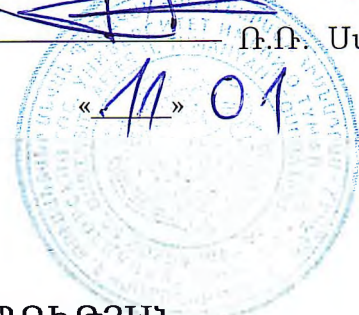


Հաստատում եմ՝

«Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան
պետական համալսարան» հիմնադրամի ռեկտոր,
տեխն.գ.դ., պրոֆեսոր — Ռ.Ռ. Սահակյան



2024թ.

ԿԱՐԾԻՔ

ԱՌԱՋԱՏԱՐ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒԹՅԱՆ

Արման Վաչագանի Ավետիսյանի «10-12 ՏԱՐԵԿԱՆ ՁՅՈՒԴՈՒՍՆԵՐԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑԻ ԿԱՏԱՐԵԼԱԳՈՐԾՈՒՄԸ ՔՐՈՍՖԻԹԻ ՏԱՐԵՐԻ ԿԻՐԱՌՄԱՄԲ» խորագրով ԺԳ.00.02- «Դասավանդման և ուսուցման մեթոդիկա (Ֆիզիկական կուլտուրա և սպորտ)» մասնագիտությամբ մանկավարժական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճանի հայցման ատենախոսության մասին

Արման Վաչագանի Ավետիսյանի «10-12 տարեկան ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի կատարելագործումը քրոսֆիթի տարրերի կիրառմամբ» թեմայով ատենախոսությունը և սեղմագիրը քննարկվել են Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարանի «Մանկավարժության և հոգեբանության» և «Արվեստի և սպորտի» ամբիոնների համատեղ նիստում (Արձ. թիվ 13 կայացած՝ 10.01.2024թ.):

Մասնակցում էին «Մանկավարժության և հոգեբանության» ամբիոնի մ.գ.դ., պրոֆեսոր Պ. Գևորգյանը, մ.գ.թ., դոցենտներ Լ. Բաղդասարյանը, Ս. Բեժանյանը, Ա. Հարությունյանը, ասիստենտներ՝ մ.գ.թ. Ն. Ներկարարյանը, Լ. Մարուքյանը, հ.գ.թ. դոցենտներ՝ Հ. Ավագիմյանը, Ն. Կոստանդյանը, Վ. Միրզոյանը, Մ. Մազմանյանը, Մ. Շահվերդյանը, դասախոսներ՝ Ն. Հովսեփյանը, Տ. Մալումյանը, Ա. Խաչատրյանը:

«Արվեստի և սպորտի» ամբիոնի մ.գ.դ., պրոֆեսոր Վ. Ղարազյոզյանը, պրոֆեսոր Ս. Հարությունյանը, մ.գ.թ., դոցենտ Ա. Բարսեղյանը, տեխն.գ.թ., դոցենտ Ս.

Վիրաբյանը, դոցենտներ Հ. Սարգսյանը, Զ. Էվոյանը, Հ. Չատինյանը, մ.գ.թ., ասիստենտ Վ. Նազարյանը, ասիստենտ Ս. Բարսեղյանը, դասախոս Մ. Մկրտչյանը:

Ձյուղո մարզաձևը որպես ճապոնական մարտրավեստ և օլիմպիական մարզաձև իր ուրույն նշանակությունն ու կարևորությունն ունի ինչպես համաշխարհային մարզական աշխարհում, այնպես էլ Հայաստանում տարածված սպորտաձևերի շարքում: Այս մարզաձևի արդյունքների բարելավման նպատակով զգացվում է մարզիկների ֆիզիկական պատրաստության համար արդյունավետ մեթոդների, միջոցների կատարելագործման և արդիականացման անհրաժեշտություն: Ձյուղոիստների վարպետությունը կախված է ոչ միայն տեխնիկատակտիկական, հոգեբանական պատրաստությունից, այլ նաև շարժողական ընդունակությունների զարգացումից, որոնք են մկանային ուժ, դիմացկունություն, արագաուժային դիմացկունություն, ճարպկություն և այլն: Նշված շարժողական ընդունակությունների բարելավման յուրօրինակ մեթոդ է քրոսֆիթը, որը մեծ տարածում է ստացել հատկապես ԱՄՆ-ում և Եվրոպայում:

Ա. Ավետիսյանն իր ատենախոսության մեջ կարևորել է քրոսֆիթ մեթոդի կիրառումը 10-12 տարեկան ձյուղոիստների ֆիզիկական պատրաստության մակարդակի բարելավման նպատակով:

Հեղինակը գիտամեթոդական գրականության, ուսումնամարզական փաստաթղթերի վերլուծության, մարզումային և մրցակցական պայմաններում մանկավարժական դիտումների, սոցիոլոգիական հարցումների, թեստավորման, մաթեմատիկական վիճակագրության և մանկավարժական գիտափորձի միջոցով կատարել է գործնական առաջարկություններ 10-12 տարեկան ձյուղոիստների քրոսֆիթ մարզումների վերաբերյալ:

Ատենախոսության ընդհանուր ծավալը կազմում է 159 էջ: Այն ներառում է ներածություն, 4 գլուխ, եզրակացություններ, օգտագործված գրականության ցանկ և 7 հավելված: Ատենախոսության դիդակտիկ նյութը ներկայացված է 13 աղյուսակի, 20 տրամագրի և 3 նկարի ձևով:

Ատենախոսության առաջին գլխում ատենախոսը, վերլուծելով գիտամեթոդական գրականությունը, գալիս է այն եզրակացության, որ ձյուղոիստների բազմամյա պատրաստության գործընթացում կարևոր տեղ է զբաղեցնում ֆիզիկական պատրաստությունը, որը հիմնականում բաժանվում է երեք փուլերի: Դրանցից

յուրաքանչյուրն ունի իր հստակ նպատակն ու խնդիրը, կիրառվող մեթոդները և միջոցները: Նախնական պատրաստության փուլում կարևորվում է ֆիզիկական պատրաստության և տեխնիկայի հիմքը: Ուսումնամարզական փուլը միտված է ֆիզիկական պատրաստության և տեխնիկայի բարելավմանը, որին հաջորդող վարպետության փուլում մարզիկների պատրաստության բոլոր կողմերը կատարելագործվում են: Հետևելով այս երեք հիմնական փուլերի տրամաբանական հաջորդականությանը՝ հնարավոր է հասնել սպորտային բարձր արդյունքների: Փուլերից յուրաքանչյուրը կառուցված է ընդհանուր և հատուկ ֆիզիկական պատրաստության կողմերից: Միևնույն ժամանակ հարկ է ուշադրություն դարձնել մարզիկների տարիքային առանձնահատկություններին: Այս գլխում կարևորվում և հիմնավորվում է նաև քրոսֆիթի կիրառությունը, որը նպաստում է այնպիսի որակների զարգացմանը, ինչպիսիք են դիմացկունություն, ուժ, ճկունություն, արագաշարժություն և կոորդինացիա:

Ատենախոսության երկրորդ գլխում հեղինակն անդրադարձել է հետազոտության մեթոդաբանությանը, հանգամանորեն նկարագրել է հետազոտության փուլերը, քանակակազմը, անցկացման պայմանները:

Երրորդ գլուխը նվիրված է 10-12 տարեկան ձյուդոիստների մարզիչների շրջանում կատարված հարցման արդյունքների վերլուծությանը: Մասնավորապես վերլուծության են ենթարկվել մարզիչների կողմից 10-12 տարեկան ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի ընդունված մոտեցումները՝ նրանց առաջատար շարժողական ընդունակությունների շրջանակը, վարժությունների մեթոդները, միջոցները և պայմանները, հատկացվող ժամաքանակը, ԸՖՊ ու ՀՖՊ հարաբերակցությունը: Ուսումնասիրվել է նաև մարզիչների կարծիքը քրոսֆիթի մասին ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացում, նրա կիրառման հնարավորությունները տարբեր տարիքային խմբերում: Հարցման արդյունքում հեղինակը փաստել է, որ 10-12 տարեկան ձյուդոիստների մարզումային փուլերում կարևոր տեղ են գրավում ընդհանուր ֆիզիկական պատրաստությունը, որի բարելավման համար կիրառվող մեթոդները և միջոցները արդիականացման կարիք ունեն: Տարբեր տարիքի ձյուդոիստների ընդհանուր և հատուկ ֆիզիկական պատրաստության գործընթացում մի շարք մարզիչների կողմից կիրառվում է քրոսֆիթ մարզումների մեթոդը, որը դեռևս այնքան մեծ տարածում չունի:

Ատենախոսության չորրորդ գլուխը նվիրված է մարզիկների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի արդյունավետության բարձրացման միջոցների ուսումնասիրմանը: Հեղինակը հիմնավորել է ձյուդոիստների ուսումնամարզական ծրագրի արդիականացման անհրաժեշտությունը՝ մարզման ավանդական միջոցներից տարբերվող համալիրների ներդրմամբ: Բացահայտվել են նորարարական ծրագրի մշակման առաջնահերթ ուղղությունները կանխորոշող կարևորագույն հանգամանքները, որոնցից կարևորվում են հատկապես ֆիզիկական պատրաստության գործընթացում ծրագրված արդյունքներին հասնելու նախադրյալների և օբյեկտիվ հնարավորությունների իրացման արդյունավետ փոխգործության պահպանումը, ձյուդոյի զարգացման ժամանակակից միտումներին համապատասխան մարզիկների օրգանիզմի վրա ֆիզիկական պատրաստության տարբեր միջոցների համակողմանի դրական ազդեցության ապահովումը, 10-12 տարեկան ձյուդոիստների մարզման գործընթացում քրոսֆիթի տարրերի ընդգրկված օգտագործում, սպորտային գործունեության արագ զարգացող ձև քրոսֆիթի առանձնահատկությունների համակարգված ուսումնասիրում՝ որպես տվյալ տարիքի ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստության առաջնահերթ միջոց նախնական պատրաստության և ուսումնամարզական փուլերում:

Ստացված հետազոտական և փորձարարական նյութերի արդյունքները վկայում են առաջ քաշված վարկածի հավաստիությունը:

Ատենախոսության սեղմագիրը համապատասխանում է աշխատանքի բովանդակությանը, արտացոլում է նրա հիմնական դրույթները:

Հետազոտության արդյունքները ատենախոսը 2021-2023թթ ընթացքում պարբերաբար զեկուցել է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի ամենամյա գիտաժողովներում, ինչպես նաև Ռուսաստանում կայացած միջազգային գիտագործնական կոնֆերանսներում: Հետազոտության վերաբերյալ հեղինակը հրատարակել է 9 հոդված Հայաստանում, Ռուսաստանում, Ուկրաինայում, ԱՄՆ-ում և Շվեյցարիայում:

Վերլուծելով Արման Ավետիսյանի ատենախոսական աշխատանքը՝ հարկ էնք համարում նշել հետազոտության արժեքավոր կողմերը.

- հեղինակի կողմից կատարվել է հիմնահարցի տեսական հիմքերի համակողմանի վերլուծություն,

• ատենախոսությունն արժևորվում է բազում հետազոտական մեթոդների գրագետ կիրառմամբ (մանկավարժական թեստավորում, գիտափորձ, զրույց, սոցիոլոգիական հարցում մարզիկների և մարզիչների շրջանում, մարզումային և մրցակցային պայմաններում մանկավարժական դիտումներ, փորձագիտական գնահատականներ և այլն),

• մշակվել է 10-12 տարեկան ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակի բարձրացմանն ուղղված քրոսֆիթի տարրերով ուսումնամարզական ծրագիր և գիտափորձով պարզաբանվել է նրա արդյունավետությունը,

• բացահայտվել է 10-12 տարեկան ձյուդոիստների մրցակցային հաջողություններով պայմանավորված փորձարարական ծրագրի ներդրման ազդեցությունը:

Արժևորելով ատենախոսի կողմից կատարած գիտական աշխատանքը՝ հարկ ենք համարում ներկայացնել մի քանի նկատառում.

1. Աշխատանքը կշահեր և առավել հիմնավորված կլիներ, եթե գիտափորձի ընթացքում ներգրավված լինեին նաև բուժաշխատողներ:

2. Սրտի կծկումների հաճախականության տվյալները հարկ է չափել ոչ միայն քրոսֆիթ մարզումներից առաջ, մարզման ընթացքում և մարզումներից անմիջապես հետո, այլ նաև նախապատրաստական մասից առաջ, երբ զարկերակը հանգիստ վիճակում է, եզրափակիչ մասից հետո՝ հաշվի առնելով, թե որքան ժամանակ անց սիրտը կանցնի բնականոն աշխատանքին:

3. Աշխատանքի խնդիրներից 2-րդ կետը հստակեցման կարիք ունի:

4. Սոցիալական հարցմանը մասնակցել են ընդամենը 7 մարզիկ, իսկ գիտափորձին մասնակցել են 20 մարզիկ: Մեր կարծիքով սոցիալական հարցման մասնակիցների թիվը պետք է մի քանի անգամ գերազանցեր գիտափորձին մասնակցած մարզիկների թվից:

5. Եզրակացությունները պետք է համապատասխանեն խնդիրներին և դրանց թիվը չպետք է շատ լինի: Եզրակացության 9 կետերից 1-ինը և 3-րդը կարելի էր չներկայացնել:

6. Առաջին գլխի 1.1 ենթագլխում (էջ 12) նշված օգտագործված գրականության աղբյուրի համարը չի համապատասխանում օգտագործված գրականության ցանկում նշված համարին (Վ.Պ. Ֆիլին, Ն.Ա. Ֆոմին [17]-ի փոխարեն նշված է [15]):

7. 74, 75, 77, 78, 122 էջերում կան տեխնիկական բնույթի թերություններ:

Եզրակացություն

Գնահատելով թեմայի արդիականությունը, գիտական նորույթը, տեսական և գործնական նշանակությունը, ստացված արդյունքների հավաստիությունը, եզրակացությունների հիմնավորվածությունը, կարելի է հավաստել, որ Արման Վաչագանի Ավետիսյանի «10-12 տարեկան ձյուդոիստների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացի կատարելագործումը քրոսֆիթի տարրերի կիրառմամբ» թեմայով ատենախոսությունն ինքնուրույն, ավարտուն գիտական ուսումնասիրություն է, ունի կարևոր տեսական և գիտական նշանակություն, համապատասխանում է ՀՀ ԲՈԿ-ի գիտական աստիճանաշնորհման կանոնակարգի 7-րդ կետի պահանջներին և ԺԳ.00.02 - «Դասավանդման և ուսուցման մեթոդիկա (ֆիզիկական կուլտուրա և սպորտ)» մասնագիտական թվանիշին:

Հետևաբար, ատենախոսին կարելի է շնորհել հայցվող մանկավարժական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճան:



Մանկավարժության և հոգեբանության

ամբիոնի վարիչ՝

մ.գ.թ., դոցենտ Լ.Գ. Բադալյան

Արվեստի և սպորտի

ամբիոնի վարիչ՝

մ.գ.թ., դոցենտ Ա.Ա. Բարսեղյան

Լ. Բադալյանի և Ա. Բարսեղյանի ստորագրությունները հաստատում եմ
ՎՊՀ-ի գիտքարտուղար,

մ.գ.թ. դոցենտ



Ս.Ս. Բեժանյան