

ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԱԿՏԻՎՈՒԹՅՈՒՆԸ
ՊԱՅՄԱՆԱՎՈՐՈՂ ԿՐԹԱԿԱՆ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐԸ*

Գրիգորյան Արմեն
Հայ-ռուսական համալսարան,
Հայաստան

Համատու ներածական: Հոդվածում քննարկվում են ուսանողների ֆիզկուլտուրային-մարզական գրագիտության և կրթվածության մակարդակի բարձրացմանը նպաստող գործոններն ու միջոցները: Մարդու ֆիզիկական կուլտուրան ձևավորելու գործում կարևորվում է ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը, որն ընդհանուր մարզական պատրաստության համատեքստում հիմնավորաբար պետք է ընդգրկի նաև տեսական պատրաստվածության մակարդակի բարձրացման կառուցատարրեր: Հոդվածում արժևորվում է այն դրույթը, որ ֆիզիկական կուլտուրան մարդու համար ընդհանուր մշակութային իրական միջավայր կարող է դառնալ միայն այն դեպքում, երբ նա սկսի վերջինիս նվաճումներն օգտագործել գիտակցորեն՝ իր նպատակներին, պահանջումներին և հետաքրքրություններին համապատասխան:

Հիմնախնդիրը: Կրթությունը բոլոր ժամանակների համար էլ սոցիալական կյանքի կարևորագույն բնագավառներից մեկն է: Այն համակարգված գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների յուրացման գործընթացն ու արդյունքն է: Հետևաբար կրթությունը մարդուն կոնկրետ, այդ թվում՝ նաև ֆիզկուլտուրային և մարզական գործունեությանը նախապատրաստելու անհրաժեշտ պայման է: Մարդու անհատականության ձևավորման բարդ ու բազմակողմանի գործընթացում առանձնահատուկ դեր է հատկացվում ֆիզիկական կրթությանը: Այն կազմում է տեսական գիտելիքների հիմքը, առողջության հիմքը, որը նախադրյալներ է ստեղծում մարդու կուլտուրայի այլ կողմերի զարգացման համար: Ֆիզկուլտուրային գրագիտությունը և կրթվածությունը ապահովում են ուսումնաճանաչողական գործընթացի արդյունավետության ներքին ներդաշնակությունը, փոխադարձ կապը սոցիալ-տնտեսական և էկոլոգիական (բնապահպանական) բարդ իրադրության պայմաններում, օժանդակում են՝ կուտակելու գիտելիքներ [12]: Մարդու ֆիզիկական կուլտուրան ձևավորվում է նրա ֆիզիկական դաստիարակության արդյունքում, որը ենթադրում է նաև տեսական պատրաստվածության մակարդակի բարձրացում մարզական պատրաստության համատեքստում: ***Հաշվի առնելով գերխնդրի կարևորությունը՝ նշենք նաև մի քանի արդիական հետազոտություններ***, որոնցով որոշվել են ուսանողների ֆիզկուլտուրային գրագիտությունն ու հետաքրքրվածության աստիճանը:

Այսպես, բարձր դասարանների սովորողների ազատ ժամանակի ռեժիմով տարվող ֆիզկուլտուրային աշխատանքի կազմակերպման հետազոտությունը ցույց է տալիս, որ դրա արդյունավետությունն ուղղակիորեն կախված է ֆիզկուլտուրայի և սպորտի համակարգված պարապմունքների վերաբերյալ ուսանողների ունեցած գիտելիքների մակարդակից և հետաքրքրություններից: Այսպես, հարցվողների մեծ մասը պարապմունքների նկատմամբ հանդես է բերել ցուցադրական հետաքրքրություն [18]: Ըստ ԱՄՆ առողջապահության և սոցիալական ծառայությունների գլխավոր վիրաբույժի զեկույցի՝ քաղաքակիրթ երկրներում միջնակարգ դպրոցների սովորող-

* Հետազոտությունն իրականացվել է ՀՀ ԳԿՆ ԳԿ թեմատիկ ֆինանսավորման 18T-5C279 շրջանակներում:

ների գրեթե 2/3-ը (63.7 %), քուէջների ուսանողության 37.6 %-ը և չափահաս բնակչության 14 %-ը կանոնավոր ձևով զբաղվում են բարձր ինտեսիվություն ունեցող ֆիզիկական գործունեությամբ [Ս. S. DHHS, 1996]: Ռուսաստանում ուսանողների մոտ 50 %-ը զբաղվում է ֆիզիկական վարժություններով շաբաթական ընդամենը 2-3 ժամ այն դեպքում, երբ ուսանողության 45 %-ը ընդհանրապես չի զբաղվում ֆիզիկական կուլտուրայով [7]: Ինչ վերաբերում է մեր հանրապետությանը, ապա մեր հաշվարկներով ֆիզկուլտուրային-մարզական շարժման մեջ ընդգրկված է ընդհանուր բնակչության ոչ ավելի, քան 3-6 %-ը: Միաժամանակ հարկ է նշել, որ ուսումնական հաստատություններն են այն առանցքային հենքը, որի վրա կարելի է հաջողությամբ իրականացնել ֆիզկուլտուրային մարզական պարապմունքներին կանոնավոր ձևով ներգրավելու քաղաքականություն, ձևավորել հատուկ գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում: Հատկապես ուսանողների կյանքի դպրոցական շրջանում է ընդլայնվում նրանց կուլտուրական մտահորիզոնը, ձևավորվում են նրանց հետաքրքրություններն ու պահանջումները, մասնագիտական ուղղվածությունը: Հիշյալ հետազոտությունների ընդհանրացումից պարզ է դառնում, որ ֆիզկուլտուրան մարդու համար ընդհանուր մշակութային իրական միջավայր դառնում է այն դեպքում, երբ նա սկսում է վերջինիս նվաճումները գիտակցորեն օգտագործել՝ իր գնահատմանը, արժևորմանը, նպատակներին, պահանջումներին և հետաքրքրություններին համապատասխան: Ենթադրվում է, որ ֆիզկուլտուրային գործունեության ընթացքում անձը հասկանում է ֆիզիկական կուլտուրայի չափանմուշների, օրինակելի տարաբնույթ նորմերի առկայությունն ու յուրահատկությունները և դրանց՝ առավել արդյունավետ օգտագործման հնարավորությունները: Այստեղ յուրաքանչյուր մարդու համար հատկապես մեծ է ֆիզկուլտուրային ակտիվության կրթական դերը:

Նպատակը: Հոդվածի շրջանակներում իրականացվող հետազոտության նպատակն է մասնագիտական գրականության վերլուծության միջոցով բացահայտել ֆիզկուլտուրայի և սպորտի մասին իրազեկվածության ու համապատասխան տեսական գիտելիքների ազդեցությունը ուսանողների՝ սպորտով զբաղվելու, ակտիվ կենսակերպ վարելու, մարզական և/կամ ֆիզկուլտուրային ակտիվություն դրսևորելու կայուն հետաքրքրությունների ձևավորման վրա:

Բանալի բառեր: *Ֆիզիկական կրթություն, ֆիզիկական ակտիվություն, մարզական հետաքրքրություն, տեսական գիտելիք, ֆիզկուլտուրային գրագիտություն:*

Ըստ Ս. Ա. Կիպպերմանի տվյալների՝ տեղեկատվության ազդեցությամբ սովորող դեռահասների միայն 42 %-ի մոտ են ծավալվել ֆիզկուլտուրայի և սպորտի մասին գիտելիքները, ինչն արտահայտվում է նրանում, որ ուսանողները սկսում են ավելի լուրջ կողմնորոշվել տարբեր մարզաձևներում, ստանալ տեղեկություններ արտասահմանյան սպորտի, առաջատար մարզիկների մարզումների, օրգանիզմի վրա ֆիզիկական վարժությունների ազդեցության մասին: Այստեղից էլ մեծ չափով արդարացվում է ուսանողների կողմից ներկայացվող՝ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին ֆիզկուլտուրային-մարզական թեմաներով զրույցներ անցկացնելու պահանջը [17]: Բնական է, որ վերջիններս ունեն կարևոր նշանակություն համապատասխան գիտելիքների ձեռքբերման և կայուն հետաքրքրությունների ձևավորման համար:

Առկա հետազոտությունների տվյալները [6] հնարավորություն են տալիս նաև եզրակացնելու, որ էական գործոններից մեկը, որով բնութագրվում է բնակչության վերաբերմունքը ֆիզիկա-

կան կուլտուրայի և սպորտի պարապմունքների նկատմամբ, սեռի և տարիքի, կրթության մակարդակի, սոցիալական դրության հետ մեկտեղ, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հարցերին վերաբերվող գիտելիքների առկայությունն է, նրանց խորությունն ու ամբողջականությունը: Տվյալներ կան նաև այն մասին, որ այս բնագավառում ֆիզիկական ակտիվության և գիտելիքների ձևավորման գործում մեծ դեր են խաղում ընտանեկան կյանքի դրվածքը, ընկերների, բարեկամների ու ծնողների անձնական օրինակը [15]: Համապատասխան հետաքրքրություններն ու նրանց առնչվող գիտելիքները ստեղծվում են զանազան գործոնների ազդեցությամբ և կարող են ունենալ տարբեր բովանդակություն, խորություն, ուղղվածություն և կայունություն: Հետևապես, հետաքրքրության և որոշակի գիտելիքների առկայությունը ուսումնական գործունեության հաջող ընթացքի գլխավոր պայմանն է և նրա ճիշտ կազմակերպման երաշխիքը:

Հարկ է նշել, որ վերջին տարիներին մեր հանրապետությունում նկատվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում բնակչության կրթվածության մակարդակի կտրուկ անկում: Նույնիսկ տիտղոսավոր մարզիկները չեն կարողանում ըստ ամենայնի մեկնաբանել կամ պատշաճ մակարդակով ներկայացնել իրենց իմացությունն այդ հարցերի շուրջ: Մյուս կողմից էլ ոգևորիչ է, որ Երևանի օլիմպիական հերթափոխի պետական մարզական քոլեջում հատուկ ուշադրություն է դարձվում ուսանողների ոչ միայն հանրակրթական, այլև ֆիզկուլտուրային-մարզական գրագիտության մակարդակի ապահովմանը: «Ֆիզիկական կուլտուրա» դասընթացը լիովին համապատասխանում է մարդու ընդհանուր կրթության բոլոր բնագավառներին: Այնուհանդերձ, տեսական գրագիտության մակարդակը, հատկապես սովորող երիտասարդության շրջանում, բարձրանալու միտում ունի: Գործնականում անբավարար են օգտագործվում եղած մշակումները [4]: Միաժամանակ ԱՊՀ առանձին երկրներում վերջին տարիներին ի հայտ են եկել մի շարք մեթոդական լուրջ նյութեր ու առաջարկություններ: Այսպես, Ա. Վ. Լոտոնենկոյի աշխատության մեջ տրված են ֆիզիկական ինքնակատարելագործման և համակարգված պարապմունքների գործընթացում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի վերաբերյալ գիտելիքների յուրացման կոնկրետ պայմանները [10]: Վ. Վ. Պյատկովն առաջարկում է ուսանողների ֆիզիկական դաստիարակության համակարգում ներմուծել տեսական և գործնական գիտելիքների կրթական համակարգ՝ նպատակ ունենալով իմաստավորել ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի և առողջ ապրելակերպի կազմակերպման էությունը [14]: Բերված տվյալները թելադրում են այդ հիմնախնդրի ուսումնասիրման, ինչպես նաև ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում սովորող երիտասարդության կրթվածության մակարդակի բարձրացմանն ուղղված կոնկրետ հանձնարարականների ու մշակումների անհրաժեշտությունը:

20-րդ դարի երկրորդ կեսը նշանավորվեց հասարակական կյանքի և մարդկանց գիտակցության վրա սպորտի ազդեցության ուժեղացման զգալի միտումներով, որոնց մեջ առաջնային են ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ազդեցության ուժեղացումը մարդկանց գործունեության հիմնական ձևերի վրա, ինչպես նաև կրթական, տնտեսական և մշակութային էական ազդեցության ուժեղացումը թե՛ անձի դաստիարակության ու համայնացման, թե՛ ապրելակերպի ձևավորման վրա: Այսպիսով՝ առկա սկզբնաղբյուրների վերլուծությունը հնարավորություն տվեց մեզ բացահայտելու ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում գիտելիքների ձեռքբերմանը նպաստող գործնականում գոյություն ունեցող ազդեցության միջոցները:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում կրթվածության շատ կարևոր ուղղություն և միջոց է հատուկ կազմակերպված տեսական պատրաստությունը: Այն պետք է հասկանալ գիտելիքների այնպիսի համակարգ, որը կենտրոնացվել, միատեղվել է մասնագիտացված գիտական դասընթացներում, ձևավորվել՝ ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտային մարզման միջավայրում: Տեսական պատրաստությունը ենթադրում է նաև բնագիտական, հումանիտար դասընթացների գիտելիքների համակարգ, որն առնչվում է ֆիզկուլտուրային-մարզական պրակտիկայի ապահովման ճանաչողությանը, նաև մտավոր կարողությունների ու ունակությունների համակարգ, որը տանում է դեպի համոզմունքների ձևավորում և ճանաչում, ինչպես նաև ընդունակությունների զարգացում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պարապմունքների ընթացքում [Ղազարյան Ֆ. Գ., Մելիքսեթյան Ռ. Տ.]:

Նշանավոր մասնագետները [2], [5, 12] մատնանշում են, որ ֆիզիկական կուլտուրայի հիմքում ընկած է մի գործունեություն, որը նպատակամղված է մարդու մարմնի սոցիալական վերափոխմանը, նրա ֆիզիկական վիճակի բարելավմանն ու տեսական հատուկ գիտելիքների յուրացմանը, և ներառում է նաև սոցիալապես ձևավորված միջոցներ ու կառուցակարգեր, գործունեության արդյունքներ, հետաքրքրություններ և պահանջմունքներ: Ուստի միանգամայն պատահական չէ, որ հեղինակները [5, 12] կարևորում են մարդկանց տեսական պատրաստությունը՝ նպատակ ունենալով կազմելու նրանց առողջ ապրելակերպը, ակտիվացնելու շարժողական պատրաստականությունը, ներգրավելու ֆիզկուլտուրային և մարզական պարապմունքներին: Մ. Ի. Պոլյակովը ևս առաջարկում է կրթական ուղղվածությամբ ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի վարման մի շարք տարբերակներ, որոնց հիմքում ընկած են տեսական գիտելիքները և դրանց գործնական կիրառությունը դասարանի աշակերտների ֆիզիկական պատրաստության կազմակերպման ընթացքում [13, 22]:

Ռուսաստանի Դաշնության [Матвеев Л. П.] և Հայաստանի Հանրապետության [Մելիքսեթյան Ռ. Տ., Գալստյան Ռ. Ա., Մեհրաբյան Ա. Ռ.] սովորողների ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերում նախատեսվել են հատուկ բաժիններ՝ հանրակրթական դպրոցի բոլոր դասարաններում ֆիզիկական կուլտուրայից տեսական գիտելիքներ ձեռք բերելու նպատակով: Տեսական պատրաստության ծավալը նախատեսում է գիտելիքներ՝ մարդու, շրջապատող միջավայրի, հասարակության, հիգիենիկ գիտելիքների, օրվա ռեժիմի, ֆիզկուլտուրային եզրաբանության մասին: Հատկապես այս հարցերն են, որոնք արժանիորեն դարձել են հետագա, առավել խորը և հատուկ փորձարարական ուսումնասիրության առարկա:

Արդի ժամանակաշրջանում Հայաստանի Հանրապետության սոցիալ-տնտեսական և քաղաքական վերափոխումների պայմաններում առանձնահատուկ նշանակություն են ստանում անձի հոգևոր ու ֆիզիկական առողջությանը, առողջ ապրելակերպի ձևավորմանը վերաբերող հարցերը: Վերջիններս, անկասկած, լուրջ օժանդակություն են աճող սերնդին, ողջ բնակչությանը՝ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի համակարգված պարապմունքներին հաղորդակից դարձնելու համար: Դեռևս շարունակում են ծանր մնալ սոցիալ-ժողովրդագրական իրավիճակը, բնակչության առողջական կայունության պայմանները և ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում առկա կրթվածության մակարդակը:

Պարզ է, որ ֆիզիկական կուլտուրայի՝ որպես սոցիալական երևույթի ներգործության հիմնական օբյեկտը մարդն է՝ իր ֆիզիկական վիճակով, առողջությամբ, հոգեկերտվածքով, հնարավո-

րություններով, գիտելիքներով: Ուստի ֆիզիկական կուլտուրայի խնդիրների գիտական մշակումն անմիջականորեն առնչվում է մարդու զարգացման խնդրին: Մեծ ծավալի սկզբնաղբյուրների ուսումնասիրությունն ու դրանց վերլուծությունները թույլ են տալիս մեզ նշել, որ դրանցից շատերում ուշադրություն է դարձվում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում գիտելիքների մակարդակի բարձրացման անհրաժեշտությանը: Առաջարկվում են տեղեկատվական մոտեցումների օգտագործման, ՁԼՄ-ների, իրազեկման և մասսայականացման մի շարք տարբերակներ [Жбанков О. В., Кикнадзе Ю. В., Лотоненко А. В.]:

Եզրակացություններ: Այսպիսով՝ իրազեկումը զանգվածային բնակչության գիտակցության վրա սոցիալ-մանկավարժական ներգործության կարևոր միջոց է և ուղի: Նրա էությունը գաղափարների, գիտելիքների ժողովրդայնացման, լուսաբանման և տարածման մեջ է՝ հետապնդելով արժեքների ձևավորման, զարգացման և ամրապնդման, ինչպես նաև անձի կողմնորոշման ու նպատակասլացության միտումներ: Տվյալ դեպքում այն վերաբերում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտին: Այդ տեսանկյունից գոյություն ունեցող մի քանի հետազոտություններ վկայում են, որ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պրոպագանդան (քարոզչությունը) նախատեսում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին հատուկ գիտելիքների տարածում՝ նպատակ ունենալով դրանք ներդնելու մարդկանց հասարակական և անհատական գիտակցության մեջ՝ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ դրական վերաբերմունքի ձևավորման, ինչպես նաև ֆիզիկական պարապմունքների վարժություններին անձի և բնակչության տարբեր խավերի առողջ ապրելակերպի արմատավորման համար:

«Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պրոպագանդում» հասկացությամբ պետք է ենթադրել նաև տարբեր աշխատանքային և ուսումնական կոլեկտիվների նպատակաուղղված գործունեությունը՝ ներգրավելով զանգվածային տեղեկատվության միջոցներն ու հաղորդակցման համակարգերը: Իրազեկման և տարածման զանգվածային աշխատանքների արդյունավետությունը կախված է նրանից, թե ինչ ծավալով ու խորությամբ է յուրացվել ներկայացված տեղեկատվությունը, որքանով են ավելացել ունկնդիրների գիտելիքները: Հետևաբար այդ ամբողջ աշխատանքը սոցիալ-մանկավարժական մի լայնածավալ համակարգ է, որը գրեթե ամբողջությամբ ընդգրկում է բնակչության լայն խավերի տեղեկատվական դաշտը և նպաստում ֆիզիկական կուլտուրայի ու սպորտի բնագավառի համապատասխան գիտելիքների յուրացմանը: Սակայն մեզ մոտ այդ համակարգը դեռևս կա՛մ չի օգտագործվում, կա՛մ օգտագործվում է մասամբ՝ առանձին աշխատանքային կոլեկտիվներում կամ ուսումնական հաստատություններում:

Վերակառուցվող զարգացման արդի փուլում Հայաստանի Հանրապետությունը վերապրում է շատ կարևոր, պատասխանատու մի շրջան: Առաջիկայում նախանշվում են շատ բարդ ու կարևոր խնդիրների լուծումներ: Այդ խնդիրների թվին են դասվում նաև երկրի բնակիչների առողջության ամրապնդումը, նրանց կյանքի տևողության երկարացումը, ակտիվ շարժողական գործունեության մեջ ներգրավումը և, իհարկե, հանրապետության բնակչության տարբեր խավերի ֆիզիկոկուլտուրային-մարզական գրագիտության և կրթվածության մակարդակի բարձրացումը: Վերջինիս համատեքստում հասկանում ենք մարդու կուլտուրայի այնպիսի տարրեր, որոնք ներառում են որոշակի շարժողական կարողություններ ու հմտություններ և դրանց առնչվող գիտելիքներ, հետաքրքրություններ, պահանջմունքներ, էական նշանակություն ունեցող, արժեքավոր կողմնորոշումներ, վարքի կանոններ և նորմեր: Անհրաժեշտ է, որ մեր անկախ հանրապետության յուրա-

քանյուր քաղաքացի կարողանա մանկուց խնամքով վերաբերվել իր առողջությանը, ֆիզիկական զարգացմանը, շարժողական պատրաստվածությանը: Իսկ դրա համար, բնականաբար, պահանջվում են գիտելիքներ յուրաքանչյուր անձի կողմից սեփական օրգանիզմի վիճակին հետևելու, տիրապետելու առումով: Այդ բարդ, գործնական խնդրի արդյունավետ լուծման համար բավարար չեն սոսկ ներընթացողական պատկերացումներն ու առօրեական, սովորական գիտելիքները: Այստեղ անհրաժեշտ է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառի հավաստի, գիտականորեն հիմնավորված գիտելիքների համակարգ: Նման գիտելիքներ հնարավոր է ձեռք բերել միայն հատուկ, նպատակաուղղված մանկավարժական ներգործության հիմքի վրա, որն իր հերթին կնպաստի հատկապես սովորող երիտասարդության ֆիզկուլտուրային-մարզական գրագիտության և կրթվածության մակարդակի բարձրացմանը:

СРЕДСТВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ВЛИЯНИЯ, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЕ ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ СТУДЕНТОВ

Григорян Армен

*Российско-армянский университет,
Армения*

Аннотация

В статье рассматриваются факторы, способствующие повышению уровня физическо-спортивной грамотности у студентов и их воспитания. Для формирования физической культуры человека важен процесс физического воспитания, который в контексте общей спортивной подготовки должен включать также элементы повышения уровня его теоретической подготовки. В статье акцентируется то положение, что физическая культура для человека может стать общей культурно-реальной средой. Сделано заключение о том, что если студенты будут использовать спортивные достижения сознательно и в соответствии со своими целями, потребностями и интересами, то можно будет говорить о позитивной тенденции.

Ключевые слова: *физическое воспитание, физическая активность, спортивный интерес, теоретические знания, физкультурная грамотность.*

MEANS OF EDUCATIONAL INFLUENCES CONCERNING THE PHYSICAL ACTIVITY OF STUDENTS

Grigoryan Armen
Armenian-Russian University,
Armenia

Abstract

The article discusses the factors contributing to the increase in the level of physical and sports literacy and education of students. For the formation of physical culture of a person, the process of physical education is important, which in the context of general sports training should also include elements of increasing its theoretical training. The article emphasizes the fact that physical culture for a person can become a common cultural-real environment. It is concluded that if students use sporting achievements consciously and in accordance with its goals, needs and interests, then it will be possible to speak of a positive trend.

Keywords: *physical education, physical activity, sports interest, theoretical knowledge, literacy of physical culture.*

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Ղազարյան Ֆ. Գ., Սպորտային պատրաստության հիմունքները (դասագիրք), Երևան, «Ջոքեր» հրատ., 1993, 212 էջ:
2. Մելիքսեթյան Ռ. Տ., Տեսական գիտելիքների ուսուցումը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, Երևան, «Լույս» հրատ., 1991, 169 էջ:
3. Մելիքսեթյան Ռ. Տ., Գալստյան Ռ. Ա., «Ֆիզիկական դաստիարակություն» համալիր ծրագիր, 1-8-րդ դասարաններ, Երևան, «Բարձրագույն դպրոց», 1997, 55 էջ:
4. Մելիքսեթյան Ռ. Տ., Մեհրաբյան Ա. Ռ., «Ֆիզիկական դաստիարակություն» համալիր ծրագիր, ավագ դպրոց, Երևան, «Բարձրագույն դպրոց», 2000, 23 էջ:
5. Бальсевич В.К., Любышева Л.И., Теория и технология спортивно-ориентированного физического воспитания в массовой общеобразовательной школе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2005, № 5, с. 12-15.
6. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И., Основы физической культуры и здорового образа жизни: Учеб. пособие, Москва: “Советский спорт”, 1996, 592 с.
7. Дзюбалов А.В., Двигательные и организационно-методические умения как факторы приобщения студентов к самостоятельной физкультурной деятельности: Автореф. дис. канд. пед. наук / А.В. Дзюбалов, Москва, 1991, 23 с.
8. Жбанков О.В., Информационно-методическая система как средство индивидуализации процесса физического воспитания в вузе / О.В. Жбанков, Е.В. Соловьев // “Теор. и практ. физ. культ”, 1995, № 11, с. 51-53.
9. Кикнадзе Ю.В., Социально-педагогические аспекты формирования здорового образа жизни и физической культуры: Автореф. дис. канд. пед. наук / Ю. В. Кикнадзе, Тбилиси, 1990, 28 с.
10. Лотоненко А.В., Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: дис. докт. пед. наук / А. В. Лотоненко, Воронеж, 1998, 400 с.
11. Матвеев Л.П., Общая теория спорта / Л.П. Матвеев, М.: 4-й филиал Воениздата, 1997, 304 с.
12. Олияр В.И., Быков В.С., Теоретико-методологические основы актуализации физического самовоспитания учащихся // “Теория и практика физической культуры”, 2002, № 1, с. 11-15.
13. Поляков, М.И. (1994). Индивидуализация контроля / М. И. Поляков // Физ. культура в школе, № 1. С. 22-28.
14. Пятков В.В., Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре (На материале пед. вузов): дис. канд. пед. наук / В. В. Пятков, Сургут, 1999, 184 с.

15. Рубачевский В.П., Роль массового спорта в формировании активной жизненной позиции рабочих производственного коллектива // Теория и практика физической культуры, 1982, № 8, с. 37-38.
16. Серова Н.Б., Улучшение физического здоровья детей средствами физической культуры в городском оздоровительном лагере / "Физическая культура", 2004, № 4, с. 10-13.
17. Станкин М.И., Психолого-педагогические основы физического воспитания: пособ. для учителя / М. И. Станкин, Москва: "Просвещение", 1987, 224 с.
18. Щербаков Е.П., Исследование интереса к спорту у школьников (4-10 кл.) и экспериментальное обоснование возможности управления им при спортивной ориентации: автореф. дис. канд. пед. наук / Е.П. Щербаков. Москва, 1970, 17 с.
19. Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General was released on July 11. U.S. Department of Health and Human Services, 1996.

Материал был представлен и отправлен на рецензию: 12.04.2019

Принято к публикации: 24.04.2019

Рецензент: доктор, профессор Ашот Чатинян

The material was submitted and sent to review: 12.04.2019

Was accepted for publication: 24.04.2019

Reviewer: Professor, Dr. Ashot Chatinyan