

*ՀՀ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի վաստակավոր գործիչ,  
Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտի պրոռեկտոր,  
մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր*

**ԱՆՀԱՏԱԿԱՆ–ՏԱՐԲԵՐԱԿՎԱԾ ՄՈՏԵՑՈՒՄԸ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ  
ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ**

Հոդվածում քննարկվում են ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում անհատականացված և տարբերակված ուսուցման մեթոդաբանական սկզբունքները: Ընդգծված են այդ սկզբունքների իրականացման ուղիները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին: Ապացուցված է, որ հենց անհատականացումը և տարբերականացումն են հանդիսանում հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի հումանիզացման կարևոր պայման:

*Հանգուցային բառեր և արտահայտություններ*՝ անհատականացում, տարբերակում, ֆիզիկական դաստիարակություն, սկզբունք, շարժողական ընդունակություն, ֆիզիկական կուլտուրայի դաս, գեղեցիկային տարբերակում, օնտոգենեզ:

Անհատական և տարբերակված մոտեցման հիմնահարցը դասական մանկավարժության մեջ նոր չէ, հավանաբար այն հետաքրքրել է դեռևս անտիկ մտածողներին: Ավելի ուշ մեծ չելի մանկավարժ Յա.Ա.Կոմենսկին մշակեց երեխաների ուսուցման տեղայնացված մեթոդիկաներ, որոնք ունեին զարգացման տարբեր մակարդակներ՝ դանդաղաշարժեր, ճարպիկներ, ջանասերներ, համառներ [26]: Միջնադարի հայոց դպրոցում ուսուցման և դաստիարակության գործընթացում լրջորեն էին հաշվառվում երեխաների տարիքային, սեռական, ֆիզիկական, մտավոր և այլ առանձնա-

հատկությունները [7]: Ըստ էության, դա մանկավարժության մեջ անհատական–տարբերակված ուսուցման սկիզբն էր:

Ժամանակին զուգընթաց այս հարցերը փոխակերպվեցին նաև ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտային պատրաստության մանկավարժության: Արդեն 19–րդ դարամիջում և 20–րդ դարաշրջանի սկզբում երեխաների և դեռահասների անհատական առանձնահատկությունների ուսումնասիրման հիմնահարցը ֆիզիկական վարժություններով զբաղվելու գործընթացում գրավեց այն ժամանակների հայտնի մանկավարժների ու բժիշկների ուշադրությունը [2,16, 32, 35]: Ավելի ուշ անհատական ուսուցման ու դաստիարակության հարցերը հատուկ հետազոտման առարկա դարձան տարբեր աշխատություններում [3, 4, 8, 12, 18, 22, 29]: Վերջին տարիներում անհատական–տարբերակված մոտեցման անհրաժեշտությունը հիմնավորվեց առանձին աշխատանքներում [14, 41 և այլն]:

«Անհատական» և «տարբերակված» տերմինները լայն ճանաչում ունեն մանկավարժության տեսությունում և պրակտիկայում: Բայց երբեմն նրանց օգտագործման մեջ նկատվում են տարրնթերցումներ: Չհորինելով նորը՝ մենք համաձայն ենք մի շարք հեղինակների հետ [41, 44], որ անհատականացումն աշակերտների անհատական առանձն-

նահատկությունների հաշվառումն է ուսուցման ու դաստիարակության գործընթացում, անկախ նրանից, թե ինչ առանձնահատկություններ և ինչ ձևով են հաշվառվում, իսկ տարբերակված մոտեցման ներքո հասկացվում է սովորողների խմբավորում՝ ինչ-որ առանձնահատկությունների հիմքով: Այս երկու հասկացությունները առավելապես մոտեցված ու մոտ են:

Գոյություն ունեցող տվյալների հիման վրա կարելի է համարել, որ տարբերականացումը նախատեսում է ընդհանուր և հայտնի հատկանիշների բացահայտում, որոնք բնորոշ են ոչ միայն մեկ, այլև մի խումբ մարդկանց [30, 39, 43]: Համարվում է, որ անհատական մոտեցումը դաստիարակության և առավել ևս ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդաբանական սկզբունքն է: Այն սերտորեն կապված է դաստիարակության նպատակների, անձի ձևավորման միջոցների ու մեթոդների ընտրության հետ [17, 21, 30]:

Բազմիմաստ այս տերմինն ընդգծում է այն առանձնահատուկն ու յուրահատուկը, ինչը տարբերում է մարդուն մյուսներից՝ ներառելով բնական, սոցիալական, հոգեկան, շարժողական և օնոտոգենետիկ ընթացքում մշակված այլ հատկություններ [9, 24]:

Այդ դեպքում ինչու է անհրաժեշտ անհատականացնել և տարբերականացնել ուսուցման և դաստիարակության գործընթացը: Հայտնի է, որ միևնույն անձնագրային տարիքի երեխաներն ու դեռահասները կարող են ունենալ ոչ միատեսակ կազմաբանական, շարժողական և ֆունկցիոնալ հնարավորություններ: Նույնիսկ միևնույն տարիքի, սեռի և նախնական պատրաստվածություն ունեցող համադաս խմբում դժվար է առանձնացնել բացարձակ միանման

հնարավորություններ ունեցող երկուսին: Տարբերվող առանձնահատկություններ են առկա և՛ շարժումների ուսուցման ու յուրացման ընթացքում, և՛ օրգանիզմի պատասխան ռեակցիայում ֆիզիկական բեռնվածության հանդեպ, և՛ նրա հարմարվողականության վերականգնման դինամիկայում:

Այս բոլորը պարտավորեցնում է խստորեն անհատականացնել ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը: Մանկավարժական ներգործության իսկական անհատականացումը հնարավոր է, եթե պահպանվում են ուսուցման և դաստիարակության ընդհանուր օրինաչափությունները: Այստեղ չի կարելի կողմնորոշվել միջին տարիքային նորմերով:

Խորհրդային Միության ժամանակաշրջանում բոլոր հանրապետություններում, այդ թվում և Հայաստանում, ֆիզիկական դաստիարակությունն իրականացվում էր միասնական, կենտրոնացված ծրագրով: Այն հաշվարկված էր միջինացված աշակերտի համար, կարգավորում էր բեռնվածության ծավալը, կիրառվող միջոցների կազմը, հաշվի չէին առնվում տարածաշրջանային ու ազգային առանձնահատկությունները: Միջինացված մոտեցման թերությունները հստակ դրսևորվում էին նաև դպրոցական օնոտոգենետիկ շրջանում:

Տիպօրինակ, միջինացված մոտեցումը, որը կիրառվել է երկար տարիներ, փաստորեն անտեսել ու արհամարհել է անհատական բնական առանձնահատկությունները և արհեստականորեն դադարեցրել երեխաների ու դեռահասների ընդունակությունների զարգացումը:

Պարզ է մի բան, որ դպրոցականների ուսուցման, դաստիարակության և զարգացման արդյունավետությունը սերտորեն կապված է նրանց անատոմոֆիզիոլոգիական և շարժողական

առանձնահատկությունների հաշվառման հետ [10, 33, 42]: Նման մոտեցումը կոչված է նպատակահարմարորեն ներգործելու աշակերտների այն խմբի վրա, որոնք ուսուցչի կողմից առանձնացված են համաձայն անհատական առանձնահատկությունների [13, 15, 27, 37]:

Ուսուցման ու դաստիարակության անհատականացումը հնարավոր է, երբ օգտագործվում են աշակերտների խմբերի տարբերակման օբյեկտիվ և պարզ մեթոդներ, երբ հստակ որոշվում են ներգործության ուղղություններն ու միջոցների կազմը, ինչը համապատասխանում

է պարապրոնների առանձնահատկություններին և հնարավորություններին:

Նման մոտեցման օրինաչափությունը հաստատում են մեր փորձարարական տվյալները, ինչը վկայում է շուրջ երկու հազար տարբեր տարիքի ու սեռի աշակերտների առանձին շարժողական ընդունակությունների անհատական փոփոխականության և զանազանակերպման լայն ամպլիտուդայի մասին (աղյուսակ 1): Տարբեր ցուցանիշների անհատական մեծ փոփոխականության փաստեր են նկարագրվել վերջին 125 տարիների ընթացքում [1, 5, 6, 19, 28, 48, 49]:

**Աղյուսակ 1:** Շարժողական ընդունակությունների դրսևորման առավելագույն ու նվազագույն ցուցանիշների տարբերությունը Շարժողական ընդունակությունների դրսևորման առավելագույն ու նվազագույն ցուցանիշների տարբերությունը

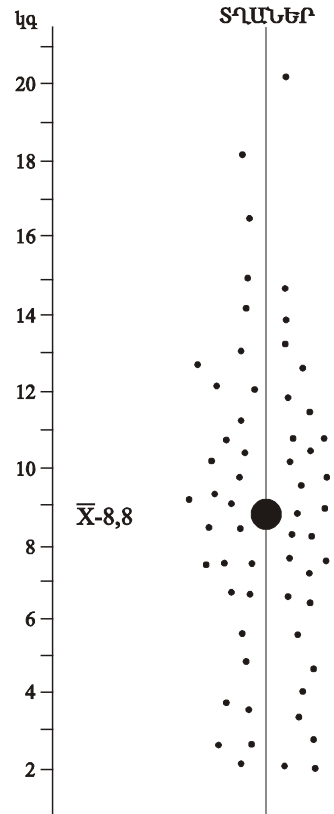
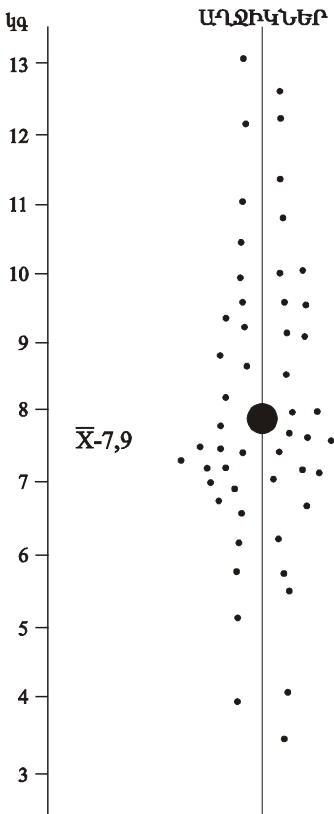
Տարիքը	Իրանի մկանների ուժը, կգ		Արագաշարժություն, վ		Գիմնակյունություն, մ		Ցատկունակություն, սմ	
	տղա.	աղջ.	տղա.	աղջ.	տղա.	աղջ.	տղա.	աղջ.
7	40,8	25,3	2,46	2,78	178	154	53,5	48.0
10	50,6	40,9	2,35	2,41	357	319	71,0	59.5
15	109,1	85,0	1,94	2,23	510	400	92,1	78.5
18	111,8	81,9	1,45	1,78	809	791	90,5	76.0

Մեր կարծիքով բերված տվյալները կարող են պայմանավորված լինել մի շարք գործոններով՝ օրգանիզմի ֆունկցիաների տարածամասակ և անհավասարաչափ զարգացմամբ, կենսաբանական հասունության աստիճանով, ֆիզիկական զարգացման անմիատարրությամբ և այլն:

Ոչ պակաս նշանակություն ունի, իհարկե, և էվոլյուցիայի ընթացքում մշակված անհատական փոփոխականության հատկությունը: Մրա մասին է վկայում նաև տարբեր սեռի ու տարիքի

երեխաների կազմաբանական հատկանիշների ու շարժողական ընդունակությունների ցուցանիշների անհատական ցրվածությունը: Որպես օրինակ ստորև բերված նկարում պատկերված են տասնամյա երկսեռ երեխաների տվյալները:

Անշուշտ, անհատական փոփոխականության մեծ թափը չի փոխում մկանային ուժի, արագաշարժության, դիմացկունության, ցատկունակության զարգացման հիմնական ուղղությունը և տեմպերը, քանի որ նման պատկեր է դիտվում բոլոր սեռատարիքային խմբերում:



10 տարեկան դպրոցականների բազկի ծալիչ մկանների ուժի անհատական ցուցանիշների ցրվածության պարկերը

Հետևաբար, դպրոցական կրթության մեջ ստեղծված իրավիճակն ուսուցիչներին լուրջ խնդիր է առաջադրում՝ ուսուցանել բոլորին միաժամանակ, բայց տարբեր՝ հաշվի առնելով յուրաքանչյուր աշակերտի անհատական առանձնահատկությունները:

Կարծիք կա այն մասին, որ անհրաժեշտ է առանձնացնել տարբերակման մի քանի մակարդակներ [40]. համադպրոցական (սպորտային, ֆիզկուլտուրային, բուժական), ներդպրոցական (սպորտային դասարան, վատառողջ աշակերտների դասարան, մեկ դասարանում ուսումնական գործընթացի պրոֆիլավորում), ներդասարանային տարբերակում, որի սահմաններում դասարանը բաժանվում

է ենթախմբերի՝ ելնելով այս կամ այն չափանիշից (օրինակ՝ շարժողական պատրաստվածության մակարդակից): Կարծում ենք, որ տարբերակման այս ձևին կարելի է դասել նաև տարբերությունները՝ ըստ սեռական երկձևության գործակցի:

Մյուս կողմից տարբերակումը նախատեսում է երկու հիմնական ձևերի առկայությունը՝ ներքին և արտաքին: Երկրորդ ձևի կարևոր չափանիշն է երեխաների բաժանումն ըստ տարիքի, սեռի, շարժողական պատրաստվածության մակարդակի, առողջական վիճակի, աշխատունակության աստիճանի և այլն [31]: Անհատական-տարբերակված մոտեցման դեպքում այս երկու ձևերը սերտորեն կապված են միմյանց հետ:

Տարբերակված մոտեցումը չի փոխարինում անհատականին, բայց այստեղ հարկ է իրագործել հիմնավորված մոտեցում աշակերտների որոշակի խմբի հանդեպ: Այլ կերպ տարբերակված մոտեցումը պետք է դիտարկել որպես անհատական մոտեցման միջանկյալ օղակ [13]:

Գոյություն ունեն անհատական և տարբերակված ուսուցման առանձին տարբերակներ ու ձևեր: Առաջին դեպքում տարբերակված ուսուցումը աշակերտների խմբավորումն է ըստ նրանց տարբեր առանձնահատկությունների, երկրորդում՝ ուսումնական աշխատանքի ներդասարանային խմբավորում, երրորդում՝ ուսումնական դասընթացի տարբերակված ուսուցման անհատական տեսքով:

Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մարդու զարգացման թույլ կողմերը կարող են փոխհատուցվել համապատասխան մանկավարժական ներգործությունների ներքո: Այստեղ հնարավոր են երկու ուղղություններ. կամ նպատակաուղղված ներգործում ուժեղ հատկությունների ու ընդունակությունների վրա, այսինքն՝ շարժողական ընդունակությունների կամ էլ թույլ ընդունակությունների ձգումը և բարձրացումը: Առաջին ուղղությունը շատ բնորոշ է սպորտային մարզմանը, երկրորդը՝ ֆիզիկական դաստիարակությանը, ինչպես նաև առողջաբարակական ֆիզկուլտուրային: Այդ առումով արդարացիորեն նշվում է [38], որ անհատականացման անհրաժեշտությունը մեծանում է գործունեության այն տեսակներում, որտեղ անհրաժեշտ է «եզակի աշխատանք» դաստիարակության, կրթության և յուրաքանչյուր մարդու ներուժի բացահայտման գործում:

Այսպիսով, անհատականացման ներքո հարկ է հասկանալ ֆիզիկական դաստիարակության միջոցների ու մեթոդների այնպիսի օգտագործում և պարապմունք-

ների այնպիսի կառուցում, ուր հաշվառվում են պարապողների անհատական տարբերությունները, իրականացվում է անհատական մոտեցում ու դրանով իսկ ստեղծվում են բարենպաստ պայմաններ զարգացնելու անհատական ընդունակությունները:

Ֆիզիկական դաստիարակության պրակտիկայի համար չափազանց կարևոր են նաև աշակերտների սեռական առանձնահատկությունների խիստ հաշվառումը: Մեր կողմից անցկացված մանկավարժական դիտարկումները հնարավորություն են տալիս նշելու, որ ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչները գործնականում չեն հաշվառում սեռական երկձևության առանձնահատկությունները, ինչն առավել կարևորվում է: Դրա մասին են վկայում նախկինում և մեր օրերում կատարված հետազոտությունները: Այսպես, առաջարկվում է սկսած երրորդ դասարանից առանձին-առանձին չափավորել աղջիկների ու տղաների բեռնվածությունը, ընտրել նրանց համար համապատասխան միջոցներ [46], յոթ տարեկանից հետո կիրառել տարբերակված մոտեցում տղաներին ու աղջիկներին, իսկ չորրորդ դասարանից անցկացնել ֆիզիկական կուլտուրայի առանձին դասեր [47]:

Շարժողական ընդունակությունների մշակման տարբերակված մոտեցման կարևորության մասին են վկայում և այլ հեղինակներ [13, 25, 29], իսկ Ն.Վ. Դորոնինան [20] առաջարկում է օգտագործել «տղայական» և «աղջկական» խաղեր:

Ցավոք, սեռական տարբերակման և սեռական երկձևության հիմնահարցը դեռևս լիովին չի բացահայտված և ուսումնասիրված [23]: Մյուս կողմից, ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում անհատական-տարբերակված մոտեցման մշակման հարցերը գտնվում են ուսումնասիրման ընթացքում [11, 45]:

Կարծում ենք, որ ֆիզիկական դաստիարակությունը կարող է հզոր միջոց դառնալ դպրոցական տարիքում գենդերային սոցիալականացման և տարբերակման գործում: Շարժողական գործունեության յուրահատուկ խնդիրների լուծման հետ մեկտեղ պետք է լուծվեն նաև գենդերային տարբերակման խնդիրները: Բացի այդ, ֆիզիկական դաստիարակության միջոցների տարբերակված օգտագործումը կարևոր նախադրյալ կարող է հանդիսանալ դպրոցականների սեռադերային դաստիարակության գործում:

Այսպիսով, կարելի է նկատել որոշ հակասություններ, մի կողմից, դպրոցական տարիքը բնորոշվում է որպես առավել բարենպաստ՝ աշակերտների շարժողական պատրաստվածությունը բարձրացնելու համար, իսկ մյուս կողմից պատրաստվածության այդ մակարդակն անբավարար է, նույնիսկ սերունդների համեմատ: Մեր կարծիքով, այդ հակասության լուծումը հնարավոր է, սեռատարիքային առանձնահատկությունների հաշվառման պայմաններում:

Ֆիզիկական դաստիարակության ժամանակակալից մանկավարժությունում ուսուցման տարբերականացումը հանդես է գալիս որպես դիդակտիկական սկզբունք, համաձայն որի արդյունավետության բարձրացման համար անհրաժեշտ է դիդակտիկական պայմանների համալիր, որը հաշվի է առնում դպրոցականների անհատական առանձնահատկությունները, որին համապատասխան ընտրվում և տարբերակվում են ուսուցման ու դաստիարակության բովանդակությունը, ձևերը և մեթոդները:

Հետևաբար, ֆիզկուլտուրային կրթության մեջ տարբերակված մոտեցման անհրաժեշտությունը պայմանավորված է երեխաների զարգացման ոչ միանման տարատեսակությամբ, ֆիզիկական զար-

գացման, շարժողական պատրաստվածության և սեռական երկձևության ոչ միատեսակությամբ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի շաբաթական 2-3 անգամյա կանոնակարգված դասերն, որոնք կողմնորոշված են միջին աշակերտին, առանց հաշվի առնելու նրա անհատական, տարիքային, սեռական առանձնահատկությունները, բնականաբար չեն կարող նպաստել աշակերտների առողջության լիրաժեք ամրապնդմանը և շարժողական պատրաստվածության բավարար մակարդակի ձևավորմանը: Ուստի ֆիզիկական դաստիարակության տեսության և մեթոդիկայի խնդիրներից մեկն է բացահայտել ու գնահատել աշակերտների իրական հնարավորությունները՝ նպատակաուղղված մշակելու նրանց բնական ընդունակությունները: Հետևաբար մեծանում է ֆիզիկական դաստիարակության տարբերակված մեթոդիկայի նշնակությունը և անհրաժեշտությունը, մեթոդիկա, որը հիմնված է ոչ միայն միջին տարիքային տվյալների վրա, այլև յուրաքանչյուր աշակերտի անհատական տարիքային ու սեռական առանձնահատկությունների վրա:

Ուսուցման ու դաստիարակության գործընթացում տարբերակված մոտեցումը պետք է լինի միջանկյալ օղակ ամբողջ դասարանում ճակատային աշխատանքի և ամեն մի աշակերտի հետ անհատական աշխատանքի միջև: Այն կոչված է արդյունավետ գործել ուսուցչի կողմից իրենց անհատական որակներով առանձնացված աշակերտների վրա: Նման մոտեցումը արդարացված է, քանի որ անհատականացումը և տարբերականացումն առավել ընդունելի են հանրակրթական դպրոցում, ուր հնարավոր է աշակերտների բաժանումը ենթախմբերի [34]:

Բացի այդ, անցումն ուսուցման և դաստիարակության զարգացող դեմոկ-

րատական ու մարդասիրական համակարգի պահանջում է խստորեն հաշվի առնել ամեն մի աշակերտի անհատական առանձնահատկությունները, ընդունակությունները և հնարավորությունները: Հենց անհատականացումն է կազմում ֆիզիկական դաստիարակության

հումանացումը: Ի վերջո, ուսուցման ու դաստիարակության գործընթացում անհատական-տարբերակված մոտեցումն է նպաստում կրթության հումանացման գործնական իրականացմանը:

*Հոդվածի ներկայացման փարեթիվը՝ 05.05.2013 թ.*

## ԳՐԱՎՆԱԽՅՈՒՄ

1. **Ակունց Կ. Բ.** Դեռահասների սեռական դաստիարակությունը. – Երևան. – Լույս – 1993 – 84 էջ
2. **Ջորայան Ն.** Նկարագիր ազգային դաստիարակության... Կ.Պոլիս – 1849 – էջ 20–21
3. **Վարապետյան Ս.Կ., Շախրերյան Ս.Ա.** Տարիքային ֆիզիոլոգիա. – Երևան. – Լույս – 1981
4. **Հարությունյան Ս.Ֆ.** Մարդու հոգեւեռական զարգացման հիմունքները. – Երևան. – ԵՊՀ – 2004 – 228 էջ
5. **Ղազարյան Ֆ.Գ.** Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին. – Երևան. – Լույս – 1981 – 84 էջ
6. **Ղազարյան Ֆ.Գ.** Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը. – Երևան. – ՖԿՀՊԻ – 2007 – 215 էջ
7. **Մովսիսյան Ա.Խ.** Ուրվագծեր հայ դպրոցի և մանկավարժության պատմության – Հայպետումանկիրատ. – Երևան. – 1958 – էջ 387, 461
8. **Նալչաջյան Ա.Ա.** Հոգեբանական բառարան. – Երևան. – Լույս – 1984 – էջ 15
9. **Акимова М.К., Козлова В.Т.** Индивидуальность учащегося и индивидуальный подход. – М.: 1992. – 80 с.
10. **Антропова М.В., Козлов В.И.** Нормализация учебной нагрузки школьников. – М.: Педагогика. – 1988. – 160 с.
11. **Апанасенко Г.Л.** Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида // Теория и практика ФК. – 1988. – № 4. – 29 с.
12. **Арямов М.А.** Особенности детского возраста: очерки по возрастной физиологии. – М.: Учпедгиз. – 1953. – 192с.
13. **Бгуашев А.Б.** Дифференцированный подбор средств развития двигательных качеств школьников 7–12 лет: Автореф: дисс ..., к.п.н., Майкоп, 1998. – 21 с.
14. **Блинков С.Н.** Индивидуализация физического воспитания школьников 12–14 лет на основе учета структуры моторики: Автореф: дисс ..., к.п.н., М., 2000. – 24 с.
15. **Бойко В.В.** Дифференцированный подход в системе физического воспитания дошкольников: Автореф: дисс ..., к.п.н., Ярославль, 2008. – 17 с.
16. **Вяземский Н.В.** О половой зрелости с педагогической точки зрения. – СПб., 1906.– 246 с.
17. **Галузинский В.М.** Индивидуальный подход в воспитании учащихся. – Киев: Рад. Школа. – 1982. – 132 с.
18. **Гориневский В.В.** Детский спорт и социально– биологические особенности детского и подросткового возраста. – Избр. произведения. – М.: 1951. – т.1. – с. 289–290.
19. **Дементьев Е.М.** Развитие мышечной силы человека в связи с общим его физическим развитием. – М.: 1889. – 121 с.
20. **Доронина Н.В.** Физическая подготовка школьников на основе учета полового диморфизма: Автореф: дисс ..., к.п.н., Майкоп, 2001.– 18 с.
21. **Дубровина И.В.** Об индивидуальных особенностях школьников. – М.: Знание. – 1975. – 64 с.
22. **Ефимов В.А.** Возрастная физиология. – М. – Л. – АПН РОФСР, 1948.– 447 с.
23. **Ильин Е.П.** Психофизиология физического воспитания. – М.: ФиС. – 1983.– 234с.

24. **Карсаевская Т.В.** Социальная и биологическая обусловленность в физическом развитии человека. – Л.: Медицина. – 1970 – 270 с.
25. **Ковылин М.М.** Сравнительный онтокинезиологический анализ сводной социограммы и спортограммы // Физкультура : В.О.Т. 2013. – № 1. – с. 2–6.
26. **Корнеева Т.В.** Для школьников с низким уровнем физической подготовленности // Физкультура в школе. – 1988. – № 9. С. 45.
27. **Короткова Е.Е.** Оптимизация учебного процесса по физической культуре в школе на основе технологии дифференцированного физкультурного образования: Автореф: дисс ..., д-ра пед. наук. Омск, 2000. – 54 с.
28. **Коробков А.В.** Развитие и иноволуция функций различных групп мышц человека в онтогенезе: Автореф: дисс ..., д-ра мед. наук. 1958. – 54 с.
29. **Кузнецова З.И.** Индивидуальный подход к учащимся на уроках физической культуры: Автореф: дисс ..., к.п.н., М., 1954. – 16 с.
30. **Кузнецова З.И.** Дифференцированное обучение // Физкультура в школе. – 1973. – № 3. – с. 8–11.
31. **Левушкин С.П., Салимзянов Р.Р.** Оптимизация физического состояния школьников на основе влияния мышечных нагрузок. – Ульяновск: УИПК. – 203. – 144 с.
32. **Лесгафт П.Ф.** Руководство по физическому воспитанию детей школьного возраста. – М., СПб.: Тип. А. Бенке. – 1912. – 384 с.
33. **Лях В.И.** Тестовый контроль. – М.: Просвещение. – 2009. – 144 с.
34. **Монахов В.М.** Дифференциация в средней школе // Советская педагогика. – 1990. – № 8. – с. 42–47.
35. **Нестеров В.Г.** К вопросам о физическом развитии учащихся и о физических упражнениях: Сообщение. – М. – Тип. Д.И. Иноземцева. – 1892. – 11 с.
36. **Перков А.В.** Нормирование нагрузок в процессе физической подготовки школьников с учетом половозрастных особенностей развития физических качеств и биологической зрелости: Автореф: дисс ..., к.п.н., Краснодар, 2010. – 22 с.
37. **Симонов С.Н.** Дифференцированный подход в физкультурном образовании // Теория и практика ФК. – 2007. – № 8. С. 24–28.
38. **Сонькин В.Д.** Новый взгляд на старую проблему // Теория и практика ФК. – 1995. – № 3. – с. 54–56.
39. **Солопова Р.И.** Дифференцированный подход к учащимся в процессе воспитательной работы: Автореф: дисс ..., к.п.н., Киев, 1981. – 23 с.
40. **Сулейманов И.И.** Общее физкультурное образование. – Омск: Сиб. ГАФК. – 1999. – 268 с.
41. **Унт И.Э.** Индивидуализация и дифференциация обучения. – М.: Педагогика. – 1990. С. 8
42. **Хрипкова А.Г.** Физиологическое и гигиеническое исследование учебной нагрузки учащихся // Советская педагогика. – 1983. – № 12. – с. 34–42.
43. **Чуриков И.А.** Индивидуально – дифференцированный подход к учащимся как эффективное средство активизации познавательной деятельности: Автореф: дисс ..., к.п.н., Казань, 1973. 18 с.
44. **Шаулин В.Н.** От обучения – к учению // Физкультура в школе. – 1992. – № 2. – с. 18–22.
45. **Щедрина А.Г.** Онтогенез и теория здоровья: методологические аспекты. – Новосибирск: Наука. – 1989. – 136 с.
46. **Яковлев В.Г., Черевков М.А.** Теория физического воспитания. – М.: ФиС. – 1953. – гл. 10. С. 295.
47. **Янкаускас Й. П. М.** Возрастные и половые особенности развития двигательной функции человека: Автореф: дисс ..., к.п.н., М., 1972. – 26 с.
48. **Belka D.E.** The Research Quarterly – 1968 – v. 39 – № 2. – pp. 11–13
49. **Bouchard C.** Mouvement Qunebec. – 1966. – № 1 – pp. 139 – 141



## ИНДИВИДУАЛЬНО–ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

**КАЗАРЯН ФРУНЗ**

*Доктор педагогических наук, профессор, проректор Армянского государственного  
института физической культуры*

Опираясь на имеющиеся литературные источники и результаты собственных исследований, автор рассматривает особенности и методологические принципы индивидуализации и дифференциации в процессе физического воспитания учащейся молодежи. Обозначены пути реализации этого принципа на уроках физической культуры. Показано, что именно индивидуализация и дифференциация являются стержнем гуманизации процесса физического воспитания в общеобразовательной школе.

*Дата представления статьи: 05.05.2013 г.*

## INDIVIDUAL–DIFFERENTIATED APPROACH IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

**FRUNZ GHAZARYAN**

*Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,  
Vice-rector of Armenian State Institute of Physical Culture*

Based on the available literature and the results of his own research, the author discusses the methodological principles of individualization and their differentiation in the process of students' physical education. These principles are identified and realized during Physical Education (PE) lessons. It is shown that individualization and differentiation are the basis of humanization in the process of physical education in secondary schools.

*Article submission date: 05.05.2013*