

**ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ**

ԷԼՈՅԱՆ ՆԱՐԵԿ ԱՐԱՅԻԿԻ

**ՏՈՒՐԻՍՏԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՄԵԹՈԴԱԿԱՆ
ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ**

ԺԳ.00.02 «Դասավանդման և ուսուցման մեթոդիկա» (ֆիզիկական կուլտուրա և սպորտ) մասնագիտությամբ մանկավարժական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճանի հայցման ատենախոսության

ՍԵՂՄԱԳԻՐ

ԵՐԵՎԱՆ - 2023

Ատենախոսության թեման հաստատվել է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտում

Գիտական ղեկավար՝

մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր **Ե.Ս. Հակոբյան**

Պաշտոնական ընդդիմախոսներ՝

մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, դոցենտ **Ա.Լ. Գրիգորյան**

մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ **Է.Յու. Ավանեսով**

Առաջատար կազմակերպություն՝

Շիրակի Մ. Նալբանդյանի անվան պետական համալսարան

Ատենախոսության պաշտպանությունը կայանալու է 2024թ. հունվարի 19-ին ժամը 14³⁰ - ին, ՀՖԿՍՊԻ-ում գործող ԲՈԿ-ի մանկավարժության 065 մասնագիտական խորհրդում:

Հասցեն՝ 0070, ք.Երևան, Ալեք Մանուկյան 11, ՀՖԿՍՊԻ, թիվ 203 լսարան:

Ատենախոսությանը կարելի է ծանոթանալ ՀՖԿՍՊԻ գրադարանում:

Սեղմագիրն առաքված է 2023թ. դեկտեմբերի 19-ին:

Մանկավարժության 065 մասնագիտական

խորհրդի գիտական քարտուղար

մանկ. գիտ. թեկնածու՝

Մ. Ս. Բարբաբյան

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Թեմայի արդիականությունը: Հանրահայտ է, որ անձի տարբեր դրսևորումների և սոցիալական գործառույթների իրականացման կարևոր գործոններից են առողջական վիճակը, աշխատունակության և շարժողական պատրաստվածության մակարդակը, որոնք ձեռք են բերվում ուսցիոնալ կազմակերպված ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի պայմաններում: Այդ պարագայում առավել նշանակություն է ստանում դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության արդյունավետության բարձրացման հիմնախնդիրը՝ կոչված ապահովելու կրթական, առողջարարական և դաստիարակչական խնդիրների առավել արդյունավետ լուծումը (Лях В. И. 1992, Литвинов Е. Н. 1995, Лях В. И., Мейксон Г. Б., Кофман Л. Б. 1996, Բ. Տ. Մելիքսեյան 2001, Латыпов И. К., Лукина В. И. 2010.):

Դպրոցական տարիքում շարժողական ակտիվության ապահովումը օրգանիզմի զարգացման, ֆունկցիոնալ կարողությունների բարելավման և հարմարվողականության բարձրացման կարևորագույն պայման է (Матвеев А. П. 2009):

Գրականության տվյալները փաստում են ժամանակակից դպրոցականների շարժողական ակտիվության ցածր ծավալի մասին, ինչը բացասական է անդրադառնում նրանց ֆիզիկական և հոգեկան առողջության վրա (Калужный Е. А. 2007, Спирин В. К., Вязанко М. В., Макарова Н. А. 2007, Давтян Р. Б., Акопян Е. С. 2012):

Դպրոցականների անբավարար առողջական վիճակի մասին բերված փաստերը խոսում են այն մասին, որ այսօր անհրաժեշտություն է առաջացել մշակել և կրթական համակարգ ներդնել նորարարական տեխնոլոգիաներ և մեթոդիկաներ, որոնք կապահովեն բարձր առողջարարական արդյունք, կնպաստեն դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի օպտիմալացմանը (Лях В. И. 1992, В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева, Л. Н. Прогонюк 2001, Леонтьева Т. Н. 2002, Евсеев С. П., Комков А. Г., Шелков О. М. 2006, Антонова Я. Г. 2008, Столяров В. И. 2009, Лукьяненко В. П. 2012, Кумарина Г. Ф. 2013): Այդ միջոցներից մեկը կարող է լինել տուրիստական պատրաստությունը:

Տուրիզմը դիտարկվում է որպես դեռահասների և պատանիների՝ շրջակա միջավայրի ու պատմական վայրերի ուսումնասիրման, ֆիզիկական պատրաստության, օրգանիզմի կոփման, ֆունկցիոնալ վիճակի բարելավման, անձի բարոյականային և հայրենասիրական, գեղագիտական ու աշխատանքային դաստիարակության համալիր միջոց (Վ. Երանոսյան 1972, Վ. Երանոսյան, Ա. Չատինյան, Զ. Հարությունյան 1976, Верба И. А., Голицын С. М., Куликов В. М., Рябов Е. Г. 1983, Сергеева С. А. 1996, Ривкин Е. Ю. 2001):

Ներկայումս տուրիզմը մեր երկրի սոցիալ - տնտեսական բարեկեցությունը բարձրացնող կարևոր գործոն է:

Հանրապետության պետական կրթական փաստաթղթերում տուրիստական պատրաստությունը արտացոլված է ավագ դպրոցի ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրում: Սակայն դիտումները ցույց են տալիս, որ գործնականում այն լիովին չի իրականացվում, ակնհայտ են նյութատեխնիկական, կազմակերպչական բազում պատճառներ: Պատճառներից մեկն էլ այն է, որ տուրիստական պատրաստության կազմակերպման և անցկացման համար այժմ բացակայում են գիտամեթոդական հիմնավորված մշակումներ: Դեռ ավելին, պետք է փաստել, որ առարկայի չափորոշում և ծրագրում բաց է մնացել

միջին դպրոցը, այնինչ հենց այդ տարիքում տուրիստական պատրաստությունը կարող է եական դեր ունենալ անձի համակողմանի և ներդաշնակ զարգացման համար:

Այսպիսով, ակնհայտ է հակասություն, որն արտահայտվում է.

1. Դպրոցական տուրիզմի զարգացման անհրաժեշտության և «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի միջին դպրոցի չափորոշում և ծրագրում դրա վերաբերյալ բովանդակության բացակայության միջև:

2. Դպրոցականների տուրիստական պատրաստության անհրաժեշտության և իրականացման մեթոդական մշակումների բացակայության միջև:

Հետևաբար, հանրակրթական դպրոցում «Տուրիստական պատրաստություն» ուսումնական բաժնի իրականացման մեթոդիկայի մշակումն ունի կարևոր գիտագործնական նշանակություն:

Հետազոտության նպատակն է՝ մշակել հանրակրթական դպրոցի 7-9-րդ դասարանների տուրիստական պատրաստության բովանդակությունը և դրա դասավանդման մեթոդիկան:

Հետազոտության խնդիրները:

1. Հիմնավորել տուրիստական պատրաստության անցկացման անհրաժեշտությունը հանրակրթական դպրոցում:
2. Մշակել հանրակրթական դպրոցի 7-9-րդ դասարանների աշակերտների համար տուրիստական պատրաստության բովանդակությունը:
3. Բացահայտել տուրիստական պատրաստության մեթոդիկայի արդյունավետությունը դպրոցականների առողջության ամրապնդման, ֆիզիկական պատրաստվածության բարձրացման և անձի համակողմանի ձևավորման վրա:

Հետազոտության գիտական նորույթը.

- Հիմնավորվել է տուրիստական պատրաստության անցկացման անհրաժեշտությունը հանրակրթական դպրոցում:
- Մշակվել է հանրակրթական դպրոցի 7-9-րդ դասարանների տուրիստական պատրաստության բովանդակությունը:
- Գիտափորձով հիմնավորվել է 7-9-րդ դասարաններում տուրիստական պատրաստության մեթոդիկան՝ քաղաքի և մարզի տեղանքի հաշվառմամբ:

Պաշտպանությանը ներկայացվող դրույթները.

1. Տուրիստական պատրաստությունը դպրոցականների անձի բազմակողմանի զարգացման, ֆունկցիոնալ վիճակի, ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավման, կյանքի համար անհրաժեշտ կիրառական կարողությունների և հմտությունների ձևավորման միջոց է:
2. 7-9-րդ դասարաններում տուրիստական պատրաստության բովանդակության մշակումը տուրիստական պատրաստության արդյունավետ իրականացման կարևոր պայման է:
3. «Տուրիստական պատրաստության» դասավանդման մեթոդիկան ապահովում է դպրոցականների առողջական վիճակի և շարժողական պատրաստվածության բարելավումը, միջառարկայական կապերը և որպես արդյունք՝ ֆիզկուլտուրային կրթության որակի բարձրացումը:

Հետազոտության տեսական նշանակությունը: «Տուրիստական պատրաստության» դասավանդման նոր մոտեցումները մատնանշում են

դպրոցականների շարժողական ակտիվության և ֆիզիկական պատրաստվածության, աշխատունակության բարձրացման, կյանքի համար անհրաժեշտ կարողությունների և հմտությունների ձևավորման արդյունավետ ուղղություն: Արդյունքում հարստանում է հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի բովանդակությունը, ընդլայնվում են մասնագետների պատկերացումները դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կատարելագործման մասին:

Հետազոտության գործնական նշանակությունը: Տուրիստական պատրաստության մշակված մեթոդիկան նպաստում է դպրոցականների շարժողական ակտիվության, առողջական վիճակի և ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավմանը, կարևոր կիրառական հմտությունների ձևավորմանը, անձի բազմակողմանի զարգացմանը:

Ատենախոսության կառուցվածքը և ծավալը: Աշխատանքը շարադրված է համակարգչային 115 էջով: Այն բաղկացած է ներածությունից, չորս գլխից, եզրակացություններից, գործնական առաջարկություններից, ընդգրկում է 14 աղյուսակներ, 25 գծապատկերներ: Գրականության ցանկում բերված են 141 մատենագիտական սկզբնաղբյուրներ:

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Ներածությունում հիմնավորված է թեմայի արդիականությունը, ներկայացված են հետազոտության նպատակը և խնդիրները, գիտական նորույթը, տեսական և գործնական նշանակությունը, ինչպես նաև պաշտպանությանը ներկայացվող հիմնական դրույթները:

«Տուրիզմը կրթական համակարգում. հիմնախնդիրները և զարգացման ուղիները» խորագրով առաջին գլխում, որը բաղկացած է հինգ ենթագլուխներից, ամփոփ ներկայացված է տուրիզմի սոցիալ-մանկավարժական նշանակությունը: Բազմաթիվ աշխատանքներում ընդգծվում է տուրիզմի բազմակողմանի ներգործությունը դպրոցականների վրա, որը պայմանավորված է առողջարարական, կրթական, դաստիարակչական և կիրառական նշանակությամբ (Հ. Երանոսյան, Ա. Չատինյան, Զ. Հարությունյան 1976, И.А. Верба, С.М. Голицын, В.М. Куликов, Е.Г. Рябов 1983, Ю.С. Константинов 2011, В.П. Голованов 2021):

Տուրիստական պատրաստության կարևորությունը՝ որպես դպրոցականների ուսուցման և դաստիարակության համալիր միջոց, մատնանշում է նաև նրա ներգրավումը կրթական համակարգ (И.А. Верба, С.М. Голицын, В.М. Куликов, Е.Г. Рябов 1983, Куликов В.М. 1997, Арпентьева М. Р. 2018, Балчирбай М.В., Ооржак Х.Д-Н. 2019 и др.):

Գրական աղբյուրների ուսումնասիրությունը, ինչպես նաև տարբեր երկրների հանրակրթական դպրոցների ուսումնական ծրագրերի վերլուծությունը թույլ տվեց արձանագրել, որ տուրիստական պատրաստությունը ընդգրկված է մի շարք երկրների դպրոցական կրթական համակարգերում (Литвинов Е.Н. 1995, Ли Ван Джун 2003, Ли Ван Тэг 2005, Забурдаева М.Н. 2007, Лях В. И. 2010, Молоков Д.С., Викулов А.Д., Данилова Л.Н. 2019):

Ռուսաստանի Դաշնության հանրակրթական դպրոցի ավագ դասարաններում տուրիստական պատրաստությունն ընգրկված է որպես ծրագրի ընտրովի նյութի բաղադրիչ (Матвеев А.П. 2007, Лях В. И., Зданевич А. А. 2010):

Ուսումնասիրվել և վերլուծվել է տուրիստական պատրաստության ընդգրկվածությունը Խորհրդային Միության և Հայաստանի Հանրապետության դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում (1975 – 2009 թթ.): Հարկ է նշել, որ Խորհրդային Միության հանրակրթական դպրոցների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում նույնպես նախատեսված էր սովորողների տուրիստական պատրաստության ապահովումը:

Տորիզմը՝ որպես դպրոցականների առողջության ամրապնդման, անհրաժեշտ կարողությունների ձևավորման, բարձր շարժողական պատրաստության ապահովման կարևոր միջոց, ընդգրկված է նաև «Պատրաստ եղիր աշխատանքի և պաշտպանության» համալիրի պահանջներում:

Այսպիսով, ծրագրանորմատիվային փաստաթղթերի բովանդակության ուսումնասիրումը և վերլուծությունը թույլ է տալիս արձանագրել, որ տուրիստական պատրաստությունը հանդիսանում է ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կարևոր բաղադրիչ:

Գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրումը թույլ տվեց եզրակացնել, որ տուրիստական պատրաստությունը հանրակրթական դպրոցում առանձնացվում է բովանդակության, մեթոդների և կազմակերպման ձևերի բազմազանությամբ՝ արտացոլելով ուսումնական, արտադասարանական և արտադպրոցական աշխատանքների միասնականությունը (Հ.Մ. Երանոսյան 1976, Ս. Հ. Դանիելյան 2023, Балчирбай М.В., Ооржак Х.Д-Н. 2019, Климанова Т.Г. 2007, Константинов, Ю. С. 2011, Истомина П.И. 1987, Киргизова Л. В., Шагова О. В. 2018, Старикова Н.Д. 2017, Чахнина М.С., 2008):

Ուսումնասիրվող հիմնախնդրի վերաբերյալ գիտամեթոդական գրականության վերլուծությունը թույլ տվեց առանձնացնել, որ տուրիստական պատրաստությունը, լինելով դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության միջոցներից մեկը, կարող է իր բազմաբնույթ բովանդակությամբ ու կիրառելիությամբ դիտարկվել այն եզակի միջոցը, որն ապահովում է միջառարկայական բազմապիսի կապերը դպրոցում դասավանդվող բոլոր առարկաների հետ:

Այսպիսով, ընդգծվում է հանրակրթական դպրոցում տուրիստական պատրաստության կարևորությունը և իրականացման անհրաժեշտությունը: Դրա հետ մեկտեղ պետք է փաստել, որ առկա են մի շարք հարցեր՝ կապված հանրակրթական դպրոցում տուրիստական պատրաստության իրականացման հետ, որոնք արդիական են և լուծման կարիք ունեն:

Ատենախոսության երկրորդ գլխում «**Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը**» խորագրով, ներկայացված են գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրության, վերլուծության և ընդհանրացման, սոցիոլոգիական հարցման, սիրտանոթային համակարգի ֆունկցիոնալ վիճակի, ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակի հետազոտման, մանկավարժական գիտափորձի և մաթեմատիկական վիճակագրության մեթոդները, որոնք ապահովեցին օբյեկտիվ տվյալների ձեռքբերում՝ բավարարելով հուսալիության ու օբյեկտիվության պահանջները: Այս գլխում նաև ներկայացված են հետազոտության կազմակերպումը և քանակակազմը: Այն իրականացվել է երեք փուլերով:

Առաջին փուլում ուսումնասիրվել, վերլուծվել և ընդհանրացվել են հիմնախնդրի վերաբերյալ գրական աղբյուրները, ինչպես նաև ծրագրանորմատիվային փաստաթղթերի բովանդակությունը: Ուսումնասիրվող հարցի վերաբերյալ անցկացվել են սոցիոլոգիական հարցումներ՝ ուսուցիչների, 7 - 12-րդ դասարաններում սովորող դպրոցականների կարծիքը բացահայտելու նպատակով: Ընդհանուր առմամբ, հարցմանը մասնակցել են 309 ուսուցիչ

ներ և 998 դպրոցականներ՝ հանրապետության մարզերից և Երևան քաղաքից:

Երկրորդ փուլում անցկացվել է փաստագրող մանկավարժական գիտափորձը, որի արդյունքում որոշվել են 7-9-րդ դասարանների դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը և ֆունկցիոնալ վիճակը: Գիտափորձում ընդգրկվել են Երևան քաղաքի երեք դպրոցների 7-9-րդ դասարանների 145 դպրոցականներ (70 աղջիկ և 75 տղա) և Արագածոտնի մարզի Արագած գյուղի Դ.Դեմիրճյանի անվան միջնակարգ դպրոցի 76 դպրոցականներ (36 աղջիկ և 40 տղա):

Երրորդ փուլում կազմակերպվել է ձևավորող մանկավարժական գիտափորձ երեք տարիների ընթացքում՝ 2018-2019 ուստարի (7-րդ դասարան), 2019-2020 ուստարի (8-րդ դասարան) և 2020-2021 ուստարի (9-րդ դասարան)՝ մշակված մեթոդիկայի փորձարկման նպատակով:

Գիտափորձի փորձարարական I խմբում (Արագածի Դ.Դեմիրճյանի անվան հ.1 միջնակարգ դպրոց) ընդգրկված են եղել 28 աշակերտ՝ 16 աղջիկ և 12 տղա, փորձարարական II խմբում (Երևանի Վ. Մայակովսկու անվան հ. 7 հիմնական դպրոց) մասնակցել են 30 աշակերտ՝ 17 աղջիկ և 13 տղա:

Դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության, ֆունկցիոնալ վիճակի և տուրիստական պատրաստության վերաբերյալ գիտելիքների գնահատումն իրականացվել է 7-րդ դասարանի սկզբում (սեպտեմբեր) և 9-րդ դասարանի վերջում (ապրիլ):

Կորոնավիրուսի (COVID-19) համաճարակի պատճառով 8-րդ դասարանում դասերը և սեկցիոն պարապմունքները ժամանակավոր դադարեցվել են, իսկ հնարավորության դեպքում անցկացվել են բացօթյա պայմաններում՝ օգտագործելով տեղանքի ընձեռած հնարավորությունները:

Գիտափորձի ավարտին իրականացվել է ստացված տվյալների վիճակագրական վերլուծություն և ամփոփում:

Առենախոսության երրորդ՝ «**Դպրոցականների վերաբերմունքը տուրիզմի նկատմամբ և ֆիզիկական պատրաստության աստիճանը**» գլուխը բաղկացած է երեք ենթազյխից:

Դպրոցականների շրջանում անցկացվել է հարցում նրանց վերաբերմունքը և գիտելիքները տուրիզմի վերաբերյալ բացահայտելու նպատակով:

Անհրաժեշտ է արձանագրել, որ դպրոցականների 76%-ը ցանկություն է հայտնել, որ դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության շրջանակներում կազմակերպվի տուրիստական պատրաստություն: Աշակերտները նախապատվություն են տալիս լեռնային (50%) և հետիոտն (47%) արշավներին, հեծանվային (39%) և մասամբ տրանսպորտային, մասամբ հետիոտն (36%) արշավներին: Դպրոցականների միայն 28%-ն է նշել, որ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին ստանում է անհրաժեշտ պատրաստություն արշավներին մասնակցելու համար, 44%-ի կարծիքով՝ մասամբ:

Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների շրջանում անցկացված սոցիոլոգիական հարցման արդյունքում բացահայտվեց, որ ուսուցիչների 95.1%-ը հնարավոր է համարում դպրոցում տուրիստական պատրաստության կազմակերպումը:

Ուսուցիչների 24.3%-ը նշում է, որ նպատակահարմար է դպրոցականներին արշավների տանել 7-8-րդ դասարաններից սկսած, 22.7%-ը՝ 9-10-րդ, 21.4%-ը՝ 11-12-րդ, 16.6%-ը՝ 3-4-րդ, 14.9%-ը՝ 5-6-րդ:

Բացահայտվեց ուսուցիչների կարծիքը տուրիստական պատրաստության իրականացմանը խոչընդոտող պատճառների վերաբերյալ 55.1%-ը նշել է մեթոդական գրականության բացակայությունը, 15.8%-ը՝ դպրոցականների թերի ֆիզիկական պատրաստվածությունը, 6.6%-ը՝ չունեն համապատասխան գիտելիքներ և կարողություններ, 7.9%-ը՝ անցկացման մեծ պատասխանատվությունը, 6.8%-ը նշել է ծնողների հետ համագործակցության բացակայությունը:

Այսպիսով, ուսուցիչների շրջանում կազմակերպված հարցումը հնարավորություն տվեց բացահայտել ուսուցիչների դրական վերաբերմունքը դպրոցական կրթական համակարգ տուրիզմի ներդրմանը, վեր հանել հիմնախնդիրները և ուրվագծել 7-9-րդ դասարանների տուրիստական պատրաստության մեթոդիկայի շրջանակը:

«Դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության և ֆունկցիոնալ վիճակի նախնական գնահատումը» խորագրով ենթազգված են 7-9-րդ դասարանների դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակի և ֆիզիկական աշխատունակության հետազոտման արդյունքները:

Արագածոտնի մարզի և Երևան քաղաքի VII-IX դասարանների դպրոցականների շարժողական պատրաստվածության համալիր թեստավորման արդյունքների համեմատական վերլուծությունը ցույց տվեց, որ առկա են որոշակի տարբերություններ:

Մտահոգիչ են ընդհանուր դիմացկունության ստացած տվյալներն ինչպես տղաների, այնպես էլ աղջիկների մոտ: Այսպես, 1000 մ վազքում VII-IX դասարանների Երևանի հետազոտվող տղաների մոտ գրանցվել են ցածր ցուցանիշներ: Նույն ցուցանիշները նկատվում են նաև գյուղի տղա դպրոցականների մոտ VII և VIII դասարաններում, իսկ ահա IX դասարանում նկատվել է դրական միտում. դպրոցականների ցուցանիշները բարելավվել են՝ համապատասխանելով միջին մակարդակի:

Ընդհանուր համամասնության մեջ նույն պատկերը արտացոլվում է նաև աղջիկ դպրոցականների շրջանում: Երևան քաղաքի VII-IX դասարանների աղջիկների մոտ գրանցվել են ցածր ցուցանիշներ: Նույն ցուցանիշները պահպանվել են մարզի աղջիկ դպրոցականների մոտ՝ VII և VIII դասարաններում:

Ուժի թեստավորման ընթացքում բացահայտվեց, որ վերձգում պատճառովին վարժությունը կատարելիս Երևանի և մարզի VII դասարանի տղաների մոտ գրանցվել են համապատասխանաբար միջին և միջինից ցածր ցուցանիշներ:

Դպրոցականների որովայնի մկանների ուժի ցուցանիշների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ բացարձակ մեծամասնության (100%) մոտ գրանցվել են ցածր ցուցանիշներ:

Թեստավորման արդյունքում հնարավոր եղավ բացահայտել 7-9-րդ դասարանների սովորողների ֆիզիկական աշխատունակությունը՝ ըստ Ռուֆիեի ինդեքսի: Մեր կողմից հետազոտվող բոլոր տարիքային խմբերի դպրոցականների մոտ դիտվում են հիմնականում ֆիզիկական աշխատունակության բավարար և անբավարար գնահատականներ: Այսպես,

VII-IX դասարանների 52.5% աղջիկների և 54% տղաների մոտ բացահայտվել է ֆիզիկական աշխատունակության բավարար մակարդակ: Մտահոգիչ է այն փաստը, որ հետազոտվող 25.2% տղա և 35.8% աղջիկ դպրոցականների մոտ գրանցվել է Ռուֆիեի ինդեքսի անբավարար գնահատական: Ստացած տվյալները վկայում են դպրոցականների ցածր ֆունկցիոնալ հնարավորությունների մասին:

Հետազոտության արդյունքում ստացված տվյալները հաստատում են, որ անհրաժեշտ է հանրապետության մակարդակով մշակել ֆիզիկական դաստիարակության նոր տեխնոլոգիաներ, որոնք ուղղված կլինեն դպրոցականների շարժողական ընդունակությունների մշակմանը, օրգանիզմի ֆունկցիոնալ հնարավորությունների բարձրացմանը, նրանց առողջության պահպանմանն ու ամրապնդմանը:

Ատենախոսության չորրորդ՝ **«Տուրիստական պատրաստության մեթոդիկական դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում»** գլխում քնարկվում են մանկավարժական գիտափորձի արդյունքները:

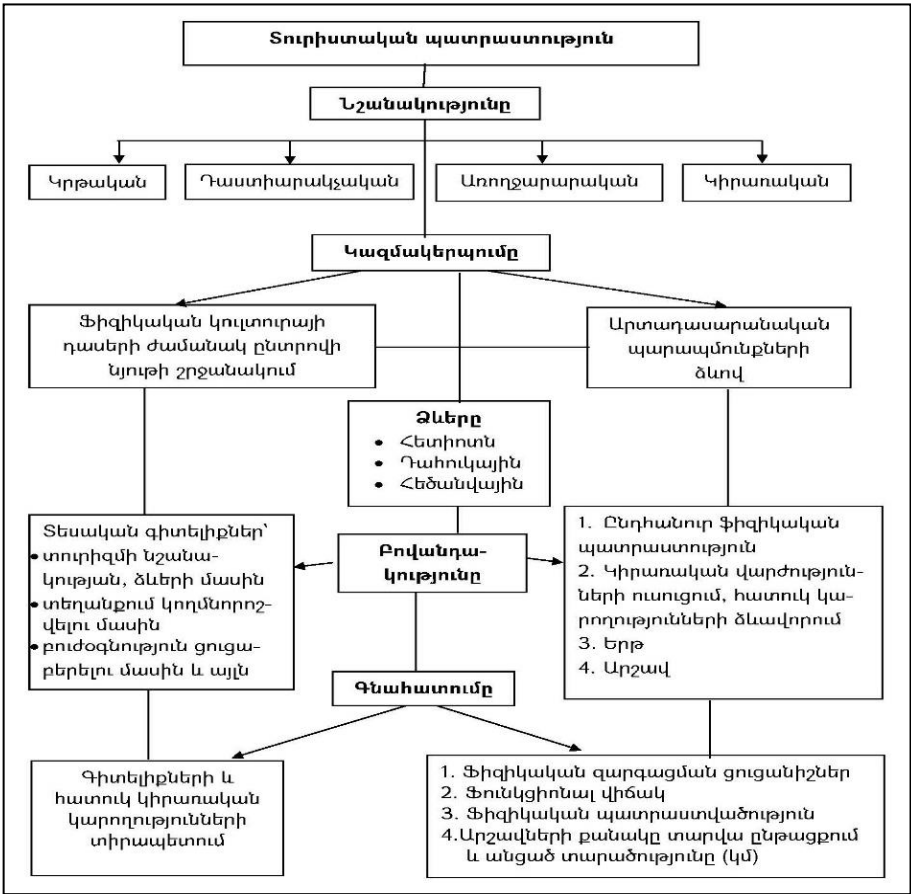
Մանկավարժական գիտափորձն ուղղված էր 7-9-րդ դասարաններում տուրիստական պատրաստության դասավանդման մեթոդիկայի փորձարկմանը: Մշակվել է 7-րդ, 8-րդ, 9-րդ դասարանների համար տուրիստական պատրաստության բովանդակությունը: Մանկավարժական գիտափորձի պլանավորման ընթացքում հիմք է ընդունվել համալիր մոտեցման սկզբունքը. ֆիզիկական դաստիարակության դասային և ոչ դասային ձևերի համակցումը, ուսուցման և դաստիարակության բազմազան միջոցների և մեթոդների կիրառումը (Ռ.Բ. Դավթյան 2018):

Գծապատկեր 1-ում ներկայացված է տուրիստական պատրաստության յուրացման տեխնոլոգիան:

Երկու փորձարարական խմբերում ֆիզկուլտուրայի դասերի ժամանակ, ծրագրի ընտրովի ուսումնական բաժնին հատկացված 8 ժամի շրջանակում, կազմակերպվել են տեսական և գործնական պատրաստության համակցված դասեր: Աշակերտները գիտելիք են ձեռք բերել տուրիզմի առողջարարական, կրթական, դաստիարակչական և կիրառական նշանակության վերաբերյալ, ծանոթացել են տուրիստական արշավների ձևերին, երթուղու ընտրության պահանջներին, անհրաժեշտ հանդերձանքին, ուսուցանվել և գործնականում կիրառվել են վնասվածքների, միջատների կծելու, ինչպես նաև արևայրուքի դեպքում առաջին բուժօգնությունը, լճո բարձրանալու և իջնելու կարողությունները, բնական խոչընդոտները հաղթահարելու տեխնիկան և այլն:

Կազմակերպված արտաժամյա սեկցիոն պարապմունքների ընթացքում առավելապես շեշտադրվել է առողջարարական խնդիրների լուծումը, ապահովվել է ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստությունը, ձևավորվել և կատարելագործվել են մասնագիտական կարողություններ՝ զառիթափ վերելք և վայրէջք, կանաչապատ, ձյունապատ լանջերի, ժայռերի հաղթահարում և փոխապահովում, գետանցում, սողանցում, խարույկ վառել և վրանի տեղադրում, կողմնորոշում տեղանքում կողմնացույցով, արևի դիրքով, ծառերի կտրած բնով և այլն, ուսուցանվել են տուրիստական արշավների նախապատրաստումն ու անցկացումը, տուրիստական կենցաղավարության և դադարների կազմակերպումը, տեղագրության այբուբենը: Մեկ ուսումնական տարվա ընթացքում պլանավորվել է 68 սեկցիոն պարապմունք, որոնք անցկացվել են շաբաթական երկու անգամ 90 րոպե տևողությամբ: Պարապմունքները կազմակերպվել են առավելապես բացօթյա պայմաններում տեղանքի հաշվառմամբ:

Դպրոցականների տուրիստական պատրաստության անցկացման՝ մեր կողմից մշակված մեթոդիկական նախատեսվում էր փորձարկել քաղաքում և մարզում, ինչը հնարավորություն կտար բացահայտել կազմակերպման առանձնահատկությունները՝ ելնելով տեղանքի պայմաններից:



Գծապատկեր 1. Տուրիստական պատրաստության յուրացման տեխնոլոգիա

Առաջին ուսումնական տարվա ընթացքում աշակերտները մասնակցել են երեք տուրիստական արշավի՝ մինչև 5 կմ, 7 կմ, 10 կմ տարածությամբ: Երևանում՝ որպես առաջին արշավական ուղղություն, մեր կողմից ընտրվել է Հրազդան գետի կիրճը, որը գտնվում է դպրոցից ոչ հեռու, և երեխաները հաղթահարել են 5 կմ տարածություն: Երկրորդ արշավը կազմակերպվել է Հրազդան գետի կիրճով՝ հաղթահարելով 7 կմ տարածություն: Երեխաները հասել են Ծիծեռնակաբերդի հուշահամալիր և Ծիծեռնակաբերդի խճուղով, Աթենքի փողոցով հետ են վերադարձել դպրոց: Երրորդ արշավը կազմակերպվել է ուսումնական տարվա վերջում. ընտրվել է երթուղի Վ. Մայակովսկու անվան դպրոցից դեպի Էրեբունի ամրոց-թանգարան:

Արագածի Դ. Դեմիրճյանի անվան դպրոցի փորձարարական խմբի աշակերտները առաջին արշավի ընթացքում քայլել են դեպի Արագածի լանջին գտնվող «Լույսաղբյուր» սրբատեղի՝ հաղթահարելով 5 կմ տարածություն: Երկրորդ արշավի ժամանակ

դպրոցականները անցել են 7 կմ տարածություն՝ հասնելով Արագածի լանջին գտնվող հայտնի քարանձավը (Մղարա): Երրորդ արշավի ժամանակ հասել են մինչև Գեղարոտ գետի վրա գտնվող Գեղարոտի փոքր ջրվեժը՝ անցնելով 10 կմ տարածություն:

Արշավների անցկացման ժամանակ հատուկ ուշադրություն է դարձվել կարգապահությանը, պատանի արշավորդների անվտանգության և վարքի կանոններին:

Երկրորդ տարվա ընթացքում պլանավորվել է երկու արշավ՝ մինչև 8 կմ (սեպտեմբեր, 2019թ.) և 10 կմ տարածությամբ (ապրիլ, 2020 թ.): Որպես երրորդ արշավ՝ փորձարկվել են Երևան քաղաքում հեծանվային (Անգլիական այգում, նոյեմբեր՝ 2019 թ.), իսկ գ. Արագածում դահուկային արշավներ, մինչև 5 կմ տարածությամբ (հունվար, 2020 թ.):

Գիտափորձի երրորդ տարում դպրոցականները մասնակցել են երեք արշավների՝ 10 կմ, 12 կմ և 18 կմ տարածությամբ: Վերջին արշավի ժամանակ Արագած գյուղի Դ. Դեմիրճյանի անվան հ. 1 դպրոցի աշակերտները հաղթահարել են 18 կմ հասնելով Ապարանի ջրամբարի ավազանում գտնվող Պողոս-Պետրոս եկեղեցի:

Գիտափորձի բոլոր մասնակիցները 7-րդ դասարանի ուսումնական տարվա սկզբում (սեպտեմբեր) և գիտափորձի ավարտին (9-րդ դասարան, ուստարվա վերջում՝ մայիս) անցել են թեստավորում՝ դպրոցականների ֆիզիկական աշխատունակության և շարժողական պատրաստվածության շարժընթացի գնահատման նպատակով:

Գիտափորձի ողջ ընթացքում առանձնակի կարևորվել և խրախուսվել են դպրոցականների կողմից վարքագծի դրսևորումներ, ինչպիսիք են՝ փոխօգնություն արգելքները հաղթահարելիս, համատեղ գործողություններ, թիմային աշխատանք:

Մանկավարժական գիտափորձը հաստատեց հետազոտության վարկածը. տուրիստական պատրաստության դասավանդման առաջարկված հեղինակային մեթոդիկական հնարավորություն տվեց շաղկապել հանրակրթական դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացի կազմակերպման ձևերը, ինչը նպաստեց դպրոցականների ընդհանուր շարժողական ակտիվության բարձրացմանը, ֆիզիկական աշխատունակության բարելավմանը, կիրառական գիտելիքների և կարողությունների ձեռքբերմանը:

Գիտափորձի ընթացքում ստացած արդյունքները փաստում են, որ և՛ Արագածի հ. 1 միջն. դպրոցի, և՛ Երևան քաղաքի հ. 7 հիմնական դպրոցի աշակերտների մոտ տեղի են ունեցել առաջադիմական փոփոխություններ ֆունկցիոնալ վիճակի և շարժողական պատրաստվածության ցուցանիշներում:

Եռամյա մանկավարժական գիտափորձի արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ փորձարարական խմբերում տղաների և աղջիկների շարժողական պատրաստվածության ցուցանիշներն աճում են:

Այսպես, ընդհանուր դիմացկունությունը բնութագրող 1000 մ վազքի ցուցանիշներում երկու փորձարարական խմբերում և՛ տղաների, և՛ աղջիկների մոտ գրանցվել են հավաստի փոփոխություններ: Փորձարարական I խմբի տղաների մոտ արդյունքը 1000 մ վազքում գիտափորձից հետո բարելավվել է միջինում 81.46 վրկ ($t=3.53$, $P<0,01$), փորձարարական II խմբի տղաների մոտ դրական շարժը կազմել է՝ 61.18 վրկ ($t=2.99$, $P<0,01$): Փորձարարական առաջին և երկրորդ խմբերի աղջիկների մոտ նույնպես գրանցվել են առաջադիմական փոփոխություններ. մարզի աղջիկների մոտ՝ 67.67 վրկ ($t=2.94$, $P<0,01$), իսկ Երևանի աղջիկների մոտ՝ 60.11 վրկ ($t=2.60$, $P<0,05$) (Աղյուսակ 1,2):

Աղյուսակ 1

Աղջիկների ֆիզիկական պատրաստվածության ցուցանիշների շարժընթացը մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում ($X \pm m$)

| Դասարան | Վազք 30մ(վրկ.) | Վազք 1000 մ(վրկ) | Հեռացատկ Տեղից (սմ) | Մարքըս-վազք 4x9մ (վրկ) | Թեքում առաջ կանգնած դիրքից, (սմ) | Հենում նստարանին սեղմումներ՝ (քանակ) | Պառկած դիրքից իրանի թեքում առաջ 1ր (քան.) |
|------------------------------------|----------------|------------------|---------------------|------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|---|
| Գ. Արագածի թիվ 1միջն. դպրոց | | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ | 6.82±0.23 | 390.26±20.11 | 139.25±5.35 | 12.41±0.25 | 3.44±1.73 | 12.75±2.67 | 12.88±1.53 |
| Գիտափորձից հետո | 5.68±0.15 | 322.59±11.18 | 162.31±2.82 | 10.82±0.12 | 4.19±1.36 | 19.00±2.80 | 25.81±1.66 |
| t | 4.2 | 2.94 | 3.81 | 5.88 | 0.34 | 1.61 | 5.74 |
| Ք. Երևանի թիվ 7 հիմն. դպրոց | | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ | 6.70±0.11 | 368.42±19.98 | 141.71±5.95 | 12.42±0.30 | 1.47±1.30 | 9.18±2.11 | 15.00±1.21 |
| Գիտափորձից հետո | 5.73±0.13 | 308.31±11.57 | 169.53±3.97 | 10.97±0.11 | 3.12±0.97 | 15.76±1.19 | 29.12±1.67 |
| t | 5.70 | 2.60 | 3.89 | 4.67 | 1.01 | 2.71 | 6.85 |

Աղյուսակ 2

Տղաների ֆիզիկական պատրաստվածության ցուցանիշների շարժընթացը մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում ($X \pm m$)

| Դասարան | Վազք 30մ(վրկ.) | Վազք 1000 մ(վրկ) | Հեռացատկ տեղից (սմ) | Մարքըս-վազք 4x9մ (վրկ) | Թեքում առաջ կանգնած դիրքից, (սմ) | Հենում նստարանին սեղմումներ՝ (քանակ) | Պառկած դիրքից իրանի թեքում առաջ 1ր (քան.) |
|------------------------------------|----------------|------------------|---------------------|------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|---|
| Գ. Արագածի թիվ 1միջն. դպրոց | | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ | 5.95±0.41 | 343.50±20.69 | 167.58±4.08 | 12.07±0.52 | -2.67±1.97 | 3.75±0.70 | 29.58±2.96 |
| Գիտափորձից հետո | 5.32±0.12 | 262.04±10.15 | 206.00±1.99 | 10.41±0.24 | 2.00±0.79 | 8.17±0.49 | 39.17±1.32 |
| t | 1.5 | 3.53 | 8.48 | 2.91 | 0.31 | 5.2 | 2.95 |
| Ք. Երևանի թիվ 7 հիմն. դպրոց | | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ | 6.36±0.26 | 305.80±18.29 | 170.36±8.75 | 12.20±0.54 | 3.82±3.88 | 2.91±0.89 | 26.00±3.21 |
| Գիտափորձից հետո | 5.52±0.11 | 244.62±9.07 | 210.12±3.36 | 11.18±0.38 | 0.91±1.55 | 6.00±0.47 | 37.18±1.38 |
| t | 3 | 2.99 | 4.35 | 1.54 | 0.23 | 3.09 | 3.20 |

Դպրոցականների շարժողական պատրաստության գործընթացում հատուկ տեղ են զբաղեցնում ուժային ընդունակությունների դրսևորումները: Ներկայացված են դպրոցա-

կանների վերին վերջույթների, որովայնի մկանների և ստորին վերջույթների ուժային և արագաուժային ցուցանիշների շարժընթացը մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում: Տեղից հեռացատկի արդյունքները ցույց են տալիս, որ փորձարարական առաջին և երկրորդ խմբերում տղաների մոտ աճը գրեթե հավասար է, և առկա են հավաստի փոփոխություններ: Գյուղի տղաների մոտ աճը կազմել է 38.42 սմ ($t=8.48, P<0,001$), իսկ Երևանի տղաների մոտ՝ 39.82 սմ ($t=4.35, P<0,001$): Աղջիկների փորձարարական երկու խմբերում նույնպես գրանցվել են արդյունքների հավաստի փոփոխություններ. I խմբում աճը կազմում է 23.11 սմ ($t=3.81, P<0,001$), իսկ երկրորդ խմբում՝ 27.82 սմ ($t=3.89, P<0,001$):

Դպրոցականների որովայնի մկանների արագաուժային ընդունակությունների հետազոտումը բացահայտեց, որ փորձարարական երկու խմբերի աղջիկների մոտ դրական շարժը կազմել է մոտ 50%, համապատասխանաբար, մարզի աղջիկների մոտ՝ 12.93-ով ($t=5.74, P<0,001$), Երևանի աղջիկների մոտ՝ 14.12-ով ($t=6.85, P<0,001$):

Եռամյա գիտափորձի ավարտին բացահայտվեց, որ փորձարարական խմբերից մարզի տղաների մոտ վերձգումներ պատասձողին վարժությունում գրանցվել է վերձգումների աճ միջինում 4.42-ով ($t=5,2, P<0,001$), իսկ Երևանի տղաների մոտ՝ 3.09-ով ($t=3,09, P<0,01$): Փորձարարական I խմբի աղջիկների մոտ հենում նստարանին սեղմումներ թեստում գիտափորձից հետո գրանցվել է դրական դինամիկա, սակայն այդ փոփոխությունները հավաստի չեն ($t=1,61, P>0,05$), իսկ փորձարարական երկրորդ խմբի՝ Երևանի աղջիկների մոտ նույն վարժությունում գրանցվել են հավաստի փոփոխություններ ($t=2,71, P<0,05$):

Վերլուծելով եռամյա մանկավարժական գիտափորձի ընթացքում ֆիզիկական աշխատունակությունն արտացոլող Ռուֆիեի ինդեքսի ցուցանիշները՝ պետք է փաստել, որ երկու փորձարարական խմբերում՝ ինչպես աղջիկների, այնպես էլ տղաների մոտ գիտափորձի ավարտին գրանցվել են հավաստի փոփոխություններ (Արագածի թիվ 1 դպրոցի աղջիկներ՝ $t=3,56, P<0,01$, Երևանի հ. 7 դպրոցի աղջիկներ՝ $t=2,91, P<0,01$, Արագածի հ. 1 դպրոցի տղաներ՝ $t=2,3, P<0,05$, Երևանի հ. 7 դպրոցի տղաներ՝ $t=4,4, P<0,001$) (Աղյուսակ 3, 4):

Հարկ է նշել, որ փորձարարական երկու խմբերում գիտափորձից առաջ չի գրանցվել գերազանց գնահատական, մինչդեռ գիտափորձի ավարտին դրական շարժ է գրանցվել այս ցուցանիշներում: Արագած գյուղի աղջիկների 12.5%-ի և Երևանի աղջիկների 5.8%-ի մոտ գերազանց ցուցանիշներ են գրանցվել, տղաների մոտ համապատասխանաբար՝ 16,7% և 9%: Ուշադրության է արժանի այն փաստը, որ փորձարարական երկու խմբերի և՛ աղջիկների, և՛ տղաների մոտ գիտափորձի ավարտին անբավարար ցուցանիշներ չեն գրանցվել:

Տնօրհստական պատրաստության իրականացման արդյունավետությունը պայմանավորված է մասնագիտական գիտելիքների և կարողությունների ձևավորման աստիճանով: Դպրոցականների գիտելիքներն ու կարողությունները բացահայտելու նպատակով մինչ մանկավարժական գիտափորձը և հետազոտությունից հետո անցկացվեց հարցում:

Ինչպես և մենք կանխատեսում էինք գիտափորձից առաջ, փորձարարական առաջին խմբի աշակերտների մեծամասնությունը (մոտ 90%) չգիտեր քարտեզը և չէր կարողանում ընտրել երթուղին:

Աղյուսակ 3

Տղաների ֆունկցիոնալ վիճակի փոփոխությունները եռամյա գիտափորձի ընթացքում (X±m, %)

| Դասարան | X±m | Ռուֆիեի ինդեքսի գնահատումը | | | | |
|------------------------------|------------|----------------------------|---------|-----------|---------------|----------------|
| | | Գերազանց < 3 | Լավ 4-6 | Միջին 7-9 | Բավարար 10-14 | Անբավարար > 15 |
| Փորձարարական I խումբ | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ (VII) | 10.4±1.10 | — | 83% | 50% | 25% | 16.7% |
| Գիտափորձից հետո (IX) | 6.94±1.01 | 16.7% | 41.6% | 16.7% | 25% | — |
| t | 2.3 | — | — | — | — | — |
| Փորձարարական II խումբ | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ (VII) | 12.85±1.02 | — | 9% | 18% | 55% | 18% |
| Գիտափորձից հետո (IX) | 7.25±0.74 | 9% | 18% | 64% | 9% | — |
| t | 4.4 | — | — | — | — | — |

Աղյուսակ 4

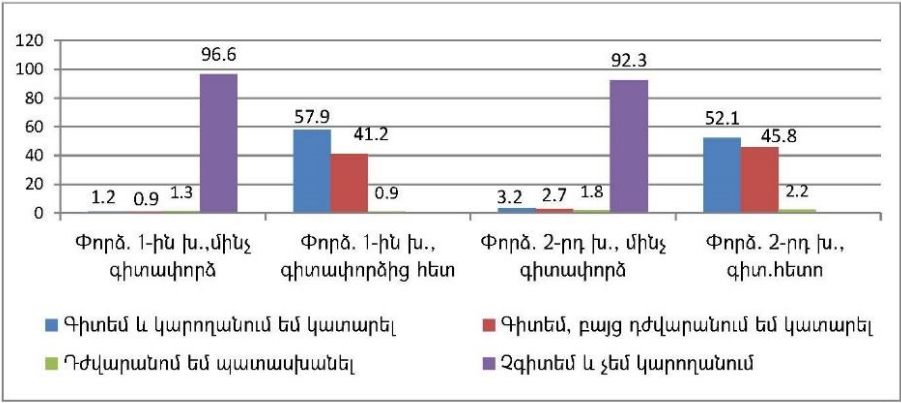
Աղջիկների ֆունկցիոնալ վիճակի փոփոխությունները եռամյա գիտափորձի ընթացքում (X±m, %)

| Դասարան | X±m | Ռուֆիեի ինդեքսի գնահատումը | | | | |
|------------------------------|-----------|----------------------------|---------|-----------|---------------|----------------|
| | | Գերազանց < 3 | Լավ 4-6 | Միջին 7-9 | Բավարար 10-14 | Անբավարար > 15 |
| Փորձարարական I խումբ | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ (VII) | 12.0±0.89 | — | 12.5% | 12.5% | 68.7% | 6.3% |
| Գիտափորձից հետո (IX) | 7.9±0.74 | 12.5% | 25% | 50% | 12.5% | — |
| t | 3.56 | — | — | — | — | — |
| Փորձարարական II խումբ | | | | | | |
| Մինչ գիտափորձ (VII) | 13.8±1.04 | — | 5.9% | 11.8% | 35.3% | 47% |
| Գիտափորձից հետո (IX) | 9.6±1.01 | 5.8% | 29.5% | 11.8% | 52.9% | — |
| t | 2.91 | — | — | — | — | — |

Եռամյա գիտափորձից հետո պարզվել է, որ փորձարարական առաջին և երկրորդ խմբերում աշակերտների մոտ գրանցվել է գիտելիքների աճ: Գիտափորձի ավարտին փորձարարական առաջին խմբի դպրոցականների 74.6%-ը և փորձարարական երկրորդ խմբի 72.4%-ը գիտի և կարողանում է կողմնորոշվել տեղանքում:

Տոլիստական պատրաստության կարևորագույն բաղադրիչը կիրառական

շարժողական կարողությունների և հմտությունների ձևավորումն է: Գիտափորձից հետո փորձարարական առաջին խմբի աշակերտների 57.9%-ը, և փորձարարական երկրորդ խմբի դպրոցականների 52.1%-ը գիտեն և կարողանում են հաղթահարել բնական արգելքները՝ սողանցումով, մագլցումով, գաղիթափ վերելքներով և վայրէջքներով, գետանցում (Գծապատկեր 2):



Գծապատկեր 2. Դպրոցականների բնական արգելքները հաղթահարելու կարողությունների շարժը գիտափորձից առաջ և հետո

Այսպիսով, մանկավարժական գիտափորձի արդյունքները հաստատեցին մեր ենթադրությունը, որ հանրակրթական դպրոցի 7-9-րդ դասարաններում տուրիստական պատրաստության իրականացումը միջավայրի ռեզիոնալ առանձնահատկությունների հաշվառմամբ՝ ապահովեց սովորողների անհատական հետաքրքրությունների և պահանջումքների բավարարումը և սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը:

Տուրիստական պատրաստության մշակված մեթոդիկական՝ փորձարկված Երևան քաղաքի և Արագածոտնի մարզի պայմաններում, և գիտափորձի արդյունքները փաստում են, որ այն կարող է դառնալ ՀՀ դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կատարելագործման ուղիներից մեկը, որը հնարավորություն տվեց՝

- բարձրացնել դպրոցականների շարժողական ակտիվությունը,
- բարելավել ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը,
- ամրապնդել առողջությունը, բարելավել դպրոցականների ֆունկցիոնալ վիճակը,
- ձեռք բերել գիտելիքներ տուրիզմից, ձևավորել կարևոր կիրառական կարողություններ և հմտություններ, ապահովել տարաբնույթ շարժողական գործողությունների տիրապետումը,
- բացահայտել դպրոցականների վարքի դրական դրսևորումներ, հատկապես՝ համագործակցություն, փոխօգնություն, կազմակերպվածություն, պատասխանատվություն:

Կարևոր է նշել նաև, որ դպրոցականների մոտ բարձրացել է հետաքրքրությունը տուրիզմի տարբեր ձևերի հանդեպ և ֆիզիկական կուլտուրայով զբաղվելու մոտիվացիան:

ԵՃՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Հետազոտության արդյունքները թույլ են տալիս կատարել հետևյալ եզրակացությունները.

1. Գրական աղբյուրների ուսումնասիրությունը, ինչպես նաև տարբեր երկրների հանրակրթական դպրոցների ուսումնական ծրագրերի վերլուծությունը թույլ տվեց արձանագրել, որ տուրիստական պատրաստությունը ֆիզկուլտուրային կրթության կարևոր բաղադրիչ է և ընդգրկված է մի շարք երկրների դպրոցական կրթական համակարգերում:

2. Ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչների շրջանում անցկացված հարցումը բացահայտեց, որ ուսուցիչների 95.1%-ը հնարավոր է համարում դպրոցում տուրիստական պատրաստության կազմակերպումը: Դրա հետ մեկտեղ՝ ուսուցիչների մեծամասնությունը նշում է «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի միջին դպրոցի չափորոշում և ծրագրում տուրիստական պատրաստության բովանդակության բացակայությունը: Ըստ ուսուցիչների 6.6%-ի՝ դպրոցում տուրիստական պատրաստության իրականացման խոչընդոտ է կազմակերպչական բարդությունը, ըստ 55.1%-ի՝ մեթոդական գրականության բացակայությունը, ըստ 6.6%-ի՝ չկան համապատասխան գիտելիքներ ու կարողություններ, ըստ 15.8%-ի՝ դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստվածությունը թերի է, ըստ 7.9%-ի՝ անցկացման մեծ պատասխանատվությունը, ըստ 6.8%-ի՝ ծնողների հետ համագործակցության բացակայությունը:

3. Դպրոցականների հարցման արդյունքում բացահայտվել է նրանց դրական դիրքորոշումը տուրիստական պատրաստության հանդեպ: Այսպես, աշակերտների 76%-ը ցանկություն է հայտնել, որ դպրոցում ֆիզիկական դաստիարակության շրջանակում կազմակերպվի տուրիստական պատրաստություն: Դպրոցականները նախապատվություն են տալիս լեռնային (50%) և հետիոտն (47%) արշավներին, հեծանվային (39%) և, մասամբ տրանսպորտային, մասամբ հետիոտն արշավներին (36%):

4. Երևան քաղաքի և Արագածոտն մարզի VII-IX դասարանների սովորողների ֆունկցիոնալ վիճակի հետազոտումը փաստում է նրանց ֆունկցիոնալ հնարավորությունների ցածր մակարդակի մասին: Այսպես, VII-IX դասարանների 52.5% աղջիկների և 54% տղաների մոտ առկա է ֆիզիկական աշխատունակության բավարար մակարդակ: Հետազոտվող տղաների 25.2%-ի և աղջիկների 35.8%-ի մոտ գրանցվել է Ռուֆիեի ինդեքսի անբավարար գնահատական:

5. Մշակվել և գիտափորձով հիմնավորվել է 7-9-րդ դասարաններում «Տուրիստական պատրաստության» բովանդակությունը և դասավանդման մեթոդիկական՝ քաղաքի և մարզի տեղանքի պայմանների հաշվառմամբ:

6. Գիտափորձով ապացուցվել է առաջարկված մեթոդիկայի կենսունակությունը, ինչը հնարավորություն տվեց բարձրացնել դպրոցականների շարժողական ակտիվությունը, տուրիզմի հանդեպ հետաքրքրությունը, ֆիզիկական վարժություններով զբաղվելու մոտիվացիան:

6.1. Եռամյա գիտափորձի արդյունքում բարելավվել է երկու փորձարարական խմբերի ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը: Առավել մեծ փոփոխություններ են գրանցվել

ա) ընդհանուր դիմացկունության արդյունքներում. 1000 մ վազքի ցուցանիշներում

երկու փորձարարական խմբերում և՛ տղաների, և՛ աղջիկների մոտ գրանցվել են հավաստի փոփոխություններ: Փորձարարական առաջին խմբի տղաների մոտ արդյունքը 1000 մ վազքում բարելավվել է միջինում 81.46 վրկ ($t=3.53, P<0,01$), իսկ փորձարարական 2-րդ խմբի տղաների մոտ՝ 61.18 վրկ ($t=2.99, P<0,01$):

Փորձարարական առաջին և երկրորդ խմբերի աղջիկների մոտ նույնպես գրանցվել են առաջադիմական փոփոխություններ. գյուղի աղջիկների մոտ կազմելով՝ 67.67 վրկ ($t=2.94, P<0,01$), իսկ Երևանի աղջիկների մոտ՝ 60.11 վրկ ($t=2.60, P<0,05$):

բ) Տեղից հեռացատկի արդյունքները ցույց են տալիս, որ փորձարարական առաջին և երկրորդ խմբերում տղաների մոտ աճը գրեթե հավասար է, և առկա են հավաստի փոփոխություններ: Գյուղի տղաների մոտ աճը կազմել է 38.42 սմ ($t=8.48, P<0,001$), իսկ Երևանի տղաների մոտ՝ 39.82 սմ ($t=4.35, P<0,001$): Փորձարարական երկու խմբերի աղջիկների արդյունքները բարելավվել են. գյուղի աղջիկների մոտ աճը կազմել է 23.11 սմ ($t=3.81, P<0,001$), իսկ Երևանի աղջիկների մոտ՝ 27.82 սմ ($t=3.89, P<0,001$):

գ) Գյուղի տղաների մոտ վերձգում պատահողին վարժությունում գրանցվել է քանակական աճ միջինում 4.42-ով ($t=5.2, P<0,001$), իսկ Երևանի տղաների մոտ՝ 3.09-ով ($t=3,09, P<0,01$): Փորձարարական առաջին խմբի աղջիկների մոտ հենում նստարանին սեղմումներ թեստում գիտափորձի ավարտին գրանցվել է դրական տեղաշարժ ($t=1,61, P>0,05$), փորձարարական երկրորդ խմբի աղջիկների մոտ նույն վարժությունում գրանցվել են հավաստի փոփոխություններ ($t=2,71, P<0,05$):

դ) Դպրոցականների որոշվայնի մկանների արագաուժային ընդունակությունների հետազոտումը բացահայտեց, որ փորձարարական երկու խմբերի աղջիկների մոտ դրական շարժը կազմել է մոտ 50%, համապատասխանաբար, գյուղի աղջիկների մոտ՝ 12.93 ($t=5.74, P<0,001$), Երևանի աղջիկների մոտ՝ 14.12 ($t=6.85, P<0,001$): Գիտափորձի ավարտին փորձարարական խմբի գյուղի տղաների մոտ վարժությունը կատարելիս գրանցվել է կրկնության կատարման բարելավում՝ մոտ 10-ով ($t=2,95, P<0,01$), իսկ Երևանի տղաների՝ 11-ով ($t=3.20, P<0,01$).

6.2. Երկու փորձարարական խմբերի տղաների և աղջիկների մոտ ֆիզիկական աշխատունակությունը գիտափորձից հետո բարելավվել է:

Այսպես, առաջին խմբի տղաների մոտ գիտափորձից հետո նկատվել է դրական տեղաշարժ. ֆիզիկական աշխատունակության միջին ցուցանիշները «Միջինից» հասել են «Լավ» գնահատականի: Երկրորդ խմբի տղաների աշխատունակությունը միջինում «Բավարար» գնահատականից գիտափորձի ավարտին աճել է «Միջին» գնահատականի: Փորձարարական առաջին խմբի աղջիկների ֆիզիկական աշխատունակությունը գիտափորձի ընթացքում փոխվել է «Բավարարից»՝ «Միջին», իսկ փորձարարական երկրորդ խմբի աղջիկների մոտ՝ «Անբավարարից»՝ «Բավարար» գնահատականի: Մարզի աղջիկների 12.5%-ի և Երևանի աղջիկների 5.8%-ի մոտ գրանցվել են գերազանց ցուցանիշներ:

6.3. Մանկավարժական գիտափորձի արդյունքում երկու փորձարարական խմբերի սովորողները յուրացրել են անհրաժեշտ գիտելիքներ, ձևավորել կարևոր կիրառական շարժողական կարողություններ և հմտություններ:

- ա) Աշակերտների 74.45%-ը գիտի քարտեզը և կարողանում է ընտրել երթուղին:
- բ) 73.5 %-ը գիտի և կարողանում է կողմնորոշվել տեղանքում:
- գ) Գիտի առաջին բուժօգնություն ցուցաբերել և կարողանում է տուժածին տեղափոխել

դպրոցականների 64.25%-ը:

դ) Բնական արգելքները գիտի և կարողանում է հաղթահարել դպրոցականների 55%-ը:

7. Տուրիստական պատրաստության իրականացումը բացահայտեց դպրոցականների վարքի դրական դրսևորումներ, հատկապես՝ համագործակցություն, փոխօգնություն, կազմակերպվածություն, պատասխանատվություն:

8. Տուրիստական պատրաստության մշակված մեթոդիկան՝ փորձարկված Երևան քաղաքի և Արագածոտնի մարզի պայմաններում, և գիտափորձի արդյունքները փաստում են, որ այն կարող է դառնալ ՀՀ դպրոցական ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի կատարելագործման ուղիներից մեկը՝ ապահովելով դպրոցականների առողջական վիճակի և շարժողական պատրաստվածության բարելավումը, միջառարկայական կապերը և որպես արդյունք՝ ֆիզկուլտուրային կրթության որակի բարձրացումը:

Առենախոսության հիմնական դրույթները արտահայտված են հեղինակի կողմից հրատարակված հետևյալ աշխատություններում՝

1. **Ն.Ա. Էլոյան**, Տուրիզմը դպրոցականների ֆիզկուլտուրային կրթության համակարգում, «Կրթությունը 21-րդ դարում» Գիտամեթոդական միջազգային գրախոսվող հանդես. թիվ 1(3), Երևան 2020, էջ 178-187:
2. **Ն.Ա. Էլոյան**, Միջառարկայական կապերը դպրոցականների տուրիստական պատրաստության ընթացքում. «Կրթությունը 21-րդ դարում» Գիտամեթոդական միջազգային գրախոսվող հանդես. թիվ 2(6), Երևան 2021, էջ 86 – 90:
3. **Ն.Ա. Էլոյան**, Տուրիզմը դպրոցում. Աշակերտների դիրքորոշումը. Գիտությունը սպորտում. արդի հիմնախնդիրներ. Գիտամեթոդական պարբերական, № 2 (4) Երևան 2021, էջ 153-160:
4. **Элоян Н.А.**, Готовность школьников к туристической деятельности: результаты социологического опроса, «Олимпийский спорт и спорт для всех» Материалы XXVI Международного научного Конгресса Казань, 8-11 сентября 2021г., Казань 2021, Ст.-225-227.
5. **Ն.Ա. Էլոյան**, 7-9-րդ դասարանների դպրոցականների ֆիզիկական պատրաստության մակարդակի գնահատումը, Գիտությունը սպորտում. արդի հիմնախնդիրներ. Գիտամեթոդական պարբերական, № 1 (5) Երևան 2022, էջ 50-56:
6. **Элоян Н.А.**, Организация туристической подготовки школьников в городских условиях. Международный научный конгресс 13–15 октября 2022 г. Материалы II Международного научного конгресса. Минск, БГУФК, 2022.- Часть 2. Ценности, традиции и новации современного спорта.- С.-375-379.
7. **Элоян Н.А.**, Акопян Е.С. Особенности туристской подготовки школьников VII-IX классов в рамках школьного физического воспитания // Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения: Научно-методический журнал. № 2, 2023.- С. 212-225.

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ТУРИСТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02-«Методика преподавания и обучения» (физическая культура и спорт).

Защита диссертации состоится 2024г. в 14⁰⁰ на заседании действующего в Государственном институте физической культуры и спорта Армении специализированного совета 065 по педагогике при ВАК.

Адрес: 0070, г. Ереван, ул. А. Манукяна 11, ГИФКСА, аудитория 203.

РЕЗЮМЕ

Актуальность. В решении проблем совершенствования системы физического воспитания школьников первостепенное значение приобретает разработка и внедрение в процесс физического воспитания новых технологий, обеспечивающих высокий оздоровительный эффект. Одним из таких подходов может служить туристическая подготовка. Туризм рассматривается как комплексное средство физической подготовки, закаливания организма, улучшения функционального состояния, познания окружающей среды, нравственного, патриотического, эстетического и трудового воспитания школьников. В настоящее время туризм рассматривается как важный фактор повышения социально-экономического благосостояния республики.

Туристическая подготовка отражена лишь в программе по физической культуре старшей школы. Однако, как показывают наблюдения, она практически не реализуется, на что имеется множество организационных и материально-технических причин. Одной из причин является отсутствие методических разработок. Следует также отметить, что туристическая подготовка не включена в программу по физической культуре средней школы, тогда как именно в этом возрасте туристическая подготовка может иметь важное значение для всестороннего и гармоничного развития личности школьника.

Поэтому разработка содержания и методики туристической подготовки в общеобразовательной школе является актуальной проблемой и имеет научно-практическое значение.

Цель исследования. Разработать содержание и методику преподавания туристической подготовки для 7-9-ых классов общеобразовательной школы.

Научная новизна исследования.

- Обоснована необходимость проведения туристической подготовки в общеобразовательной школе.
- Разработано содержание туристической подготовки для 7-9-ых классов общеобразовательной школы.
- Экспериментально обоснована методика туристической подготовки с учетом условий местности города и района.

Основные положения, выносимые на защиту

1. Туристическая подготовка как средство всестороннего развития личности школьника, улучшения их функционального состояния и физической подготовленности, формирования жизненно необходимых прикладных умений и навыков.
2. Разработка содержания туристической подготовки в 7-9-ых классах- необходимое условие эффективности ее реализации.
3. Методика преподавания «туристической подготовки» обеспечивает улучшение состояния здоровья и повышение уровня двигательной подготовленности школьников, укрепление

межпредметных связей и как результат – повышение качества физкультурного образования.

Теоретическая значимость исследования. Представленные подходы реализации туристической подготовки рассматривается как эффективное направление повышения двигательной активности, уровня физической подготовленности и работоспособности школьников, формирования жизненно необходимых умений и навыков. В результате углублено содержание предмета «Физическая культура», расширены представления специалистов о путях совершенствования школьной системы физического воспитания.

Практическая значимость исследования. Разработанная методика туристической подготовки способствует повышению двигательной активности и уровня физической подготовленности школьников, улучшению их состояния здоровья, формированию необходимых прикладных навыков, всестороннему развитию личности.

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы, изложена на 115 страницах компьютерного текста. Содержит 14 таблиц, 25 диаграмм.

METHODOLOGICAL FEATURES OF TOURISM TRAINING IN SECONDARY SCHOOLS

Dissertation for the academic degree of Candidate of Pedagogical Sciences in specialty 13.00.02 -"Methods of teaching and Learning" (physical culture and sports).

The dissertation defense will take place in 2024, at 14:00, at a meeting of the specialized Council 065 on Pedagogy under the Supreme Certifying Committee, in Armenian State Institute of Physical Culture and Sports.

Address: 0070, Yerevan, 11 A. Manukyan str., ASIPSC, auditorium 203.

SUMMARY

Research Relevance: The development and implementation of new technologies into the process of physical education that provide a high health effect, in solving the problems of improving the physical education system of schoolchildren, is of great significance. Tourism training can be one of these approaches. Tourism is considered as a comprehensive means of physical training, strengthening the body, improving the performance, knowledge of the environment, moral, patriotic, aesthetic and labor education of schoolchildren. Currently, tourism is regarded as an essential element in increasing the socio-economic well-being of the republic.

Tourism training is reflected only in the high school physical education program. However, observations reveal that it is practically not implemented. This in its turn has many organizational and material-technical reasons. One of the reasons is the lack of methodological developments. It should also be noted that tourism training is not included in the physical education program of secondary school, whereas it is at this age that tourism training can be an important component for the comprehensive and harmonious development of a student's personality.

Therefore, the development of the content and methodology of tourism training in secondary schools is an urgent issue and is of major scientific and practical significance.

Research purpose: The aim of the study is to develop the content and methodology of teaching tourism training to the 7th and 9th grades of secondary schools.

The scientific novelty of the research:

- The necessity of carrying out tourism training in a secondary school is justified.
- The content of tourism training for 7-9 grades of secondary schools has been developed.
- The methodology of tourism training has been experimentally proved, taking into account the area conditions of the city and the district.

The main provisions submitted for protection:

1. Tourist training as a means of comprehensive development of a student's personality, improvement of their functional state and physical fitness, formation of vital applied skills.

2. The development of the content of tourism training in grades 7-9 is a necessary condition for the efficiency of its implementation.

3. The methodology of teaching "tourism training" provides an improvement in the state of health and an increase in the level of motor readiness of schoolchildren, strengthening interdisciplinary ties and, as a result, improving the quality of physical education.

The theoretical relevance of the research: The presented approaches to the implementation of tourism training are considered as an effective means to increase motor activity, the level of physical fitness and performance of schoolchildren, and the formation of vital skills. As a result, the content of the subject "Physical Culture" has been enhanced, and the ideas of specialists on how to improve the school system of physical education have been expanded.

The practical relevance of the research: The developed methodology of tourism training helps to increase the motor activity and physical fitness of schoolchildren, improve their health, form necessary applied skills, and comprehensively develop their personality.

The structure and the scope of the dissertation: The dissertation work consists of an introduction, four chapters, conclusions, practical recommendations, a list of references, and is compiled in 115 pages. It contains 14 tables and 25 diagrams.