



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

Հաստատված է ամբիոնի նիստում

Արվեստի և սպորտի  
ամբիոնի անվանումը

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

Արձանագրություն № 10

«06» փետրվար 2024 թ.

ԱՍ/բ-098 ԲՈՒԺԱԿԱՆ ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ ԴԱՍԸՆԹԱՅԻ

/Դասիչ, դասընթացի անվանում/

ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԵԹՈՂԱԿԱՆ ՓԱԹԵԹ

Մասնագիտություն՝ 011401.00.6 ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ

/դասիչ, մասնագիտության լրիվ անվանումը/

Կրթական ծրագիր՝ 011401.09.6 - «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ»

/դասիչ, կրթական ծրագրի լրիվ անվանումը/

Որակավորման աստիճան՝

Մանկավարժության բակալավր

/բակալավր, մագիստրատուրա/

Ամբիոն՝

Արվեստի և սպորտի ամբիոն

/ամբիոնի լրիվ անվանումը/

Ուսուցման ձևը՝

Առկա/հեռակա

/առկա, հեռակա/

Կուրս/կիսամյակ

առկա-3-րդ կուրս, 2-րդ կիսամյակ  
հեռակա

Դասխոս(ներ)՝

Գ. Միրունյան

/անուն, ազգանուն/

Էլ. հասցե/ներ՝ [gevor.sirunyan1993@gmail.com](mailto:gevor.sirunyan1993@gmail.com)

Վանաձոր- 2024թ.

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 .....	
5.	Դասընթացի դերը կրթական ծրագրի շրջանավարտների գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորման հարցում ըստ աշխատաշուկայի պահանջների .....	
6.	Դասընթացի ծավալը, ուսումնական աշխատանքի տեսակները, արդյունքների ամփոփման ձևերը .....	
7.	Ուսումնական աշխատանքները տեսակները .....	
8.	Դասավանդման մեթոդներ.....	
9.	Ուսումնառության մեթոդները .....	
10.	Դասընթացի համառոտ բովանդակությունը, ուսումնական աշխատանքի ծավալը .....	
11.	Ուսումնամեթոդական գրականության ապահովման քարտ.....	
12.	Դասընթացի ուսումնամեթոդական քարտ.....	
12.1.	Դասախոսությունների ուսումնամեթոդական քարտ	
12.2.	Գործնական աշխատանքների /սեմինար պարապմունքների ուսումնամեթոդական քարտ.....	
12.3.	Լաբորատոր աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ.....	
12.4.	Ինքնուրույն աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ .....	
13.	Դասընթացի նյութատեխնիկական միջոցների ապահովում.....	
14.	Գնահատում.....	
14.1.	Ուսանողների գիտելիքների ստուգում.....	
14.2.	Հարցաշար.....	
14.3.	Գնահատման չափանիշներ.....	
15.	Դասընթացի համառոտ նկարագրիչ.....	

## ԲԱՑԱՏՐԱԳԻՐ

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

Բուժական ֆիզկուլտուրան ինքնուրույն գիտություն է, սակայն այն սերտորեն կապված է բժշկության հետ: Ուսումնասիրում է հիվանդությունների բուժումը և կանխարգելումը ֆիզկական վարժությունների և ֆիզիոթերապևտիկ /օրինակ մերսման/ մեթոդների միջոցով:

Մյուս կողմից բուժական ֆիզկուլտուրան համարվում է ֆիզիկական դաստիարակության բաժին, որտեղ ֆիզիկական վարժությունները դիտարկվում են, որպես հիվանդի, առողջական խնդիրներ ունեցող տարբեր տարիքային խմբերի մարդկանց աշխատունակության վերականգնման միջոց:

Բուժական ֆիզկուլտուրայում լայնորեն կիրառվում է մերսումը, ցանկացած շարժողական ակտիվություն՝ լողը, քայլքը և այլն:

Բուժական մերսումը, ըստ էության համարվում է պասիվ ֆիզիկական վարժություն: Բուժական ֆիզկուլտուրան ունի ոչ միայն բուժական, այլ դաստիարակչական գործառույթ:

Այն կիրառում է ֆիզիկական վարժությունների օգտագործման գիտակցված նպատակային մեթոդները, նմաստում է օրգանիզմի կոփմանը: Բուժական ֆիզկուլտուրան սերտորեն կապված է անատոմիայի, ֆիզիոլոգիայի, մարզական ֆիզիոլոգիայի, հիգիենայի, մանկավարժության և հոգեբանության հետ:

### Դասընթացի նպատակը և խնդիրները.

**1.1. Դասընթացի նպատակն է** «Բուժական ֆիզկուլտուրա» առարկայի նպատակն է ուսանողների տալ գիտելիքներ ֆիզիկական վարժությունների, նրանց ազդեցությունը օրգանիզմի վրա: Ֆիզիկական վարժությունները դիտարկվում են որպես մարդու պայմանական ռեֆլեկտոր գործունեության դրսևո-րում: Առարկան ուսումնասիրում է պայմանական և ոչ պայմանական ռեֆլեքսների, ռեֆլեկտոր աղեղի առանձնահատկությունները, հենա-շարժիչ համակարգի կառուցվածքը, ստատիկ և դինամիկ վիճակները:

### 1.2. Դասընթացի խնդիրներն են

1. Անհրաժեշտ հմտությունների ձևավորում,
2. Առողջ ապրելակերպի ձևավորում,
3. Տարբեր ֆիզիկական վարժությունների կիրառում հիվանդությունների ժամանակ:

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

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

Տվյալ դասնթացն ուսումնասիրելուն զուգընթաց ուսանողը պետք է ուսումնասիրի և տիրապետի հետևյալ դասնթացները՝ մարդու անատոմիա, մարդու և ֆիզիկական դաստիարակության ֆիզիոլոգիա, տարիքային ֆիզիոլոգիա, դպրոցական և ֆիզդաստիարակության հիգիենա, կենսաքիմիա, ֆդոտ և մեթոդիկա, մարմնամարզություն, մարզախաղեր, ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի պատմություն, մանկավարժություն, հոգեբանություն, ֆ/կ-ի և սպորտի հոգեբանություն, ֆ/կ-ի և սպորտի մանկավարժություն:

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

**«Բուժական ֆիզկուլտուրա»** դասընթացի ուսումնասիրման արդյունքում ուսանողի ակնկալվող վերջնարդյունքներն են.

#### **ուսանողը պետք է իմանա.**

- բուժական ֆիզկուլտուրայի հիմնական օրինաչափությունները,
- մարդու օրանիզմի տարիքային զարգացման փուլերի առանձնահատկությունները,
- օրգանիզմի ու օրգան համակարգերի վրա ֆիզիկական վարժությունների ազդեցությունը առանձնահատկությունները:
- պրակտիկ գործունեությունը հմտորեն բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանության և մանկավարժության մեջ:

#### **ուսանողը պետք է կարողանա.**

- տեսական գիտելիքները, ուսուցչական աշխատանքային գործունեություն ծավալելու շրջանում կիրառել գործնականում,
- պրակտիկ գործունեությունը հմտորեն բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանության և մանկավարժության մեջ:

#### **ուսանողը պետք է տիրապետի.**

- երեխաների տարիքային առանձնահատկությունների վերաբերյալ տեսական գիտելիքներին,
- բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանական և մանկավարժական գիտությունների միջև կապի ձևավորման հարցերին,
- ապագա ուսուցչական պրակտիկ-աշխատանքային գործունեությանը, որը կօժանդակի ճիշտ կազմակերպել ուսուցման գործընթացը:

**Դասընթացի ուսումնասիրման արդյունքում ուսանողը ձեռք կրերի հետևյալ կոմպետենցիաները.**

#### **Ա)Շնորհանրական կոմպետենցիաներ**

**Գործիքային կոմպետենցիաներ (ԳԿ)**<sup>՝</sup>

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

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

- Կլարոդանա ձեռք բերված տեսական գիտելիքները կիրառել գործնականում:
- Կտիրապետի բուժական ֆիզկուլտուրայում կիրառվող մեթոդներին :
- Կլարոդան ճիշտ կազմակերպել ֆիզկուլտուրայի դասը, հաշվի առնելով դպրոցականների առողջական վիճակը:
- Կլարոդանա կազմել հատուկ խմբեր առողջական խնդիրն ունեցող աշակերտների հետ:
- վերլուծության և համադրության կարողություն (ՉԿ-1),
- կազմակերպչական կարողություն (պլանավորում, կազմակերպում, ղեկավարում, վերահսկում) (ՉԿ-2),
- հենքային ընդհանուր գիտելիքների տիրապետում (ՉԿ-3),
- պետական լեզվով հաղորդակցվելու կարողություն (ՉԿ-4),
- օտար լեզվով հաղորդակցվելու կարողություն (ՉԿ-5),
- համակարգչային տարրական հմտություններ (ՉԿ-6),
- տեղեկատվական հոսքի կառավարման հմտություն (տեղեկույթի ձեռք բերում, համակարգում, վերլուծում) (ՉԿ-7)

#### **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),
- ✓ որակը վերահսկելու կարողություն (ՀԳԿ -6),
- ✓ արագ կողմնորոշվելու ճկունություն (ՀԳԿ\_7)

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

- Բուժական ֆիզկուլտուրայի և մանկավարժության մի շարք կարևոր հարցերի վերաբերյալ կարողանալ տալ հիմնավոր բացատրություններ: (ԱԿ -1),
- Ունենալ բազային գիտելիքներ՝ մարդու անատոմիայից, ֆիզիոլոգիայից, բժշկագիտությունից, տարիքային մանկավարժությունից և հոգեբանությունից : (ԱԿ -2),
- Գիտելիքները և պրակտիկ հմտությունները անընդհատ նորացնելու գիտակցության ձևավորում (ԱԿ -3):

- Մոտենալ պրակտիկ մանկավարժական խնդիրների լուծմանը: (ՄԿ -4):
- Միջառարկայական կապերը հմտորեն օգտագործելու կարողության ձևավորում (ՄԿ -5):

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

«Բուժական ֆիզկուլտուրա» դասընթացից ձեռք բերված գիտելիքներն և հմտությունները շրջանավարտը կարող է կիրառել մասնագիտական գործունեության ընթացքում նաև մագիստրատուրայում կրթությունը շարունակելու, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառում գիտական հետազոտություններ կատարելու նպատակով:

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

Չափանիշ	Առկա ուսուցման համակարգ	Հեռակա ուսուցման համակարգ
Դասընթացի ընդհանուր աշխատատարությունը (կրեդիտ /ընդհանուր ժամաքանակ)	կրեդիտ/ ժամ	

Աշխատանքի տեսակը	Ժամաքանակ		Ժամաքանակ
	1-ին կիսամյակ	2-րդ կիսամյակ	
Դասախոսություն		16	
Գործնական աշխատանք		12	
Մեմինար պարապմունք			
Լաբորատոր աշխատանք			
Ինքնուրույն աշխատանք		62	
<b>Ընդամենը</b>		90	
Ստուգման ձևը (ստուգաք/ընթացիկ քննություն)	ստուգաք		

<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

**6. 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 լսարանային աշխատանք՝ դասախոսի անմիջական ղեկավարման ներքո: Գործնական պարապմունքները անցկացվում են գործնական խնդիրների լուծման, առաջադրանքների իրականացման, թեստերի, իրավիճակային վերլուծությունների, գործարար խաղերի, խմբային աշխատանքների, տնային առաջադրանքների, ուղեղային զրոհների, ինտերակտիվ ուսուցման միջոցով՝ տեսական գիտելիքները կիրառելու, գործնական ունակությունների և հմտությունների ձեռքբերման և ամրապնդման նպատակով: Դասախոսն առաջադրում է գործնական պարապմունքների թեման, նպատակը, խնդիրները, այն հարցերը, որոնք պետք է 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>

- **Ռեֆերատ** – ուսանողների ինքնուրույն գրավոր, որտեղ ուսանողը շարադրում է որևէ հարցի կամ թեմայի ելությունը՝ հենվելով գրական աղբյուրների վրա (դասագրքեր, ձեռնարկներ և այլն):
- **Հարցագրույց** – վերահսկողության միջոց, որը կազմակերպվում է որպես հատուկ զրույց դասավանդողի և ուսանողների միջև՝ կապված այնպիսի թեմայի հետ ինչպիսին կարգապահությունն է, և նախատեսված է հստակեցնել ուսանողների գիտելիքների շրջանակը կոնկրետ թեմայի, հարցի վերաբերյալ:

**7. Դասավանդման մեթոդներն են**<sup>6</sup> գործնական աշխատանք՝ անհատական աշխատանք, գործնական աշխատանք՝ խմբային աշխատանք:

**8. Ուսումնառության մեթոդներն են**<sup>7</sup> թիմային քննարկում, իրադրությունների

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

<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:

վերլուծություն, հրահանգների կազմում:





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

h/h	Թեմա (բաժին)	Ուսումնական աշխատանքի ժամաքանակն ըստ տեսակների				
		դասախոսություն	սեմինար պարապմունք	գործնական աշխատանք	լաբորատոր աշխատանք	Ինքնուրույն աշխատանք
1	Բուժական ֆիզկուլտուրա առարկան, նրա զուգադրումը այլ բուժական մեթոդների հետ	2		2		6
2	Բուժական խմբերի կազմակերպում, պարապմունքների անցկացման մեթոդիկա	2		2		8
3	Հոդեր, ոսկրամկանային համակարգի կոտրվածքներ ունեցող հիվանդների հետ տարվող պարապմունքների առանձնահատկությունները:	2		2		8
4	Աղետամոքսային համակարգի հիվանդություններ, նյութափոխանակության խանգարումներ և ճարպակալում ունեցող հիվանդների պարապմունքներ:	2		2		8
5	Սիրտանոթային համակարգի հիվանդություններ ունեցողների հետ տարվող պարապմունքներ:	2		2		8
6	Մերսում, տարիքային առանձնահատկություններ, տեխնիկան, տեսակները: Վերականգնող մերսում:	2		2		8
7	Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թաթերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման եղանակները:	2				8

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

8	Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ: Օդաբուժություն Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան: Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:	2			8
Ընդհամեն ը		16		12	62

**10. Ուսումնամեթոդական գրականության ապահովման քարտ**

h/h	Անվանումը/հեղինակ	Հրատարակության տարի
<b>Պարտադիր գրականություն (ՊԳ)</b>		
1.	Գործնական վիրաբուժական ձեռնարկ , Ա.Վ.Սիրոմյատնիկովա, Մ.Ս.Բրուկման:	1981
2.	Բուժկան ֆիզիկական կուլտուրա և մերսում, Պ.Ի. Գոտովցևա, Ա.Դ.Սուբբոտին, Վ.Պ.Սելիվանով, 1987:	1987
1.	100 հնարք ձեռնաբուժությունում, Մ.Վ.Կրուգլյակով	1997
2.	Ձեռնաբուժություն, մերսում, Ա.Բ.Սիտել:	1993
3.	Ռեֆլեքսոթերապիա թաթերի վրա, Ի.Մարքվարդ:	1998
4.	Ամեն ինչ մերսման մասին, 1000 խորհուրդ, Վ. Վասեչկին:	1999
5.	Պարապմունքներ ֆիզիկական կուլտուրայով դպրոցականների հետ կցված հատուկ բժշկական խմբերի, Մ.Դ. Ռիպա, Վ.Կ. Վերելիտչենկո, Մ.Ս.Վոլկովա:	1988

**11. Դասընթացի ուսումնամեթոդական քարտ**

**11.1. Դասախոսությունների ուսումնասիրողական քարտ**

h/h	Թեմա	Ուսումնասիրվող հարցեր	Ժամաքանակ	Գրականություն <sup>9</sup>
<b>III կուրս, II կիսամյակ</b>				
1.	Բուժական ֆիզկուլտուրա առարկան, նրա գուգադրումը այլ բուժական մեթոդների հետ	Բուժ. ֆիզ.-ի ազդման մեխանիզմները օրգանիզմի վրա՝ տոնուսավորող, շարժողական ապարատի ֆունկցիան վերականգնող, տրոֆիկ, կոնպենսատոր, այլ օրգան-համակարգերի ֆունկցիաները կարգավորող:		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
2.	Բուժական խմբերի կազմակերպում, պարապմունքների անցկացման մեթոդիկա	Բուժական ֆիզկուլտուրայի օգտագործման և կիրառման օրենքները, գուգակցումը ֆիզիոթերապևտիկ, դեդորայքային, վիրաբուժական մեթոդների հետ, նրանց հաջողականությունը, ծանրաբեռնվածության ճիշտ որոշումը:		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
3.	Հոդեր, ոսկրամկանային համակարգի կոտրվածքներ ունեցող հիվանդների հետ տարվող պարապմունքների առանձնահատկությունները:	Շարժումների հարթությունները և առանցքները, մարմնի ծանրության կենտրոնը, կայուն և ոչ կայուն վիճակներ և դիրքեր: Հոդերի շարժումները՝ ամպլիտուդա, առանցք, հիպս և հիպերմոբիլություն, արտրոզ, անկիլոզ հասկացողությունները		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
4.	Աղետամոքսային համակարգի հիվանդություններ, նյութափոխանակության խանգարումներ և ճարպակալում ունեցող հիվանդների պարապմունքներ:  Սիրտանոթային և շնչառական համակարգերի հիվանդություններ ունեցողների հետ տարվող պարապմունքներ:	Ստամոքսի և տասներկուամտնյա աղիքի խոցային հիվանդության գաստրիտ, խոլեցիստիտ, սպաստիկ և ատոնիկ կոլիտներ, բուժական ֆիզկուլտուրայի առանձնահատկությունները և մոտեցման հիմնավորումը: Որովայնի կպումների  Բ.ֆ. սրտի բնածին, ձեռքբերովի արատների, ատերոսկլերոզի, իշեմիկ հիվանդության և ինֆարկտի ժամանակ: Բնֆարկտով հիվանդների ռեաբիլիտացիան: Սրտի հիպերտրոֆյա:		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
5.	Մերսում, տարիքային առանձնահատկություններ, տեխնիկան, տեսակները: Վերականգնող մերսում:	Պարանոցի, գլխի և դեմքի մերսում տարբեր հիվանդությունների և վնասվածքների ժամանակ: Ստորին վերջույթի մերսում, առանձնահատկությունները, կառուցվածքի յուրահատկությունները: Ստորին վերջույթի բնածին հաճախակի հանդիպող արատներ և տրավմաներ:  Գոտկային հատվածի մարմնի, կոնքի մերսում, կրծքավանդակի, որովայնի		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8

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

		մերսման տեխնիկան և տեսակները:		
6.	Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ, կրծքավանդակի վնասվածքների և կպումների դեպքերում: Կպումների պրոֆիլակտիկա, պոստուրալ դրենաժ, հատուկ և շնչառական վարժություններ, դրենաժական մարմնամարզություն:	Օդաբուժություն բուժ. ֆիզկուլտուրա էնֆիզեմայի, օբստրուկտիվ բրոնխիտների ժամանակ: Կրծքավանդակի սպորտային տրավմաներ:		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
7.	Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան:	Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում՝ բուժ/ ֆիզկուլտուրայի առանձնահատկությունները, բուժման տարբեր փուլերում, համակցումը բուժման այլ մեթոդների հետ		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8
8.	Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:	Ծայրամասային նյարդային համակարգի հիվանդություններ և վնասվածքներ, հիմնական կլինիկական նշանները, բուժ. ֆիզկուլտուրայի մեթոդիկան և առանձնահատկությունները, այս դեպքում:		Դասախոսական նյութեր, 1, 2, 5, 6,7,8

### 11.2. Գործնական աշխատանքների /սեմինար պարապմունքների ուսումնամեթոդական քարտ

h/ h	Թեմա	Ուսումնասիրվող հարցեր	Ժամաքանակ	Մտուզման ձևը	Գրականություն <sup>10</sup>
<b>III կուրս, II կիսամյակ</b>					
1.	Բուժական ֆիզկուլտուրա առարկան, նրա գույգադրումը այլ բուժական մեթոդների հետ	Բուժ. ֆիզկուլտուրայի հիմնական միջոցները՝ 1)մարմնամարզական վարժություններ 2)կիրառական և սպորտային վարժություններ 3)խաղեր		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2

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

		Լրացուցիչ միջոցներ			
2.	Բուժական ֆիզկուլտուրայի օգտագոյծման և կիրառման մեթոդները տարբեր ռեժիմների և հիվանդության փուլերի ժամանակ, ծանրաբեռնվածության ճիշտ որոշումը	Հասկացողություն հիվանդությունների ռեժիմների և փուլերի մասին՝ անկողնային, կիսաանկողնային, տոնուսը բարձրացնող և ընդհանուր մարզման ռեժիմներ, վարժություններ հաջորդականությունը ծանրաբեռնվածության ֆիզիոլոգիական կորագիծ		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2
3.	Մարդու կոնստրուկցիաները, կմախքի տեսակները, տարիքային առանձնահատկությունները: Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թաթերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման եղանակները:  Հոդեր, ոսկրամկանային համակարգի կոտրվածքներ ունեցող հիվանդների հետ տարվող պարապմունքների առանձնահատկությունները:	Կոնստիտուցիայի տեսակները՝ ասթենիկ, հիպեսթենիկ, նորմոսթենիկ հակումները տարբեր պաթոլոգիական պրոցեսների զարգացմանը, բուժական ֆիզկուլտուրայի ձևերը կեցվածքի շեղումների՝ սկոլիոզի, կիֆոզի ժամանակ  Բուժ. ֆիզ. ձևերը ոսկրամկանային համակարգի հիվանդությունների ժամանակ, հիմնական հասկացողություն շարժումների կենսամեխանիզմի մասին, շարժման հարթությունները և առանցքները, կոնստիտուցիաների տեսակները, հոդերի հիպո և հիպեր մոբիլություն		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2
4.	Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ, Օդաբուժություն բուժ. ֆիզկուլտուրա Էնֆիզեմայի, օբստրուկտիվ բրոնխիտների ժամանակ: Կրծքավանդակի սպորտային տրավմաներ	Շնչական օրգանների հիվանդություններ (թոքաբորբ, պլևրիտ, Էմֆիզեմա, տուբերկուլյոզ, ասթմա): Բուժ. ֆիզկուլտուրայի նշանակման կարգը հիվանդության տարբեր փուլում		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2
5.	Աղետամոքսային համակարգի հիվանդություններ, նյութափոխանակության խանգարումներ և ճարպակալում ունեցող հիվանդների պարապմունքներ:	Սովորեցնել աղետամոքսային համակարգի հիվանդություններ, նյութափոխանակության խանգարումներ և ճարպակալում, բուժ. ֆիզկուլտուրայի նշանակման կարգը հիվանդության տարբեր փուլերում		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2
6.	Սիրտանոթային և շնչառական համակարգերի հիվանդություններ ունեցողների հետ տարվող պարապմունքներ:	Սիրտանոթային և շնչառական համակարգերի հիվանդություններ բուժ. ֆիզկուլտուրայի նշանակումը հիվանդության տարբեր փուլերում		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4  ԼԳ-1,2
7.	Մերսում, տարիքային առանձնահատկություններ,	Մերսում, մերսման տեսակները՝ հիպիենիկ, ինքամերսում, սպորտային, բուժական, կոսմետիկ, մանկական կատարման		Միավորային գնահատում:	ՊԳ-1,2,3,4

	տեխնիկան, տեսակները: Վերականգնող մերսում:	տեխնիկան, ցուցումները, հակացուցումները		Վարժությունների կատարում:	ԼԳ-1,2
8.	Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան:	Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ տարբեր փուլերում բուժ. ֆիզկուլտուրայի առանձնահատկությունները և զուգակցումը բուժման այլ մեթոդների հետ		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4 ԼԳ-1,2
	Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:	Կենտրոնական նյարդային համակարգի հիվանդությունների բնութագրումը, հիմնական նշանները: Գլխուղեղի արյան շրջանառության խախտումներ՝ աթերոսկլերոզ, ինսուլտներ, բորբոքային պրոցեսներ և բուժ. ֆիզկուլտուրան: Ծայրամասային նյարդային համակարգի հիվանդություններ և վնասվածքներ, հիմնական կլինիկական նշանները, բուժ. ֆիզկուլտուրայի մեթոդիկան և առանձնահատկությունները հիվանդության տարբեր փուլերում		Միավորային գնահատում: Վարժությունների կատարում:	ՊԳ-1,2,3,4 ԼԳ-1,2

### 11.3. Ինքնուրույն աշխատանքների ուսումնամեթոդական քարտ

h/h	Ինքնուրույն աշխատանքի թեմաները	Ուսումնասիրվող հարցեր	Աշխատանքի տեսակը <sup>11</sup>	Ներկայացման ժամկետները	Ստուգման ձևը	Գրականություն <sup>12</sup>
<b>III կուրս, II կիսամյակ</b>						
1.	Մարդու կոնստրուկցիաները, կմախքի տեսակները, տարիքային առանձնահատկությունները:	Մարմնամակառոցվածքի տեսակները, հակումները տարբեր հիվանդությունների զարգացման նկատմամբ, բուժական ֆիզկուլտուրայի և բուժման այլ մեթոդների համակցումը կմախքի ձեռք բերված և բնածին շեղումների ժամանակ Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թաթերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման: եղանակները:	<b><u>Ինքնուրույն աշխատանք համացանցում</u></b>	Փետրվար	Բանավոր	ՀՏՊ-1,2,3,4 ԼԳ-1,2

<sup>11</sup> Տես 7-րդ կետի հինգերորդ պարբերությունը

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

2.	Հոգնածություն և գերհոգնածություն: Ակտիվ և պասիվ հանգիստ:	Հասկացողություն հոգնածության, գերհոգնածության և գերմարզման մասին, առաջացման մեխանիզմները, պատճառները, վնասները, տարիքային առանձնահատկությունները, հանգստի ձևերը՝ ակտիվ, պասիվ հանգիստ, կոփման միջոցներ  Ֆիզ. վարժությունները որպես ֆիզ. դաստիարակության մեթոդ:	<b><u>Կունկրետ իրավիճակների վերլուծություն</u></b>	Մարտ	Բանավոր	ՀՏՊ- 1,2,3,4 ԼԳ-1,2
3.	Բուժական ֆիզկուլտուրայի օգտագործման և կիրառման օրենքները:	Բուժական ֆիզկուլտուրայի գույքակցումը ֆիզիոթերապևտիկ, դեղորայքային, վիրաբուժական մեթոդների հետ, նրանց հաջորդականությունը, ծանրաբեռնվածության ճիշտ որոշումը:	<b><u>Զեկույց</u></b>	Ապրիլ	Բանավոր	ՀՏՊ- 1,2,3,4 ԼԳ-1,2
4.	Հասկացություն հիվանդության մասին, ռեժիմների մասին: Բուժ. ֆիզ.-ի կիրառումը տարբեր ռեժիմների և հիվանդության փուլերի ժամանակ:	Բ. ֆի-ի ձևերը՝ հիգիենիկ (առավոտյան), բուժական մարմնամարզության (անհատական, փոքր խմբակային, խմբակային): Մոտեցումը՝ անհատական, ինքնուրույն և հսկողության տակ, խաղային կամ սպորտային ֆիզկուլտուրայի ձևեր:	<b><u>Ռեֆերատ</u></b>	Մայիս	Գրավոր	ՀՏՊ- 1,2,3,4 ԼԳ-1,2
5.	Բուժական խմբերի կազմակերպում, պարապմունքների անցկացման մեթոդիկա	Խմբերի ձևավորման առանձնահատկությունները, ցուցանիշները:	<b><u>Հարցազույց</u></b>	Ապրիլ	Բանավոր	ՀՏՊ- 1,2,3,4 ԼԳ-1,2
6.	Մերսում:	Մերսման հիգիենայի հիմունքները: Մերսման ընդհանուր ցուցումները և հակացուցումները:  Մերսումը տարբեր հիվանդությունների ժամանակ:	<b><u>Հարցազույց</u></b>	Մայիս	Բանավոր	ՀՏՊ- 1,2,3,4 ԼԳ-1,2

## 12. Դասընթացի նյութատեխնիկական միջոցների ապահովում<sup>13</sup>

<b>Ռեսուրսի անվանումը</b>	<b>Ռեսուրսի անվանումը, քանակը, նկարագրությունը (անհրաժեշտության դեպքում)</b>
Լսարան (հատուկ կահավորմամբ)	Դասախոսությունների, գործնական պարապմունքների ժամանակ դիդակտիկ նյութերի, նկարների, ուժումնագիտական տեսաֆիլմերի, գծապատկերների ցուցադրում:

<sup>13</sup> Նշվում են սարք-սարքավորումների, համակարգչային ծրագրերի նկարագրությունները և քանակը, որոնք անհրաժեշտ են տվյալ դասընթացի ուսումնական գործընթացը կազմակերպելու համար

Մարքեր, սարքավորումներ	Ուսանողի աշխատանք համակարգչի հետ:
Գործնական	
Այլ	



### 13. 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>14</sup>:

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

- ուսումնական գործընթացին ուսանողի մասնակցության աստիճանի գնահատում դասերին հաճախումների հաշվառման միջոցով՝ առավելագույնը 20 միավոր,
- գործնական (սեմինար) և լաբորատոր աշխատանքների ընթացքում նրա ակտիվության և հմտությունների հաշվառում և գնահատում ընթացիկ ստուգումների միջոցով՝ առավելագույնը գումարային 20 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:

#### 13.2. Ուսանողների գիտելիքների ստուգում.

Դասընթացն ամփոփվում է քննությամբ/ստուգարքով:

Քննությամբ ամփոփվող դասընթացն ավարտվում է կիսամյակի 2 քննության

---

<sup>14</sup>«Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան» հիմնադրամի ուսանողների գիտելիքների ստուգման, գնահատման և հաշվառման կանոնակարգ» (ընդունված ՎՊՀ-ի գիտական խորհրդի կողմից 30.06.2022թ.),

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:

### 13.3. Հարցաշար (ըստ ծրագրի)

1. Առարկայի նպատակները և խնդիրները, ուսումնասիրման առարկան:
2. Բուժական ֆիզկուլտուրայում կիրառվող մեթոդները, ուսումնասիրման առարկան:
3. Բ.Ֆ.-ի զարգացման պատմությունը, մոտեցման ձևերը, փուլերը:
4. Ֆիզիկական վարժություններ, նրանց ազդեցությունը օրգանիզմի վրա:
5. Ֆիզ. վարժությունները որպես մարդու պայմանական ռեֆլեկտոր գործունեության դրսևորում:
6. Բուժ. ֆիզ.-ի ազդման մեխանիզմները օրգանիզմի վրա՝ տոնուսավորող, շարժողական ապարատի ֆունկցիան վերականգնող, տրոֆիկ, կոմպենսատոր, այլ օրգան-համակարգերի ֆունկցիաները կարգավորող:
7. Մարզումը որպես ժամանակավոր կապերի դրսևորման պրոցես:
8. Հասկացողություն սպորտային բժշկության մասին:
9. Բուժական ֆիզկուլտուրայի օգտագործման և կիրառման օրենքները:
10. Չուգակցումը ֆիզիոթերապևտիկ, դեղորայքային, վիրաբուժական մեթոդների հետ, նրանց հաջորդականությունը, ծանրաբեռնվածության ճիշտ որոշումը:
11. Հասկացողություն հոգնածության, գերհոգնածության, գերլարման և գերմարզման վիճակների մասին, ակտիվ և պասիվ հանգիստ: Ֆիզ. վարժությունները որպես ֆիզ. դաստիարակության մեթոդ:
12. Շարժումների հարթությունները և առանցքները, մարմնի ծանրության կենտրոնը, կայուն և ոչ կայուն վիճակներ և դիրքեր:
13. Հոդերի շարժումները՝ ամպլիտուդա, առանցք, հիպս և հիպերմոբիլություն, արտրոզ, անկլիոզ հասկացողությունները:
14. Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թաթերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման եղանակները:
15. Անտրոպոմետրիա, դինամոմետրիյա:
16. Նակածություն հիվանդության մասին, ռեժիմների մասին:
17. Բուժ. ֆիզ.-ի կիրառումը տարբեր ռեժիմների և հիվանդության փուլերի ժամանակ:
18. Բ. ֆի-ի ձևերը՝ հիգիենիկ (առավոտյան), բուժական մարմնամարզության (անհատական, փոքր խմբակային, խմբակային):
19. Մոտեցումը՝ անհատական, ինքնուրույն և հսկողության տակ, խաղային կամ սպորտային ֆիզկուլտուրայի ձևեր:
20. Քայլք, լող, սպորտային-կիրառական, ջրային սպորտի տեսակներ, խաղեր և այլն և նրանց բարերար ազդեցությունը օրգանիզմի վրա, չափավորումը:
21. Վարժությունների տեսակները կամ դասակարգումը՝ օգնություն պահանջող, նախապատրաստող, դինամիկ, ստատիկ, ընդհանուր զարգացնող, մարմնամարզական, ուժի գործադրությամբ:
22. Ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությունը, որոշման պարամետրերի չափավորումը (տեմպ, կրկնողության քանակ, ռիթմ, ճշտություն, ուժի գործադրման աստիճան): Վերականգնման փուլ ծանրաբեռնվածությունից հետո և ընթացիկ:
23. Բուժ. ֆիզկուլտուրայի օգտագործման ցուցումները և հակացուցումները: Կոմպլեքսների կազմելու կանոնները՝ հիվանդի էլման վիճակը, տարիքը, սեռը, կոմբինացիաների ընտրությունը:
24. Բուժ. ֆիզկուլտուրայի սիրտ-անոթային համակարգի հիվանդությունների ժամանակ:
25. Ինֆարկտով հիվանդների ռեաբիլիտացիան: Մրտի հիպերտրոֆյա:
26. Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ, կրծքավանդակի վնասվածքների և կպումների դեպքերում:
27. Օդաբուժություն բուժ. ֆիզկուլտուրա էնֆիզեմայի, օբստրուկտիվ բրոնխիտների ժամանակ:
28. Կրծքավանդակի սպորտային տրավմաներ:
29. Բ. ֆ-րա մարտողական համակարգի հիվանդությունների ժամանակ, որովայնի վնասվածքների, հետվիրահատական շրջանի ժամանակ:

30. Ստամոքսի և տասներկուամատնյա աղիքի խոցային հիվանդության գաստրիտ, խոլեցիստիտ, սպաստիկ և ատոնիկ կոլիտներ, բուժական ֆիզկուլտուրայի առանձնահատկությունները և մոտեցման հիմնավորումը:
31. Որովայնի կպումների պրոֆիլակտիկա:
32. Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ:
33. Շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան:
34. Փափուկ հյուսվածքների վնասվածքներ:
35. Ողնաշարի վնասվածքները, բուժման ձևերը, բուժ. ֆիզկուլտուրայի յուրահատկությունները:
36. Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:
37. Գլխուղեղի արյան շրջանառության խախտումներ՝ աթերոսկլերոզ, ինսուլտներ, բորբոքային պրոցեսներ և բուժ. ֆիզկուլտուրան:
38. Ծայրամասային նյարդային համակարգի հիվանդություններ և վնասվածքներ, հիմնական կլինիկական նշանները, բուժ. ֆիզկուլտուրայի մեթոդիկան և առանձնահատկությունները, այս դեպքում:
39. Մերսման պատմությունը, տեսակները, ձևերը՝ հիգիենիկ, բուժական, սպորտային, ինքնամերսում:
40. Մերսման հիգիենայի հիմունքները:
41. Մերսման ընդհանուր ցուցումները և հակացուցումները:
42. Կատարման տեխնիկան, հնարքները:
43. Մերսման ազդեցությունը օրգանիզմի վրա, ազդման ճանապարհը և մեխանիզմները:
44. Պարանոցի, գլխի և դեմքի մերսում տարբեր հիվանդությունների և վնասվածքների ժամանակ:
45. Ստորին վերջույթի մերսում, առանձնահատկությունները, կառուցվածքի յուրահատկությունները: Ստորին վերջույթի բնածին հաճախակի հանդիպող արատներ և տրավմաներ:
46. Գոտկային հատվածի մարմնի, կոնքի մերսում, կրծքավանդակի, որովայնի մերսման տեխնիկան և տեսակները:
47. Մերսում հիպերտոնիկ և հիպատոնիկ հիվանդությունների ժամանակ, կատարման տեխնիկան:
48. Մերսումը կոնտրակտուրաների, սալջարդերի և այլ տրավմատիկ վնասվածքների ժամանակ:
49. Մարտոդական համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների ժամանակ կիրարկող մերսումը:
50. Փոքր մանկական հասակի մերսման մեթոդիկան, տարբեր հասակի անատոմո-ֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունները և դրա հետ կապված մեթոդիկայի փոփոխությունները

## **Ա) 1-ին ընթացիկ քննություն (կիսամյակի 9-10 շաբաթվա ընթացքում)**

### **▪ Ընդգրկված հարցեր.**

- Առարկայի նպատակները և խնդիրները, ուսումնասիրման առարկան:
- Բուժական ֆիզկուլտուրայում կիրառվող մեթոդները, ուսումնասիրման առարկան:
- Բ.Ֆ.-ի զարգացման պատմությունը, մոտեցման ձևերը, փուլերը:
- Ֆիզիկական վարժություններ, նրանց ազդեցությունը օրգանիզմի վրա:
- Ֆիզ. վարժությունները որպես մարդու պայմանական ռեֆլեկտոր գործունեության դրսևորում:
- Բուժ. ֆիզ.-ի ազդման մեխանիզմները օրգանիզմի վրա՝ տոնուսավորող, շարժողական ապարատի ֆունկցիան վերականգնող, տրոֆիկ, կոմպենսատոր, այլ օրգան-համակարգերի ֆունկցիաները կարգավորող:
- Մարզումը որպես ժամանակավոր կապերի դրսևորման պրոցես:
- Հասկացողություն սպորտային բժշկության մասին:
- Բուժական ֆիզկուլտուրայի օգտագործման և կիրառման օրենքները:

- Ջուգակցումը ֆիզիոթերապևտիկ, դեղորայքային, վիրաբուժական մեթոդների հետ, նրանց հաջորդականությունը, ծանրաբեռնվածության ճիշտ որոշումը:
- Հասկացողություն հոգնածության, գերհոգնածության, գերլարման և գերմարզման վիճակների մասին, ակտիվ և պասիվ հանգիստ: Ֆիզ. վարժությունները որպես ֆիզ. դաստիարակության մեթոդ:
- Շարժումների հարթությունները և առանցքները, մարմնի ծանրության կենտրոնը, կայուն և ոչ կայուն վիճակներ և դիրքեր:
- Հոդերի շարժումները՝ ամպլիտուդա, առանցք, հիպս և հիպերմոբիլություն, արտրոզ, անկլիոզ հասկացողությունները:
- Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թաթերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման եղանակները:
- Անտրոպոմետրիա, դինամոմետրիա:
- Հակածուրության հիվանդության մասին, ռեժիմների մասին:
- Բուժ. ֆիզ.-ի կիրառումը տարբեր ռեժիմների և հիվանդության փուլերի ժամանակ:
- Բ. ֆի-ի ձևերը՝ հիգիենիկ (առավոտյան), բուժական մարմնամարզության (անհատական, փոքր խմբակային, խմբակային):
- Մոտեցումը՝ անհատական, ինքնուրույն և հսկողության տակ, խաղային կամ սպորտային ֆիզկուլտուրայի ձևեր:
- Քայլք, լող, սպորտային-կիրառական, ջրային սպորտի տեսակներ, խաղեր և այլն և նրանց բարեբար ազդեցությունը օրգանիզմի վրա, չափավորումը:
- Վարժությունների տեսակները կամ դասակարգումը՝ օգնություն պահանջող, նախապատրաստող, դինամիկ, ստատիկ, ընդհանուր զարգացնող, մարմնամարզական, ուժի գործադրությամբ:
- Ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությունը, որոշման պարամետրերի չափավորումը (տեմպ, կրկնողության քանակ, ռիթմ, ճշտություն, ուժի գործադրման աստիճան): Վերականգման փուլ ծանրաբեռնվածությունից հետո և ընթացիկ:
- Բուժ. ֆիզկուլտուրայի օգտագործման ցուցումները և հակացուցումները: Կոմպլեքսների կազմելու կանոնները՝ հիվանդի էլման վիճակը, տարիքը, սեռը, կոմբինացիաների ընտրությունը:
- Բուժ. ֆիզկուլտուրայի սիրտ-անոթային համակարգի հիվանդությունների ժամանակ:
- Ինֆարկտով հիվանդների ռեաբիլիտացիան: Մրտի հիպերտրոֆյա:

## **Բ) 2-րդ ընթացիկ քննություն (կիսամյակի 19-20 շաբաթվա ընթացքում)**

- **Ընդգրկված հարցեր.**
- .Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ, կրծքավանդակի վնասվածքների և կպումների դեպքերում:
- Օդաբուժություն բուժ. ֆիզկուլտուրա էնֆիզեմայի, օբստրուկտիվ բրոնխիտների ժամանակ:
- Կրծքավանդակի սպորտային տրավմաներ:
- Բ. ֆ-րա մարտողական համակարգի հիվանդությունների ժամանակ, որովայնի վնասվածքների, հետվիրահատական շրջանի ժամանակ:
- Ստամոքսի և տասներկուամատնյա աղիքի խոցային հիվանդության գաստրիտ, խոլեցիստիտ, սպաստիկ և ատոնիկ կոլիտներ, բուժական ֆիզկուլտուրայի առանձնահատկությունները և մոտեցման հիմնավորումը:
- Որովայնի կպումների պրոֆիլակտիկա:
- Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ:
- Շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան:
- Փափուկ հյուսվածքների վնասվածքներ:
- Ողնաշարի վնասվածքները, բուժման ձևերը, բուժ. ֆիզկուլտուրայի յուրահատկությունները:
- Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:
- Գլխուղեղի արյան շրջանառության խախտումներ՝ աթերոսկլերոզ, ինսուլտներ, բորբոքային պրոցեսներ և բուժ. ֆիզկուլտուրան:

- Ծայրամասային նյարդային համակարգի հիվանդություններ և վնասվածքներ, հիմնական կլինիկական նշանները, բուժ. ֆիզկուլտուրայի մեթոդիկական և առանձնահատկությունները, այս դեպքում:
- Մերսման պատմությունը, տեսակները, ձևերը՝ հիգիենիկ, բուժական, սպորտային, ինքնամերսում:
- Մերսման հիգիենայի հիմունքները:
- Մերսման ընդհանուր ցուցումները և հակացուցումները:
- Կատարման տեխնիկական, հնարքները:
- Մերսման ազդեցությունը օրգանիզմի վրա, ազդման ճանապարհը և մեխանիզմները:
- Պարանոցի, գլխի և դեմքի մերսում տարբեր հիվանդությունների և վնասվածքների ժամանակ:
- Ստորին վերջույթի մերսում, առանձնահատկությունները, կառուցվածքի յուրահատկությունները: Ստորին վերջույթի բնածին հաճախակի հանդիպող արատներ և տրավմաներ:
- Գոտկային հատվածի մարմնի, կոնքի մերսում, կրծքավանդակի, որովայնի մերսման տեխնիկական և տեսակները:
- Մերսում հիպերտոնիկ և հիպատոնիկ հիվանդությունների ժամանակ, կատարման տեխնիկական:
- Մերսումը կոնտրակտուրաների, սալջարդերի և այլ տրավմատիկ վնասվածքների ժամանակ:
- Մարսողական համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների ժամանակ կիրարկող մերսումը:
- Փոքր մանկական հասակի մերսման մեթոդիկական, տարբեր հասակի անատոմո-ֆիզիոլոգիական առանձնահատկությունները և դրա հետ կապված մեթոդիկայի փոփոխությունները

#### **13.4. Գնահատման չափանիշները<sup>15</sup>.**

•Տեսական գիտելիքները –բանավոր:

•Գործնական աշխատանքները – բանավոր:

2-րդ կիսամյակ – 3 կրեդիտ – 4 ստուգում (1-ին ստուգում առավելագույնը՝ 5 միավոր, 1-ին ստուգում առավելագույնը՝ 5 միավոր, 2-րդ ստուգում առավելագույնը՝ 5 միավոր, 3-րդ ստուգում առավելագույնը՝ 5 միավոր, 4-րդ ստուգում առավելագույնը՝ 5 միավոր)/բանավոր:

•Ինքնուրույն աշխատանքը – գրավոր/բանավոր:

1 ինքնուրույն աշխատանքի համար առավելագույնը՝ 20 միավոր:

<sup>15</sup> Լրացվում է ըստ ամբիոնի /դասախոսի որոշման

«ՎԱՆԱԶՈՐԻ Հ. ԹՈՒՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ»  
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ

**ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ՀԱՄԱՌՈՏ ՆԿԱՐԱԳՐԻՉ**

Մասնագիտություն՝ 011401.00.6 ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ  
/դասիչ, մասնագիտության լրիվ անվանումը/

Կրթական ծրագիր՝ 011401.09.6 - «Ֆիզիկական դաստիարակություն  
և սպորտային մարզումներ»  
/դասիչ, մասնագիտության լրիվ անվանումը/

Որակավորման աստիճան՝ Մանկավարժության բակալավր  
/բակալավր, մագիստրատուրա/

Վանաձոր 2024

Առկա ուսուցման համակարգ

<b>Դասընթացի թվանիշը, անվանումը</b>	<b>ԱՍ/բ-098 - Բուժական ֆիզկուլտուրա</b>			
<b>Դասընթացին հատկացվող կրեդիտը</b>	3 կրեդիտ			
<b>Ուսումնառության տարի / կիսամյակ</b>	3-րդ տարի, 2-րդ կիսամյակ			
<b>Ժամերի բաշխումը</b>	Լսարանային	28	Դասախոսություն	16
			Սեմինար	
			Լաբորատորաշխատանք	
			Գործնականաշխատանք	12
	Ինքնուրույն	62		
	Ընդամենը	90		
<b>Ստուգման ձևը</b>	Ստուգաթք			
<b>Դասընթացի նպատակը</b>	Դասընթացի նպատակն է՝ 1. Անհրաժեշտ հմտությունների ձևավորում, 2. Առողջ ապրելակերպի ձևավորում 3. Տարբեր ֆիզիկական վարժությունների կիրառում հիվանդությունների ժամանակ			
<b>Դասընթացի վերջնարդյունքները</b>	<p>Դասընթացը ձևավորում է կրթական ծրագրի հետևյալ վերջնարդյունք(ներ)ը.</p> <p><i>Գիտելիք</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ բուժական ֆիզկուլտուրայի հիմնական օրինաչափությունները,</li> <li>✓ մարդու օրանիզմի տարիքային զարգացման փուլերի առանձնահատկությունները,</li> <li>✓ օրգանիզմի ու օրգան համակարգերի վրա ֆիզիկական վարժությունների ազդեցությունը առանձնահատկությունները:</li> <li>✓ պրակտիկ գործունեությունը հմտորեն բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանության և մանկավարժության մեջ:</li> </ul> <p><i>Չմտություն</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ երեխաների տարիքային առանձնահատկությունների վերաբերյալ տեսական գիտելիքներին,</li> <li>✓ բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանական և մանկավարժական գիտությունների միջև կապի ձևավորման հարցերին,</li> <li>✓ ապագա ուսուցչական պրակտիկ-աշխատանքային գործունեությանը, որը կօժանդակի ճիշտ կազմակերպել ուսուցման գործընթացը:</li> </ul> <p><i>Կարողություն</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ տեսական գիտելիքները, ուսուցչական աշխատանքային գործունեություն ծավալելու շրջանում կիրառել գործնականում:</li> <li>✓ պրակտիկ գործունեությունը հմտորեն բուժական ֆիզկուլտուրայի, հոգեբանության և մանկավարժության մեջ:</li> </ul>			
<b>Դասընթացի բովանդակությունը</b>	Թեմա 1. Բուժական ֆիզկուլտուրա առարկան, նրա զուգադրումը այլ բուժական մեթոդների հետ Թեմա 2. Բուժական խմբերի կազմակերպում, պարապմունքների անցկացման մեթոդիկա			

Թեմա 3. Յոդեր, ոսկրամկանային համակարգի կոտրվածքներ ունեցող հիվանդների հետ տարվող պարապմունքների առանձնահատկությունները:

Թեմա 4. Աղետամոքսային համակարգի հիվանդություններ, Նյութափոխանակության խանգարումներ և ճարպակալում ունեցող հիվանդների պարապմունքներ:

Թեմա 5. Սիրտանոթային համակարգի հիվանդություններ ունեցողների հետ տարվող պարապմունքներ:

Թեմա 6. Մերսում, տարիքային առանձնահատկություններ, տեխնիկան, տեսակները: Վերականգնող մերսում:

Թեմա 7. Առավելագույն հանդիպող ողնաշարի, կոնքի, սրունքների, թափերի հիվանդությունները և բնածին արատները, նրանց բուժման եղանակները:

Թեմա 8. Բ.Ֆ.-ն շնչառական օրգանների հիվանդությունների ժամանակ:

Օդաբուժություն

Թեմա 9. Նյութափոխանակության հիվանդությունների հիմնական հիվանդություններ՝ շաքարախտ, պոդագրա, ճարպակալում, կիրառվող բուժ. ֆիզկուլտուրան:

Թեմա 10. Բուժ. ֆիզկուլտուրան նյարդային համակարգի հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:

**Գնահատման մեթոդները և չափանիշները**

**ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ՎԵՐՁՆԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻՆ ՋԱՍՆԵԼՈՒ ԸՆԹԱՑՔԻ ԳՆԱՋԱՏՈՒՄ՝**

- ուսումնական գործընթացին ուսանողի մասնակցության աստիճանի գնահատում դասերին հաճախումների հաշվառման միջոցով՝ առավելագույնը 20 միավոր,
  - գործնական (սեմինար) և լաբորատոր աշխատանքների ընթացքում նրա ակտիվության և հմտությունների հաշվառում և գնահատում ընթացիկ ստուգումների միջոցով՝ առավելագույնը գումարային 20 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:
- Ուսումնառության արդյունքների գնահատման 100-միավորանոց սանդղակ

Գնահատականը ըստ 5 բալանոց համակարգի	Գնահատականը ըստ 100 բալանոց համակարգի	Գնահատականը ըստ ECTS համակարգի
«Գերազանց»	96-100	A+



	(5)		
	«Գերազանց» (5)	91-95	A
	«Գերազանց» (5)	86-90	A <sup>-</sup>
	«Լավ» (4)	81-85	B <sup>+</sup>
	«Լավ» (4)	76-80	B
	«Լավ» (4)	71-75	B <sup>-</sup>
	«Բավարար» (3)	67-70	C <sup>+</sup>
	«Բավարար» (3)	62-66	C
	«Բավարար» (3)	58-61	C <sup>-</sup>
	«Անբավարար»	0-57	D
	«Ստուգված»	58-100	S
	«Չստուգված»	0-57	U
	<b>Գրականություն</b>	<p>Պարտադիր –</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Գործնական վիրաբուժական ձեռնարկ , Ա.Վ.Սիրոմյատնիկովա, Մ.Ս.Բրուկման:1981</li> <li>Բուժկան ֆիզիկական կուլտուրա և մերսում, Պ.Ի. Գոտովցևա, Ա.Դ.Սուրբոտին, Վ.Պ.Սելիվանով, 1987:1987</li> <li>100 հնարք ձեռնաբուժությունում, Ս.Վ.Կրուգլյակով,1997</li> <li>Ձեռնաբուժություն, մերսում, Ա.Բ.Սիտել:1993</li> </ol> <p>Լրացուցիչ –</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ռեֆլեքսոթերապիա թաթերի վրա, Ի.Մարքվարդ: 1998</li> <li>Ամեն ինչ մերսման մասին, 1000 խորհուրդ, Վ. Վասեչկին:1999</li> <li>Պարապմունքներ ֆիզիկական կուլտուրայով դպրոցականների հետ կցված հատուկ բժշկական խմբերի, Մ.Դ. Ռիպա, Վ.Կ. Վերեյխշենկո, Ս.Ս.Վոլկովա:1988</li> </ol>	