

**ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ  
Խ.ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱԿԱՐԺԱԿԱՆ  
ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ**

**ՏԱՀԵՐ ՀՄԱԻԴԻ ՂԱԶԻ**

**ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ  
ՀԻՄՆԱՀԱՐՑԵՐԸ ԵՎ ԴՐԱՆՑ ԲԱՐԵԼԱՎԱՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐԸ  
(ՍԻՐԻԱՅԻ ԵՎ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՕՐԻՆԱԿՈՎ)**

**ԺԳ. 00. 02- Դասավանդման և դաստիարակության  
մեթոդիկա (Ֆիզիկական կուլտուրա) մասնագիտությամբ  
մանկավարժական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճանի  
հայցման ատենախոսության**

**ՍԵՂՄԱԳԻՐ**

**Երևան - 2012**

Ատենախոսության թեման հաստատվել է Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտում:

*Գիտական ղեկավար՝* մանկավարժական գիտությունների  
թեկնածու, պրոֆեսոր Ա.Ա.Գրիգորյան

*Պաշտոնական  
ընդդիմախոսներ՝* մանկավարժական գիտությունների  
դոկտոր, պրոֆեսոր Լ.Ս.Ներսիսյան

մանկավարժական գիտությունների  
թեկնածու, պրոֆեսոր Հ.Գ.Թումանյան

*Առաջատար  
կազմակերպություն՝* Գյումրիի Մ.Նալբանդյանի անվան պետական  
մանկավարժական ինստիտուտ

Ատենախոսության պաշտպանությունը կայանալու է **2013թ. հունվարի 24-ին ժամը 14<sup>00</sup> - ին** Խ.Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանում գործող ԲՈՀ-ի «Մանկավարժություն» 020 մասնագիտական խորհրդի նիստում:

Հասցեն՝ 0010, ք. Երևան, Տիգրան Մեծի 17:

Ատենախոսությանը կարելի է ծանոթանալ Խ.Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի գրադարանում:

Սեղմագիրն առաքված է 2012 թ. դեկտեմբերի 24-ին:

Մասնագիտական խորհրդի գիտական  
քարտուղար, մանկավարժական  
գիտությունների թեկնածու, դոցենտ

Ա.Վ.Ավագյան

## **ԱՏԵՆԱՆՈՍՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ**

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴԻԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ:** Դպրոցական աշխատանքի պրակտիկան ցույց է տալիս, որ ֆիզիկական դաստիարակության՝ որպես ուսումնական առարկայի հնարավորությունները դեռևս թերագնահատվում են: Այս ամենը բերում է նրան, որ աճող սերնդի առողջական վիճակը, ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության մակարդակը նվազում է, ինչն էլ բերում է անցանկալի հետևանքների: Դեռևս 10 տարի առաջ 87.5 % դպրոցականների մոտ բացահայտվել է հենաշարժողական ապարատի խանգարումներ (Ժ.Մարտիրոսյան, 1999): Առավել նոր աղբյուրի համաձայն երեխաների 50 %-ի մոտ նկատվում են խրոնիկ գլխացավեր, հոգնածություն, նյարդայնություն, ինչը հետագայում հանգեցնում է տարբեր հիվանդությունների (Ս.Սարգսյան, 2010): Նույն հեղինակի տվյալների համաձայն Հայաստանում մինչև 8 տարեկան երեխաների 12 %-ը ունեն տեսողական, լսողական, հոգեշարժիչ խնդիրներ: Նմանատիպ միտում է նկատվում նաև մի շարք արտասահմանյան երկրներում (В.К.Бальсевич, 2000; А.Гундэгмаа, 2010; Н.П.Иоаннис, 2005; Р.К.Маджид, 1998):

Ապացուցված է, որ հենց կրտսեր դպրոցական հասակում է տեղի ունենում շարժողական ընդունակությունների ինտենսիվ (լարված) զարգացումը, ուստի այս գործընթացի վրա նպատակաուղղված մանկավարժական ներգործությունը դառնում է հատկապես հրատապ: Հենց կրտսեր դպրոցական տարիքն է առավել նպատակահարմար շարժողական ընդունակությունների մեծ մասի զարգացման համար (Ֆ.Գ.Ղազարյան, 1981, 2007; А.Тур, 1999; А.В.Волков, 1998; Ա.Պ.Մարտիրոսյան, 2006):

Այդ իսկ պատճառով անհրաժեշտ է միջոցներ ձեռնարկել ոչ միայն <<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկայի նշանակության բարձրացման, այլ նաև փնտրել օպտիմալ միջոցներ և մեթոդներ սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի ռացիոնալիզացման համար՝ հատկապես տարրական դպրոցում:

Ֆիզիկական պատրաստության հիմնախնդրի ուսումնասիրման ժամանակ առաջ են քաշվում ենթադրություններ, որ շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակը որոշվում է ոչ միայն ժառանգական գործոններով, այլ նաև կլիմայա-աշխարհագրական պայմաններով և էթնիկական առանձնահատկություններով (А.Тур, 1999; Г.Ф.Вафаев, 1988; Рущан К.Маджид, 1998): Այս հարցերը հնարավոր է որ բանակցելի են, սակայն դեռևս ամբողջությամբ լուսաբանված չեն գիտական գրականության մեջ և պրակտիկայում:

Շարժողական ընդունակությունները որպես մարդու ֆիզիկական պատրաստության հիմնական գործոն հանդիսանում են տարբեր գիտական առարկաների ներկայացուցիչների հետազոտության առարկա:

Հետաքրքրությունը նշված հիմնախնդրի նկատմամբ կայանում է նրանում, որ ուժի, արագաշարժության, դիմացկունության զարգացման աստիճանը նկատելիորեն արտացոլում է մարդու առողջական վիճակը, ուղղակիորեն կապված է աշխատունակության և մարզական նվաճումների հետ:

Ժամանակակից կրթական չափանիշները թելադրում են հանրակրթական դպրոցի կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության պրակտիկայում ներդրումը դպրոցականների ֆիզիկական և շարժողական ներուժի զարգացման գիտականորեն հիմնավորված տեխնոլոգիաներ:

Սովորողների ֆիզիկական վիճակի, սոցիալական ակտիվության վերաբերյալ գիտական տվյալների հիման վրա տարբեր երկրներում ստեղծվում են տարբեր ուսումնական ծրագրերի տարբերակներ, առավել նպատակաուղղված պլանավորվում է ֆիզիկական դաստիարակության ուսումնական գործընթացը, օգտագործվում են դրա արդյունավետության բարձրացման տարբեր ուղիներ: Այդպիսի ուղիներից մեկը մենք տեսնում ենք տարբեր սեռի և տարիքի դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պարտաստության խորացման, ընդլայնման և առարկայական օգտագործման մեջ:

Ինչպես ցույց տվեց մեզ հասանելի աշխատանքների վերլուծությունը, 1-4-րդ դասարանցիների շարժողական պատրաստության օպտիմալ կառուցվածքի ձևավորման համար միջոցների և մեթոդական մոտեցումների բավարար հիմնավորումները և գիտական հանձնարարականները դեռևս բացակայում են:

Այդ պատճառով կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կատարելագործման հեռանկարային ուղղություններից է հանդիսանում նրանց շարժողական պատրաստության արդյունավետ ուղիների փնտրումը և գիտական հիմնավորումը:

Այսպիսով, սպորտային մանկավարժությունում, հետազոտական դաշտը, որը ներառում է նաև հանրակրթական դպրոցների կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի կազմակերպման հարցերը, ստեղծվել է պրոբլեմային իրավիճակ: Մի կողմից, հասունացել է ուսումնական ծրագրի այս բաժնի հետագա կատարելագործման անհրաժեշտությունը, իսկ մյուս կողմից՝ այս հիմնախնդիրը դեռ անբավարար է լուծված ուսումնադաստիարակչական գործընթացում:

Հենց այս հակասությունների լուծմանն է ուղղված սույն փորձարարական հետազոտությունը:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ՆՊԱՏԱԿԸ:** Հետազոտության նպատակը կայանում է Հայաստանի և Միբիայի կրտսեր դպրոցականների շարժողական ընդունակու-

թյունների ցուցանիշների համեմատական վերլուծությունը և դրա մակարդակի բարձրացումը արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքների ճանապարհով ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության հիման վրա:

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՕԲՅԵԿՏԸ:** Հանրակրթական դպրոցի կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը:

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՐԿՄԱՆ:** Կրտսեր դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկական արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքների գործընթացում:

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՎԱՐԿԱՄԸ:** Ենթադրվում էր, որ արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքների գործընթացում ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության իրականացման ժամանակ նոր մեթոդական մոտեցումների կիրառումը կնպաստի կրտսեր դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության մակարդակի առավել էական բարձրացմանը՝ ավանդական մոտեցումների համեմատ:

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱԿԱՆ ՀԻՄՔԸ** կազմում են անհատի տարիքային զարգացման ժամանակակից գիտական պատկերացումները (Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев, Д.И.Фельдштейн), սպորտային մանկավարժության և ֆիզիկական դաստիարակության գիտական դրույթները (А.П.Мамвеев, Б.К.Бальсевич), շարժողական ընդունակությունների մշակման գիտամեթոդական հիմքերը (В.М.Зачурский, Ф.Ф.Гвакарян):

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ:** Աշխատանքում առաջադրված նպատակը և գիտական վարկածը թելադրեցին համապատասխան համարժեք խնդիրների լուծման անհրաժեշտությունը: Դրանք նախատեսում էին Հայաստանում և Սիրիայում բնակվող կրտսեր դպրոցականների շարժողական պատրաստության տարիքասեռային տեղաշարժերը բնութագրող ցուցանիշների մակարդակի և զարգացման տեմպերի որոշումը: Հատկապես կարևոր էր երկու երկրների սովորողների շարժողական ընդունակությունների մակարդակի համեմատական վերլուծության խնդիրը: Այս նյութերի հիման վրա նախատեսվում էր Սիրիայի դպրոցականների շարժողական հնարավորությունների կատարելագործման համալիր տեխնոլոգիայի մշակման և հիմնավորման խնդիրը:

**ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈԴՆԵՐԸ:** Առաջադրված խնդիրների իրականացման համար օգտագործվել են հետազոտման համապատասխան մեթոդներ, որոնց թվին են դասվում՝ հասանելի գրական աղբյուրների տեսական վերլուծությունը և ընդհանրացումը, մարդաչափությունը, սոցիալական հարցումը, մանկավարժական դիտարկումները, մանկավարժական թեստավորումը, բժշկամանկավարժական հետազոտությունը, մանկավարժական գիտափորձը և մաթեմատիկական

վիճակագրության մեթոդները: Օգտագործված մեթոդների մանրամասը նկարագրումը տրված է ատենախոսության համապատասխան գլուխներում:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱԶՄԱԿԵՐՈՒՄԸ, ՓՈՒԼԵՐԸ ԵՎ ՔԱՆԱԿԱԿԱԶՄԸ:** Սույն հետազոտությունը անցկացվել է երեք փուլով:

Առաջին փուլում (2008-2009 թ.թ.) անցկացվել է հիմնախնդրին նվիրված գրականության ուսումնասիրում, վերլուծություն և ընդհանրացում, որոշվել են հետազոտության նպատակն ու խնդիրները, աշխատանքային վարկածը և հետազոտության մեթոդների ընտրությունը:

Երկրորդ փուլում (2009-2010 թ.թ.) անցկացվել է արձանագրող գիտափորձ և ստացված նյութի համապատասխան մշակում:

Երրորդ փուլում (2010-2012 թ.թ.) Միրիայում իրականացվել է ձևավորվող մանկավարժական գիտափորձ, ուղղումներ են մտցվել կրտսեր դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության փորձարկվող մեթոդիկայում, հրատարակվել են հետազոտության արդյունքները և անցկացվել է ատենախոսության գրականության ձևակերպումը:

Հետազոտությունները անցկացվել են երկու երկրների հանրակրթական դպրոցներում, իսկ մանկավարժական գիտափորձը՝ Դամասկոս քաղաքի կրտսեր դպրոցում:

Հետազոտության բոլոր փուլերին ներգրավված են եղել ավելի քան 2000 փորձարկվողներ և փորձագետներ:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ԳԻՏԱԿԱՆ ՆՈՐՈՒՅԹԸ:** Աշխատանքի գիտական նորույթը կայանում է.

- առաջին անգամ անցկացվել է Հայաստանի և Միրիայի սովորողների ֆիզիկական վիճակի համեմատական վերլուծություն, որտեղ արտացոլված են կրտսեր դպրոցականների տարիքային և գենդերային առանձնահատկությունները,
- Միրիայի դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստության մակարդակի գնահատման նպատակով մանկավարժական պրակտիկայում մշակվել և ներդրվել են նորմատիվային, մոդելային սանդղակներ,
- մշակվել է կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության նոր առավել արդյունավետ մեթոդիկա՝ ավանդականից տարբերվող լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների տեսքով:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ:** Հետազոտության արդյունքների տեսական նշանակությունը կայանում է երկու երկրների կրտսեր դպրոցականների շարժողական կատարելագործման դինամիկայի և համեմատական վերլուծության նոր փաստերի հաստատման մեջ: Ատենախոսության նյութերը լրացնում և ընդլայնում են սովորողների ֆիզիկական կատարելագործման տեսությունն ու մեթոդիկան՝ ընդհանուր

ֆիզիկական պատրաստության հիման վրա: Աշխատանքի առանձին դրույթները կարող են օգտագործվել Հայաստանի և Միքիայի ֆիզկուլտուրայի ինստիտուտների համապատասխան առարկաների դասավանդման ժամանակ:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԱԿԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ:**

1. Երկու երկրների սովորողների ֆիզիկական վիճակի համեմատական գնահատականները օբյեկտիվ հիմք են հանդիսանում կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի նախագծվող խնդիրների արդյունավետ լուծման համար:

2. Առաջարկվող նորմատիվային մոդելային սանդղակները կրտսեր դպրոցական տարիքի սովորողների շարժողական պատրաստության և ֆիզիկական զարգացման վիճակի և մակարդակի գնահատման, ինչպես նաև հսկողության համար հանդիսանում են կարևոր մեթոդ:

3. Մշակված մեթոդիկայի իրականացումը ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների անցկացման օրինակով նպաստում է դպրոցականների շարժողական ներուժի կատարելագործմանը:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ՓՈՐՉԱՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆԸ.**

Հետազոտության արդյունքները գեկուցվել է Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտի 38-րդ և 39-րդ գիտամեթոդական կոնֆերանսներում, ինչպես նաև հրատարակվել է երկու հոդված <<Մխիթար Գոչ>>-2012, N 1-3, էջ 77-79, էջ 80-88, գիտամեթոդական հանդեսում: Հետազոտության արդյունքները քննարկվել են ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտի ֆուտբոլի և թենիսի ամբիոնում:

**ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ԼԵՐԿԱՅԱՅՎՈՂ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԴՐՈՒՅԹՆԵՐԸ:**

1. Կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի նախագծվող խնդիրների արդյունավետ լուծման համար կարևոր նախադրյալ է հանդիսանում սովորողների ֆիզիկական վիճակի տարիքային և գենդերային առանձնահատկությունների համեմատական վերլուծության հաշվառումը:

2. Մոդելային նորմատիվային սանդղակները որպես կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի գնահատման շարունակական հսկողության միջոց:

3. Ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության հիման վրա կրտսեր դպրոցականների շարժողական հնարավորությունների կատարելագործման մանկավարժորեն ուղղված ներգործությունների համակարգը:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՀԱՎԱՍՏԻՈՒԹՅՈՒՆԸ:**

Ապահովված է քանակակազմի բավարար թվով, կատարված

հետազոտությունների ծավալով, համապատասխան մեթոդների կիրառմամբ, ինչպես նաև ստացված նյութերի վիճակագրական հատուկ մշակմամբ:

**ՀԵՏԱԳՈՏՈՒԹՅԱՆ ՓՈՐՉԱՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆ ՈՒ ՆԵՐԴՐՈՒՄԸ:**

Հետազոտության արդյունքները ներդրվել են Սիրիայի արաբական հանրապետության <<Նաջիբ Ալդուքս>>, <<Սալեմ Ալուման>> և <<Ահմադ Ղազալ>> տարրական դպրոցներում:

**ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ ԵՎ ԾԱՎԱԼԸ:**

Աշխատանքը կազմված է ներածությունից, երեք գլուխներից, եզրակացություններից, գործնական առաջարկություններից, գրականության ցանկից: Գրականության ցանկը ներառում է 189 անվանում, որից 187-ը օտար լեզուներով:

Ատենախոսության ընդհանուր ծավալը կազմում է համակարգչային 140 էջ, ձևավորված է 37 աղյուսակներով, 10 գծապատկերներով և 18 հավելվածներով:

**ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ:**

Ներածության մեջ հիմնավորված է հետազոտության արդիականությունը, նպատակը, խնդիրներն ու մեթոդները, սահմանված է աշխատանքի վարկածը, օրյեկտը, առարկան: Բացահայտված է գիտական նորույթը, ատենախոսության տեսական ու գործնական նշանակությունը, պաշտպանության ներկայացվող դրույթները:

**Առաջին գլխում՝**

<<Հետազոտության հիմնահարցը>> գոյություն ունեցող և հասանելի գրական աղբյուրների ուսումնասիրության, վերլուծության և ընդհանրացման հիման վրա հաջորդականության խնդրին համապատասխան լուսաբանված են երեք հիմնական հարցեր՝ կրտսեր դպրոցականների զարգացման տարիքասեռային առանձնահատկությունները, սովորողների բազմակողմանի ֆիզիկական պատրաստության դերն ու նշանակությունը և արտադասարանական պարապմունքների դերը դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում:

Մասնավորապես, ցույց է տրված, որ մարդու զարգացումը իրենից ներկայացնում է անընդհատ գործընթաց, որտեղ բոլոր օրգաններն ու համակարգերը տարիքի հետ անհամաչափ և տարածամկետ փոփոխվում են (И.А.Аршавский, 1982; А.А.Маркосян, 1974; Б.Г.Ананьев, 2001): Նախնական կրթությունը դպրոցում տեղի է ունենում այն ժամանակաշրջանում, որին բնորոշ են երեխաների օրգանիզմում արագացված մորֆոլոգիական և ֆունկցիոնալ ձևավոխությունները: Հենց այս հանգամանքը պետք է խստորեն հաշվի առնել կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում (Կ.Բ.Բակունց, 1993; Ֆ.Գ.Ղազարյան, 2007):

Ընդունված է, որ այդ տարիքային շրջանում պետք է գերիշխեն դպրոցականների շարժողական ակտիվությունը բարձրացնող միջոցները: Դրա հետ մեկտեղ մի շարք հեղինակներ միակարծիք են նախադպրոցական



կրթական հաստատություններում և կրտսեր դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության անբավարար վիճակի վերաբերյալ (Ն.Ն.Մամչուռ, 1993; Ս.Ա.Հովեյան, 2009): Այս ամենը պատճառ են հանդիսանում փնտրելու և գործնականում ներդնելու կրտսեր դպրոցականների առողջացման, ուսուցման և դաստիարակության առավել իրական ձևեր, արդյունավետ միջոցներ և մեթոդներ, և, առաջին հերթին, շարժողական պատրաստականության մակարդակի բարձրացում:

Քանի որ այս հետազոտության խնդիրներից մեկը համեմատական վերլուծությունն է, ապա գլխում ներկայացված են տարբեր երկրների սովորողների առանձին շարժողական ընդունակությունների զարգացման արդյունքները (А.Зухня, 1992; Г.Гергadis, 1992; А.Артюшенко, 2000):

Անցկացված համեմատական վերլուծության արդյունքում ընդգծվել են այս աշխատանքի հիմնական հետազոտական ուղղությունները: Այստեղ ելակետային է հանդիսանում կրտսեր դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության ապահովումը, ինչին պետք է հատկացվի ուսումնական ժամանակի մինչև 50-60%: Բնական է, որ ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության ճիշտ կազմակերպված աշխատանքը նպաստում է սովորողների ֆունկցիոնալ հնարավորությունների և ընդհանուր աշխատունակության բարձրացմանը (Ս.Ս.Նահապետյան, 1988; А.А.Григорян, 1991 и др.): Մյուս կողմից, տեսականորեն հիմնավորված է, որ նաև ֆիզիկական դաստիարակության ոլորտում կարևոր է ուսումնական և արտադասարանական աշխատանքի միասնությունը: Գրականության աղբյուրների վերլուծության արդյունքում հիմնավորված է այն դրույթը, որ ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության արտադասարանական պարապմունքների կազմակերպումն ու անցկացումը պետք է դառնա փորձարարական ուսումնասիրման առարկա կրտսեր դպրոցականների օրինակի վրա:

***Երկրորդ գլխում*** <<Հայաստանի և Սիրիայի կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության համեմատական վերլուծությունը>> քննարկվել են Հայաստանի և Սիրիայի կրտսեր տարիքի դպրոցականների ֆիզիկական զարգացման հատկանիշների և շարժողական պատրաստության ցուցանիշների համեմատական վերլուծության արդյունքները: Ստացված ցուցանիշների հիման վրա հեղինակի կողմից ներկայացվել են սովորողների ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստության վիճակի գնահատման մոդելային սանդղակներ:

Հայաստանի և Սիրիայի դպրոցների 1-4-րդ դասարանների 1878 դպրոցականների մարդաչափական հատկանիշների համեմատական վերլուծությունը ցույց տվեց, որ տարիքի հետ մարմնի հասակի և քաշի ցուցանիշները մեծանում են (աղ. 1): Այդ ընթացքում Հայաստանում

սովորողների մարմնի հասակը տղաների մոտ ավելացել է 12,8 սմ-ով, իսկ Սիրիայում՝ 13,1 սմ-ով, իսկ աղջիկների մոտ՝ 11,7 և 12,9 սմ-ով:

Գրեթե նմանատիպ տեղաշարժեր են նկատվում նաև երկու երկրների դպրոցականների մարմնի քաշի ցուցանիշներում: Հետազոտվող հատկանիշների աճի տեմպերը բարելավվել են 10-15%-ով: Նշված տեղաշարժերը օրյեկտիվ են և, բնականաբար, արտացոլում են օրգանիզմի տարիքային մորֆոլոգիական օրինաչափությունները:

Ինչ վերաբերում է շարժողական ընդունակություններին, ապա համեմատական վերլուծության են ենթարկվել դիմացկունության (վազք 6 րոպ.), ցատկունակության (տեղից հեռացատկ), մկանային ուժի (դաստակի դինամոմետրիա), շարժումների ճարպկության (մաքոքավազք 5x10 մ), արագության (վազք 30 մ), ճկունության, (խոնարհում առաջ) և հավասարակշռության (թեստ <<ֆլամինգո>>) ցուցանիշները:

Աղյուսակ 1

**Հայաստանի և Սիրիայի կրտսեր դպրոցականների մարմնի հասակի և քաշի համեմատական վերլուծությունը**

| Դասարան | Սեռը | Քանակը | Մարմնի հասակը, սմ |      | Մարմնի քաշը, կգ |      |
|---------|------|--------|-------------------|------|-----------------|------|
|         |      |        | t                 | P, % | t               | P, % |
| I       | տղա  | 234    | 8,6               | >0,1 | 9,2             | >0,1 |
|         | աղջ. | 227    | 6,6               | >0,1 | 8,1             | >0,1 |
| II      | տղա  | 259    | 5,5               | >0,1 | 7,0             | >0,1 |
|         | աղջ. | 245    | 7,0               | >0,1 | 8,5             | >0,1 |
| III     | տղա  | 256    | 7,9               | >0,1 | 9,4             | >0,1 |
|         | աղջ. | 212    | 6,0               | >0,1 | 8,6             | >0,1 |
| IV      | տղա  | 218    | 9,1               | >0,1 | 8,1             | >0,1 |
|         | աղջ. | 227    | 4,6               | >0,1 | 6,0             | >0,1 |

Անցկացված հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ Հայաստանի և Սիրիայի կրտսեր դպրոցականների (7-10 տարեկան) շարժողական ընդունակությունների զարգացման առանձնահատկությունները և բացարձակ մակարդակը ունեն որոշակի տարբերություններ (աղ. 2):

**Կրտսեր դպրոցականների շարժողական ընդունակությունների աճի տեմպերի ցուցանիշների ընդհանրացումը, տոկոսներով**

| <b>Շարժողական ընդունակություն</b> | <b>տղաներ</b>   |              | <b>աղջիկներ</b> |              |
|-----------------------------------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|
|                                   | <b>Հայաստան</b> | <b>Միրիա</b> | <b>Հայաստան</b> | <b>Միրիա</b> |
| դիմագլուխություն                  | 12.0            | 12.6         | 11.6            | 12.8         |
| մկանառոժ                          | 68.8            | 69.0         | 68.4            | 54.0         |
| ցատկունակություն                  | 13.1            | 13.7         | 12.8            | 12.3         |
| ճարպկություն                      | 13.3            | 9.9          | 8.9             | 10.4         |
| ճկունություն                      | 22.5            | 37.1         | 34.8            | 29.7         |
| հավասարակշռություն                | 78.8            | 90           | 59.3            | 23           |
| արագություն                       | 7.3             | 7.1          | 6.9             | 8.0          |

Այսպես, օրինակ, բացարձակ բարձր տարբերություններ նկատվել են բոլոր տարիքաստեղծային խմբերում՝ սովորողների ցատկունակության ցուցանիշներում: Նմանատիպ փոփոխություններ նկատելի են և շարժումների ճարպկության դրսևորումներում, որտեղ հայ դպրոցականների ցուցանիշները անհամեմատ և հավաստի բարձր են, բացառությամբ առաջին դասարանցիների: Երկու երկրների դպրոցականների միջև էական տարբերություններ նկատելի են նաև ուժային ընդունակություններում բացառությամբ առաջին դասարանի աղջիկների և չորրորդ դասարանի տղաների, ինչպես նաև հավասարակշռության պահպանման ընդունակությունում:

Կրտսեր դպրոցական տարիքում (7-10 տարեկան) աճի առավել մեծ տեմպերը բնորոշ են ուժային ընդունակություններին, որտեղ աճի պայմանական մեծությունները կազմում է 6: Հայաստանի և Միրիայի սովորողների գենդերային տեղաշարժերը այդտեղ տղաների մոտ կազմում են 68-70 %, իսկ աղջիկների մոտ՝ 54-69 %, ընդ որում առավել փոքր տոկոսային տեղաշարժերը հատուկ են սիրիացի աղջիկներին (աղ. 2):

Ստացված տվյալների հիման վրա մշակվել են Միրիայի կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի գնահատման մոդելային սանդղակներ:

Ի վերջո, աճող սերնդի ֆիզիկական դաստիարակության բազմամյա բարդ գործընթացի հաջող իրականացումը հնարավոր է միայն դպրոցական տարիքի երեխաների զարգացման և շարժողական պատրաստվածության առանձնահատկությունների մանրագնի հաշվառման պայմաններում: Ուստի անհրաժեշտ է մշակել կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կազմակերպման առավել կատարյալ ձևեր և մեթոդներ: Հենց այս հարցերն էլ դարձել են հատուկ փորձարարական հետազոտության առարկա:

Երրորդ գլխում՝ <<Կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության առանձնահատկությունները արտադասարանական պարապմունքներում ֆուտբոլի օրինակով>> քննարկվել են մանկավարժական գիտափորձի արդյունքները և ներկայացվել գիտագործնական առաջարկություններ ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների համար:

Նպատակամետ մանկավարժական ներգործությունների կազմակերպման նպատակով նախադրյալ հանդիսացան Սիրիայի Արաբական Հանրապետության <<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկայի պետական դպրոցական ծրագրի համառոտ բնութագրի արդյունքները, շաբաթվա ընթացքում երրորդ դասը մտցնելու անհրաժեշտությունը, ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների սոցիոլոգիական հարցման արդյունքները, արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքների անցկացումը արտասուստմանական ժամանակահատվածում և դրանց ուղղվածությունը:

Ընդհանրացնելով Սիրիայի հանրակրթական դպրոցների ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների սոցիոլոգիական հարցման արդյունքները, կարելի է կատարել հետևյալ ընդհանրացումները: Առաջինը՝ մասնագետների մոտ 40 %-ը մեծ նշանակություն են տալիս ֆիզիկական պատրաստության այնպիսի ձևին, ինչպիսին արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքներն են: Երկրորդը՝ 58 %-ը առավել արդյունավետ են համարում այդպիսի պարապմունքներն անցկացնել մարզախաղերի տեսքով, իսկ 100 %-ը՝ ֆուտբոլի միջոցով: Երրորդը՝ այդպիսի պարապմունքները խորհուրդ է տրվում անցկացնել շաբաթական 2-3 անգամ (36-44 %) 60 րոպե տևողությամբ՝ (49,6 %):

Հետազոտության արդյունքում ստացված տվյալները, բնականաբար, հաստատում են մեր ենթադրությունները և նախադրյալներ են հանդիսանում դպրոցի կրտսեր դասարաններում ֆուտբոլի օրինակով արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքների կազմակերպման համար:

<<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկայի Սիրիայի պետական դպրոցական ծրագրերի վերլուծությունը ցույց տվեց, որ այստեղ նախատեսված չեն ստուգողական նորմատիվներ, ոչ առարկայական է օգտագործվում ֆիզիկական կուլտուրայի երրորդ դասը, գրեթե չեն անցկացվում սպորտային ուղղվածությամբ արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքներ: Այս ամենը թելադրում է հանրակրթական դպրոցներում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կատարելագործման համար մեթոդոլոգիական հիմքերի որոնում:

Գլխում հիմնավորված է ֆուտբոլի օրինակով կրտսեր դպրոցականների հիմնական շարժողական ընդունակությունների համալիր դաստիարակման անհրաժեշտությունը: Այս նպատակով մշակվել են հատուկ վարժությունների 16 համալիրներ, որոնք վերցված են ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության, ֆուտբոլի և շարժախաղերի հատուկ վարժություններից:

Հատկապես մեծ ուշադրություն է հատկացվել կրտսեր դպրոցականների հետ արտադասարանական պարապմունքների ժամանակ ֆիզիկական բեռնվածության չափավորմանը: Դրա համար մենք առաջնորդվել ենք գրականություն մեջ գոյություն ունեցող մեթոդական ցուցումներով: Թիվ 3 աղյուսակում բերված են հիմնական շարժողական ընդունակությունների մշակման ժամանակ բեռնվածության չափավորման օրինակելի նորմաները: Աղյուսակից երևում է, որ տարիքի հետ կապված առանձին շարժողական ընդունակությունների համար բեռնվածության տոկոսային ծավալը անհամաչափ է և տարբեր: Դա կապված է այն բանի հետ, որ միննույն ցուցանիշները դասարանից-դասարան մեծանում են: Այդ պատճառով մկանային ուժի, շարժումների կոորդինացիայի, դիմացկունության ցուցանիշների տոկոսային ծավալը տարիքի հետ պետք է աստիճանաբար ավելանա, իսկ մյուս շարժողական ընդունակություններինը՝ աստիճանաբար փոքրանա: Բեռնվածության չափավորման ժամանակ մենք, բնականաբար, հաշվի ենք առել 7-10 տարեկան սովորողների տարիքային և գենդերային առանձնահատկությունները:

**Աղյուսակ 3**

***Բեռնվածության ծավալի օրինակելի նորմերը, տոկոսներով***

| Դասարանը | Ուժը | Կոորդինացիան | Դիմացկունությունը | Արագանոթային | Ճարպկություն | Ճկունություն |
|----------|------|--------------|-------------------|--------------|--------------|--------------|
| I        | 20   | 15           | 10                | 20           | 35           | 40           |
| II       | 25   | 20           | 15                | 25           | 30           | 30           |
| III      | 25   | 30           | 25                | 25           | 25           | 20           |
| IV       | 30   | 35           | 50                | 30           | 10           | 10           |
| Ընդամ.   | 100  | 100          | 100               | 100          | 100          | 100          |

Դասակոսի Նաջիբ Ալդոկոս դպրոցի մանկավարժական խորհրդի որոշմամբ և օգնությամբ ֆիզիկական կուլտուրայի երրորդ դասը թույլատրվել է անցկացվել է արտադասարանական պարապմունքի ձևով շաբաթական մեկ անգամ՝ 60 րոպե տևողությամբ: Այդ դասի հիմնական ուղղվածությունը ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստությունն է ֆուտբոլի տարրերի օգտագործմամբ:

Սկարագրված մեթոդական մոտեցումների փորձարկման նպատակով կազմակերպվել է մանկավարժական գիտափորձ, ձևավորվել են չորս փորձարարական (I, II, III և IV) և չորս ստուգողական (I, II, III և IV) դասարաններ: Այսպիսով, մանկավարժական գիտափորձում ընդգրկվել են I-IV դասարանների 275 կրտսեր դպրոցականներ, այդ թվում 131 տղա և 144 աղջիկ:

Փորձարարական խմբերում (I-IV դասարան) ուսումնական նյութի անցկացումը խստորեն պլանավորվել է, պահպանվել է համակարգվածությունն ու հերթականությունը, մատչելիության, անհատա-

կանության դիդակտիկ սկզբունքների իրականացումը, մարզական պահանջների աստիճանական մեծացումը:

Օգտագործվել է ֆիզիկական կուլտուրայի դասի ընդունված երեք մասից բաղկացած կառուցվածքը՝ ներգրավիչ, հիմնական և եզրափակիչ:

Մանկավարժական գիտափորձը տևել է մեկ ուսումնական տարի, որի ընթացքում յուրաքանչյուր դասարանում անցկացվել են 30 լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքներ ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստվածության ուղղվածությամբ ֆուտբոլի օրինակով:

Ձևավորվող մանկավարժական գիտափորձից առաջ և հետո բոլոր փորձարարական և ստուգողական դասարաններում հատուկ ծրագրով անցկացվել են մանկավարժական թեստավորում և բժշկական զննում:

Մանկավարժական գիտափորձի վերջնական տվյալները վկայում են Սիրիայի կրտսեր դպրոցականների շարժողական կատարելագործման առաջարկվող մեթոդիկայի արդյունավետության մասին: Որպես օրինակ նկար 1-ում ներկայացված են 1-4-րդ դասարանների երկու սեռի սովորողների արագաշարժության, դիմացկունության և արագաուժային ընդունակությունների ցուցանիշների տեղաշարժերի մեծությունները: Այստեղից պարզ երևում է փորձարարական դասարանների սովորողների առավելությունը բոլոր հետազոտվող ցուցանիշներում, հատկապես դիմացկունության և արագաուժային ընդունակությունների դրսևորումներում, որտեղ երկու խմբերի միջև տեղաշարժերի արդյունքների տարբերությունը կազմում է 2-4 անգամ:

Նմանատիպ դրական փոփոխություններ ստացվել են նաև հատուկ՝ երեք շարժողական թեստերի օրինակով ֆուտբոլային թեստերում (աղ. 4):

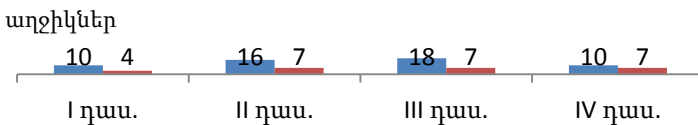
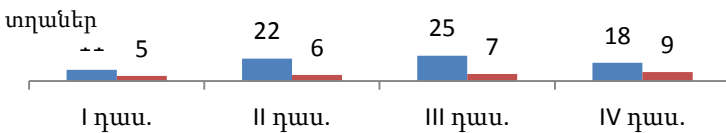
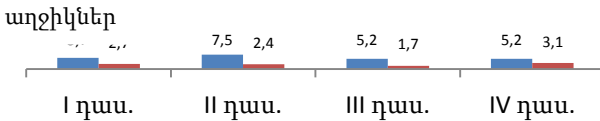
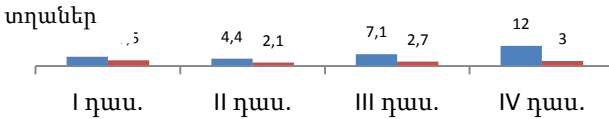
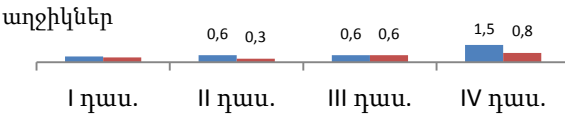
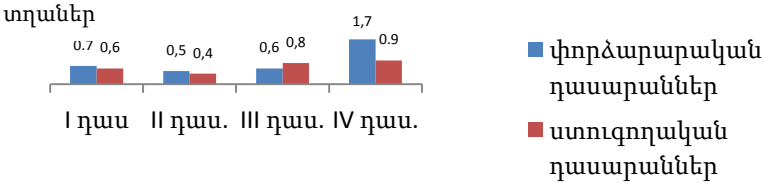
**Աղյուսակ 4**

**Ֆուտբոլային թեստերի համեմատական տեղաշարժերը գիտափորձի արդյունքում**

| Դասարանը | Սեռը | Գնդակի վարում 15 մ, վրկ. | Հեռավորության հարվածներ, մ | Նպատակային հարվածներ, միավոր |
|----------|------|--------------------------|----------------------------|------------------------------|
| I        | տղա  | 0,43                     | 1,9                        | 1,2                          |
|          | աղջ. | 0,55                     | 0,9                        | 0,6                          |
| II       | տղա  | 0,81                     | 2,7                        | 0,9                          |
|          | աղջ. | 0,44                     | 1,3                        | 0,9                          |
| III      | տղա  | 1,01                     | 5,0                        | 0,9                          |
|          | աղջ. | 0,63                     | 1,5                        | 0,9                          |
| IV       | տղա  | 0,46                     | 5,4                        | 1,4                          |
|          | աղջ. | 0,52                     | 2,0                        | 0,9                          |

Կարելի է եզրակացնել, որ արդյունքների առավելագույն աճ նկատվում է առաջինից երրորդ դասարաններում՝ հատկապես տղաների մոտ, որոնք

արտահայտված են հեռավորության վրա հարվածների արդյունքներում: Տղաների մոտ 124 %, իսկ աղջիկների մոտ 60% և դարպասներին հարվածների ճշգրտությունը. Տղաների մոտ 160%, աղջիկների մոտ 113 %:



**Նկար 1.** Գիտափորձի արդյունքում տարբեր շարժողական ընդունակությունների տեղաշարժերը  
 1 – արագաշարժություն, 2 – դիմացկունություն, 3 – ցատկունակություն

Մույն մանկավարժական հետազոտության արդյունքում ապացուցվել և հաստատվել է ֆիզիկական կուլտուրայի արտադասարանական պարապմունքների ձևով լրացուցիչ դասի անցկացման անհրաժեշտությունը: Նմանատիպ պարապմունքները նպաստում են երկու սեռի կրտսեր դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության ապահովմանը:

Ցույց է տրվել, որ արտադասարանային լրացուցիչ պարապմունքների ձևով ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության մշակված և փորձարկված մեթոդիկական առավել արդյունավետ է ֆիզիկական կուլտուրայի ավանդական դասերի անցկացման համեմատ:

Բացի դա, կրտսեր դպրոցականների շարժողական ներուժի կատարելագործման ռացիոնալ ուղղություն է հանդիսանում ընդհանուր ֆուտբոլի մասնագիտական միջոցների օգտագործմամբ ֆիզիկական պատրաստության ուսումնամարզական բեռնվածության չափավորումը:

Միրիայի դպրոցներում անցկացված փորձարարական աշխատանքի արդյունքում մեզ հաջողվեց ցույց տալ, որ ֆիզիկական կուլտուրայի սովորական դպրոցական դասը իր կազմակերպչական և դիդակտիկ առանձնահատկությունների շնորհիվ ի գործու չէ դպրոցականներին տալու անհրաժեշտ մարզումային արդյունք և լավագույն դեպքում կարող է օգնել առանձին ֆիզիկական վարժությունների տեխնիկայի ուսուցմանը: Այդ պատճառով այսօր հատկապես պետք է կանգնած լինի լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների անցկացման հարցը: Դրանք պետք է ուղղված լինեն առողջության ամրապնդմանն ու ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության ապահովմանը ինչ-որ մարզաձևի՝ մեր դեպքում ֆուտբոլի օրինակով:

Այս հետազոտության մեջ այդպիսի մեթոդական և կազմակերպչական մոտեցման փորձարկումը ցույց տվեց ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության համակարգի օգտագործման արդյունավետությունը կրտսեր դպրոցական տարիքում: Վերջինս իր դրական արտացոլումն է գտել ոչ միայն սովորողների առողջական վիճակի վրա, այլև նրանց շարժողական պատրաստության բարձրացման և ուսման առաջադիմության վրա:

Աշխատանքում բերվել են նաև գիտագործնական առաջարկություններ Միրիայի հանրակրթական դպրոցների ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների համար:



## ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Սույն հետազոտության արդյունքում հնարավորություն է ընձեռնվում կատարել մի շարք ընդհանրացված եզրակացություններ.

1.Գրականության տեսության, սոցիոլոգիական հարցման, սեփական մանկավարժական դիտումների և փորձարկումների արդյունքները թույլ են տալիս հաստատել, որ ֆիզիկական կուլտուրայի շաբաթական երկանգամյա դասերը իրենց կազմակերպչական և դիդակտիկ առանձնահատկություններով բավական չեն կրտսեր տարիքի դպրոցականների շարժողական ֆունկցիայի ամբողջական հասունացման և ֆիզիկական պատրաստության կատարելագործման համար: Այդ պատճառով հատկապես աճում է որևէ մարզաձևի օրինակով արտադասարանական պարապմունքների նշանակությունը:

2.Սոցիոլոգիական հարցման արդյունքում մասնագետների կողմից բացահայտվել է հետևյալը.

2.1. ցույց է տրվել կրտսեր դպրոցականների լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների ձևով անցկացվող ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության պարապմունքների հզորացման անհրաժեշտությունը (36 %),

2.2. նմանատիպ պարապմունքների անցկացման համար գերակա նշանակություն է տրվում մարզախաղերին (58 %), և հատկապես ֆուտբոլին (100 %),

2.3. հաստատվել են արտադասարանական պարապմունքների հնարավորություններն ու բովանդակությունը՝ համապատասխան միջոցների ընտրությունը, բեռնվածության չափավորումը:

3.Հայաստանի և Սիրիայի կրտսեր դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի ցուցանիշների համեմատական վերլուծությունը ցույց տվեց հետևյալը.

3.1. կրտսեր դպրոցականների տարիքաստեղծային բոլոր խմբերում մարմնի հասակի և քաշի բացարձակ մեծությունները մի փոքր մեծ են Հայաստանի սովորողների մոտ: Ուսումնասիրվող տարիքային կտրվածքով դպրոցականների մարմնի հասակի ցուցանիշներում եղած տարբերությունները կազմում են 2,9-ից մինչև 5,3 սմ, իսկ աղջիկների մոտ համապատասխանաբար 2,7 սմ-ից մինչև 4,0 սմ: Մարմնի քաշի տարբերությունների ցուցանիշները տատանվում են 2,6-ից մինչև 4,8 կգ և 2,7-ից մինչև 3,9 կգ: Եթե մարմնի քաշի աճի տեմպերը գրեթե նույնն են երկու երկրների սովորողների մոտ, մարմնի հասակով այդ մեծությունները մի փոքր մեծ են Սիրիայի I-IV դասարանի երեխաների մոտ,

3.2. հիմնական շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակով հայ երկու սեռի դպրոցականները գերազանցում են իրենց սիրացի հասակակիցներին, առավել էական տարբերություններ են նկատվում

ցատկունակության, մկանային ուժի, շարժումների ճարպկության և հավասարակշռության պահպանման արդյունքներում, գործնականորեն տարբերություններ չկան դիմացկունության դրսևորման, արագային ընդունակությունների և ճկունության ցուցանիշներում:

4. Կրտսեր դպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստության մակարդակի գնահատման նպատակով մանկավարժական պրակտիկայում մշակվել և ներդրվել են մոդելային սանդղակներ:

5. Ապացուցվել և հաստատվել է կրտսեր դպրոցականների ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստության ապահովման նպատակով լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների անցկացման անհրաժեշտությունն ու արդյունավետությունը, դրանք հանդիսանում են դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կազմակերպման հիմնական ձևերից և ուսումնադաստիարակչական գործընթացի կարևորագույն բաժիններից մեկը: Արտադասարանական պարապմունքները հանդիսանում են ֆիզիկական կուլտուրայի պարտադիր դասերի անհրաժեշտ լրացում: Անթույլատրելի է խիստ տարբերություններ դնել դասային և արտադասարանական պարապմունքների միջև՝ երկու դեպքում էլ առկա է ուսուցման, դաստիարակության և կատարելագործման գործընթաց,

5.1. արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքները պետք է կրեն առավելապես ընդհանուր զարգացնող, մարզող բնույթ հայտնի դիդակտիկ կանոնների և սկզբունքների խստագույն իրականացմամբ,

5.2. լրացուցիչ արտադասարանական պարապմունքների հիմնական բովանդակությունը պետք է կազմի կրտսեր դպրոցականների հիմնական շարժողական ընդունակությունների մշակումն ու ֆուտբոլային շարժողական գործողությունների ուսուցումը:

6. Կրտսեր դպրոցականների ֆուտբոլային տարրերի օգտագործմամբ ֆիզիկական պատրաստության ընտրած մեթոդիկայի մշակման և պլանավորման ժամանակ պետք է հաշվի առնել հետևյալը.

6.1. ուսումնական գործընթացը իրականացնել արտադասարանական լրացուցիչ պարապմունքի տեսքով,

6.2. մանկավարժական թեստավորման, տարիքային փոփոխությունների և հիմնական շարժողական ընդունակությունների մշակման սենսիտիվ շրջանների զարգացման արդյունքները,

6.3. I-IV դասարանի տղաների և աղջիկների ծավալով գործնականորեն չտարբերվող ֆիզիկական բեռնվածությունը նպատակահարմար է միջինացնել կապված ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին սովորողներին ըստ սեռի նշախմբերի բաժանելու անհնարինության հետ:

7. Միրիայի հանրակրթական դպրոցների կրտսեր դպրոցականների համար մշակված ֆիզիկական պատրաստության և փորձարկված մեթոդիկական ավանդականի համեմատ զգալիորեն արդյունավետ է, ինչն էլ իր արտացոլումն է գտել հետևյալում.

7.1. առավել հավաստի տեղաշարժեր նկատվել են փորձարարական խմբերի 50 %-ի սահմաններում շարժման արագության, դիմացկունության, արագաուժային ընդունակությունների և 37,5 % շարժումների ճարպկության ցուցանիշներում: Ստուգողական խմբերում այս տվյալները համապատասխանաբար կազմում են 6,3-37,5-12,5-6,3% կամ 4-8 անգամ քիչ: Հավասարակշռության պահպանման ցուցանիշներում վիճակագրական տարբերություններ երկու խմբերի միջև չի բացահայտվել:

7.2. 2 անգամ բարելավվել են սովորողների շարժումների արագաշարժության և ճարպկության ցուցանիշները:

7.3. դիմացկունության և արագաուժային ընդունակությունների տեղաշարժերի տարբերությունները կազմում են 2-3 անգամ,

7.4. բավական արտահայտված չէ հավասարակշռության պահպանման ցուցանիշների տարբերությունը երկու խմբերի միջև:

***Հետազոտության հիմնական բովանդակությունն արտացոլված է հետևյալ աշխատանքներում.***

1. Տահեր Հմաիդի Ղազի.-Տարբեր երկրների դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածության հիմնահարցերը և դրանց բարելավման ուղիները.-Հանրապետական 38-րդ գիտամեթոդական կոնֆերանսի նյութեր.-Երևան.-2011.-մաս Ա, էջ 235-238

2. Տահեր Հմաիդի Ղազի.-Միրիայի Արաբական Հանրապետության ֆիզիկական կուլտուրայի երրորդ դասի ավելացման գիտագործնական նշանակությունը //Մխիթար Գոշ.-2012.-N 1-3, էջ 77-79

3. Տահեր Հմաիդի Ղազի.-Հայաստանի և Միրիայի կրտսեր դպրոցականների շարժողական պատրաստության համեմատական վերլուծությունը //Մխիթար Գոշ.-2012.-N 1-3, էջ 80-88

4. Տահեր Հմաիդի Ղազի.-Միրիայի Արաբական Հանրապետությունում ֆիզիկական կուլտուրայի երրորդ դասի ավելացման գիտագործնական նշանակությունը: Հանրապետական XXXIX գիտամեթոդական կոնֆերանս, Մաս Բ, Երևան, 2012, էջ 84-89

# **Тахер Гмаиди Гази**

## ***Проблемы физической подготовки школьников и пути их совершенствования***

(на примере Сирии и Армении)

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 “Методика преподавания и воспитания” (физическая культура)

Защита диссертации состоится 24-ого января 2013 г. в 14<sup>00</sup> на заседании специализированного совета "педагогика" 020 ВАК по присуждению ученых степеней при Армянском государственном педагогическом университете имени Х.Абовяна по адресу: 0010, г. Ереван, ул. Тиграна Меца 17.

### **РЕЗЮМЕ**

**АКТУАЛЬНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Известно, что в младшем школьном возрасте происходит интенсивное развитие двигательных способностей, поэтому здесь имеются благоприятные предпосылки для совершенствования физических и функциональных возможностей организма. В то же время двигательный потенциал определяется не только генетическими факторами, но и климатическими и географическими условиями, а также этническими особенностями. На основании научных данных о физическом состоянии, социальной активности учащихся создаются различные варианты учебных программ в разных странах, используются определенные пути повышения учебного процесса по физическому воспитанию. Таким образом, в спортивной педагогике сформировалась проблемная ситуация. С одной стороны, назрела необходимость дальнейшего совершенствования этого раздела учебной программы, а с другой - еще недостаточная его изученность.

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ** заключалась в сравнительном анализе показателей двигательной подготовленности младших школьников Армении и Сирии и повышения уровня на основе общей физической подготовки путем проведения внеклассных дополнительных занятий.

**ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Выдвигаемая цель и научная гипотеза работы продиктовали необходимость решения соответствующих адекватных задач. Они предусматривали определить уровень и темпы развития показателей, характеризующих возрастно-половые сдвиги двигательной подготовленности младших школьников, проживающих в Армении и Сирии. Особняком выступала задача-сравнительного анализа уровня двигательной подготовленности учащихся обеих стран. На основании этих материалов предусматривалась задача разработать и обосновать комплексную технологию совершенствования двигательных возможностей школьников Сирии.

**СОДЕРЖАНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Данное исследование проводилось в течение трех этапов.

На первом этапе (2008-2009 гг.) проводилось изучение, анализ и обобщение литературы по проблеме; определялись цель и задачи исследования, рабочая гипотеза и выбор методов исследования.

На втором этапе (2009-2010 гг.) проводился констатирующий эксперимент с соответствующей обработкой полученного материала.

На третьем этапе (2010-2012 гг.) осуществлялся формирующий педагогический эксперимент в Сирии, вносились коррективы в апробируемую методику общефизической подготовки младших школьников, публиковались результаты исследования и проводилось оформление диссертации.

Исследования проводились в общеобразовательных школах обеих стран, а педагогический эксперимент в начальной школе г. Дамаска.

Во всех сериях исследования было задействовано более 2000 испытуемых и экспертов.

**НАУЧНАЯ НОВИЗНА.** Впервые проведен сравнительный анализ физического состояния учащихся Армении и Сирии. Разработаны нормативные шкалы для оценки уровня физического развития и двигательной подготовленности. Апробирована более эффективная методика физической подготовки младших школьников в виде дополнительных внеклассных занятий, отличающаяся от традиционной.

**ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ.** Установлены новые факты сопоставительного анализа физической подготовленности учащихся двух стран. Материалы диссертации дополняют и расширяют теорию и методику физического совершенствования младших школьников на основе общей физической подготовки. Отдельные положения диссертации могут использоваться при преподавании соответствующих разделов в институтах физической культуры Сирии и Армении.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ.** Сопоставительные данные физического состояния учащихся обеих стран являются объективной основой для аргументированного и эффективного решения проектировочных задач процесса физической подготовки младших школьников. Нормативные модельные шкалы являются важным средством и методом контроля за процессом физического совершенствования младших школьников Сирии. Дополнительные внеклассные занятия по общей физической подготовке с использованием элементов футбола способствуют оздоровлению и расширению двигательного потенциала учащихся.

**АПРОБАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Основные положения диссертации обсуждены на кафедре футбола Армянского государственного института физической культуры, на республиканских научно-методических конференциях, а также на педагогических тренингах учителей в Дамаске. По теме диссертации опубликованы 3 работы.

*Taher Hmaldi Ghazi*  
***The problems of schoolchildren's physical training and ways of their  
improvement  
(on the example of Syria and Armenia)***

Dissertation for candidate's degree of Pedagogical Sciences in specialty 13.00.02  
"Methods of teaching and education" (Physical culture)

The defense of the dissertation will be held on January 24, 2013 at 14<sup>00</sup> at the session of the Special Board HAC (Higher Attestation Commission) RA 020 "Pedagogy" to award academic degrees under the Armenian State Pedagogical University. after Kh. Abovyan. Address: Street Tigran Mets17, Yerevan 0010.

### **SUMMARY**

**The relevance of the research** It is known that at the junior school age intensive developments of motive abilities happen, therefore there are favorable preconditions for improvement of physical and functional possibilities of organism. At the same time motive potential is determined not only by genetic factors but also by climate geographical conditions and ethnic features. Various variations of educational programs are founded in different countries on the of scientific data about the physical condition and definite ways of improvements the training presses are used Thus problematic situation was formed in sorting pedagogies, On the one hand, there was a necessity to improve this reaction of the teaching program and on the other hand, its study was not enough yet.

**The aim of this research** was a comparative analysis of indicators of younger students' motor readiness in Armenia and Syria and increase of its level on the basis of overall physical readiness through extra-curricular activities.

**The objectives of the research.** The purpose and scientific hypothesis of the work imposed the necessity to solve the appropriate and adequate tasks. They provided for the level and rate of development of indicators and age and sex changes in younger students' motor readiness living in Armenia and Syria. Special attention was paid to the task of the comparative analysis of the level of motor readiness of students in both countries. On the basis of these materials, was planned the task to develop and adopt a set of technologies to improve motor abilities of school-age children in Syria.

**The contents of the research** This study was conducted in three phases. In the first phase (2008-2009) the study, analysis and synthesis of the literature on the problem were conducted; the purpose and tasks of the study, the working hypothesis and the choice of research methods were defined.

In the second phase (2009-2010) an experiment with appropriate processing of the received material was carried out.

In the third phase (2010-2012) a formative educational experiment was carried out in Syria, adjustments to the approved methodology of younger students' physical training were made, results of the study were published and a literary design of the thesis was conducted.

Studies were conducted in schools of both countries, and an educational experiment was conducted in an elementary school in Damascus.

In all series of studies more than 2000 objects and experts were involved.

**The scientific novelty of the research** For the first time comparative analyses of physical condition of the students of Armenia and Syria have been carried out. Normative, standard scales to receive the level of physical development and motive training have been worked out. More effective method of physical education has been tested for junior schoolchildren which differ from traditional one.

**The theoretical value of research** New facts of confronting analyses of the students' physical education of two countries have been established. The materials of dissertation add and enlarge the theory and method of physical perfection of junior schoolchildren on the base of general physical education. Separate theses of the dissertation can be used at the Institutes of Physical Culture of Armenia and Syria.

**The practical significance of the research** Confronting data of physical condition of the students of two countries are objective bases for effective and argued decision of planning problem of the process of physical education of junior schoolchildren. Normative scales are important means and methods of control over the process physical perfection of junior schoolchildren in Syria. Additional outclasses studies of physical education by using elements of football help to normalize and enlarge motive potential of the students.

**The exploration of research results** The main results of the dissertation were discussed in the national scientific and methodological conferences, in the chair of Football of the State Institute of Physical Culture and in the conferences held in Damascus. Their works have been published on the topic of dissertation.