



ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ  
«ՎԱՆԱԶՈՐԻ Հ. ԹՈՒՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ» ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

Հաստատված է ամբիոնի նիստում

Արվեստի և սպորտի  
ամբիոնի անվանումը

Ամբիոնի վարիչ՝ Ա. Ա. Բարսեղյան /Ա.Ա.Հ/

Արձանագրություն № 3

«12» սեպտեմբեր 2023 թ.

ԱՍ/մ-002 ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՈՒՄ և ԸՆՏՐՈՒԹՅՈՒՆ ԴԱՍԸՆԹԱՅԻ

Դասիչ, դասընթացի անվանում

ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԵԹՈՂԱԿԱՆ ՓԱԹԵԹ

Մասնագիտություն՝ 011401.00.7 ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ

/դասիչ, մասնագիտության լրիվ անվանումը/

Կրթական ծրագիր՝ 011401.09.7 Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային  
մարզումներ

/դասիչ, կրթական ծրագրի լրիվ անվանումը/

Որակավորման աստիճան՝

Մագիստրոս

/բակալավր, մագիստրատուրա/

Ամբիոն՝

Արվեստի և սպորտի

/ամբիոնի լրիվ անվանումը/

Ուսուցման ձևը՝

Առկա

/առկա, հեռակա/

Կուրս/կիսամյակ՝ առկա - 1-ին կիսամյակ՝ 1-ին, 2-րդ կիսամյակ

Դասախոս(ներ)՝

Հովիկ Սարգսյան

/անուն, ազգանուն/

Էլ. հասցե/ներ՝ hoviksarg66gmail.com

Վանաձոր- 2023թ.

## ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

1.	Դասընթացի դերը և տեղը կրթական ծրագրում .....	3
2.	Դասընթացի նպատակը և խնդիրները .....	3
3.	Դասընթացին մասնակցելու նախնական մուտքային գիտելիքները, կարողությունները և հմտությունները .....	4
4.	Դասընթացի կրթական վերջնարդյունքները .....	4
5.	Դասընթացի դերը կրթական ծրագրի շրջանավարտների գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորման հարցում ըստ աշխատաշուկայի պահանջների .....	6
6.	Դասընթացի ծավալը, ուսումնական աշխատանքի տեսակները, արդյունքների ամփոփման ձևերը .....	6
7.	Ուսումնական աշխատանքները տեսակները .....	7
8.	Դասավանդման մեթոդներ.....	7
9.	Ուսումնառության մեթոդները .....	9
10.	Դասընթացի համառոտ բովանդակությունը, ուսումնական աշխատանքի ծավալը .....	9
11.	Ուսումնամեթոդական գրականության ապահովման քարտ.....	10
12.	Դասընթացի ուսումնամեթոդական քարտ.....	13
	12.1. Դասախոսությունների ուսումնամեթոդական քարտ	15
	12.2. Գործնական աշխատանքների /սեմինար պարապմունքների ուսումնամեթոդական քարտ.....	16
	12.3. Ինքնուրույն աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ .....	17
13.	Դասընթացի նյութատեխնիկական միջոցների ապահովում.....	18
14.	Գնահատում.....	22
	14.1. Ուսանողների գիտելիքների ստուգում.....	23
	14.2. Հարցաշար.....	25
	14.3. Գնահատման չափանիշներ.....	26
15.	Դասընթացի համառոտ նկարագրիչ.....	28

## ԲԱՑԱՏՐԱԳԻՐ

### 1. Դասընթացի դերը և տեղը կրթական ծրագրում<sup>1</sup>.

«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» առարկան նախատեսված է «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ» մասնագիտության մագիստրոսական կրթության 1-ին կուրսի ուսանողների համար, որը դասավանդվում է 1,2-րդ կիսամյակներում: Այն կազմված է **32 ժամ դասախոսությունից, 32 ժամ գործնական, 32 ժամ լսարանային և 144 ժամ ինքնուրույն** պարապմունքներից:

«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» առարկան գիտություն է ֆիզիկական դաստիարակության՝ որպես սպորտային մարզման մանկավարժական գործընթացի ընդհանուր օրինաչափությունների և նշանակության մասին որպես սպորտային պատրաստության հիմնական կողմերից մեկը:

Այն համարվում է ֆիզիկական դաստիարակության մասնագետի պատրաստման հիմնական բնութագրիչներից մեկը:

«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» առարկան ուսումնասիրում է այնպիսի հարցեր ինչպիսիք են. սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները, սպորտային պատրաստության համակարգը, սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը, սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները, սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը, «սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը, ընտրության էտապները, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունների, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները, սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը, մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը, մարզական հաջողությունների կայունությունը:

Առարկայական փաթեթը կարգավորում է «Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» առարկայի ուսումնամեթոդական նյութերով ապահովման, պարբերաբար թարմացման, գիտաճյուղի նոր մոտեցումների ոգուն համապատասխանեցման գործընթացը, նպաստում է ուսանողի անհատական և ինքնուրույն աշխատանքի արդյունավետության բարձրացմանը, ուսանողի գիտելիքի բարձրացմանը:

Առարկայի խորը գիտելիքների իմացությունը նպաստում է իրականացնել կիրառական հատկություններ, որոնք անհրաժեշտ են տարբեր մարզական ոլորտներում աշխատանքային և ուսումնական գործընթացը կազմակերպելու համար:

<sup>1</sup> Ներկայացվում է դասընթացի կարևորությունը տվյալ կրթական ծրագրի խնդիրների լուծման հարցում և տեղը ուսումնական պլանում ըստ կրթաբլոկների

## 2. Դասընթացի նպատակը և խնդիրները.

### Դասընթացի նպատակն է. «Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն»

առարկայի դասավանդման նպատակն է ուսանողների ծանոթացնել սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրներին, սպորտային պատրաստության համակարգերին, սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությանը, սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտներին, սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգին, «սպորտային ընտրություն» հիմնական հասկացություններին, ընտրության էտապներին, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտներին, մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգին, երկրորդային ընտրության չափորոշիչներին, սկզբնական հաջողությունների մակարդակներին, մարզական տեմպերին, մարզական հաջողությունների կայունությանը:

2.1 Դասընթացի խնդիրն է. Նպաստել պատանի մարզիկների տարբեր մարզաձևեր ընդգրկելու և մարզական հաջողություններ գրահեցելու գործընթացին:

### 3. Դասընթացին մասնակցելու նախնական մուտքային գիտելիքները, կարողությունները և հմտությունները /դասընթացները/.....

«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» դասընթացին մասնակցելու կարևոր նախապայման է ուսանողների գիտելիքների և հմտությունների առկայությունը, որոնք դասավանդվում են **011401.09.06** մասնագիտությանբակալավրիատի կրթական ծրագրում ուսուցանվող «մարդու անատոմիա», «մարդու ֆիզիոլոգիա», «տարիքային ֆիզիոլոգիա», «ֆիզիկական դաստիարակության ֆիզիոլոգիա», «սպորտային կենսաքիմիա», «կենսամեխանիկա», «Մարմնամարզություն և դասավանդման մեթոդիկա», «մարզախաղեր և դասավանդման մեթոդիկա», «Աթլետիկա և դասավանդման մեթոդիկա» «ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի պատմություն», «Ֆ/կ-ի և սպորտի հոգեբանություն», «Ֆ/կ-ի և սպորտի մանկավարժություն», «Ընտրովի առարկաներ», դասընթացներից:

### 4. Դասընթացը ձևավորում է հետևյալ կրթական վերջնարդյունք(ներ)ը<sup>2</sup> և /կամ կոմպետենցիաները.

Դասընթացի ուսումնասիրման արդյունքում ուսանողը ձեռք կբերի հետևյալ կոմպետենցիաները.

- ✓ սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները,
- ✓ սպորտային պատրաստության համակարգը,

<sup>2</sup> <http://www.vsu.am/karg/ararkayakan-nkaragir-17.pdf>

Լրացվում է «Առարկայի նկարագրի մշակման ռազմավարության» կոմպետենցիաների ցանկին համապատասխան:

- ✓ սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,
- ✓ սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,
- ✓ սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,
- ✓ «սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,
- ✓ ընտրության էտապները, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները,
- ✓ մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունների,
- ✓ երկրորդային ընտրության չափորոշիչները, սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը, մարզական հաջողությունների հաճախման տեմպերը, մարզական հաջողությունների կայունությունը

**Ա) Ընդհանրական կոմպետենցիաներ**

**Գործիքային կոմպետենցիաներ (ԳԿ)՝**

**ԳԿ-1** Կունենա հենքային և ընդհանուր մասնագիտական գիտելիքներ:

**ԳԿ-2** Կկարողանա ձեռք բերված գիտելիքները կիրառի գործնականում:

**ԳԿ-3** Կտիրապետի սպորտային մարզման միջոցներին և մեթոդներին:

**ԳԿ-4** Կկարողանա ինքնուրույնաբար կազմակերպել ֆիզիկական դաստիարակության պարապմունքները:

**ԳԿ-5** վերլուծության և համադրության կարողություն

**ԳԿ-6** կազմակերպչական կարողություն (պլանավորում, կազմակերպում, ղեկավարում, վերահսկում)

**ԳԿ-7** հենքային ընդհանուր գիտելիքների տիրապետում

**ԳԿ-8** պետական լեզվով հաղորդակցվելու կարողություն

**ԳԿ-9** համակարգչային տարրական հմտություններ

**ԳԿ-10** տեղեկույթը կառավարելու հմտություն (տեղեկույթի ձեռք բերում, համակարգում, վերլուծում)

**Համակարգային կոմպետենցիաներ (ՀԳԿ)՝**

- ✓ գիտելիքները գործնականում կիրառելու կարողություն (*ՀԳԿ -1*),
- ✓ հետազոտական կարողություն (*ՀԳԿ -2*),
- ✓ ուսումնառության կարողություն (*ՀԳԿ -3*),
- ✓ նոր իրավիճակներին հարմարվելու կարողություն (*ՀԳԿ -4*),
- ✓ ինքնուրույն աշխատելու կարողություն (*ՀԳԿ -5*),
- ✓ մասնագիտական գիտելիքները խորացնելու և փոխանցելու (*ՀԳԿ -6*),
- ✓ տրամաբանական նոր գաղափարներ առաջ քաշելու (*ՀԳԿ -7*),
- ✓ որակի մասին հոգացություն (*ՀԳԿ -8*),
- ✓ թիմում աշխատելու (*ՀԳԿ -9*),
- ✓ գնահատման գործիքների կիրառելու (*ՀԳԿ -10*),
- նախագիծ պլանավորելու և իրականացնելու (*ՀԳԿ -11*),

**Բ) Առարկայական (մասնագիտական) կոմպետենցիաներ (ԱԿ)**

- ✓ Բնական, ճշգրիտ և հիմնարար գիտությունների և այլ առարկաների, առարկայական գիտելիքներին տիրապետելու կարողություն (ՄԿ -1),
  - ✓ ծանոթ լինի ժամանակակից սպորտի հիմնախնդիրներին և հայեցակարգերին, (ՄԿ -2),
  - ✓ տիրապետի հիմնական բաժիններին(ՄԿ -3),,
  - ✓ տեղեկացված լինի ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի ժամանակակից տեխնոլոգիաներին, բնագավառի նորություններին, գիտական նվաճումներին(ՄԿ -4),,
  - ✓ իմանա ֆիզիկական վարժությունների կիրառման մեխանիզմին և ձևակերպման տեխնոլոգիաներին(ՄԿ -5),
  - ✓ իմանա տարիքային և շարժողական առանձնահատկություններին(ՄԿ -6),
  - ✓ տիրապետի հիմնական շարժողական ընդունակությունների մշակման տեխնոլոգիաներին(ՄԿ -7),
  - ✓ ծանոթ լինի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ժամանակակից հայեցակարգերին(ՄԿ -8),
  - ✓ տիրապետի ինֆորմացիայի հավաքման, պահպանման և մշակման համակարգչային մեթոդներին(ՄԿ -9),
  - ✓ վերլուծման և գնահատման կարողություններ(ՄԿ -16),
  - ✓ մանկավարժական իրավիճակներն ու գործընթացները ըմբռնելու և օբյեկտիվ գնահատելու կարողություն(ՄԿ -17),
  - ✓ ծագած տարաձայնությունները լուծելու կարողություն(ՄԿ -18),
  - ✓ այլ անձանց հետ փոխգործակցելու, կոլեկտիվում նրանց հետ հաղորդակցվելու, տարբեր զարգացման և մտավոր մակարդակի տեր մարդկանց հետ համագործակցելու կարողություն(ՄԿ -19),
- մասնագիտական հարցերի շրջանակներում ընդունելի որոշումների հասնելու նպատակով բանակցություններ վարելու կարողություն(ՄԿ -20):

**2. Դասընթացի դերը կրթական ծրագրի շրջանավարտների գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորման հարցում ըստ աշխատաշուկայի պահանջների<sup>3</sup>.**

**«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն»** դասընթացից ձեռք բերված գիտելիքներն ու հմտությունները շրջանավարտը կարող է կիրառել ֆիզիկական դաստիարակության մասնագիտական գործունեության ընթացքում, ուսումնամեթոդական լաբորատորիաներում աշխատելու, նաև ասպիրանտուրայում կրթությունը շարունակելու և ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի բնագավառում գիտական հետազոտություններ կատարելու նպատակով:

<sup>3</sup> Նշվում է, թե տվյալ դասընթացի յուրացման, ամփոփման արդյունքում ձեռքբերված գիտելիքները, հմտությունները և կարողությունները աշխատաշուկայի որ բնագավառներում և ոլորտներում կարող է շրջանավարտը կիրառել

**3. Դասընթացի ծավալը, ուսումնական աշխատանքի տեսակները, արդյունքների ամփոփման ձևերը**

Չափանիշ	Առկա ուսուցման համակարգ	Հեռակա ուսուցման համակարգ
Դասընթացի ընդհանուր աշխատատարությունը (կրեդիտ /ընդհանուր ժամաքանակ)	8 կրեդիտ/240 ժամ	3.6 կրեդիտ/110ժամ

Աշխատանքի տեսակը	Ժամաքանակ	Ժամաքանակ
Դասախոսություն	32	
Գործնական աշխատանք	32	
Սեմինար պարապմունք		
Լաբորատոր աշխատանք	32	
Ինքնուրույն աշխատանք	144	
<b>Ընդամենը</b>	240	
Ստուգման ձևը (ստուգարք/ ընթացիկ քննություն/ հանրագումարային քննություն)	4-րդ կիսամյակ ստ., 5-րդ կիս.քնն., 7-րդ կիս կուրսային	

**4. Ուսումնական աշխատանքների տեսակները<sup>4</sup>.**

- **Դասախոսությունը** դասախոսի կողմից դասընթացի ծրագրի շրջանակներում գիտական-տեղեկատվական թեմայի վերաբերյալ տրամաբանորեն կառուցված, հետևողական ու պարզ խոսքի շարադրանքն է, որի նպատակն է ուսանողին տալ համապարփակ գիտելիքներ: Դասախոսը վերլուծում, մեկնաբանում է թեմայի առավել կարևոր, դժվար ընկալելի, հանգուցային հարցերը: Դասախոսությունը ուսանողի առջև ուրվագծվող գիտական մի ճանապարհ է, որը նա կարող է միայն անցնել գիտական գրականության ընթերցանության, ուսումնական բնույթի այլ պարապմունքների և ինքնուրույն կատարած աշխատանքների շնորհիվ: Դասախոսը պետք է խթանի ուսանողի ակտիվ իմացաբանական գործունեությունը, նպաստի նրանց ստեղծագործական մտածողության ձևավորմանը: Ուսանողը նույնպես պետք է լինի դասախոսության ակտիվ մասնակից: Ուսանողը դասախոսությանը ներկայանալուց առաջ պետք է ծանոթացած լինի տվյալ դասին ներկայացվող թեմային, որպեսզի կարողանա մասնակցել ուսումնական գործընթացին:
- **Գործնական աշխատանքների** ժամանակ ուսանողը կատարում է գործնական աշխատանք մարզադահլիճներում, լսարանային պայմաններում՝ դասախոսի անմիջական ղեկավարման ներքո: Գործնական պարապմունքները անցկացվում են գործնական խնդիրների լուծման, առաջադրանքների իրականացման, թեստերի, իրավիճակային վերլուծությունների, խմբային աշխատանքների, տնային առաջադրանքների միջոցով: Դասախոսն առաջադրում է գործնական պարապմունքների թեման, նպատակը, խնդիրները, այն հարցերը, որոնք պետք է

<sup>4</sup> Թողել այն տեսակը, որը տվյալ դասընթացի դասավանդման համար նախատեսված է: Դասավանդողը կարող է նկարագրությունը փոխել կամ լրացումներ կատարել:

լուծել գործնական պարապմունքի ընթացքում, գործնական պարապմունքի անցկացման մեթոդները և պատասխանում է ուսանողների տված հարցերին:

- **Ինքնուրույն աշխատանքը** ուսանողների ուսումնական, գիտահետազոտական աշխատանքն է, որն իրականացվում է դասախոսի առաջադրանքով և մեթոդական ղեկավարությամբ, բայց առանց նրա անմիջական ղեկավարության:

Ինքնուրույն աշխատանքի տեսակներն են<sup>5</sup>

- **Ուեֆերատ** – ուսանողի ինքնուրույն աշխատանքն է, որը ստուգվում է յուրաքանչյուր կիսամյակի վերջում: Այս աշխատանքի վերաբերյալ խորհրդատվությունների համար ուսանողը պետք է դիմի դասախոսին դասերից դուրս: Ուսանողը իր ընտրած թեմայով մինչև 6 էջի սահմաններում գրում է ուեֆերատ, որը ներկայացնում է խմբի ներկայությամբ :
- **Ինքնուրույն աշխատանք համացանցում** – նոր տեղեկատվական տեխնոլոգիաները կարող են օգտագործվել հետևյալ նպատակներով՝ համացանցում անհրաժեշտ տեղեկատվության որոնման համար, երկխոսություն համացանցում, թեմատիկ ցանցային էջերի օգտագործում:
- **Աշխատանքային տեսուր** – նախատեսված է ուսանողների ինքնուրույն աշխատանքների համար և թույլ է տալիս գնահատել ուսումնական նյութի յուրացման աստիճանն ուսանողների կողմից:
- **Տնային առաջադրանքներ**- Ուսանողը պարտավոր է դասին ներկայանալ տնային առաջադրանքները կատարած: Առաջադրանքները լինում են գրավոր և բանավոր: Տնային հանձնարարությունները պարբերաբար չկատարող ուսանողը կորցնում է այս բաղադրիչին հատկացված տոկոսները:

5. **Դասավանդման մեթոդներն են**<sup>6</sup> հիմնահարցային դասախոսություն, դասախոսություն-քննարկում, գործնական աշխատանք՝ անհատական աշխատանք, գործնական աշխատանք՝ խմբային աշխատանք, ուսուցում գործողությամբ (action learning), ուսումնական պարապմունքների կազմակերպման ճակատային, խմբային, անհատական հանձնարարությունների մեթոդներ:

6. **Ուսումնառության մեթոդներն են**<sup>7</sup> մտքերի քարտեզագրում, թիմային քննարկում, իրադրությունների վերլուծություն, ակտիվների և հրահանգների կազմում, աղյուսակների և դասակարգման համեմատման և համակարգման սխեմաների կազմում, փորձի/հետազոտության արդյունքների վերաբերյալ եզրակացության ներկայացում :

---

<sup>5</sup> Թողել այն տեսակը, որը տվյալ դասընթացի դասավանդման համար նախատեսված է: Դասավանդողը կարող է նկարագրությունը փոխել կամ լրացումներ կատարել:

<sup>6</sup> Ներկայացված են օրինակներ: Դասավանդողը կարող է նկարագրությունը փոխել կամ լրացումներ կատարել:

<sup>7</sup> Ներկայացված են օրինակներ: Դասավանդողը կարող է նկարագրությունը փոխել կամ լրացումներ կատարել:



7. Դասընթացի համառոտ բովանդակությունը, ուսումնական աշխատանքի ծավալը՝ ըստ բաժինների և թեմաների<sup>8</sup>.

h/h	Թեմա (բաժին)	Ուսումնական աշխատանքի ժամաքանակն ըստ տեսակների				
		դասախոսություն	սեմինար պարամպունք	գործնական աշխատանք	լաբորատոր աշխատանք	Ինքնուրույն աշխատանք
	<b>1,2-րդ կիսամյակ</b>					
1.	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	2		2	2	12
2.	սպորտային պատրաստության համակարգը,	2		2	2	12
3.	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	2		2	2	12
4.	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	2		2	2	12
5.	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	2		2	2	12
6.	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	2		2	2	12
7.	ընտրության էտապները,	2		2	2	12
8.	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	2		2	2	12
9	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	4		4	4	12
10	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	4		4	4	12

<sup>8</sup> Նման է օրացուցային պլանին

11.	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	4		4	4	12
12.	մարզական հաջողությունների կայունությունը	4		4	4	12
	<b>Ընդամենը</b>	32		32	32	144

**8. Ուսումնամեթոդական գրականության ապահովման քարտ**

h/h	Անվանումը/հեղինակ	Հրատարակության տարի
<b>Պարտադիր գրականություն (ՊԳ)</b>		
1.	Ղազարյան Ֆ.Գ., Գրիգորյան Ա.Ա., «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն», Երևան, 168 էջ	2003թ.
2.	Ղազարյան Ֆ.Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա», Երևան, 37 էջ	2003թ.
3	Մելիքսեթյան Ռ.Տ., Ղազարյան Ֆ.Գ. «Ֆիզիկական կուլտուրայի տեսության ընդհանուր հիմունքներ», Երևան, 241 էջ	1987թ.
4	Ղազարյան Ֆ.Գ., «Մարդու ֆիզիկական կատարելությունը», Երևան, Գիտելիք, 23 էջ	1987թ.
5	Ղազարյան Ֆ.Գ., Ստեփանյան Ա.Գ. «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա», Երևան, 183 էջ	2013թ.
6	Հակոբյան Ե.Ս., Բարբարյան Մ.Ս., «Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկան», Երևան, 116 էջ	2011թ.
7	Ղազարյան Ֆ.Գ., «Մարդու շարժողական ընդունակությունները», Երևան, 107 էջ	1992թ.
8.	Ղազարյան Ֆ.Գ. «Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, Լույս, 84 էջ	1981թ.
9.	Ղազարյան Ֆ.Գ., «Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը», Երևան, 215 էջ	2007թ.
10.	Գևորգյան Լ.Ա., «Բուժական ֆիզկուլտուրա», Երևան, Հայաստան, 177 էջ	1976թ.
11.	Հակոբյան Ե.Ս., «Մեծահասակ ազգաբնակչության ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկայի հիմունքները», Երևան 248 էջ	2011թ.

12.	Ղազարյան Ֆ. Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի հիմնական ուղղությունները և մեթոդիկան», Երևան 80 էջ	2010թ.
13.	Ակունց Կ. Բ., «Դեռահասների սեռական հասունացումը», Երևան, Լույս, 84 էջ	1993թ.
14.	Կարապետյան Ա. Կ., Շախրերյան Ս. Ա., «Տարիքային ֆիզիոլոգիա», Երևան, Լույս, 169 էջ	1981թ.
15.	Ղազարյան Ֆ. Գ., «Երեխաների մարզական ընդունակությունները և նրանց մշակումը», Երևան, Լույս, 101 էջ	1985թ.
16.	Ղազարյան Ֆ. Գ., Ղազարյան Գ. Ֆ., «Պատանի մարզիկների երկարաժամկետ պատրաստության առանձնահատկությունները», Երևան, Հեղինակային հրատարակություն, 92 էջ	2013թ.
17.	Խուրոյան Ս. Ս., «Անձի զարգացման ճգնաժամային տարիքները», Երևան, Զանգակ-97, 248 էջ	2004թ.
18.	Մարության Ս. Ս., Դալաքյան Ա. Ս., «Նախադպրոցական մանկավարժության, ուսումնական ձեռնարկ» Երևան, 288 էջ	2005թ.
19	Հակոբյան Ե. Ս., Բարբառյան Ս. Ս., «Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկան», Երևան, 116 էջ	2011թ.
20	Ղազարյան Ֆ. Գ., «Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, 84 էջ	1981թ.
21	Մելիքսեթյան Ռ. Տ. «Տեսական գիտելիքների ստուգումը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, 169 էջ	1991թ.
<b>Լրացուցիչ գրականություն(ԼԳ)</b>		
22	Գրիգորյան Ա. Ա., «Ֆիզիկական վարժությունների ուսուցման մեթոդները», Երևան, 33 էջ	1988թ.
23	Եղիազարյան Ա. Դ. «Շարժողական գործողությունների ուսուցումը», Երևան, 33 էջ	1990թ.

24	Եղիազարյան Ա. Դ. «Ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդական սկզբունքները», Երևան,	1991թ.
25	Առաքելյան Վ.Բ., Ղազարյան Ֆ.Գ., «Մարզիկների կոնդիցիոն ընդունակությունների մշակման հիմունքները», Երևան, 81էջ	2008թ.
26	Ասատրյան Լ.Թ., «Էկոլոգիական դաստիարակությունը միջին դպրոցում», Երևան, 128 էջ	2000թ.
27	Բաբայան Հ. Ա., «Դպրոցականների գեղագիտական դաստիարակությունը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում», Երևան, Զանգակ, 97 էջ	2000թ.
28	Հովհաննիսյան Դ., «Գեղագիտական դաստիարակության առանձնահատկությունները հանրակրթական դպրոցում»//Մանկավարժական ամսագիր, 96 էջ	2006թ.
29	Գրիգորյան Ս.Վ., Ներոզովա Ք. Ա., «Բուժական ֆիզկուլտուրայի հիմունքներ», Երևան, 81 էջ	2010թ.
30.	Л,П, «Основы спортивной тренировки»	1977г
31	Б,А Ашмарин-«Теория и методика физического воспитания»	1979
32.	В.П. Филин--«Теория и методика юношеского спорта»	1987
<b>Համացանցային տեղեկատվական պաշարներ (ՀՏՊ)/ Էլեկտրոնային աղբյուրներ (ԷԱ)</b>		
30	<a href="http://kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2013/11/%D0%90%D1%88%D0%BC%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%BD-%D0%91.%D0%90.-%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F.pdf">http://kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2013/11/%D0%90%D1%88%D0%BC%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%BD-%D0%91.%D0%90.-%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F.pdf</a>	1990թ.
31	<a href="http://kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2013/11/%D0%A5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%B2-%D0%96.%D0%9A.-%D0%9A%D1%83%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%86%D0%BE%D0%B2-%D0%92.%D0%A1.-%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%B8%D1%8F.pdf">http://kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/13/2013/11/%D0%A5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D0%B2-%D0%96.%D0%9A.-%D0%9A%D1%83%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%86%D0%BE%D0%B2-%D0%92.%D0%A1.-%D0%A2%D0%B5%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B8-%D0%B8%D1%8F.pdf</a>	2003թ.

	%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0.pdf	
32	<a href="https://www.mgpu.ru/wp-content/uploads/2018/10/49.06.01-Teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-sportivnoj-trenirovki-ozdorovitelnoj-i-adaptivnoj-fizicheskoy-kultury-1.pdf">https://www.mgpu.ru/wp-content/uploads/2018/10/49.06.01-Teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-sportivnoj-trenirovki-ozdorovitelnoj-i-adaptivnoj-fizicheskoy-kultury-1.pdf</a>	2018թ.
	<b>Մեթոդական ձեռնարկներ, երաշխավորագրեր, այլ</b>	
33	Ղազարյան Ֆ. Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտային պատրաստության դիդակտիկայի հիմունքները, ուսումնական ձեռնարկ», Երևան, 112 էջ	2009թ.
34	Նազարյան Վ. Ռ., «Բժշկական քոլեջների սովորողների պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան» մեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, «Արմինֆո», 65 էջ	2009թ.
35	Գրիգորյան Յու. Գ. «Ընտանիքը որպես ֆիզկուլտուրային արժեքների փոխանցման հիմնական օղակ, գիտամեթոդական կոնֆերանսի նյութեր», Երևան, 128-129 էջ	1997թ.
36	Գրիգորյան Յու. Գ. «Ընտանիքը նախադպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության հիմնախնդրի շուրջ//Ընտանիք և դպրոց, N2,15,29-37 էջեր	2007թ.
37	Նազարյան Վ. Ռ., «Բժշկական քոլեջների սովորողների պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան» մեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, 65 էջ	2009թ.
38	Նազարյան Վ. Ռ., «Պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան և մասնագիտությունը» Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, 77 էջ	2016թ.

**9. Դասընթացի ուսումնամեթոդական քարտ**

**9.1. Դասախոսությունների ուսումնամեթոդական քարտ**

h/h	Թեմա	Ուսումնասիրվող հարցեր	Ժամաքանակ	Գրականություն <sup>9</sup>
1-ին կիսամյակ				
1.	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5

<sup>9</sup> Ըստ 12-րդ կետում նշված ցանկի, օր.՝ ՊԳ 1, ԼԳ 2 և այլն

2.	սպորտային պատրաստության համակարգը,	սպորտային պատրաստության համակարգը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
3.	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
4.	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
5.	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
6	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,7,9
7	ընտրության էտապները,	ընտրության էտապները,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,7,9
<b>8</b>	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	2	
9	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	4	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,12
10.	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	4	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,13,14, 24,31
11.	մարզական հաջողությունների անման	մարզական հաջողությունների անման	4	Դասախոսական

	տեմպերը,	տեմպերը,		նյութեր, 1, 2, 3, 5, 6, 21, 22, 24, 33
12.	մարզական հաջողությունների կայունությունը	մարզական հաջողությունների կայունությունը	4	Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 3, 5, 35, 36

**9.2. Գործնական աշխատանքների /սեմինար պարապմունքների ուսումնամեթոդական քարտ**

h/h	Թեմա	Ուսումնասիրվող հարցեր	Ժամաքանակ	Գրականություն <sup>10</sup>
	<b>1,2-րդ կիսամյակ</b>			
1.	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
2.	սպորտային պատրաստության համակարգը,	սպորտային պատրաստության համակարգը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
3.	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
4.	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
5	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5
6	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,7,9
7	ընտրության էտապները,	ընտրության էտապները,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,7,9

<sup>10</sup> Ըստ 12-րդ կետում նշված ցանկի, օր.՝ ՊԳ 1, ԼԳ 2 և այլն

8	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	2	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,12
9	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	4	Դասախոսական նյութեր, 1,2,3,5,13,14, 24,31
10	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	4	Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 3, 5 , 6, 21, 22, 24, 33
11	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	4	Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 3, 5, 35, 36
12	մարզական հաջողությունների կայունությունը	մարզական հաջողությունների կայունությունը	4	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32

**9.3. Լաբորատոր աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ**

հ/հ	Թեմա	Ուսումնասիրվող հարցեր	Ժամաքանակ	Ստուգման ձևը	Գրականություն <sup>11</sup>
1.	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32

<sup>11</sup> Ըստ 12-րդ կետում նշված ցանկի, օր.՝ ՊԳ 1, ԼԳ 2 և այլն



2.	սպորտային պատրաստության համակարգը,	սպորտային պատրաստության համակարգը,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
3	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
4	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
5	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
6	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
7	ընտրության էտապները,	ընտրության էտապները,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
8	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	2	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
9	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական,	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական,	4	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20,

	հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները			27, 32
10	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	4	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
11	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	4	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32
12	մարզական հաջողությունների կայունությունը	մարզական հաջողությունների կայունությունը	4	հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 27, 32

#### 9.4. Ինքնուրույն աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ

h/h	Ինքնուրույն աշխատանքի թեմաները	Ուսումնասիրվող հարցեր	Աշխատանքի տեսակը <sup>12</sup>	Ներկայացման ժամկետները	Ստուգման ձևը	Գրականություն <sup>13</sup>
<b>1,2 կիսամյակ</b>						

<sup>12</sup> Տես 7-րդ կետի հինգերորդ պարբերությունը

<sup>13</sup> Ըստ 12-րդ կետում նշված ցանկի, օր.՝ ՊԳ 1, ԼԳ 2 և այլն

1.	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները ,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 4, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 21
2.	սպորտային պատրաստության համակարգը,	սպորտային պատրաստության համակարգը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 4, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 21
3.	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 4, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 21
4.	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 4, 7, 9, 11, 13, 17, 18, 19, 21
5.	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 4, 14, 20, 21
6	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	«սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր 4, 14, 20, 21
7	ընտրության էտապները,	ընտրության էտապները,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր 4, 14, 20, 21
8	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները, երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր 4, 14, 20, 21

9	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունները	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր 4, 14, 20, 21
10	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 9, 14, 20, 21
11	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 6, 9, 16, 17, 20, 21
12	մարզական հաջողությունների կայունությունը	մարզական հաջողությունների կայունությունը	Բանավոր կամ գրավոր ստուգում:	Թեման ավարտելուց հետո:	Բանավոր հարցում	Դասախոսական նյութեր, 8, 9, 20, 21

### 10. Դասընթացի նյութատեխնիկական միջոցների ապահովում<sup>14</sup>

Ռեսուրսի անվանումը	Ռեսուրսի անվանումը, քանակը, նկարագրությունը (անհրաժեշտության դեպքում)
Լսարան (հատուկ կահավորմամբ)	Լսարան 7,8,9,12, Դասախոսությունների, գործնական պարապունքների ժամանակ դիդակտիկ նյութերի, մարզադահլիճներ, նկարների, ումումնագիտական տեսաֆիլմերի, զծապատկերների ցուցադրում:

<sup>14</sup> Նշվում են սարք-սարքավորումների, համակարգչային ծրագրերի նկարագրությունները և քանակը, որոնք անհրաժեշտ են տվյալ դասընթացի ուսումնական գործընթացը կազմակերպելու համար

Նյութեր լաբորատոր աշխատանքների համար	Չափման գործիքներ, պարագաներ
Մարքեր, սարքավորումներ	Ուսանողի աշխատանք համակարգչի հետ, գիտական մասում, գրադարանում, դեկանատում և ամբիոնում
Համակարգչային ծրագրեր	համակարգիչ
Այլ	

## 11. Գնահատում

Համալսարանում գործում է բակալավրիատի, մագիստրատուրայի և ասպիրանտուրայի ուսանողների գիտելիքների պարբերական ստուգման և գնահատման բազմագործոնային համակարգ, որի կիրառման հիմնական նպատակներն են՝

- կազմակերպել ուսումնառության համաչափ աշխատանքային գործընթաց, ապահովել գիտելիքների համակողմանի ստուգում, խթանել ուսանողի ինքնուրույն աշխատանքը,
- իրականացնել ինքնուրույն առաջադրանքների, ընթացիկ ստուգումների (ստուգարքներ և քննություններ), ուսումնական գործընթացի այլ բաղադրիչների հաշվառում հետադարձ կապի արդյունավետ մեխանիզմների ներմուծման միջոցով՝ ի նպաստ ուսումնառության գործընթացի բարելավման:

Համալսարանում գնահատման գործընթացը կանոնակարգվում է համաձայն գործող կարգի<sup>15</sup>:

### 11.1. Գիտելիքների ստուգման և գնահատման բաղադրիչներն են՝

- գործնական (սեմինար) և լաբորատոր աշխատանքների ընթացքում նրա ակտիվության և հմտությունների հաշվառում և գնահատում ընթացիկ ստուգումների միջոցով՝ առավելագույնը գումարային 40 միավոր,
- ինքնուրույն աշխատանքների (անհատական առաջադրանքներ) հաշվառում և գնահատում առավելագույնը գումարային 20 միավոր,
- դասընթացի ենթաբաժինների և ծրագրով նախատեսված այլ առաջադրանքների կատարման և յուրացման ընթացիկ ստուգում և գնահատում կիսամյակի ընթացքում (ընթացիկ քննություններ կամ ստուգարքներ)՝ առավելագույնը գումարային 40 միավոր,
- ստուգման արդյունքների ամփոփում գնահատման նշված բաղադրիչների արդյունքների հիման վրա և դասընթացի արդյունարար գնահատականի ձևավորում՝ առավելագույնը գումարային 100 միավոր:

### 11.2. Ուսանողների գիտելիքների ստուգում.

Դասընթացն ամփոփվում է՝

1-ին կիսամյակում 2 ընթացիկ ստուգում՝ մինչև 20-ական միավոր (գումարային մինչև 40 միավոր):

2-րդ կիսամյակում 2 ընթացիկ քննություն՝ մինչև 20-ական միավոր (գումարային

---

<sup>15</sup>«Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան» հիմնադրամի ուսանողների գիտելիքների ստուգման, գնահատման և հաշվառման կանոնակարգ» (ընդունված ՎՊՀ-ի գիտական խորհրդի կողմից 30.06.2022թ.),

մինչև 40 միավոր):

Դասընթացն ամփոփվում է քննությամբ/ստուգարքով:

Քննությամբ ամփոփվող դասընթացն ավարտվում է կիսամյակի 2 քննության միջոցով և մյուս բաղադրիչների գնահատումների արդյունքներով:

Ստուգարքով ամփոփվող դասընթացն ավարտվում է կիսամյակի ընթացքում ուսումնական նյութի յուրացման աստիճանը որոշող 2 ընթացիկ ստուգումների և մյուս բաղադրիչների գնահատումների արդյունքներով:<sup>16</sup>

### 11.3. Հարցաշար (ըստ ծրագրի)

#### Ընդգրկվող թեմաները.

- ✓ սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները,
- ✓ սպորտային պատրաստության համակարգը, սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,
- ✓ սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,
- ✓ սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,
- ✓ «սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,
- ✓ ընտրության էտապները,
- ✓ կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները,
- ✓ մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական,
- ✓ ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունների,
- ✓ երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,
- ✓ սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,
- ✓ մարզական հաջողությունների աճման տեմպերը,
- ✓ մարզական հաջողությունների կայունությունը:

### 13.4 Գնահատման չափանիշները<sup>17</sup>.

- Տեսական գիտելիքները –բանավոր:
- Գործնական աշխատանքները – բանավոր:

1-ին կիսամյակ – 4 կրեդիտ - 3 ստուգում(1-ին ստուգում առավելագույնը ` 10 միավոր, 2-րդ ստուգում առավելագույնը ` 10 միավոր, 3-րդ ստուգում առավելագույնը ` 20 միավոր):

2-րդ կիսամյակ – 4 կրեդիտ – 3 ստուգում (1-ին ստուգում առավելագույնը ` 10 միավոր, 2-րդ ստուգում առավելագույնը ` 10 միավոր, 3-րդ ստուգում առավելագույնը ` 20 միավոր):

<sup>16</sup> Կիրառվում է կամ առաջին, կամ երկրորդ պարբերությունն ըստ դասընթացի ամփոփման ձևի:

<sup>17</sup> Լրացվում է ըստ ամբիոնի /դասախոսի որոշման

- Ինքնուրույն աշխատանքը – գրավոր/բանավոր:

1 ինքնուրույն աշխատանքի համար առավելագույնը՝ 20 միավոր:



«ՎԱՆԱԶՈՐԻ Հ. ԹՈՒՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ»  
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ՀԱՄԱՌՈՏ ՆԿԱՐԱԳՐԻՉ

Մասնագիտություն՝

011401.00.7

ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ

ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ

/դասիչ, մասնագիտության լրիվ անվանումը/

Կրթական ծրագիր՝ 011401.09.7 Ֆիզիկական դաստիարակություն և  
սպորտային մարզումներ

/դասիչ, կրթական ծրագրի լրիվ անվանումը/

Որակավորման աստիճան՝

մանկավարժության մագիստր

/բակալավր, մագիստրատուրա/

Վանաձոր 2023

**Առկա ուսուցման համակարգ**

Դասընթացի թվանիշը, անվանումը	ԱՍ/մ-002 «Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն»			
Դասընթացին հատկացվող կրեդիտը	8 կրեդիտ			
Ուսումնառության տարի / կիսամյակ	1-ին տարի՝ 1,2-րդ կիսամյակ,			
Ժամերի բաշխումը	Լսարանային	240	Դասախոսություն	32
			Սեմինար	
			Լաբորատոր աշխատանք	32
			Գործնական աշխատանք	32
	Ինքնուրույն	144		
Ստուգման ձևը	ստուգարք 1-ին կիսամյակ, Քննություն 2-րդ կիսամյակ			
Դասընթացի նպատակը	<p>«Սպորտային կողմնորոշում և ընտրություն» առարկայի դասավանդման <i>նպատակն է</i> ուսանողների ծանոթացնել սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրներին, սպորտային պատրաստության համակարգերին, սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությանը, սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտներին, սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգին, «սպորտային ընտրություն» հիմնական հասկացություններին, ընտրության էտապներին, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտներին, մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգին, երկրորդային ընտրության չափորոշիչներին, սկզբնական հաջողությունների մակարդակներին, մարզական տեմպերին, մարզական հաջողությունների կայունությանը:</p>			
Դասընթացի վերջնարդյունքները	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները,</li> <li>✓ սպորտային պատրաստության համակարգը,</li> <li>✓ սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,</li> <li>✓ սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,</li> </ul>			

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,</li> <li>✓ «սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,</li> <li>✓ ընտրության էտապները, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները,</li> <li>✓ մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունների,</li> <li>✓ երկրորդային ընտրության չափորոշիչները, սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը, մարզական հաջողությունների համար տեմպերը, մարզական հաջողությունների կայունությունը</li> </ul>
<p><b>Դասընթացի բովանդակությունը</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. սպորտային պատրաստության հիմնական խնդիրները,</li> <li>2. սպորտային պատրաստության համակարգը,</li> <li>3. սպորտային պատրաստության ընդհանուր նշանակությունը,</li> <li>4. սպորտային կողմնորոշման և ընտրության հիմնական կոմպոնենտները,</li> <li>5. սպորտային կողմնորոշման հիմնական հասկացությունների համակարգը,</li> <li>6. «սպորտային ընտրություն» հասկացության դուրս բերումը,</li> <li>7. ընտրության էտապները, կողմնորոշման և առաջնային ընտրության կոմպոնենտները,</li> <li>8. մարզաձևերի ընտրության հաշվառման կարգը ըստ անձի կազմաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, ժառանգական առանձնահատկությունների,</li> <li>9. երկրորդային ընտրության չափորոշիչները,</li> <li>10. սկզբնական հաջողությունների մակարդակի որոշումը,</li> <li>11. մարզական հաջողությունների համար տեմպերը,</li> <li>12. մարզական հաջողությունների կայունությունը</li> </ol>
<p><b>Գնահատման մեթոդները և չափանիշները</b></p>	<p><b>ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ՎԵՐՁՆԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻՆ ՀԱՍՆԵԼՈՒ ԸՆԹԱՑՔԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄ`</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ գործնական (սեմինար) և լաբորատոր աշխատանքների ընթացքում նրա ակտիվության և հմտությունների հաշվառում և գնահատում ընթացիկ ստուգումների միջոցով` առավելագույնը գումարային 40 միավոր,</li> <li>▪ ինքնուրույն աշխատանքների (անհատական առաջադրանքներ) հաշվառում և գնահատում առավելագույնը գումարային 20 միավոր,</li> <li>▪ դասընթացի ենթաբաժինների և ծրագրով նախատեսված այլ առաջադրանքների կատարման և</li> </ul>

յուրացման ընթացիկ ստուգում և գնահատում կիսամյակի ընթացքում (ընթացիկ քննություններ կամ ստուգարքներ)՝ առավելագույնը գումարային 40 միավոր,

- ստուգման արդյունքների ամփոփում գնահատման նշված բաղադրիչների արդյունքների հիման վրա և դասընթացի արդյունարար գնահատականի ձևավորում՝ առավելագույնը գումարային 100 միավոր:

Ուսումնառության արդյունքների գնահատման 100-միավորանոց սանդղակ

Գնահատականը ըստ 5 բալանոց համակարգի	Գնահատականը ըստ 100 բալանոց համակարգի	Գնահատականը ըստ ECTS համակարգի
«Գերազանց» (5)	96-100	A+
«Գերազանց» (5)	91-95	A
«Գերազանց» (5)	86-90	A-
«Լավ» (4)	81-85	B+
«Լավ» (4)	76-80	B
«Լավ» (4)	71-75	B-
«Բավարար» (3)	67-70	C+
«Բավարար» (3)	62-66	C
«Բավարար» (3)	40-61	C-
«Անբավարար»	0-39	D
«Ստուգված»	40-100	S
«Չստուգված»	0-39	U

**Գրականություն**

Ղազարյան Ֆ. Գ., Գրիգորյան Ա. Ա., «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն», Երևան, 168 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա», Երևան, 37 էջ

Մելիքսեթյան Ռ. Տ., Ղազարյան Ֆ. Գ. «Ֆիզիկական կուլտուրայի տեսության ընդհանուր հիմունքներ», Երևան, 241 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Մարդու ֆիզիկական կատարելությունը», Երևան, Գիտելիք, 23 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., Ստեփանյան Ա. Գ. «Ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկա», Երևան, 183 էջ

Հակոբյան Ե. Ս., Բարբարյան Մ. Ս., «Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկան», Երևան, 116 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Մարդու շարժողական ընդունակությունները», Երևան, 107 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ. «Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, Լույս, 84 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգը», Երևան, 215 էջ

Գևորգյան Լ. Ա., «Բուժական ֆիզկուլտուրա», Երևան, Հայաստան, 177 էջ

Հակոբյան Ե. Ս., «Մեծահասակ ազգաբնակչության ֆիզիկական դաստիարակության տեսություն և մեթոդիկայի հիմունքները», Երևան 248 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության համակարգի հիմնական ուղղությունները և մեթոդիկան», Երևան 80 էջ

Ակունց Կ. Բ., «Դեռահասների սեռական հասունացումը», Երևան, Լույս, 84 էջ

Կարապետյան Ա. Կ., Շախրերյան Ս. Ա., «Տարիքային ֆիզիոլոգիա», Երևան, Լույս, 169 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Երեխաների մարզական ընդունակությունները և նրանց մշակումը», Երևան, Լույս, 101 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., Ղազարյան Գ. Ֆ., «Պատանի մարզիկների երկարաժամկետ պատրաստության առանձնահատկությունները», Երևան, Հեղինակային հրատարակություն, 92 էջ

Խուրդյան Ս. Ս., «Անձի զարգացման ճգնաժամային տարիքները», Երևան, Զանգակ-97, 248 էջ

Մարության Ս. Ս., Դավաթյան Ա. Ս., «Նախադպրոցական մանկավարժության, ուսումնական ձեռնարկ» Երևան, 288 էջ

Հակոբյան Ե. Ս., Բարբարյան Ս. Ս., «Դպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության մեթոդիկան», Երևան, 116 էջ

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Դպրոցականների շարժողական հատկությունների մշակման առանձնահատկությունները ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, 84 էջ

Մելիքսեթյան Ռ. Տ. «Տեսական գիտելիքների ստուգումը ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին», Երևան, 169 էջ

#### **Լրացուցիչ գրականություն(ԼԳ)**

Գրիգորյան Ա. Ա., «Ֆիզիկական վարժությունների ուսուցման մեթոդները», Երևան, 33 էջ



%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0.pdf

<https://www.mgpu.ru/wp-content/uploads/2018/10/49.06.01-Teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-sportivnoj-trenirovki-ozdorovitelnoj-i-adaptivnoj-fizicheskoy-kultury-1.pdf>

### **Մեթոդական ձեռնարկներ, երաշխավորագրեր, այլ**

Ղազարյան Ֆ. Գ., «Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտային պատրաստության դիդակտիկայի հիմունքները, ուսումնական ձեռնարկ», Երևան, 112 էջ

Նազարյան Վ. Ռ., «Բժշկական քոլեջների սովորողների պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան» մեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, «Արմինֆո», 65 էջ

Գրիգորյան Յու. Գ. «Ընտանիքը որպես ֆիզկուլտուրային արժեքների փոխանցման հիմնական օղակ, գիտամեթոդական կոնֆերանսի նյութեր», Երևան, 128-129 էջ

Գրիգորյան Յու. Գ. «Ընտանիքը նախադպրոցականների ֆիզիկական դաստիարակության հիմնախնդրի շուրջ//Ընտանիք և դպրոց, N2,15,29-37 էջեր

Նազարյան Վ. Ռ., «Բժշկական քոլեջների սովորողների պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան» մեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, 65 էջ

Նազարյան Վ. Ռ., «Պրոֆեսիոնալ կիրառական ֆիզիկական պատրաստության մեթոդիկան և մասնագիտությունը»

Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Վանաձոր, 77 էջ