

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՐԱՅԻ ԴԱՍԻ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՄԱՆ ԵՎ ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՓՈՐՁԸ ՆԵՐԱՌԱԿԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ

Մ.գ.թ., ֆիզկուլտուրայի ուսուցչուհի Ռ. Բ. Դավթյան

Իջևանի Մ. Մարտիրոսյանի անվան
թիվ 5 հիմնական դպրոց, Իջևան, Հայաստան
E.mail: r.davtyan1968@gmail.com

Առանցքային բառեր: Ներառական կրթություն, ֆիզիկական կուլտուրա, ԿԱՊԿՈՒ, արտադասարանային պա-րապմունքներ:

Հետազոտության արդիականու-թյուն: 2005 թվականին ընդունվեց «Կրթության առանձնահատուկ պայման-ների կարիք ունեցող անձանց կրթության մասին» ՀՀ օրենքը, համաձայն որի՝ սահմանվեց «ներառական կրթություն» հասկացությունը: Ըստ նշված օրենքի՝ «ներառական կրթությունը՝ կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող անձանց կրթության համար առանձնահատուկ պայմանների ապա-հովման միջոցով նրանց համատեղ ու-սուցումն է հանրակրթական հաստատու-թյուններում նման պայմանների կարիք չունեցող անձանց հետ»: 2007 թվակա-նից սկսած՝ ընդլայնվել է պետականորեն ճանաչված ներառական կրթություն իրա-կանացնող հանրակրթական դպրոցների ցանցը: Այսօր, Հայաստանի Հանրա-պետության 117 հանրակրթական դպրոց-ներ իրականացնում են ներառական

կրթություն: Այնտեղ սովորում են շուրջ 2700 կրթության առանձնահատուկ պայ-մանների կարիք ունեցող երեխաներ, որոնք համադասարանցիներին հավա-սար, մասնակցում են չափորոշչով սահ-մանված ուսումնական բոլոր առարկա-ների, այդ թվում՝ ֆիզիկական կուլտու-րայի դասերին [5,6]: Դասասենյակից դուրս ֆիզկուլտուրային կրթությունը, որը նախատեսված է բոլոր աշակերտների համար, ուսուցչին մի շարք խնդիրների առջև է կանգնեցնում, որոնցից են ֆիզի-կական ակտիվության բնույթը, հատուկ տարածքի և սարքավորումների օգտա-գործումը, ինչպես նաև աշակերտների խմբավորումը՝ ֆիզիկական ակտիվու-թյունը կազմակերպելու համար: Այս ամենը հատկապես կապված է ներկա-յումս ուսումնական գործընթացին հա-տուկ կրթական կարիքներ ունեցող երե-խաների ակտիվ մասնակցությամբ: Մյուս կողմից սա կարևոր է նաև այն երեխա-ների համար, որոնք սովորում են հատուկ կարիքներով աշակերտների հետ նույն դասարանում, քանի որ նրանք սկսում են

հասկանալ այլ մարդկանց կարիքները, և կրթական գործընթացն իսկապես ներառում է բոլոր աշակերտներին[1]: Այս համատեքստում այսօր շատ կարևոր է ֆիզիկական կուլտուրայի դասընթացը հնարավորինս հասանելի դարձնել կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող (ԿԱՊԿՈՒ) աշակերտների համար:

Ներառական կրթության առավել վաղ կոնցեպտների համաձայն՝ կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող (ԿԱՊԿՈՒ) երեխաները պարզապես հաճախում էին ուսումնական հաստատություններ և պետք է հարմարվեին նոր միջավայրին: Համաձայն այս կոնցեպցիայի՝ ԿԱՊԿՈՒ երեխաները <<խնդիր>> էին, որը պետք է լուծվեր: Ավելի ուշ, սկսեցին ուշադրություն դարձնել ներառական կրթության կազմակերպման սոցիալական և միջավայրային առանձնահատկություններին: Օլիվերն (1996) իր հետազոտություններում նշում է, որ մասնագետները հատուկ կրթության կարիքը սկսեցին դիտարկել ոչ թե որպես տեղային <<խնդիր>>, որը երեխայի մեջ էր, այլ՝ որպես հասարակության սթրեսային ընկալում և որոշակի խմբի կարիքների սպասարկման ծախսողում[2]: Այս համատեքստում ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների համար <<Ֆիզիկական կուլտուրա>> առարկայի կազմակերպումն անհավանական էր թվում՝ հատկապես մեր պայման-

ներում: Սակայն, քանի որ այսօր մեր հանրապետության գրեթե բոլոր դպրոցներում ներդրված է ներառական կրթությունը, ապա «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասավանդումը պետք է հնարավորինս պարզեցնել և մատչելի դարձնել ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների համար:

Հետազոտության նպատակը: Ելնելով վերը նշվածից՝ աշխատանքի նպատակն է՝ վերլուծել ֆիզիկական կուլտուրայի դասի կազմակերպման և անցկացման փորձը ներառական կրթության պայմաններում: Դա կնպաստի մի շարք կարևոր խնդիրների լուծմանը, որոնցից են՝ աշակերտների ֆիզիկական զարգացման շեղումների շտկումը և ֆիզիկական վիճակի բարելավումը, բացի այդ՝ կօզնի նրանց ըստ հնարավորին ինտեգրվել հասակակիցների շրջապատ:

Հետազոտության մեթոդները: Կիրառվել են հետևյալ մեթոդները՝ գրական աղբյուրների ուսումնասիրություն և վերլուծություն, փաստաթղթերի ուսումնասիրում, մանկավարժական դիտում:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն: 2006թ. ՄԱԿ-ի Մանկական հիմնադրամի աջակցությամբ Տավուշի մարզի 4 տարածաշրջաններում՝ յուրաքանչյուրում 4 դպրոց, ներդրվեց ներառական կրթության մոդելը: 2011 թվականից «Հույսի կամուրջ» ՀԿ-ի և «Առաքելություն Արևելք» դանիական կազմակերպության հետ համատեղ Տավուշի

մարզում իրականացվում է հանրակրթության համակարգում համընդհանուր ներառման ծրագիր: 2014թվականից Տավուշի մարզի բոլոր 77 դպրոցները փաստացի բաց են հաշմանդամություն և կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների համար:

Իջևանի Մ. Մարտիրոսյանի անվան թիվ 5 հիմնական դպրոցն առաջիններից էր, որ միացավ այս ծրագրին: 2011թ. դպրոցում սովորում էր հատուկ կարիք ունեցող 19 աշակերտ, որոնք կազմում էին դպրոցում սովորող աշակերտների 2,2%-ը: Նրանք հիմնականում ունեին մտավոր և ֆիզիկական ֆունկցիայի խանգարման թեթև աստիճաններ: Բոլոր աշակերտները մասնակցում էին ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին՝ ամբողջ դասարանի հետ մշակված անհատական ուսումնական պլանով: Նրանք միասին մասնակցում էին ներգրավիչ և եզրափակիչ մասերին, իսկ դասի հիմնական մասում կատարում էին հատուկ մշակված վարժություններ՝ համապատասխան իրենց ֆունկցիոնալ խանգարման: Դպրոցականները մասնակցել են նաև արտադասարանային պարապմունքների՝ կազմակերպված անհատական և խմբակային մեթոդով:

Բացի ֆիզկուլտուրայի դասերին մասնակցելը, դպրոց հաճախող ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների 90%-ը հաճախում էր հա-

տուկ հաստատություններ, որտեղ նրանց հետ աշխատում էին ֆիզիկական և աշխատանքային թերապիստները:

Մանկավարժական դիտումներն իրականացվել են դպրոցում սովորող 18 ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների շրջանում՝ 9 արական և 9 իգական սեռի, որոնք կազմել են դպրոցի աշակերտների ընդհանուր թվի (890 աշակերտ) 2%-ը: Նրանցից 5-ի մոտ առկա է ֆունկցիայի թեթև, 11-ի մոտ՝ միջին և 2-ի մոտ՝ ծանր խանգարումներ: Համաձայն բժշկահոգեբանամանկավարժական եզրակացության՝ աշակերտներից 11-ն ուներ ինտելեկտուալ (մտավոր) ֆունկցիայի խանգարում, 4-ը՝ ձայնի և խոսքի ֆունկցիաների, 2-ը՝ հենաշարժողական համակարգի և 1-ը՝ հուզական ոլորտի խանգարումներ: Բոլոր 18 աշակերտներն ակտիվ մասնակցել են թե՛ ֆիզիկական կուլտուրայի իրենց դասերին, թե՛ արտադասարանային պարապմունքներին: Աշակերտները հատկապես սիրով էին մասնակցում մարմնամարզության և աթլետիկայի բաժինների որոշ մասերին, քանի որ տարիների ընթացքում նրանց ֆիզիկական վիճակը բավականին բարելավվել է: Նրանք կատարում էին փոփոխական արագությամբ վազքեր, հեռացատկ տեղից, էստաֆետային վարժություններ: Դասի շրջանակներում աշակերտները մասնակցում էին ներգրավիչ մասին (10-12 րոպե)՝ կատարելով ընդհանուր զարգացնող վար-

ժուրյուններ, հիմնական մասում նրանց տրվում էին ուշադրության կենտրոնացման վարժություններ, կեցվածքի, հավասարակշռության, կոորդինացիայի շտկման վարժություններ, խոսքի ֆունկցիայի խանգարումներ ունեցող աշակերտներին հանձնարարվում էր բարձրաձայն հրահանգներ տալ համադասարանցիներին, փորձել կատարել մրցավարի դեր:

Ֆիզիկական կուլտուրայի արտադասարանային պարապմունքներն առավել արդյունավետ կազմակերպելու և անցկացնելու նպատակով, հարկ եղավ ուսումնասիրել արդեն գոյություն ունեցող միջազգային փորձը: Այսպես՝ Մեծ Բրիտանիայի հյուսիսում գործող 43 միջնակարգ դպրոցների ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների շրջանում կատարված բազմամյա հետազոտությունների արդյունքները պարզել են, որ «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի շրջանակներում սահմանափակ կարողություններով աշակերտներից շատերը մասնակցում են լողի, մարմնամարզության, պարի դասերին: Ուսուցիչները փաստում են, որ երեխաները դժվարություններ չեն ունենում, քանի որ միջավայրը հարմարեցված է նրանց համար: Հարցված ուսուցիչների մեծ մասը կարևորում են մարմնամարզության դերը երեխաների ինտեգրման, ինչպես նաև ֆիզիկական վիճակի բարելավման գործում, քանի որ մարմնամար-

զությունն օգնում է նաև հեշտությամբ կառավարել սեփական մարմինը: Ուսուցիչների մի մասը առանձնահատուկ տեղ է հատկացնում թիմային մարզաձևերին, քանի որ այն նպաստում է սահմանափակ կարողություններով աշակերտներին ներառվել թիմի մեջ, որը մեծ հոգեբանական աջակցություն է նրանց համար [1]:

Մարզախաղերը մեր աշակերտների կողմից նույնպես սիրված են, սակայն ուսումնառության սկզբում աշակերտների 40%-ը խուսափում էր թիմային մարզաձևերից: Այսպես՝ արտադասարանային պարապմունքների ընթացքում աշակերտներն իրենց համար մշակված ծրագրով սովորեցին բասկետբոլի գնդակի վարում և փոխանցում, նետումներ, վոլեյբոլային փոխանցումներ և աստիճանաբար ներգրավվեցին խաղային գործընթացի մեջ: Նրանց գրանցած յուրաքանչյուր հաջողություն խրախուսվում էր փոքրիկ մրցանակներով, որն էլ ավելի էր մեծացնում ոգևորությունը: Բացի նոր շարժողական կարողությունների ձեռքբերմանը, ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին մեծացել է ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների շփումը համադասարանցիների հետ, քանի որ դասասենյակում այդ գործընթացը շատ դժվար էր ստացվում: Այս գործընթացը դրական ազդեցություն է ունեցել նաև նրանց համադասարանցիների վրա, քանի որ շատերը խուսա-

նավում էին շփվել իրենցից <<տարբերվող>> երեխաների հետ:

Արտադասարանային պարապմունքների ընթացքում հենաշարժողական խնդիր ունեցող աշակերտների համար մշակվել էին սեղանի թենիսի պարապմունքներ, քանի որ աշակերտներից մեկն անվասայլակով էր: Պարապմունքի ընթացքում նրանք սովորում էին թենիսի ռակետի բռնում, հարվածներ, տարատեսակ հնարքներ, սովորում էին սկզբնահարվածներ, պաշտպանական հնարքներ: Բացի գործնական պարապմունքները, երեխաներին տարբեր մարզաձևերից տրվում էին տեսական գիտելիքներ, նաև՝ առողջ ապրելակերպի և սեփական հիգիենայի վերաբերյալ: Գրականության ուսումնասիրությունը ցույց տվեց, որ արտասահմանցի մասնագետները նույնպես կարևորում են տեսական գիտելիքների տրամադրումն աշակերտներին, որն օգնում է նրանց գնահատել սեփական կարողությունները, ծանոթանալ իրենց մարմնի առանձնահատկություններին, սովորել գնահատել սեփական հնարավորությունները, չվախենալ սպասվող ֆիզիկական վարժությունների կատարումից, հարկ եղած դեպքում պատրաստ լինել ուսուցչի և համադասարանցիների հետ միասին հաղթահարել սպասվող դժվարությունները [1,7]:

Կատարված մեկամյա դիտարկումները ցույց տվեցին, որ ներառական

կրթության շրջանակներում ֆիզիկական կուլտուրայի դասընթացի կազմակերպումն ու անցկացումը ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների համար հնարավոր է, չնայած առկա դժվարություններին: Բոլոր 18 աշակերտները լիարժեք մասնակցել են ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին և արտադասարանային պարապմունքներին, և նրանց մոտ գրանցվել է թե՛ ֆիզիկական, և թե՛ հուզական վիճակի բարելավում: Այսպես, եթե ուսումնական տարվա սկզբում հենաշարժողական համակարգի խնդիրներ ունեցող աշակերտների մոտ նկատվում էին շարժումների ոչ հստակություն, գնդակի ընդունման և փոխանցման դժվարություններ, ապա հատկապես արտադասարանային պարապմունքների արդյունքում այդ թերությունները բավականին շտկվել էին: Եթե դասընթացի սկզբում աշակերտների 40%-ը խուսափում էր թիմային մարզաձևերին մասնակցելուց, ապա հատուկ պարապմունքների արդյունքում, բոլորն ընդգրկվել էին խաղային գործընթացի մեջ: Նրանք ոչ միայն սիրով բասկետբոլ և վոլեյբոլ էին խաղում, այլև նրանց համար արդեն սովորական էր դարձել մրցումային գործընթացը: Կարևոր է ընդգծել նաև համադասարանցիների հետ շփումը և համագործակցությունը, որն արդեն երկուստեք հեշտ էր ու անկաշկանդ: Աշխատանքի արդյունքը հնարավորինս օբյեկտիվ ներկայացնելու համար 2018-

2019թթ. ուսումնական I տարվա ավարտին, որպես կատարված աշխատանքի ամփոփում, Իջևանի Մ. Մարտիրոսյանի անվան թիվ 5 հիմնական դպրոցում կազմակերպվեց սպորտլանդիա ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների մասնակցությամբ՝ «Սովորենք միասին, մարզվենք միասին» խորագրով, որի նպատակն էր՝ ցույց տալ աշակերտների ֆիզիկական առաջադիմությունը և նրանց փոխհամագործակցության կարողությունը համադասարանցիների հետ:

Եզրակացություն: Ներառական կրթության ներդրումը դրական ազդեցություն է ունենում ոչ միայն հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների՝ այլև այդպիսիք չունեցողների համար: Ֆիզիկական կուլտուրայի դասընթացի շրջանակներում ԿԱՊԿՈՒ աշակերտները հնարավորություն են ունենում ազատ շփվել և համագործակցել իրենց հասակակիցների հետ, որը նպաստում է ինչպես նրանց ֆիզիկական, այնպես էլ հուզական վիճակի բարելավմանը: Մասնակցելով ֆիզկուլտուրայի դասին՝ հատուկ կարիքներով երեխաները գիտակցում են, որ ֆիզիկական վարժությունները դրական ազդեցություն են ունենում իրենց օրգանիզմի վրա, նրանք սովորում են հաղթահարել ֆիզիկական և հոգեբանական դժվարությունները: Այս դասընթացը կարևոր է նաև նրանց մյուս համադասարանցիների համար, քանի որ

նրանք սովորում են հոգ տանել դիմացինի մասին, ճիշտ շփվել հատուկ կարիքներով անձանց հետ, համատեղ ուժերով հաղթահարել դժվարությունները:

Դրական պատկերի հետ մեկտեղ ներառական կրթության շրջանակներում ֆիզիկական կուլտուրայի կազմակերպումն իր հետ բերում է ներկայումս առկա բազմաթիվ խնդիրների բարձրաձայնման անհրաժեշտություն: Առանձնացնենք դրանցից կարևորները.

1. Արդի մեթոդիկական նախատեսված չէ ներառական կրթության համար, այն պետք է փոխարինել հատուկ վարժություններով, որոնք նախատեսված կլինեն կոնկրետ աշակերտների առողջական խնդիրների լուծման համար, որտեղ հաշվի կառնվի աշակերտի ֆիզիկական ունակությունները:

2. Յուրաքանչյուր աշակերտի համար անհրաժեշտ է մշակել ֆիզիկական կուլտուրայի անհատական ուսումնական պլան (ԱՈՒՊ):

3. Դպրոցների ներկայիս պայմանները թույլ չեն տալիս ԿԱՊԿՈՒ բոլոր աշակերտներին լիարժեք ընդգրկել ֆիզիկական կուլտուրայի դասընթացի մեջ:

4. Հարկավոր է հատուկ ծրագրերով վերապատրաստել ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչներին, որպեսզի նրանք լիարժեք կարողանան վարել դասընթացը:

5. Ցանկալի է դպրոցներում հատուկ մանկավարժների, հոգեբանների կողքին

ունենալ ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրայի մասնագետներ, որոնք կկազմակերպեն ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների ֆիզկուլտուրայի դասընթացը:

Այս և առկա նմանատիպ այլ խնդիրներ հիմք են հանդիսանում հետագա հետազոտությունների համար, ուղղված՝ նե-

րառական կրթության պայմաններում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի բովանդակության և նոր մեթոդական մոտեցումների մշակմանը, որոնք կնպաստեն դասի առավել արդյունավետ կազմակերպմանն և անցկացմանը:

📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Мухин М.А., Особенности работы учителя физической культуры при реализации инклюзивного образования, 2016. [էլեկտրոնային ռեսուրս]
2. Morley D., Bailey R., Tan J. & Cooke B. (2005) 'Inclusive Physical Education: Teachers' Views of Including Pupils with Special Educational Needs and/or Disabilities in Physical Education', European Physical Education Review 11(1): 84-107
3. Oliver M. (1996), Understanding Disability: From Theory to Practice. Basingstoke: Macmillan.
4. Rizzo, T. and Vispoel, W.P. (1992) 'Changing Attitudes about Teaching Students with Handicaps', Adapted Physical Activity Quarterly 9: 267-74.
5. <https://www.arlis.am/documentview.aspx?docid=67166>
6. www.unicef.org
7. <https://escs.am/am/static/inclusiveeducation?s=edu>
http://www.eduportal44.ru/sites/RSM0test/SiteAssets/SitePages/Fiz_ra%2011.08.2017/Урок%20физкультуры%20с%20детьми%20В3.pdf

**THE EXPERIENCE OF ORGANIZING AND CONDUCTING PHYSICAL CULTURE
CLASSES IN CONDITIONS OF INCLUSIVE EDUCATION**

PhD of pedagogy R. Davtyan

Secondary school N5, M. Martirosyan, Ijevan, Armenia

SUMMARY

Key words: Inclusive education, physical culture, children with special educational needs, extracurricular activities.

Relevance. Physical education is an integral part of both general and inclusive education. It is especially important to organize and conduct physical education classes for children with disabilities. In this context, today it is important to make physical culture classes accessible for students with special educational needs.

The purpose of the research: to analyze the experience of organizing and conducting physical culture classes in conditions of inclusive education. This will help solve a number of important problems, including correcting deviations in the physical development of students, improving their physical condition, and integrating with peers.

Research methods and organization. Since there is no special program for organizing physical education for schoolchildren with SEN, in 2018-2019 academic year, at the secondary school No. 5 after M. Martirosyan, in Ijevan, it was decided to organize and conduct specially designed classes and extracurricular physical activities for students with SEN. During the classes, the students performed GDE, they were given exercises for posture, concentration, balance and coordination. Extracurricular activities included basketball, volleyball, and table tennis. All 18 students fully participated in both physical education classes and extracurricular activities, which helped to improve their physical and emotional state. At the end of the academic year, the school held an event "Learning Together, Training Together", the purpose of which was to show the physical progress of students with SEN and their ability to cooperate with classmates.

The transition to inclusive education sets the task of developing content and new methodological approaches for teaching of "physical culture" taking into account the physical capabilities of students with special educational needs.

ОПЫТ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

К.п.н., учитель физкультуры Р.Б. Давтян

Средняя школа N5 им. М.Мартirosяна, Иджеван, Армения

РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: инклюзивное образование, физическая культура, дети с особыми условиями образования, внеклассные занятия.

Физическая культура является неотъемлемой частью как общего, так и инклюзивного образования. Особенно важна организация и проведение уроков физической культуры для детей с ограниченными возможностями. В этом контексте сегодня очень важно сделать уроки физического воспитания максимально доступными для учащихся с особыми образовательными потребностями.

Целью работы является анализ опыта организации и проведения занятий по физическому воспитанию в условиях инклюзивного образования. Это поможет решить ряд важных задач, в том числе исправление отклонений физического развития учеников, улучшение их физического состояния, и интегрироваться со сверстниками.

Методы и организация исследования. В статье представлен опыт проведения уроков физической культуры и внеклассных занятий, организованных в 2018-2019 учебном году в основной школе № 5 им. М. Мартirosяна города Иджеван, в которых приняли участие ученики с особыми условиями образования.

Анализ полученных результатов. Во время урока ученики выполняли общеразвивающие упражнения, упражнения на осанку, равновесие, упражнения на координацию, концентрацию внимания. Внеклассные занятия включали баскетбол, волейбол, настольный теннис. Все 18 учеников с особыми потребностями образования в полной мере участвовали как на уроках физкультуры, так и внеклассных занятиях, что и помогло улучшению их физического и эмоционального состояния. В конце учебного года, в школе была проведена спортландия под названием «Учимся вместе, тренируемся вместе», целью которой был показ динамики физического состояния учеников с особыми образовательными потребностями и их способность к сотрудничеству с одноклассниками.

Краткие выводы. Переход к всеобщему инклюзивному образованию ставит задачу разработки содержания и новых методических подходов преподавания предмета «Физическая культура» с учетом физических возможностей учащихся с особыми условиями образования.

Հոդվածն ընդունվել է 05.04.2021-ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 06.04.2021-ին: