

**Հայկական ժողովրդական խաղերի կիրառման  
անհրաժեշտությունը «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի  
դպրոցական ծրագրերում**

*Հովիկ Մարգարյան  
Գուրգեն Արսենյան*

*Հանգուցային բառեր. ռազմամարզական, մրցակցային, ուժային վար-  
ժություններ, մենամարտեր, լախտախաղեր, բերդախաղեր, գնդակա-  
խաղեր, նշանառություն, եղնիկախաղեր*

**Նախաբան**

Հայ ժողովրդի ֆիզիկական դաստիարակության հիմնահարցերը մշտապես եղել են պատմագիրների, մշակութաբանների, ֆիզիկական դաստիարակության մասնագետների, ռազմական գործիչների և ընդհանրապես հայ ժողովրդի ուշադրության և հետաքրքրությունների կենտրոնում: Այդ է պատճառը, որ Հայ ժողովրդի ֆիզիկական դաստիարակության առավել հետաքրքիր կողմերը մեկնաբանել և ուսումնասիրել են թե՛ պատմական, թե՛ մշակութային, թե՛ բժշկա-մանկավարժական, հոգեբանական (մասնավորապես՝ մանկահասակ երեխաների ֆիզիկական զարգացման), թե՛ ռազմական տեսանկյուններից:

Համաձայն պատմափաստագրական տվյալների՝ հայ ժողովուրդը մշտապես իր գոյության համար ազատագրական պայքար է մղել արտաքին թշնամիների դեմ: Այդ իսկ պատճառով դաստիարակությունն ուղղվել է դեպի ռազմահայրենասիրական և ֆիզիկական դաստիարակության կողմին, իսկ կենցաղավարությունը կրել է ծիսակատարությունների և ռազմամարզական խաղային բնույթ [5; 6; 7; 8]:

Ռազմամարզական և խաղային վարժությունները, փոխանցվելով սերնդից սերունդ, հարստացել և ստացել են նոր ոճ ու նոր իմաստ:

Կապված աշխարհագրական, տեղագրական դիրքերի և տարբեր շարժառիթների հետ՝ նույնանուն խաղերը տարբեր ձևերով են ներկայացվել Ախալքալակում, Լոռում, Արցախում և այլուր:

**Համառոտ պատմական ակնարկ հին հայկական  
ժողովրդական խաղերի մասին**

Հայ ժողովրդի դարավոր մշակույթի մեջ իրենց առանձնակի տեղն են գրավում ֆիզիկական կուլտուրան և ռազմական արվեստը: Դրանք մեր

ժողովրդի ստեղծած մշակույթի ամենահին, կարևոր ու զանգվածային բնագավառներից են, որոնց արմատները սկիզբ են առել նախնադարյան համայնական հասարակարգի խորքերից: Դարերի ընթացքում ռազմաֆիզիկական վարժությունները վերամշակվել, բազմապատկվել են, ապա հարահաջորդ եղանակով փոխանցվելով սերունդներին՝ հասել են մինչև մեր օրերը:

Ինչպես ֆիզիկական վարժություններն ու խաղերի մյուս ձևերը, առավել ևս ռազմամարզակահարահաջորդյան վարժությունները և մրցակցային խաղերը մեծ դեր են կատարել երիտասարդության ֆիզիկական ու բարոյակամային հատկությունների (ուժի, արագության, դիմացկունության, ճարպկության, համարձակության, տոկունության, արիության և այլնի զարգացման ու դաստիարակման գործում: Դրանց կիրառամբ ժողովուրդը գտել է ֆիզիկապես կոփվելու, առողջությունը ամրապնդելու, դժվարությունները հաղթահարելու, ինչպես նաև ուրախանալու ու զվարճանալու միջոցները:

Համաձայն պատմական փաստերի՝ մեր նախնիները նշանակալից աշխատանք են կատարել ռազմամարզական վարժությունների կատարման տեխնիկայի ու մարտավարության, ուսումնամարզական մեթոդների ու եղանակների, մրցությունների կանոնների կատարելագործման ու հարստացման ուղղությամբ:

Թեև ռազմամարզական խաղերը Հայաստանում երկար դարերի պատմություն ունեն, բայց մինչև այժմ դրանք լուրջ հետազոտության առարկա չեն հանդիսացել [1]:

Հայաստանում կիրառված ռազմամարզական վարժությունները կամ մենամարտի բնույթ կրող ֆիզիկական վարժություններն ունեն բազմադարյան պատմություն: Դրանք՝ որպես ազգային մշակույթի տարրեր, ինչպես նաև հայ ազատագրական պատերազմների կարևոր միջոցներ, իրենց արտացոլումն են գտել հայկական գրավոր ու բանավոր բազմաթիվ աղբյուրներում, ինչպես նաև հույն պատմիչների՝ Քսենոփոնի, Հերոդոտոսի, Ստրաբոնի և Եվսեբիոս Կեսարացու թողած հիշատակություններում [7; 9]:

Չնայած հայ պատմիչների թողած նյութերի սակավ նկարագրություններին՝ այնուամենայնիվ, դրանք իրենց մեջ պարունակում են թանկարժեք տեղեկություններ, որոնք հնարավորություն են ստեղծում լուսաբանելու ռազմամարզական վարժությունների տարատեսակներին վերաբերող մի շարք կարևոր հարցեր, որոնցից են մենամարտերի տեխնիկական ու մարտավարությունը, ուսուցման, մարզման ու մրցությունների կանոն-

ների վերլուծությունն ու պարզաբանումը, ի հայտ բերելն անցյալի հայ նշանավոր մենամարտիկներին և այլն:

Այս ամենի վերլուծությունները թույլ են տալիս եզրակացնել, որ հայ ժողովրդի ֆիզիկական դաստիարակությունը ընթացել է 2 ուղղությամբ՝

1. քաղաքացիական ռազմամարզական խաղեր,
2. ռազմական-մրցակցային խաղեր:

**Քաղաքացիական ռազմամարզական խաղեր:** Հայկական ժողովրդական խաղերը, ի թիվս այլ խաղերի, ժողովրդին ուղեկցել են դեռևս նախնադարից: Ժամանակի ընթացքում դրանք թեև կրել են փոփոխություններ, բայց երբեք դուրս չեն եկել ժողովրդի կենցաղից: Դրա պատճառները երկուսն են եղել՝

- Ա. պատանի և երիտասարդ սերնդի մարմնի կոփումը, առողջ մարմնի դաստիարակությունը և
- Բ. ռազմական նկատառումները:

Այս երկու անբաժանելի հանգամանքների հիմքում ընկած են եղել հայրենի երկրի պաշտպանության գաղափարը և տնտեսական զբաղմունքները:

Ռազմամարզական յուրաքանչյուր խաղի հիմքում ընկած են այնպիսի երևույթներ, որոնք բնորոշ են ամեն մի երկրի ազգային, քաղաքական և ռազմական կյանքին ու արվեստին, իսկ խաղը կյանքի բարդ երևույթների վերարտադրությունն է [4; 8]:

Ռազմամարզական խաղերն իրենց մեջ պարունակել են այնպիսի հատկանիշներ, որոնք խաղացողների մեջ պետք է զարգացնեին ուժ, մենամարտելու կարողություններ, ճարպիկ, ճկուն, կողմնորոշիչ ընդունակություններ, ռազմամարտավարական քայլեր մշակելու, նշանառության և այլ դրսևորումներ:

**Ուժային վարժություններ:** Ուժային վարժությունները կամ ծանրություններ հաղթահարելու ձևերը կարևոր տեղ են գրավել երիտասարդության ֆիզիկական դաստիարակության գործում: Եթե մենամարտերն ու կոփամարտերն այն ձևերն են, որոնք հատկապես մարդու ճկունությունն ու ճարպկությունն են մարզում, ապա ծանրություններ հաղթահարելը, բարձրացնելը, մղելը, նետելը, շրջելը, ձգելը և այլն նրան հզորացնում էին: Ուժային վարժությունները ժողովուրդը կիրառում է տակավին մանկական տարիքից: Ծնողներն անցյալում մանկան մարմնի կոփմանն են դիմել դեռևս ծնված րոպեից: Լոգանքի, շփումների, գրկախաղերի, քայլ-քախաղերի, քայլելուն նպաստող սայլակների և այլ պարագաների միջոցով կոփում էին մարմինը և սովորեցնում իրենց կարողության չափով ուժ

գործադրել: Իսկ երբ երեխան ինքնուրույն սկսում էր խաղալ, սովորում էր մեկ ձեռքով կամ պարսաստիկով քարեր նետել, երկու ձեռքով քար ու փայտ բարձրացնել, գլորել, մեջքով կամ գրկով ծանրություններ տեղափոխել և այլն: 5-6 տարեկան հասակում, հնուց սահմանված կարգի համաձայն, տղան մասնակցում էր իր հասակային դասին պատկանող երեխաների խաղերին ու կատակակոխիվներին:

Ուժային վարժությունների մեջ կարևոր տեղ է գրավել նետելու արվեստը, որի տարրերը ևս ընկած են հայկական խաղերի հիմքում: Նետամար առավելապես զբաղվում էին երեխաներն ու պատանիները: Հիշենք գավազանները ոտքերի մեջից դեպի ետ նետելը, թափահարելով դեպի առաջ նետելը, փոքր քարերը հեռու նետելը, մեծ քարերը մի կամ երկու ձեռքով առաջ նետելը, մանր քարերը դեպի երկինք նետելը և այլն: Հենց այս տարրեր ուղղությունները ցույց են տալիս, որ նետումների տարբերակները մարմնի բազմակողմանի մարզումն է եղել, կյանքին պիտանի դարձնելը:

Ձգել-քաշելու գործողությունը նույնպես վաղ հասակից է սկսվում: Սրա տարրական ձևերն են՝ իրար ձգելը, գավազանը հորիզոնական դիրքում պահելով միմյանցից խլելը, սահնակով և սայլակով բեռներ քաշելը և այլն: Մանկական և պատանեկան խաղերի մեջ առավելապես պահպանված են խմբերով իրար ձգելու ձևերը: Ընդ որում այդպիսի խաղերն ունեն բարդ սյուժե. մի շարք խաղային ձևեր կատարելուց հետո հակադիր խմբերը, շղթաներ կազմած, իրար ձգում են և այս վերջաբանով խաղն ավարտում:

**Մենամարտեր:** Հայկական խաղաշխարհում մենամարտերը գեղեցիկ բնագավառ են ներկայացնում: Հենվելով ուժային վարժությունների բազմապիսի ձևերի վրա, մենամարտիկներն իրենց մրցություններում ցուցադրել և ցուցադրում են երիտասարդության ուժի ամբողջ գեղեցկությունը:

Մենամարտերն սկսվում են տղաների այն հասակից, երբ նրանք քայլել են սկսում և կարողանում են ձեռնամարտել: Մենամարտերը հասարակական ուշադրության առարկա են դառնում պատանիների 16-18 տարեկան դառնալուց հետո [7]:

Ի մի բերելով տարբեր շարժառիթներով մենամարտերի անցկացումը՝ կարելի է առանձնացնել, որ Հայաստանում այն կազմակերպվել է հետևյալ նպատակներով.

1. մենամարտեր, որոնք տեղի էին ունենում պատանիների միջև, և որոնք պահպանում էին ծիսական կատակը, խիզախին վայել ձևը.

2. մենամարտեր, որոնք տեղի էին ունենում հարսնառի և՛ հարսնառն ընդունող գյուղի կտրիճների մեջև. սա նույնպես ուներ կատակային տարրեր.

3. մենամարտեր, որոնք տեղի էին ունենում հարսանեկան հանդեսների ժամանակ: Այդ ժամանակվա ըմբշամարտերի զգալի մասը պաշտոնականություն ուներ, և դրանք տեղի էին ունենում «արհեստավարժ» ըմբիշների միջև:

**Լախտախաղեր:** **Լախտ-լախտի** բառը Արևելյան Հայաստանում փոխառված է պարսկերեն laxt բառից. Այն նշանակում է ծայրը գնդաձև մահակ կամ ծեծի փոկ-մտրակ: Հայոց լախտախաղի մեջ լախտ է համարվել կեմե հատուկ պարանը, փոկե գոտին և շալե գոտին, որ խաղալիս ոլորում էին: *Լախտի* բառից են ծագում ճղլախտի-ջղլախտի, ջղլաստի և ճիճալախտի բառերը՝ գծալախտի նշանակությամբ [2]:

Լախտախաղերը գուցե կարելի է համարել ամենադաժան մրցախաղերից մեկը, որ կոչված էին ուժգին հարձակումների, կոպտորեն ծեծելու և ճարպիկ շարժումների միջոցով կոփելու երիտասարդությանը: Մրանց հատուկ էին ռազմադաշտային կյանքի մի քանի երևույթներ՝ հետախուզում, գաղտնի և ակնհայտ հարձակում, շրջապատում-պաշարում, զինվորների առևանգում, գերեվարում և այլն: Մեր դարի սկզբին լախտախաղի այդ հատկությունները պահպանվում էին երիտասարդության շրջանում: Մանուկների շրջանում դրանք մեղմորեն էին դրսևորվում:

Լախտախաղն ուներ երկու հիմնական տարատեսակ: Մի դեպքում խումբը խաղում էր մի հոգու հետ, և մյուս դեպքում՝ հավասար խմբերն իրար հետ: Հավասար հակառակորդները կարող էին կազմվել մեկական և ավելի խաղացողներից: Կողմերի թիվը երբեք հասնում էր տասական հոգու: Խաղին կարող էին մասնակցել միայն տղաները կամ տղամարդիկ. սա շեշտում էր խաղի ռազմական բնույթը:

Լախտախաղերի մեջ մարմինը կոփելու գաղափարը կարևոր նշանակություն ուներ: Այն օժտված էր բազմաթիվ շարժումներով, որոնք նպաստում էին ուշադրության զարգացմանը: Հարձակվողներից պաշտպանվելու անընդհատ լարվածությունը, ինքնահսկումն ու ընկերների վերահսկողության տակ պահելը, անակնկալների կանխումը և այլն ամենից առաջ պահանջում էին արագաշարժություն և սրատեսություն: Թույլ տեսողության ու դանդաղաշարժության դեպքում խաղացողը խաղը տանուլ էր տալիս:

Ճկունությունն ու ճարպկությունը լախտի խաղացողների կարևոր հատկանիշերն են: Արագ խույս տալու ընդունակությունը, երկարության

ու բարձրության թռիչքները, արագաշարժությունը և այլն նպաստում էին, որ հարձակվողները պաշտպանվեին հակառակորդներից:

Լախտախաղը մեծապես կոփում էր ոտքերը. լախտի հաճախակի հարվածները դիմացկուն էին դարձնում առանձնապես սրունքները: Լախտը տանելու համար պաշտպանողին լնգահար անելը նույնպես նպաստում էր սրունքների կոփմանը: Ընդհանրապես լախտին դիտվում է իբրև անխնա ծեծին վարժեցնելու խաղ, որը, փորձություններով հանդերձ, մարդուն դիմացկուն էր դարձնում:

Խաղի կոպտությունն արդարացվում էր նրա ռազմական բնույթով: Իսկ վերջինիս հատուկ տարրերը բավական ակնհայտ են: Հենց գիծը, որի մեջ դրսևորվում են բոլոր գործողությունները, խորհրդանշում էր երբեմնի տոհմացեղային կազմակերպության ընդհանուր տունը, տարածքը և հետագայում՝ ժողովրդի երկրային սահմանները:

**Բերդախաղեր:** Խաղի հիմնական անունը ծագում է *բերդ* բառից: Բերդախաղը, բացի բերդից, ուրիշ գույք չունի: Այդ միակ առարկան, որ հավանորեն խորհրդանշում է ամրոցը, տարբեր նյութերից է ընտրվում (դրոշակ, մեծքար և այլն):

Երկու հավասար ուժերից կազմված խմբերից մեկը դառնում էր բերդի պաշտպանը, իսկ մյուսը՝ գրավել ցանկացողը: Պաշտպանվողներից ամենաճարպիկը մի ոտքը դնում էր բերդին կամ մի ձեռքով բռնում տնկված ցիցը կամ պունը: Հակառակորդը բերդը կարող էր գրավել՝ դրան ձեռք տալով կամ ոտքը վրան դնելով ու գրավման մասին բարձրաձայն հայտարարություն անելով:

Սա է պատճառը, որ «Բերդ» մրցակցական խաղը դասվում է ռազմամրցական խաղերի շարքին: Հայաստանի տարբեր վայրերում բերդախաղը խաղում էին իրենց կանոններով:

**Գնդակախաղեր:** Գնդակախաղերը Հայաստանում լայն տարածում ունեին: Դրանց զգալի մասը տեղ է գտել հնագույն գրական հուշարձաններում և միջնադարյան մանրանկարչության մեջ: Ժողովուրդը գնդակախաղերի տարատեսակներն ավանդաբար պահպանել, զարգացրել և մինչև մեր օրերն է հասցրել:

Շատ այլ խաղերի նման գնդակախաղերը նախնադարում երկու բնույթի են եղել: Դրանց մի մասը կյանքի երևույթների անմիջական վերարտադրությունն է խաղի ձևով, իսկ մյուսները հասարակական մի շարք գաղափարների հիման վրա առաջացած ծիսական արարողություններն էին, որոնք նախնադարից հետո վեր են ածվել խաղերի: Այդ է պատճառը, որ գնդակախաղերի շարժումների և խաղային սովորույթների մեջ

այժմ զգալի չափով առեղծվածներ կան: Բոլոր պարագաներում գնդակախաղերը, նախնադարից սկսած, երիտասարդության ֆիզիկական դաստիարակության գործում ունեցել են և ունեն կարևոր նշանակություն:

Գնդակախաղերի տարածված և սիրված լինելու պատճառը մարմինը բազմակողմանի շարժման մեջ դնելն էր: Ձեռքերի ու ոտքերի դյուրաշարժության, վազքի վարժության, մեջքի ճկունության, ընդհանուր ճարպկության և ուշադրության զարգացում, հարձակման ու նահանջի արվեստի ունակությունների ձեռքբերում, հարվածելու և դիմադրելու ընդունակությունների վարժեցում, ինքնապաշտպանության վարժեցում և այլն, որն էլ ներկայացնում է գնդակախաղի նշանակությունը:

**Նշանառության խաղեր:** Ռազմամարզական բնույթի խաղերի մեջ նշանակալից թիվ են կազմում այն խաղերը, որոնք, անկախ իրենց ծագումից ու արտաքին հանգամանքներից, ծառայել են նշանառության արվեստի տիրապետմանը: Այդ կարգի խաղերից են նետաղեղով նշանառությունները, ընկուզախաղերը, հովախաղերը, վեզախաղերի մեծ մասը, լափախաղերը, ձվախաղերի մի մասը և այլն: Նշանառության խաղերում իբրև թիրախ ծառայել են գետնի մեջ մխրճված ճիպոտը, գավազանը, երկաթե ձողը, քարերը, գնդաքարերը, անասունի ոլոքը, գանգը, խեցիները, ընկույզը, ձուն, խնձորը, շարժվող հողը և այլն: Իսկ նշան բռնելու պարագաներն էին՝ գավազանը, ճիպոտը, սկավառակաձև լափը, գնդաքարը, բրդե գնդակը, վեզը, ընկույզը, հողը, կորիզները և այլն: Իբրև նշանառության գենքեր են ծառայել մանկական հրացանները, նետ ու աղեղը, իսկ երիտասարդության համար՝ նաև հրազենը:

**Քաղաքացիական այլ ռազմախաղեր:** Կան ռազմական մի շարք մանր խաղեր, ինչպիսիք են պահմտուկախաղերի որոշ տեսակները, որ եղնկախաղեր, թաղակոնիվներ են կոչվում:

Եղնկախաղերը պահմտուկների տեսակներին են պատկանում, բայց զգալիորեն տարբերվում են դրանցից նրանով, որ իրենց մեջ ունեն պատերազմական գործողությունների հետքեր: Վիճակահանությամբ մի խումբը թաքնվում էր, իսկ մյուսը աչքերը փակել-բացելուց հետո սկսում էր փնտրել մյուս խմբին: Դատելով հակառակորդի շարժումներից՝ վտանգը ներկայանալիս բարձր ձայնով մատնում էր թշնամու գտնված տեղը և շարժման ուղղությունը: Այդ դեպքում թաքնվածները պատշաճ դիրքավորմամբ հաղթանակ էին շահում կամ անհաջողության դեպքում՝ պարտություն կրում [6], [9]:

## Եզրահանգումներ

Ուսումնասիրելով Հայկական ժողովրդական խաղերը՝ հանգում ենք տեսագործնական այն եզրակացության, որ դրանք կարևոր են մատաղ սերնդի ֆիզիկական դաստիարակությունը կազմակերպելու համար, և այդ համաշարում առաջարկում ենք.

Ա. «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայական դասերին «Գիտելիքների հիմունքներ» բաժնում լրացուցիչ պատմական տեղեկություններ հաղորդել «Հայ ժողովրդի ֆիզիկական դաստիարակությունը» թեմայով:

Բ. Առանձին ազգային խաղեր կիրառել «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի բովանդակային ցանկում որպես տարրական դպրոցի շարժախաղեր, հիմնական դպրոցում՝ որպես շարժողական ընդունակությունների մշակման միջոց, իսկ տարբեր ռազմախաղերը ներառել ավագ դպրոցի ծրագրերում՝ որպես մարզահայրենասիրական և ռազմամարզական ֆիզիկական դաստիարակության միջոց:

Գ. Արտադասարանական և արտադպրոցական միջոցառումների շրջանակներում Հայկական ժողովրդական խաղերը օգտագործել որպես ազատ ժամանցի կազմակերպման և հայ մշակույթի ճանաչման ձևեր:

## Գրականություն

1. Աթոյան Կ., Ռազմա-սպորտային մենամարտերը Հայաստանում, Երևան, 1965:
2. Բդոյան Վ., Հայ ժողովրդական խաղեր, հ. 2, Երևան, 1980:
3. Բդոյան Վ., Քաղաքական ու սոցիալական անցքերի արձագանքները հայկական մի շարք խաղերում, Երևան, 1985:
4. Գունդատարլ Մմբատ Իշխան, Դատաստանագիրք (խաղացողներին վերաբերող օրենքներ):
5. Եզնիկ Կողբացի, «Եղծ Ադանդոց», Վենետիկ, 1826, գիրք Ա:
6. Մովսես Խորենացի, Պատմություն Հայոց, էջ 79:
7. Մանանդյան Հ., թարգմ. Քսենոփոն, Անաբասիս, գիրք 3, գլուխ 5:
8. Մխիթար Գոշ, Դատաստանագիրք հայոց, Վաղարշապատ, 1880, 322 էջ:
9. Տեր-Մովսեսյան Ս., Պատմություն Հայոց, հ. 2, Վենետիկ, 1922, 92 էջ:



## Необходимость использования армянских народных игр в школьной программе «Физическая культура»

*Овик Саргсян  
Гурген Арсенян*

### Резюме

**Ключевые слова:** *военно-спортивные, соревновательные, силовые упражнения, единоборства, игры с лахтой, игры, крепость, игры с мячом, меткость, игра в прятки*

Вопросы физического воспитания армянского народа всегда были в центре интересов историков, культуроведов, специалистов физического воспитания, военных деятелей и внимания армянского народа в целом.

Согласно историко-документальным данным, армянский народ всегда вел освободительную борьбу против внешних врагов за свое существование. Поэтому воспитание имело военно-патриотическое, физическое направление.

Исследования показывают, что физическое воспитание армянского народа шло в двух направлениях:

1. гражданские, военно-спортивные игры,
2. военно-соревновательные игры.

Военно-спортивные игры развивали силу, ловкость, гибкость, координацию, которые использовались в играх детей, подростков и молодежи.

Изучая различные игры, сферы их влияния, мы предлагаем ввести Армянские народные игры в предметные программы «Физическая культура» как дополнительный теоретический материал, а практические занятия, как средство спортивно-патриотического и военно-физического воспитания.

## The Necessity of Using Armenian Folk Games in “Physical Culture” School Programs

*Hovik Sargsyan*  
*Gurgen Arsenyan*

### Summary

**Key words:** *military sports, competitive, strength exercises, fights, lakht games, games, fortress, ball games, shooting, hide-and-peek*

The issues on physical education of the Armenian people have always been vital for historians, culturologists, physical education specialists, military figures, as well as Armenian people in general.

According to historical-documentary data, the Armenian people have always waged a liberation struggle against foreign enemies for their existence. That is why the upbringing was directed towards the military-patriotic-physical upbringing.

Studies show that the physical education of the Armenian people underwent 2 directions:

1. civil war games,
2. military-competitive games.

Military sports games included strength, agility, flexibility, coordination skills, which were used in games used by children, adolescents and young people.

Studying various games, its spheres of influence, we propose to introduce the Armenian Folk Games in the “Physical Culture” subject programs as an additional theoretical material, and the practical performances as a means of sports-patriotic-military-physical education.

**Ներկայացվել է 27.08.2021 թ.**

**Գրախոսվել է 02.09.2021 թ.**

**Ընդունվել է տպագրության 29.11.2021 թ.**