

**ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾՆԹԱՑԻ  
ՄՊՈՐՏԱՅՆԱՅՈՒՄԸ. ԱԿՈՒՆՔՆԵՐԸ ԵՎ ԷՈՒԹՅՈՒՆԸ**

**Ղազարյան Ֆրունզ,  
Մկրտչյան Թուխմանուկ**  
*Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և  
սպորտի պետական ինստիտուտ, Հայաստան*

**Համառոտ ներածական:** Հոդվածում քննարկվել են հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման հարցերը: Հեղինակները հիմնվել են այդ հիմնախնդրում առկա միջազգային փորձի տվյալների և սեփական հետազոտությունների արդյունքների վրա:

**Հիմնախնդիրը:** Ուսումնասիրության հիմնախնդիրը դպրոցահասակ երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կատարելագործումն է:

**Հիմնախնդրին առնչվող արդիական հետազոտությունների և հրատարակությունների վերլուծությունը:** «Կրթության» (1999), «Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին» ՀՀ (2001) օրենքների համաձայն՝ «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկան ուսումնական պլանի հիմնական հանրակրթական առարկաներից է: Այն ուղղված է առողջարարական, կրթական և դաստիարակչական խնդիրների լուծմանը:

Այսօր կարելի է նշել, որ հանրակրթական դպրոցում երեխաների և դեռահասների ֆիզիկական դաստիարակության վիճակն անհանգստացնող է՝ պայմանավորված առաջադրված խնդիրների՝ առողջ ապրելակերպի կազմակերպման, շարժողական և սպորտային ներուժի կատարելագործման, սոցիալական և հոգևոր ակտիվության ձևավորման ցածր արդյունավետությամբ: Բացի դրանից՝ վերջին տասնամյակում տարբեր երկրների մասնագետներն ընդգծում են սովորողների առողջական վիճակի, ֆիզիկական զարգացման և շարժողական պատրաստվածության վատթարացում [3], [4]: Վիճակն ավելի լավ չէ նաև մեր երկրում. դեռահասների 50 տոկոսի մոտ նկատվում են քրոնիկ գլխացավեր, հոգնածություն, նյարդայնություն, 30 տոկոսի մոտ առկա են գաստրոէնտերոլոգիական, նյարդաբանական շեղումներ, ոսկրամկանային համակարգի խանգարումներ [5]: Բնական է, որ այս ամենը առնչվում է էկոլոգիային, սննդին, սոցիալական միջավայրի ընդհանուր վիճակին, ֆիզիկական դաստիարակության դերի նվազեցմանը, ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի ոչ բավարար արդյունավետությանը, ինչպես նաև պայմանավորված է այլ գործոններով:

Ստեղծված իրավիճակը թելադրում է դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում նոր և ժամանակակից տեխնոլոգիաների և մեթոդական մոտեցումների ներդրում, որոնք կարող են նպաստել տարբեր սեռի և տարիքի դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթության մոդեռնիզացմանը: Նմանատիպ փորձեր կատարվել են մի շարք երկրներում՝ Ռուսիայում, Լեհաստանում, Գերմանիայում, Ռուսաստանում, Հայաստանում [6], [9], [10], [1], [2]: Ինովացիոն ուղղություններից մեկն էլ, այսպես կոչված, ֆիզիկական դաստիարակության «սպորտայանցումը» կամ սպորտային կողմնորոշմամբ ֆիզիկական դաստիարակությունն է:

Վաղուց հայտնի է, որ սպորտային կուլտուրայի արժեքներ ստեղծող սպորտը միշտ եղել է հասարակական հզոր ֆենոմեն և սոցիալականացման հաջողված և արդյունավետ միջոց: Դրա մասին է փաստում մի շարք բարձրակարգ հայ մարզիկների կյանքի ուղին՝ Ա. Ազարյան, Լ. Ջուլֆալալյան, Ա. Ալեքսանյան, Հ. Մխիթարյան և ուրիշներ:

Գիտամեթոդական գրականության վերլուծությունը վկայում է այն մասին, որ սպորտայնացման գաղափարներն ու սկզբունքները սկսել են կյանքի կոչվել ֆիզիկական դաստիարակության դպրոցական ծրագրերում դեռևս 1930-ական թվականներից: Առաջարկվել են ակրոբատիկայի տարրեր, ցատկեր, վարժություններ գուգափայտերի վրա, սովորողներին ծանոթացրել են վազքի, ցատկերի, նետումների մարզման մեթոդիկային: Ավելի ուշ ծրագրում ներառվել են նոր մարզաձևեր՝ գեղարվեստական մարմնամարզություն, մենապայքարային ձևեր, սպորտային պարեր:

1980-ական թվականների սկզբում արդեն ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի սպորտայնացման փորձեր են արվել, որոնց հեղինակներն են եղել մերձբալթյան մասնագետները:

Անցած հարյուրամյակի 80-ականների վերջից դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետության բարձրացման նպատակով սկսեցին հարմարեցվել սպորտային բարձր տեխնոլոգիաներ, որոնք հաստատում էին սպորտի կիրառումը հանրակրթական դպրոցի աշակերտների դաստիարակության և սոցիալականացման նպատակով: Առաջարկվում էր սպորտային կուլտուրայի տարրերն օգտագործել ֆիզիկական կուլտուրայում: Գիտական շրջանառության մեջ մտավ նոր հասկացություն՝ «սպորտային դաստիարակություն» [7]:

Հարկ է նշել, որ Եվրոպայի և Ամերիկայի մի շարք երկրներում չկա «դպրոցական ֆիզիկուլտուրա» հասկացություն: Տարածված է «դպրոցական սպորտ» հասկացությունը՝ դասարանային և արտադասարանական:

Դեռևս 30 և ավելի տարիներ առաջ խորհրդային հանրապետություններում, այդ թվում՝ նաև մեր երկրում, դպրոցներում գոյություն ունեին «սպորտային դասարաններ», անցկացվում էին արտադասարանային սեկցիոն պարապմունքներ տարբեր մարզաձևերից, տարբեր մասշտաբի սպորտային մրցումներ:

**Հետազոտության նպատակն է:** Մեր հետազոտության նպատակն է բացահայտել ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացման մանկավարժական մոտեցումները:

***Բանալի բառեր՝** Ֆիզիկական կուլտուրայի սպորտայնացում, արտադասարանային պարապմունքներ, դպրոցականներ, սեկցիոն պարապմունքներ, ֆիզիկական վիճակ:*

Այսպիսով՝ ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում ավելի շատ սկսեցին ներդրվել սպորտային պատրաստության տարրեր և սկզբունքներ, դպրոցում տեղի էր ունենում ֆիզիկական դաստիարակության աստիճանական վերակողմնորոշում սպորտի: Այս գործընթացը Վ. Կ. Բալսևիչի [8] կողմից կոչվել է ֆիզիկական դաստիարակության «սպորտայնացում»: Սա արդարացվում էր տարբեր տեսանկյուններից: Նախ սպորտային մարզումը մարդու շարժողական ներուժի բարձրացման հիմնական եղանակն է: Երկրորդը՝ սա սիստեմատիկ մարզումների և մրցումներին պարտադիր մասնակցելու անհրաժեշտությունն է: Երրորդը՝ սպորտայնացման հիմքում ընկած է դպրոցի ակադեմիական դասացուցակից դուրս աշակերտների ներգրավումը ուսումնամարզական խմբերում՝ հաշվի առնելով նրանց հետաքրքրությունները, պահանջմունքները և շարժողական պատրաստվածության մակարդակը: Չորրորդը ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման էությունն այն է, որ բացի նշվածից՝ դպրոցականները պետք է մասնակցեն զանգվածային սպորտին, մշտապես մրցեն, բարձրացնեն սպորտային վարպետության մակարդակը, որի բովանդակությունը սպորտային կողմնորոշիչ ֆիզիկական դաստիարակությունն է՝ առանձին մարզաձևերի օրինակով, ինչն էլ ապահովում է դպրոցականների սպորտային կրթությունը: Եվ վերջապես, հինգերորդ, խոսքը սպորտի, դաստիարակության նոր ձևի ներդրման մասին է՝ կիրառելով սպորտի միջոցներ՝ մարզումային բեռնվածությունները, մրցումներին մասնակցությունը, որի ընթացքում ձևավորվում է ապագա մարզիկի անհատականությունը:

Միջազգային փորձի ուսումնասիրությունը վկայում է այն մասին, որ տարբեր երկրների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում ևս լայնորեն ներդրված են սպորտային մարզման գաղափարներն ու սկզբունքները: Հարցը նրանում չէ, որ ֆիզիկական կուլտուրայի դասը օրվա երկրորդ կեսին փոխարինվի մարզումային պարապմունքներով, այլ նրանում, որ «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկան դառնա իսկական կրթական առարկա: Հենց դասերը պետք է ամրապնդվեն դպրոցական դասացուցակից դուրս կազմակերպվող մարզումային և առողջարարական-ռեկրեատիվ ուղղվածությամբ գործնական պարապմունքներով:

Ընտրած մարզաձևից արտադասարանական պարապմունքները բավական լայն կիրառություն ունեն Չինաստանում, Չեխիայում, Իտալիայում, Ֆինլանդիայում, Մեծ Բրիտանիայում: Եվրոպայի մի շարք երկրներում անցկացված սոցիոլոգիական հետազոտությունները ցույց տվեցին, որ դպրոցականների ավելի քան 60 տոկոսը արտահայտվել է արտադպրոցական սպորտային պարապմունքների օգտին, դիտարկում է սպորտային պարապմունքների դրական ներգործությունը օրգանիզմի, շարժումների կուլտուրայի ձևավորման, կենսագործունեության բարելավման վրա: Այդուհանդերձ, տղաները նախապատվությունը տալիս են մարզախաղերին, իսկ աղջիկները՝ մարմնամարզությանը:

Ինչ վերաբերում է Հայաստանին, ապա այս աշխատանքը նախկինում շատ լավ դրված է եղել: Այսօր, ցավոք, արտադասարանական սեկցիոն պարապմունքներին դեռևս լուրջ ուշադրություն չի դարձվում: Դպրոցականների մոտ փոքր է հնարավորությունը պարապելու դպրոցական սպորտային սեկցիայում ընտրած որևէ մարզաձև, քանի որ դրանց փոխարեն հաճախ աշխատում են վճարովի խմբակները (արևելյան, մենապայքարային, կարատեի տարբեր տիպի ձևեր), և ոչ բոլոր ծնողներին են հասանելի վճարովի պարապմունքները:

**Հետազոտության նորույթը:** Ներկայացվել է ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման գործընթացի մանկավարժական մոտեցումների ընդհանրացված վերլուծություն:

Այսպիսով՝ հասարակական և սոցիալ-տնտեսական կյանքի ժամանակակից պայմանները, հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության կազմավորված համակարգը, բնակչության կողմից աճող պահանջմունքները մանկավարժական հասարակությանը ստիպում են վերանայել այսօր գոյություն ունեցող սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության պրակտիկան, փնտրել և գտնել աշխատանքի նոր ձևեր, որոնց թվին ենք դասում ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացման գործընթացը:

**Եզրակացություններ, հետազոտական հեռանկարներ, առաջարկություններ:** Մեր և այլ հեղինակների կողմից կատարված գիտական հետազոտությունների արդյունքները վկայում են, որ ֆիզիկական դաստիարակության սպորտայնացումը հզոր միջոց է ներգրավելու դպրոցականներին՝ պարապելու ընտրած մարզաձևով, ընդլայնելու ուսուցման և դաստիարակության տեսական և ճանաչողական բաղադրամասերը: Մսպորտայնացումը հանդես է գալիս որպես նախագիծ, որը թույլ է տալիս դպրոցական սպորտին տալ կրթական հետագիծ, ինչն էլ կարող է ապահովել մեր երկրի օլիմպիական հերթափոխի համալրումը: Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի սպորտայնացումը պետք է հաշվի առնի հետևյալ փուլերը՝ մարզաձևի ընտրություն՝ ըստ հետաքրքրությունների, դպրոցականների ֆիզիկական վիճակի դիագնոստիկա, մարզման ծրագրի մշակում, առավել համապատասխան միջոցների ընտրություն, բեռնվածության չափավորում, կանոնավոր մշտադիտարկում և սովորողների առողջական վիճակի հսկողություն:

Կարծում ենք, որ կրթական ուղղվածությամբ դպրոցական դասերը պետք է լրացվեն ֆիզկուլտուրային-մարզական գործունեության կազմակերպման սեկցիոն ձևերով: Այդպիսի պարապմունքները պետք է ունենան մարզումային նշանակություն և ուղղված լինեն դպրոցականների օրգանիզմի ֆունկցիոնալ հնարավորությունների բարձրացմանը:

## **СПОРТИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ: ИСТОКИ И СУЩНОСТЬ**

**Казарян Фрунз**

**Մկրտչյան Թուխմանուկ**

*Армянский государственный институт  
физической культуры и спорта, Армения*

### **Аннотация**

В статье анализируются вопросы необходимости спортизации процесса физического воспитания в общеобразовательной школе. Причинами этого являются такие факторы, как ухудшение состояния здоровья школьников, снижение уровня их двигательной подготовленности, принижение роли физического воспитания в общеобразовательной школе, недостаточная эффективность проведения уроков физической культуры. Сложившаяся ситуация диктует необходимость внедрения в процесс школьного физического воспитания новых и современных технологий и методических подходов, которые могут способствовать модернизации физкультурного образования школьников разного возраста и пола. Одним из инновационных

направлений здесь является так называемая спортизация процесса физического воспитания или спортивно-ориентированное физическое воспитание в школе. Анализ научно-методической литературы по проблеме свидетельствует о том, что идеи и принципы спортизации стали осуществляться в школьных программах по физическому воспитанию уже в 1930-ых гг. Научно обоснованные попытки спортизации процесса физического воспитания были сделаны через 50 лет после этого в ряде школ Литвы. Позже с целью повышения эффективности школьного физического воспитания стали адаптироваться высокие спортивные технологии, подтверждающие возможность использования спорта в целях воспитания и социализации учащихся общеобразовательных школ. В научный оборот было введено новое понятие «спортивное воспитание», стали внедряться элементы и принципы спортивной подготовки, происходила постепенная переориентация физического воспитания в школе на спорт. Авторы данной статьи анализируют работы, проведенные в этом направлении в разных странах мира, а также на основе данных собственных исследований, подчеркивают, что уроки, имеющие образовательную направленность, должны быть дополнены секционными формами организации физкультурно-спортивной деятельности. Такие занятия оказывают тренирующее воздействие и повышают функциональные возможности организма школьников.

***Ключевые слова:** Физическая культура, внеклассные занятия, школьники, секционные упражнения, физическое состояние.*

## **SPORTIZATION OF PHYSICAL EDUCATION PROCESS: ORIGINS AND ESSENCE**

**Ghazaryan Frunz**

**Mkrtchyan Tukhmanuk**

*Armenian State Institute of Physical  
Culture and Sports, Armenia*

### **Abstract**

This work discusses the need for sportization of physical education process in secondary school. There are some reasons for this – deterioration of schoolchildren’s health and motor preparedness, reduction in effectiveness of physical education classes and the role of physical education in secondary school.

The current situation necessitates the introduction of new technologies and methodological approaches, which can promote modernization of physical education for schoolchildren of different age and gender.

One of the innovation directions is the so-called sportization of the physical education in school.

The analysis of methodical literature on this issue testifies that the ideas and principles of sportization were implemented in school programs for physical education already

in 1930s. Scientifically based attempts at sportization of physical education process were made 50 years later in a number of Lithuanian schools.

Later, in order to improve the efficiency of school physical education, high sports technologies were adapted, confirming the possibility of using sports for education and socialization of secondary school pupils.

A new concept of “sports education” appeared in science, the elements and principles of sports training were introduced and there was a gradual reorientation of physical education in school for sport.

The authors have analyzed the work in this direction carried out in different countries. Referring to the data of their own research, they believe that sectional forms of organization of physical culture and sports activities should complement the lessons aimed at education. Such lessons have a training effect and improve the functionality of school-children’s organism.

**Keywords:** *Physical culture, extracurricular activities, schoolchildren, sectional exercises, physical condition.*

### **Օգտագործված գրականության ցանկ**

1. Ավանեսով Է. Յու., Դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության մարզական ուղղվածության մեթոդիկան, թեկն. ատեն. սեղմագիր, Երևան, 2014, 22 էջ:

2. Մկրտչյան Թ. Լ., Դպրոցականների շարժողական պատրաստության մեթոդական պայմանները ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում, թեկն. ատեն. սեղմագիր, Երևան, 2016, 22 էջ:

3. Николаев М.Е., Спорт и здоровье детей //“Педагогика”, 2010, N 4, с. 3-10.

4. Фролов А.И., Поведенческие факторы здоровья детей и подростков //Физкультура: В.О.Т., 2007, N 3, с. 9-12.

5. Саркисян С., Здоровье детей не только моральная, но и финансовая категория //“Голос Армении”, 2010, 2 апреля.

6. Пономарев В.В., Педагогические технологии физкультурного образования: Автореф. дисс., д-ра п.н., Москва, 2004, 52 с.

7. Лубышева Л.И., Спортивная культура в школе. Москва: НИЦ Теория и практика ФК, 2006, 174 с.

8. Бальсевич В.К., Спортивный вектор физического воспитания в российской школе. Москва: НИЦ “Теория и практика ФК”, 2006, 112 с.

9. Deker, R., Sportinterriacht in West-Europa //“Sport-interriacht”, 1992, N 12, ss. 507-815.

10. Luka, A., Gimnastika in skola. Tasi Universiteatet, Al. J. Guzza, 1993, 132 p.

*Материал был представлен и отправлен на рецензию: 25.03.2019*

*Принято к публикации: 08.04.2019*

*Рецензент: доктор, профессор Ашот Чатинян*

*The material was submitted and sent to review: 25.03.2019*

*Was accepted for publication: 08.04.2019*

*Reviewer: Professor, Dr. Ashot Chatinyan*