X} \pm m$	t	P,%	$\bar{X} \pm m$	t	P,%
1	65	138,5±1,25	-	-	33,1±0,8	-	-	70,3±0,8	-	-
1	87	146,5±1,12	4,79	>0,1	38,0±1,0	3,82	>0,1	73,4±0,7	2,92	>1
1	104	151,0±0,9	3,14	>1	40,7±0,9	2,01	>5	76,3±0,7	2,95	>1
1	80	156,0±1,2	2,22	>5	46,6±1,2	3,93	>0,1	80,0±0,7	3,77	>0,1
1	62	164,0±2,8	2,63	>1	52,3±1,3	3,23	>1	83,5±0,9	3,07	>1



5										
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

աղջիկներ

Տարիք	Քանակ	Մարմնի հասակը, սմ			Մարմնի քաշը, կգ			Կրծքի շրջագիծը, սմ		
		$\bar{X} \pm m$	t	P,%	$\bar{X} \pm m$	t	P,%	$\bar{X} \pm m$	t	P,%
1 1	63	142,6±1,05	-	-	35,2±1,0	-	-	72,4±1,0 1	-	-
1 2	68	143,5±1,2	0,94	<5	37,3±1,04	1,45	<5	75,5±0,9	2,29	>5
1 3	88	150,5±1,02	4,45	>0, 1	42,6±1,3	3,19	>1	80,2±0,9	3,70	>0,1
1 4	66	155,9±1,07	3,67	>0, 1	45,4±1,03	1,69	<5	81,0±1,0	2,35	>5
1 5	84	156,8±0,6	0,73	<5	50,2±0,9	3,52	>0,1	85,0±0,34	3,96	>0,1

Այսպես, օրինակ, 11-ից 15 տարեկանը մարմնի հասակի ցուցանիշները բարելավվում են տղաների մոտ 25,5, իսկ աղջիկների մոտ՝ 14,8 սմ-ով: Այդ շրջանում համապատասխանաբար ավելանում է մարմնի քաշը տղաների մոտ 19,2, իսկ աղջիկների մոտ՝ 15,0 կգ-ով:

Գենդերային համեմատմամբ դեռահասության շրջանում տղաների մոտ աղջիկ-ների համեմատ մարմնի հասակը բարելավվում է 10,7 սմ-ով, իսկ մարմնի քաշը՝ 4,2 կգ-ով ավելի: Ինչ վերաբերում է կրծքավանդակի շրջագծին, այս դեռահասության շրջանում (11-15 տարեկան) այդ մեծություները տղաների և աղջիկների մոտ բարելավվում են գրեթե միաչափ՝ համապատասխանաբար 13,2 և 12,6 սմ: Ցույց է տրվել, որ բացարձակ մեծությամբ տղաների ֆիզիկական զարգացման ցուցանիշները նկատելիորեն բարձր են միևնույն տարիքի աղջիկների նմանափայ ցուցանիշներից: Սակայն, առանձին տարիքներում աղջիկների ցուցանիշները մի փոքր բարձր են տղաներից, օրինակ՝ 11 տարեկանում մարմնի հասակի մեծություներում և՛ 11, և՛ 13 տարեկանների մարմնի քաշի ցուցանիշներում:

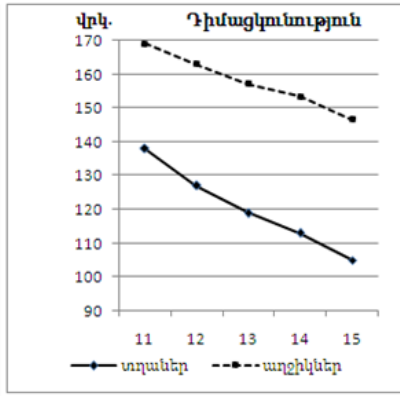
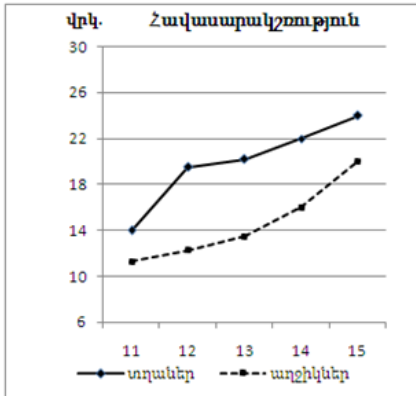
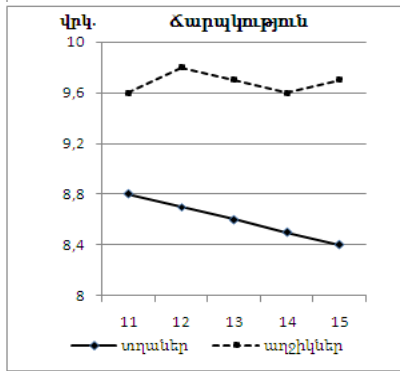
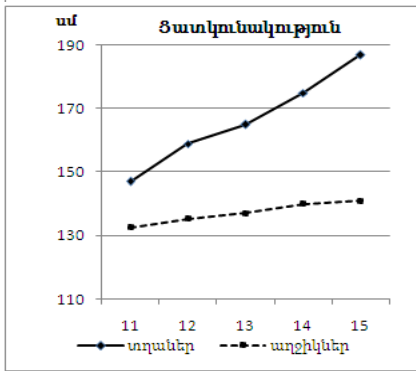
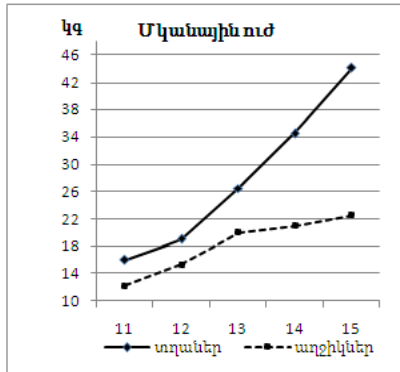
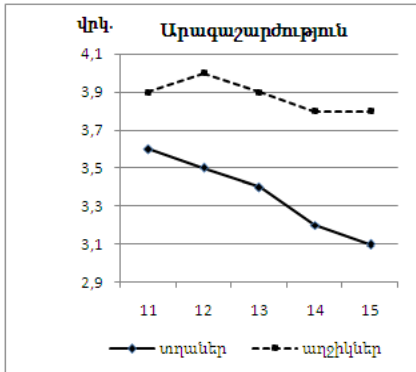
Հետևաբար, կարելի է պնդել, որ գյուղական շրջաններում բնակվելու և սովորելու պայմանները որոշակի չափով ազդում են դեռահաս դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման ցուցանիշների վրա:

Գյուղական դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության մակարդակը բնութագրող ցուցանիշները բերված են թիվ 1 գծապատկերում: Այդ տվյալներից բավական հստակ երևում է, որ տարիքի հետ բարելավվում են և՛ արագաշարժության, և՛ մկանային ուժի, ցատկունակության և ճարպկության, հավասարակշռության պահպանման կարողության և դիմացկունության ցուցանիշները: Եվ սա բնորոշ է երկու սեռի դեռահասներին: Միևնույն ժամանակ, գենդերային տարբերություններն այստեղ անհամաչափ են: Այսպես, 11-ից 15 տարեկանում տղաների արագային

ընդունակությունները բարելավվում են 0,5 վրկ.-ով, իսկ աղջիկներինը՝ 0,1 վրկ.-ով, դաստակի մկանների ուժը համապատասխանաբար 28,0 և 10,3 կգ-ով, ցատկունակությունը՝ 40,5 և 8,5 սմ-ով, շարժումների ճարպկությունը՝ 0,4 վրկ., իսկ աղջիկների մոտ նույնիսկ նվազում է, հավասարակշռության պահպանման կարողությունը՝ 10,0 և 8,7 վրկ. և դիմացկունությունը 33 և 23 վրկ.:

Այս տվյալների հիման վրակարելի է հաստատել, որ դիտարկվող տարիքային զարգացման փուլում տղաների մոտ, աղջիկների համեմատությամբ, 5 անգամ ավելի բարելավվում են արագային և արագաուժային ընդունակությունները և 3 անգամ ավելի՝ ուժային որակները: Շարժողական ֆունկցիայի զարգացման բացահայտված օրինաչափությունները տարիքի հետ համաձայնեցվում են վիճակագրական մշակման արդյունքների հետ:

Այս տվյալները լուրջ իմաստավորում և վերլուծություն են պահանջում և կոնկրետ առաջարկություններ՝ Հայաստանի Արմավիրի մարզի գյուղաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում: Այսպիսով, ներկայացված տվյալների վերլուծության հիման վրակարելի է նշել, որ Հայաստանի գյուղական դպրոցների ուսուցման պայմաններում հարկավոր է ապես առարկայական ձևով մշակել տղաների մոտ ճարպկություն, հավասարակշռություն



**Գծապատկեր 1. Գյուղաբնակ դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության ցուցանիշները**

պահպանման կարողությունը և դիմացկունությունը, իսկ աղջիկներին մոտ՝ բացարձակապես բոլոր շարժողական ընդունակությունները:

11-15 տարեկան գյուղաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի խորը վերլուծության նպատակով մենք փորձել ենք որոշել ինչպես ֆիզիկական, այնպես էլ շարժողական գործունեությունում արագացված (աքսելերացիա) և դանդաղեցված (ռետարդացիա) զարգացում ունեցող դեռահասների տոկոսային հարաբերակցությունները:

Ինչ վերաբերում է գյուղաբնակ դպրոցականների տարբեր շարժողական ընդունակություններին՝ արագաշարժուն, մկանային ուժի, ցատկունակության, ճարպկության, հավասարակշռության պահպանման կարողության և դիմացկունություն արագացված և դանդաղեցված զարգացմանը, ապա տարիքի հետ, և գենդերային առումով գյուղաբնակ դպրոցականների շարժողական ընդունակություններն ունեն զարգացման դանդաղ տեմպեր: Աքսելերացիայի զարգացման հետագա որոշ միտում է նկատվում 11-15 տարեկան ինչպես աղջիկների, այնպես էլ տղաների մոտ՝ արագաշարժուն, 13-15 տարեկան տղաների մոտ՝ մկանային ուժի դրսևորման, և 14-15 տարեկան աղջիկների մոտ՝ դիմացկունության ցուցանիշներում:

Ինչ վերաբերում է զարգացման դանդաղեցման կամ ռետարդացիայի տեմպերին, ապա գյուղաբնակ երկու սեռի 11-15 տարեկան դպրոցականների մոտ այդպիսի պատկեր բնորոշ է ցատկունակության, շարժումների ճարպկության և հավասարակշռության պահպանման ցուցանիշներում: Այս տվյալները պետք է խստագույնս հաշվի առնվեն գյուղական դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կատարելագործման նպատակով մակադարժական ներգործություն կազմակերպման ժամանակ:

Աշխատանքում առաջին անգամ փորձ է արվել համեմատել քաղաքաբնակ ու գյուղաբնակ դեռահաս դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի ցուցանիշները: Յամեմատական թվային տվյալները գենդերային առումով բերված են թիվ 2 աղյուսակում:

Բացահայտված տարբերությունները, մեր կարծիքով, պայմանավորված են գյուղաբնակ, քաղաքաբնակ դպրոցականների տարբեր կենսակերպով: Բացի այդ, տարբերությունները քաղաքի և գյուղի սովորողների միջև կարող է կապված լինել ուսումնական բեռնվածության ոչ մացիոնալ բաշխմամբ, ուսուցման պայմանների ոչ ադեկվատության և գյուղական դպրոցականների սոցիալական կարգավիճակի առանձնահատկություններով:

Արդյունքում կարելի է եզրակացնել, որ քաղաքաբնակ դպրոցականների ֆունկցիոնալ հնարավորությունները ավելի բարձր են, քան գյուղաբնակ դպրոցականների մոտ: Այդ փաստերը կարելի է բացատրել օբյեկտիվ սոցիալ-տնտեսական տարբերություններով:

**11-15 տարեկան դպրոցականների պատրաստված ու թյան համեմատական ցուցանիշները,**

**Այլ ու սակ 2  
շարժողական**

**Տղաներ**

Տարի ք	Վազք 20մ., ընթացքի ց վր		Դաստիկ ու ժը, կգ.		Հեռացակ սեղից, սմ.	
	Քաղաք	Գյ ու ղ	Քաղաք	Գյ ու ղ	Քաղաք	Գյ ու ղ
11	3,80±0,05	3,60±0,04	16,5±1,09	16,0±1,0	149,1±2,14	147,0±2,8
12	3,72±0,05	3,50±0,04	22,0±1,14	19,1±1,4	158,6±3,09	159,5±2,5
13	3,62±0,05	3,40±0,05	28,9±1,07	26,5±1,4	166,4±2,57	165,0±0,6
14	3,59±0,04	3,20±0,04	37,1±0,69	34,5±2,1	186,3±2,01	175,1±2,7
15	3,52±0,04	3,1±0,05	41,1±1,08	44,0±2,8	194,9±29,3	187,5±2,6
	<b>Մաքոքակաք 3x10մ, վրկ.</b>		<b>«Ֆլ ամի նգո», վրկ.</b>		<b>Վաքք 500մ., վրկ.</b>	
11	11,9±0,30	8,8±0,2	13,6±1,3	14,0±0,8	138,0±2,6	159,1±2,9
12	10,9±0,20	8,7±0,1	16,4±0,9	19,5±0,9	127,0±7,4	151,9±2,3
13	10,7±0,34	8,6±0,1	18,3±1,6	20,2±1,1	119,0±5,0	146,3±1,01
14	10,5±0,24	8,5±0,08	20,5±1,1	22,0±1,0	113,0±2,7	133,0±0,55
15	10,7±0,27	8,4±0,09	20,9±0,9	24,1±1,2	105,0±2,4	121,0±0,73

**Աղջիկներ**

Տարի ք	Վազք 20մ., ընթացքի ց վրկ.		Դաստիկ ու ժը, կգ.		Հեռացակ սեղից, սմ.	
	Քաղաք	Գյ ու ղ	Քաղաք	Գյ ու ղ	Քաղաք	Գյ ու ղ
11	4,28±0,07	3,9±0,06	15,4±0,66	12,2±1,0	136,2±2,1	132,5±1,8
12	4,16±0,04	4,0±0,01	17,8±0,69	15,3±1,3	140,9±3,4	135,3±3,0
13	3,95±0,05	3,9±0,07	20,0±0,79	20,0±1,2	143,4±2,4	137,0±2,1
14	3,95±0,04	3,8±0,07	25,2±0,75	21,0±1,4	144,9±1,5	140,2±3,0
15	3,89±0,06	3,8±0,04	25,9±1,07	22,5±1,3	146,2±3,1	141,1±1,5
	<b>Մաքոքակաք 3x10մ, վրկ.</b>		<b>«Ֆլ ամի նգո», վրկ.</b>		<b>Վաքք 500մ., վրկ.</b>	
11	13,1±2,8	9,6±0,06	11,9±0,9	11,3±0,13	152,0±0,37	169,0±2,4
12	12,6±0,29	9,8±0,09	120±0,13	12,3±2,0	147,0±3,8	163,1±0,19
13	13,3±0,35	9,7±0,01	12,9±0,11	13,0±1,8	139,0±3,3	157,2±2,1
14	12,6±0,29	9,6±0,2	13,6±1,3	16,0±2,1	130,0±2,9	153,4±1,8
15	12,6±0,32	9,7±0,1	15,9±1,5	20,0±2,3	125,0±2,1	146,6±1,9

Ու ս ու մ ն ա ս ի ղ վ ո ղ հ ի մ ն ա խ ն դ ղ ղ ի մ ա ս ի ն ա մ ք ո ղ ջ ա կ ան պ ա ս կ եր ա - ց ու մ կ ա զ մ ե լ ու ն պ ա տ ա կ ո վ փ ո ղ ճ ե լ ե ն ք կ ա զ մ ե լ ը ն դ հ անր ա ց վ ա ժ պ ա ս կ եր ը շ ա ղ ժ ո ղ ա կ ան ը ն դ ու ն ա կ ու թ յ ու ն ն եր ի ն պ ա տ ա կ ա մ ե տ մ շ ա կ մ ան վ եր ա բ եր յ ալ (աղ. 3):

Ա յ ս տ ե ղ ի ց կ ար ե լ ի Է ե գր ա կ ա ց ն ե լ , ո ղ մ շ տ ա պ ե ս գ յ ու ղ ա կ ան շ ղ ք ան ն եր ու մ բ ն ա կ վ ո ղ ն ս ո վ ո ղ ո ղ դ պ ո ղ ց ա կ ան ն եր ի ի ն չ ա բ ե ս տ ո ղ ան եր ի, ա յ ն ա բ ե Է լ ա ղ ջ ի կ ն եր ի մ ո տ ք ա վ ար ար չ ա խ ո վ գ ար գ ա ց ա ժ չ ե ն մ կ ան ա յ ի ն ու ժ ը , ց ա տ կ ու ն ա կ ու թ յ ու ն ը ն հ ա տ կ ա պ ե ս դ ի մ ա ց - կ ու ն ու թ յ ու ն ը : Ու ս տ ի , գ յ ու ղ ա կ ան դ պ ո ղ ց ն եր ու մ ֆ ի զ ի կ ա կ ան դ ա ս տ ի ար ա կ ու թ յ ան գ ո ղ ժ ը ն թ ա ց ի ար դ յ ու ն ա վ ե տ ու թ յ ան ա պ ա հ ո վ մ ան ն պ ա տ ա կ ո վ ն շ վ ա ժ շ ա ղ ժ ո ղ ա կ ան ը ն դ ու ն ա կ ու - թ յ ու ն ն եր ի առ ար կ ա կ ան մ շ ա կ մ ան վր ա պ ե տ ք Է կ ե ն տ ղ ո ն ա ց վ ա ժ լ ի ն ի մ ա ս ն ա զ ե տ ն եր ի ու շ ա ղ ու թ յ ու ն ը :

Ա յ ս գ լ խ ի վ եր ջ ու մ ն եր կ ա յ ա ց վ ա ժ ե ն առ ա ջ ի ն ան գ ա մ մ եր հ անր ա - պ ե տ ու թ յ ու ն ու մ մ շ ա կ վ ա ժ մ ո ղ ե լ ա յ ի ն տ ս ր ա ժ ա ղ ղ ք ան ա յ ի ն ս ան դ ո ղ ա կ ն եր , ո ղ ո ն ց օ գ ն ու թ յ ամ ք հ ն ար ա վ ո ղ ու թ յ ու ն Է ը ն ճ ե մ վ ու մ գ ն ա հ ա տ ե լ ա ջ ա կ եր տ ն եր ի ֆ ի զ ի կ ա կ ան գ ար գ ա ց մ ան ն շ ա ղ ժ ո ղ ա կ ան պ ա տր ա ս տ վ ա ժ ու թ յ ան մ ա կ ար դ ա կ ն ու

անհրաժեշտության դեպքում հղկումներ ու շտկումներ կատարել  
 \$իզիկական դաստիարակության գործընթացում:

**Այլ ու սակ 3**

**11-15 տարեկանում առանձին շարժողական ընդունակությունների առաջել (գերադասելի, հատուկ) զարգացումը գյուղի և քաղաքի դպրոցականների մոտ**

Շարժողական ընդունակություններ	Քաղաքի		Գյուղի	
	տղաներ	աղջիկներ	տղաներ	աղջիկներ
Արագաշարժություն	-	-	11-15	11-15
Մկանային ուժ	11-14	11-12, 14-15	15	-
Ցառկունակություն	11, 13, 14, 15	11-15	12	-
Ճարպկություն	-	-	11-15	11-15
Հավասարակշռություն	-	-	11-15	11-15
Դիմացկունություն	11-15	11-15	-	-

Ատենախոսության «Գյուղական դպրոցականների շարժողական ասորատվածության կատարելագործման մեթոդիկան» վերնագրով երրորդ գլխում քննարկվում են փորձնական աշխատանքի արդյունքները: Նկարագրված են կրոսային պատրաստության և \$ուտքովի լրացուցիչ պարապմունքների օգնությամբ 13-14 տարեկան գյուղական դեռահասների շարժողական պատրաստվածության կատարելագործման մեթոդիկան, ինչպես նաև դրանց արդյունքները քննարկվել են մանկավարժական գիտափորձում: Գիտափորձի կազմակերպման համար նախադրյալներ են հանդիսացել սոցիոլոգիական հարցման և գյուղաբնակ դպրոցականների \$իզիկական վիճակի գնահատման արդյունքները:

Սոցիոլոգիական հարցման տվյալների վերլուծության արդյունքում կարելի է նշել, որ գյուղական տեղանքի պայմաններում \$իզիկական դաստիարակության սարդոտայնացման նպատակով ուշադրությունը պետք է կենտրոնացնել խաղային մարզածների՝ գլխավորապես \$ուտքովի վրա: Մյուս կողմից, հաշվի առնելով գյուղական դպրոցականների դիմացկունության ցածր մակարդակը, մանկավարժական ներգործությունների ընթացքում հատուկ ուշադրություն պետք է հատկացնել կրոսային պատրաստությանը:

Այս առումով, գյուղական դպրոցի \$իզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների 45 տոկոսը արդարացիորեն գտնում է, որ խիստ նպատակահարմար է համատեղել \$իզիկական կուլտուրայի դասարանային և արտադասարանային պարապմունքները: \$իզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների 81 տոկոսը առաջարկում է ստեղծել \$իզիկական կուլտուրայի հատուկ ծրագիր՝ տեղական պայմանների հաշվառմամբ և, իհարկե, ունենալ հատուկ նորմատիվային սանդղակներ՝ գյուղական դպրոցականների \$իզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության վիճակը գնահատելու համար:

Բնականաբար, ստացված շտկարևոր և անհրաժեշտ նյութը իր կիրառությունը գտավ գյուղական դպրոցում \$իզիկական դաստիար

րակու թյան գործընթացում մանկավարժական ներգործություններին կազմակերպման մեջ:

Գյուղական դպրոցների մանկավարժական խորհրդի որոշմամբ՝ Ֆիզիկական կուլտուրայի երրորդ դասը՝ վազքային պատաստության շրջան և ֆուտբոլի օրինակով անցկացվել է արտադասարանային պարապմունքի ձևով: Այնուհետև կազմվել է մանկավարժական գիտափորձի սխեմա, որի հիմնական ուղղվածությունը՝ ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սարքայնացման տարրերի կիրառմամբ, շարժողական ընդունակությունների մշակումն է:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ակադեմիական երկու դասերը անցկացվել են պետական ծրագրի համաձայն: Երրորդ դասը 7-8-րդ դասարաններում անցկացվել է արտադասարանային պարապմունքի ձևով՝ դպրոցական դասացուցակից դուրս, որտեղ հիմնական շեշտը դրվել է կրոսային պատաստության (դիմացկունության ամրակայանքի մշակում) և ֆուտբոլի (խաղային ճարտեսության մշակում) վրա: Արտադասարանային պարապմունքների տևողությունը կազմվել է 60 րոպե: Երկու դասարաններում կրոսային պատաստություն անցկացվել է երեքշաբթի, իսկ ֆուտբոլը՝ ուրբաթ օրերին: Գիտափորձին մասնակցել է 80 դպրոցական:

Առաջադրված դրույթների փորձարկման նպատակով վիճակահանության մեթոդով 7-րդ և 8-րդ դասարանների տղաներից ու աղջիկներից ձևավորվել են երկուական փորձարարական և ստուգողական դասարաններ՝ ընդհանուր թիվը 80 հոգի:

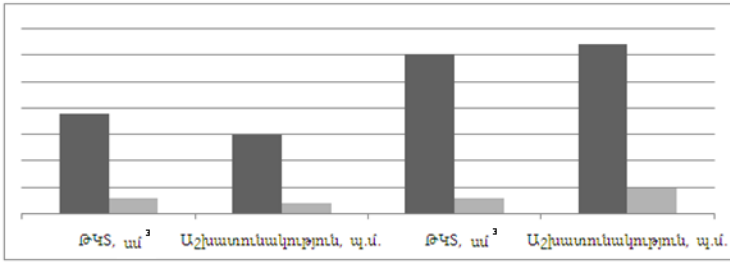
Փորձարարական պարապմունքներում պահպանվել է ֆիզիկական դաստիարակության ավանդական եռամաս կառուցվածքը: Ֆիզիկական կուլտուրայի արտադասարանային և ակադեմիական դասերի ժամանակ պարբերաբար անցկացվել են բժշկամանկավարժական չափումներ և հսկողություններ:

Մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում անցկացվել է ֆիզիկական կուլտուրայի 66 դաս և արտադասարանային 68 պարապմունք:

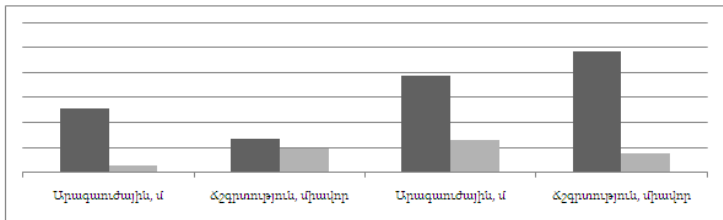
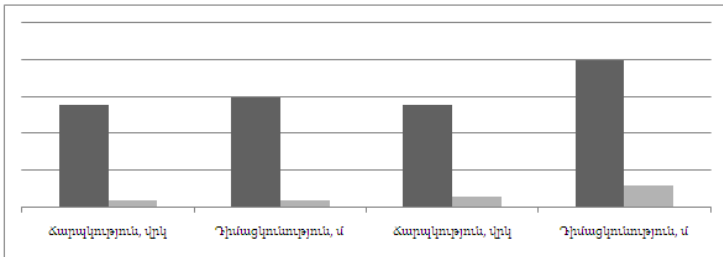
Գիտափորձի մասնակիցների առողջական վիճակի մասին դատել ենք հիվանդության պատճառով բաց թողած պարապմունքների հիման վրա, իսկ առաջադիմությունը հաշվարկվել է հանրակրթական ամրակների միջին միավորներով: Փորձարարական աշխատանքի ընթացքում համեմատվել և վերլուծվել է ֆուտբոլային 4 թեստի ճշգրտության հարվածներ դարպասին, գնդակի նետում և հեռավորության, մաքոքավազք և վազք՝ շրջանցելով կանգնակները, ինչպես նաև մեկ վազքային թեստ՝ վազք 6 րոպե՝ գրանցելով անցած տարածությունը մետրերով: Մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում ինչպես փորձարարական, այնպես էլ ստուգողական դասարանների երկու սեռի աշակերտների շարժողական պատրաստվածության մեջ դրական փոփոխություններ են տեղի ունեցել: Սակայն այդ տեղաշարժերը միանման ու հավասարաչափ չեն (գծապատկեր 2 և 3):

VII-րդ դասարան

VIII-րդ դասարան



Ֆունկցիոնալ պատրաստվածություն



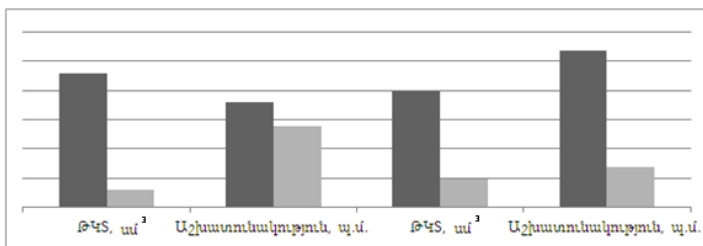
Տեխնիկական պատրաստություն

**Գծապատկեր 2 Դեռահաս տղաների պատրաստվածության կողմերի տեղաշարժերը գիտախորժի արդյունքում**

1. Փորձարարական դասարան
2. Ստուգողական դասարան

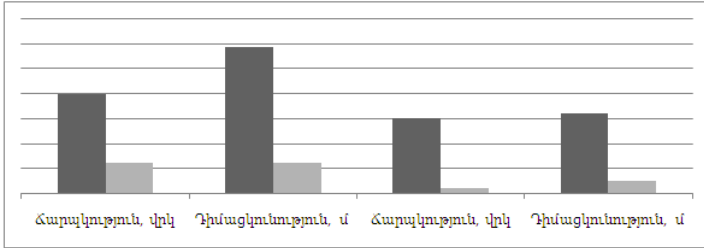
VII-րդ դասարան

VIII-րդ դասարան

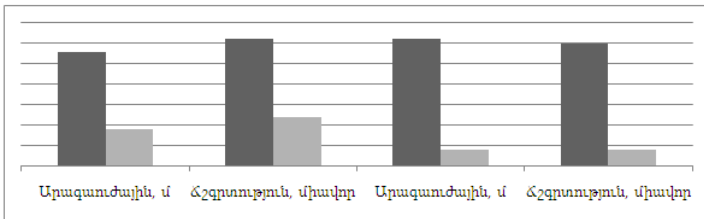


Ֆունկցիոնալ պատրաստվածություն





Շարժողական պատրաստվածություն



Տեխնիկական պատրաստություն

**Գծապատկեր 3 Դեռահաս աղջիկների պատրաստվածության կողմերի տեղաշարժերը գիտափորձի արդյունքում**

1. Փորձարարական դասարան
2. Ստուգողական դասարան

7-րդ և 8-րդ դասարանների երկսեռ դպրոցականների տեղաշարժերը գրեթե միանման են ճարպկության վարժողություններում: Դիմացկունության թեստում գերակայում են տղաների արդյունքները: Նույն տեղաշարժերը բնորոշ են գնդակի նետման վարժողություններում: Աղջիկների ցուցանիշները ինչ-որ չափով մեծ են շարժումների ճշգրտության վարժողություններում: Դրական փոփոխություններ են բացահայտվել նաև աշակերտների ֆունկցիոնալ հնարավորություններում, ինչը երևում է թոքերի կենսական տարողության և աշխատունակության տվյալներում (գծապատկեր 2 և 3):

Սակայն, եթե առաջին դեպքում առավել մեծ է տղաների ցուցանիշների տեղաշարժերը, ապա աշխատունակության տվյալներում ավելի բարենպաստ են աղջիկների հնարավորությունները:

Ստացված հավաստի տվյալները վկայում են գյուղաբնակ դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության մակարդակի բարձրացման նպատակով կիրառված մանկավարժական մոտեցման բարենպաստ ազդեցության մասին: Կրոսավագքի և Ֆուտբոլի տարրերի կիրառմամբ լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների համակարգն իրեն լիովին արդարացնում է, որն էլ ապահովում է ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացումը գյուղական պայմաններում:

Մեր կողմից ստացված տվյալները խոսում են այն մասին, որ հեղինակային ծրագիրը և մեթոդիկան, համենայն դեպս, չեն զիջում ընդունվածին և նույն իսկ թույլ են տալիս ենթադրել, որ այն ինչ-որ չափով ավելի արդյունավետ է:

Ուստի, կարելի է եզրակացնել, որ անհրաժեշտություներ կան որոշակի տարածաշրջանների համար ստեղծելու ծրագրերի կոնկրետ տարբերակներ՝ հաշվի առնելով պայմանները, ուսուցիչների մասնագիտական պատրաստվածությունը, նյութատեխնիկական բազան և ազգային ավանդույթները:

### **ԵՐԱԿԱՍՈՒ ԹՅՈՒՆՆԵՐ**

Սույն հետազոտության մեջ անցկացված փորձարարական աշխատանքի հիման վրա կարելի է կատարել հետևյալ եզրակացությունները.

1. Ժամանակակից սոցիալ-տնտեսական պայմաններում գյուղական դպրոցը կոչված է ոչ միայն կրթական ֆունկցիան իրականացնելու, այլև հոգալու տարբեր սեռի և տարիքի դպրոցականների շարժողական ներուժի պահպանմանը: Գյուղական հասարակությունը սովորողների հետ դասից դուրս ֆիզիկուլ-տուրային-մարզական և դաստիարակական աշխատանքի կազմակերպման մեծ հնարավորություններ ունի: Այդ աշխատանքի կազմակերպման արդյունավետ ձևերից են լրացուցիչ սպորտային պարապմունքների և մրցումների անցկացումները:

2. Փորձարարական երկու խմբերի սոցիոլոգիական հարցման արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման նպատակով գյուղական դպրոցներում հարկավոր է ուշադրությունը սևեռել դպրոցական ծրագրի խաղային ձևերի վրա և առաջին հերթին՝ Ֆուտբոլի (62,9%): Մյուս կողմից՝ ընդհանուր դիմացկունության զարգացման ցածր մակարդակը գյուղաբնակ դպրոցական-դեռահասների մոտ թելադրում է դրա առարկայական մշակման անհրաժեշտությունը:

3. Արարտյան դաշտավայրի գյուղական շրջաններում բնակվող դպրոցականների մոտ բացահայտվել է ֆիզիկական վիճակի ցուցանիշների անհամապատասխան և անհավասար փոփոխություններ:

Նկատելի է մարմնի հասակի աջսելերացիա 11 և 15 տարեկանում՝ տղաների մոտ, իսկ 11-13 և 15 տարեկանում՝ աղջիկների մոտ: Ռե-տարդացիան դրսևորվում է մարմնի զանգվածում և կրծքի

2 ըրջագծում տղաների մոտ՝ 11-13 և 14 տարեկանում, աղջիկների մոտ՝ 11 և 13 տարեկանում:

Գյուղաբնակ տղաների մոտ շարժողակն ախտորաստվածության մեջ հավաստի տեղաշարժեր են նկատվել 37,5%, իսկ աղջիկների մոտ՝ 12,5% դեպքերում: Ուժային ընդունակության ներքին մեծանում են 3 անգամ, արագաշարժությունը և արագաուժային որակները՝ 5 անգամ ավելի, քան աղջիկների մոտ: Գրեթե միանման են փոփոխվում դիմացկունության, հավասարակշռության պահպանման կարողության և շարժումների ճարպկության ցուցանիշները:

Գյուղաբնակ դպրոցական դեռահասների շարժողակն ախտորաստվածության մակարդակը չի բավարարում ֆիզիկական դաստիարակության դպրոցական ծրագրի ժամանակակից նորմատիվային պահանջներին և չի կարող ապահովվել միայնակադեմիական դասերի հաշվին:

4. Գյուղաբնակ և քաղաքաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի ցուցանիշների համեմատական վերլուծությունը թույլ է տալիս նշել հետևյալը. գյուղաբնակ և քաղաքաբնակ դպրոցականների մարմնի հասակի ցուցանիշները գրեթե միանման են, մարմնի զանգվածը մի փոքր մեծ է քաղաքաբնակ տղաների մոտ, աղջիկների մոտ տարբերությունը աննշան է, կրծքավանդակի շրջագծի մեծությունները գյուղաբնակ երկու սեռի դպրոցականների մոտ նկատելիորեն մեծ է, քան քաղաքաբնակ դեռահասների մոտ:

Գյուղաբնակ երկու սեռի դպրոցականները գերազանցում են իրենց քաղաքաբնակ հասակակիցներին արագաշարժության, ճարպկության և հավասարակշռության պահպանման կարողության մեջ: Ուժային ընդունակություններով, ցատկունակությամբ և դիմացկունությունամբ քաղաքաբնակ դեռահասների ցուցանիշները մի փոքր մեծ են:

Քաղաքի և գյուղի դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման և շարժողակն ախտորաստվածության ցուցանիշների տարբերությունները կապված են ուսումնական բեռնվածության ոչ արդյունավետ բաշխմամբ, ուսուցման պայմանների ոչ ադեկվատ կազմակերպմամբ և գյուղաբնակ դպրոցականների սոցիալական կարգավիճակի առանձնահատկություններով:

5. Փորձարարական աշխատանքի ընթացքում դրական տեղաշարժեր են տեղի ունեցել փորձարարական և ստուգողական դասարանների դպրոցականների շարժողակն, տեխնիկական և ֆունկցիոնալ ախտորաստության մակարդակում, սակայն առավել նկատելի են դրանք փորձարարական դասարաններում: Մանկավարժական գիտափորձի վերջում ևս փորձարարական դասարանների աշակերտների մոտ էական տարբերություններ են դիտվում նաև թոքերի կեսսական տարողություն ցուցանիշներում:

6. Գյուղական շրջանների դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի կատարելագործման նպատակով մշակվել են մանկավարժական գործընթացի տեսագործնական հիմունքներ. այն է՝ հաստատվեց առաջադրված վարկածն այն մասին, որ առկա է սովորողների շարժողակն ընդունակությունների առարկայական մշակման

անհրաժեշտությունը, դրա իրականացման հեղինակային մոտեցումը և մեթոդական սկզբունքները թույլ են տալիս գյուղական դպրոցներում, նույնիսկ ոչ օպտիմալ նյութական բազայի պայմաններում, նկատելիորեն բարելավել սովորողների շարժողական հնարավորությունները, ապացուցվել է կիրառված մանկավարժական մոտեցման բարենպաստ ազդեցությունը: Ամբողջությամբ արդարացված է գյուղական տեղանքի պայմաններում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացման նպատակով՝ կրոսավազքի և ֆուտբոլի կիրառմամբ՝ երրորդ դասի տեսքով, ֆիզիկական կուլտուրայի արտադասարանական պարապմունքների համակարգը:

7. Մշակված ծրագիրը կարող է հիմք հանդիսանալ այլ մարզածևերի օրինակով կազմակերպելու գյուղական պայմաններում արտադասարանական պարապմունքներ՝ հաշվի առնելով պայմանները, ազգային սովորույթները, նյութատեխնիկական բազան, ուսուցիչների մասնագիտական պատրաստվածության մակարդակը, ինչպես նաև՝ երեխաների ֆիզիկական վիճակի գնահատման մոդելային սանդղակները:

Աշխատանքում բերված են նաև գործնական առաջարկություններ:

**Առենախոսության հիմնական դրույթներն արտացույված են հետևյալ հրատարակություններում.**

1. Մկրտչյան Թ.Լ., Ֆիզիկական դաստիարակության կատարելագործումը գյուղական դպրոցում \$ԿՀՊ-ի միջազգային 41-րդ համաժողովի գիտական հոդվածների ժողովածու, Եր., 2014 էջ 267-270:
2. Մկրտչյան Թ.Լ., Ղազարյան Ֆ.Գ., Հայաստանի գյուղաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի գնահատումը Գյուլմրու Մ. Նալբադյանի անվան պետական մանկավարժական ինստիտուտի գիտական տեղեկագիր 2014, № 1, էջ 239-246:
3. Մկրտչյան Թ.Լ., Տարբեր պայմաններում բնակվող դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի համեմատական վերլուծությունը «Մխթար Գոշ» հայ-ռուսական միջազգային համալսարան, Գիտական հոդվածներ 2014 / 2 (41) էջ 298-302:
4. Մկրտչյան Թ.Լ., Գյուղաբնակ դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածության առանձնահատկությունները և գնահատման չափանիշները ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտ. -Եր.: Հեղ. Հրատ., 2015,-42 էջ:
5. Մկրտչյան Թ.Լ., Ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացումը գյուղական դպրոցում XIX Լăăăóíăđíăíúé íăó÷íúé éííăđăññ «İeëîüèéñééë ñîüđö è ñîüđö äëý âñăđ», Ереван, 2015 ñ. 240-242:

**Мкртчян Тухманук Липаритович**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (на примере сельских школ).**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02-«Методика преподавания и воспитания» (физическая культура)

Защита диссертации состоится 25 марта 2016г. в 14<sup>00</sup> на заседании действующего в ЕГУ 065 специализированного совета по педагогике при ВАК.

Адрес: 0025, г. Ереван, улица Абовяна 52<sup>а</sup>, корпус факультета армянской филологии ЕГУ, 203 аудитория.

**РЕЗЮМЕ**

**АКТУАЛЬНОСТЬ.** Изучение особенностей роста и развития подрастающего поколения, выявление отклонений в физическом состоянии детей разных возрастно-половых групп, проживающих в неадекватных условиях, самым тесным образом связано с задачами здорового детства, поисками дифференцированного подхода в обучении и воспитании. В этом плане показано, что при реализации содержания программы по физическому воспитанию в общеобразовательной школе необходимо учитывать среду обитания и региональные условия. Речь идет о рационализации процесса физического воспитания в конкретных условиях. За последние годы в нашей стране опубликованы работы, касающиеся вопросов физического воспитания городских школьников. К сожалению, подобные исследования практически отсутствуют на примере школьников, проживающих в сельской местности. Поэтому изучение этих вопросов является актуальным.

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ** - выявление отстающих звеньев в двигательной подготовленности сельских школьников и обоснование методических условий ее совершенствования в процессе физического воспитания.

**ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Проблема и цель определили круг задач, необходимых для решения, которые были связаны с определением возрастных и гендерных особенностей физического состояния школьников, проживающих в сельской местности, со сравнительным анализом этих показателей городских учащихся, разработкой модельных оценочных шкал, обоснованием реальных условий повышения эффективности учебного процесса по физическому воспитанию в сельских школах Армении.

**НАУЧНАЯ НОВИЗНА.** Сделана одна из первых попыток изучить возрастные и гендерные закономерности физического развития и двигательной подготовленности школьников 11-15 лет, проживающих в сельской местности Армении. Проведен сравнительный анализ показателей физического состояния сельских и городских учащихся. Разработаны пути и условия повышения эффективности уроков физической культуры в сельской школе. Определено

содержание вариативной части школьной программы с учетом местных сельских условий и уровня двигательной подготовленности учащихся.

### **ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ВЫНОСИМЫЕ НА ЗАЩИТУ:**

1. Состояние физического развития и двигательной подготовленности школьников разного пола и возраста обусловлено региональными сельскими условиями Араратской долины Армении.
2. Существовавшая до последнего времени целевая ориентация системы физического воспитания в основном на оптимизацию физического статуса подростка не позволяет эффективно реализовать потенциал физической культуры в условиях сельской школы.
3. Проведение уроков физической культуры вне расписания академических занятий в сельской школе с учетом интересов учащихся и местных условий способствует реализации принципа спортизации процесса физического воспитания.

**ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ.** Разработана и в опытной работе обоснована система педагогических подходов, способствующих повышению эффективности процесса физического воспитания в сельских школах. Результаты исследования расширяют существующие представления о возможностях совершенствования практической части физического воспитания школьников в условиях сельского региона.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ.** Полученные результаты могут быть использованы при проведении учебного процесса по физическому воспитанию в адекватных сельских районах Армении. Разработанные модельные шкалы помогут учителям оперативно оценивать физическое состояние школьников-подростков, и при необходимости вносить соответствующие коррективы в процесс физического воспитания.

**АПРОБАЦИЯ И ВНЕДРЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Основные положения исследования были доложены на республиканских и международных научно-методических конференциях, отражены в научных статьях и методических рекомендациях для учителей. В работе представлены 2 акта о внедрении результатов в педагогическую практику.

**СТРУКТУРА И ОБЪЕМ ДИССЕРТАЦИИ.** Работа состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, изложена на 110 страницах компьютерного текста, содержит 27 таблиц, 5 рисунков, 5 приложений.

## Mkrtychyan Tuxhmanuk Liparit

### Methodical conditions of schoolchildren's motor training realization in physical education process (on the example of rural schools)

Pedagogical sciences candidate thesis on the speciality 13.00.02- "Methods of teaching and education" (physical culture)

The defense of the dissertation is held at 14<sup>00</sup>, on March 25, 2016, at the Yerevan State University, at a meeting of the specialized committee HAC on Pedagogy (address: 0025, Abovyan str. 52<sup>a</sup>, Yerevan, YSU, Faculty of Armenian Philology, room N 203)

#### Summary

**The relevance of the research.** The study of the features of the younger generation's growth and development and the identification of variations of children's physical conditions of different age and sex groups living in inadequate conditions, are closely connected to the tasks of a healthy childhood and to the searches of the differentiated approach in training and education. In this respect it is shown that the environment and regional conditions should be considered in the implementation of the program content on physical education in a secondary school. We are speaking about the rationalization of physical education process in specific conditions. In recent years, works on issues of physical education of urban schoolchildren have been published in our country. Unfortunately, such studies on schoolchildren living in rural areas practically don't exist. So, the study of these issues is relevant.

**The purpose of the research.** The identification of backward links in the motor readiness of rural schoolchildren and substantiation of methodological conditions of their improvement in physical education process.

**The tasks of the research.** The problem and the purpose identified a number of tasks specified by the age and gender characteristics of physical condition of school children living in rural areas and necessary for the decisions. A comparative analysis of urban students' indicators, the development of model assessment scales and the substantiation of the actual conditions of increase of the educational process efficiency on physical education in rural schools of Armenia were carried out.

**The scientific novelty of the thesis.** One of the first attempts has been made for the age and gender patterns of physical development and motor readiness of 11-15 years-old pupils, living in rural areas of Armenia. The comparative analysis of indicators of physical condition of rural and urban schoolchildren has been carried out. The ways and conditions of efficiency enhancement of physical education classes in rural school have been worked out. The content of the optional part of the school curriculum in accordance with local, rural conditions and the level of students' motor readiness have been determined.

**The main provisions for the thesis defense.**

1. The state of the physical development and motor preparedness of school children of different genders and age depend on the regional rural conditions of Ararat Valley of Armenia.
2. The orientation of the physical education system that is currently in use targeted mainly to the optimization of the physical status of the adolescent does not allow to realize effectively the potential of physical training in the conditions of rural school.

3. Taking into account the interests of the students and local conditions, conducting physical education lessons out the schedule of academic classes in the village school contributes to the implementation of sportization principle of the physical education process.

**The theoretical significance of the research.** The system of pedagogical approaches providing the efficiency enhancement of physical education process in rural schools has been worked out and substantiated in the experimental work. The results of the study extend the existing ideas about the possibilities of improving the practical part of schoolchildren's physical education in the conditions of rural region.

**The practical significance of the research.** The obtained results can be used in carrying out the educational process in physical education in the adequate rural areas of Armenia. The developed models will help school teachers to effectively evaluate physical condition of the students - teenagers, and if necessary, make appropriate adjustments in the process of physical education.

**Approbation and introduction of the results of the research.** The main provisions of the study were presented at national and international scientific and methodical conferences and were reflected in scientific articles and methodical recommendations for teachers. Two acts on introduction of results into the pedagogical practice have been presented.

**Structure and volume of the work.** The work consists of an introduction, three chapters, conclusions, practical recommendations and is presented on 110 computer pages. It includes 27 tables, 5 Figures, 5 applications.