

ԴԱՍԻ ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄԸ ՈՐՊԵՍ
ՈՒՍՈՒՄՆԱԴԱՍՏԻԱՐԱԿԳԱԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՅԻ
ԼԱԶՄԱԿԵՐՊՄԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՁԵԿ

Մ. Վ. Բաղդասարյան

Ամեն անգամ, երբ սկսվում է ուսումնական տարին, մենք նորից ու նորից վերադառնում ենք ֆիզկուլտուրայի դասերի արդյունավետության բարձրագույն խնդրին: Եվ դա պատահական չէ: Ժամանակակից կյանքը, ընդամենը գնալով գիտատեխնիկական հեղափոխությանը, առանձնահատուկ է արագ, հաճախ նաեւ՝ աշխատանքի ու առօրյայի սրընթաց փոփոխություններով: Դրանք էլ, իրենց հերթին, իրենց անմիջական հետքն են թողնում ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի վրա, փոփոխություններ առաջ բերելով դարձյալաների ուսումնական գործընթացում՝ հանրակրթական բոլոր առարկաներին, այդ թվում նաեւ ֆիզկուլտուրային նրանց պատրաստականության պահանջների տեսակետից: Սա հույժ կարեւոր, ուշադրության արժանի խնդիր է:

Ուշագրավ է, որ ժամանակակից պահանջները փոխում են մեր հասկացողությունը իրենց իսկ՝ ուսումնական գործընթացի արդյունավետության չափանիշների վերաբերյալ: Եթե մինչև բոլորովին վերջերս հիմնական շարժումների, շարժողական գործողությունների կայուն, հիմնավոր յուրացումը այս կամ այն դպրոցում դասի արդյունավետության վերաբերյալ քննարկումներում համարվում էր բավարար, այժմ արդեն այդ չափանիշների շրջանակները նկատելիորեն ընդլայնվել են: Ներկայումս բավական չէ սիրապետել ծրագրավորված շարժումներին, պետք է նաեւ ձեռավորել տեսական տվյալների պատկանելի իմացություն ու պաշար, կարողանալ յուրացրած գործողությունները կիրառել, գործադրել կյանքի դժվարին պայմաններում, ի վիճակի լինել ինքնուրույն եւ այն էլ՝ համակարգված ձևով, սխառմատիկորեն կատարել ֆիզիկական վարժությունները եւ, հարկ եղած դեպքում, պարապմունքներ կազմակերպել ընկերների հետ: Մրանից բացի, ուսուցիչը չպետք է շրջանցի ներդաշնակ գաղազման խնդիրը, ասել է թե՛ չպետք է մոռանալ, որ հարկ է, ֆիզիկական դաստիարակությանը գուգահեռ, դասերին ներկաաների մեջ զարգացնել բարոյական, կամային, գեղագիտական ու մտավոր որակներ:

Ցավոք, շատ դպրոցներ դեռ հենու են այդ հիմնական խնդիրները, որպես կարեւոր ներույթ, լուծելու: Ուստի, ուսումնական տարվա հենց սկզբից հարկավոր է եւս մեկ անգամ վերանայել նդած թերությունները, ի գույց հանել ուսումնական գործընթացի արդյունավետության բարձրագույն նդած պահուստային պաշարները:

Այսպես, բարձր արդյունքները հնարավոր են միւսն այն դեպքում, երբ խնամքով ու տնտեսվար ձևով է բաշխվում դասերին հատկացված ժամանակը: Այս տարրական ճշմարտությունը մեր շատ դպրոցների համար դեռ օրինավոր տնք չի ստացել: Դիտարկումների փաստերն ու ստուգումների տվյալները ցույց են տվել, որ որոշ ուսուցիչներ ֆիզկուլտուրայից իրենց անցկացրած ուսումնական ժամանակի 20, երբեմն անգամ 50 տոկոսը հատկացնում են մրցումներին: Դարձյալաների շարժողական գործողությունների եւ ֆիզիկական որակների զարգացման ուսուցման համար պահանջվող տքնաջան աշխատանքի փոխարեն նման մանկավարժները սահմանափակվում ու բավարարվում են միայն վարժությունների կատարման արդյունքները չափերիգով (եղմետկա) եւ վայրկենաչափով գրանցող հրահանգչի ոչ բարդ՝ պարզագույն դերով: Եվ ահա արդյունքը՝ ուսումնական գործընթացը փոխակերպվում է աշակերտների՝ սոսկ փոքր չափի նորմատիվների նդ շրջան ներքաշման: Գոյություն ունն այդ թերությունից խուսափելու եւ թոթափվելու բազմաթիվ ուղիներ: Մրանցից մեկը, գուցե եւ գլխավորը, ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի նկատմամբ սահմանված բարձր

վերահսկողությունն է: Դպրոցների տնօրինությունը, ԼԳ նախարարության մասնագետները, կրթության բաժինների հրահանգիչները և մեթոդիստները պետք է հաճախակի այցելեն մարմնամարզության դասիկներն ու դպրոցական սպորտային հրապարակներ: Ոչ թե հենց այնպես նմրկա լինելու համար, այլ՝ ուսումնական գործընթացն ուսումնասիրելու և վերլուծելու, ուսուցչի պլաններն ուղղելու և գործունեությունը ընթացքավորելու նպատակով:

Դասի արդյունավետությունն առաջին հերթին կախված է այն բանից, թե ուսուցիչների կողմից որքանով է իրականացվում նախատեսված պլանը, ուսումնական գործընթացը կազմակերպելու համար ինչպիսի քիչ թե շատ ռազիոնալ ձևեր ու մանկավարժական հնարքներ են կիրառվում, ինչպես պետք է օգտագործվեն եղած մարզասարքերը, գույքը, ուսուցման տեխնիկական միջոցները, ինչպես են հաշվի առնվում պարապմունքների անցկացման վայրի, մարմնամարզության դասի լիճի և դպրոցամերձ մարզահրապարակի, մարզադաշտի կամ պարկի, հարթ կամ կտրտված տեղանքի առանձնահատկությունները:

Պակաս կարևոր չէ և՛ այն, որ ցանկացած պայմաններում պարապմունքների ժամանակ դպրոցականներին սովորեցնելով ու դաստիարակելով, մանկավարժը կարողանա ապահովել նրանց մշտական զբաղվածությունն ու ակտիվությունը՝ դրանով իսկ հասնելով դասերի բարձր արդյունավետության: Սրանից հետևում է, որ, ելնելով դասի խնդիրներից, ամենից առաջ հարկավոր է ընտրել աշակերտների ուսումնական աշխատանքի կազմակերպման այնպիսի ձև, ինչը թույլ տար լավագույնս իրականացնել վերոնշյալ պահանջները: Այսպես, նոր նյութի ծանոթացման ժամանակ, հարաբերականորեն քիչ թե շատ հեշտ, հատուկ ապահովում ու օգնություն չպահանջող վարժությունների ուսումնասիրումը, ինչպես նաև հնչողությամբ յուրաքանչեք վարժությունները կատարելիս կիրառվում է դպրոցականների ուսումնական աշխատանքի կազմակերպման ֆրոնտալ մեթոդը: Դրա առավելություններն են՝ աշակերտների առավելագույն ընդգրկումը շարժողական գործողությունների մեջ, հետևաբար և՛, դասի շարժողական մեծ հազցվածությունը:

Բավական արդյունավետ է համարվում դպրոցականների ուսումնական աշխատանքի կազմակերպման հոսքային մեթոդը (հարընթացը), երբ սովորողները մեկը մյուսի հետևից շարժվելով, ամբողջ դասարանի կամ խմբի համար կատարում են միասնական վարժություններ: Պետք է հիշել, որ այդ մեթոդն ընդունվում-կիրառվում է միայն այն դեպքում, երբ աշակերտները լավ են յուրաքանչեք վարժությունները, և՛ առկա է հուսալի ապահովումը:

Ինչպիսին էլ որ լինի պարապմունքների ժամանակ սովորողների ուսումնական աշխատանքի կազմակերպման մեթոդը, բոլոր դեպքերում այն ուսուցչին նույն պահանջներն է ներկայացնում: Վերջինս պետք է ապահովի սովորողների առավելագույն ներգրավվածություն վարժությունների կատարմանը, ֆիզիկական անհրաժեշտ ծանրաբեռնվածություն՝ նրանց պարտասովածության հաշվառումով՝ հարկ եղած չափով օգտագործելով մարզումների մեթոդները և՛ պահպանելով անվտանգության տեխնիկայի կանոնները:

Պարապմունքների արդյունավետությունը կախված է նաև դպրոցականների ակտիվ (կազմակերպության առանցքային մասի) վրա հենվելու՝ ուսուցչի հնարավորություններից (բաժանմունքի հրամանատար, խմբի կապիտան, ֆիզղեկ)՝ նրանց առավելագույնս հրապրելով ուժերի ներածին չափ օգնությամբ:

Վերջին տարիներն ֆիզկուլտուրայի բազմաթիվ ուսուցիչների նախաձեռնությամբ դպրոցական մարզադասիկները և՛ մարզահրապարակներն սկսեցին համալրվել, հանդերձավորվել ոչ ստանդարտ սարքավորումներով, մարզասարքերով (տրենաժոր), բազմանցումային հանդերձանքով ու գույքով: Նման սարքավորման օգտագործումը զգալիորեն բարձրացնում է պարապմունքների ուսումնական կոմպակտ, սերտ ամբողջականությունը, առաջ է բերում սովորողների բարձր հետաքրքրություն, ստեղծում դասի առավել արդյունավետ մեթոդականակերպչական ձևերի կիրառման լայն հնարավորություններ: Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչները, որ առարկայի բարձր մակարդակով մատուցման նախաձեռնողի ու շահագրգիռ են, ասեն կերպ պետք է պարապմունքների վայրը հարստացնեն նման՝ նշված մարզասարքերով ու գույքով:

Կարևոր է նաև այն, որ բարենպաստ եղանակին ֆիզիկական կուլտուրայի դասերն անցկացվեն բաց երկնքի տակ՝ մաքուր օդում: Մանկավարժը պիտի իմանա, որ ցուրտ եղանակին

հարկ է խոստացել թեմայի մանրամասն բացատրությունից, պետք է սահմանափակվել հակիրճ ցուցումներով ու հրահանգներով, դասը հազցնել առավել արդյունավետ վարժություններով՝ ապահովելով ամբողջ դասարանի շարժողական ակտիվությունը։ Եվ ընդհանրապես՝ տաք եղանակին հարկ է զգուշանալ սովորողներին չափից դուրս արեխ տակ պահելուց։ Նման դեպքերում պարապմունքները պետք է անցկացնել հնարավորինս զով, սովորատի վայրում, ուշադիր հետևելով աշակերտների ինքնագացողությանը, վարժությունները հերթազարկել առավել արդյունավետ շարժունակությամբ՝ առանց հատուկ լարվածության, ճիզ ու ջանքի։

Դասի բարձր արդյունավետությունը պայմանավորված է մեթոդական ձևերի ճիշտ ընտրությամբ։ Դրանք պետք է խթանեն սովորողների հետաքրքրությունը ուսումնասիրվող շարժողական գործողությունների հանդեպ, բարձրացնեն յուրացման ժամանակ նրանց ակտիվությունը, ինչպես նաև՝ լավագույն արդյունքի հասնելու ձգտումը։ Իսկ այդ բանում հաջողության հասնելու համար դպրոցականների ուսումնական գործունեության կազմակերպումը դասին պետք է սկսել հատուկ նպատակայնությամբ, որն անչափ պարզ, մատչելի, գրավիչ ու հստակ պետք է լինի։

Դասի դաստիարակչիչ դերն ու ազդեցությունը իր բարձրակետին է հասնում միայն մեկ պարտադիր պայմանով. ուսուցիչն իր աշակերտներին համար օրինակ է հանդիսանում բոլոր կարգի հարաբերություններում՝ արժանի ընդօրինակման։ Ուստի, կարևոր է, որ օրինակելի լինեն նաև նրա գաղափարաքաղաքական, գիտակցական մակարդակը, նաև քաղաքական կերպարը, նաև կոլտրուրան՝ ընդհանրապես ու մանկավարժական առումով։ Նա պետք է տիրապետի մեթոդական քազմակողմանի ու քազմաշերտ գիտելիքների, դրանք դպրոցականների ուսուցման ու դաստիարակության պրակտիկայում կենսագործելու կարողության ու հմտության։

Բացի այդ, նկատի առնելով նրկխաների ընկալունակությունն ու դիտողակաությունը՝ մանկավարժը պետք է հետևի իր գործելակերպին ու արտաքինին՝ ուշադրություն հատկացնելով հագուստին, սանքրվածքին, ընդունած դիրքին, ձևերի շարժումներին, շարժումներին, վարքագծին, շրջապատում ու ընկերական շրջանում, մանկավարժական, ծնողական ու աշակերտական կոլեկտիվներում շփման ձևերին, գրավոր ու բանավոր խոսքին։ Դպրոցականները պետք է ուսուցչի մեջ տեսնեն իր աշխատանքին նվիրածությունն ու էնտուզիազմ, զգան նրա սերն ու բարձրակիթթ հավկածությունը իրենց հանդեպ։

Դասի արդյունավետության բարձրացման հնարավորություններն զգալիորեն պայմանավորված են նաև ուսուցման տեխնիկական միջոցներով։ Անհրաժեշտություն է զգացվում մարմնամարզության մեր ունեցած դասիծները վերածել ուսումնական կարքներների, որոնք իրենց մեջ ընդգրկում են սովորողների ուսուցման նաև դաստիարակության համար պահանջվող ամեն ինչ։ Դա նաև նվազարկիչն է, որը նրկխաների մեջ մշտապես զարկ է տալիս հուզական զգացումների առաջացմանը, նաև մագնիստաճողը, նաև ֆիլմադիտակը, նաև կինոագրապատը։ Եվ իհարկե, մարզագաղախիծում պետք է լինի դասադասական, լինողն ու կտոր՝ ամբողջում պատիք։ Այդ դասադասական կարելի է սխեմատիկ ձևով պատկերել շարժողական գործողության ցանկացած տարր (էլեմենտ), գրանցել աշակերտներին ֆիզիկայի դասընթացից հայտնի ֆորմուլան ու այլն։ Նաև կարելի է, դաշիծի տեխնիկական հազցվածության տեղական հնարավորությունները հաշվի առնելով, մշակել ուսումնական սարքավորումներն ու հաստատակամորեն ձևանալիս լինել դրանց իրականացմանը (լիակատար հազցվածության առումով)։

Մեր շրջանավարտների, ինչպես նաև մյուս բոլոր դասարանների աշակերտների ֆիզիկական պատրաստվածության թույլ տեղերից մեկն էլ նրանց շարժողական որակների գարգացման ցածր մակարդակն է։ Այդ է վկայում, մասնավորապես, դպրոցականների կողմից ծրագրային նորմատիվների կատարման բավականին ցածր տոկոսը։

Դեռ 1970թ. ՍՍՀՄ լուսավորության նախարարության ֆիզիկական դաստիարակության բաժնի կողմից մեթոդական նամակ է հղվել ֆիզկոլտուրայի դասերին շրջանաձև մարզումների մեթոդների ընդունման կիրառման վերաբերյալ։ Մտազումներից պարզվել է, առկայն, որ ուսուցիչները քիչ են օգտագործում այդ մեթոդը, ինչի շնորհիվ զգալիորեն բարելավվում են ուժի, արագության, ճկունության, դիմազկունության (տոկունության) ցուցանիշները։

Համակարգի մեջ չեն մտել նաև տարե ինքնուրույն մարզումների համար ուսումնական հանձնարարությունները, որոնք ուղղված են շարժողական որակների զարգացմանը:

Դասի ընթացքում որոշ ուսուցիչներ պակաս ուշադրություն են դարձնում անհատական մոտեցմանը, ինչպես նաև դպրոցականների ակտիվության բարձրացմանը: Այդ ամենը կարելի է արմատական հարցեր են, որոնց լուծումից հաճախ կախված է ուսումնական գործընթացի արդյունավետությունը:

Ի՞նչ պահանջներ են դրված ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի առջև: Առարկայի հանդեպ դրվող պահանջի ամենազվազանը եւ բնութագրական գիծն այս հարցում պետք է լինի դաստիարակչական ուղղվածությունն ու նպատակայնությունը, բոլոր էլեմենտների հանգամանակից, մանրագնին մշակումն ու կատարելագործումը, աշխատանքի հստակ թույլատրվածությունն ու մեթոդները: Դասն սկսելով՝ ուսուցիչը պետք է նախապես ամեն ինչ ծանուրթնի անի՝ հաստատապես իմանալու համար, թե մեթոդական ինչ խնդիրներ է լուծում, ինչու եւ հանուն ինչի է ընդունում հասկապես այդ եւ ոչ այլ վարժություններ, ինչու եւ ինչ նպատակով է ապավինում մեթոդական այս կամ այն ձեռին:

Ուսուցման գործընթացում տեղյակ չլինելով սովորողների կազմակերպության ժամանակակից մեթոդներին կամ չկարողանալով դրանցից գիտակցաբար օգտվել՝ ուսուցիչները նրանք չեն կարողանում հասնել դասապրոցների՝ ուսումնական առումով սերտ ամբողջականության ու համահավասարության: Բայց պատահում է եւ հակառակը. ձգտելով, ինչ գնով էլ լինի, հասնել բարձր շարժողական համահավասարության՝ ուսուցիչն ընդամենը հրաժանվում է տալիս ու հաշվարկներ անում՝ ուշադրություն չդարձնելով աշակերտների կեցվածքին ու քայլվածքին, այն բանին, որ վարժությունները կատարելիս նրանք սխալներ են թույլ տալիս: Հավանաբար, մանկավարժը մոռանում, չըջանցում է այն դեպքերը, որ դասի կոմպակտ լինելը՝ նրա սերտ ամբողջականությունը, ինքնանպատակ չէ, այլ ուսումնական գործընթացի բարձր արդյունավետության մեթոդներից մեկն է:

Դասի արդյունավետության վրա ազդում են բազմաթիվ գործոններ: Նրանցից գլխավորը, սակայն, միշտ եղել եւ մինչեւ այժմ էլ մնում է ինքը՝ ուսուցիչը: Որքան էլ նա օրինակ ծառայի եւ բարձրակիր լինի, միեւնոյն է, պետք է պարբերաբար թարմացնի իր գիտելիքները, իրականացնի մեթոդական ունակությունները: Ահա թե ինչու մեզ՝ բոլորիս համար այդքան կարևոր են զանազան դասընթացներն ու սեմինարները՝ ուղղված ուսուցիչների որակավորման բարձրացմանը:

Պրակտիկայում դեռ թույլ է ներդրվում աշխատանքի առաջավոր փորձը: Հարկավոր է խորությամբ ու բազմակողմանիորեն կիրառել այն եւ ոչ միայն տեղեկացնել նրա մասին, այլև՝ մշակել մեր մանկավարժների կողմից այդ իսկ փորձին հաղորդակցվելու մեթոդներ՝ իրենց փուլերով հանդերձ (խմացության հաղորդման փուլային մեթոդներ):

Եվս մի կարևորագույն հարց, որից շատ բան է կախված: Պահանջվում է բարելավել ուսումնական աշխատանքի նկատմամբ վերահսկողությունը:

ԿԳ նպատարության բաժինները, ԿԱ սպորտկոմիտեն պարտավոր են ուշադրության կենտրոնում պահել այդ հարցը՝ կոչ անելով դեկավարման եւ ֆիզիկական դաստիարակության նկատմամբ վերահսկողություն սահմանել դպրոցների տնօրենների եւ ուսումնական գծով փոխտնօրենների տեղակալների կողմից: Վերջին տարիների պրակտիկան վառ ապացույցն է այն բանի, որ դպրոցների տնօրենները դեռ դժբով չեն շրջվել դեպի ֆիզիկական կուլտուրա առարկան: Նման դեպքում դասի արդյունավետությունն ու որակը չի հասնում ցանկալի՝ լավագույն աստիճանի (օպտիմում), որի հետևանքով էլ իջնում է աշակերտների կարգապահությունը դպրոցում:

Ի դեպ, չպետք է մոռանալ նաև այն մասին, որ ուսումնադաստիարակչական գործընթացում գլխավոր դերը, համեմայն դեպ, պատկանում է մանկավարժին: Նրա որակավորումը՝ բարձր պրոֆեսիոնալիզմը, գիտելիքները, էնտուզիսզմը, աշխատանքի հանդեպ ստեղծագործական մոտեցումը վերջին հաշվով պայմանավորում են գործի հաջողությունը: Այդ պատճառով էլ, պլանավորելով ուսուցչի ուսումնական եւ արտադասարանական ծանրաբեռնվածությունը՝ դպրոցի տնօրինությունը նաև պետք է ազատ ժամանակ ընձեռի,

հնարավորություն տա նրան՝ համարելու, լրացնելու գիտելիքները, էլ չենք խոսում հանգստի եւ կուլտուրական ժամանցի մասին:

Ֆիզիկական կուլտուրայի դասի արդյունավետության բարձրացումը պետական կարենության խնդիր է: Վերջնաժամկետով, նրա լուծումից է կախված աշխատանքի եւ հայրենիքի պաշտպանության հանդեպ մեր դպրոցականների պատրաստականությունը:

Մի քանի խոսք ուսումնական օրվա ընթացքում սովորողների մտավոր գործունեության եւ առաջադիմության վրա ֆիզիկական վարժությունների ունեցած դերի մասին:

Իր ժամանակին դեռ Ֆ. Լեոգրաֆը բացահայտել է, որ ֆիզիկական վարժությունների պարապմունքներն ուսումնական օրվա ընթացքում աշակերտների վրա դրական ազդեցություն են թողնում՝ լավագույնս ներգործելով ոչ միայն ֆիզիկական զարգացման, այլեւ մտավոր գործունեության տնայկեսից: Փորձական մի ամբողջ շարք ուսումնասիրություններից պարզվել է, որ ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքները եւ սպորտը դրական ազդեցություն ունեն աշակերտների առաջադիմության եւ մտավոր աշխատունակության վրա:

Հանրապետությունում բրիգադաբայելիզիոն մեթոդով ֆիզկուլտիկականների կողմից անց են կացվել ուսման մեջ հետ մնացող աշակերտների բժշկական եւ սոցիալ-հիգիենիկ համալիր հետազոտություններ (ընդհանուր առողջական վիճակ, հիվանդացություն, սնունդ, ֆիզիկական զարգացում, սեռական հաստնացում, հոգեկան դրոշմ)՝ հոգեվիճակ, տնտյություն, լսողություն, նյարդային համակարգ, ընտանեկան սոցիալ-հիգիենիկ պայմաններ, շրջակա միջավայրի եւ դպրոցաշենքի հիգիենա, ֆիզիկական պատրաստվածություն, հետ մնացող դպրոցականների ակտիվացում):

Փորձաքննություն անցկացվեց քաղաքի նրբը եւ կենտրոնների դպրոցներում: Հետազոտման նյութերվեցին 1-8-րդ դասարանների 530 հետ մնացող աշակերտներ: Հարցումներից ստացված տվյալները ցույց են տվել, որ հետ մնացողների մոտ 65 տոկոսը գործնականորեն առողջ է, մնացած 35 տոկոսի մոտ հայտնաբերվեցին, հաստատվեցին օրգանիզմի տարբեր օրգանների հիվանդություններ կամ դրանց հետեւանքները՝ 18 տոկոսի մոտ, ընտանեկան անբարենպաստ պայմաններում է 12 տոկոսը, հոգեկան դանդաղ զարգացում ունի 6 տոկոսը, տարբեր աստիճանի մտավոր հետամնացությամբ ստաւալում է 5 տոկոսը:

Ֆիզիկական պատրաստականության եւ ակտիվության ուսումնասիրությունները հնարավորություն են տվել նգրակացնել, որ ուսման մեջ հետ մնացողներն անտարբեր են ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի եւ սպորտի նկատմամբ՝ ընդհանրապէս:

Հարցումներից նաեւ պարզ է դարձել, որ հետ մնացողների 15,7 տոկոսը չի սիրում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը, միայն 9,6 տոկոսն է (այն էլ՝ հազվադեպ) ժամանակ առ ժամանակ զբաղվում առավոտյան լիցքային վարժություններով, մարմնամարզությամբ: Հետ մնացողների յուրաքանչյուր երրորդը (հատկապէս՝ աղջիկները) դպրոցից վերադառնալով՝ ազատ ժամանակն անց է կացնում տանը: Մնացածները, թեկուզեւ լինում են բաց օդում, ազատ ժամանակը տնօրինում են ոչ շացիոնալ: Այն հարցին, թե ինչով են զբաղվում նրանք, ստացվել են հետեւեալ պատասխանները. «Լինում եմ բակում», «Խաղում եմ ընկերներիս հետ», «Ջրսնում եմ մտերիմներիս ուղեկցությամբ»: Նրանցից շատերը խոսափում են նապատակադիր՝ ակտիվ շարժումներից, ընդհանրապէս՝ շարժման մեջ լինելուց: Նրանց այդ թերությունը կարելի է վերացնել, չնդգացնել՝ մարզական պարապմունքներով, մրցություններին, մրցախաղերին մասնակցությամբ, նորմատիվային կարգերին նախապատրաստվելով ու դրանց հանձնելով: Հետ մնացողների թուր այս ցուցանիշներն ավելի աննպաստ են, քան ուսման առաջավորներին:

Ուսումնասիրություններից ստացված տվյալները հանգեցրել են հետեւեալ գաղափարին. գուցե մտավոր հետամնացությունը ուղեկցվում է դպրոցականների ֆիզիկական ոլոշ հետամնացությամբ, նվազ ակտիվությամբ ու նվազ նպատակային շարժողական գործունեությամբ, ֆիզիկական թույլ պատրաստվածությամբ:

Պարզվել է, որ ուսման մեջ հետ մնացողներն ավելի ուշ, դեպքից դեպք են հանձնում կարգային նորմատիվները, քան առաջավորները:

Եզրակացություններ.

1. Հետ մնացողների ֆիզիկական պատրաստության մակարդակն ավելի ցածր է, քան առաջավորներինը: Ուսման մեջ հետ մնացող դպրոցականներին քիչ կամ գրեթե չեն հետաքրքրում ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքները եւ սպորտը:

2. Ֆիզիկական կուլտուրայի բարձր կազմակերպված դասերն ու արտադասարանային սպորտային աշխատանքը հետ մնացողներին օգնում են՝ բարելավել իրենց ֆիզիկական պատրաստականությունը:

3. Դպրոցականների՝ ուսման մեջ հետ մնալու պատճառները հաղթահարելուն և ֆիզիկական պատրաստականության հետագա կատարելագործմանը զուգընթաց՝ կրթական նրանց ուսման որակը, համապատասխանաբար էլ կնվազի նրկտարեցիների և թույլ առաջադիմությամբ աշակերտների թվաքանակը:

Резюме

Результаты проведенного анализа позволили сделать заключение о необходимости проведения организационных и методических мероприятий по повышению эффективности урока в учебно-воспитательном процессе.

Գրականություն

1. Ֆ.Գ. Ղազարյան, Մարզման հիմունքները (մեթոդական ձեռնարկ):
ա) Սպորտային մարզման միջոցների կազմակերպչական-մեթոդական ձևերի կիրառումը պարապմունքներում, էջ 31:
բ) Շարժողական հատկությունների մշակման մեթոդիկան, էջ 33:
2. Ա.Դ. Եղիազարյան, Շարժողական գործողությունների ուսուցումը (մեթոդական ձեռնարկ):
ա) ուսուցման գործընթացի կառուցվածքի ընդհանուր բնութագիրը, էջ 15:
3. Ս.Ս. Նահապետյան, ընդհանուր զարգացնող վարժություններ (ուսումնական ձեռնարկ), «Լույս» հրատարակչություն, 1988:
4. Ֆ.Գ. Ղազարյան, Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, «Լույս» հրատ., 1981:
5. И.В.Школьников, Журнал «Физкультура в школе», Развитие прыгучести по принципу круговой тренировки, N1., 2007, стр. 39.
6. В.И. Лях, П.Я. Гальперин, М.М.Боген, Журнал «Физкультура в школе», Теория о повторном формировании знаний, умений и навыков в процессе освоения двигательных действий, N3, 2007, стр. 15.
7. П. Ф. Ченчик, журнал «Физкультура в школе», Востребование временем, N1, 2006, с.44.
8. В.И.Лях, журнал «Физкультура в школе», Двигательное действие и его производные, N2, 2006, с.45.
9. И. Я. Левинтов, Комплексная подготовка круговым методом, журнал «Физкультура в школе», N2, 2006, с.45.
10. М.В.Овсянко, На уроках – олимпийское многоборье, журнал «Физкультура в школе», N2, 2006, с. 28.
11. Г.И. Погадаев, В процессе занятий, журнал «Физкультура в школе», N7, 2006, с.8.
12. Ю. А. Копылов, Н.В. Поленская, Е. В. Акуткина, Внедряем третий урок, журнал «Физкультура в школе», N6, 2006, с.27.
13. Для повышения учебного процесса (из опыта работы в старших классах с юношами), журнал «Физкультура в школе», N4, 1980, с.14.
14. Наша главная задача (качество урока), журнал «Физкультура в школе», N4, 1980.
15. Педагогика – моя жизнь, журнал «Физкультура в школе», N 10, 1979, с.11.
16. Основы профессионального мастерства учителя физкультуры, журнал «Физкультура в школе», N5, 1979, с.17.

ԱրՊՀ, նախագորակոչային և ֆիզիկական պատրաստության ամբիոն