



2022

ՄՊՈՐՏ. ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ.  
ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ  
ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

ARMENIAN STATE INSTITUTE OF PHYSICAL CULTURE  
AND SPORT

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА АРМЕНИИ



ՍՊՈՐՏ, ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ, ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ

SPORT, HEALTH, EDUCATION

СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ, ОБРАЗОВАНИЕ

*Ուսանողական գիտական տարեգիրք*

ԵՐԵՎԱՆ 2022

ՀՏԴ 796:001:37

ԳՄԴ 75+72+74

U 835

*Երաշխավորված է տպագրության Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի գիտական խորհրդի որոշմամբ*

U 835 Սպորտ, առողջություն, կրթություն: Ուսանողական գիտական տարեգիրք.- Եր.: Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, 2022.- 170 էջ:

Տարեգրքի նյութերում ընդգրկված են Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի, հանրապետության բուհերի ուսանողների գիտահետազոտական աշխատանքների նյութերը, որոնք նվիրված են ինչպես ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի, ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրայի և ադապտիվ սպորտի բազմաբնույթ հիմնախնդիրներին, այնպես էլ հարակից ոլորտներին:

Տարեգրքի նյութերը նախատեսված են ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառի բակալավրիատի, մագիստրատուրայի ուսանողների համար:

*Տարեգրքի հիմնադիր՝ «Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ» հիմնադրամ*

ՀՏԴ 796:001:37

ԳՄԴ 75+72+74

ISBN 978-9939-1-1554-2

© Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, 2022

**ՍՊՈՐՏ, ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ, ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ**  
**Ուսանողական գիտական տարեգիրք**

- Խիթարյան Դ. Ս.** Գլխավոր խմբագիր՝ մ.գ.թ.,  
պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
rector@sportedu.am)
- Ստեփանյան Լ. Ս.** Պատասխանատու խմբագիր՝  
կ.գ.թ., դոցենտ (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
lusine.stepanyan@sportedu.am)
- Ղազարյան Ֆ. Գ.** մ.գ.դ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
frunz.ghazaryan@sportedu.am)
- Աղաջանյան Մ. Գ.** Բ.գ.դ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
marina.aghajanyan@sportedu.am)
- Հակոբյան Ե. Ս.** մ.գ.դ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
elena.hakobyan@sportedu.am)
- Չարիհյան Ա. Ա.** մ.գ.դ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
ashot.chatinyan@sportedu.am)
- Թումանյան Հ. Գ.** մ.գ.թ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ԵՊՀ,  
armine.harutyunyan28@mail.ru)
- Բաբայան Հ. Ա.** հ.գ.թ., պրոֆեսոր (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
harutyun.babayan@sportedu.am)
- Տեր-Մարգարյան Ն. Գ.** մ.գ.թ., դոցենտ (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
nune.ter-margaryan@sportedu.am)
- Գաբրիելյան Հ. Հ.** մ.գ.թ., դոցենտ (Հայաստան, ՀՊՏՀ,  
hovhgabrielyan@gmail.com)
- Մուրադյան Ա. Ե.** դասախոս (Հայաստան, ՀՖԿՍՊԻ,  
arpine.muradyan@sportedu.am)
- Սիմոնյան Ե. Վ.** լեզվաբան-խմբագիր (Հայաստան,  
ՀՖԿՍՊԻ, eranuhi.simonyan@sportedu.am)



**ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ**

**ԲԱԺԻՆ 1. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱՄԱՆ-ԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ ..... 7**

**ՕԼԻՄՊԻԻԶՄԻ ԳԱՂԱՓԱՐՆԵՐԻ ԱՐԺԵՎՈՐՈՒՄԸ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՇՐՋԱՆՈՒՄ ..... 7**

Արամ Աբրահամյան .....7

**ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ՇԱՐԺՄԱՆ ՈՐՈՇ ԽՆԴԻՐՆԵՐԻ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒՄ .....13**

Հրանտ Բալայան ..... 13

**ԽԱՂԸ՝ ՈՐՊԵՍ ԵՐԵԽԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԵՆՔԱՅԻՆ ՄԻՋՈՑ ..... 21**

Լիլիթ Մկրտչյան ..... 21

**ԲԱԺԻՆ 2. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՍՈՑԻԱԼ-ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ, ՊԱՏՄԱՄՇԱԿՈՒԹԱՅԻՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ .....27**

**ՊԱՏԱՆԻ ՖՈՒՏԲՈԼԻՍՏՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԴԻՆԱՄԻԿԱՆ ՄԱՐԶՄԱՆ ՏԱՐԵԿԱՆ ՑԻԿԼՈՒՄ .....27**

Անյուտա Գալստյան .....27

**ՍՊՈՐՏԻ ԴԵՐՆ ՈՒ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ՈՍՏԻԿԱՆՆԵՐԻ ԱՇԽԱՏՈՒՆԱԿՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ ..... 36**

Վարդան Խոցանյան ..... 36

**ԿԱՆԱՆՑ ԸՆԴԳՐԿՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՐԱՏԵ ՄԱՐԶԱԶԵՎՈՒՄ. ԱՌԿԱ ԽՆԴԻՐՆԵՐ ..... 43**

Նատալյա Համբարձումյան .....43

<b>ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐԸ ՄԱՐՏԱԿԱՆ ՍԱՄԲՈՅՈՒՄ. ԿԱՆԽԱՐԳԵԼ-ՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐԸ .....</b>	<b>54</b>
Վրեժ Հովհաննիսյան .....	54
<b>ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ ԿԻՐԱՌՎՈՂ ՏԱՐՔԵՐ ՖԻԹՆԵՍ ԾՐԱԳՐԵՐԻ ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ .....</b>	<b>65</b>
Լիլիթ Մկրտչյան .....	65
<b>ԽԱՐՈՒՍԻԿ ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԻ ԵՎ ԳՆԴԱԿԻ ՎԱՐՄԱՆ ՑՈՒՑԱՆԻՇՆԵՐԸ ՀՀ ՖՈՒՏԲՈԼԻ ԱՌԱՋՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ .....</b>	<b>71</b>
Հրաչ Մնացականյան .....	71
<b>ԲԱԺԻՆ 3. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԲԺՇԿԱԿԵՆՍԱԲԱՆԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ .....</b>	<b>76</b>
<b>ԱԳՐԵՍԻՎՈՒԹՅԱՆ ԴՐՍԵՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՋՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՖՈՒՏԲՈԼՈՒՄ .....</b>	<b>76</b>
Նարեկ Խաչիկյան .....	76
<b>ԿԱՆԱՆՑ ԸՆԴԳՐԿՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՐԱՏԵ ՄԱՐՁԱՁԵՎՈՒՄ. ԱՌԿԱ ԽՆԴԻՐՆԵՐ .....</b>	<b>83</b>
Նատալյա Համբարձումյան .....	83
<b>ԲԱԺԻՆ 4. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՒՄԸ ՍՊՈՐՏՈՒՄ ՖԻԹՆԵՍ ՌԵԱԲԻԼԻՏԱՑԻԱՆ՝ ՈՐՊԵՍ ՀԱՄԱԼԻՐ ԲՈՒԺՄԱՆ ՄԵԹՈԴ .....</b>	<b>94</b>
Իլոնա Վարդանյան .....	94
<b>ԲԱԺԻՆ 5. ԱԴԱՊՏԻՎ ՍՊՈՐՏԸ ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ԱՇԽԱՐՀՈՒՄ .....</b>	<b>106</b>
<b>ԱՆՎԱՍԱՅԼԱԿՈՎ ԲԱՍԿԵՏԲՈԼԻ ԾԱԳՈՒՄՆ ՈՒ ԶԱՐԳԱՑՈՒՄԸ .....</b>	<b>106</b>
Սիլվա Բարսեղյան .....	106

ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОГО СПОРТА В РОССИИ.....	114
Касьянова Алина .....	114
<b>ԲԱԺԻՆ 6. ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՏՈՒՐԻԶՄԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ</b>	
<b>ՀԵՌԱՆԿԱՐՆԵՐԸ .....</b>	<b>125</b>
<b>ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՏՈՒՐԻԶՄԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ՀԵՌԱՆԿԱՐՆԵՐԸ</b>	
<b>ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ .....</b>	<b>125</b>
Նարեկ Պետրոսյան .....	125
<b>ԲԱԺԻՆ 7. ՆՈՐԱՐԱՐԱԿԱՆ ՏԵԽՆՈԼՈԳԻԱՆԵՐԸ ՍՊՈՐ-</b>	
<b>ՏԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՈՒՄ .....</b>	<b>136</b>
<b>ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԿԱՐԻԵՐԱՆ ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿՈՂ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ</b>	
<b>ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՐԱՀԱՆԴԵՍԱՅԻՆ ՊԱՐԵՐՈՒՄ .....</b>	<b>136</b>
Նարինե Ավագյան.....	136
<b>ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԱՄԵՆԱԱԶԴԵՑԻԿ ԳՈՎԱԶԴՆԵՐԸ ԵՎ</b>	
<b>ԳՐԱՎՋՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՔԵՐԸ .....</b>	<b>142</b>
Սուսաննա Գրիգորյան .....	142
<b>ԽՈՍՔԻ ՄՇԱԿՈՒՅԹԸ՝ ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԵԿՆԱՐԱՆԻ .....</b>	<b>149</b>
<b>ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԿԱՐԵՎՈՐ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆ .....</b>	<b>149</b>
Հրայր Խաչատրյան.....	149
<b>THE NECESSITY OF SPORTS JOURNALISM DEVELOPMENT IN</b>	
<b>ARMENIA.....</b>	<b>163</b>
Lilianna Khachikyan .....	163

---

**ԲԱԺԻՆ 1. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ  
ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ  
ՀՈԳԵԲԱՆԱՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ  
ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ**

---

**ՕԼԻՄՊԻԶՄԻ ԳԱՂԱՓԱՐՆԵՐԻ ԱՐԺԵՎՈՐՈՒՄԸ  
ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ  
ՇՐՋԱՆՈՒՄ**

*Հասարակական և հումանիտար գիտությունների ամբիոն,  
2-րդ կուրս, Արամ Աբրահամյան,  
Գիտական ղեկավար՝ պրոֆեսոր Ա. Հարությունյան*

**Առանցքային բառեր:** Օլիմպիզմ, երիտասարդություն, դպրոցականներ, օլիմպիական շարժում, հումանիստական գաղափարներ, համերաշխություն:

**Հետազոտության արդիականություն:** Հայաստանում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի աշխատանքների արդյունավետ կազմակերպման համար փնտրում են նոր մոտեցումներ, մասնավորապես՝ երիտասարդության մոտ ձևավորելու բարոյահոգեբանական նորմերի պահպանման վարքագիծ: Այս տեսանկյունից կարևորվում է օլիմպիզմի գաղափարախոսությունը, որը հումանիստական մտահղացմամբ փիլիսոփայություն է և ունակ է լուծելու երիտասարդության և դպրոցականների շրջանում առկա բացասական վարքագծերի դրսևորումները: Հումանիստական հարաբերությունների ձևավորման

արդիականությունը կայանում է նրանում, որ ժամանակակից սպորտում, ինչու ոչ՝ ժամանակակից սպորտային հասարակության տարբեր շերտերում ուժեղացել է բարոյական արժեքների խախտման կամ խեղաթյուրման երևույթները: Առաջնային է ամեն գնով հաղթանակ ձեռք բերելու ձգտումը, հետևաբար խախտվում են բոլոր կարգի օլիմպիական սկզբունքները: Այդ պատճառով կարևոր է սպորտում և սպորտի միջոցով հումանիստական արժեքների ձևավորումն ու կատարելագործումը:

**Նպատակը:** Ներկայացնել օլիմպիզմի արժեքների նշանակությունը և դրսևորումները դպրոցականների և երիտասարդների շրջանում:

**Խնդիրները:** Ուսումնասիրել օլիմպիզմի արժեքները, ներկայացնել նրա ազդեցությունը երիտասարդության, դպրոցահասակների շրջանում՝ առկա հակահումանիստական խնդիրների լուծման շրջանակներում:

**Հետազոտության մեթոդներն են՝** պատմագրական աղբյուրների ուսումնասիրում, համադրում:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Օլիմպիզմի զարգացման բոլոր փուլերում՝ անտիկ, կուբերտենյան, ժամանակակից, առկա է մեկ ընդհանուր գաղափար, այսինքն՝ օլիմպիական սպորտը պետք է համախմբի երիտասարդությանը, պաշտպանի նրա առողջությունը, հեռու պահի վնասակար գործողություններից: Դեռահասը՝ որպես անհատականություն, ձևավորվում է միջավայրի ազդեցության ներքո: Օլիմպիական մանկավարժությամբ զբաղվող գիտնականները գտնում են, որ օլիմպիզմի միջոցով հնարավոր է

երիտասարդների մոտ հիմնավորել մարդասիրական մտածողություն: Աշխարհի շատ երկրներում օլիմպիզմի դաստիարակչական ուղղվածությունն իրականացվում է օլիմպիական մանկավարժության մակարդակում և այն միավորում է բոլոր մասնագետների աշխատանքը: Աշխատանքների արդյունքում օլիմպիզմի հումանիստական արժեքները, գաղափարները կենտրոնացվում են ուսումնական գործընթացում, որի կենտրոնում մարդասեր մարդն է, երիտասարդը:

Ժամանակակից սպորտի նպատակը ոչ թե հումանիստական գաղափարների ձևավորումն է, պահպանումը, այլ տաբեր մարզաձևերի մասսայականացումը: Սակայն, օլիմպիզմը չի հրաժարվում այդպիսի սպորտից, այն անվանում է օլիմպիական և փորձում է այդպիսի մթնոլորտում ձևավորել ու զարգացնել բարոյական, պաշտամունքային, մարդասիրական գաղափարներ:

Օլիմպիզմը սպորտի հոգևոր շերտն է, որի ազդեցության ներքո փորձում են զարգացնել, տարածել բուն հելլենիստական և կուբերտենյան օլիմպիզմը: Այն առաջադրում է հետևյալ խնդիրները՝

- Երիտասարդության շրջանում գիտելիքների ներդրում, մասնավորապես՝ բռնության, ագրեսիվության, անհամբերության, խաղաղասիրության, արդար խաղի վերաբերյալ: Ինչպես են դրանք արտահայտվում սպորտում, ցույց տալ դրանց դրական կողմերի ներդրման և բացասական դրսևորումների հաղթահարման ուղիները:

- Հումանիզմի երևույթների մշակում, որ սպորտը հետաքրքիր է ոչ միայն մեկը մյուսին հաղթելու, մի ազգի

առավելությունը մյուսի նկատմամբ ցուցադրելով, այլև այն պետք է գրավի իր բարեկամական, փոխըմբռնման, փոխօգնության, մարդկային դրսևորումներով և այլն:

- Ձևավորել ուրախանալու, հիանալու զգացողություն, երբ մարզադաշտում պահպանվում է արդար խաղի սկզբունքները մրցավարների, մարզիկների, հանդիսատեսի կողմից:

- Հակազդել հակահումանիստական դրսևորումներին:

- Ձևավորել հիմնավորված համոզմունքներ, որ օլիմպիզմի արժեքները միակն են ու ճիշտն են:

ՀՀ-ում օլիմպիական մանկավարժության առջև դրված են մի շարք խնդիրներ.

- Աշակերտների մոտ ձևավորել օլիմպիզմի ամբողջական՝ խաղաղասեր աշխարհի պատկերը:

- Ձևավորել օլիմպիական ինքնագիտակցություն:

- Շփվելով օլիմպիզմի հումանիստական, համամարդկային արժեքների հետ, նրանց մոտ ձևավորել համապատասխան վարքագծի նորմեր:

Հայաստանի տարբեր դպրոցներում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին աշակերտներին տրվում է գիտելիքներ օլիմպիական խաղերի պատմությունից, որից հետո կազմակերպվում է արտադասարանական մրցույթ-միջոցառումներ:

Շատ գիտական հոդվածներ են տպագրվում նվիրված օլիմպիական արժեքների ոլորտին: Սոցիոլոգիական և գիտական ուսումնասիրությունները հիմնավորում են, որ երեխաները և երիտասարդները հետաքրքրված են օլիմպիական խաղերով, մարզիկներով, չեմպիոններով: Երեխաները և երիտասարդները նրանց նմանվելու պատճառով սկսում են զբաղվել օլիմ-

պիական մարզաձևերով: Օլիմպիական ծրագրերն իրականացվում են տարբեր կարգի ուսումնական հաստատություններում:

Օլիմպիզմի նպատակն է՝ համախմբել մարդկությանը:

Միջազգային օլիմպիական ակադեմիան պարբերաբար կազմակերպում է նստաշրջաններ, որտեղ առանձնակի վերլուծում են Միջազգային օլիմպիական կոմիտեի (ՄՕԿ) աշխատանքները: Օրինակ՝

- Օբյեկտիվ քննադատական մակարդակում գնահատել ՄՕԿ-ի գործունեությունը:
- Ազգային մակարդակով իրականացնել օլիմպիական կրթություն՝ հատկապես ուսուցիչների համար:
- Կատարել քննարկումներ՝ քաղաքական համակարգերից դուրս:
- Դոպինգի դեմ պայքարի մասին տրամադրել տեղեկատվություն:
- ՄՕԿ-ի համար դառնալ հնարավորությունների և մարդկային ռեսուրսների աղբյուր:
- Ուսանող-մարզիկների համար կազմել ծրագրեր և այլն:

**Եզրակացություն:** Այսպիսով՝ այսօր յուրովի և հրամայական անհրաժեշտություն է օլիմպիական համերաշխությունը դիտարկել՝ որպես մարդկանց, հատկապես երիտասարդների, երեխաների անբաժանելի միություն: Բոլոր ազգերը, անկախ ռասայական, կրոնական, քաղաքական և հասարակական խտրականությունից, պետք է ակտիվ ընդգրկվեն օլիմպիզմի գաղափարախոսության շրջանակների մեջ, ինչը կնպաստի հասարակության գաղափարական և ֆիզիկական «առողջացմանը»:



**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Օլիմպիական կրթության և դաստիարակության գործընթացը Հայաստանի բուհական համակարգում, Հանրապետական գիտամեթոդական համաժողովի նյութեր, Երևան, 2008, 2011, 79 էջ:

2. Միջազգային օլիմպիական ակադեմիայի 47-րդ նստաշրջանի սեմինարների դասախոսություններ, Օլիմպիա, 2007:

3. Платонов В.Н., Гуськов С.И., Олимпийский спорт, Киев, 1994, 417 стр.

4. Баринов С., Формирование гуманистического отношения к миролюбию в спорте, М., 2-ой Межд.форум, 2002, стр. 22.

## ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ՇԱՐԺՄԱՆ ՈՐՈՇ ԽՆԴԻՐՆԵՐԻ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒՄ

*Հասարակական և հումանիտար գիտությունների ամբիոն,  
2-րդ կուրս, Հրանտ Բալայան,  
Գիտական ղեկավար՝ պրոֆեսոր Ա.Հարությունյան*

**Առանցքային բառեր:** Օլիմպիական շարժում, օլիմպիական գաղափարներ, օլիմպիական խաղեր, մարդասիրություն, ժամանակակից հասարակություն, սոցիալական շարժում:

**Հետազոտության արդիականություն:** Ժամանակակից հասարակության սոցիալական կառուցվածքում կարևոր տեղ է գրավում սոցիալական շարժումը, որի գործունեությունում ակտիվ քարոզվում է՝ կողմնորոշվել սպորտի միջավայրին բնորոշ հումանիստական արժեքներով (որտեղ գլխավորը ժամանակակից օլիմպիական շարժումն է), այսինքն՝ ձեռք բերել սպորտային հումանիստական շարժման կարգավիճակ՝ դառնալով օլիմպիզմի փոխանցումային արժեքները կրողներ:

Այս սպորտային շարժումների խնդիրները միշտ առաջացրել են մեծ հետաքրքրություն, ոչ միայն զանգվածային տվական հարթակում, հասարակական գործիչների, այլև՝ տարաբնույթ հետազոտություններով զբաղվողների մոտ: Դա են վկայում բազմաթիվ գիտական ուսումնասիրությունները: Սակայն, այսպիսի ուսումնասիրությունները և հետաքրքրվածությունները հատուկ արդիական նշանակություն են ստացել 2017-2018 թվականներին՝ կապված օլիմպիական շարժման շուրջ տեղի ունեցող իրադարձությունների հետ: Այդ իրադար-

ծոթյունները դարձել են ակտիվ քննարկման առարկա քաղաքական, մարզական գործիչների, զանգվածայրատվամիջոցների շրջանում՝ դոպինգային սկանդալներ, մարզիկներին, թիմերին, երկրներին արգելելը՝ մասնակցելու օլիմպիական և պարալիմպիկ խաղերին և այլն: Այս քննարկումների ընթացքում օլիմպիական խաղերը՝ որպես կանոն, դիտարկվում են իբրև միջազգային սպորտային շարժման միջոցառում, որտեղ պետք է մասնակցեն միայն «մաքուր» մարզիկները, որոնցից պետք է ընտրվեն լավագույն մարզիկները՝ մասնակցելու օլիմպիադաներին: Բոլոր երկրներն այս համատեքստում առաջնորդվում են Միջազգային օլիմպիական կոմիտեի (ՄՕԿ) կանոններով: Այսպիսի հարցերը, անխոս, արժանի են ուշադրության, և մեր ուսումնասիրության հիմնական խնդիրն է փաստել, որ ժամանակակից հասարակությունում հնարավոր է հումանիստական սպորտային շարժում, նաև ընդգծել՝ այդ շարժման ձևավորման հնարավոր տարբերակները:

**Նպատակը:** Ուսումնասիրել ժամանակակից օլիմպիական շարժմանը խանգարող հիմնախնդիրները. ըստ ոլորտը ուսումնասիրող որոշ հեղինակների տեսակետների և հումանիզմի դիրքորոշումներից ելնելով՝ գնահատել արդի օլիմպիական շարժման իրավիճակը:

### **Խնդիրները:**

1. Հետազոտել և ներկայացնել տեսակետ-վերլուծումներ սպորտային հումանիստական շարժման առկա խնդիրների կապը՝ ժամանակակից օլիմպիական շարժման հումանիստական առաքելության փլուզման միջավայրում և առաջադրվող լուծման տարբերակները:

**Հետազոտության մեթոդներն են՝** գրական աղբյուրների և գիտական հոդվածների ուսումնասիրումը:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ըստ Վ.Ի.Ստոյարովի [1]՝ սխալմունք է օլիմպիական խաղերը դիտարկել որպես միջազգային սպորտային շարժում, որոնք կազմակերպվում են՝ բացահայտելու միայն լավագույն մարզիկներին՝ աշխարհի և այլ միջազգային մրցաշարերում: Օլիմպիական խարտիայում նշվում է, որ օլիմպիական շարժումն ուղղված է իրականացնելու օլիմպիզմի արժեքները: Ակտիվ քարոզում է այդ արժեքների հումանիստական բովանդակությունը և դրա վրա հիմնված՝ առանձնահատուկ հումանիստական առաքելություն է իրականացնում սպորտում, սոցիալական միջավայրում: Այդ իսկ պատճառով օլիմպիական խաղերը դիտարկվում են առանձնահատուկ սպորտային միջոցառում և գործնականում կոչված է ցուցադրել օլիմպիզմի հումանիստական արժեքները և օլիմպիական շարժման հումանիստական առաքելությունը: Պահանջվում է բազմակողմանի վերլուծել և հումանիզմի դիրքորոշումներից գնահատել օլիմպիական խաղերը, ամբողջական օլիմպիական շարժումը: Կարևոր է բացահայտել համապատասխանում է քարոզվող հումանիստական կողմնորոշումները իրական օլիմպիական սպորտին: Այն նշանակում է՝ գնահատել օլիմպիական շարժման հումանիստական առաքելություն իրականացնելու հավակնությունները՝ սպորտում և ամբողջ հասարակությունում:

ՄՕԿ-ի նախկին նախագահ Ի.Ա.Սամարանչի կողմից կատարված շրջադարձային փոփոխումների արդյունքում այս շարժումն ընդունել է կոմերցիոն և պրոֆեսիոնալ բովանդա-

կություն, որն էլ հանգեցրել է օլիմպիական շարժման արժեքների ընկալման փոփոխությունների և շեղում հումանիստական արժեքներից: Օլիմպիական սպորտը վերածվել է «մեծ բիզնեսի», օլիմպիական շարժումը՝ կոմերցիոն շարժման, որտեղ առաջնային են՝ ոչ թե օլիմպիզմի հոգևոր արժեքները (անձի բազմակողմանի ներդաշնակ զարգացում և բարեվարքության դրսևորումներ սպորտային պայքարում), այլ հաջողությունները, հաղթանակը, փառքը, դրամը:

Տարածայնությունն օլիմպիզմի արժեքների և օլիմպիական խաղերի միջև ոչ միայն նվազեցնում է օլիմպիական շարժման զարգացումները, այլ ավելի է սրում հակասությունները: Այսպիսի իրավիճակի առաջին ահազանգերը՝ 1998թ. վերջերից մինչև 1999թ. սկիզբն էր, երբ ՄՕԿ-ի շատ անդամներ մեղադրվում են կոռուպցիայի մեջ (2002): Առավել ցայտուն օրինակ է, երբ 2017-2018 թթ. օլիմպիական շարժման բարոյական արժեքները խարխլվում են դոպինգի հարցերի հիմնախնդիրներով, ՄՕԿ-ը դրսևորում է քաղաքականացված քաղաքականություն (ԱՄՆ, արևմտյան երկրները տնտեսական սանկցիաներում օգտագործում են օլիմպիական խաղերը):

Նշված իրավիճակների հետ կապված՝ օլիմպիական շարժման մեջ ծագում են հետևյալ հարցերը.

1. «Ի՞նչ անել» այնպիսի օլիմպիական շարժման հետ, որը ձևավորվել է կոմերցիոն և պրոֆեսիոնալացման հիմքերի վրա, արդյո՞ք պետք է այս շարժումը, ո՞րն է նրա սոցիալական նշանակությունը:

2. Անհրաժեշտ է արդյո՞ք ժամանակակից պայմաններում այլ սոցիալական շարժում, որի հիմնական նպատակաուղղվա-

ծուփյունն է ազդել իրականացնելու սպորտում և սպորտի միջոցով հումանիստական արժեքների կայունացմանը:

3. Հնարավոր է ընդհանրապես ժամանակակից հասարակությունում, որն ունի վառ արտահայտված նախընտրանքային-իրատեսական կողմնորոշում՝ ձևավորել հումանիստական սպորտային շարժում:

4. Որո՞նք են այն ձևավորելու հնարավոր տարբերակները:

Հեղինակի կողմից կատարված ուսումնասիրությունները թույլ են տալիս ներկայացնել հետևյալ գիտական հիմնավորված պատասխաններ [1]:

Անիրական է կատարել եզրակացություն, իբրև օլիմպիական շարժում, որի համար առաջնային են մարզական արդյունքները և նրա հետ կապված այլ իրատեսական արժեքները, և չեն կարող կատարել կարևոր սոցիալական գործառույթներ, հետևաբար, պետք է միայն քննադատել: Այս շարժումը համարժեք է ներկայիս սոցիալ-տնտեսական պայմաններին և այն իրավունք ունի գոյատևելու: Չնայած, որ օլիմպիական շարժումը կատարում է նաև որոշակի հումանիստական ներքաղաքական և արտաքին քաղաքական գործառույթներ: Սակայն, ուսումնասիրելով ժամանակակից օլիմպիական շարժման հումանիստական նշանակության որոշ ակցիաներ, տեսակետներում նշվում է, որ այն սխալմունք է, քանզի թաքցնում են իրականությունը՝ նրան տալով հումանիստական շարժման կարգավիճակ, այն կարող է օգտագործվել հակահումանիստական նպատակներով և այլն: Այսպիսի տեսակետները զարգանում են և պահանջվում է կազմակերպված միասնական լուծումներ,

հումանիստական սոցիալական շարժում: Օրինակ՝ «հումանիստական» առաքելության ձախողմանը զուգահեռ ստեղծվել են սոցիալական շարժման ուղղություններ՝ «Սպորտը բոլորի համար», «Ֆիթնես շարժում», «Սպորտային առողջարարական շարժում» և այլն, որոնք խնդիր են դրել իրականացնել սպորտի հումանիստական արժեքները: Այսինքն՝ օգտվում են ոչ թե բարձրակարգ սպորտից, այլ սպորտի գործունեության մյուս ձևերից՝ զանգվածային սպորտ, հասանելի սպորտ, վերականգնողական սպորտ և այլն: Այստեղ խնդիրը նրանում է, որ հումանիստական արժեքները ծրագրերում ներկայացված են ընդհանրացված կամ նշված չեն, բաց է թողնված անհատի և սոցիալական փոխհարաբերությունների վրա ազդող միջոցները և հնարավոր չէ բացահայտել հումանիստական արժեքների արդյունավետությունը: Այս իրավիճակներից ելնելով՝ առաջարկվում է փնտրել նոր տարբերակներ սպորտ-հումանիստական շարժում իրականացման համար, ի նկատի ունենալով գործող ըմբռնումների թույլ և անբավարար կողմերը [1]:

Ի.Յու. Սոկոլովան [2] ժամանակակից օլիմպիական շարժման խնդիրները ներկայացնելիս նշում է նոր օլիմպիական փիլիսոփայության մասին. այն է՝ պետք է նոր գիտականորեն հիմնավորված սպորտի մոդել, որը օլիմպիական գաղափարներին զուգահեռ կկողմնորոշի մարզիկներին դրսևորել գեղեցիկ վարքագիծ, գործողություններ և այլն:

Վ.Սիսուկը գտնում է, որ օլիմպիական շարժման խնդիրները պետք է քննարկվեն համաշխարհային լիդերների մակարդակով: Նշել է օլիմպիական շարժման աճող կոմերցիան, որը կապված է օլիմպիադաների ծրագրերի «ուռճացմամբ», որոնք

կհանգենցնեն միաբևեռացման և գտնվում են «ստվերային բիզնեսի վերահսկման ներքո», այսինքն՝ ձևավորվում է օլիմպիական «իմպերիա», իսկ պետությունների համար օլիմպիական շարժմանը մասնակցելը գտնվում է ռազմավարության առաջնային հարթակում [3]:

ՄՕԿ-ի նախագահներ՝ Խ.Սամարանչը, Ժ.Ռոգեն, Թ.Բախը գտնում են, որ պետք է վերաիմաստավորել օլիմպիական շարժման գաղափարների [4] խորքայնությունը, սակայն ընդհանուր ՄՕԿ-ի պահպանողականությունը թույլ չի տալիս կատարել խիզախ որոշումներ: Այսինքն՝ կարելի է շեշտադրել Ստոյարովի այն տեսակետը, որ հումանիստական ուղղվածությունը նվազում է, և բարոյաէթիկական նախադրյալներն արդեն իրական չեն, առաջնորդող չեն, քանզի ՄՕԿ-ում առկա կարծրատիպերն արդեն իսկ օլիմպիական շարժման մեջ ստեղծել են խնդիրներ:

**Եզրակացություն:** Ժամանակակից սպորտում և ժամանակակից հասարակությունում հումանիստական շարժման լիարժեք լուծումները հնարավոր են երկու շարժման մակարդակում՝ բարձրակարգ սպորտ, սոցիալական միջավայր: Սպորտային շարժման հումանիստական ծրագրեր և ըմբռնումներ ասելով՝ պետք է ի նկատի ունենան ժամանակակից մարդկանց հետաքրքրություններին և պահանջումներին համարժեք նպատակային սահմանումներ, որով կկողմնորոշվեն սպորտային գործունեության մասնակիցները: Առաջադրվում է երկու տարբեր, նույնիսկ իրար հակասող նպատակային պայմաններ, որով կարող են կողմնորոշվել սպորտային գործունեության



մասնակիցները և ժամանցային գործունեությունում ընդգրկվածները.

- առավելագույն մարզական արդյունքների նվաճում՝ հիմնված սպորտային վարպետության առավելագույն մակարդակի վրա:
- առողջացում, հնարավոր ակտիվություն, ստեղծագործական հանգիստ, այլ մարդկանց և բնության հետ շփումներ և այլն:

### 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Столяров В.И., Проблемы и перспективы спортивного гуманистического движения в связи с крахом «гуманистической миссии» современного олимпийского движения, научная статья, 2020, 6 стр., [stolyarov@mail.ru](mailto:stolyarov@mail.ru)

2. Соколова И.Ю., Анализ проблемы олимпийского спорта в настоящее время, научная статья, Вологда, 2020, 4 стр.

3. Сысоев В., Кавалер олимпийского ордена, интервью РИА новости, 2020.

4. Олимпийская хартия.

**ԽԱՂԸ՝ ՈՐՊԵՍ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ԵՎ  
ԴՊՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ  
ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԵՆՔԱՅԻՆ ՄԻՋՈՑ**

*ՄՄ ֆակուլտետ, ՀՀ Շահիճյանի անվան  
մարմնամարզության, սպորտային պարերի,  
գեղասահքի և շախմատի ամբիոն,  
մագիստրանտ Լիլիթ Մկրտչյան,  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., պրոֆեսոր Ն.Սելումյան*

**Առանցքային բառեր:** Օլիմպիզմ, զինադադար, միջ, փիլիսոփայություն, հանդուրժողականություն, կոսմոպոլիզմ, արդար խաղ, պարադոքս:

**Հետազոտության արդիականություն:** Վերոնշյալ թեման առաջադրվում և դրա շուրջ հետազոտություն է կատարվում առաջին անգամ: Այն իր ուրույն տեղն է գտել օլիմպիական դաստիարակության մեջ:

**Հետազոտության նպատակն է՝** խաղը ներկայացնել որպես օլիմպիական դաստիարակության հենքային միջոց:

**Հետազոտության խնդիրներն են՝**

1. օլիմպիական գաղափարների տարածում,
2. սպորտի ընդլայնումը մանկապատանեկան շրջանում:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:**

Հետազոտության ընթացքում կիրառվել են ստորև ներկայացված մեթոդները՝

- գրական աղբյուրների ուսումնասիրում և վերլուծություն,

- հարցումներ,
- զրույցներ:

Հետազոտությունները կազմակերպվել և անցկացվել են Օհանյան կրթահամալիրում, N 69, 66, 132, 21, 38, 20, 10, 116, 179 հանրակրթական դպրոցներում, Սուլակի միջնակարգ դպրոցում, Ապարանի Ֆիզմաթ ավագ դպրոցում, ինչպես նաև՝ Հրանտ Շահինյանի անվան սպորտային, գեղարվեստական մարմնամարզության և ակրոբատիկայի օլիմպիական մանկապատանեկան մարզադպրոցում, Շենգավիթ վարչական շրջանի ակրոբատիկայի և գեղարվեստական մարմնամարզության մանկապատանեկան մարզադպրոցում, Ապարան համայնքի մանկապատանեկան մարզադպրոցում:

Օլիմպիական խաղաղության սկզբունքներից մեկը հետևյալն է. <<Մենք կարող ենք հարգել միմյանց տարբերությունները>>:

2020թ. ամռանը կազմակերպել են բակային խաղմրցույթ: Օլիմպիական գաղափարախոսության մասսայականացման իմ մշակած ծրագիրը ներառում էր բակային խաղմրցույթ և զրույցներ երեխաների հետ: Երեխաները ստացել են նաև որոշ հանձնարարություններ:

Միջոցառումն անցկացվել է Շենգավիթ վարչական շրջանի բակերում, մասնակցել են շուրջ 40 երեխա (համաճարակով պայմանավորված):

Այս մասին հրատարակվել է Միջազգային օլիմպիական ակադեմիայի (ՄՕԱ) ամսագրում և իրենց ինստագրամյան պաշտոնական էջում, որի ասոցիացիայի անդամ եմ:

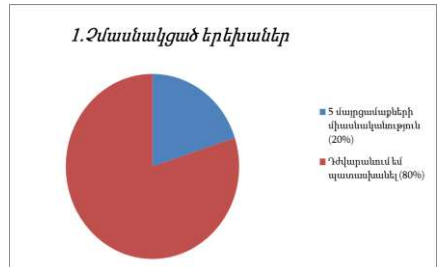
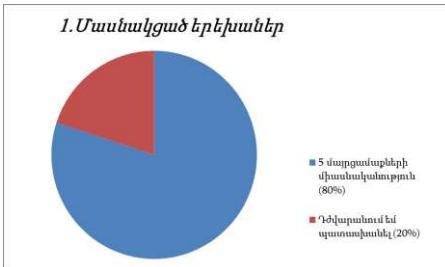
Միջոցառմանը մասնակցել են ոչ միայն սպորտով զբաղվող երեխաները, այլև՝ չզբաղվողները:

Հարցման մասնակիցների թիվը՝ 20-ն է (10-ը միջոցառման մասնակից, 10-ը չմասնակցած երեխաներ), տարիքը՝ 5-12 տարեկան:

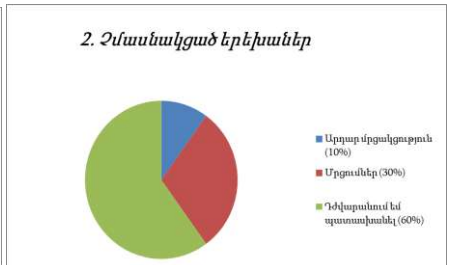
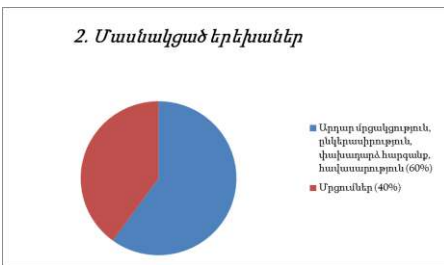
Նպատակն էր՝ պարզել՝ արդյո՞ք միջոցառումն օգնեց երեխաներին պատկերացում կազմել օլիմպիական խաղերի և նրա գաղափարախոսության մասին:

### Միջոցառմանը մասնակցած երեխաների հարցման վերլուծություն

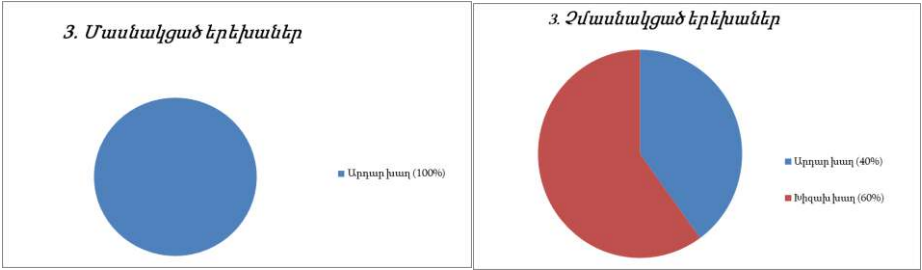
#### 1. Ի՞նչ է խորհրդանշում 5 օղերով նշանը:



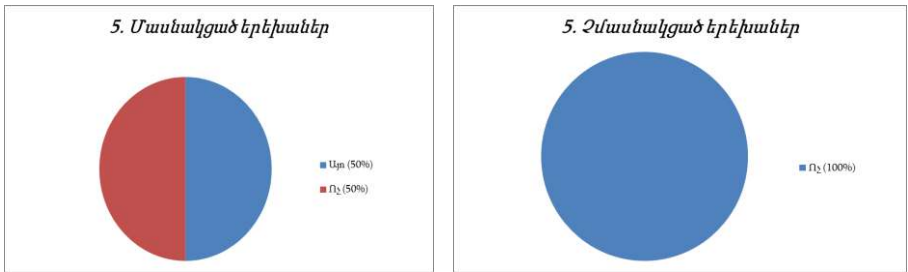
#### 2. Ի՞նչ էք հասկանում Օլիմպիական խաղեր ասելով:



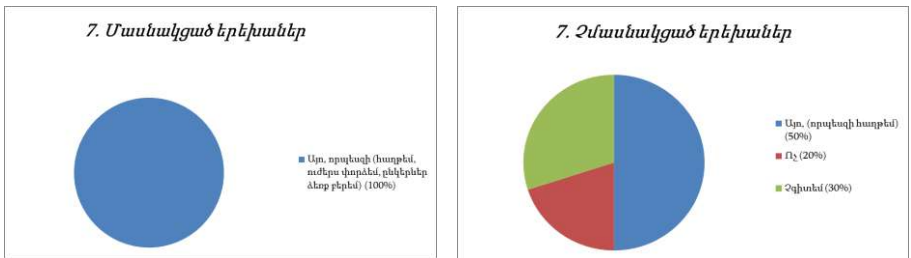
**3.Օլիմպիական խաղերը բնութագրվում են որպես մրցումներ մարզիկների՝, թե՛ իրենց երկրների միջև:**



**4.Ծանո՞թ եք Օլիմպիական խաղերի ստեղծման պատմությանը:**



**5.Կցանկանա՞ք մասնակցել Օլիմպիական խաղերին և ինչու՞:**



Ամփոփելով ստացված արդյունքները՝ կարելի է նշել, որ մասնակից երեխաները՝ բացի մրցումներից, օլիմպիական խաղեր ասելով հասկանում են փոխադարձ հարգանք, ընկերասիրություն, հավասարություն և արդար մրցակցություն: Նրանք պատկերացում ունեն այն մասին, որ մարզիկները ներկայացնում են իրենց երկրները, սակայն օլիմպիական խաղերը մրցումներ են ոչ թե երկրների, այլ մարզիկների միջև:

Միջոցառմանը չմասնակցած երեխաները տեղյակ չէին օլիմպիական խաղերի ստեղծման պատմությանը, իսկ մասնակից երեխաների կեսն էին յուրացրել: Բոլորը կարողացան թվարկել մարզաձևերի անուններ:

Մասնակից երեխաները ցանկություն ունեին մասնակցել օլիմպիական խաղերին, իսկ չմասնակցածները կասկածանքով էին պատասխանում այդ հարցին:

**Եզրակացություն:** 1. Օլիմպիական խաղերն ապահովում են խաղաղ համագործակցություն՝ կարևորելով փոխադարձ հարգանքը, ընկերասիրությունը, հանդուրժողականությունը:

2. Օլիմպիզմը նպաստում է սպորտի միջոցով ավելի լավ և խաղաղ աշխարհի ձևավորմանը:

3. Կազմակերպված միջոցառման արդյունքում մասնակիցները մեծ ցանկություն ունեցան այդ գաղափարների կրողը լինել:

## 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Իսպիրյան Մ.Ս., Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի սպորտի պատմություն, Երևան, 2002, 284 էջ:

2. Իսպիրյան Մ.Ա., Օլիմպիական շարժումը և հայերը, Երևան, 1998:

3. Մարտիրոսյան Վ., Օլիմպիական կրակի շուրջ, Երևան, 1973:

4. Konstantinos Georgiadis – Angelos Syrigos “Olympic Truce, Sport as a platform for Peace” (2009), Athens. [30]

---

**ԲԱԺԻՆ 2. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ  
ՍՊՈՐՏԻ ՍՈՑԻԱԼ-ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ,  
ՊԱՏՄԱՄՇԱԿՈՒԹԱՅԻՆ  
ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ**

---

**ՊԱՏԱՆԻ ՖՈՒՏԲՈԼԻՍՏՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՎԱ-  
ԾՈՒԹՅԱՆ ԴԻՆԱՄԻԿԱՆ ՄԱՐԶՄԱՆ ՏԱՐԵԿԱՆ  
ՑԻԿԼՈՒՄ**

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ֆուտբոլի ամբիոն,  
3-րդ կուրս, Անյուրա Գալստյան  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., պրոֆեսոր Ս.Հակոբյան*

**Առանցքային բառեր:** Պատրաստվածություն, դինամիկա, օրինակելի ցիկլ, տեխնիկատակտիկական, փորձարարական, ստուգողական:

**Հետազոտության արդիականություն:** Ֆուտբոլն ուշադրություն է գրավում գնդակով գործողությունների բազմազանությամբ, տակտիկական անսպասելի քայլերով, մրցակից թիմի պատրաստականության հաղթահարմամբ, գեղեցիկ հարվածներով և, իհարկե, դարպասի գրավմամբ:

Ժամանակակից ֆուտբոլը տարեցտարի փոխում է իր խաղային ձեռագիրը: Վերջին տասնամյակներում նկատվում է խաղի լարվածության աճ, ինչը դրսևորվում է խաղի տեմպի բարձրացմամբ, առանց գնդակի տեղաշարժերի թվի ավելացմամբ, ինչպես նաև տեխնիկական հնարքների կատարման



արագության մեծացմամբ: Այս ամենը յուրովի պահանջներ է ներկայացնում թիմի և նրա անդամների պատրաստվածությանը: Այդ իսկ պատճառով, պատանի ֆուտբոլիստների համակողմանի պատրաստվածությունն այն ոլորտն է, որը հնարավորություն է ընձեռում հետագա մարզական նվաճումների համար:

Արտասահմանյան և հայրենական շատ հեղինակներ են իրենց ուշադրությունը բևեռել են այս հիմնահարցի պարզաբանմանը և ուսումնասիրություններին [1, 2, 3, 4, 5]:

Ապացուցված է, որ պատանեկան հասակում է տեղի ունենում շարժողական ընդունակությունների, տեխնիկական գործողությունների զգալի աճ, ուստի այս գործընթացի վրա նպատակաուղղված մանկավարժական ներգործությունը դառնում է հրատապ:

**Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրել պատանի ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը և մշակել հատուկ մոդել այն բարելավելու ուղղությամբ, միաժամանակ ուսումնասիրել մրցակցական խաղերում տեխնիկատակտիկական գործողությունների արդյունավետությունը:

**Հետազոտության խնդիրները:** 1. Ուսումնասիրել պատանի ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստվածության դինամիկական շուրջտարյա մարզման ընթացքում:

2. Մրցակցական հանդիպումներում ուսումնասիրել և համեմատական վերլուծության ենթարկել տեխնիկատակտիկական գործողությունների քանակական և որակական կողմերը:

3. Մշակել մարզական ծրագրեր ու առաջադրանքներ, որոնք նպաստելու են համակողմանի ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավմանը:

4. Ստացված արդյունքների համեմատական վերլուծություն:

#### **Հետազոտության մեթոդներն են՝**

1. գրական աղբյուրների ուսումնասիրություն և վերլուծություն,

2. մանկավարժական դիտում,

3. մանկավարժական գիտափորձ:

4. արդյունքների մաթեմատիկական և վիճակագրության վերլուծություն:

**Հետազոտության վարկածը:** Ենթադրվում է, որ մեր կողմից մշակված առաջադրանքները և ծրագրերը կնպաստեն պատանի ֆուտբոլիստների համակողմանի պատրաստվածության հետագա բարելավմանը:

#### **Հետազոտության կազմակերպումը և քանակակազմը:**

Հետազոտությունները, մանկավարժական գիտափորձը, մրցակցական հանդիպումներում տեխնիկատակտիկական գործողությունների (SSԳ) մանկավարժական դիտարկումներն անցկացվել են օգոստոս-սեպտեմբեր 2021 թվականից մինչև 2022 թ. ապրիլը ներառյալ: Հետազոտություններում ներառել ենք «Փյունիկ» ՖԱ-ի 1-09-ը՝ որպես փորձարարական խումբ, իսկ 2-09-ը՝ որպես ստուգողական խումբ, ընդհանուր՝ 40 ֆուտբոլիստ:

Հետազոտությունն անցկացրել ենք 3 փուլով: Առաջին փուլում՝ 2021-ի օգոստոս-սեպտեմբերին ուսումնասիրել և վեր-

լուծել ենք ինչպես արտասահմանյան, այնպես էլ հայրենական հեղինակների աշխատությունները:

Երկրորդ փուլում՝ 2021թ. սեպտեմբեր-հոկտեմբերին անցկացրել ենք պատանի ֆուտբոլիստների շարժողական ընդունակությունների մակարդակի նախնական գնահատում (ստուգողական նորմատիվների ընդունում) և գիտափորձի ներդրում՝ ուսումնամարզական գործընթացում:

Երրորդ փուլում՝ 2022-ի մարտ-ապրիլին անցկացրել ենք վերջնական ստուգողական նորմատիվների ընդունում, կատարել ենք համեմատական վերլուծություն և տվել կատարված գիտափորձի արդյունքների գնահատական:

Տվյալ ժամանակահատվածում գիտափորձին զուգահեռ, մանկավարժական դիտման մեթոդով ուսումնասիրվել և վերլուծվել է պատանի ֆուտբոլիստների մասնակցությամբ մրցակցական խաղերում նրանց կողմից կատարված տեխնիկատակտիկական գործողությունները և տրվել քանակական և որակական գնահատական:

Գիտափորձի ընթացքում ստուգողական խումբն ուսումնամարզական գործընթացն անցկացրել է պլանավորված ծրագրին համապատասխան՝ շաբաթական ցիկլում՝ 4 պարապմունք, մեկ խաղ, ընդհանուր՝ 385 ժամ բեռնվածությամբ, յուրաքանչյուր պարապմունք 70 րոպե տևողությամբ:

Իսկ փորձարարական խմբում մենք առաջարկել ենք շաբաթական ցիկլում 5 պարապմունք և մեկ խաղ, յուրաքանչյուր պարապմունք 80-90 րոպե տևողության և շուրջտարյա 440-480 ժամ ընդհանուր բեռնվածությամբ:

Յուրաքանչյուր ստուգողական վարժության կատարման համար տրվել է երկու փորձ, արձանագրվել է լավագույն արդյունք, որն ամփոփված է 1-ին և 2-րդ աղյուսակներում:

**Ստացված արդյունքների վերլուծություն**

Աղյուսակ 1 .

**Առաջին նախնական փուլի ֆիզիկական պատրաստվածության միջին արդյունքները**

	Խմբեր					
		Վազք 10 մ վրկ/ /վրկ/	Վազք 30 մ /վրկ/ /վրկ/	Հեռա- ցատկ տեղից /սմ/ /սմ/	Գնդակի վարում 30մ /վրկ/ /վրկ/	Գնդակի վարում 5x30մ /վրկ/ /վրկ/
<b>1</b>	Փորձարարական	1,9 ± 0,1	4,8 ± 0,1	205 ± 10	5,6 ± 0,2	30,0 ± 0,2
<b>2</b>	Ստուգողական	1,95±0,1	4,9±0,15	200 ± 15	5,7 ± 0,2	31,0 ± 0,2

Աղյուսակ 2 .

**Երկրորդ փորձարկման արդյունքների ամփոփում**

	Խմբեր					
		Վազք 10 մ վրկ/ /վրկ/	Վազք 30 մ /վրկ/ /վրկ/	Հեռա- ցատկ տեղից /սմ/ /սմ/	Գնդակի վարում 30մ /վրկ/ /վրկ/	Գնդակի վարում 5x30մ /վրկ/ /վրկ/
<b>1</b>	Փորձարարական	1,8±0,15	4,7 ± 1,0	208 ± 10	5,5 ± 1,0	28,5 ± 0,2
<b>2</b>	Ստուգողական	1,9 ± 2	4,8 ± 1,0	202 ± 10	5,6 ± 1,1	30,0 ± 2

Գիտափորձի արդյունքների համեմատական վերլուծությունից պարզ է դառնում, որ և՛ փորձարարական, և՛ ստուգողական խմբերում պատանի ֆուտբոլիստների պատրաստվա-

ծության դինամիկան նկատելի է, սակայն փորձարարական խմբում արդյունքների աճն ավելի ցայտուն է:

Վերը նշված մանկավարժական գիտափորձրց ստացված արդյունքներն ամբողջական պատկերացում չէին կարող տալ, առանց պատանի ֆուտբոլիստների կողմից մրցակցական խաղերում կատարած տեխնիկատակտիկական գործողությունների դիտարկումների և քննարկումների: Ուստի, 2021–ի հոկտեմբերին և 2022–ի ապրիլին մեր կողմից մանկավարժական դիտում անցկացվեց «Փյունիկ» 1-09 թիմի մասնակցությամբ՝ 5 խաղերի ընթացքում:

Հետազոտել ենք պաշտպանական, կիսապաշտպանական և հարձակողական գծի համեմատաբար բարձր պատրաստվածություն ունեցող ֆուտբոլիստների տեխնիկատակտիկական գործողությունները:

Մանկավարժական դիտման համար մշակվել է հատուկ քարտ, կատարված դրական գործողությունները նշել ենք + նշանով, խտտանը՝ - նշանով:

Պատանի ֆուտբոլիստների խաղերում կատարած տեխնիկատակտիկական գործողությունների քանակական և որակական գնահատական տալուց զատ, անհրաժեշտ է շեշտել նրանց օգտակար գործողությունների տոկոսային ցուցանիշները, որոնք տատանվել են 79,5-90,7%-ի սահմաններում: Դրանք բավականին բարձր արդյունքներ են և համահունչ են արտասահմանյան երկրների իրենց հասակակից պատանիների արդյունքներին:

**13-14 տարեկան պատանի ֆուտբոլիստների ուսումնամարզական գործընթացի պլանավորման օրինակելի գրաֆիկ**

Բովանդակություն	Նախապատրաստական շրջան							Մրցակցական շրջան				Անցման շրջան	Ընդամենը ժամառամանկ
	հունվար	փետրվար	մարտ	ապրիլ	մայիս	հունիս	հուլիս	օգոստոս	սեպտեմբեր	հոկտեմբեր	նոյեմբեր	դեկտեմբեր	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
I Տեսական պարապմունք	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	5	38
II Գործնական պարապմունք													
1. Ընդհանուր ֆիզիկական պատ.	20	8	6	4	6	6	6	6	4	8	20	20	114
2. Հատուկ ֆիզիկական պատ.	6	14	8	6	6	6	6	6	4	6	6	6	80
3. Տեխնիկական պատրաստություն	18	18	24	24	24	24	24	24	24	24	18	18	114
4. Տակտիկական պատրաստություն	8	12	14	16	16	16	16	16	16	14	6	6	156
5. Ուսումնամարզական խաղեր	2	4	6	6	4	4	4	6	6	4	2	2	50
6. Ստուգողական խաղեր և մրցումներ	2	2	4	4	6	4	4	4	6	4	2	2	44
7. Հրահանգիչ և մրցավարական պրակ.	2	2			1	1				1	1	2	10
8. Ընթացիկ և ստուգ. նորմատիվ. հանձն.	4			2			2		2		2		12
9. Վերականգնման միջոցառումներ	Ժամացանցից դուրս												
Գործն. պարապմունք. ընդ. ժամաք.	62	60	62	62	63	61	62	62	62	61	57	56	730
Ընդամենը ժամաքանակը	65	63	65	65	65	63	65	65	65	65	61	61	768

Ելնելով մանկավարժական գիտափորձի, տեխնիկատակտիկական գործողությունների հետազոտությունից և վերլուծությունից՝ առաջարկել ենք պատանի ֆուտբոլիստների շուրջտարյա պատրաստվածության օրինակելի գրաֆիկ (աղյուսակ 3):

### **Եզրակացություն.**

1. Մանկավարժական գիտափորձի արդյունքների դիմադրական պայմանավորված է մի շարք գործոններով.

- մեր կողմից առաջարկված ուսումնամարզական գործընթացի ծրագրավորմամբ,

- համապատասխան միջոցների ճիշտ ընտրության և դրանց չափաբաժինների ժամանակի ճիշտ կիրառմամբ,

- մշակել և ներդրել ենք նախապատրաստական և մրցակցական շրջանների մարզական մոդել՝ մեթոդների համատեղելիության արդյունավետ կիրառմամբ,

- տարիքային առանձնահատկություններով և օրգանիզմի զարգացման օրինաչափություններով:

2. Տեխնիկատակտիկական գործողությունների քանակական և որակական վերլուծությունից պարզ դարձավ, որ հետազոտված պատանի ֆուտբոլիստների ընդհանուր պատրաստվածության մակարդակը բարձր է, ինչով և պայմանավորված են արդյունավետության բարձր ցուցանիշները:

### **📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Գրիգորյան Ա.Ա., Պատանի ֆուտբոլիստների պարապմունքների կազմակերպման առանձնահատկությունները, Մենագրություն, Երևան, 2005, 84 էջ:

2. Հակոբյան Ս.Ս., Ֆուտբոլ, Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Երևան, 2009, 319 էջ:
3. Ղազարյան Ֆ.Գ., Պատանի մարզիկների պատրաստության հիմունքները, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 1988, էջ 104:
4. Նիկոյան Մ.Է. Պատանի ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստության առանձնահատկությունները, Երևան, 2015, էջ 112:
5. Гриндлер К.,Хеммо Н., Палке Х. – Физическая подготовка футболистов. М., ФиС, 1976, ст. 346



**ՍՊՈՐՏԻ ԴԵՐՆ ՈՒ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ  
ՈՍՏԻԿԱՆՆԵՐԻ ԱՇԽԱՏՈՒՆԱԿՈՒԹՅԱՆ  
ԲԱՐՁՐԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ**

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ըմբշամարտի և արևելյան  
մարզաձևերի ամբիոն, 4-րդ կուրս, Վարդան Խոցանյան  
Գիտական ղեկավար՝ ասիստենտ Կ. Քոչարյան*

**Առանցքային բառեր:** Ոստիկանություն, աշխատունակության բարձրացում, սպորտ, միջազգային փորձի ուսումնասիրություն, հասարակական կարգ, հասարակության անվտանգություն:

**Հետազոտության արդիականություն:** Մեր օրերում ոստիկանությունը մեծ դեր ունի հասարակական կարգի պահպանման, հասարակական անվտանգության ապահովման, հանցագործությունների և վարչական իրավախախտումների նախականիման, կանխման և խափանման գործում: Այս ամենը իրականացնելու համար մասնագիտական գիտելիքներից և նորմատիվ իրավական ակտերին տիրապետելուց զատ, հարկավոր է նաև ֆիզիկապես պատրաստված լինել՝ տիրապետել ձեռնամարտի տարբեր հնարքների, տարբեր մարտարվեստների, այսինքն՝ զբաղվել սեփական ֆիզիկական պատրաստվածությամբ՝ սպորտով: Նշեմ, որ ոստիկանությունում ներկայումս ծառայողներից շատերն ավարտել են Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտը. ոստիկանությունն էլ իր հերթին բավական մեծ ուշադրություն է դարձնում սպորտին, ծառայողների ֆիզիկական

պատրաստվածությանը: Շաբաթվա ընթացքում անցկացվում են մարզումներ, ինչպես նաև կազմակերպվում է ամենամյա մրցաշարեր տարբեր մարզաձևերից՝ վոլեյբոլ, ֆուտբոլ, սեղանի թենիս և այլն: Ոստիկանության կրթահամալիրն ունի ֆիզիկական պատրաստության ամբիոն, որն էլ իր հերթին զբաղվում է կրթահամալիրում սովորողների ֆիզիկական պատրաստվածությամբ և առողջ ապրելակերպով: Հայաստանի Հանրապետության ոստիկանությունում ծառայության անցնելու համար հարկավոր է հանձնել մի շարք քննություններ, այդ թվում նաև՝ ֆիզիկական պատրաստությունից, մասնավորապես՝ արական սեռի ներկայացուցիչների համար վազք՝ 1000 և 100 մետր, ձգումներ պտտածողի վրա, իսկ իգական սեռի ներկայացուցիչների համար վազք՝ 1000 և 100 մետր, գետնից հրումներ: Այս քննությունները հանձնելուց հետո միայն հնարավոր է ոստիկանությունում անցնել ծառայության:

**Հետազոտության նպատակը և խնդիրները:** Ուսումնասիրելով օտարերկրյա պետությունների ոստիկանական համակարգերում ֆիզիկական պատրաստվածության վիճակը՝ նրանց առօրյայում սպորտի մասնաբաժնի չափաքանակը՝ այդ ամենը փորձել ներդնել ՀՀ բոլոր ուժային կառույցներում՝ այս կերպ լուծելով ուժային կառույցների աշխատակիցների առջև դրված ֆիզիկական պատրաստվածության պարտադիր պահանջների խնդիրները:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Հետազոտության մեթոդներն են՝ գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրում և վերլուծում, անցկացնել համեմատականներ տարբեր երկրների ոստիկանական համակարգերի ֆի-

զիկական պատրաստվածության և սպորտային պարապմունքների միջև:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Հետազոտության արդյունքում ուսումնասիրեցինք տարբեր երկրների ոստիկանական համակարգերի սպորտային առօրյան: Այսպես՝ ԱՄՆ-ի ոստիկանությունում շատ մեծ տեղ են հատկացնում սպորտին, առողջ ապրելակերպին:

Կալիֆորնիա նահանգում 1967 թվականին սկսեցին անցկացնել առաջին ոստիկանական օլիմպիադաները (մրցույթները), որոնք ժամանակի ընթացքում բազմիցս անվանափոխվեցին, սակայն գաղափարը նույնն էր՝ սպորտի և առողջ ապրելակերպի խթանումը: Ուսումնասիրեցինք նաև Ռուսաստանի Դաշնության ոստիկանական համակարգի սպորտային առօրյան, ինչի արդյունքում պարզ դարձավ, որ ՌԴ-ի ոստիկանական համակարգում նույնպես մեծ ժամանակ են հատկացնում սպորտին, սպորտային առօրյային և առողջ ապրելակերպին: Դեռ նախորդ դարի կեսից առօրյա սպորտային պատրաստվածությունից զատ, պետական կառավարման համակարգի մարմինների միջև անցկացվում են տարբեր տեսակի սպորտային միջոցառումներ, ինչին ընդգրկված է նաև ոստիկանությունը: ՌԴ-ի ոստիկանությունն իր մասնակցությունն է ունենում նաև Եվրոպական ոստիկանական սպորտային կոնֆերանսներին: Ուսումնասիրեցինք նաև Մեծ Բրիտանիայի ոստիկանական համակարգի սպորտային ակտիվությունը: Մեծ Բրիտանիայի ոստիկանության սպորտի պատմության մեջ իր դերն է ունեցել Բրայն Ռոլինգսը, որն իր հողվածներից մեկում պատմում էր, թե ինչպես է սպորտը սկսել արդիականանալ

Մեծ Բրիտանիայի ոստիկանությունում, ոստիականական համակարգ իր նորամուտի մասին: Դեռ 1953 թվականին Ռոլինգսը՝ որպես ուսանող, ոստիկանությունում բազմաթիվ միջոցներ է ձեռնարկել՝ ընդգծելու ոստիկանական համակարգերում սպորտի, ֆիզիկական պատրաստվածության, առողջ ապրելակերպի դերը: Լինելով դպրոցական և նույն ժամանակ նաև մարզիկ՝ նա գտնում էր, որ հենց սպորտն է եղել այն գրավականը, որն իրեն օգնել է ոստիկանությունում անցնել ծառայության: Դեռ այն ժամանակ գտնում էին, որ լավ մարզիկը կարող է լավ ոստիկան դառնալ, հետևաբար, ընդունելություններին առաջնահերթություն էին տալիս ֆիզիկապես լավ պատրաստված կադրերին: Հետագայում նաև սկսեցին մեծ միջոցներ հատկացնել մարզադաշտերի, սպորտային համալիրների կառուցման համար, որպեսզի ոստիկանները կարողանան ծառայությունից զատ ժամանակ տրամադրել իրենց ֆիզիկական պատրաստվածությանը: Սպորտային ոստիկանության Բրեդֆորդի ակումբի շնորհիվ ստեղծվեց Մեծ Բրիտանիայի «Ոստիկանության սպորտի պետական ասոցացիան», որն էլ ժամանակի ընթացքում անվանափոխվելով մինչ այսօր ապահովում է Մեծ Բրիտանիայի ոստիկանության սպորտային առօրյան: Եվրոպական ոստիկանության սպորտային ասոցացիան (USPE) ստեղծվել է Փարզում՝ 1950 թվականի նոյեմբերի 30-ին 10 եվրոպական երկրների կողմից, որոնք էին՝ Բելգիան, Դանիան, Ֆրանսիան, Ֆինլանդիան, Մեծ Բրիտանիան, Լյուքսեմբուրգը, Նիդերլանդները, Նորվեգիան, Շվեդիան և Շվեյցարիան: Անդամների թիվը ժամանակի ընթացքում աճում էր, և այժմ միությունը կազմված է 38 եվրոպական երկրներից: Այս

միության բուն նպատակը սպորտի մասսայականացումն է ոստիկանությունում: Union Sportive des Polices d'Europe (USPE)-անցկացնում է տարբեր մարզաձևերից Եվրոպայի առաջնություններ մի շարք երկրների ոստիկանությունների միջև, օրինակ՝ բասկետբոլ, հանդբոլ, աթլետիկա, ըմբշամարտ, հեծանվասպորտ և այլն: 1951-ից 2015 թվականները եվրոպական ոստիկանությունների միության կազմում անցկացվել է շուրջ 192 Եվրոպայի առաջնություն՝ տարբեր մարզաձևերից (Union Sportive des Polices d'Europe (USPE): Նույն կառույցը նաև միջոցներ է ձեռնարկում մեծ թվով ոստիկան կանանց ներգրավելու սպորտում, այդ իսկ պատճառով մրցույթներն անցկացվում են ինչպես տղամարդկանց, այնպես էլ կանանց համար: Յուրաքանչյուր երկու տարին մեկ Union Sportive des Polices d'Europe (USPE)-ն անցկացնում է Եվրոպայի ոստիկանության սպորտային կոնֆերանս, որը շատ մեծ դեր է խաղում երկրների միջև փոխհամագործակցության զարգացման և սպորտի մասսայականացման գործում: Ուսումնասիրել ենք նաև Վրաստանի ոստիկանական համակարգի սպորտային առօրյան: Բացահայտեցինք, որ Վրաստանը նույնպես մեծ տեղ է հատկացնում ոստիկանների սպորտային ակտիվությանը, ֆիզիկական պատրաստվածությանը և առողջ ապրելակերպին, տարբեր խթանիչ միջոցներ է ձեռնարկում սպորտը ոստիկանությունում ավելի մասսայականացնելու ուղղությամբ, այն է՝ անցկացվում են ստորաբաժանումների կազմով սպորտային մարզումներ: Տարվա կտրվածքով սպորտային միջոցառումներ են անցկացվում տարբեր մարզաձևերից: Լավագույնս հանդես եկողները արժանանում են պարգևների և խրա-

խուսանքների: Բազմաթիվ պաշտոնաթող ոստիկանների խոսքով ֆիզիկական պատրաստվածությունը մեծ դեր է խաղում հասարակական կարգի պահպանման և հասարակական անվտանգության ապահովման գործում, և պետք է բոլոր միջոցները ձեռնարկել ոստիկանական համակարգերում սպորտն էլ ավելի մասսայականացնելու համար:

**Եզրակացություն:** Ուսումնասիրության արդյունքում պարզ դարձավ, որ մի շարք եվրոպական երկրներ, Ամերկայի Միացյալ Նահանգները, Ռուսաստանի Դաշնությունը, Վրաստանը և նաև որոշ միջազգային կազմակերպություններ կարևորում են սպորտի մասսայականացումը ոստիկանական համակարգերում և տարբեր խթանիչ միջոցներ են ձեռնարկում սպորտի մասսայականացման համար՝ կազմակերպելով տարբեր տեսակի միջոցառումներ՝ սկսած երկրի ներսում տեղի ունեցողներից մինչև միջազգային մրցաշարեր, որոնք էլ իրենց հերթին ավելի են մեծացնում ոստիկանների հետաքրքրվածությունը սպորտի նկատմամբ, կառուցում են մարզադաշտեր, սպորտային համալիրներ՝ ոստիկանների սպորտային առօրյան կազմակերպելու համար:

Մրցաշարերին լավագույնս հանդես եկողներին խրախուսում և պարգևատրում են: Հետևություն անելով այս ամենից՝ եկանք եզրահանգման, որ Հայաստանի Հանրապետությունում նույնպես հարկավոր է ամենօրյա մարզումների, շաբաթական պարապմունքների, տարբեր սպորտային միջոցառումների, մրցույթների, ինչու ոչ նաև միջազգային հարթակներում հանդես գալու միջոցով ավելի մեծաթիվ ոստիկանների ներգրավել մեր ոստիկանության սպորտային առօրյայում:

Ոստիկանությունը մեծ դեր ունենալով մեր երկրի հասարակական կարգի պահպանման և հասարակական անվտանգության ապահովման գործում, պետք է կարևորի ֆիզիկական պատրաստվածությունը և առողջ ապրելակերպը:

### 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

- 1.Ղազարյան Ֆ. Գ., Սպորտային պատրաստության հիմունքները, Դասագիրք, Երևան, 1993, 213 էջ:
- 2.<https://www.nationalpal.org/>
- 3.<https://cpaf.org/about-uspfc/>
- 4.<https://www.theguardian.com/sport/2009/oct/18/fcm-vd-russia-police-football>
- 5.<https://www.teampolice.uk/about-us/history-of-police-sport/>
- 6.<https://www.uspe.org/ueberuns.php>

## ԿԱՆԱՆՑ ԸՆԴԳՐԿՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՐԱՏԵ ՄԱՐԶԱՁԵՎՈՒՄ. ԱՌԿԱ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ըմբշամարտի և արևելյան մարզաձևերի  
ամբիոն, 2-րդ կուրս, Նախայյա Համբարձումյան,  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., դոցենտ Ա. Հակոբյան*

**Առանցքային բառեր:** Կանայք, աղջիկներ, կարատե, առողջություն, կարծրատիպ, քարոզչություն:

**Հետազոտության արդիականություն:** Կանանց դերը բազմաթիվ բնագավառներում անհերքելի է: Սակայն կան ոլորտներ, որտեղ նրանց մասնակցությունը որոշ դեպքերում դեռևս վիճելի է, ինչպես, օրինակ՝ սպորտում: Կանանց ընդգրկվածությունը սպորտում երկար ժամանակ եղել է անընդունելի: Սակայն կանայք, երկար տարիներ, ինչպես տարբեր բնագավառներում, այնպես էլ սպորտում հավասարության հասնելու համար անզիջում պայքար են մղել: Նման պայքարի վառ օրինակ է կանանց ֆուտբոլի ճանաչելիության գործընթացը, քանզի պահանջվել է մոտ հարյուր տարի (սկսած 1865 թվականից), որպեսզի այն ընդունվի հասարակության կողմից: Կանանց մուտքը սպորտային ասպարեզ չի ընդունել նաև կարկառուն մտավորական, ժամանակակից Օլիմպիական խաղերի հիմնադիր Պիեռ դե Կուբերտենը: Սակայն այս մոտեցումը երկար կյանք չի ունեցել, քանի որ 1900 թվականին Փարիզում կայացած Օլիմպիական խաղերին մասնակից դարձան նաև կանայք: Պետք է խոստովանել, որ կանանց մասնակցությունը խաղերին երկար տարի-



ներ ի վեր կրում էր սիմվոլիկ բնույթ: Այդ միտումը տարիների ընթացքում էապես փոխվել է. 2012-ից կանայք հանդես են գալիս բոլոր մազաձևերում [1]:

Արդի ժամանակաշրջանում սպորտը դժվար է պատկերացնել առանց կանանց. նրանք իրենց գրավչությամբ, գեղեցկությամբ ու մրցակցային պայքար վարելու համառությամբ առանձնակի հմայք են հաղորդում մարզաշխարհին: Սպորտի շնորհիվ ավելի է բարձրանում կանանց ինքնագնահատականը և առաջնորդի որակներ են ստանում: Նրանք մարտահրավերներ են նետում իրենց ու աշխարհին, ցույց տալով, որ կարող են նաև սպորտային նվաճումներով փայլել:

Այսօր արդեն շատ մարզաձևերում կանանց մրցումները, ինչպես տղամարդկանցը, ոչ պակաս գրավիչ և լարված են անցնում: Կին մարզուհիների համեստ ձեռքբերումները երբեմն ավելի դրական արդյունք են տալիս ազգային սպորտին: Տարբեր երկրների կին մարզուհիները կարողանում են բարձր պահել իրենց պետության պատիվը՝ նվաճելով Աշխարհի և Եվրոպայի առաջնությունների չեմպիոնի տիտղոսներ, Օլիմպական խաղերի ոսկե մեդալներ: Հայ կանայք անմասն չեն մնացել նման հաջողություններից և իրենց հետքն են թողել հայկական սպորտի պատմության էջերում:

Ինչ վերաբերում է կարատե մարզաձևին, ապա կանանց առաջին պաշտոնական մրցաշարը կայացել է 1977 թվականին՝ Տոկիոյում, որին մասնակցել են 16 կին մարզուհիներ: Իսկ կարատե մարզաձևը՝ որպես օլիմպիական մարզաձև, առաջին անգամ ներկայացվել է 2021 թվականի օլիմպիական խաղերին:

Սպորտն ամրապնդում է կանանց առողջությունը, խթանում է ինքնակարգապահությունը, զարգացնում է ուժը, ճկունությունը, ճարպկությունը, դիմացկունությունը, աշխատունակությունը, սերմանում ինքնապաշտպանության, ինքնավստահության և հարգանքի արժեքներ [6]: Չնայած այս ամենին՝ կաննակ վիճելի հարցեր, քանզի, ըստ Օ. Ռիժենկոյի (2000) գիտական հետազոտությունների՝ մասնավորապես, թե ինչ ազդեցություն է թողնում սպորտը կանանց օրգանիզմի վրա, սակավաթիվ են, ո՛չ ամբողջական, և ո՛չ համոզիչ [6]: Այդ իսկ պատճառով այն հարցը, թե նպատակահարմա՞ր է արդյոք կանանց զբաղվել ոչ ավանդական, իրենց հարմար մարզաձևերով, դեռևս լիարժեք պարզաբանված չէ [7]: Միգուցե այս իրողությունը պատճառներից մեկն է, որ կանանց համար ոչ ավանդական համարվող մարզաձևերում, մասնավորապես՝ կարատեում, նրանց ընդգրկվածությունը գոհացուցիչ չէ:

Անհրաժեշտ է խոստովանել, որ պատճառներից մեկը նաև հասարակության մեջ գոյություն ունեցող կարծրատիպերն են, որոնց դեմ պայքարում մեծ տեղ պետք է գրավի ԶԼՄ-ների քարոզչությունը: Համաձայն ԱՄՆ-ում կատարված հետազոտությունների՝ սպորտային լուրերին հատկացվող հեռուստաթերի 92%-ը վերաբերվում է միայն տղամարդկանց, ամսագրերում ու թերթերում էլ լուրերի հարաբերակցությունը կազմում է 23:1: Գենդերային ամենամեծ տարբերություններից է նաև անհավասար աշխատավարձերն ու մրցանակային ֆոնդերը: Անհրաժեշտ է նշել, որ սպորտում՝ կանանց և տղամարդկանց միջև լիակատար հավասարության նշան դեռևս չկա: Հայաստանն այս առումով բացառություն չի կազմում, կանանց

սպորտը զգալիորեն զիջում է տղամարդկանց՝ մարզվողների թվաքանակով ու արդյունավետությամբ [1]:

Կարծրատիպերից է նաև ոչ միայն հասարակության, այլև ընտանիքի ոչ առաջադեմ հայացքները, որի վառ օրինակը ծանրամարտի Հայաստանի կանանց հավաքականի անդամ, բազմակի չեմպիոն, 2017 թվականի Եվրոպայի մեծահասակների առաջնության բրոնզե մեդալակիր Տաթև Հակոբյանի ընտանիքն է, որի, հատկապես մայրը դեմ էր դստեր մարզաձևի ընտրությանը [2]:

Կարծրատիպերի առկայության մասին վկայում է նաև Բաթի Վիլկինսոնը՝ Վադո Կայի Եվրոպայի ֆեդերացիայի փոխնախագահը: Ըստ վերջինիս՝ Մեծ Բրիտանիայում կարատե մարզաձևով զբաղվող աղջիկների թիվը հասնում է 30%-ի: Իսկ Հայաստանում քիչ աղջիկներ են զբաղվում այս մարզաձևով, որի հիմնական պատճառն այն է, որ կարատեն միայն արական սեռի ներկայացուցիչների համար է [4]:

Համաձայն որոշ հրապարակման՝ սպորտի վերաբերյալ կա խորը կարծրատիպ: Գոյություն ունեն սպորտի «առավել կանացի» տեսակներ, դրանցում առաջատար են ռիթմիկ մարմնամարզությունը, գեղասահքը և աթլետիկան: Եվ «սև ցուցակներ», որոնք որպես կանոն ներառում են ծանրամարտը, ֆուտբոլը, մարտարվեստը [3]:

Նման հայեցակետերը, փաստերը մտորումների, հարցականների տեղիք են տալիս: Վերջիններիս հստակեցումը պահանջում է գիտական հիմնավորում՝ հերքել կամ հաստատել վերոնշյալ կարծրատիպերը:

**Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրության նպատակն է բացահայտել՝ որքանով են կարծրատիպերը խոչընդոտում կանանց ընդգրկվածությանը կարատե մարզաձևով զբաղվելուն:

**Հետազոտության խնդիրներն են.**

1. Բացահայտել կարատե մարզաձևով զբաղվող աղջիկների քանակը:

2. Պարզաբանել աղջիկների՝ կարատե մարզաձևով զբաղվելու դրդապատճառները:

3. Պարզաբանել մարզիչների, ծնողների վերաբերմունքն աղջիկների՝ կարատե մարզաձևով զբաղվելու նպատակահարմարությանը:

4. Բացահայտել, թե ԶԼՄ-ում ինչպես է մեկնաբանվում աղջիկների մասնակցությունը կարատե մարզաձևում:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Աշխատանքի առջև դրված խնդիրները լուծելու նպատակով կիրառվել են հիմնահարցին վերաբերող գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրման, սոցիոլոգիական հարցման և մաթեմատիկական վիճակագրության մեթոդներ:

Սոցիոլոգիական հարցումը կազմակերպվել և իրականացվել է ք. Երևանում՝ 9 մարզիչների շրջանում: Հետազոտության մասնակցել են նաև կարատե մարզաձևով զբաղվող 11 մարզուհիներ և 21 քաղաքացիներ, որոնք դրսևորում էին որոշակի հետաքրքրություն՝ վերոնշյալ խնդրի շուրջ:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ուսումնասիրելով ՀՀ ԶԼՄ-ում, մամուլում զետեղված բավականին մեծ թվով նյութեր, որոնք վերաբերվում են կանանց կարատե

մարզաձևի խնդիրներին, երբ այն ներդրվել և զարգացել է Հայաստանում, մենք բացահայտեցինք, որ վիճակագրական տվյալները, մեկնաբանությունները, վերլուծությունները, կարատե մարզաձևի զարգացումը և դրան նպաստող կամ խոչընդոտող գործոնները ներկայացված են չափազանց աննշան: Նման մոտեցումը կարելի է համարել ոչ հեռատես, մեծ խոչընդոտ այս մարզաձևի պրոպագանդման և զարգացման գործում: Վերջիններս, մեր կարծիքով, պատճառներից մեկն է, որ այն Հայաստանում մասսայականություն և վերելք չի ապրում:

Ուսումնասիրելով սոցիոլոգիական հարցման տվյալները կարատե մարզաձևով պարապող մարզուհիների շրջանում և նպատակ ունենալով բացահայտել այս մարզաձևի ոչ արդյունավետ զարգացման պատճառները՝ մենք բացահայտեցինք որոշ օրինաչափություններ՝ հետաքրքրող հարցերի շուրջ:

Հարցաթերթիկային հարցմանը մասնակցած մարզուհիների 91%-ն ունեին բավականին մեծ մարզական ստաժ՝ միջինը 10-ը տարի և բարձր սպորտային որակավորում, սև գոտի 1-ին դան՝ 64%-ը: Կարատեով զբաղվող աղջիկների 82%-ը նշել էին, որ այս մարզաձևով զբաղվելու որոշում կայացնելիս՝ քննադատվել են ընկերների, բարեկամների և, ընդհանրապես շրջապատի կողմից: Վերջիններիս նման դիրքորոշումը՝ ըստ 82%-ի, հիմնավորվել է նրանով, որ կարատեն աղջիկների մարզաձև չէ: Համաձայն հարցվողների պատասխանի՝ քննադատողների 64%-ը նշել էին նաև, որ կարատեն կկոպտացնի աղջիկներին:

Չնայած նման դիրքորոշումներին՝ մարզուհիներն իրենց իսկ որոշմամբ սկսել են լրջորեն զբաղվել կարատե մարզաձևով: Այս մարզաձևով զբաղվելու հիմնական դրդապատճառը՝ ըստ 91%-ի պնդման, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումն է: Նույն հարցվածները (64%) դրդապատճառների շարքում նշել էին առողջության բարելավումը, գեղեցիկ կեցվածք ունենալու ցանկությունը, լավ ֆիզիկական պատրաստվածությունը, ինքնավստահությունը, հարգանքի ձեռքբերումը ընկերների շրջապատում և, մարզումների հետաքրքիր անցկացումը: Անհրաժեշտ է նշել, որ 55%-ը ցանկություն է արտահայտել դառնալ աշխարհի, օլիմպիական խաղերի չեմպիոն: Նման դիրքորոշումը համոզմունք է ներշնչում, որ աղջիկների որոշումը՝ զբաղվել կարատեով՝ բավականին կայուն է:

Եվ բնական է, որ նման դիրքորոշումներով առաջնորդվող մարզուհիների 91% նշել էին, որ հասարակության բացասական կարծիքները կարատե մարզաձևի նկատմամբ ոչ մի դեպքում չէին կարող ազդել իրենց ընտրության վրա:

Համաձայն 73% հարցվածների՝ աղջիկներն ընդհանրապես այս մարզաձևով չեն ցանկանում զբաղվել, քանզի ծնողները թույլ չեն տալիս, որոշ դեր են խաղում նաև ընկերների բացասական արձագանքները:

Հետազոտվող բոլոր աղջիկները նշել էին, որ կարատե մարզաձևը հեռուստատեսությամբ, ՋԼՄ-ներով բավականաչափ չի պրոպագանդվում, ինչն էլ, ըստ մեր համոզման, աղջիկների՝ այս մարզաձևում սակավ ներգրավվածության պատճառներից մեկն է:

Ուսումնասիրելով մարզիչների պատասխանները՝ հետազոտության առջև դրված խնդիրների շուրջ, մենք բացահայտեցինք, որ բոլոր մարզիչները դրական են վերաբերվում աղջիկների կարատեով զբաղվելուն: Չնայած նման դիրքորոշմանը՝ միայն 67%-ն էր նշել, որ կցանկանային իրենց աղջիկը կամ թոռնուհին զբաղվեր կարատե մարզաձևով: Հարցվածների 89%-ը գտնում են, որ այդ մարզաձևը նպաստում է առողջության բարելավմանը, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերմանը:

Անհրաժեշտ է նշել, որ ըստ 67% մարզիչների կարծիքի՝ աղջիկների կարատեով զբաղվելուն խոչընդոտում են հասարակությունում առկա բացասական կարծրատիպերը՝ կարատե մարզաձևի վերաբերյալ: Իսկ այն մարզուհիները, որոնք ավարտում են իրենց սպորտային կարիերան ժամանակից շուտ, ըստ 56% հարցվողների՝ բացատրվում է ընտանիք կազմելու գործոնով:

Հարցումները՝ իրականացված տարբեր մասնագիտություն ունեցող 21 ծնողների շարքում, որոնց 52%-ն ունեն բարձրագույն և 38% միջին մասնագիտական կրթություն, թույլ տվեցին գալ որոշ եզրահանգումների: Մասնավորապես, հարցվածների գրեթե 86%-ը դրական են վերաբերվում աղջիկների կարատե մարզաձևով զբաղվելուն: Ունենալով նման դրական դիրքորոշում այս մարզաձևի նկատմամբ՝ հարցվածների մոտ 56% նշել էր, որ կցանկանային իրենց աղջիկը կամ թոռնուհին զբաղվեր կարատեով: Այս խմբի ծնողների նման դիրքորոշման հիմքն ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումն է, նման կարծիքի էին 48%-ը: Բացի այդ, ծնողների 56%-ը նշել

էին՝ կարատեով զբաղվելը դրական է անդրադառնում մարմնի կառուցվածքի վրա: Իսկ այն ծնողները, որոնք չէին ցանկանում, որ իրենց աղջիկները զբաղվեին կարատեով, հիմնավորում էին, որ դա տղաների մարզաձև է, այն կոպտացնում է աղջիկներին: Նման դիրքորոշում արտահայտում էին 44%-ը: Չնայած նրան, որ ծնողների կարծիքները, այս մարզաձևի նկատմամբ միանշանակ չէր, այնուամենայնիվ, մեծամասնության՝ 81%-ի համոզմամբ, կարատեն դրական է անդրադառնում մարզուիների առողջությանը:

Ուսումնասիրության խնդիրներից ելնելով՝ մեզ հետաքրքրում էր նաև այն խոչընդոտները, որոնք արգելում են աղջիկներին՝ զբաղվելու կարատե մարզաձևով: Ելնելով հետազոտության տվյալներից՝ հիմնական խոչընդոտը՝ ըստ 62%-ի, հասարակության զգալի մասի մոտ տիրող այն կարծրատիպն է, որ դա աղջիկների մարզաձև չէ: Ըստ երևույթին՝ նման մտածելակերպի պատճառն այն է, որ կարատե մարզաձևն ընդհանրապես և, նրա դրական կողմերը՝ մասնավորապես, բավականաչափ չեն խրախուսվում, քարոզվում՝ մամուլում, հեռուստատեսությամբ և ընդհանրապես՝ ՋԼՄ-ում, ինչի մասին վկայում են հարցվածների 71%-ը:

Ըստ փաստագրական վիճակագրական տվյալների՝ կարատեով զբաղվող 5800 աղջիկներ ներգրավված են եվրոպական երկրների տարբեր ակումբներում, որոնք վավերացված են կարատեի միջազգային ֆեդերացիայի կողմից, ինչը կրկնակի քիչ է այս մարզաձևով զբաղվող արական սեռի ներկայացուցիչների համեմատ: Իսկ ինչ վերաբերում է այն հարցին, թե ՀՀ-ում որքան աղջիկ է զբաղվում այս մարզաձևով,



կարելի է ասել, որ այն անհամեմատելի է: Վերջինս մատնանշում է՝ անհրաժեշտ է ձեռնարկել համապատասխան քայլեր այս մարզաձևով զբաղվողների քանակն աղջիկների շրջանում էապես մեծացնելու նպատակով:

**Եզրակացություն:** Ելնելով հետազոտության արդյունքների վերլուծությունից՝ հարկ է նշել.

1. Աղջիկների կարատե մարզաձևով զբաղվելու հիմնական դրդապատճառներն են՝ առողջության բարելավումը, ինքնավստահության, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումը և, նպատակը՝ հասնելու մարզական բարձր արդյունքների:

2. Կարատեով զբաղվելու հիմնական խոչընդոտը՝ ըստ գերակշիռ հարցվողների, հասարակությունում առկա այն բացասական կարծրատիպն է, որ այն աղջիկների մարզաձև չէ:

3. Հասարակության բացասական վերաբերմունքն աղջիկների կարատե մարզաձևի վերաբերյալ հիմնավորվում է նրանով, որ լայնորեն չի պրոպագանդվում մամուլում և հեռուստատեսությամբ:

4. Որպեսզի կարատեով զբաղվելու բացասական կարծրատիպը փոխվի, անհրաժեշտ է ծավալել լայն քարոզչական գործունեություն՝ կիրառելով բոլոր հնարավոր միջոցները:

## 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Բաբայան Հ., Սպորտով զբաղվելու կանաց պայքարն ու մերօրյա խնդիրները /<https://sport.medi-max.am/am/news/articles/27492>

2. Ծանրամարտով զբաղվելն ինձ համար ապրելակերպ է, եթե չօգնի երբեք չի խանգարի. Տաթև Հակոբյան. <https://erit.am/am/view/1443>
3. Պարից բռնցքամարտ. Մարզիկները գենդերային կարծրատիպերի վերաբերյալ և դրանց հաղթահարումը. <https://hy.womankindstyle.com/869176-from-dance-to-boxing-athletes-on-gender-stereotypes-and-overcoming-them>
4. Փիլիփոսյան Հ., Բաթթի Վիկինսոն. «Հայաստանում կարծրատիպեր կան». <https://sport.slag.am/arm/news/123845/> (հրատարակվել է 05.2013)
5. Девушки в каратэ: плюсы и минусы. <https://sibkarate.ru/blog/devushki-v-karate> plyusi-i-minusyi/
6. Неробеев Н. Ю., Физическая и технико-тактическая подготовка спортсменов в вольной борьбе с учетом влияний полового деморфизма. Автореферат дисс. д. п. н., Санкт-Петербург. - 2014. - 47с.
7. Риженко О. В., Особенности развития женской вальной борьбы в Красноярском крае. Красноярск. Автореферат дисс. к. п. н. - 2000. - 21с.

## ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐԸ ՄԱՐՏԱԿԱՆ ՍԱՄՔՈՅՈՒՄ. ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՄԱՆ ՈՒՂԻՆԵՐԸ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ըմբշամարտի և արևելյան մարզաձևերի ամբիոն, 4-րդ կուրս, Վրեժ Հովհաննիսյան Գիտական ղեկավար՝ ասիստենտ Ս.Խաչատրյան*

**Առանցքային բառեր:** Մարտական սամբո, վնասվածքների կանխարգելում, մարզիկներ, մարզիչներ:

**Հետազոտության արդիականություն:** Ինչպես մարդկային գործունեության յուրաքանչյուր ոլորտ, այնպես էլ սպորտը ժամանակի ընթացքում թելադրում է գտնել մասնագիտական կատարելագործման նորագույն ուղիներ և տեխնոլոգիաներ: Բարձրագույն նվաճումներին հասնելու ձգտումը պահանջում է հաճախակի հետազոտություններ՝ բացահայտելու հնարավոր խոչընդոտներն ու որոշելու առավելագույն բարենպաստ պայմանները՝ ամենակարճ ճանապարհով հաղթանակին հասնելու համար [2]:

Այս տեսանկյունից առանձնահատուկ ուշադրության են արժանացել մենամարտային ձևերը, որոնք առավել ռիսկային են վնասվածքների ու առողջական խնդիրների առաջացման հավանականությամբ [1]:

Հարկ է նշել, մենամարտային մարզաձևերի առանձնահատկություններից ելնելով՝ մարտական սամբոն առանձնանում է ձեռքերով և ոտքերով ցավոտ հարվածների, խեղդող հնարքների, նետումների և գցումների քանակով:

Մարտական սամբոյում շատ են հանդիպում տարբեր բնույթի վնասվածքներ՝ քերծվածքներ, կոտրվածքներ, հոդախախտեր, կիսահոդախախտեր, ուղեղի ցնցումներ, ողնուղեղի վնասվածքներ, նյարդային վերջավորությունների վնասվածքներ, ուշաթափություններ, այտուցներ և աճառների ու ոսկրերի կոտրվածքներ: Այս ձևում շատ են գրանցվում նաև նոկաուտներ և նոկաուտներ[1]:

Ուստի, հաշվի առնելով մարտական սամբո մարզաձևում հնարավոր վնասվածքների շատ դեպքերը, միևնույն ժամանակ այն հանգամանքը, որ դեռևս ամենաքիչ ուսումնասիրված մարզաձևերից մեկն է, անհրաժեշտություն է առաջացել հետազոտություն կատարել մարտական սամբոյում հնարավոր վնասվածքների կանխարգելման ուղղությամբ:

**Հետազոտության նպատակը և խնդիրները:** Հետազոտության նպատակն է՝ բացահայտել մարտական սամբոյում մարզիկների անվտանգության և առողջության պահպանման հիմնական պայմանները:

**Հետազոտության խնդիրներն են՝** ուսումնասիրել մարտական սամբո մարզաձևի առանձնահատկությունները, բացահայտել մարտական սամբոյում հնարավոր վնասվածքների առաջացման պատճառները և որոշել մարտական սամբոյում վնասվածքների կանխարգելման ուղիները:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Հետազոտության մեթոդներն են՝ հիմնահարցի վիճակի պատմատեսական վերլուծություն, մանկավարժական դիտումներ, սոցիոլոգիական հարցում, մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Հետազոտությունը կատարվել է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտում և Եղվարդի սամբոյի մանկապատանեկան մարզադպրոցում, որին մասնակցել են մարտական (89 տղա) և մարզական (78 տղա, 31 աղջիկ) սամբոյի շուրջ 198 մարզիկներ (15 դեռահաս, 36 պատանի, 55 երիտասարդ, 14 մեծահասակ): Ելնելով ըմբշամարտի, ձյուդոյի և սամբոյի մարտաձևերում կիրառվող վարժությունների ու հնարքների նմանությունից, ինչպես նաև այդ մարզաձևերում հիմնական վնասվածքների բնույթից՝ մեզ նաև հետաքրքրում էր ըմբշամարտի և ձյուդոյի մարզիչների կարծիքը: Ուստի բացի սամբոյի մարզիչներից (7), հարցմանը մասնակցել են նաև ըմբշամարտի 4 և ձյուդոյի 5 մարզիչներ (միջին ստաժը 14 տարի):

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ելնելով հետազոտության հիմնախնդրից՝ առաջին հերթին անհրաժեշտ էր պարզել, թե հարցվող մարզիկները երբևէ ունեցել են վնասվածքներ: Պարզվեց, որ մեծամասնությունը՝ 95.6%-ն ունեցել է, իսկ 4.4%-ը՝ ոչ: Հաշվի առնելով մարզաձևի առանձնահատկությունները և հարցմանը մասնակցած մարզիկների ամենաքիչը երեք տարվա մարզական ստաժը, ստացված արդյունքները կարելի է համարել հավաստի:

Ըստ հետազոտության տրամաբանության՝ անհրաժեշտ էր բացահայտել նաև, թե ինչ բնույթի վնասվածքներ են հարցվողները սովորաբար ունեցել: Մարզիկների՝ 94.3%-ն ունեցել է քերծվածքներ, 71.8%-ը՝ այտուցներ, 45.7%-ը՝ կոտրվածքներ, 37.3%-ը՝ սալքարդեր, 20.4%-ը՝ հոդախախտեր, իսկ 14.3%-ը՝ ուղեղի ցնցումներ: Այստեղ միայն ուրախալի է այն փաստը, որ

հարցվողների շրջանում չեն եղել բաց կոտրվածքներ և ճողվածքներ:

Ինչպես նշում են մասնագետները՝ վնասվածքները կարող են տիպիկ լինել այս կամ այն տարիքին, մարզավիճակին և մարզաշրջանին [5]: Ուստի, կարևորվում էր բացահայտել հիմնական տարիքային այն խմբերը, որոնք առավել քան խոցելի և վտանգավոր են մարմնական վնասվածքներ ստանալու համար:

Ըստ մարզիկների՝ ամենից շատ վնասվածքներ ստանում են մեծահասակները (43.4%) և դեռահասները (38.5%): Առաջինի դեպքում դա կապված է մարզիկների բարձր նվաճումներին ամեն գնով հասնելու ձգտման հետ, երկրորդը՝ ուղիղ համեմատական է դեռահասների ճգնաժամային տարիքի և պուբերտացիայի ժամանակաշրջանին, որտեղ դեռահասներին բնորոշ են սեփական հնարավորությունների գերազնահատումը, որը և կարող է առաջ բերել վնասվածքներ: Ինչ վերաբերվում է մարզիչներին, ապա նրանք գտնում են, որ ամենից շատ վնասվածքներ հանդիպում են պատանիների (58.6%) և երիտասարդների (69.4%) շրջանում:

Աղջիկների մուտքը մեծ սպորտ բավական հին պատմություն ունի, սակայն այն մարզաձևերում, որոնք առավել բնորոշ են տղաներին՝ ծանրամարտ, ուժային եռամարտ, ըմբշամարտ և այլն, նրանց ներգրավվումը և մասսայականացումն առավել մեծ ինտենսիվությամբ սկսվեց, երբ հասարակության գաղափարախոսությունում շրջանառության մեջ մտավ գենդեր հասկացությունը: Վերջին տարիներին աղջիկների քանակի աճ է դիտվում նաև սամբոյում:

Ուստի, կարևորվում էր բացահայտել վնասվածքներ ավելի շատ աղջիկների, թե տղաների մոտ են հանդիպում: Այս հարցում մարզիկները և մարզիչները համակարծիք են՝ նրանք նշել են, որ ամենից շատ տղաների մոտ է արձանագրվում վնասվածքներ (ըստ մարզիկների՝ տղաներ՝ 59.3%, աղջիկներ՝ 40.7%, ըստ մարզիչների՝ տղաներ 60.8%, աղջիկներ՝ 39.2%): Սա հիմնավորվում է նրանով, որ աղջիկները՝ ըստ առողջ ապրելակերպի և տարիքային ֆիզիոլոգիայի մասնագետների, ավելի պահպանողական են սեփական առողջության նկատմամբ և ավելի մեծ զգուշություն են ցուցաբերում մարզական գործընթացում, քան տղաները [6]:

Անհրաժեշտ էր պարզաբանել նաև ինչպիսի պայմաններում են մարզիկները հիմնականում ստանում վնասվածքներ: Այս հարցում ևս համընկել են մարզիկների և մարզիչների կարծիքները: Մարզիկների 64.8%-ը և մարզիչների 68.9%-ը նշել են, որ վնասվածքներ գրանցվում են հիմնականում մարզումների ընթացքում: Մարզիկների 18.2%-ը և մարզիչների՝ 24.7%-ը նշել էին, որ մրցումների ժամանակ, իսկ համապատասխանաբար 17%-ը և 4.6%-ը գտնում էին, որ հավասարապես բոլոր պայմաններին էլ բնորոշ են վնասվածքների դեպքերը: Ստացված արդյունքները համարվում են հավաստի, քանի որ մարզումները ժամանակի տևողությամբ և բեռնվածության մեծությամբ գերազանցում են մրցաշրջաններին:

Հաջորդ հենքային հարցն էր՝ բացահայտել մարզական գործընթացում առողջական խնդիրներ և վնասվածքներ առաջացնող պատճառները (աղյուսակ):

**Աղյուսակ**

**Մարզիչների կարծիքը վնասվածքների պատճառների վերաբերյալ (%-ով)**

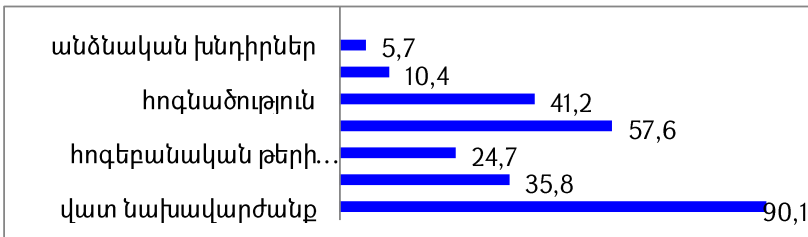
N	Պատճառներ	Ըմբռամարտ	Ձյուղո	Մարտական սամբո	Մարզական սամբո
1.	թերի նախա-վարժանք	87.6	79.7	60.8	90.8
2.	անբավարար բազային պատրաստություն	79.8	85.8	74.9	87.9
3.	հոգնածություն	30.1	38.1	47.7	41
4.	անուշադրություն	47.9	47.6	55.7	33.5
5.	լարվածություն	21.8	19.3	18.7	14.7
6.	մրցակցի հակազդեցություն	49.7	51.7	57.4	60.9
7.	սխալ հնքնապահովում	44.4	56.7	48.8	51.2

Ըստ մարզիչների՝ հիմնական պատճառներն են՝ թերի նախավարժանքը և անբավարար բազային պատրաստությունը: Թվարկված երկու պատճառների և սխալ հնքնապահովման պատասխանների արդյունքները մտածելու տեղիք են տալիս, քանի որ սրանց հիմքում ընկած է մազամանկավարժական գործունեության թերությունները:

Ինչ վերաբերում է հոգնածությանը, ապա ըստ դեպքերի՝ մեծ մասամբ այն ֆիզիկապես թույլ մարզիկների մոտ է հավա-



նական, լարվածությունը կապված է հոգեբանական պատրաստության և փորձի պակասի հետ, իսկ մրցակցի հակազդեցությունը դիտվում, որպես աղեկվատ պատճառ, հատկապես՝ մրցումների ժամանակ: Այս հարցի քննարկումը կարևոր էր դիտարկել նաև մարզիկների տեսանկյունից (տրամագիր):



### Տրամագիր. Մարզիկների կարծիքը վնասվածքների պատճառների վերաբերյալ (%-ով)

Արդյունքների վերլուծությունից պարզվեց, որ գրեթե նույն կարծիքի են նաև մարզիկները, բացառությամբ, որպես վնասվածքների առաջացման պատճառ՝ նրանք նշել են նաև անձնական և առողջական խնդիրները:

Ինչպես առողջական, այնպես էլ անձնական խնդիրները կարող են առաջացնել վատ զգացողություն, տրամադրության անկում, ընդհանուր թուլություն, որը և կարող է բացասաբար ազդել մարզական գործընթացի վրա և վնասվածքների պատճառ հանդիսանալ: Ուստի, մարզիկների կողմից արձանագրված առողջական և անձնական խնդիրները՝ որպես վնասվածքների առաջացման պատճառ, կարելի է համարել հավաստի:

Հետազոտության հիմնախնդիրը թելադրում էր նաև որոշել մարտական սամբոյում հնարավոր վնասվածքներից խուսափելու պայմանները: Մարզիչների կողմից առաջարկված տարբերակներից ուշադրության են արժանացել հետևյալ պայմանները:

Ըստ մարզիչների 98.9%-ի՝ առաջին կարևոր նախապայմանը բազային պատրաստության առավելագույն մակարդակի բավարարումն է: Սպորտային ոլորտի մասնագետների կարծիքով բազային պատրաստությունն ուղղված է ապահովելու մարզիկների առողջության ամրապնդումը, բազմակողմանի ֆիզիկական պատրաստությունը, բազմազան շարժողական կարողությունների ու հմտությունների ձևավորումը և մասնագիտական առումով ամենակարևորը՝ բազային տեխնիկայի յուրացումը [2]:

Հաջորդ կարևոր պայմանը լիարժեք նախավարժանքի կատարումն է՝ 90.7%, որտեղ մեծ ուշադրություն պետք է դարձնել նաև մրցման ժամանակ նախամեկնարկային նախավարժանքի բովանդակությանն ու տևողությանը, ընդ որում՝ ըստ փորձագետների հետ զրույցների՝ նախավարժանքի և մարտի միջև ժամանակը չպետք է գերազանցի 20 րոպեն:

Ինչպես մարտական սամբոյում, այնպես էլ բոլոր մարզաձևերում անհրաժեշտ նախապայման է ինքնաապահովման հնարքների տիրապետումը, այս կարծիքին են նաև հարցվող մարզիչների 80.9%-ը: Սպորտային բազմամյա գործընթացը թելադրում է ինքնաապահովման հնարքների տիրապետման ուսուցումը սկսել մարզադպրոց ընդունվելու օրից [4]:

Առանձնակի ուշադրության է արժանացել հատուկ ճկունության մշակումը՝ 50.6%: Մարզիչները գտնում էին, որ ձգողական վարժություններն ապահովում են մարզումների իրականացման առավել անվտանգ պայմաններ:

Ըստ Ա.Վ. Դուբրովսկայայի՝ ձգողական վարժությունները լավագույն միջոցն են վնասվածքների և հենաշարժողական ապարատի հիվանդությունների կանխարգելման համար: Այս մոտեցումը հաստատում են նաև այլ հեղինակներ և համարում, որ նախավարժանքում ձգողական վարժությունների կիրառումը նվազեցնում է վնասվածքների առաջացման հավանականությունը [ ըստ 3]:

Եվ պատահական չէ, որ այսօր շատ մարզաձևերի մարզման գործընթացում լայն կիրառում են գտել տարբեր ձգողական վարժություններ, որոնք փոխառված են ավանդական և ժամանակակից առողջարարական համակարգերից (յոգա, ստրետչինգ, պիլատես և այլն) [6]: Նման վարժություններ կիրառվում էին նաև Եղվարդի դպրոցում մարտական սամբոյի պարապմունքների ժամանակ, որը արձանագրել էինք դիտումների ընթացքում:

Վնասվածքներից խուսափելու հաջորդ կարևոր նախապայմանը սանիտարահիգիենիկ գործոնների պահպանումն է, այս կարծիքին են մարզիչների 30.1%-ը: Նրանք գտնում են, որ վնասվածքների կանխարգելմանը կարող են նպաստել՝ պահպանելով սանիտարահիգիենիկ բոլոր պայմանները, որոնցից են դասվում դահլիճի լուսավորությունը, օդափոխությունը, մարզահագուստի և մարզակոշիկների որակն ու հարմարավետությունը և այլն:

Եվ վերջին պայմանը՝ վնասվածքների կանխարգելման ուղղությամբ, դա հոգեբանական բավարար պատրաստությունն է՝ 47.2%: Թերևս այն համարվում է ամենաթույլ և չկիրառվող օղակներից մեկը մեր երկրի սպորտային գործունեությունում:

**Եզրակացություն:** Այսպիսով՝ բացահայտվեց, որ սամբոյում՝ մարտական և մարզական, մարմնական վնասվածքներ մեծ մասամբ ստանում են տղաները՝ մարզվելիս: Վնասվածքների հիմնական տեսակներն են՝ քերծվածքները, այտուցները, սալքարդերը, հոդախախտերը և կոտրվածքները: Վնասվածքներ հիմնականում առաջանում են թերի նախավարժանքի, անբավարար բազային պատրաստության, սխալ ինքնաապահովման, հոգնածության, անուշադրության, լարվածության և մրցակցին հակազդելու արդյունքում: Թերևս, մեծ ուշադրություն դարձնելով վնասվածքների առաջացման բոլոր պատճառների շտկման, հատուկ ճկունության վարժությունների մշակման և սանիտարահիգիենիկ պայմանների վրա, կարելի է հնարավորինս զերծ մնալ վնասվածքներ ստանալուց: Սակայն կապված մեծ սպորտում մարզական ու մրցակցական պահանջների անընդհատ փոփոխությունների և կատարելագործման, ինչպես նաև մարտական սամբոյի առանձնահատկությունների հետ, ընդհանրապես վնասվածքները բացառելը հավանական չէ:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Առաքելյան Վ.Բ., Սադյան Բ.Զ., Սամբո ըմբշամարտ, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2007, 309 էջ,
2. Ղազարյան Ֆ.Գ, Պատանի մարզիկների պատրաստության հիմունքները, Ձեռնարկ մարզիչների համար, Երևան, 1988, 104 էջ:
3. Васильев Е.П., Исследование гибкости тела и экспериментальное обоснование средств и методов ее воспитания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук., ГЦОЛИФК.–М., 1966.–21 с.
4. Воробьев В.А., Тараканов Б.И., Пунин П.П, Преимущества и недостатки ранней специализации юных спортсменов, занимающихся борьбой // Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы: Вестник Балт. пед. акад.– СПб., 2006.– Вып. 64.– с. 25–29
5. Безруких М.М., Здоровьесберегающая школа.-М.: МПСИ.-2004.-240с.
6. Дубровская А.В., Дубровский В.И., Средства профилактики травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата у спортсменов: Теория и практика физической культуры, №3, 2007, –с. 47–49.

**ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ  
ԿԻՐԱՌՎՈՂ ՏԱՐԲԵՐ ՖԻԹՆԵՍ ԾՐԱԳՐԵՐԻ  
ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ**

*ՄՄ ֆակուլտետ, ՀՀ Շահիյանի անվան  
մարմնամարզության, սպորտային պարերի,  
գեղասահքի և շախմատի ամբիոն,  
մագիստրանտ Լիլիթ Մկրտչյան,  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., դոցենտ Հ. Գասպարյան*

**Առանցքային բառեր:** Ֆիթնես, ֆիթնեսի պատմություն, ֆիթնեսի ձևեր, շարժողական ընդունակություններ, դասակարգում:

**Հետազոտության արդիականություն:** Որոշ պատմական փաստերի համաձայն՝ ֆիթնեսի հիմքերը գտնվում են Հին Հունաստանում: Ժամանակակից ֆիթնեսի նախատիպը ստեղծվել է Բ.ա. 5-րդ դարում [1,3]: Հին Հունաստանում եղել են ժամանակակից ֆիթնես ակումբների նախատիպեր, վայրեր, որտեղ կարելի էր ոչ միայն մարզվել, այլև գնալ բաղնիք, ընկերների հետ քննարկել վերջին նորությունները, հանգստանալ [3]: <<Ֆիթնես>> տերմինը պաշտոնապես հայտնվել է ԱՄՆ-ում 70-ականներին, թեև առաջին մարզական ծրագրերը ձևավորվել են 2-րդ համաշխարհային պատերազմի ժամանակ [3, էջ 13-17]: 1980-ականների վերջին ֆիթնեսը եկավ նաև ԽՍՀՄ՝ դրանով իսկ ուրվագծելով իր հաջորդ զարգացումը խորհրդային փուլի պատմության մեջ, որին հաջորդում է, այսպես կոչված, սլավոնական կամ հետխորհրդային փուլը:

Ժամանակի ընթացքում ֆիթնեսի ծրագրերը զգալիորեն ավելացել են: Ներկայումս կարելի է հաշվել տասնյակ ծրագրեր, որոնք լայն կիրառում ունեն աշխարհի տարբեր երկրներում: Ֆիթնես ակումբներ հաճախող մարդիկ փորձում են համառոտ խորհրդատվություն ստանալ ֆիթնեսի տարբեր ծրագրերի, դրանց ուղղվածության ու նշանակության մասին: Սույն աշխատանքը հնարավորություն կտա վերհանել այն ֆիթնես ծրագրերը, որոնք գործում են ՀՀ-ում գործող խոշոր ֆիթնես ակումբներում:

Թեմային առնչվող գիտական գրականության ուսումնասիրման ընթացքում պարզվել է, որ կան մի շարք հետազոտական աշխատանքներ, որոնցում ներկայացված է ֆիթնեսի ժամանակակից զանգվածային ծրագրերը, ֆիթնեսում կիրառվող վարժությունների ներգործությունն օրգանիզմի վրա:

Մասնագետները դասակարգումներ անելիս առանձնացնում են միայն 4-5 շարժողական ընդունակություն (ուժ, դիմացկունություն, ճկունություն, պայթուցիկ ուժ) [5, էջ 609], մինչդեռ հայերեն և ռուսերեն լեզուներով մասնագիտական գրականությունում տարանջատում են 10-ից ավելի շարժողական ընդունակություն [2,3]:

**Հետազոտության նպատակն է՝** պարզել ՀՀ-ի խոշոր ակումբներում գործող ֆիթնեսի ծրագրերը և նկարագրել նրանց համեմատական բնութագիրը:

**Հետազոտության խնդրներն են.** 1. Ուսումնասիրել ֆիթնեսի ժամանակակից ծրագրերը: 2. Վերհանել այն ֆիթնես ծրագրերը, որոնք գործում են ՀՀ-ում գործող խոշոր ֆիթնես ակումբներում:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Կիրառվել են ստորև ներկայացված մեթոդները.

1. Գրական աղբյուրների վերլուծություն: Ուսումնասիրվել են հայերեն, ռուսերեն, անգլերեն լեզուներով բազմաթիվ աղբյուրներ (դասագրքեր, հոդվածներ, ուսումնական ձեռնարկներ, վեբ-կայքեր):

2. Մանկավարժական դիտումներ: Իրականացվել են նշված ՀՀ-ում գործող ֆիթնես ակումբներում մարզումների դիտումներ: Դիտումների միջոցով տեղեկություն է հավաքագրվել ֆիթնեսի առանձին ձևերում կատարվող վարժությունների կառուցվածքի և բեռնվածության մասին:

3. Փաստաթղթերի ուսումնասիրում: Ուսումնասիրվել են միջազգային տարբեր հեղինակավոր ֆիթնեսի ասոցիացիաների ծրագրային նյութերը (NSCA, NonSoloFitness, Les Mills):

**Հետազոտության վայրը:** Հետազոտությունն իրականացվել է հետևյալ սպորտային ակումբներում՝ «Մուլտի Վելնես», «Օրանժ», «Ռիբոկ», «Գրանդ սպորտ», «Գոլդս ջիմ»:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ուսումնասիրելով գիտամեթոդական գրականությունը՝ մենք տարանջատել են կոնդիցիոն և կոորդինացիոն մի շարք ընդունակություններ, որոնք առանցքային են ֆիզիկական դաստիարակության և ֆիթնեսի բնագավառներում [2,3]: Մասնավորապես, փորձել ենք պարզել՝ ՀՀ-ում գործող խոշոր ֆիթնես ակումբներում իրականացվող ֆիթնեսի ո՞ր ծրագրերն են այս կամ այն չափով նպաստում ուժի, դիմացկունության, ճկունության, հավասարակշռության, ցատկունակության, պլաստիկության, շարժումների կոորդինացիայի և ճարպկության մշակմանը (կատա-



րելագործմանը): Ծանոթանալով շարժողական ընդունակությունների դրսևորման, մշակման օրինաչափություններին, ինչպես նաև վերլուծելով ֆիթնեսի առանձին ձևերում կատարվող վարժությունների կառուցվածքին և ուղղվածությանը՝ հաջողվեց վեր հանել դասակարգման անհրաժեշտությունը՝ ըստ շարժողական ընդունակությունների մշակման սկզբունքի (աղյուսակ 1):

Առաջարկվում է նման սխեմա.

**Աղյուսակ 1**

***Ֆիթնեսի ձևերի դասակարգումը՝ ըստ շարժողական ընդունակությունների մշակման սկզբունքի***

Շարժողական ընդունակություններ	Ֆիթնեսի ձևեր	
	Առավելապես մշակվում են (դրսևորվում են) հետևյալ ձևերում	Որշակիորեն մշակվում են (դրսևորվում են) հետևյալ ձևերում
Ճկունություն	սթրեթչինգ, ֆիթնես-յոգա, բոդի բալանս	Պիլատես, անտիգրավիթի
ընդհանուր դիմացկունություն (աերոբ)	Սայքլինգ, ստեպ աերոբիկա, ակվա աերոբիկա, զումբա, լաստինամերիկյան ֆիթնես պարեր (Latin dance),	Kangoo jumps

դիմացկունություն (անատրոբ)	հնտերվալ, (aqua ինտերվալ), տաքատա (aqua տաքատա)	սայքլ(attack tracks)
ուժ	Բոդիբիլդինգ, լեգս ընդ բուֆի, ABS, ABL, BMH, TRX, ֆունկցիոնալ	փամփ, շեյփինգ
կոորդինացիա	Անտիգրավիթի	ստեպ
հավասարակշռություն	Բոսու, բոդի բալանս (body balance)	յոգա, սթրեթչինգ
պլաստիկություն	Լատինամերիկյան ֆիթնես պարեր (Latin dance), բոդի բալետ	
ցատկունակություն	Kangoo jumps	
ճարպկություն	Ֆիթնես- բնցքամարտ	

**Եզրակացություն:** Այսպիսով՝ հետազոտության արդյունքում պարզվել է, որ ՀՀ-ում գործող խոշոր ֆիթնես ակումբներում առավելապես կիրառվում են 1-ին աղյուսակում նշված ֆիթնեսի ժամանակակից ծրագրերը, որոնք թույլ են տալիս համակողմանիորեն մշակել մարդու շարժողական ընդունակությունները:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Գասպարյան Հ.Ս., Մարմնամարզության սպորտային և առողջարարական ձևերը, Գիտությունը սպորտում. արդի հիմնախնդիրներ, N 2 (4), 2021, էջ 43-51:
2. Ղազարյան Ֆ. Գ., Շարժողական ընդունակությունների բանաձև, Մենագրություն, Երևան, 2015, 129 էջ:
3. Платонов В. Н., Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов /В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2017. – с. 266-499.
4. Сапожникова О. В., Фитнес. Екатеринбург: Урал. ун-та, 2015. – с. 13-18.
5. Paoli A., Bianco A., What Is Fitness Training? Definitions and Implications, Iran J Public Health, Vol. 44, No.5, May 2015, pp.602-614 .

## ԽԱԲՈՒՍԻԿ ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԻ ԵՎ ԳՆԴԱԿԻ ՎԱՐՄԱՆ ՑՈՒՑԱՆԻՇՆԵՐԸ ՀՀ ՖՈՒՏԲՈԼԻ ԱՌԱՋՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ֆուտբոլի ամբիոն, Հեռակա ուսուցման  
4-րդ կուրս, Հրաչ Մնացականյան  
Գիտական ղեկավար՝ դասախոս Ն. Էլոյան*

**Առանցքային բառեր:** Գնդակի վարում, խաբուսիկ շարժում, տեղաշարժ, տեխնիկական հնարք:

**Հետազոտության արդիականություն:** Վերջին տարիներին ժամանակակից ֆուտբոլում նկատվում է խաղացողների աշխատունակության բարձր աճ, որը ֆուտբոլիստներին հնարավորություն է տալիս անկախ իրենց խաղային ֆունկցիայից՝ արդյունավետ կիրառել տեխնիկական հնարքների ամբողջ զինանոցը: Այստեղ իր առանձնակի և ուրույն տեղն է գրավում գնդակի վարման և խաբքերի տեխնիկան, որի հաջող իրականացումից է կախված հաջողությունների ակնկալումը: Որքան բարձր է գնդակի վարման և խաբքերի տիրապետման մակարդակը, այնքան մեծ է ֆուտբոլիստների ստեղծագործական հնարավորությունները տարբեր տակտիկական մտահղացումների և կոմբինացիաների իրականացման ժամանակ: Վարումն ինքնըստինքյան բավականին բարդ հնարք է, իսկ խաղի ընթացքում այն գործադրելն ավելի բարդ է, որը կախված է բարձր էմոցիոնալ լարվածության հետ [1,2]:

Ժամանակակից ֆուտբոլում բավականին դժվարացել և կրճատվել է ֆուտբոլիստների ազատ գործելու հնարավորութ-

յունները և ժամանակը, այդ իսկ պատճառով ֆուտբոլիստները խաղի ժամանակ փորձում են հնարավորինս գործադրել խաբքեր, որոնք ապակողմնորոշում և ստիպում են մրցակցին հավատալ կեղծ շարժումներին, նրանց դուրս են բերում հավասարակշռությունից՝ բարենպաստ պայմաններ ստեղծելով հետագա գործողությունների համար [3]:

Փորձել ենք բացահայտել գնդակի վարման և խաբուսիկ շարժումների այն ձևերը, որոնք խաղի ընթացքում ավելի հաճախ են օգտագործում ֆուտբոլիստները: Գնդակի վարման օգնությամբ իրականացվում է խաղացողների ամենահնարավոր տեղաշարժերը, և հիմնականում գնդակը գտնվում է նրանց մշտական հսկողության տակ:

Գրական աղբյուրների ուսումնասիրությունները ցույց տվեցին, որ խաբուսիկ շարժումների և գնդակի վարման ցուցանիշների վերաբերյալ հետազոտությունները բավականին սակավ են, որով և պայմանավորված է հետազոտական աշխատանքի կարևորությունը և արդիականությունը:

**Աշխատանքի նպատակն է՝** տարբեր որակավորում ունեցող ֆուտբոլիստների կողմից խաբուսիկ հնարքների և գնդակի վարման ձևերի ուսումնասիրումը:

**Հետազոտության խնդիրները:** 1. Պարզել առավել կիրառելի խաբուսիկ հնարքները և գնդակի վարման հիմնական ձևերը: 2. Որոշել բարձրագույն և առաջին խմբի թիմերի ֆուտբոլիստների խաբուսիկ հնարքների և գնդակի վարման քանակական ցուցանիշները:

**Հետազոտության մեթոդները:** Առաջադրված խնդիրների լուծման համար կիրառվել են հետևյալ մեթոդները՝

- գրական աղբյուրների ուսումնասիրություն,
- մանկավարժական դիտումներ,
- ստացված արդյունքների մաթեմատիկական վիճակագրական վերլուծություն:

**Հետազոտության կազմակերպումը:** Դիտումներն անցկացվել են ՀՀ բարձրագույն և առաջին խմբում հանդես եկող թիմերի պաշտոնական խաղերի ժամանակ՝ 2021-2022թթ. մրցաշրջանում: Մանկավարժական դիտումներն անցկացվել են բնական պայմաններում՝ հատուկ մշակված դիտման քարտի օգնությամբ: 10 հանդիպումների ընթացքում դիտվել և գրանցվել են ուսումնասիրվող թիմերի կիսապաշտպանների և հարձակվողների խաբուսիկ շարժումների և գնդակի վարման ցուցանիշները:

Հետազոտության արդյունքում պարզվեց, որ բարձրագույն խմբի խաղացողների կողմից ավելի հաճախ կիրառվում են հետևյալ խաբուսիկ հնարքները՝ մարմնի թեքումներ և անցում արտանքով՝ 160 անգամ, խաբք անցումով՝ 157 անգամ, անցում՝ ոտքը գնդակի վրայից տեղափոխումով՝ 70 անգամ, իսկ առաջին խմբի ֆուտբոլիստների մոտ ավելի հաճախ կիրառվում են հետևյալ խաբքերը՝ մարմնի թեքումներ և անցում արտանքով 83 անգամ, խաբք անցումով՝ 66 անգամ, անցում՝ ոտքը գնդակի վրայից տեղափոխմամբ՝ 39 անգամ: Հետազոտության արդյունքում պարզվեց, որ բարձրագույն խմբի խաղացողների կողմից ավելի հաճախ կիրառվում են գնդակի վարման հետևյալ ձևերը՝ գնդակի վարում ոտնաթաթի դրսի մասով՝ 121 անգամ, գնդակի վարում ոտնաթաթով՝ 96 անգամ, գնդակի վարում ոտնաթաթի ներսի մասով՝ 96

անգամ, իսկ առաջին խմբի խաղացողների կողմից ավելի հաճախ կիրառվում են գնդակի վարման հետևյալ ձևերը՝ գնդակի վարում ոտնաթաթի դրսի մասով՝ 70 անգամ, ոտնաթաթով՝ 32 անգամ, ոտնաթաթի ներսի մասով՝ 32 անգամ:

**Եզրակացություն:** Համեմատելով դիտումների արդյունքները՝ կարելի է եզրակացնել.

1. Խաղի ժամանակ առավել կիրառվող խաբուսիկ հնարքներն են՝

- մարմնի թեքումները և անցում արտանքով՝ 160 անգամ, խաբք անցումով՝ 157 անգամ,
- անցում՝ ոտքը գնդակի վրայից տեղափոխմամբ՝ 70 անգամ:

2. Հիմնականում կիրառվում են գնդակի վարման միևնույն ձևերը՝ գնդակի վարում ոտնաթաթի դրսի մասով՝ 121 անգամ, գնդակի վարում ոտնաթաթով՝ 96 անգամ, գնդակի վարում ոտնաթաթի ներսի մասով՝ 96 անգամ:

3. Տարբերություն է նկատվում հնարքների կատարման քանակական և որակական հարաբերակցության մեջ, որը նկատելիորեն բարձր է բարձրագույն խմբի ֆուտբոլիստների մոտ, ինչը պայմանավորված է նրանց ֆիզիկական և տեխնիկական պատրաստվածության բարձր աստիճանով:

Հետազոտությունը շարունակվում է:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Գրիգորյան Ա. Ա., Ֆուտբոլիստների ֆունկցիոնալ հնարավորությունները և մարզման մեթոդիկան, Երևան, 2009, էջ 8:
2. Հակոբյան Ս. Ս., Չատինյան Ա. Ա., Ֆուտբոլ, Դասագիրք, Էդիտ արինտ, Երևան, 2004, էջ 52:
3. Казаков П. Н., Футбол, Учебник для институтов физической культуры. Москва. ФИС. 1978, с.45.



### ԲԱԺԻՆ 3. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԲԺՇԿԱԿԵՆՍԱԲԱՆԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

#### ԱԳՐԵՍԻՎՈՒԹՅԱՆ ԴՐՍԵՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՖՈՒՏԲՈԼՈՒՄ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ֆուտբոլի ամբիոն,  
4-րդ կուրս, Նարեկ Խաչիկյան  
Գիտական ղեկավար՝ հ.գ.թ. դոցենտ Ա.Ստեփանյան*

**Առանցքային բառեր:** Ագրեսիվ վարք, ֆուտբոլիստներ, ինքնագնահատական, դրսևորումներ, հետազոտություն:

**Հետազոտության արդիականություն:** Սպորտում առավել արդի սոցիալական խնդիրներից մեկը մարզիկի անձի ագրեսիվ վարքի աճն է: Ագրեսիվ վարքը և ագրեսիվությունը՝ որպես մարդու անհատականության հատկանիշ, շատ հետազոտողների ուշադրության կենտրոնում են: Կան եզրակացություններ, որ սպորտը մարզիկների մոտ ձևավորում է ագրեսիվ վարքագիծ, որ սպորտը պայման է ագրեսիայի դրսևորման համար, ինչպես մարզիկների, այնպես էլ նրանց համար, ովքեր դիտում են սպորտային մենամարտեր [4]: Այս խնդրի հոգեբանական մոտեցումը հնարավորություն է տալիս բացահայտել ագրեսիվ վարքի և ագրեսիվության պատճառները, ինչպես նաև ագրեսիվության ձևավորման և զարգացման վրա ազդող

գործոնները: Նման տվյալները ոչ միայն հնարավորություն են տալիս ավելի լավ հասկանալ մարդկային ագրեսիայի ֆենոմենը, այլև նախանշել դրա կառուցողական «օգտագործման» ուղին [3,4]:

**Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրել և բացահայտել ագրեսիվ վարքի և ագրեսիվության պատճառները, ինչպես նաև ագրեսիվության ձևավորման և զարգացման վրա ազդող գործոնները:

**Հետազոտության խնդիրներն են.**

1. Վերլուծել հոգեբանական գիտության մեջ ագրեսիայի խնդրի ուսումնասիրության հիմնական մոտեցումները:
2. Անցկացնել հոգեբանական ախտորոշիչ հետազոտություն՝ պարզելու ագրեսիվ վարքի դրսևորման պատճառները:
3. Բացահայտել սպորտում փոխադարձ ագրեսիվության հետևանքները՝ ագրեսիվ վարքի և ինքնազնահատակի միջև:
4. Ուսումնասիրել պրոֆեսիոնալ և սիրողական ֆուտբոլիստների ագրեսիվ վարքի դրսևորման տարբերությունները:
5. Եզրակացություններ կատարել ստացված տվյալների հիման վրա և ձևակերպել առաջարկություններ:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Հետազոտությունն անցկացվել է լաբորատոր պայմաններում, որտեղ մասնակցել են՝ «ՆՈԱ» ակումբի 15 ֆուտբոլիստ, որոնց միջին տարիքը 22-28 տարեկան է, իսկ սպորտային ստաժը՝ 10-15 տարի և, AFL առաջնության «Էվերթոն» թիմի 15 ֆուտբոլիստ,

որոնց միջին տարիքը 30-38 տարեկան է, իսկ սպորտային ստաժը կազմում է 20 և ավելի տարի: Առաջադրված նպատակների և հանձնարարությունների հետազոտման իրականացման ընթացքում օգտագործվել են՝

1. գրական աղբյուրների ուսումնասիրություն և վերլուծություն,

2. հոգեբանական թեստավորում. Ա. Բասի և Ա. Դարկիի ագրեսիվության ախտորոշման հարցարան, Ն. Գ. Կազանցևայի ինքնագնահատականի ախտորոշման հարցաշար:

3. փորձարարական տվյալների մշակում՝ Microsoft Excel փաթեթով:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ֆուտբոլային թիմերի ագրեսիվ վարքագիծն ուսումնասիրելիս անդրադարձել ենք հետևյալ խնդիրներին.

- որոշել կոնկրետ սպորտաձևի պարապմունքների ազդեցությունը և սպորտային որակավորման մակարդակը՝ մարզիկների վարքագծում՝ ագրեսիայի դրսևորման վրա,

- վերլուծել, արդյոք սպորտային համակարգված պարապմունքներն աջակցում են ագրեսիվ տենդենցների կրճատմանը կամ, ընդհակառակը, մեծացնում են ագրեսիվությունը:

Աղյուսակ 1

**«ՆՈԱ» ակումբի ֆուտբոլիստների և AFL-ի «Էվերթոն»-ի ֆուտբոլիստների հեղազոտության արդյունքները՝ ըստ Բասի-Դարկի մեթոդիկայի**

Թիմեր	Ագրեսիվության ցուցանիշ <sup>2</sup>	Թշնամության ցուցանիշ <sup>2</sup>	Ֆիզիկական ագրեսիա	Վերբալ ագրեսիա	Անուղակի ագրեսիա	Գրգռվածություն
«ՆՈԱ»	18,3	13,2	4,3	7,6	4,3	5,9
AFL «Էվերթոն»	19	14,1	4,8	8,2	4,9	8,4

Մեր կողմից իրականացվող հետազոտությունից պարզ դարձավ, որ «Նոա»-ի թիմի ֆուտբոլիստների մոտ ֆիզիկական (4,3) և վերբալ ագրեսիան (7,6) ավելի քիչ է արտահայտված, սակայն անուղղակի ագրեսիան (4,3) մի փոքր ավելի բարձր արտահայտվածություն ունի:

Իսկ AFL-ի «Էվերթոն»-ի մոտ անուղղակի ագրեսիան (4,9) ավելի բարձր արտահայտվածություն ունի: Անուղղակի ագրեսիան (4,9), այդ թվում նաև գրգռվածությունը (8,4), ի հայտ են գալիս չարության, դյուրագրգռության, կոպտության, բռնկվողականության իրավիճակներում, այսինքն՝ հույզերը կառավարելու անկարողության մեջ:

«ՆՈԱ»-ի ֆուտբոլիստներն ավելի շատ են օժտված իրենց հույզերը կառավարելու հմտություններով: Ագրեսիվության

դրսևորումներում ստացված տարբերությունները (ըստ Բասի-Դարկի մեթոդիկայի) հնարավոր է դարձնում բացատրել անհատական հատկությունների ինքնագնահատման տվյալները [1,2]:

**Աղյուսակ 2**

**«ՆՈԱ» ակումբի ֆուտբոլիստների և AFL-ի «Էվերթոն»-ի ֆուտբոլիստների անհատական հատկանիշների ինքնագնահատման ցուցանիշների արժեքները**

Թիմեր	Արդյունքներով բավարարվածություն	Վստահություն իր հանդես	Հնարավորությունների իրականացում	Հեղինակություն իր միջավայրում
ՆՈԱ	74	71	74	78
AFL է-վերթոն	48	51	50	69

Ըստ անհատական հատկությունների ինքնագնահատման միջինացված տվյալների՝ համընկնումը տեղ ունի միայն ըստ մեկ ցուցանիշի՝ վստահություն իր հանդես: Մնացած դեպքերում AFL-ի «Էվերթոն» թիմի ֆուտբոլիստներն իրենց անհատական որակների գնահատման մեջ նշանակալիորեն հետ են մնում «ՆՈԱ»-ի ֆուտբոլիստներից:

Հետազոտության իրականացումը թույլ է տալիս հերքել այն միտքը, որ սպորտը «ագրեսիայի դպրոց» է: Այո, սպորտը և

սպորտային գործունեության առանձնահատկությունները հաղթանակին հասնելու համար ձևավորում են հարմար տարբերակներ, որոնք էլ կարող են հանգեցնել ագրեսիվ վարքի: Ապակառուցողական ձևերն էլ, մեծ մասամբ, ունեն իրենց դրսևորումներն այն իրավիճակներում, երբ չեն հասնում նպատակին (մրցման ժամանակ՝ պարտություն, կամ նպատակին հասնելու հնարավորության բացակայություն՝ հիասթափության իրավիճակ) և առավել ցայտուն են այն մարդկանց մոտ, որոնք դա չեն գիտակցել իրենց կյանքի կենսական ոլորտներում:

### **Եզրակացություն:**

1. Սպորտի հոգեբանության մեջ վաղուց հաստատված է այն, որ ինչ-որ մարզաձևով զբաղվելը ձևավորում է այնպիսի անհատական որակներ, ինչպիսիք են՝ վստահությունը, վճռականությունը, ինքնավերահսկողությունը:

2. Ագրեսիայի արտահայտման վրա էական ազդեցություն ունի ինքնագնահատականը: Որքան բարձր է ինքնագնահատականը, այնքան ուժեղ են արտահայտված ագրեսիայի ակտիվ ձևերը (ֆիզիկական և վերբալ), և ավելի թույլ են արտահայտված ագրեսիայի փակ ձևերը (անուղղակի ագրեսիա, բացասականություն, կասկածամտություն, դժգոհության և վրդովմունքի զգացում): Իր հանդեպ վստահությունն ավելի նշանակալի է դառնում ագրեսիայի արտահայտման իրավիճակների մեջ:

3. Մեր հետազոտության արդյունքները հիմք չեն տալիս խոսել պրոֆեսիոնալ ֆուտբոլիստների բարձր ագրեսիվության մասին, ավելին՝ ագրեսիվության ցուցանիշների զգալի տարբե-

րությունները վկայում են, որ սիրողական ֆուտբոլով զբաղվող մարզիկների մոտ ագրեսիան ավելի արտահայտված է: Օրինակ՝ անուղղակի ագրեսիան բարձր է «Էվերթոն»-ի ֆուտբոլիստների մոտ ( $4,9 \pm 2$ ), գրգռվածության ցուցանիշով ևս «Էվերթոն»-ի ֆուտբոլիստները գերազանցում են «ՆՈԱ»-ի ֆուտբոլիստներին ( $8,4 \pm 3$ ):

4. Ֆուտբոլային թիմերի հետ կատարած հետազոտական վերլուծությունը ցույց տվեց, որ ագրեսիայի դրսևորումների վրա էական ազդեցություն ունի ֆուտբոլիստների կարգավիճակը և մոտիվացիան:

5. Ագրեսիայի դրսևորումների մեջ՝ սիրողական ֆուտբոլիստների համար նշանակալի է արդյունքներին հասնելու բավարարվածությունը, իր հանդեպ՝ վստահությունը և նշանավոր մարդկանց մոտ հեղինակությունը:

## 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Ավանեսյան Հ. Մ., Փորձարարական հոգեբանություն, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2010:

2. Բաբայան Հ. Ա., Հոգեբանական պատրաստության հիմնախնդիրները բարձր նվաճումների սպորտում, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2007:

3. Бэрон Р., Ричардсон Д. , Агрессия. - С-Пб - "Питер" - 2000 С.352.

4. Сафонов В. К. Агрессия в спорте. СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2003. 159 с.

## ԿԱՆԱՆՑ ԸՆԴԳՐԿՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՐԱՏԵ ՄԱՐԶԱԶԵՎՈՒՄ. ԱՌԿԱ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Ըմբշամարտի և արևելյան մարզաձևերի  
ամբիոն, 2-րդ կուրս, Նախայյա Համբարձումյան,  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., դոցենտ Ա. Հակոբյան*

**Առանցքային բառեր:** Կանայք, աղջիկներ, կարատե, առողջություն, կարծրատիպ, քարոզչություն:

**Հետազոտության արդիականություն:** Կանանց դերը բազմաթիվ բնագավառներում անհերքելի է: Սակայն կան ոլորտներ, որտեղ նրանց մասնակցությունը որոշ դեպքերում դեռևս վիճելի է, ինչպես, օրինակ՝ սպորտում: Կանանց ընդգրկվածությունը սպորտում երկար ժամանակ եղել է անընդունելի: Սակայն կանայք, երկար տարիներ, ինչպես տարբեր բնագավառներում, այնպես էլ սպորտում հավասարության հասնելու համար անզիջում պայքար են մղել: Նման պայքարի վառ օրինակ է կանանց ֆուտբոլի ճանաչելիության գործընթացը, քանզի պահանջվել է մոտ հարյուր տարի (սկսած 1865 թվականից), որպեսզի այն ընդունվի հասարակության կողմից: Կանանց մուտքը սպորտային ասպարեզ չի ընդունել նաև կարկառուն մտավորական, ժամանակակից Օլիմպիական խաղերի հիմնադիր Պիեռ դե Կուբերտենը: Սակայն այս մոտեցումը երկար կյանք չի ունեցել, քանի որ 1900 թվականին Փարիզում կայացած Օլիմպիական խաղերին մասնակից դարձան նաև կանայք: Պետք է խոստովանել, որ կանանց մասնակցու-



յունը խաղերին երկար տարիներ ի վեր կրում էր սիմվոլիկ բնույթ: Այդ միտումը տարիների ընթացքում էապես փոխվել է. 2012-ից կանայք հանդես են գալիս բոլոր մարզաձևերում [1]:

Արդի ժամանակաշրջանում սպորտը դժվար է պատկերացնել առանց կանանց. նրանք իրենց գրավչությամբ, գեղեցկությամբ ու մրցակցային պայքար վարելու համառությամբ առանձնակի հմայք են հաղորդում մարզաշխարհին: Սպորտի շնորհիվ ավելի է բարձրանում կանանց ինքնագնահատականը և առաջնորդի որակներ են ստանում: Նրանք մարտահրավերներ են նետում իրենց ու աշխարհին, ցույց տալով, որ կարող են նաև սպորտային նվաճումներով փայլել:

Այսօր արդեն շատ մարզաձևերում կանանց մրցումները, ինչպես տղամարդկանցը, ոչ պակաս գրավիչ և լարված են անցնում: Կին մարզուհիների համեստ ձեռքբերումները երբեմն ավելի դրական արդյունք են տալիս ազգային սպորտին: Տարբեր երկրների կին մարզուհիները կարողանում են բարձր պահել իրենց պետության պատիվը՝ նվաճելով Աշխարհի և Եվրոպայի առաջնությունների չեմպիոնի տիտղոսներ, Օլիմպական խաղերի ոսկե մեդալներ: Հայ կանայք անմասն չեն մնացել նման հաջողություններից և իրենց հետքն են թողել հայկական սպորտի պատմության էջերում:

Ինչ վերաբերում է կարատե մարզաձևին, ապա կանանց առաջին պաշտոնական մրցաշարը կայացել է 1977 թվականին՝ Տոկիոյում, որին մասնակցել էին 16 կին մարզուհիներ: Իսկ կարատե մարզաձևը՝ որպես օլիմպիական մարզաձև, առաջին անգամ ներկայացվել է 2021 թվականի օլիմպիական խաղերին:

Սպորտն ամրապնդում է կանանց առողջությունը, խթանում է ինքնակարգապահությունը, զարգացնում է ուժը, ճկունությունը, ճարպկությունը, դիմացկունությունը, աշխատունակությունը, սերմանում ինքնապաշտպանության, ինքնավստահության և հարգանքի արժեքներ [6]: Չնայած այս ամենին՝ կաննաև վիճելի հարցեր, քանզի, ըստ Օ. Ռիժենկոյի (2000) գիտական հետազոտությունների՝ մասնավորապես, թե ինչ ազդեցություն է թողնում սպորտը կանանց օրգանիզմի վրա, սակավաթիվ են, ո՛չ ամբողջական, և ո՛չ համոզիչ [6]: Այդ իսկ պատճառով այն հարցը, թե նպատակահարմա՞ր է արդյոք կանանց զբաղվել ոչ ավանդական, իրենց հարմար մարզաձևերով, դեռևս լիարժեք պարզաբանված չէ [7]: Միգուցե այս իրողությունը պատճառներից մեկն է, որ կանանց համար ոչ ավանդական համարվող մարզաձևերում, մասնավորապես՝ կարատեում, նրանց ընդգրկվածությունը գոհացուցիչ չէ:

Անհրաժեշտ է խոստովանել, որ պատճառներից մեկը նաև հասարակության մեջ գոյություն ունեցող կարծրատիպերն են, որոնց դեմ պայքարում մեծ տեղ պետք է գրավի ԶԼՄ-ների քարոզչությունը: Համաձայն ԱՄՆ-ում կատարված հետազոտությունների՝ սպորտային լուրերին հատկացվող հեռուստաթերի 92%-ը վերաբերվում է միայն տղամարդկանց, ամսագրերում ու թերթերում էլ լուրերի հարաբերակցությունը կազմում է 23:1: Գենդերային ամենամեծ տարբերություններից է նաև անհավասար աշխատավարձերն ու մրցանակային ֆոնդերը: Անհրաժեշտ է նշել, որ սպորտում՝ կանանց և տղամարդկանց միջև լիակատար հավասարության նշան դեռևս չկա: Հայաստանն այս առումով բացառություն չի կազմում, կանանց

սպորտը զգալիորեն զիջում է տղամարդկանց՝ մարզվողների թվաքանակով ու արդյունավետությամբ [1]:

Կարծրատիպերից է նաև ոչ միայն հասարակության, այլև ընտանիքի ոչ առաջադեմ հայացքները, որի վառ օրինակը ծանրամարտի Հայաստանի կանանց հավաքականի անդամ, բազմակի չեմպիոն, 2017 թվականի Եվրոպայի մեծահասակների առաջնության բրոնզե մեդալակիր Տաթև Հակոբյանի ընտանիքն է, որի, հատկապես մայրը դեմ էր դստեր մարզաձևի ընտրությանը [2]:

Կարծրատիպերի առկայության մասին վկայում է նաև Բաթի Վիլկինսոնը՝ Վադո Կայի Եվրոպայի ֆեդերացիայի փոխնախագահը: Ըստ վերջինիս՝ Մեծ Բրիտանիայում կարատե մարզաձևով զբաղվող աղջիկների թիվը հասնում է 30%-ի: Իսկ Հայաստանում քիչ աղջիկներ են զբաղվում այս մարզաձևով, որի հիմնական պատճառն այն է, որ կարատեն միայն արական սեռի ներկայացուցիչների համար է [4]:

Համաձայն որոշ հրապարակման՝ սպորտի վերաբերյալ կա խորը կարծրատիպ: Գոյություն ունեն սպորտի «առավել կանացի» տեսակներ, դրանցում առաջատար են դիթմիկ մարմնամարզությունը, գեղասահքը և աթլետիկան: Եվ «սև ցուցակներ», որոնք որպես կանոն ներառում են ծանրամարտը, ֆուտբոլը, մարտարվեստը [3]:

Նման հայեցակետերը, փաստերը մտորումների, հարցականների տեղիք են տալիս: Վերջիններիս հստակեցումը պահանջում է գիտական հիմնավորում՝ հերքել կամ հաստատել վերոնշյալ կարծրատիպերը:

**Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրության նպատակն է բացահայտել՝ որքանով են կարծրատիպերը խոչընդոտում կանանց ընդգրկվածությանը կարատե մարզաձևով զբաղվելուն:

**Հետազոտության խնդիրներն են.**

1. Բացահայտել կարատե մարզաձևով զբաղվող աղջիկների քանակը:

2. Պարզաբանել աղջիկների՝ կարատե մարզաձևով զբաղվելու դրդապատճառները:

3. Պարզաբանել մարզիչների, ծնողների վերաբերմունքն աղջիկների՝ կարատե մարզաձևով զբաղվելու նպատակահարմարությանը:

4. Բացահայտել, թե ԶԼՄ-ում ինչպես է մեկնաբանվում աղջիկների մասնակցությունը կարատե մարզաձևում:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Աշխատանքի առջև դրված խնդիրները լուծելու նպատակով կիրառվել են հիմնահարցին վերաբերող գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրման, սոցիոլոգիական հարցման և մաթեմատիկական վիճակագրության մեթոդներ:

Սոցիոլոգիական հարցումը կազմակերպվել և իրականացվել է ք. Երևանում՝ 9 մարզիչների շրջանում: Հետազոտության մասնակցել են նաև կարատե մարզաձևով զբաղվող 11 մարզուհիներ և 21 քաղաքացիներ, որոնք դրսևորում էին որոշակի հետաքրքրություն՝ վերոնշյալ խնդրի շուրջ:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Ուսումնասիրելով ՀՀ ԶԼՄ-ում, մամուլում զետեղված բավականին մեծ թվով նյութեր, որոնք վերաբերվում են կանանց

կարատե մարզաձևի խնդիրներին, երբ այն ներդրվել և զարգացել է Հայաստանում, մենք բացահայտեցինք, որ վիճակագրական տվյալները, մեկնաբանությունները, վերլուծությունները, կարատե մարզաձևի զարգացումը և դրան նպաստող կամ խոչընդոտող գործոնները ներկայացված են չափազանց աննշան: Նման մոտեցումը կարելի է համարել ոչ հեռատես, մեծ խոչընդոտ այս մարզաձևի պրոպագանդման և զարգացման գործում: Վերջիններս, մեր կարծիքով, պատճառներից մեկն է, որ այն Հայաստանում մասսայականություն և վերելք չի ապրում:

Ուսումնասիրելով սոցիոլոգիական հարցման տվյալները կարատե մարզաձևով պարապող մարզուհիների շրջանում և նպատակ ունենալով բացահայտել այս մարզաձևի ոչ արդյունավետ զարգացման պատճառները՝ մենք բացահայտեցինք որոշ օրինաչափություններ՝ հետաքրքրող հարցերի շուրջ:

Հարցաթերթիկային հարցմանը մասնակցած մարզուհիների 91%-ն ունեին բավականին մեծ մարզական ստաժ՝ միջինը 10-ը տարի և բարձր սպորտային որակավորում, սև գոտի 1-ին դան՝ 64%-ը: Կարատեով զբաղվող աղջիկների 82%-ը նշել էին, որ այս մարզաձևով զբաղվելու որոշում կայացնելիս՝ քննադատվել են ընկերների, բարեկամների և, ընդհանրապես շրջապատի կողմից: Վերջիններիս նման դիրքորոշումը՝ ըստ 82%-ի, հիմնավորվել է նրանով, որ կարատեն աղջիկների մարզաձև չէ: Համաձայն հարցվողների պատասխանի՝ քննադատողների 64%-ը նշել էին նաև, որ կարատեն կկոպտացնի աղջիկներին:

Չնայած նման դիրքորոշումներին՝ մարզուհիներն իրենց իսկ որոշմամբ սկսել են լրջորեն զբաղվել կարատե մարզաձևով: Այս մարզաձևով զբաղվելու հիմնական դրդապատճառը՝ ըստ 91%-ի պնդման, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումն է: Նույն հարցվածները (64%) դրդապատճառների շարքում նշել էին առողջության բարելավումը, գեղեցիկ կեցվածք ունենալու ցանկությունը, լավ ֆիզիկական պատրաստվածությունը, ինքնավստահությունը, հարգանքի ձեռքբերումը ընկերների շրջապատում և, մարզումների հետաքրքիր անցկացումը: Անհրաժեշտ է նշել, որ 55%-ը ցանկություն է արտահայտել դառնալ աշխարհի, օլիմպիական խաղերի չեմպիոն: Նման դիրքորոշումը համոզմունք է ներշնչում, որ աղջիկների որոշումը՝ զբաղվել կարատեով՝ բավականին կայուն է:

Եվ բնական է, որ նման դիրքորոշումներով առաջնորդվող մարզուհիների 91% նշել էին, որ հասարակության բացասական կարծիքները կարատե մարզաձևի նկատմամբ ոչ մի դեպքում չէին կարող ազդել իրենց ընտրության վրա:

Համաձայն 73% հարցվածների՝ աղջիկներն ընդհանրապես այս մարզաձևով չեն ցանկանում զբաղվել, քանզի ծնողները թույլ չեն տալիս, որոշ դեր են խաղում նաև ընկերների բացասական արձագանքները:

Հետազոտվող բոլոր աղջիկները նշել էին, որ կարատե մարզաձևը հեռուստատեսությամբ, ՉԼՄ-ներով բավականաչափ չի պրոպագանդվում, ինչն էլ, ըստ մեր համոզման, աղջիկների՝ այս մարզաձևում սակավ ներգրավվածության պատճառներից մեկն է:

Ուսումնասիրելով մարզիչների պատասխանները՝ հետազոտության առջև դրված խնդիրների շուրջ, մենք բացահայտեցինք, որ բոլոր մարզիչները դրական են վերաբերվում աղջիկների կարատեով զբաղվելուն: Չնայած նման դիրքորոշմանը՝ միայն 67%-ն էր նշել, որ կցանկանային իրենց աղջիկը կամ թոռնուհին զբաղվեր կարատե մարզաձևով: Հարցվածների 89%-ը գտնում են, որ այդ մարզաձևը նպաստում է առողջության բարելավմանը, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերմանը:

Անհրաժեշտ է նշել, որ ըստ 67% մարզիչների կարծիքի՝ աղջիկների կարատեով զբաղվելուն խոչընդոտում են հասարակությունում առկա բացասական կարծրատիպերը՝ կարատե մարզաձևի վերաբերյալ: Իսկ այն մարզուհիները, որոնք ավարտում են իրենց սպորտային կարիերան ժամանակից շուտ, ըստ 56% հարցվողների՝ բացատրվում է ընտանիք կազմելու գործոնով:

Հարցումները՝ իրականացված տարբեր մասնագիտություն ունեցող 21 ծնողների շարքում, որոնց 52%-ն ունեն բարձրագույն և 38% միջին մասնագիտական կրթություն, թույլ տվեցին գալ որոշ եզրահանգումների: Մասնավորապես, հարցվածների գրեթե 86%-ը դրական են վերաբերվում աղջիկների կարատե մարզաձևով զբաղվելուն: Ունենալով նման դրական դիրքորոշում այս մարզաձևի նկատմամբ՝ հարցվածների մոտ 56% նշել էր, որ կցանկանային իրենց աղջիկը կամ թոռնուհին զբաղվեր կարատեով: Այս խմբի ծնողների նման դիրքորոշման հիմքն ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումն է, նման կարծիքի էին 48%-ը: Բացի այդ, ծնողների 56%-ը նշել

էին՝ կարատեով զբաղվելը դրական է անդրադառնում մարմնի կառուցվածքի վրա: Իսկ այն ծնողները, որոնք չէին ցանկանում, որ իրենց աղջիկները զբաղվեին կարատեով, հիմնավորում էին, որ դա տղաների մարզաձև է, այն կոպտացնում է աղջիկներին: Նման դիրքորոշում արտահայտում էին 44%-ը: Չնայած նրան, որ ծնողների կարծիքները, այս մարզաձևի նկատմամբ միանշանակ չէր, այնուամենայնիվ, մեծամասնության՝ 81%-ի համոզմամբ, կարատեն դրական է անդրադառնում մարզուիիների առողջությանը:

Ուսումնասիրության խնդիրներից ելնելով՝ մեզ հետաքրքրում էր նաև այն խոչընդոտները, որոնք արգելում են աղջիկներին՝ զբաղվելու կարատե մարզաձևով: Ելնելով հետազոտության տվյալներից՝ հիմնական խոչընդոտը՝ ըստ 62%-ի, հասարակության զգալի մասի մոտ տիրող այն կարծրատիպն է, որ դա աղջիկների մարզաձև չէ: Ըստ երևույթին՝ նման մտածելակերպի պատճառն այն է, որ կարատե մարզաձևն ընդհանրապես և, նրա դրական կողմերը՝ մասնավորապես, բավականաչափ չեն խրախուսվում, քարոզվում՝ մամուլում, հեռուստատեսությամբ և ընդհանրապես՝ ՋԼՄ-ում, ինչի մասին վկայում են հարցվածների 71%-ը:

Ըստ փաստագրական վիճակագրական տվյալների՝ կարատեով զբաղվող 5800 աղջիկներ ներգրավված են եվրոպական երկրների տարբեր ակումբներում, որոնք վավերացված են կարատեի միջազգային ֆեդերացիայի կողմից, ինչը կրկնակի քիչ է այս մարզաձևով զբաղվող արական սեռի ներկայացուցիչների համեմատ: Իսկ ինչ վերաբերում է այն հարցին, թե ՀՀ-ում որքան աղջիկ է զբաղվում այս մար-



զաձևով, կարելի է ասել, որ այն անհամեմատելի է: Վերջինս մատնանշում է՝ անհրաժեշտ է ձեռնարկել համապատասխան քայլեր այս մարզաձևով զբաղվողների քանակն աղջիկների շրջանում էապես մեծացնելու նպատակով:

**Եզրակացություն:** Ելնելով հետազոտության արդյունքների վերլուծությունից՝ հարկ է նշել.

1. Աղջիկների կարատե մարզաձևով զբաղվելու հիմնական դրդապատճառներն են՝ առողջության բարելավումը, ինքնավստահության, ինքնապաշտպանության կարողության ձեռքբերումը և, նպատակը՝ հասնելու մարզական բարձր արդյունքների:

2. Կարատեով զբաղվելու հիմնական խոչընդոտը՝ ըստ գերակշիռ հարցվողների, հասարակությունում առկա այն բացասական կարծրատիպն է, որ այն աղջիկների մարզաձև չէ:

3. Հասարակության բացասական վերաբերմունքն աղջիկների կարատե մարզաձևի վերաբերյալ հիմնավորվում է նրանով, որ լայնորեն չի պրոպագանդվում մամուլում և հեռուստատեսությամբ:

4. Որպեսզի կարատեով զբաղվելու բացասական կարծրատիպը փոխվի, անհրաժեշտ է ծավալել լայն քարոզչական գործունեություն՝ կիրառելով բոլոր հնարավոր միջոցները:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Բաբայան Հ., Սպորտով զբաղվելու կանաց պայքարն ու մերօրյա խնդիրները /<https://sport.medi-max.am/am/news/articles/27492>
2. Ծանրամարտով զբաղվելն ինձ համար ապրելակերպ է, եթե չօգնի երբեք չի խանգարի. Տաթև Հակոբյան. <https://erit.am/am/view/1443>
3. Պարից բռնցքամարտ. Մարզիկները գենդերային կարծրատիպերի վերաբերյալ և դրանց հաղթահարումը. <https://hy.womankindstyle.com/869176-from-dance-to-boxing-athletes-on-gender-stereotypes-and-overcoming-them>
4. Փիլիփոսյան Հ., Բաթթի Վիկինսոն. «Հայաստանում կարծրատիպեր կան». [https://sport.slag .am/arm/news/123845/](https://sport.slag.am/arm/news/123845/) (հրատարակվել է 05.2013)
5. Девушки в каратэ: плюсы и минусы. <https://sibkarate.ru/blog/devushki-v-karate-plyusi-i-minusyi/>
6. Неробеев Н. Ю., Физическая и технико-тактическая подготовка спортсменов в вольной борьбе с учетом влияний полового деморфизма. Автореферат дисс. д. п. н., Санкт-Петербург. - 2014. - 47с.
7. Рижено О. В., Особенности развития женской вальной борьбы в Красноярском крае. Красноярск. Автореферат дисс. к. п. н. - 2000. - 21с.

## ԲԱԺԻՆ 4. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՒՄԸ ՍՊՈՐՏՈՒՄ

### ՖԻԹՆԵՍ ՌԵԱԲԻԼԻՏԱՑԻԱՆ՝ ՈՐՊԵՍ ՀԱՄԱԼԻՐ ԲՈՒԺՄԱՆ ՄԵԹՈԴ

*ԱՏՏՏԿ ֆակուլտետ, Ֆիզիկական վերականգման ամբիոն,  
4-րդ կուրս, Իլոնա Վարդանյան,  
Գիտական ղեկավար՝ դասախոս Ա. Մուրադյան*

**Առանցքային բառեր:** Ֆիթնես ռեաբիլիտացիա, համալիր բուժում, կյանքի որակ:

**Հետազոտության արդիականություն:** Վերջին տարիներին քաղաքակիրթ երկրներում ֆիթնեսով զբաղվելը ոչ միայն ընդունված, այլև պարտադիր պայման է: Ֆիթնես ծրագրերը ներառում են տարբեր տարիքաստեղծային խմբերի համար նախատեսված մարզումների տեսակներ: Բուժական մարզումներն առանձին ուղղություն են, որի շրջանակներում կիրառվում են տարբեր բուժական մարզումների ծրագրեր՝ նպատակաուղղված հիվանդությունների և վնասվածքների բուժմանը, սրացումների և բարդությունների կանխարգելմանը, կորցրած գործառույթների և աշխատունակության վերականգմանը: Որպես ֆունկցիոնալ բուժման մեթոդ՝ վերականգնողական բուժման ծրագրերում նշանակալի դեր ունեն բուժական մարզումները, որոնք ներառում են ֆիթնեսի տար-

բեր դիսցիպլինաներ (յոզա, սթրեստինգ, պիլատես, ֆիթբոլ, շնչառական մարմնամարզություն և այլն):

Վերականգնողական ֆիթնես մարզումները ենթադրում են հիվանդների կողմից համապատասխան ֆիզիկական վարժությունների գիտակցված և ակտիվ կատարում: Վերապատրաստման գործընթացում հիվանդը ձեռք է բերում հմտություններ՝ կիրառելու բուժական վարժությունների տեխնիկաներ՝ բուժական և կանխարգելիչ նպատակներով: Այս փաստը թույլ է տալիս վերականգնողական ֆիթնես պարապմունքները դիտարկել որպես թերապևտիկ և մանկավարժական գործընթաց: Ֆիթնեսի պարապմունքները ներառում են ֆիզիկական վարժությունների նույն սկզբունքները, ինչ ֆիզիկական կուլտուրան առողջ մարդու համար, այն է՝ համապարփակ ազդեցության, կիրառման և առողջության բարելավման սկզբունքները:

Առողջարարական ֆիզիկական կուլտուրայի և ֆիթնեսի առանձնահատկությունները, դրանց դերն ու տեղը ժամանակակից մարդու կենսակերպում դիտարկված են Վ.Կ.Բալսլիչի, Գ.Յու.Կոզինայի, Կ.Կուպերի և այլոց աշխատություններում: Ա.Վ. Գուրվիչը, Է.Ն. Մեդինան, Է.Տ. Հոուլին և Դ.Ս. Ֆրենկեն իրենց աշխատություններում առաջարկում են կիրառել ֆիթնեսի մի շարք տեսակներ (առողջարարական աներոբիկա, բողիբիլդինգ, շեյփինգ, կալանետիկա, պիլատես, մանկական ֆիթնես և այլն): Հեղինակները նկարագրել են ֆիթնեսի կարևորությունը՝ որպես մարդու առողջության պահպանման և տարբեր հիվանդությունների կանխարգելման ամենակարևոր և անհրաժեշտ բաղադրիչներից մեկը [2,3,4,5]:

Մարդու գործունեության և վարքագծի դրդապատճառներն ու շարժառիթներն ուսումնասիրել են Ա.Գ.Զդրավոսմիսրվը, Ա.Ն.Լեոնտևը, Ա.Մասլոուն, Ռ.Ս.Եմովը, Ա.Պ.Պովանիցին, Ս.Ջ.Ի.Ռուբինստեյնը, Հ.Հեխատանը, Դ. Մագնուսն, Մ.Ս.Էնդլերը և ուրիշներ: Դրանդրովն իր աշխատություններում ֆիզիկական վարժությունների տեսքով համակարգել է մարդու կարիքները:

Ըստ Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպության (ԱՀԿ) տվյալների՝ ներկայումս աշխարհի բնակչության մոտ 60%-ի մոտ ֆիզիկական ակտիվությունը չի հասնում առողջության պահպանման համար անհրաժեշտ մակարդակի [7]:

Ֆիթնես-վերականգնողական մարզումները կարևոր են նաև հիվանդությունների կանխարգելման և համալարի բուժման ծրագրերում՝ ներառման տեսանկյունից: Հիվանդացության մակարդակը որոշվում է առաջին անգամ ախտորոշված հիվանդների և մշտական բնակչության միջին տարեկան թվաքանակների հարաբերակցությամբ:

1-ին աղյուսակում և 1-ին տրամագրում ներկայացված են ՀՀ բնակչության հիվանդացության ցուցանիշներն՝ ըստ որոշ հիվանդությունների խմբերի:

**Աղյուսակ 1.**

**ՀԻՎԱՆԴԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆ ԸՍՏ ՈՐՈՇ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆ  
ՆԵՐԻ ԽՄԲԵՐԻ. 100 000 բնակչի հաշվով  
(ՀՀ վիճակագրական կոմիտե)**

	2016	2017	2018	2019	2020
Վարակային և մակաբուծային հիվանդություններ (ներառյալ COVID-19-ով պայմանավորված դեպքեր)	2 515.1	2 433.5	2 374.1	2 505.3	7 098.7
Ներզատական (էնդոկրին) համակարգի հիվանդություններ, սնուցման և նյութափոխանակության խանգարումներ	616.9	560.7	615.4	682.9	645.5
Նյարդային համակարգի և զգայական օրգանների հիվանդություններ	4 251.7	4 134.3	4 336.1	4 591.6	835.7
Արյան շրջանառության համակարգի հիվանդություններ	1 870.4	1 807.6	1 791.1	1 857.2	1 544.7
Շնչառական օրգանների հիվանդություններ	12 549.4	11 827.9	11 634.1	11 776.4	11 986.9
Ոսկրամկանային համակարգի և շարակցական հյուսվածքների հիվանդություններ	899.6	875.5	924.4	983.4	942.0

Տրամագիր 1.



Ինչպես երևում է նշված տվյալներից, հիվանդացության ամենաբարձր ցուցանիշը բաժին է ընկնում շնչառական համակարգի հիվանդություններին:

Ֆիթնես մարզումների անհրաժեշտությունն առավել արդիական է COVID-19-ի համավարակի պայմաններում: ԱՄՆ-ի Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնը (ՀՎԿԿ) բացահայտել է COVID-19-ի ծանր դիսկի գործոնները՝ ներառյալ մեծ տարիքը, սեռը (տղամարդ) և հիմքում ընկած ուղեկցող հիվանդությունների առկայությունը, ինչպիսիք են՝ շաքարախտը, գիրությունը և սրտանոթային հիվանդությունները [6]: Ֆիզիկական ակտիվությունը կարևոր է նաև կյանքի որակի ցուցանիշների բարելավման համար: Կյանքի որակը բնութագրում է բնակչության կյանքի էական հանգամանքները, որոնք որոշում են յուրաքանչյուր անհատի ազատության, հարմարավետության աստիճանն ինչպես իր

ներսում, այնպես էլ հասարակության շրջանակներում: Կյանքի որակի գնահատման համար առավել լայնորեն կիրառվող ընդհանուր հարցաթերթերից մեկը Short Form Medical Outcomes Study-ն է (SF-36) [1]:

**Աշխատանքի նպատակը:** Հետազոտության նպատակն է՝ գնահատել ֆիթնես-ռեաբիլիտացիայի արդյունավետությունը՝ ըստ կյանքի որակի պարամետրերի փոփոխության:

**Աշխատանքի խնդիրները.**

1. Բացահայտել առողջարարական, ֆիզիկական վերականգնման համալիրների արդյունավետությունը՝ հաշվի առնելով նաև COVID-19 համավարակը:

2. Ուսումնասիրել և վերլուծել ֆիթնես ռեաբիլիտացիայի վերաբերյալ գիտագործնական գրականություն:

3. Գնահատել ֆիզիկական վերականգնման համալիրների ազդեցությունը կյանքի որակի պարամետրերի վրա:

**Հետազոտության դիզայնը:** Դեպք ստուգիչ:

**Հետազոտության նյութը և մեթոդները:** Հետազոտությանը ներգրավվել են շնչառական համակարգի հիվանդություններ ունեցող 18-82 տարեկան 62 մասնակից (17 տղամարդ և 45 կին): Հետազոտության մասնակիցները բաժանվել են երկու խմբի. 11 մասնակից (2 տղամարդ և 9 կին), որոնք մարզվում են ֆիթնես ակումբներում ներգրավվել են փորձարարական խմբում, իսկ 51 մասնակից (15 տղամարդ և 36 կին), որոնք չեն մարզվում՝ ստուգիչ խմբում: Բոլոր մասնակիցները լրացրել են SF-36 հարցաթերթը, որտեղ ներառվել է նաև հարցադրում անամնեզում COVID-19 վարակի առկայության կամ բացակայության մասին, ինչպես նաև նշվել է ֆիթնես-



թեստավորման մշտադիտարկման ծրագրերին համապատասխան ֆիզիկական ակտիվության բարձր, միջին կամ ցածր մակարդակները:

**Հետազոտության անցկացման վայրը:** Հետազոտությունն իրականացվել է վերականգնողական կենտրոններում, ֆիթնես համալիրներում, բուհերի ուսանողների, ինչպես նաև ՀՀ ԳԱԱ գիտական կենտրոնների և դպրոցների աշխատակիցների շրջանում:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** 2-րդ տրամագրում ներկայացված է հետազոտության մասնակիցների բաշխումն ըստ խմբերի:

## Տրամագիր 2.



SPSS ծրագրային փաթեթի (վիճակագրության ծրագրային փաթեթ) օգնությամբ ստեղծվել է տվյալների բազա: Դիտողության միավորը բնութագրող քանակական թվերը դարձրել ենք միջին թվաբանական (M), հաշվել ենք միջինի սխալը (m): Իրականացվել է միագործոն դիսպերսիոն վերլուծություն (ANOVA analyses): Միջին թվաբանականի հավաստիությունը գնահատվել է Ստյուդենտի t-գործակցի օգնությամբ (95% հավաստիություն,  $p < 0,05$ ): Sf-36 հարցաթերթի տվյալների հաշվարկն իրականացվել է <https://orthotoolkit.com/sf-36/> անցանց հղմամբ:

2-րդ աղյուսակում և 3-րդ տրամագրում ներկայացված են SF-36 հարցաթերթի առողջության հոգեբանական 4 բաղադրիչների (դերային էմոցիոնալ գործունեություն, կենսունակություն, հոգեկան առողջություն, սոցիալական գործունեություն) սանդղակների միջին ցուցանիշները՝ փորձարարական և ստուգիչ խմբերում, որոնցից ձևավորվում է առողջական վիճակի մեկ պարամետրը՝ առողջական վիճակի ֆիզիկական (Physical Health–PH) բաղադրիչը:

Աղյուսակ 2.

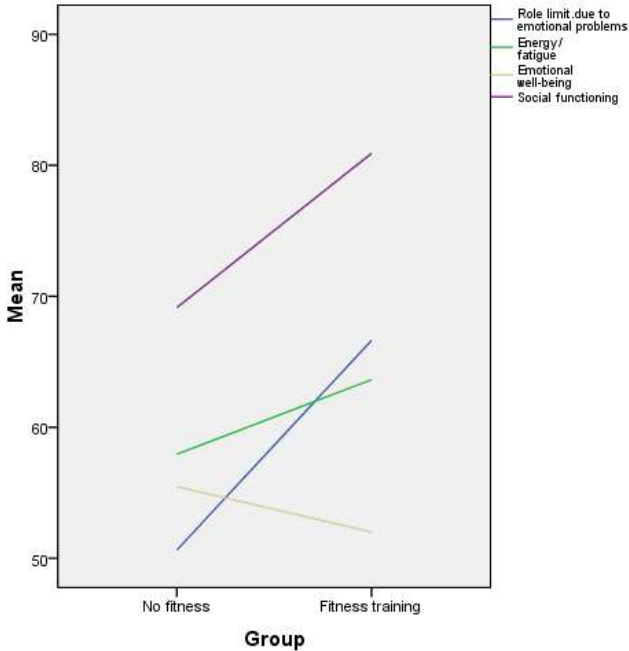
**Կյանքի որակի պարամետրերի համեմատական բնութագիրը հիմնական և սպորտի խմբերում**

Ցուցանիշներ	Հետազոտվող խմբեր				
	Փորձարարական խումբ n=11		Սպորտի խումբ n=51		
<b>Առողջական վիճակի հոգեբանական բաղադրիչներ</b>					
	M±m	σ	M±m	σ	
Դերային էմոցիոնալ գործուն.	66.66±12.7	42.2	50.52±5.3	37.7	t=1.6, P>0.05
Կենսունակություն	63.64±3.1	10.3	57.94±2.8	20.0	t=0.9, P>0.05
Հոգեկան առողջություն	52.0±3.1	10.3	55.47±1.9	13.2	t=0.8, P>0.05
Սոցիալական գործունեություն	80.68±5.2	17.1	68.87±3.0	21.7	t=1.7, P>0.05

Ըստ հետազոտության արդյունքների՝ փորձարարական խմբում, համեմատած սպորտի խմբի, դերային էմոցիոնալ գործունեության միջին ցուցանիշը բարձր էր 16,14 (t=1,6, P>0.05), կենսունակությանը՝ 11,72 (t=0,9, P>0.05), սոցիալական գործունեությանը՝ 11,81 (t=1,7, P>0.05), իսկ հոգեկան առողջությանը ցածր էր՝ 5,7 միավորով (t=0,8, P>0.05): Բաղադրիչների միջին ցուցանիշների նշանակալի տարբերություն գրացվել է ցավի ինտենսիվության ցուցանիշում:

Տրամագիր 3.

**Առողջական վիճակի հոգեբանական բաղադրիչներ**



**Եզրակացություն:** Այսպիսով՝ ֆիթնես մարզումները նպաստում են կյանքի որակը գնահատող առողջության վիճակի հոգեբանական ցուցանիշներից դերային էմոցիոնալ գործունեության, կենսունակության, սոցիալական գործունեության ցուցանիշների բարելավմանը:

Քանի որ հետազոտական խմբում ներառված մասնակիցները ինքնուրույն են զբաղվում ֆիթնեսով և չեն ներառվել շնչառական համակարգի գործառույթի բարելավման համար

նախատեսված հատուկ ֆիթնես ռեաբիլիտացիոն պարապմունքներին, ուստի անհրաժեշտ են հետազա հետազոտություններ՝ պարզելու համար ինչպես են փոխվում կյանքի որակի ցուցանիշները առողջարարական և վերականգնողական ֆիթնեսի անցկացման դեպքում:

### 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Авербух М., Двигайся больше, живи дольше: Уникальная фитнес-программа продления молодости / М. Авербух; пер. с англ. Т.Новиковой. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2004-272с.
2. Гурвич А.В., Применение инновационных фитнес-технологий в военно-образовательных учреждениях и спортивных клубах для поддержания здорового образа жизни : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А. В. Гурвич - Санкт-Петербург, 2007. - 24 с.
3. Медина ЕН., Правила здоровой жизни / Е. Н. Медина //Архитектура тела и развитие силы. - 2006. - № 4. - С. 19-22.
4. Хоули, Э.Т., Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоул, Д. С. Френке : [пер. с англ. А. А. Яценко]. - Киев : Олимпийская литература, 2005. - С. 214218.
5. Эдвард Т., Хоули Б., Дон Френке Руководства инструктора оздоровительного. – М: Киев — 2004. – Олимпийская литература. – 1-359

6. Chesnut WM, MacDonald S, Wambier CG . Could diet and exercise reduce risk of COVID-19 syndemic? Med Hypotheses 2021;148:110502.
7. <https://autogear.ru/article/389/904/kennet-kuper-biografiya-vracha-meditsinskaya-karera-i-ego-novaya-aerobika-sistema-ozdorovleniya-kenneta-kupera/>

## ԲԱԺԻՆ 5. ԱԴԱՊՏԻՎ ՍՊՈՐՏԸ ԺԱՄԱՆԱԿԱԿԻՑ ԱՇԽԱՐՀՈՒՄ

### ԱՆՎԱՍԱՅԼԱԿՈՎ ԲԱՍԿԵՏԲՈՒԻ ԾԱԳՈՒՄՆ ՈՒ ՋԱՐԳԱՑՈՒՄԸ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Մարզախաղերի ամբիոն,  
3-րդ կուրս, Սիլվա Բարսեղյան  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., պրոֆեսոր Ե. Դավթյան*

**Առանցքային բառեր:** Անվասայլակ, հաշմանդամություն ունեցող անձ, բասկետբոլ, ֆեդերացիա:

**Հետազոտության արդիականություն:** Մեզ հասանելի մասնագիտական գրականության մեջ, ոչ բավարար է լուսաբանված անվասայլակով բասկետբոլի ծագման և զարգացման վերաբերյալ տեղեկություններ, ինչպես աշխարհում այնպես էլ Հայաստանում: Վերջին տարիներին Հայաստանի Հանրապետությունում մեծ տեղ է հատկացվում անվասայլակով բասկետբոլի զարգացմանը, անցկացվում են բասկետբոլային մրցաշարեր, հանրապետության թիմերը մասնակցում են միջազգային տարբեր պաշտոնական և ոչ պաշտոնական մրցաշարերի, սակայն ինչպես անցյալում անցկացված այնպես էլ ներկայումս անցկացվող միջոցառումների մասին չկան բավարար տեղեկություններ: Աշխատնքում անդրադարձել ենք այն մարդկանց և կազմակերպություններին, ովքեր նպաստել են Հայաստանում անվասայլակով բասկետբոլի զարգացմանը: Չիմա-

նալով մեր պատմությունը՝ մենք չենք կարող պլանավորել անվասայլակով բասկետբոլի զարգացման մեր հետագա աշխատանքները:

**Հետազոտության նպատակը:** Ուսումնասիրել աշխարհում և Հայաստանում անվասայլակով բասկետբոլի ծագման և զարգացման պատմությունը և հեռանկարները:

**Հետազոտության մեթոդներն են՝**

1. գրականության ուսումնասիրություն,
2. անվասայլակով բասկետբոլի մարզիչների, մարզիկների անձնական արխիվների ուսումնասիրում, միջազգային և հանրապետական մրցաշարերի արձանագրությունների վերլուծություն:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Անվասայլակով բասկետբոլի միջազգային ֆեդերացիան (IWBF) միակ ղեկավար օրգանն է և ճանաչվել է Միջազգային պարալիմպիկ կոմիտեի (IPC) կողմից և (FIBA)-ի, «Միջազգային սիրողական սասկետբոլի ասոցիացիա»-ի կողմից: IWBF իր մեջ ընդգրկում է ավելի քան 95 ազգային անվասայլակով բասկետբոլի կազմակերպություններ, ավելի քան 100 000 անվասայլակով մարդիկ խաղում են բասկետբոլ և տարեց տարի ավելանում է նրանց քանակը աշխարհում: Անվասայլակով բասկետբոլը ընդգրկված է պարալիմպիկ խաղերի ծրագրում: Անվասայլակով բասկետբոլի աշխարհի առաջնությունները անցկացվում են պարալիմպիկ խաղերից երկու տարի հետո: Անվասայլակով բասկետբոլի առաջնությունները հիմնականում անցկացվում են Կանադայում, Ավստրալիայում, ԱՄՆ-ում, Անգլիայում, Նիդեռլանդներում, Ճապոնիայում:



1944թ. Լյուդվիգ Գուտմանն Սոսկ-Մանդելիլ Անգլիա հաշմանդամների վերականգնման համար օգտագործել է անվասայլակներով տարբեր մարզաձևեր: 1946թ. անվասայլակով բասկետբոլ սկսել են խաղալ հիմնականում երկրորդ համաշխարհային պատերազմից հետո Ամերիկայի Իլինոյսի համալսարանում ամերիկացի հաշմանդամները: Տիմոտի Նյուդժենտը 1949թ. հիմնեց անվասայլակով բասկետբոլի ազգային ասոցիացիան և 25 տարի մնաց այդ կազմակերպության ղեկավարը: Անվասայլակով բասկետբոլի միջազգային ֆեդերացիան բաժանվեց մի քանի աշխարհագրական տարածքների՝ Աֆրիկա, Ամերիկա, Ասիա, Օկիանիայի և Եվրոպա: Այս մարզաձևի աշխարհի առաջնությունը առաջին անգամ անցկացվել է 1973թ-ից, Բրյուզե քաղաքում (Բելգիա): Աշխարհի տղամարդկանց առաջին չեմպիոնը դարձավ Մեծ Բրիտանիայի թիմը, տղամարդկանց աշխարհի 11 առաջնություններում 6 անգամ հաղթող է ճանաչվել ԱՄՆ տղամարդկանց թիմը (1979, 1983, 1986, 1994, 1998, 2002), երկու անգամ Մեծ Բրիտանիայի /1973, 2018թ/, մեկ անգամ Իսրայելը /1975թ /Ֆրանսիան /1990թ/, Կանադան (2006թ): Կանոնային կանանց թիմը հաղթել է 5 անգամ /1994, 1998, 2002, 2006, 2014/թթ: Այս մարզաձևը ներթափանցեց Եվրոպա անցած դարի 50-ական թվականներին, հետագայում՝ Ասիա, Աֆրիկա, Միջին արևելք: Եվ այսպիսով ստեղծվեց Անվասայլակով բասկետբոլի միջազգային ասոցիացիան (IWBF): 1996 թվականի դրությամբ IWBF-ի կազմում կար 64 պետություն: 1993 թվականից IWBF-ը դարձավ անկախ կառավարվող մարմին, որը բաղկացած էր 8 աշխարհագրական գոտիներից, որոնց թիվը 1998թ. նվազեց՝

հասնելով 6-ի: Դրանք են՝ Հյուսիսային և Հարավային Ամերիկա, Եվրոպա, Աֆրիկա, Միջին Արևելք, Ասիա և Օվկիանիա: Տղամարդկանց առաջին պարօլիմպիկ խաղերը տեղի ունեցան Հռոմում 1960 թվականին: Կանանց առաջին պարօլիմպիկ խաղերը տեղի ունեցան 1968թ. Թեյ Ավիլում, որտեղ չեմպիոն դարձան իսրայելցիները: IWBFF-ի կողմից կարևոր մրցաշարերն են՝ - տղամարդկանց աշխարհի առաջնությունը 1973 թվականից (Բրյուզե, Բելգիա), - կանանց աշխարհի առաջնությունը 1990 թվականից (Սեն Էտիեն, Ֆրանսիա), - տղամարդկանց պարօլիմպիկ խաղեր 1960 թվականից (Հռոմ, Իտալիա), - կանանց պարօլիմպիկ խաղեր 1960 թվականից (Թեյ Ավիլ, Իսրայել), Եվրոպայի տղամարդկանց առաջնություն 1970 թվականից (Բրյուզե, Բելգիա), կանանց եվրոպայի առաջնություն 1974 թվականից (Լորիեն, Ֆրանսիա), տղամարդկանց հարավամերիկյան առաջնություն 1994 թվականից (Ռիո դե Ժանեյրո, Բրազիլիա), Ասիայի գավաթը 1997 թվականից, տղամարդկանց Եվրոպայի գավաթը 1975 թվականից, - Անդրե Վերգուվենի գավաթը (տղամարդիկ) 1988 թվականից, - Հարավային Ամերիկայի չեմպիոն ակումբների առաջնություն 1993 թվականից (Մոնտեվիդեո, Ուրուգվայ): Հայաստանում անվասայլակով բասկետբոլ սկսել են խաղալ 1980 թվականներից, «Ուրարտու» թիմը առաջին անգամ Մոսկվայում մասնակցեց ԱՊՀ երկրների առաջնությանը և գրավեց պատվավոր 3-րդ տեղը: Այժմ Հայաստանում գոյություն ունի ԱԻՆ /Արտակարգ իրավիճակների նախարարության, «Արտակարգ», Պաշտպանության նախարարության Բանակի կենտրոնական մարզական ակումբի «ԲԿՄԱ» թիմերը:

2017թ. օգոստոսին ստեղծվեց Արտակարգ Իրավիճակների Նախարարության «Արտակարգ» անվասայլակով բասկետբոլի թիմը, որտեղ ընդգրկված էին նաև «Վիվասել ՄՏՍ» - հաշմանդամություն ունեցող աշխատակիցներ: 2021թ. ԱԻՆ «ԱՐՏԱԿԱՐԳ» թիմը վերանվանվեց «WheelFoxes»:

2019թ հունվարին ստեղծվեց պաշտպանության նախարարության «ԲԿՄԱ» անվասայլակով բասկետբոլի թիմը, որտեղ ընդգրկված էին հիմնականում բանակում ծառայության, ինչպես նաև պատերազմական գործողությունների ժամանակ հաշմանդամություն ստացած մարզիկներ:

2019թ մարտ ամսին հիմնադրվել է «Հայաստանի անվասայլակով բասկետբոլի» ֆեդերացիան, նախագահ՝ Սեվակ Մխիթարյան, ֆեդերացիայի տնօրեն՝ Հարություն Եսայան, ֆեդերացիայի գլխավոր քարտուղար՝ Հովհաննես Խզմայան: Ֆեդերացիայի հիմնական խնդիրն էր զարգացնել ՀՀ-ում և Արցախում անվասայլակով բասկետբոլը, ինչպես նաև նախապատրաստվել և մասնակցել տարբեր նշանակության միջազգային մրցաշարերի:

2019թ-ի օգոստոսի 3-4-ը Հայաստանի Անվասայլակով Բասկետբոլի ֆեդերացիան առաջին անգամ Հայաստանում կազմակերպեց անվասայլակով բասկետբոլի միջազգային մրցաշար՝ Երևանի բաց առաջնություն 3x3 /STREETBALL/ ձևաչափով, մրցաշարը անցկացվեց «ԹՈՒՄՈ»-ի բացօթյա խաղադաշտում, մրցաշարում մասնակցում էին Հայաստանից «ԲԿՄԱ» և «Արտակարգ» ակումբները և 5 օտարերկրյա թիմեր՝ Ռուսաստանի, Բելառուսիայի, Վրաստանի, Քուվեյթի և Թայլանդի անվասայլակով բասկետբոլիստները:

2019թ. նոյեմբերի 30-ից մինչև դեկտեմբերի 3-ը Հայաստանի անվասայլակով բասկետբոլի ֆեդերացիան անցկացրեց միջազգային մրցաշար 5x5 ձևաչափով Հայաստանի բաց առաջնություն նվիրված «Հաշմանդամների իրավունքների պաշտպանության» միջազգային օրվան, մրցաշարին մասնակցեցին Հայաստանից «ԲԿՄԱ» և «Արտակարգ» թիմերը, ինչպես նաև Վրաստանի և Իրանի Իսլամական Հանրապետության թիմերը: Թեժ մրցապայքարի արդյունքում հաղթող է ճանաչվել Իրանի «Ֆիրուզ» թիմը, 2-րդ տեղը զբաղեցրել է Հայաստանի «ԲԿՄԱ» թիմը, իսկ 3-րդ տեղը՝ Վրաստանի «Թբիլիսի» թիմը: Մրցաշարի նպատակն էր տարածել անվասայլակով բասկետբոլ մարզաձևը Հայաստանում, հնարավորություն տալ հաշմանդամություն ունեցող անձանց զբաղվել ակտիվ սպորտով: Իսաղին հետևում էին ՀՀ Արտակարգ Իրավիճակների, Սպորտի և երիտասարդության հարցերի, Աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարները, ինչպես նաև՝ Հայաստանում Վրաստանի արտակարգ և լիազոր դեսպանը: Դիտարժան խաղն ավարտվեց հայ մարզիկների հաղթանակով՝ 33-21 հաշվով: 2021թ. մայիս ամսին ստեղծվեցին Գյումրիում «ԲՄԱ» Բանակի Մարզական Ակումբ անվասայլակով բասկետբոլի թիմը, հոկտեմբերին Վանաձորում ստեղծվեց անվասայլակով բասկետբոլի «ՄՕԹՈՒՍ ՎԻՏԱ» թիմը

2021թ հոկտեմբերի 8-10-ը Հունաստանի Սալոնիկ քաղաքում Հայաստանի «Wheel Foxes» անվասայլակով բասկետբոլային թիմը մասնակցեց «1<sup>st</sup> Tournamant GEORGE SOURLIS» մրցաշարին և գրավեց 3-րդ տեղը:

2021թ Երևանում դեկտեմբերի 1-3 անցկացվեց «ՀՀ անվասայլակով բասկետբոլի ազգային առաջնություն»: Առաջին տեղ գրավեց «ԲԿՄԱ»-ի անվասայլակով բասկետբոլի թիմը:

2021թ օգոստոսի 7-ին Երևանում «Թումոյի» այգում անցկացվեց անվասայլակով (3x3) ձևաչափով բասկետբոլի Հայաստանի առաջնություն չորս թիմերի միջև: Առաջին տեղը գրավեց Բանակի կենտրոնական մարզական ակումբի՝ «ԲԿՄԱ»- ի թիմը, լավագույն խաղացող ճանաչվեց Սամվել Ասատրյանը, երկրորդ տեղը գրավեց «Wheel Foxes»-ի թիմը, Հովհաննես Խզմայան ճանաչվեց լավագույն խաղացող, երրորդ տեղը գրավեց Արտակարգ իրավիճակների նախարարության «ԱԻՆ» թիմը, լավագույն խաղացող ճանաչվեց՝ Զավեն Մարգարյանը, չորրորդ տեղը գրավեց «ԲԿՄԱ»-ի երկրորդ թիմը:

ՀՀ անվասայլակով բասկետբոլի «Wheel Foxes» թիմը 2022թ. ապրիլի 20-25-ը Ֆրանսիայի Լիլ քաղաքում մասնակցեց անվասայլակով բասկետբոլի Եվրոպայի գավաթի 2023 թվականի խաղարկության որակավորման փուլին: «Wheel Foxes» թիմը գրավեց 4-րդ տեղը:

**Եզրակացություն:** Շատ քիչ են Հայաստանի անվասայլակով բասկետբոլիստների պատմության վերաբերյալ տվյալները: Մեր կատարած աշխատանքը կարող է սկիզբ դառնալ մասնագետների համար հետազայում այն շարունակելու և զարգացնելու համար:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Դավթյան Ե.Լ., Բասկետբոլ, Ուսուցում և մարզում՝ բուհերում սովորող ուսանողների համար, Երևան, 2013, էջ 5:
2. Դավթյան Ե.Լ., Բասկետբոլիստի մարզումը, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2006, էջ 6-10:
3. Դավթյան Ե., Դավթյան Ա., Անվասայլակով բասկետբոլի պատրաստության առանձնահատկությունները, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2022, էջ 99:
4. Программ спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол на колясках» (Спорт лиц с поражением ода) Ханты-Мансийск 2017г.
5. Марк Волкер, Баскетбол на колясках 2010, стр.20-23.

## ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОГО СПОРТА В РОССИИ

*Факультет дневного обучения, кафедра теории и методики АФК, 2-ой курс, Касьянова Алина, научный руководитель - к.п.н., профессор, Т. Бегидова*

**Ключевые слова:** принцип, управление, развитие, адаптивный спорт, инвалиды, виды адаптивной физической культуры, здоровый образ жизни, двигательная активность.

**Актуальность исследования:** Адаптивная физическая культура и спорт с каждым годом становятся все более актуальными в обществе. Среди людей с ограниченными возможностями здоровья нарушения бывают самые разные: нарушения опорно-двигательного аппарата, органов зрения (слепые, слабовидящие), слуха (глухие, слабослышащие), нарушение речи, соматические заболевания и другие нарушения.

Согласно Федеральному закону об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья (специальном образовании) от 29.12.2012 (с изм. и доп., вступ. в силу с 02.0.2021) [3], инвалиды, для которых подходит адаптированное физическое воспитание, имеют следующие проблемы:

- Нарушение зрения / слепота
- Травматическое повреждение мозга
- Умственная отсталость
- Нарушение речи или языка
- Специфическая неспособность к обучению
- Другое нарушение здоровья

- Аутизм
- Серьезное эмоциональное расстройство
- Ортопедические нарушения
- Множественная инвалидность
- Нарушение слуха
- Глухота

Федеральный закон требует, чтобы физическое воспитание было доступно всем учащимся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья. Подобно общему физическому воспитанию, адаптивное физическое воспитание направлено на развитие физических и моторных навыков, фундаментальных двигательных навыков и модели поведения (например, ловля, ходьба, бег, метание и т. д.), навыков танцев, индивидуальных и групповых игр, спорта и водных видов спорта.

Люди с ограниченными возможностями здоровья хотят быть активными, заниматься спортом и вести здоровый образ жизни. Они адаптируют социальную среду и доступность для себя, чтобы заниматься различными видами спорта и двигательной активности, в которых они могут соревноваться друг с другом.

Таким образом, люди с ограниченными возможностями здоровья не чувствуют себя обделенными и могут самореализовываться. Для некоторых видов расстройств такие виды спорта и физическая культура являются наиболее эффективными методами реабилитации.



Именно поэтому так важно развивать адаптивную физическую культуру и спорт во всех регионах. В связи с чем данное исследование является актуальным.

**Цель и проблемы исследования:** Цель - изучение проблем и перспектив развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в Российской Федерации на основе анализа статистических данных. Проблема - нынешняя ситуация адаптивного спорта в России не отвечает текущим общественным требованиям и требует дальнейших перспектив развития.

**Методы и организация исследования:** Материалом исследования послужила доступная научная литература по теме исследования. Методами исследования стали анализ и синтез научно-методической литературы и документальных материалов, педагогические наблюдения и беседы со специалистами по адаптивной физической культуре (АФК).

Для уточнения общих (универсальных) принципов управления и определения сущности специальных принципов управления развитием адаптивного спорта использовались следующие методы исследования:

- анализ и обобщение литературных источников;
- контент-анализ нормативных и рекомендательных актов, регулирующих международную, региональную и национальную деятельность в области адаптивного спорта, законодательных и подзаконных актов, которые необходимо соблюдать при осуществлении действий в области адаптивного спорта в Российской Федерации;

- педагогические наблюдения за деятельностью системы адаптивного спорта и тренировочно-соревновательной деятельности спортсменов-инвалидов;
- опрос (беседы, интервью) государственных служащих, преподавателей, членов спортивных сборных команд, волонтеров и судей в адаптивном спорте;
- контент-анализ информации с рекламных щитов и промо-информационных стендов адаптивных спортивных организаций; юридические и управленческие консультации;
- личный опыт работы в системе спорта для инвалидов [5право].

**Анализ результатов исследования:** Результаты исследований российских авторов в области классического менеджмента [1], менеджмента в образовании [1, 2], менеджмента и маркетинга в сфере физической культуры и спорта [1] и др., применяемые для нужд управления развитием адаптивного спорта в России, предусмотренных для выделения и уточнения универсальных принципов управления:

1. Принцип системности рассматривает адаптивный спорт как систему – целостное сочетание государственных и общественных организаций, действующих в целях социальной адаптации, физической реабилитации инвалидов и развития адаптивного спорта в Российской Федерации.

Элементами этой системы являются такие субъекты адаптивного спорта, как органы государственной власти в области, реализующие в пределах своей компетенции программы

физической культуры и адаптивных занятий спортом с инвалидами.

Эти элементы функционально систематизированы и находятся в тесном взаимодействии друг с другом и внешней средой, направлены на достижение целей развития адаптивного спорта.

2. Принцип научной обоснованности и адекватности предполагает реализацию управленческих функций на основе последних достижений науки (прежде всего в области менеджмента, общей, лечебной и спортивной педагогики и психологии) и научно-обоснованных методов и методов, подходы, принятие решений, адекватных постановке ситуаций управленческих решений на основе актуальной, актуальной, достоверной, полной и объективной информации.

3. Принцип оптимальности и эффективности управления развитием адаптивного спорта означает скорейшее достижение поставленных целей развития при минимальных затратах трудовых, финансовых, материально-технических, трудовых и иных ресурсов.

4. Принцип регулирования управления предполагает управленческие действия в сфере адаптивного спорта (в частности, по его развитию) в соответствии с действующими нормативными актами и законодательством.

Учителя физического воспитания должны обладать знаниями и компетенциями в следующих областях [5]:

- Развивающие методы обучения физической и двигательной подготовке, основным двигательным навыкам и на-

выкам в индивидуальных видах спорта и других видах деятельности, а также в групповых видах спорта и играх.

- Знание управления моторикой для обучения физическому воспитанию людей с ограниченными возможностями
- Знание последовательностей развития и двигательных характеристик, связанных с рядом нарушений
- Навыки ряда методов и процедур физического воспитания для разработки индивидуальных образовательных программ по физкультуре.

Примеры правил в сфере адаптивного спорта:

1) Стандарты - технические условия и строительные требования, приводит в порядок характеристики и состояние спортивных сооружений, спортивно-технологического оборудования и инвентаря;

2) Указания Министерства спорта и туризма РФ по обеспечению требований доступности услуг для инвалидов и других лиц с ограниченными физическими возможностями в соответствии с факторами, сдерживающими доступность услуг в сфере спорта и туризма;

3) Выписки о физкультурно-спортивных организациях, спортивных соревнованиях, присвоении спортивных и тренерских званий, свидетельствах судей.

Исходя из своеобразности сферы адаптивного спорта, суть особых управленческих принципов ее развития заключаются в следующем [5]:

1. Принцип гармонизации общественных и национальных интересов и потребностей инвалидов, предполагающий взгляд

на интересы государства, семьи, общественных организаций и институтов - с одной стороны, и естественные и социальные потребности и спортивные интересы представителей разных нозологических групп., их мнение при постановке целей, задач, способов организации, сущность и технологии массового физического воспитания и учебно-спортивной деятельности с инвалидами - с другой.

2. Принцип эффективной централизации в управлении адаптивным спортом - оптимальное распределение полномочий при принятии управленческих решений и эффективное сочетание единоначалия и сотрудничества в управлении.

Суть этого принципа такова:

- высшее руководство в спорте для инвалидов (Министерство спорта, Паралимпийский комитет России, федерации, союзы и ассоциации адаптивного спорта и т. д.) занимается широкомасштабными (международными, межрегиональными, отраслевыми) стратегическими вопросами, и менее значимое руководство (организации, ответственные за реализацию программы физкультурно-спортивной деятельности с инвалидами) - по региональным и местным вопросам;

- администратор любого уровня управления адаптивным спортом вправе принимать индивидуальные решения по вопросам, входящим в его компетенцию, и делегировать часть своих обязанностей, прав и ответственности своим подчиненным (среди профессионального персонала);

- каждое организационное решение в сфере адаптивного спорта должно приниматься совместно, а именно коллективно с

учетом мнений руководителей разного уровня, специалистов (экспертов), исполнителей (тренерский штаб спортивных организаций, спортивные судьи, волонтеры и др.) и спортсмены-инвалиды, если требуется;

- ответственность за совместные организационные решения принимает на себя управляющий, где каждое должностное лицо отвечает за выполнение намеченных действий и работ.

3. Принцип обратной связи – постоянное отслеживание реакции объекта управления на все организационные действия, предпринимаемые агентом управления.

Примерами форм обратной связи в системе адаптивной физической культуры могут быть: учет материально-технической, финансовой, кадровой и иной поддержки физкультурно-спортивной организации, показатель качества физкультурно-спортивной деятельности, динамика индивидуальной физической подготовленность занимающихся, объем и качество освоенных двигательных действий, количество спортивных призов и др.

4. Принцип гуманизации подразумевает:

- признание инвалидов равноправными членами общества;

- выбор целей, формы и методов организации (в том числе, способов взаимодействия с занимающимися), способов и средств спортивной тренировки с учетом ценностных ориентаций, целевых установок, спортивных интересов, потребностей и амбиций, а также нозологии, степени патологии, физическое состояние, двигательный опыт и потенциал, ин-

теллектуальные и личностно-психологические особенности спортсменов-инвалидов;

- предоставление возможности спортсменам-инвалидам сотрудничать в принятии и реализации управленческих решений в сфере адаптивного спорта.

5. Принцип государственной помощи в развитии адаптивного спорта. Согласно этому принципу, государство несет ответственность за правовую, экономическую, социальную и иную поддержку развития адаптивного спорта в нашей стране, поддержку паралимпийского движения.

Этот принцип закреплен в Федеральных законах «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «О социальном обслуживании пожилых граждан и инвалидов», «О социальной защите в Российской Федерации», «Об образовании» и др.

Основные формы государственной поддержки адаптивного спорта, помимо нормативных правовых актов, закреплены в недавно утвержденной Стратегии развития физической культуры и спорта до 2030 года [6, 7], программах и планах регионального сотрудничества, а также в государственных программах развития адаптивного спорта.

Наиболее примечательно следующее:

- правовое регулирование деятельности в сфере адаптивного спорта и управление им; юридическая помощь субъектов спорта инвалидам;

- финансирование системы спорта инвалидов;

- обеспечение благоприятного инвестиционного климата, формирование внебюджетных фондов адаптивного спорта и организационное обеспечение их деятельности;
- обеспечение требований доступности спортивных объектов и услуг для инвалидов и других лиц с ограниченными физическими возможностями;
- информационно-коммуникационная поддержка спорта для инвалидов: освещение спортивных мероприятий в СМИ, образовательные мероприятия и пропаганда адаптивного спорта и здорового образа жизни среди инвалидов;
- исследования по вопросам спорта для инвалидов;
- определение приоритетных направлений подготовки и обучения (переподготовки, повышения квалификации) кадров в сфере адаптивного спорта [5].

**Вывод:** таким образом, процесс управления развитием адаптивного спорта основан на принципах системности, оптимальности и эффективности; а также научной обоснованности и адекватности; сочетании в управлении общественными и национальными интересами и потребностями инвалидов; эффективной централизации; регулировании управления; наличии обратной связи; гуманности и государственной помощи лицам с инвалидностью.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Гуськов, С.И. Спорт и маркетинг / С.И. Гуськов. - М.: Вагриус, 1995. - 303 с.



2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.

3. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. N 273 - ФЗ «Об образовании в РФ» <http://ivo.garant.ru/#/document/70291362/paragraph/1/doclist/14991/showentries/0/highlight/%D0%97%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BD%20%D0%BE%D0%B1%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B8:0>

4. Коллегия Министерства спорта [Электронный ресурс]: <https://minsport.gov.ru/2020/docs/2021/Справочная информация по второму вопросу повестки.pdf> / [Дата обращения 19.12.2021].

5. Махов А.С., Степанова О.Н. Проблемы управления развитием Адаптивного спорта в России, научно-теоретический журнал «Ученые записки», N 12(58) – 2009 г. 68-70с.

6. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 N 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года» [Электронный ресурс]: <https://sudact.ru/law/rasporiazhenie-pravitelstva-rf-ot-24112020-n-3081-r/strategiia-razvitiia-fizicheskoi-kultury-i/ii/adaptivnyi-sport> / [Дата обращения 20.12.2021].

7. Стратегия развития физической культуры и спорта до 2030 года. // Министерство спорта Российской Федерации [Электронный ресурс]: <https://minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030/> [Дата обращения 20.12.2021].

## ԲԱԺԻՆ 6. ՄՊՈՐՏԱՅԻՆ ՏՈՒՐԻԶՄԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ՀԵՌԱՆԿԱՐՆԵՐԸ

### ՄՊՈՐՏԱՅԻՆ ՏՈՒՐԻԶՄԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ՀԵՌԱՆԿԱՐՆԵՐԸ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ

*ԱՏՍՏԿ ֆակուլտետ, Սպորտային տուրիզմի և  
փրկարարական գործի ամբիոն,  
4-րդ կուրս, Նարեկ Պետրոսյան,  
Գիտական ղեկավար՝ Ս. Դանիելյան*

**Առանցքային բառեր:** Սպորտային տուրիզմ, արկածային տուրիզմ, ժայռամագլցում, ռաֆթինգ, սապերոդինգ, պարապլանիզմ, օդապարիկով թռիչք, դահուկային սպորտ և սնուբորդ:

**Հետազոտության արդիականություն:** Հայաստանի Հանրապետությունն այն երկրներից է, որն ամբողջ աշխարհից իրեն է ձգում զբոսաշրջիկներին: Այսօր զբոսաշրջության աշխարհն իսկապես բազմազան է և տարատեսակ: Դրա մի մասն է կազմում սպորտային տուրիզմը, որը շատ հետաքրքիր է և կարող է դառնալ ճանապարհորդելու հիանալի շարժառիթ [1]:

Սպորտային տուրիզմը զբոսաշրջության այն տեսակն է, որը կենտրոնանում է սպորտի վրա: Հայաստանում վերջին տարիներին սկսել է զարգանալ սպորտային տուրիզմի գրեթե բոլոր ուղղությունները: Այն հեռանկարային և արագ զարգացող ճյուղ է: Սպորտային տուրիզմի գրեթե բոլոր ուղղությունները

բնութագրվում են նաև որպես արկածային տուրիզմի տեսակներ: Վերջերս ամերիկյան National Geographic կազմակերպությունը տուրիզմի վերաբերյալ կատարել է վիճակագրություն. պարզ է, որ արկածային տուրիզմի լավ պայմաններ ունեցող երկրների մեջ Հայաստանը զբաղեցնում է 3-րդ տեղը [2]:

Չնայած նրան, որ ամբողջ աշխարհում սպորտային զբոսաշրջությունը զարգացվածության առումով բավականին բարձր մակարդակի վրա է, այնուամենայնիվ Հայաստանում այն նոր է սկսում զարգանալ և դեռ մասսայական բնույթ չի կրում:

Սակայն սպորտային տուրիզմի առանձնահատկությունը նրա արագ տեմպերով զարգացումն է: Քչերը տեղյակ կլինեն սապբորդինգի մասին, և որպեսզի ավելի լավ պատկերացում կազմեք զարգացման տեմպերի վերաբերյալ, հարկ է նշել այն, որ սապբորդինգը համարվում է սպորտային (արկածային) տուրիզմի ջրային տեսակ, սակայն հայալեզու տեղեկատվական աղբյուրներում 2020 թվականի նոյեմբեր ամսվա տվյալներով դրա մասին ոչ մի տեղեկություն չկա: Իսկ որոշ արշավական ակումբներում «սապբորդինգ» տերմինը հանդիպում է 2020 թվականի հուլիսից, սակայն չկա սպորտաձևը ներկայացնող որևէ տեղեկություն: Այնինչ սապբորդինգի մրցաշարերն աշխարհում սկսել են իրականացվել 2003 թվականից:

Վերը նշվածով պայմանավորված է սույն հետազոտության արդիականությունը:

**Հետազոտության նպատակն է՝** պարզաբանել սպորտային տուրիզմի զարգացման հեռանկարները Հայաստանում:

**Հետազոտության խնդիրները:**

1. Պարզել մարդկանց տեղեկացվածության և հետաքրքրության մակարդակը սպորտային տուրիզմի վերաբերյալ:

2. Ուսումնասիրել Հայաստանում սպորտային տուրիզմի զարգացման համար անհրաժեշտ պայմանները:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Հետազոտության մեթոդներն են՝ գրականության ուսումնասիրում և վերլուծում, սոցիոլոգիական հարցում, զրույց:

Ուսումնասիրությունն ու վերլուծությունը թույլ տվեցին ծավալուն տեղեկություններ ստանալ սպորտային տուրիզմի ներկայիս զարգացվածության և հնարավոր զարգացման հեռանկարների մասին:

Սոցիոլոգիական հարցումներն իրականացվել են հիմնականում երիտասարդության շրջանում՝ 18-30 տարեկան հարյուրիզանոց երկու տարբեր խմբերում: Տրված պատասխանները բերեցին կոնկրետ եզրակացության:

Զրույցներն իրականացվել են Ալպինիզմի և սպորտային տուրիզմի ֆեդերացիայի նախագահի և ոլորտի մասնագետների հետ: Զրույցները թույլ տվեցին խորապես հասկանալ տիրող իրավիճակը և հանգեցրեցին ոլորտի մարկետինգային որոշ հարցերի:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Սպորտային զբոսաշրջության հաճախորդներն ակտիվ կենսակերպ ունեցող մարդիկ են, մարզասերներ (ոչ պրոֆեսիոնալ մարզիկներ), որոնք ցանկանում են իրենց ընտրած սպորտով զբաղվել ճանապարհորդության ընթացքում և, դրա կազմակերպումը

վստահել զբոսաշրջային ընկերություններին և ձեռնարկություններին: Շրջագայությունների այս խումբը ներառում է հատուկ ծրագրերում հատկացված սպորտային գործունեությանը նվիրված մասնագիտացված շրջագայություններ [3]:

Սպորտային տուրիզմի զարգացումն առաջին հերթին կախված է ընդհանուր տուրիզմի զարգացումից: Կատարված ուսումնասիրությունների արդյունքում պարզ դարձավ, որ 2016-ից սկսած՝ զբոսաշրջիկների հոսքը կրկին աճ է գրանցել. այդ տարի Հայաստան է եկել 1 միլիոն 260 հազար զբոսաշրջիկ՝ շուրջ 67 հազարով ավելի շատ, քան 2015-ին:

#### **Օտարերկրյա զբոսաշրջիկների քանակ.**

2016 թ.՝ 1,260,000 մարդ

2017 թ.՝ 1,500,000 մարդ

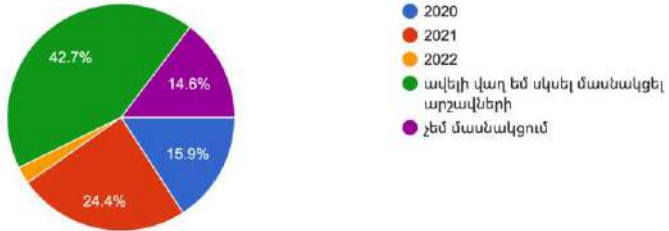
2018 թ.՝ 1,651,782 մարդ

2019 թ.՝ 1,894,377 մարդ

Վերոնշյալում ներկայացված է 2016-2019 թվականներին արտերկրից ՀՀ ժամանած զբոսաշրջիկների քանակը: Դրան զուգահեռ Հայաստանում աճել է նաև ներքին զբոսաշրջությունը: Վիճակագրական կոմիտեի տվյալով 2021 թվականի հունվար-սեպտեմբերին մեր երկրի ավելի քան 1 մլն 435 հազար (1 մլն 435 հազար 111) քաղաքացի ճանապարհորդել և հանգստացել է Հայաստանում: 2020-ի (934 հազար 981) նույն ժամանակահատվածի համեմատ ներքին զբոսաշրջությունն աճել է 53.5 %-ով, իսկ ամենակտիվ տարվա՝ 2019-ի (1 մլն 405 հազար 398) համեմատ աճը 2.1% է[4]:

Երիտասարդության ակտիվությունը զբոսաշրջության վերաբերյալ պարզելու համար կատարել եմ հարցում.

Որ թվականից եք մասնակցում արշավների  
82 responses



Այս ցուցանիշը վկայում է այն մասին, որ երիտասարդների հետաքրքրությունն արշավների նկատմամբ աստիճանաբար աճում է: Ըստ հարցման՝ եթե նախկինում արշավների մասնակցում էր մարդկանց 42.7%-ը, ապա 2020-2022 թվականներին աճ է գրանցվել 40.3%-ով:

Ըստ կատարած ուսումնասիրությունների՝ ներկայումս Հայաստանում առավել հայտնի են սպորտային տուրիզմի ճմեռային տեսակներից դահուկային սպորտը և սնոուբորդը, որոնց համար կան պատրաստված երթուղիներ: Դրանցից ամենամեծը գտնվում է Ծաղկաձորում՝ Թեղենիս լեռան լանջերին: Բացի դա, 2021 թվականին կառավարությունը որոշեց իրագործել մի ծրագիր, ըստ որի՝ Եղիպատրուշ գյուղի մոտակայքում պետք է կառուցվի բազմաֆունկցիոնալ լեռնային համալիր և, ակնկալվում է, որ այն կկարողանա սպասարկել 500,000 հաճախորդի [5]:

Ըստ որոշ կազմակերպությունների՝ Հայաստանում զարգացման հեռանկարներ ունի ժայռամագլցումը, որը պայմանա-

վորված է Հայաստանի բնական ռեսուրսներով ու դրանց գեղեցկությամբ: Ժայռամագլցումը ֆիզիկական և մտավոր կարողություններ պահանջող գործունեություն է, որի ժամանակ փորձության են ենթարկվում մագլցողի ուժը, հուզականային կայունությունը, դիմացկունությունը, ճկունությունը և հավասարակշռությունը: Պատկերավոր մտածողությունը և ստեղծագործական միտքը որոշիչ դեր են խաղում ժայռամագլցման մեջ: Մագլցման տեխնիկային, հմտություններին և մագլցման գույքի օգտագործմանը տիրապետելը վճռական են մագլցման երթուղիներն ապահով անցնելու համար[6]: Մարզվելու և մարզելու նպատակով կառուցվել են արհեստական ժայռապատեր, որոնցից մեկը գտնվում է ՀՖԿՍՊԻ-ում: Բացի բուհի ուսանողներից այնտեղ պարապմունքներ են իրականացվում նաև բոլոր ցանկացող մարդկանց համար: Պարապմունքները գնային առումով բավական մատչելի են, իսկ հաճախումների քանակը գնալով մեծանում է:

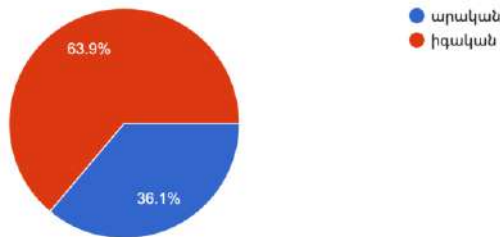
Ունենալով հարուստ բնաշխարհ՝ Հայաստանը շատ նպաստավոր տեղ է ռաֆթինգ սպորտաձևերի համար: Այնուամենայնիվ, սպորտային տուրիզմի այս տեսակը մեր երկրում բավականին նոր է: Հայաստանում ռաֆթինգ սկսել են իրականացնել մոտ 3 տարի առաջ, և այժմ այն ավելի ու ավելի է տարածում գտնում: Այստեղ ռաֆթինգ իրականացնելու հիմնական գետերն են Ձորագետը, Քասախը, Թարթառը և Դեբեդը: Սակայն, հարկ է նշել, որ սիրողական նպատակներով ռաֆթինգ Հայաստանում իրականացնելու ամենահարմար ու ապահով գետը Դեբեդն է [7]:

Օդային տեսակներից զարգացած ճյուղեր են պարապլանիզմը և օդապարհկով թռիչքը: Հայաստանում գոյություն ունի պարապլաներիզմի ակումբ, որը գրեթե ամեն շաբաթ կիրակի, երբ եղանակը բարենպաստ է, կատարում է պարապլանային թռիչքներ: Օդապարհկով թռիչքների մասով՝ որպես սպորտային տուրիզմի տեսակ, Հայաստանը բավականին բարձր մակարդակի վրա է: Բացի այն, որ թռիչքներ են իրականացվում սիրողական մակարդակի, նաև զգալի հաջողություններ ունենք պրոֆեսիոնալ ոլորտում: Հայ օդաչուներին հաջողվել է սահմանել համաշխարհային ռեկորդ [8]:

Հայաստանում սպորտային տուրիզմի պատկերը պարզեցնելու համար կատարեցի ևս մեկ հարցում:

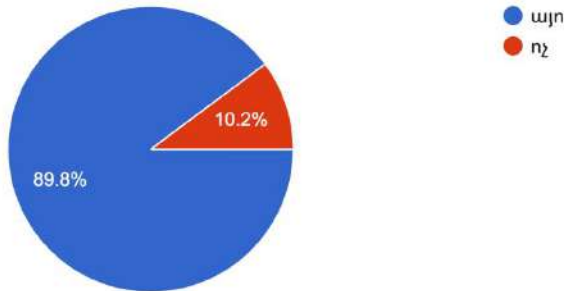
Հարցմանը մասնակցել են տարբեր տարիքային խմբերի մարդիկ՝ հիմնականում երիտասարդներ՝ գերակշիռ մասը իգական սեռի ներկայացուցիչներ:

Ձեր սեռը  
108 responses





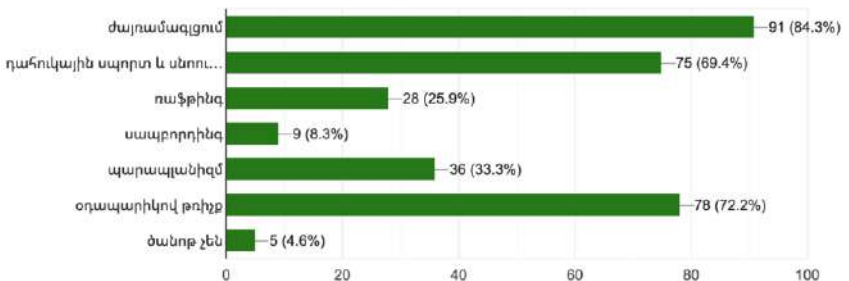
Լսե՞լ եք սպորտային տուրիզմի մասին՝  
108 responses



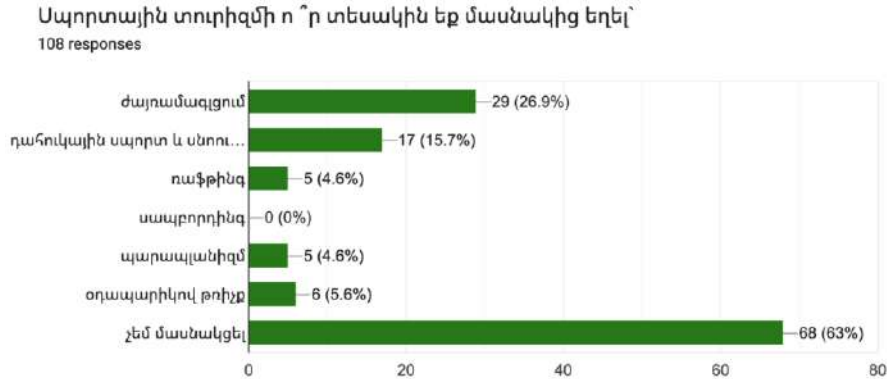
Ըստ վիճակագրության՝ սպորտային տուրիզմի մասին տեղեկություններ չունեք մոտավորապես 10%-ը:

Այն հարցին, թե սպորտային տուրիզմի որ տեսակներն են իրենց ծանոթ (որտեղ թվարկել էի Հայաստանում առավել տարածված սպորտաձևերը), տվել են հետևյալ պատասխանները.

Սպորտային տուրիզմի ո՞ր տարատեսակներն են ձեզ ծանոթ՝  
108 responses



Այնուամենայնիվ, հարցումը ցույց տվեց, որ անկախ տեղեկացվածության բարձր մակարդակից, սպորտային տուրիզմին քչերն են մասնակից, ինչը երևում է գրաֆիկից:



Եվ վերջում, թե ինչու՞ չեն մասնակցել հարցին, մասնակիցների առավել շատ տված պատասխանների եռյակը հետևյալն է.

1. Ժամանակի սղության պատճառով,
2. ինֆորմացիայի պակաս,
3. ցանկության բացակայություն:


**Եզրակացություն:** Գրականության ուսումնասիրության ու վերլուծության արդյունքում պարզվեց, որ Հայաստանի Հանրապետությունն ունի բոլոր ռեսուրսները սպորտային տուրիզմի զարգացման համար, իսկ տեղական և արտասահմանյան հեղինակավոր կազմակերպությունների կատարած ուսումնասիրությունները ապացույց են այդ ամենի:

Սոցիոլոգիական հարցումներս վկայեցին այն մասին, որ երիտասարդության զգալի մասը հետաքրքրված է սպորտային տուրիզմով, և հետաքրքրության ու մասնակցության ակտիվությունը տարեցտարի մեծանում է: Հարցումը թույլ տվեց հասկանալ, որ սպորտային տուրիզմով զբաղվելը Հայաստանում մատչելի է: Սակայն դրականից զատ առկա են որոշ խնդիրներ, որոնց վերացման համար ոլորտի մասնագետները պետք է աշխատեն:

Առաջին՝ մարդկանց տեղեկացվածությունը: Սա բավականաչափ կառավարելի գործոն է և, ճիշտ քայլերը կօգնեն ոլորտի զարգացմանը:

Երկրորդ՝ հետաքրքիր և տարբերվող տուրերի բացակայություն, որոնց ներառումը կբարձրացնի երիտասարդների ցանկությունը սպորտային տուրիզմի հանդեպ:

Այնուամենայնիվ, նշել կոնկրետ կետ, որը զգալի կնվազեցնի, կամ կբարձրացնի սպորտային տուրիզմի զարգացման տեմպերը՝ սխալ է: Գործողությունները որոնց մի մասը նշեցի, հարկավոր է իրականացնել աստիճանաբար և համալիր կերպով:

 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. <https://www.actualidadviajes.com/hy/turismo-deportivo>
2. [https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%B7%D6%84%D5%BD%D5%BF%D6%80%D5%A5%D5%B4%D5%A1%D5%AC\\_%D5%BF%D5%B8%D6%82%D6%80%D5%AB%D5%A6%D5%B4](https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%B7%D6%84%D5%BD%D5%BF%D6%80%D5%A5%D5%B4%D5%A1%D5%AC_%D5%BF%D5%B8%D6%82%D6%80%D5%AB%D5%A6%D5%B4)
3. <https://btet.ru/hy/passport/kakie-vidy-turizma-byvayut-prostye-slozhnye-ekstremalnye-vidy-turizma-i/>
4. <https://www.1lurer.am/hy/2021/12/11/%D5%80%D5%A1%D5%B5%D5%A1%D5%BD%D5%BF%D5%A1%D5%B6%D5%B8%D6%82%D5%B4-%D5%B6%D5%A5%D6%80%D6%84%D5%AB%D5%B6-%D5%BF%D5%B8%D6%82%D6%80%D5%AB%D5%A6%D5%B4%D5%A8-%D5%BE%D5%A5%D6%80%D5%A1%D5%AF%D5%A1%D5%B6%D5%A3%D5%B6%D5%BE%D5%A5%D5%AC-%D5%A7/622166>
5. <https://hetq.am/hy/article/133913>
6. <https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%BA%D5%A1%D5%B5%D5%BC%D5%A1%D5%B4%D5%A1%D5%A3%D5%AC%D6%81%D5%B8%D6%82%D5%B4>
7. <https://www.armgeo.am/rafting-in-armenia/>
8. <https://armenpress.am/arm/news/1075910.html>

## ԲԱԺԻՆ 7. ՆՈՐԱՐԱՐԱԿԱՆ ՏԵԽՆՈԼՈԳԻԱՆԵՐԸ ՍՊՈՐՏԻ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՅՈՒՄ

### ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԿԱՐԻԵՐԱՆ ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿՈՂ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՐԱՀԱՆԴԵՍԱՅԻՆ ՊԱՐԵՐՈՒՄ

*ՄՄ ֆակուլտետ, Հ.Հ.Շահինյանի անվան մարմնամարզության,  
սպորտային պարերի, գեղասահքի և շախմատի  
ամբիոն, 3-րդ կուրս, Նարինե Ավագյան  
Գիտական ղեկավար՝ մ.գ.թ., դոցենտ Հ. Գասպարյան*

**Առանցքային բառեր:** Սպորտային պարեր, սպորտային կարիերա, սահմանափակող գործոններ:

**Հետազոտության արդիականություն:** Վերջին տասնամյակներում աշխարհի տարբեր երկրների գիտնականների կողմից պարբերաբար իրականացվում են մարզիկների սպորտային կարիերան սահմանափակող գործոններին առնչվող հետազոտություններ [2,3,4,5]: Սպորտային հոգեբանության եվրոպական ֆեդերացիայի կողմից ներկայացված սահմանման համաձայն՝ սպորտային կարիերան անհատի բազմամյա սպորտային գործունեությունն է, որն ուղղված է բարձր նվաճումներին և ինքնակատարելագործմանը [4]: Մասնագիտական գրականությունում Ալֆերմանն ու Ստանբուլյան (2007) <<մարզական կարիերան>> սահմանում են որպես բազմամյա

մարզումային գործունեություն, որն անձն ընտրում է կամովի՝ մեկ կամ մի քանի մարզաձևում բարձր սպորտային հաջողությունների հասնելու համար [2]: Դանիացի և շվեդ հետազոտողները, իրականացնելով թեմայի առնչությամբ հետազոտություն, ուսումնասիրել են 16 մարզաձևերի մարզիկների կենսագրություն [5]: Վերջիններիս տվյալների համաձայն՝ սպորտային կարիերան սահմանափակող գործոնների շարքում մեծ նշանակություն պետք է տրվի մոտիվացիայի բացակայությանը և սպորտային վնասվածքներին: Այս գործոնները սպորտային կարիերան ավարտելու գործոնների համատեքստում կազմել է 53 տոկոս: Դրանց հաջորդող առավել ծանրակշիռ պատճառները կամ գործոնները եղել են՝ ընտանիքի անդամների վերաբերմունքը (23,5%), ֆինանսները (17,6%), նվաճումների սակավությունը (11,8%):

Սպորտային պարերին առնչվող մասնագիտական գրականության ուսումնասիրման ընթացքում պարզվեց, որ պարողների սպորտային կարիերայի սահմանափակման կամ ավարտի վերաբերյալ տեղեկություններ և հետազոտական տվյալներ չկան: Նշված հանգամանքն ընդգծում է թեմայի արդիականությունը:

**Հետազոտության նպատակն է՝** բացահայտել սպորտային պարերում սպորտային կարիերան սահմանափակող գործոնները:

**Հետազոտության խնդրներն են՝** 1.Ուսումնասիրել վերջին տասնամյակներում թեմայի առնչությամբ արտասահմանցի գիտնականների իրականացրած հետազոտությունները:

2.Պարզել սպորտային կարիերայի սահմանափակմանը նպաստող առավել էական գործոնները:

**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Կիրառվել են հետևյալ մեթոդները՝ 1.գրական աղբյուրների վերլուծություն, 2.անկետային հարցում, 3.մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Անկետավորմանը մասնակցել են սպորտային պարերով մարզված և կարիերան ավարտած 23 պարող: Հետազոտությունն իրականացվել է 2022-ին:

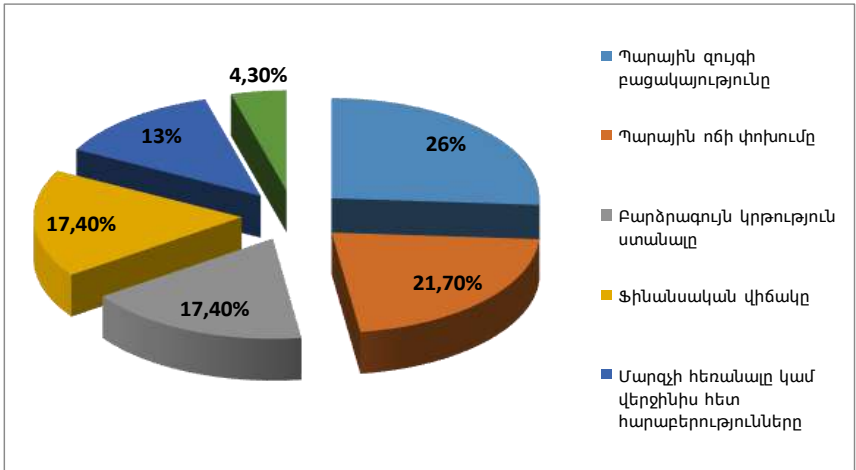
**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Հետազոտության արդյունքների վերլուծության արդյունքում պարզվեց, որ պարուհիների սպորտային կարիերայի տևողությունը միջինացված տվյալներով կազմում է 9,3 (X) տարի:

### Աղյուսակ 1

#### **Պարուհիների սպորտային կարիերան սկսելու և ավարտելու փարիքային վիճակագրական ցուցանիշներ**

Պարուհիների մարզումները սկսելու տարիքային ցուցանիշներ		Պարուհիների մարզումները ավարտելու տարիքային ցուցանիշներ	
n	23	n	23
X	8,5	X	17,8
Mo	9	Mo	18
$\sigma$	3,2	$\sigma$	3,5
V	37,6	V	19,6

Պարուհիների սպորտային կարիերան սկսելու և ավարտելու տարիքային ցուցանիշների մաթեմատիկական վիճակագրական վերլուծության արդյունքները ներկայացված են 1-ին աղյուսակում: Ամենատարիքային կարիերա ունեցած պարողի ցուցանիշը 15 տարի է: Իհարկե, այս ցուցանիշը չի կարելի համարել առավելագույն, քանի որ միջազգային փորձը ցույց է տալիս, որ բարձրակարգ պարողներն ու պարուհիները մարզվում և ակտիվ մասնակցում են մրցումների՝ 20 և ավելի տարիներ:



**Տրամագիր 1. Սպորտային կարիերան սահմանափակող գործոնները սպորտային պարերում**

Անկետային հարցումների արդյունքների վերլուծության արդյունքում պարզվեց, որ պարուհիների սպորտային կարիերան սահմանափակող առանցքային գործոններից մեկը պարային զույգի բացակայությունն է: Հայտնի է, որ մեր



իրականությունում տղաները հարաբերականորեն քիչ են մարզվում սպորտային պարերով, ինչի պատճառով հաճախ առաջանում է զույգերի համալրման խնդիր: Բացի այդ, զույգի ընտրությունը պահանջում է մի շարք հատկանիշների համատեղելիություն [1]: Այս մասին մանրամասն խոսվում է Ի.Ա.Ժավրոնկովայի ատենախոսական աշխատանքում [1]: Մյուս գործոնը, որի պատճառով պարողները դադարեցրել են մարզումները սպորտային պարերում, դա պարային ոճի փոփոխությունն է: Շատերը տեսնելով, որ չեն կարողանում հասնել լուրջ հաջողությունների, փոխում են իրենց պարառճը: Հարցվողների մոտ 35 տոկոսը սպորտային պարերից հեռացել է ֆինանսական վիճակի (17,4 %) կամ բարձրագույն կրթություն (17,4 %) ստանալու համար: Այսպիսով՝ կարելի է ասել, որ սոցիալ-տնտեսական իրավիճակն անմիջականորեն կարող է ազդել մարզվողների սպորտային երկարակետության վրա: Մեր իրականությունում մեծ տեղ է տրվում նաև բուհական կրթությանը: Այդ պատճառով երբեմն պարողները և պարուհիները հեռանում են սպորտից, որպեսզի առավելապես իրենց նվիրեն կրթություն ստանալուն: Պարզվեց, որ մարզվողների 13 տոկոսը դադարել են մարզվել իրենց մարզչի հետ ունեցած հարաբերությունների կամ երկրից մարզչի հեռանալու պատճառով: Ի տարբերություն մյուս մարզաձևերի, սպորտային պարերը լուրջ և հաճախակի վնասվածքներ չեն առաջացնում: Պատահական չէ, որ միայն մեկ մարզիկ է դադարեցրել սպորտային կարիերան վնասվածքի պատճառով:

**Եզրակացություն:** Սույն հետազոտության արդյունքների համաձայն՝ սպորտային պարերում մարզվողների կարիերան

սահմանափակվում է վեց միմյանցից բավականին տարբեր գործոններով: Դրանցից առավել էականը պարային զույգի բացակայությունն է:

### 📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Жаворонкова, И.А., Комплектование пар в спортивных бальных танцах (на примере детей 12-15 лет). Автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.А. Жаворонкова .- М. : РГУФКСиТ, 2007.- 24 с.
2. Alfermann, D., & Stambulova, N. Career transitions and career termination. In G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology*. New York: Wiley. 3rd ed., 2007. p.712-736.
3. Butt J., Molnar G., Involuntary career termination in sport: a case study of the process of structurally induced failure, *Sport in Society*, Vol. 12, No. 2, March 2009, p. 240–257.
4. European Federation of Sport , Position statement 3: sports career transitions. In D. Lavallee, & P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspective*, Morgantown: Fitness Information Technology .2000, p. 259–261.
5. Moesch K., Mayer C., Anne-Marie Elbe , Reasons for Career Termination in, Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates *Sport Science Review*, vol XXI, no. 5-6, 2012, p. 49 – 68.

## ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԱՄԵՆԱԱԶԴԵՑԻԿ ԳՈՎԱԶԴՆԵՐԸ ԵՎ ԳՐԱՎՉՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՔԵՐԸ

*ԱՏՍՏԿ ֆակուլտետ, Մարզական լրագրության ամբիոն,  
մագիստրանտ Սուսաննա Գրիգորյան  
Գիտական ղեկավար՝ ասիստենտ Ա.Բաղդասարյան*

**Առանցքային բառեր:** Գովազդ, ենթագիտակցություն, ազդեցություն, վարք, վերաբերմունք:

**Հետազոտության արդիականություն:** Գովազդը հասարակության տնտեսական համակարգի կարևորագույն տարրերից մեկն է: Այն ապրանքի առաջխաղացման կարևորագույն նախապայմաններից է, ուստի կազմակերպությունները ջանք չեն խնայում տարատեսակ մեթոդներով ազդել սպառողի վրա [1]:

Գովազդը միայն վառ և վիզուալ պատկերների հավաքածու չէ, այն առաջին հերթին համապատասխան դասին պատկանելու սոցիալական ընդգծում է: Գովազդը մարդու մոտ առաջացնում է մյուսներից առանձնանալու պահանջմունք: Այս առումով այն իրականացնում է ևս մեկ՝ անհատի բարձր ինքնագնահատականի պահպանման կարևոր գործառույթ:

Հոգեբանությունն ուսումնասիրում է մարդու ներաշխարհը, արարքները, վարքը, բացահայտում է հոգեկան այս կամ այն երևույթի դրսևորման պատճառները և օրինաչափությունները, այսինքն՝ այն առանձնահատկությունները, որոնք բնորոշ են որոշակի խմբի մարդկանց [2]: Այս փաստերի հիման վրա կարելի է ասել, որ մարդու հոգեբանությունն ուսումնասի-

րելու և հասկանալու դեպքում հնարավոր է դառնում անգամ մարդուն կառավարելը [3]: Այս փաստը չի վրիպել նաև գովազդատուների և հանրային ծառայությունների ոլորտում աշխատողներից: Տարիներ շարունակ, բազմաթիվ երևույթների նկատմամբ մարդու վերաբերմունքն ուսումնասիրելով, ստեղծվել են մի շարք մեթոդներ, որոնք օգտագործվում են գովազդային ոլորտում մարդկանց վրա ներազդելու համար: Օրինակ՝ հոգեբանական վերլուծություններն այսօր հնարավորություն են տալիս մարդու մոտ գույների միջոցով վերաբերմունք ստեղծել դեպի ապրանքը կամ ծառայությունը [4,5]:

Մեծ է գովազդի դերը տնտեսական և հասարակական համակարգում, ուստի կարևոր է հաշվի առնել յուրաքանչյուր մանրուք՝ ապրանքի առաջխաղացումն առավել իրական դարձնելու համար:

**Հետազոտության նպատակը:** Բացահայտել հեռուստատեսային գովազդային միջոցների ազդեցությունը սպառողների վարքագծի, վերաբերմունքի և տեղեկատվության ընդունման վրա:

**Հետազոտության խնդիրները:** Նպատակն իրականացնելու համար անհրաժեշտ է լուծել հետևյալ խնդիրները.

1.Ուսումնասիրել գովազդի բացահայտման և ընկալման գործընթացը:

2.Մշակել մեթոդիկա՝ անհատի վրա հեռուստատեսային գովազդի վարքի, վերաբերմունքի և ընդունման վրա ազդեցությունը որոշելու համար:

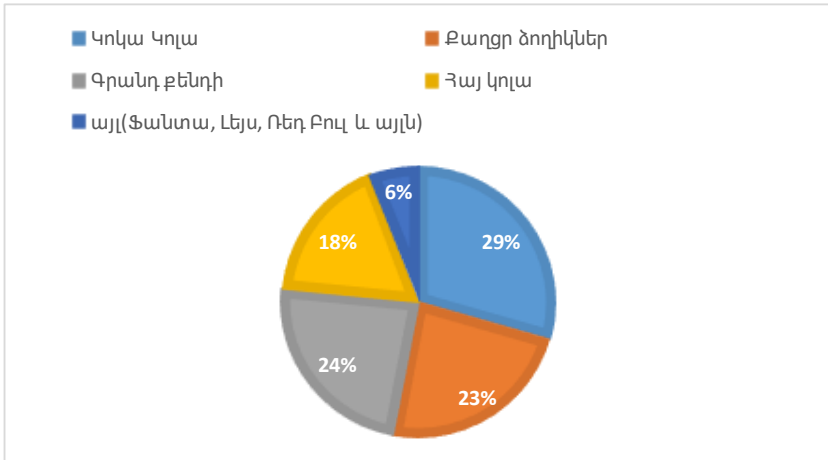
**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը:** Առաջադրված խնդիրները լուծելու համար իրականացվել է

երեք փուլից բաղկացած հետազոտություն: Առաջին փուլը ներառում է գիտահետազոտական գրականության ուսումնասիրություն, երկրորդը՝ սոցիոլոգիական հարցում, պարզելու՝ թե գովազդների որ առանձնահատկություններն են առավելապես տպավորում մարդկանց:

Երրորդը՝ Վարիկարդ սարքի միջոցով բացահայտել գովազդի ազդեցությունը մարդու սուբյեկտիվ (սրտի ռիթմի փոփոխություն) վերաբերմունքի վրա:

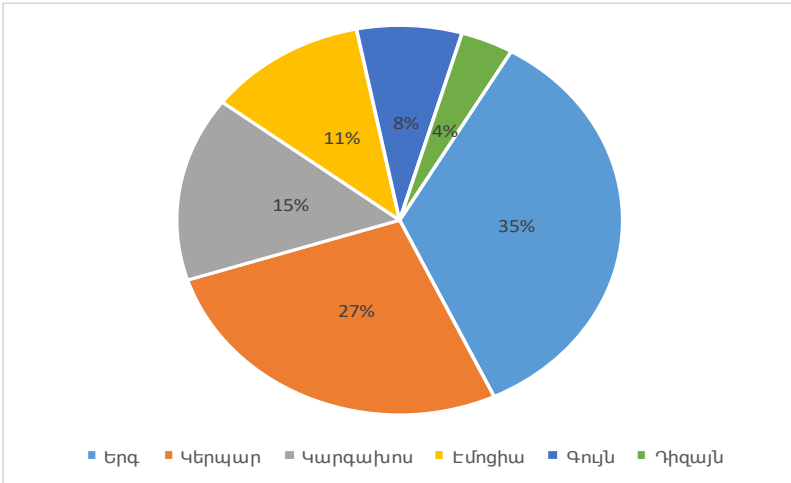
Հետազոտությանը մասնակցել են Մարզական լրագրության ամբիոնի 10-ը՝ 2-րդ և 3-րդ կուրսի ուսանողներ: Ըստ 2021թ. կազմակերպված հարցման տրված պատասխանների՝ առանձնացրել ենք գովազդային տեսահոլովակներ, որտեղ գովազդատուները շեշտը դրել էին մարդկանց ենթագիտակցության մեջ ինչպես դրական, այնպես էլ բացասական էմոցիաներ առաջացնելու վրա: Առաջին փուլում վարիկարդ սարքի միջոցով չափվել է մասնակիցների սրտի կծկումների քանակը հանգիստ վիճակում, ապա այդ նույն գործողությունները կատարվել են գովազդային տեսահոլովակների դիտման ընթացքում:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Հետազոտության երկրորդ փուլում հարցումների միջոցով պարզեցինք, թե որոնք են մարդկանց մոտ ամենատպավորված և հիշվող գովազդները: Պատասխանները տարբեր էին, սակայն մեծամասնությունն առանձնացրել էր Կոկա-կոլայի (29%), Գրանդ քենդիի (24%), Քաղցր ձողիկների (23%) և Հայ կոլայի գովազդները (18%) (Տրամագիր 1):



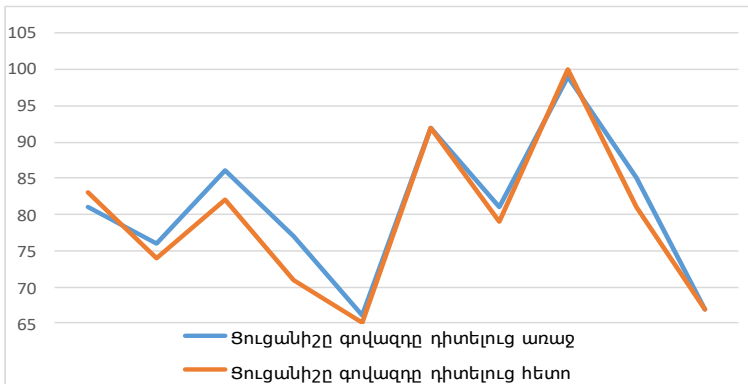
**Տրամագիր 1. Հարցվողների մոտ ամենապայավորված ապրանքների գույնազդերը**

Նաև պարզեցինք, թե ինչով են տպավորել այդ գույնազդերի ազդեցությունը: Պատասխաններն ամփոփելով՝ առանձնացրեցինք մի քանի կետ: Դրանք են՝ երգերը (35%), կերպարները (27%), կարգախոսները (15%), էմոցիաները (11%), գույները (8%), դիզայնը (4%) (Տրամագիր 2):



**Տրամագիր 2. Գովազդի գրավչության հիմքերը**

Հետազոտության 3-րդ փուլում, հարցման միջոցով կազմված տեսահոլովակը դիտելուց հետո, հետազոտողների մոտ գրանցվեցին հետևյալ արդյունքները.



**Տրամագիր 3. Սրբի կծկումների քանակի փոփոխությունները գովազդային տեսանյութը դիտելուց առաջ և հետո**

3-րդ տրամագրի տվյալները ուսումնասիրելով՝ կարող ենք ասել, որ այն գովազդները, որոնք ընտրված էին հույզեր առաջացնելու համար, կատարել են իրենց գործառույթը: Մասնակիցների հանգիստ վիճակի ցուցանիշները տարբեր էին՝ գովազդը դիտելու ընթացքում գրանցված ցուցանիշներից: Այն գովազդները, որոնք ընտրված էին մասնակիցների մոտ հիշողություններ և դրական հույզեր արթնացնելու համար, նպաստել էին նրան, որ դրանք դիտելու ընթացքում մասնակիցների սրտի կծկումների քանակը նվազել էր՝ նրանց բերելով ավելի հանգիստ վիճակի:

**Եզրակացություն:** Ստացված արդյունքներն ամփոփելով՝ կարող ենք նշել, որ գովազդներն այսօր միայն սպառողական գործառույթ չեն կատարում: Եթե առաջ մարդիկ գովազդներից ցանկանում էին լսել ապրանքի որակին կամ օրինակ համին վերաբերող տեղեկություններ, ապա այսօր գովազդի հոգեբանական դերը երկրորդ պլան է մղել այդ երևույթը: Ինչպես շատ ոլորտներում, այստեղ ևս այսօր կարևորվում է հույզեր ստեղծելը և պահպանելը: Գովազդի շնորհիվ առաջացած դրական էմոցիաները պահպանվում են և ծառայությունից օգտվելուց առաջ հենց նրանք են ստիպում կատարել այդ քայլը: Սակայն այսօր, հոգեբանական խորամանկություններին տիրապետելով, ոլորտի մասնագետները շատ հաճախ մեզ «համոզում են» գնել որևէ ապրանք, կամ օգտվել որևէ ծառայությունից, որոնք մեր կյանքում խիստ անհրաժեշտ չեն: Հենց դա է պատճառը, որ մեր շրջակայքում կարող ենք նկատել իրեր, որոնք մեր առօրյայի մի մասն են դարձել, սակայն համոզված ենք, որ առանց այդ իրերի մեր կյանքում ոչինչ չէր էլ փոխվի:



**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Գրիգորյան Ս., Գովազդի ձևավորման հոգեբանական առանձնահատկությունները հայկական հեռուստաեթերում, Այլընտրանք, Եռամսյա գիտական հանդես, Երևան, 2016, էջ 230-235:
2. <https://hy.wikipedia.org/wiki/>
3. <https://psyfactor.org/lib/psyrecl.htm>
4. [https://brandon.am/blog/guyneri\\_hogebanutyuny\\_marqetingum\\_9\\_hanrahayt\\_erangnery](https://brandon.am/blog/guyneri_hogebanutyuny_marqetingum_9_hanrahayt_erangnery)
5. <https://blog.cognifit.com/ru/>
6. <https://vc.ru/marketing/86862-emocii-i-manipulyacii-v-reklame>

## ԽՈՍՔԻ ՄՇԱԿՈՒՅԹԸ՝ ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԵԿՆԱԲԱՆԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԿԱՐԵՎՈՐ ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆ

*ԱՏՍՏԿ ֆակուլտետ, Մարզական լրագրության  
ամբիոն, 4-րդ կուրս, Հրայր Խաչատրյան,  
Գիտական ղեկավար՝ ասիստենտ Է. Ղանթարյան*

**Առանցքային բառեր:** Խոսքի մշակույթ, ստեղծարար մոտեցում, ուղիղ եթեր, գրագետ խոսք, մարզական մեկնաբան:

**Հետազոտության արդիականություն:** Հաղորդակցությունը ժամանակակից հասարակության լայն պահանջարկ ունեցող գործիք է, և նրանք, ովքեր տիրապետում են խոսքի մշակույթին, մեծ հաջողությունների են հասնում: Շատ տարբեր մասնագիտություններում օգտակար է հստակ, ճշգրիտ և բովանդակալից արտահայտվելու, «խոսող» փոխաբերություններ ընտրելու և մեկ բառով զանգվածների վրա ազդեցություն թողնելու կարողությունը: Խոսքի մշակույթը հռետորության, գրականության և այլ հիմնական գիտությունների հիմքն է: Սակայն խոսքի մշակույթը կարևորել է անհրաժեշտ նաև սպորտում՝ իբրև մարզական մեկնաբանի գործունեության հենք:

Խոսքի մշակույթի բարձր մակարդակը բարեկիրթ մարդու անբաժանելի հատկանիշն է: Խոսքով դատում են անհատի ու ամբողջ հասարակության կուլտուրայի մակարդակը: Խոսքի մշակույթն ազդում է ոչ միայն խոսքի ստեղծման գործընթացի վրա (խոսել, գրել), այլև՝ դրա ընկալման (լսել, կարդալ): Որպեսզի խոսքի կառուցվածքը հասնի անհրաժեշտ հաղորդակցական կատարելության, խոսքի հեղինակը պետք է

տիրապետի անհրաժեշտ հմտությունների և գիտելիքների ամբողջության: Մինևույն ժամանակ՝ այդ հմտություններն ու գիտելիքները ձեռք բերելու համար պետք է ունենալ հաղորդակցական կատարյալ խոսքի նմուշներ, պետք է իմանալ դրա կառուցման նշաններն ու օրինաչափությունները: Այդպիսով՝ խոսքի մշակույթն արտացոլում է խոսքի հաղորդակցության փոխանցման և ընկալման գործընթացում մշակութային նորմերի յուրացման և պահպանման աստիճանը:

Խոսքի անհատականությունը ձևավորում է անձի «լեզվական ճաշակը», այսինքն՝ լեզվի նկատմամբ արժեքային վերաբերմունք, խոսքի արտահայտման ճշտությունը, համապատասխանությունը և գեղագիտությունը ինտուիտիվ կերպով գնահատելու ունակություն: Այս նախասիրություններն ու գնահատականները պայմանավորված են մարդու դաստիարակությամբ, կրթությամբ, ստեղծագործական կարողություններով: Խոսքի մշակույթը մարդու կարողությունն է՝ լեզուն օգտագործելու նպատակահարմար՝ ժամանակակից լեզվական նորմերին համապատասխան՝ արդյունավետորեն հասնելու իր առաջ դրված հաղորդակցական խնդիրներին: Խոսքի մշակույթի մակարդակը վերլուծելիս սովորաբար հաշվի է առնվում «խոսողի լեզվական անձնագիրը»: Ի՞նչ կարող ենք սովորել բանախոսի մասին բանավոր հաղորդակցության գործընթացում, լեզվական անհատականության ի՞նչ պարամետրեր են բացահայտվում նրա խոսքի միջոցով [4]:

Վերը նկարագրած հատկանիշները չափազանց կարևոր են մարզական մեկնաբանի համար: Դրանք են կանխորոշելու մասնագետի որակական հատկանիշների բարձր կամ ցածր

մակարդակը: Մարզական մեկնաբանն իր մեկնաբանությամբ կարող է հետաքրքիր դարձնել ամենաձանձրալի խաղը և հակառակը: Մեկնաբանն իր «զինանոցում» ունի միայն ծայնը, ինչպես՝ ռադիոյում: Ուստի մարզական մեկնաբանն առաջին հերթին պիտի ունենա գեղեցիկ և ականջին հաճելի ձայն: Լինել մի փոքր զգացմունքային, որպեսզի նույնիսկ տվյալ սպորտաձևից չհասկացող մարդը զգա պահի լարված լինելը: Կարևոր է նաև ունենալ հումորի զգացում, բնականաբար, խոսքը ճիշտ և տեղին արված հումորի մասին է, և ունենալ մեծ բառապաշար ու գրագետ խոսք:

**Հետազոտության նպատակն է՝** ընդգծել խոսքի մշակույթի կարևորությունը՝ մարզական մեկնաբանի գործունեության համար:

**Հետազոտության խնդիրներն են՝**

- ուսումնասիրել հայ և արտասահմանյան մեկնաբանների խոսքը,
- վերլուծել սխալներն ու չսխալվելու հնարավորությունները,
- ապացուցել խոսքի ստեղծարարության ազդեցության մեծագույն կարևորումը՝ մեկնաբանի խոսքի պատկերավորության համատեքստում:

**Հետազոտության մեթոդները՝**

- հետազոտության հիմնախնդրին վերաբերող գրականության և տեղեկատվական աղբյուրների ուսումնասիրում, վերլուծում և ընդհանրացում,
- տեղական և միջազգային հեռուստատեսությունների եթերում մեկնաբանների խոսքի ուսումնասիրում,

• Տոկիո–2020 Օլիմպիական խաղերի մեկնաբանման մոնիտորինգ՝ ըմբշամարտի օրինակով,

• այլ երկրների մասնագետների փորձի ուսումնասիրում:

Խոսքի մշակույթի ուսումնասիրության առարկան խոսքն է, խոսքի արժանիքները, հաղորդակցման յուրահատկություններն ու դրսևորման առանձնահատկությունները՝ լեզվի գործառական տարբերակներում, իսկ նպատակը՝ ուսումնասիրել խոսքը, իմանալ խոսքի ընդհանուր օրինաչափությունները և դրա միջոցով հասարակության մեջ մշակել գրական խոսքի բարձր ճաշակ:

Խոսքի մշակույթի հիմնական արժանիքներն են ճշտությունը, հարստությունը, բազմազանությունը, ճշգրտությունը, պարզությունը, մատչելիությունը, սեղմությունը, տրամաբանությունը, արտահայտչականությունը, մաքրությունն ու տեղիչությունը, չափավորությունը և այլն: Խոսքի մշակույթը ոչ միայն սթրեսների իրական կարգավորումն է և բառերի ճիշտ օգտագործումը, այլև արտահայտիչ միջոցների ամենահարուստ հավաքածուի վիրտուոզ գործողությունը: Մաքուր և գրագետ խոսքն առողջ հասարակություն ունենալու գրավականն է: Մարդը կարող է գեղեցիկ լինել բոլոր կողմերից՝ մեզ տպավորի հավասար կեցվածքը, հաճելի դեմքը, կոկիկ հագուստը, բաց ժպիտը, համեստ տրամադրվածությունը, հոգու մաքրությունը և սրտի բարությունը, բայց հենց որ սկսի խոսել, կախարդանքն անմիջապես անհետանա՝ գրագետ խոսքի փոխարեն մեզ հեղեղեն շփոթեցնող «եռահարկ» անտրամաբանական կոնստրուկցիաներ, որ նույնիսկ պաշտպանված գիտությունների թեկնածու փիլիսոփան չի կարողանա հասկանալ նախադա-

սության իմաստը: Ինչ-որ մեկն իր խոսքը հարստացնում է անկոչ հոմանիշներով: Մյուսները լեզուն տանջում են կրկնաբանությամբ և միապաղաղությամբ՝ չփորձելով անգամ մի կաթիլ գույն ավելացնել պատմվածքին: Աննեյ Սենեկան ասում էր՝ «Մարդու խոսքն արտացոլում է նրա կյանքը» [2]: Սենեկան ապրել է մոտ 2000 տարի առաջ, սակայն մեր օրերում նույնպես այս պնդումը տեղին է, քանի որ երբ մարդը սկում է խոսել, լսողները կարծիք են կազմում նրա մասին՝ ըստ իր բառապաշարի, ժեստիկուլյացիայի, տոնայնության և այլն: Չնայած այս ամենին՝ մեր իրականությունում հետևյալ պատկերն է՝ գործնական հանդիպումների ժամանակ տրիբունաներից ժարգոն է հնչում, իսկ համացանցը ողողվում է քաղաքական գործիչների զվարճալի ու անգրագետ մեջբերումներով: Այս ամբողջ լեզվական քաոսը տեղի է ունենում մեկ պատճառով՝ խոսքի մշակույթի անբավարար մակարդակի պատճառով:

«Խոսքը յուրատեսակ համաձուլվածք է՝ բազմաբարդ կառուցվածքով, և քանի դեռ մշակված չեն այն բացարձակորեն գնահատելու, գիտականորեն մաքուր ձևով ներկայացնելու հիմքերը, ապա կարևոր է դառնում հիմնական օրինաչափությունները, հիմնաբաղադրատարրերը նշելը, որոնց օգնությամբ հնարավոր է գնահատել տվյալ հասարակության և նրա յուրաքանչյուր անհատի խոսքային մշակույթը կամ էլ նույն չափանիշներով վերլուծել խոսքը» [3]:

Անհատի խոսքի մշակույթը բնութագրվում է, թե որքան լավ է նա տիրապետում լեզվի նորմերին: Ենթադրվում է՝ ճշգրիտ, կոնկրետ, լակոնիկ, մատչելի, մաքուր, գրագետ, և հստակ արտահայտվելու նրա կարողությունը: Մարդու խոսքի

մշակույթն անմիջականորեն կապված է անհատի հոգևոր հարստության և ինտեգրալ ներքին մշակույթի հետ՝ նրա հայացքով, գեղագիտական ընկալմամբ և աշխարհի նկատմամբ ունեցած հայացքներով:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Վերը նկարագրված ունակություններին լիովին տիրապետում է ռուսական “MATY TB”-ի մեկնաբան Գեորգի Չերդանցևը: Ռուս մեկնաբանը հանդիպումները մեկնաբանում է շատ էմոցիոնալ, ինչի համար երբեմն նույնիսկ արժանանում է քննադատության: Իսկ երբ խաղում է հարազատ երկրի հավաքականը, Չերդանցևը հաճախ կորցնում է ինքնատիրապետումը: Անասելի մեծ է նաև Գեորգիի բառապաշարը՝ նա ունակ է գործածել բառակապակցություններ, որոնք միայն իր մտքով կարող են անցնել: Իսկ նրա սուր հումորը վերջին բաղադրչն է դիտարժան ֆուտբոլ ստանալու համար:

Գեորգի Չերդանցևը պատանի տարիքում զբաղվել է ֆուտբոլով, սակայն ավարտել է կարիերան շատ երիտասարդ տարիքում մի քանի լուրջ վնասվածքներից հետո: Նախկին ֆուտբոլիստ լինելը նրան թույլ է տալիս մտնել խաղի մեջ և հասկանալ ֆուտբոլային որոշ գաղտնիքներ: Հանուն արդարության պետք է նշել, որ ռուսերենը կամ անգլերենը մեկնաբանության համար ավելի նախընտրելի են, քան մեր մայրենի լեզուն: Հայերենը թեպետ շատ գեղեցիկ է հնչում, սակայն առավել գրականության լեզու է, քան մարզական: Բացի այն, որ հայերենում բառերն ավելի երկար և դժվարարտասանելի են՝ միջազգային լեզուների համեմատ, նաև արտասահմանցի մեկնաբանները ձեռքի տակ ունեն այնպիսի կարճ և ճկուն

արտահայտություններ, որոնց համարժեքը հայերենում հնչում են երկու և ավելի բառի համադրությամբ:

Օրինակ՝ ռուսերենում կա “навец”, անգլերենում “cross” արտահայտությունները, որոնց փոխարեն հայ մեկնաբանները ստիպված են ասել «բարձրից փոխանցում դեպի տուգանային հրապարակ»: Օրինակները շատ են՝ “linceman” «մրցավարի օգնական», “penalty” «տասնմեկ մետրանոց հարված», “offside” «խաղից դուրս իրավիճակ» և այլն: Նման երկար և խճճող արտահայտություններն ուղղակիորեն գցում են խաղի տեմպն ու դինամիկան: Իսկ կան բառեր, որոնց համարժեքներն ընդհանրապես չկան հայերենում՝ “удар с лета”, “вынос”, “скидочка”, “парашютик” և այլն: Ի դեպ, նախորդ ենթագլխի օրինակներից շատերը, հայերեն թարգմանվելուն պես, կորցրեցին «համն ու հոտը»՝ երկար նախադասությունների վերածվելով: Հատկապես, երբ բառախաղի մեխ բնօրինակը տվյալ լեզվից է «քաղված»:

Նաև հայկական մենթալիտետն է խանգարող հանգամանք մեկնաբանի համար՝ նույն կատակը Ռուսաստանում կարող է լինել ընդունելի ու ծիծաղելի, իսկ մեզ մոտ ոչ միայն անտեղի լինի, այլև՝ անընդունելի հեռուստադիտողի համար: Օրինակ՝ երբ Կրիշտիանու Ռոնալդուն Մալագայի հետ խաղում դալձել էր հեթ-տրիկի հեղինակ, մրցակցի դարպասն ուղարկելով երեք իրարից տարբեր գույն, համդիպման մեկնաբան Վլադիմիր Ստոգնիենկոն այդ պահին ասում է՝ «լիարժեք պատկեր ստանալու համար մնում է միայն ևս մեկ գույն խփել օրինակ՝ **հեփոյքի** օգնությամբ»: Այդօրինակ կատակը ռուս ֆուտբոլասերները շատ թեթև տարան, մինչդեռ



հայկական իրականության մեջ եթերից այդօրինակ արտահայտություն ոչ մի դեպքում հնչել չի կարող: Եվ երբ հայ մեկնաբաններից որոշները փորձեցին կրկնօրինակել իրենց ռուսաստանցի գործընկերներին և մի փոքր շեղվել հայկական մենթալիտետից, բախվեցին այդ խնդրի հետ: Սակայն միշտ չէ, որ խնդիրը հայերենն է կամ հայկական մտածելակերպը, օրինակ՝ «Լիվերպուլի տղա Մանեն, իմ տեսած ամենատղեղ Մանեն» կամ «աչքի թայր հանեց» արտահայտությունների համար ոչ մի արդարացում չի կարող լինել, առավելա, երբ քննադատելը հայ հեռուստադիտողի ամենասիրելի զբաղմունքն է:

Ամերիկացի մեկնաբանները պատրաստ են անակնկալների և դրվագը կարող են մեկնաբանել այնպես, ասես՝ ավելի լավ հնարավոր չէր: Չլատան Իբրահիմովիչի տպավորիչ գոլերը մեկնաբանելը հեշտ բան չէ՝ Չլատանը MLS նորամուտի խաղում գոլ է խփում մոտ 40 մետր տարածությունից՝ պարտությունից փրկելով Գալաքսիին Լոս Անջելեսյան Դերբիի ժամանակ: Դրվագը մեկնաբանվում է այսպես՝ «oh come on, come on!» (դե վերջացրու, վերջացրու), իսկ մեկ այլ գոլի դրվագում՝ «are you kidding me?» (Ի՞նչ է, կատակո՞ւմ ես) [5]: Այդօրինակ կիսահումորային արտահայտություններն ականջին ավելի հաճելի են, քան պարզունակ «Հարված, գոլ: Ֆանտաստիկ գոլի հեղինակ է դառնում Չլատան Իբրահիմովիչը»:

Ճիշտ խոսքը լավ խոսքի հիմնական հատկությունն է: Բայց միայն խոսքի կոռեկտությունը չի կարելի նույնացնել խոսողի բարձր խոսքի մշակույթի հետ: Այս որակն անհրաժեշտ տեխնիկական նվազագույնն է: Խոսքի ճշգրտությունը լեզվական միջոցների օգտագործումն է՝ դրանց նշանակությանը

լիովին համապատասխան: Խոսքի տրամաբանությունը խոսքի որակն է, որը պահանջում է, որ տեքստի ընդհանուր տրամաբանական կառուցվածքը համապատասխանի հեղինակի մտադրությանը: Խոսքը տրամաբանական է, եթե դրանում հասկացությունները ճիշտ են սահմանվում, դրանց հարաբերությունները օբյեկտիվորեն փոխանցվում են: Մեկնաբանը պետք է իմանա և կիրառի տրամաբանական օրինաչափություններ, տիրապետի համեմատության, մասնավորի ընդհանրացման հմտություններին: Խոսքի տրամաբանության խախտումները (ալոգիզմներ) կարող են կապված լինել առանձին նախադասության, տեքստի հատվածի և ամբողջ տեքստի հետ: Խոսքի հստակությունը խոսքի որակն է, որն ըմբռնելի է դարձնում խոսքը: Խոսքի հստակությունը հարաբերական հասկացություն է: Այն, ինչ պարզ է նույն ինտելեկտուալ ծագում ունեցող զրուցակիցների համար, կարող է պարզ չլինել այն մարդու համար, ով չի տիրապետում զրույցի թեմային: Ի՞նչն է դարձնում խոսքն անհասկանալի: Առաջին հերթին տերմինաբանության ոչ չափավոր գործածումը: Եթե հատուկ հասկացությունները հայտնիների թվում չեն, ապա ենթադրյալ անորոշության դեպքում անհրաժեշտ է բացատրել այն առաջին իսկ օգտագործման ժամանակ (միաժամանակ լավ է օգտագործել համեմատությունը, փոխաբերական անալոգիան, թարգմանությունը ընդհանուր լեզվով՝ օգտագործելով հոմանիշ): Բարբառների, ժարգոնների, հնացած և նոր բառերի անշահախնդիր օգտագործումը կարող է հանգեցնել երկիմաստության:

Օրինակ՝ գիտական տերմինները տեղին են գիտական հոդվածում կամ գիտական վեճում, բայց անտեղի են առօրյա խոսակցություններում, էպիտետներն ու փոխաբերությունները տեղին չեն գործնական խոսքում և գործնական փաստաթղթերում, բայց տեղին են և նույնիսկ ցանկալի բանաստեղծական, գեղարվեստական տեքստում: Խոսքի պատշաճությունը լավ խոսքի կարևոր հատկանիշներից մեկն է, քանի որ այս որակը պահանջում է բանախոսից ճկուն վերաբերմունք ունենալ լեզվին, հմուտ հարմարվել հաղորդակցման խնդիրներին: Որակները, ինչպիսիք են ճշգրտությունը, պարզությունը, հարստությունը և այլն, ճշգրտվում են համապատասխանության հայեցակարգի հիման վրա [1]: Գործարար հաղորդակցությունը պետք է կառուցվի՝ հաշվի առնելով այս որակը: Բացի լեզվականից, կարելի է խոսել իրավիճակային և հոգեբանական արդիականության մասին: Իրավիճակային համապատասխանությունը հուշում է, որ ելույթը տեղին է տվյալ պահին: Այդպիսով՝ գործնական հեռախոսազրույցի իրավիճակում տեղին է լուրերի համառոտ փոխանակումը, իսկ բանակցությունների կամ կարևոր խնդրի քննարկման իրավիճակում՝ հանգամանալից, անշտապ խոսակցությունը: Հոգեբանական արդիականությունը հուշում է, որ բանախոսի խոսքի տոնայնությունը համապատասխանում է զրուցակցի վիճակին և տրամադրությանը: Համապատասխանությունը խոսքի վարքագծի որոշակի ամբողջականությունն է, որի առկայությունը կամ բացակայությունը շատերն ինտուիտիվ կերպով նկատում են: Եթե, օրինակ, ֆուտբոլային դարպասապահը խաղում է սմբքինգով, իսկ շնորհանդեսը վարելու է կարճ տաբատով

մարդը, ապա երկու դեպքում էլ հագուստը չի համապատասխանում իրավիճակին:

Մեկնաբանման շրջանակում առկա խնդրի վերհանման նպատակով ուսումնասիրվել են Տոկիո–2020 ըմբշամարտի մրցումներից, Չեմպիոնների Լիգայի և Պրեմիեր Լիգայի 2021-2022 մրցաշրջանից մեկնաբանների ուղիղ եթերների խոսքը:

Ակներն է, որ մեկնաբանական խոսքում առկա էին՝

- շարահյուսական սխալներ,
- ռուսական առոգանություն,
- աղքատ բառապաշար /հեռուստադիտողը կռահում է, թե մեկնաբանը ո՞ր պահին ի՞նչ է ասելու,
- հանկարծակի անակնկալ տեղի ունեցածի չոր մեկնաբանում:

Հստակ է, որ սխալների հիմքը խոսքի մշակույթի, ստեղծարար մտքի պակասն է: Սեփական լեզվի ոչ բավարար իմացությունը, խոսքի և մտքի զուգահեռ ընթացքի պակասը հանգեցնում է ընդհանուր աղքատիկ ֆոնին, որ, ցավոք, առկա է մեկնաբանական դաշտում:

Ներկայացնենք վերը նշածը՝ առավել հանգամանալից: Սկսենք մի քանի դրվագի նկարագրումից:

Տոկիո–2020 ըմբշամարտի կանանց մենամարտերի լուսաբանման ժամանակ մեկնաբան Արմեն Գարամյանը, ներկայացնելով առաջին զույգին, տպավորություն է, թե մեծ դժկամությամբ է արտասանում նրանց անունները՝ շփոթելով, կիսատ արտասանելով դրանք: Բացի այդ, մեկնաբանը կարդում է մարզիկի մասին տվյալներ, թվեր՝ առանց էմոցիա, առանց հավելյալ հետաքրքիր տեղեկատվության: Այլ երկրների

մեկնաբանները, սակայն, մարզիկին ներկայացնելիս, խոսում են նրա ֆիզիկական տվյալներից, կարողությունից՝ նկարագրելով՝ «փայլուն», «տպավորիչ», «հեղինակային», «անփորձ»՝ հեռուստադիտողին ստիպելով վերաբերմունք ձևավորել մարզիկի նկատմամբ, ընտրել տվյալ զույգից իր ֆավորիտին և կլանված հետևել մենամարտին:

Սակայն հենց գորգին է հայտնվում հայ մարզիկը, տխուր տոնայնությամբ, դանդաղ խոսքով և հաճախ լռող մեկնաբանը սկսում է ավելի ոգևորված և արագ խոսել՝ առանց վայրկյան անգամ լռելու. «փորձում է ձեռքն ազատել», «գործել է պետք, Արթուր», «բարդ մրցակից ունի»: Երբ լարված վիճակ է, և մրցակիցը շահեկան դիրքում է, մեկնաբանն ակտիվանում է, ձայնը բարձրացնում, «քայլելով գնալ» է հորդորում, «սողալով» ասելու փոխարեն: Բացի այդ, հայ մարզիկ Արթուր Ալեքսանյանի մրցելույթի ժամանակ մրցավարներն ուսումնասիրում էին նրա մրցակցին միավոր տալ-չտալու հարցը, սակայն մեկնաբանը հավուր պատշաճի չի ներկայացնում հարցի վիճելի լինելը: Հեռուստադիտողին, որ ըմբիշ, մարզիկ չէ, առհասարակ, դժվար կլիներ հասկանալ՝ ի՞նչ քննարկում է և ո՞րն է կասկածի առիթը: Դրա փոխարեն հանկարծակի լսվում է մեկնաբանի գոչունը՝ «Պահե՛լ, Սիմո՛ն, պահել, կանգնե՛լ, ապրե՛ս, Սիմո՛ն»: Խառնաշփոթ հանրայինի եթերում, ինչն իսկապես անհարիր է պրոֆեսիոնալներին: Մասնագետը պիտի կարողանար զուգահեռ մեկնաբանմամբ դասակարգված պատկեր ստանալ՝ համապարփակ իրազեկելով և՛ Արթուրի մրցելույթի ընդհատման պատճառների, և՛ Սիմոնի հաղթական դրվագի մասին: «Ապրե՛ս, Սիմո՛ն»,- ասում է,- «և ի՞նչ է

այստեղ» անկեղծորեն զարմանում է մեկնաբանը «հետ վերադառնալով» հեռուստատեսությանն անհրաժեշտ ցուցադրվող դրվագին:

Դրան զուգահեռ՝ կան նաև դրական միտումներ և դրական կողմեր: Մեկնաբանը, դիցուք, կիրառում է խոսքի ձևերից համեմատությունը՝ սեփական խոսքը գունեղ և պատկերավոր դարձնելու նպատակով. «Վայրկյանները գնում են, օլիմպիական ոսկին էլ հետը»:

Լավ օրինակ է՝ երիտասարդ և անփորձ մեկնաբանների ակտիվ մասնակցությունը վերը նշված եթերներին: Չնայած փոքր թերացումներին՝ նրանք կարողացան կատարել իրենց առաջ դրված խնդիրը, օբյեկտիվորեն երբեմն ավելի լավ, քան շատ մեկնաբաններ, որոնք տասնյակ տարիներ եթերում են: Երբ Մանչեսթեր Յունայթեդը ծանր խաղում հաղթեց Տոտենհեմին, որտեղ Կրիշտիանու Ռոնալդուն հեթ-տրիկի հեղինակ դարձավ, և ընդհանրապես Յունայթեդից միայն նա էր պայքարում հաղթանակի համար, խաղի ավարտից հետո մեկնաբան Գևորգ Մալաքյանն ասում է՝ «Ռոնալդուն հաղթում է Տոտենհեմին՝ 3-2 հաշվով»: Այս կարճ ֆրազը լիովին արտահայտեց ամբողջ խաղը:

**Եզրակացություն:** Ելնելով վերը շարադրվածից՝ եզրակացնում ենք, որ խոսքի մշակույթը կարևոր է մարզական մեկնաբանական գործունեության համար: Այն կրթում է, փոխում է մտածելակերպ, մարդկանց գրավում է դեպի տվյալ մարզածև: Ճիշտ հայերեն խոսելն ուղիղ հարաբերական է խոսքի մշակույթին, մայրենի լեզվին հմուտ տիրապետելուն: Այդ պարագային հեռուստատեսությամբ առավել գրավիչ և որն առավել կարևոր է գրագետ խոսք կինչի:

**📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Աղաջանյան Զ.Խ., Խոսքի մշակույթի հիմնաբաղադրատարրերը և դրանց դերը նորմավորման գործընթացում, Լրաբեր հասարակական գիտությունների, Երևան, 2018:
2. «Нравственные письма к Луцилию», XVI
3. Ришар Ж.Ф. Ментальная активность. Понимание, рассуждение, нахождение решений. М., 1998. С. 125.
4. Султангалиева А., Рыжаков М., «Чистое слово», или культура речи современного человека, Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г.Чернышевского.
5. <https://www.youtube.com/watch?v=ydUpmw4lvSM>

## THE NECESSITY OF SPORTS JOURNALISM DEVELOPMENT IN ARMENIA

*Faculty of health technologies, sports tourism and  
management Chair of Spots Journalism*

*3– course bachelor: Lilianna Khachikyan*

**Scientific supervisor:** *Lecturers A. Baghdasaryan,  
G. Sahakyan*

**Keywords:** Sports journalism, mass media, sport, website, newspaper.

**The actuality of the research:** In sports, as in clear water, the reality of modern life is reflected, with all its disadvantages and advantages. That is why now it is more necessary to elucidate , to detail the sports events and , in general, the sports world. In this case, the sports journalist comes to the aid of the public and sports fans [1].

However, nowadays it is difficult to maintain the image of a journalist, because the audience that witnessed the event can contribute to the media field, cooperate with the media [2]. A new era began in the sports annals, when the press appeared with its comprehensive content. From that moment on, a close these 2 important and integral parts of life have been united by strong ties, which ultimately reflects the exclusive cooperation between them.

What's is the media reporting ? What's happening in the sports world ? Millions of people start their daily lives with these



questions, for whom reading a newspaper, watching TV or listening to a radio program has become a daily requirement. The more diverse the sports media, the larger the audience of sports fans, the more information will be circulated.

The circulation of sports magazines is growing day by day, the number of professional TV and radio channels is increasing, not to mention satellite communication and computerization. Therefore, sports journalism tries to elucidate the existing problems and phenomena, looking for sources that show the possibilities of presenting sports events at a proper level. Extensive coverage of sports events, journalistic materials provide an opportunity to discover the patterns and trends in the development of the sports world, drawing attention to new issues, new questions raised by the sports world.

In the 21st century mushroom-growing websites have taken over the entire press. Internet news sites allow the reader to be informed about every event taking place in 4 parts of the world.

But these also have their downsides - fakes, which increase hour by hour. It is very easy for a non-media literate community to be manipulated by fake websites. The author of the bad "image" of a journalist is the creators of fakes.

Nowadays, when we say sports journalism, we mean football news, football analysis, due to the fact, that football audience is very large, but in addition to this sport, the sports journalist should focus on other sports too.

That is the professionalism of a sports journalist. It is a sad fact that today sports journalism is not practiced by specialists, but

by people with sports curiosity, who only to some extent possess sports terminology and the professional qualities of sports journalists. Some don't even have the proper education to work in that profession. It should be noted that since 2000 sports journalists has been training in the Armenian State Institute of Physical Culture and Sports, who with their knowledge and opportunities are more in the labor market than all their competitors.

The topic we have raised is relevant and worrisome among media professionals, current journalists and students.

**The purpose of the research.** To arouse interest in sports journalism among the youth, turn to make the profession competitive in the field.

**Research problems.** In order to achieve the goal, we have proposed the following problems:

1.

o study the attitude of student journalists, sports journalism lecturers, current journalists on the existing problems in the field.

2.

o study the competitive field and to emphasize the peculiarities of sports journalism.

**The research methods are:** study of scientific-methodological literature, interview, sociological survey.

**Analysis of research results.** To study the work, we conducted sociological surveys among professors, who teaching sports journalism students, current journalists (a total of 40

respondents) and interviews with professionals in the field / 2 people /.

To study the work, we conducted surveys of sports journalism lecturers, students, current journalists (40 people in total), interviews with professional specialists in the field. 80% of the respondents are students, 18% are sports journalism lecturers 2% , 80% of them are 18-25 years old, 10% are 25-35, 10% are 35-55.

55% of the respondents consider the level of sports journalism in Armenia "sufficient", 30% - "good", 15% - "bad". According to sociological survey 95% of the respondents must have the appropriate education to work in the field.

85% of the respondents consider the lack of a separate sports television to be a priority.

We talked about this with Robert Gasparyan, a sports journalist and commentator for one of the leading channels Armenian TV and Setanta Sport TV.

"A sports channel is definitely needed. This step will give a boost to the development of sports in Armenia. The society will have the opportunity to get acquainted with both the most rated and least elucidated sports,"stressed Robert Gasparyan .

In the opinion of the head of the sports department of Armenpress news agency Varvara Hayrapetyan , the "market" of domestic consumption in Armenia is not big, sometimes what can be broadcast to the reader, the viewer, through the work of one news agency, one television. Sport, however, is exceptional and special. Armenian TV channels , of course, needs airtime that

elucidate sports and talks about sports. But they must also serve to popularize the armenian sport” said Varvara Hayrapetyan .

38% of the respondents think that not enough sports programs are shown on TV. 47% think that "First Channel" and "Armenia" TV channels elucidate sports events more than the other main armenian TV channels. According to 58% of the respondents, the time allotted for sports events during the main hours of news programs is sufficient.

**Conclusion:** The job of a sports journalist is not just to find the right facts, but to be able to get the facts right. Journalists often manipulate conflicts by elucidating the opposite side of the story instead of focusing on issues that concern athletes. Sports journalism is based on the interconnectedness of journalists and those about whom the media writes news and editorials, reports and opinions[3]. Through the cooperation of sports and mass media, journalism raises the following main issues:

1. It is necessary to use new methods in covering sports achievements and failures.

2. Instead of focusing on partial conflicts, focus on broader issues.

3. Providing direct communication between sports authorities and sports fans.

4. Creating an information field, where both and sports fans, and journalists have the opportunity. to express themselves, in order to provide more direct feedback.

Sport is a wide field for journalists with the ability to report or comment. In modern sports, commentary requires much more

than just knowing the rules, the names of athletes and coaches. Interest in sports is specific to all segments of society. When it comes to representation, the most important thing is to show action from training to major tournaments, because in sports it is more important to see than to hear and read. Usually, sports fans know the results of sports events, hear or see them through the most operative media, such as radio and television. In today's electronic age, print sports journalism should focus not so much on results as on events, and later on their comprehensive analysis. That's why, the role of the print media should not be underestimated. The most significant sports coverage is available in major dailies or magazines. Today, sports journalists are given a unique opportunity to be colorful and original in their work, but few take advantage of that opportunity. The explanation for all this may be that the scientific-theoretical study of sports journalism in Armenia is not based on professional grounds; it will not be treated seriously enough as the coverage of traditional-classic news [4].

#### LITERATURE

1. Շառոյան Ռ., Աղավնիներից մինչև տեսադարաշրջան, Ամենահաս ժողովիստիկա, Երևան, 2009, էջ 23:
2. [https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%BB%D5%B6%D5%BF%D5%A5%D6%80%D5%A1%D5%AF%D5%BF%D5%AB%D5%BE\\_%D5%AC%D6%80%D5%A1%D5%A3%D6%80%D5%B8%D6%82%D5%A9%D5%B5%D5%B8%D6%82%D5%B6](https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%BB%D5%B6%D5%BF%D5%A5%D6%80%D5%A1%D5%AF%D5%BF%D5%AB%D5%BE_%D5%AC%D6%80%D5%A1%D5%A3%D6%80%D5%B8%D6%82%D5%A9%D5%B5%D5%B8%D6%82%D5%B6)

3. Алексеев К.А., Ильченко С.Н., Спортивная журналистика: учебник для магистров. Изд-во Юрайт, 2014, стр. 95-100
4. Алексеев К. А., Ильченко С. Н., Основы спортивной журналистики: Учеб. пособие для студентов вузов.- М.: Издательство «Аспект Пресс», 2016.

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ  
ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

ARMENIAN STATE INSTITUTE OF PHYSICAL CULTURE  
AND SPORT

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА АРМЕНИИ

ՍՊՈՐՏ, ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ, ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ

SPORT, HEALTH, EDUCATION

СПОРТ, ЗДОРОВЬЕ, ОБРАЗОВАНИЕ

*Ուսանողական գիտական փարեգիրք*

**Խմբագիր՝**

Ե.Վ.Սիմոնյան

**Համակարգչային**

**ծնավորումը՝**

Լ.Ա.Մեծոյանի

---

**Ստորագրված է տպագրության 12.11.2022 թ.**

Չափսը՝ 60x84 1/16: Տպ. մամուլը՝ 10,6:

Տպաքանակը՝ 50