2. Concept of Pedagogical Education, Kh. Abovyan Armenian State Pedagogical University, Research Center, Yerevan, 2014, 84 pages.
3. Manukyan A. M., Muradyan H. S., Media Education, Educational-methodical manual for students, postgraduates, media teachers, media psychologists and media users of pedagogical universities, Yerevan, "Zangak" publishing house, 2017, 272 pages.
4. Soghoyan S., "The Use of New Information Technologies in the Process of Teacher Training", Pedagogical Thought, 1-2, 2011, "Zangak" publishing house, 272 pages.
5 - Nune Tigranyan, Armenuhi Piloyan, The Application of Media Education Elements in the Physics Teaching Process, "Mkhitar Gosh" scientific-methodological articles, 2019 / N1, 214 pages.

Материал был представлен и отправлен на рецензию: 16.03.2021
Принято к публикации: 03.05.2021
Рецензент: канд. пед. наук, доцент Арменуи Ашикян

The material was submitted and sent to review:16.03.2021
Was accepted for publication: 03.05.2021
Reviewer: Assoc. Prof., PhD. Armenuhi Ashikyan

371.7

ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ՍՈՒԲՅԵԿՏԻՎ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆԸ՝ ԸՍՏ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅԱՆ

Ղազարյան Ֆրունզ
Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և
սպորտի պետական ինստիտուտ, Հայաստան
Խաչատրյան Սաթենիկ
Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և
սպորտի պետական ինստիտուտ, Հայաստան

Համառոտ ներածական: Մեր երկրում, կրթական համակարգը նախատեսում է ոչ միայն սովորող երիտասարդության ուսուցումն ու դաստիարակությունը, այլև նրանց առողջության ամրապնդումն ու պահպանումը: Այս խնդիրն արտացոլված է արդի կրթության մեջ, որտեղ առաջնահերթ ուղղությունն աշակերտների առողջ ապրելակերպի ձևավորումն է:

Հիմնախնդիրը: Ներկայումս, սոցիալ-տնտեսական խնդիրներից ելնելով, սովորողների առողջական վիճակը մտահոգությունների տեղիք է տալիս, քանի որ աշակերտները բավարար չեն արժևորում սեփական առողջությունը և միշտ չէ, որ տիրապետում են առողջության ամրապնդմանն ու պահպանմանն ուղղված համապատասխան գիտելիքների, հմտությունների և սովորույթների: Մյուս կողմից, մշտապես աճում է ուսումնական բեռնվածությունը, իսկ աշակերտներն իրենց ազատ ժամանակի զգալի մասը հատկացնում են համակարգչային խաղերին: Այս և այլ գործոնները լուրջ վտանգ են ներկայացնում առողջության համար:

Առողջ ապրելակերպը գիտական հիմնավորում է ստացել 20-րդ դարի վերջին, երբ հստակ սկսեց դրսևորվել առողջության և ապրելակերպի միջև եղած փոխադարձ կապը [8]:

Ընդհանուր առմամբ «առողջ ապրելակերպը» բնութագրում է մարդու ճիշտ վարքագիծն առօրյա կյանքում՝ ուղղված սեփական առողջության պահպանմանը, ինչը պայման ու նախադրյալ է լիարժեք կյանքի համար [9, էջ 40-46], [3], [4], [6, էջ 231-234]:

Դա առավել քան կարևոր է, քանի որ ճիշտ կազմակերպված առողջ ապրելակերպը նպաստում է շրջակա միջավայրի անբարենպաստ պայմաններից ու գործոններից (աղ-մուկ, ջերմաստիճանային և մթնոլորտային ճնշման տատանումներ, աղտոտված օդ և այլն) պաշտպանվածությանը և վնասակար սովորությունների դեմ պայքարին [11], [12], [13, էջ 16-20], [14, էջ 311-320], [1], [5, էջ 88-93]:

Վերջին 10-20 տարիների ընթացքում ԱՊՀ տարբեր երկրներում նկատվում են աշակերտների առողջական վիճակի շեղումներ [10, էջ 38-43], [15, էջ 5-28]: Իրավիճակը բարդանում է նրանով, որ աշակերտները միշտ չէ, որ գիտակցում և կարևորում են առողջության դերը՝ որպես կենսական անհրաժեշտ պայման և հաճախ անտեսում են առողջության նկատմամբ հոգածության տարրական նորմերը, ինչն էլ իր հերթին հանգեցնում է տարբեր հիվանդությունների աճի, ֆունկցիոնալ շեղումների և խանգարումների: Այդ նկատառումներից ելնելով՝ կարևորություն է տրվում սովորողների շրջանում առողջության կուլտուրայի դաստիարակության և առողջ ապրելակերպի կազմակերպման գործընթացի համապարփակ գիտական ուսումնասիրությանը [7, էջ 377-381]:

Հատկանշական է, որ ազգագրական նյութերի համաձայն՝ հայ բժիշկներն ու մանկավարժներն առանձնահատուկ ուշադրություն են հատկացրել աճող սերնդի առողջության պահպանմանը և առողջ ապրելակերպին [2, էջ 106-112]: Հասկանալի է, որ աշակերտների առողջական վիճակի վատթարացումը ոչ միայն բժշկական, այլև մանկավարժական խնդիր է, հետևաբար բժիշկներին անհրաժեշտ է մանկավարժների օգնությունը:

Խոսելով առողջ ապրելակերպի կազմակերպման վերաբերյալ գիտելիքների և հմտությունների ձևավորման կարևորության մասին՝ հարկ է նշել, որ այն պայմանավորված է աշակերտների ուսումնաճանաչողական գործունեության բնույթով և, իհարկե, ֆիզիկական կուլտուրայի դասերի բովանդակության մեջ համապատասխան նյութի զբաղեցրած տեղով: Դա է պատճառը, որ ֆիզկուլտուրային կրթության գործընթացում աշակերտների առողջ ապրելակերպի ձևավորումը, բացի դպրոցում իրականացվող առողջարարական միջոցառումներից, պահանջում է համապատասխան մանկավարժական մոտեցումների և մեթոդիկայի մշակում, ինչը կնպաստի շարժառիթների (մոտիվացիայի) և այդ գործընթացում հմտությունների և սովորույթների զարգացմանը:

Բանալի բառեր: Առողջություն, առողջ ապրելակերպ, աշակերտներ, ֆիզիկական կուլտուրայի դաս, տարիք, ֆիզկուլտուրային կրթություն, սոցիոլոգիական հարցում:

Հետազոտության նպատակն ու մեթոդները: Սույն աշխատանքի նպատակն է բացահայտել առողջ ապրելակերպի ձևավորման առանձնահատկությունները, ինչպես նաև այն ստույգ գործողությունները, որոնք նախընտրում են դեռահաս և պատանեկան տարիքի դպրոցականներն իրենց առողջության պահպանման և ամրապնդման համար:

Աշխատանքի հիմնական մեթոդներ են էմպիրիկ հետազոտությունները, տեսական հետազոտության ընդհանուր գիտական մեթոդները և սոցիոլոգիական հարցումը: Սոցիոլոգիական մոտեցման ընտրությունը ենթադրում է ուսումնասիրության օբյեկտի սոցիալ-ժողովրդագրական բնութագրերի որոշում, առողջ ապրելակերպի ձևավորում, իրենց առջև դրված խնդիրների հստակեցում, ինչպես նաև այն պատճառների բացահայտում, որոնք խանգարում են հոգ տանել սեփական առողջության մասին: Որպես առողջության նկատմամբ աշակերտների վերաբերմունքը բնութագրող ցուցանիշ՝ նշվել են առողջության գնահատումը կամ ինքնագնահատականը, առողջության ոլորտի վերաբերյալ գիտելիքները, առողջության մասին արժեքային սահմանումները, ֆիզիկա-

կան ակտիվությունը, սեփական առողջության պահպանմանն ուղղված գործունեության այլ տեսակները:

Հարցմանը մասնակցել են 10-18 տարեկան երկսեռ աշակերտներ, որոնք սովորում էին 5-12-րդ դասարաններում, ընդհանուր թվով՝ 6653 մարդ: Տվյալ սոցիալ-ժողովրդագրական խումբն ավելի զանգվածային է և առանձնահատուկ տեղ է զբաղեցնում ժամանակակից հասարակության մեջ: Ուսումնառության ընթացքում այս խումբն անցնում է հասարակական, անձի ձևավորման և հասուն կյանքին նախապատրաստվելու կարևորագույն փուլերը: Հետազոտությունն անցկացվել է Հայաստանի Հանրապետության մայրաքաղաքում և բոլոր մարզերում:

Հետազոտության գիտական նորույթը: Բացահայտվել է միջին և բարձր տարիքի աշակերտների սոցիալական վարքի և արժեքային մոտիվացիոն վերաբերմունքի առանձնահատկությունը՝ կապված սեփական առողջության և առողջ ապրելակերպի ձևավորման հետ: Ստացված սոցիոլոգիական տեղեկատվությունը թույլ է տալիս նախանշել առողջության պահպանման և առողջ ապրելակերպի ապահովման ուղղությունները դպրոցում՝ ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում:

Հիմնական նյութի շարադրումը: Հետազոտության արդյունքում հաջողվել է ցույց տալ, թե ինչպես են ձևավորվում, դրսևորվում և իրացվում 5-12-րդ դասարանների աշակերտների արժեքային կողմնորոշումները և առողջ ապրելակերպի նկատմամբ նրանց ունեցած վերաբերմունքը:

Տվյալների վերլուծությունը թույլ է տալիս նշել, որ «առողջ ապրելակերպ» հասկացությունը դեռահասների շրջանում ասոցացվում է «առողջություն» հասկացության հետ, ընդ որում՝ նրանցից 15 %-ի կարծիքով առողջ ապրելակերպը այն է երբ չունես ցավող տեղ կամ հիվանդություն, այդ պատճառով էլ նրանք անհրաժեշտ միջոցներ չեն ձեռնարկում առողջության պահպանման ու ամրապնդման համար: Բնական է, որ սովորողների այս կատեգորիան սխալ է ըմբռնում «առողջ ապրելակերպ» հասկացությունը: Առողջության և վարքագծի միջև կապն ակնհայտ է, չնայած այդքան էլ պարզ չէ:

Դեռահաս դպրոցականների մեծ մասը հակված է պահպանել առողջ ապրելակերպի հիմնական սկզբունքները, բայց դա ոչ միշտ է իրականացվում հետևողականորեն և շարունակական բնույթ չի կրում: Դա վկայում է այն մասին, որ ինքնակատարելագործման մտածելակերպն առկա է ոչ բոլոր սովորողների շրջանում:

Միևնույն ժամանակ պետք է նշել, որ ըստ սոցիոլոգիական տեղեկատվության, յուրաքանչյուր երկրորդ սովորող ակտիվ կենսակերպ է վարում: Ուրախալի է, որ սովորողների 96.3 %-ը չի ծխում, 84.5 %-ը չի օգտագործում ոգելից խմիչքներ, 66.5 %-ը պահպանում է օրվա ռեժիմը, 60.8 %-ն արդարացիորեն կարծում է, որ առողջ ապրելակերպի ճիշտ կազմակերպման համար անհրաժեշտ են հատուկ գիտելիքներ և այլն (աղ. 1):

Աղյուսակ 1

5-12-րդ դասարանների աշակերտների սոցիալական վարքի սուբյեկտիվ ցուցանիշները՝ արտահայտված %-ով

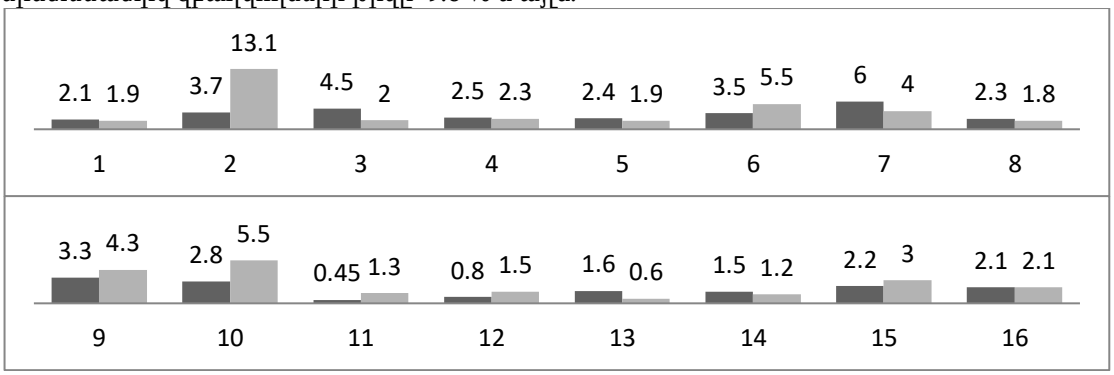
Պահպանում են օրվա ռեժիմը:	**66.5**	Չեն պահպանում օրվա ռեժիմը:	**33.5**
Չեն ծխում:	**96.3**	Ունեն քրոնիկ հիվանդություններ:	**1.3**
Ալկոհոլ չեն օգտագործում:	**84.5**	Չեն սիրում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը:	**1.7**
Զբաղվում են սպորտով:	**17.2**	Հետաքրքիր չեն ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը:	**1.2**

Կատարում են ֆիզիկական ամենօրյա վարժություններ:	**4.0**	Բացակայում են ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից:	**16.8**
Կատարում են առավոտյան մարմնամարզություն:	**2.1**	Չեն կատարում տնային առաջադրանքները ֆիզիկական կուլտուրայից:	**98.9**
Շարժողական ակտիվությունը բարձր է:	**58.4**	Դյուրագրգիռ են:	**38.2**

Առավել մտահոգիչ է այն փաստը, որ աշակերտների որոշակի հատվածն անպատասխանատու վերաբերմունք է դրսևորում սեփական առողջության և առողջ ապրելակերպի պահանջների ու կանոնների պահպանման նկատմամբ, միայն 2.1 %-ն է կատարում առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն, 4.0 %-ը՝ ամենօրյա ֆիզիկական վարժություններ, 16.8 %-ը բացակայում է ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից, սովորողների 85-90 %-ն իրենց ապրելակերպը որակում է նստակյաց՝ ցածր կամ միջին շարժողական բեռնվածությամբ:

Մի փոքր գերազնահատված է աշակերտների ինքնագնահատականը՝ կապված առողջական վիճակի, շարժողական պատրաստվածության, ամենօրյա շարժողական ակտիվության հետ, և որպես դրա հետևանք՝ ոչ համարժեք վերաբերմունք է ձևավորվում սեփական օրգանիզմի նկատմամբ: Դեկլերատիվ է հնչում, որ սովորողների 51.4 %-ն ունի գերազանց առողջություն, շարժողական պատրաստվածության բարձր մակարդակ (47.5 %,) ամենօրյա շարժողական բարձր ակտիվություն (58.4 %):

1-ին նկարում պատկերված արդյունքներից երևում է, որ դպրոցականների տարիքային աճի և դասարանից դասարան փոխադրման հետ մեկտեղ որոշակի փոփոխությունների է ենթարկվում նրանց սոցիալական վարքագիծը: Ընդ որում՝ ցավալի է, բայց ակնառու՝ մեծանում է մասնակիցների քանակը, որոնք չեն պահպանում օրվա ռեժիմը (37.4 %), վերաբերմունքը վնասակար սովորությունների՝ ծխելու և ալկոհոլային խմիչքներ օգտագործելու նկատմամբ (համապատասխանաբար 6.4% և 21.4 %), «ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դասը բաց թողածների քանակը՝ 10.7 %, նվազում է սպորտով սիստեմատիկ զբաղվողների թիվը՝ 9.6 % և այլն:



Նկար 1. 5-12-րդ դասարանների աշակերտների սոցիոլոգիական հարցման համեմատական տվյալները

5- 7-րդ դասարաններ 8-12-րդ դասարաններ

1. Պահպանում են օրվա ռեժիմը:
2. Չեն պահպանում ռեժիմը:
3. Զբաղվում են սպորտով:

4. Չեն ծխում:
5. Ալկոհոլ չեն օգտագործում:
6. Հոգնում են օրվա ընթացքում:
7. Բաց չեն թողնում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը:
8. Կատարում են ամենօրյա ֆիզիկական վարժություններ:
9. Նյարդային լարվածություն են զգում:
10. Բացակայում են ֆիզիկական կուլտուրայի դասերից:
11. Չեն սիրում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը:
12. Հետաքրքրիր չեն ֆիզիկական կուլտուրայի դասերը:
13. Կատարում են տնային առաջադրանքներ ֆիզիկական կուլտուրայից:
14. Ունեն քրոնիկ հիվանդություններ:
15. Լիովին առողջ են:
16. Կատարում են առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն:

Առողջության և առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ հետազոտության արդյունքներից առանձնացվում են նրա երկու մակարդակները:

Առաջին անհրաժեշտ մակարդակը բնութագրվում է բավարար գիտելիքների և կարողությունների առկայությամբ, առողջ ապրելակերպի հիմնական կանոնների, պահանջների ու դրույթների պահպանմամբ (քուն, սնունդ, հիգիենա, կոփում, շարժողական ակտիվություն և այլն): Այս մակարդակին է դասվում սովորողների 66.5 %-ը:

Երկրորդ մակարդակ. առկա են առողջ ապրելակերպի ոչ լիովին համակարգված գիտելիքներ ու հմտություններ, որոնք ոչ միշտ են իրացվում հետևողականորեն և գիտակցված: Այս մակարդակին է դասվում 5-12-րդ դասարանների աշակերտների 33.5 %-ը:

Այսպիսով՝ սովորող երիտասարդության վերաբերմունքն առողջության և առողջ ապրելակերպի կազմակերպման նկատմամբ հասարակական երևույթ է, իսկ նրա ոչ բավարար ուսումնասիրվածությունը վկայում է հետագա հետազոտությունների անցկացման անհրաժեշտության մասին, որի նպատակը սեփական առողջության նկատմամբ դրական վերաբերմունքի ձևավորման համար անհրաժեշտ գործոնների բացահայտումն է:

Ներկայումս Հայաստանի կրթական համակարգում ընթանում են ուսումնական գործունեության արդիականացման գործընթաց, ուսուցման արդյունավետ ձևերի որոնումներ, աճում է աշակերտի «առողջության» գործոնը: Սակայն մեզ մոտ դեռևս բավարար արտահայտված չեն առողջության և առողջ ապրելակերպի դրդապատճառները (մոտիվացումը):

Այստեղից առաջ է քաշվում աշակերտների առողջության ամրապնդման, առողջ ապրելակերպի կանոնների և ֆունկցիոնալ կարողությունների մակարդակի պահպանման հնարավորության հիմնախնդիրը:

Եզրակացություն: Հետազոտության արդյունքները բնութագրում են տարբեր տարիքի դպրոցականների սոցիալական վարքագիծն առողջ ապրելակերպի ձևավորման վերաբերյալ: Դրանք ունեն ամբողջական բնույթ և ներառում են մանկավարժական, բժշկակենսաբանական առարկաների, հոգեբանության, էթիկայի գիտելիքներ: Հաստատվել են դպրոցականների անբավարար իրազեկվածությունը, դեկլարատիվությունը և գիտելիքների մասնատվածությունը նրանց առողջական վիճակի և «առողջ ապրելակերպ» հասկացության գնահատման հարցում: Ուստի անհրաժեշտություն է ուսումնա-դաստիարակչական գործընթացում ընդլայնելու և խորացնելու կրթական բովանդակությունը և, առաջին հերթին, ֆիզիկական դաստիարակության բովանդակու-

թյանը՝ հիմնական շեշտը դնելով առողջության ամրապնդման, պահպանման և առողջ ապրելակերպի ձևավորման վրա, իսկ այս դասընթացի ուսումնասիրությունը նպատակահարմար է սկսել հանրակրթական դպրոցի 5-րդ դասարանից:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. Ալեքսանյան Լ. և ուրիշներ, Առողջ ապրելակերպ: Ուսուցչի ձեռնարկ (8-9-րդ դասարանների համար), երկրորդ լրամշակված հրատարակություն, Երևան, «Ասողիկ», 2018, 160 էջ:
2. Արծրունի Վ., Դպրոցական առողջապահություն, Թիֆլիս, 1895, էջ 106-112:
3. Հակոբյան Ե. և ուրիշներ, Առողջ ապրելու գաղտնիքները. ցուցումներ դպրոցականներին, Երևան, «Անտարես», 2005, էջ 40:
4. Հարությունյան Ա. Ա. և ուրիշներ, Առողջ ապրելակերպ առարկայի դասավանդման հիմունքները հանրակրթական դպրոցում, Երևան, 2015, «Ասողիկ» հրատարակչություն, I մաս, 123 էջ, II մաս, 155 էջ:
5. Խաչատրյան Ս. Գ., Կյանքի արժեքների գնահատումը ավագ դպրոցականների շրջանում, Շիրակի Մ. Նալբանդյանի անվան պետական համալսարանի գիտական տեղեկագիր, 2018, պրակ Բ, էջ 88-93:
6. Մկրտչյան Վ., Առողջապահությունը տարրական դպրոցում, «Մանկավարժական միտք», թիվ 3, Երևան, 2018, էջ 231-234:
7. Акопян Е. С., Симонян Т. Ш., Об отношении школьников к своему здоровью.-Материалы 36-ой республиканское НМК, Ереван, 2009, с. 377-381.
8. Исаева Т. И., Формирование здорового образа жизни подростков народными оздоровительными средствами: Автореф. Дисс…, к.п.н., Махачкала, 2014,17 с.
9. Комков А. Г., Лубышева Л. И., Социологические основы здорового образа жизни и физической активности детей школьного возраста // Физкультура: ВОТ. 2003, N1, с. 40-46.
10. Левитес Д. Г., Школьное обучение как инструмент педагогического насилия: опыт возврашения к проблеме//Педагогика, 2018, N 3, с. 38-43.
11. Пашин А. А., Формирование ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании учащейся молодёжи: Автореф. дисс..., д-ра п.н., М., 2011, 54 с.
12. Смирнов Н. К., Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе, М. Арктик, 2002, 209 с.
13. Хорошева Т. А., Физическая культура как фактор формирования и укрепления здоровья современных школьников // Физичекая культура в школе, 2017, N3, с. 16-20.
14. Kelli R. B. n. a., Predaction of motivation and behavior change following health promotion: role of health deliefs, social support and self-efficacy // Soc. Sci. Med. 1991, Vol 32, N 3, pp. 311-320.
15. Noak H., Concepts of health and health promotion// measurements and Health promotion and Protectiou.-Copeuhagen: 1987, pp. 5-28.

СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ В АСПЕКТЕ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА

Казарян Фрунз
Армянский государственный институт физической культуры и спорта, Армения
Хачатрян Сатеник
Армянский государственный институт физической культуры и спорта, Армения

Аннотация

В начале третьего тысячелетия человеческое общество столкнулось с рядом глобальных проблем, обусловленных изменением ритма и образа жизни современного человека, информационными перегрузками, нарастанием экологической загрязнённости, изменением характера питания и т.д. Особенно тревожит ухудшение здоровья учащейся молодёжи, многие приобретают заболевания в процессе школьного обучения. Это происходит потому, что во многих школах не соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, учащиеся нередко испытывают учебные перегрузки, снижается уровень физической подготовленности, объем ежедневной двигательной активности. Поэтому одна из основных задач школьного образования – сформировать положительное отношение обучающихся к

своему здоровью и организации здорового образа жизни. Целью данного исследования является изучение особенностей формирования здорового образа жизни и реальных действий, которые предпочитают школьники подросткового и юношеского возраста для поддержания и укрепления здоровья. Основным методом был избран социологический опрос. Определялось отношение учащихся к самооценке своего здоровья, знания в этой сфере, целостные установки в отношении здоровья, физической активности, соблюдения режима дня. Обследованы 6653 школьника обоих полов, обучающихся в 5-12-х классах и проживающих в разных марзах Армении. В результате исследования удалось показать состояние школьников разного возраста, как формируются, проявляются и реализуются у них ценностные ориентации и отношение к здоровому образу жизни. Полученные результаты представлены в виде иллюстрационного материала и проанализированы соответствующим образом. Наряду с рядом объективных и честных ответов респондентов, выявлены факты декларативности, завышения самооценки в отношении состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности, ежедневной двигательной активности и как следствие этого – неадекватное отношение к собственному организму. Поэтому диктуется необходимость расширения и углубления содержания учебно-воспитательного процесса, и в первую очередь физического воспитания в сторону укрепления и сохранения здоровья и формирования здорового образа жизни, а изучение этого курса целесообразно начинать уже с 5-го класса общеобразовательной школы.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, школьники, урок физкультуры, возраст, физическая культура, социологический опрос.

Список использованной литературы

1. Акопян Е. С., Симонян Т. Ш., Об отношении школьников к своему здоровью.-Материалы 36-ой республиканское НМК.-Ереван: 2009, с. 377-381
2. Акопян Е. С. и др., Секреты здорового образа жизни. Инструкции для школьников - Ереван - Антарес 2005 – стр. 40
3. Арутюнян А.А.. и др., Основы преподавания предмета здорового образа жизни в государственной школе - Ереван, 2015 - Издательство «Асогик» - Часть I, 123 стр. и Часть II 155 стр.
4. Исаева Т. И., Формирование здорового образа жизни подростков народными оздоровительными средствами: Автореф. Дисс…, к.п.н., Махачкала, 2014,17 с.
5. Хачатрян С. Г., Оценка жизненных ценностей старшеклассников Ширак М. Научный вестник Налбандянского государственного университета, Прак Б 2018, с. 88-93
6. Мкртчян В., Здравоохранение в начальной школе, «Педагогическая мысль», № 3, Ереван, 2018. стр. 231-234
7. Комков А. Г., Лубышева Л. И., Социологические основы здорового образа жизни и физической активности детей школьного возраста // Физкультура: ВОТ. - 2003 - N1 - с. 40-46
8. Левитес Д. Г. Школьное обучение как инструмент педагогического насилия: опыт возврашения к проблеме//Педагогика.- 2018.-N 3.-с. 38-43
9. Пашин А. А., Формирование ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании учащейся молодёжи: Автореф. дисс..., д-ра п.н., М., 2011, 54с.
10. Смирнов Н. К., Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе - М. Арктик. - 2002-209с.
11. Хорошева Т. А., Физическая культура как фактор формирования и укрепления здоровья современных школьников // Физичекая культура в школе. - 2017.-N3.-с. 16-20
12. Алексанян Л. и др. Здоровый образ жизни: Методическое пособие для учителя (для 8-9 классов), второе издание; Ереван. – Астхик, 2018. – 160 стр
13. Арцруни В. Школа здоровья - Тбилиси (Грузия). 1895-стр. 106-112
14. Келли Р. Б. н. а. Предсказание мотивации и изменения поведения после укрепления здоровья: роль вреда для здоровья, социальная поддержка и самоэффективность // мед. соц. наука - 1991. - vol 32, N3. - стр. 311-320
15. Ноак Х., Концепции здоровья и укрепления здоровья // Измерение, укрепление здоровья, защита. Копеухаген: 1987.-стр. 5-28

SUBJECTIVE ASSESSMENT OF STUDENTS' HEAITH AND HEALTHY LIFESTYLE: SOCIAL ANALISIS

Ghazaryan Frunz
Armenian Stat Institute of Physical Culture and Sport, Armenia
Khachatryan Satenik
Armenian Stat Institute of Physical Culture and Sport, Armenia

Summary

At the beginning of the third millennium, human society faced a number of global problems caused by a change in the rhythm and lifestyle of a modern person, information overloads, an increase in environmental pollution, a change in the nature of nutrition, etc. Especially disturbing is the deteriorating health of student youth, many acquire diseases in the process of schooling.

This is due to the fact that in many schools sanitary and hygienic standards are not observed, students often experience educational overload, the level of physical fitness and the volume of daily physical activity decrease. Therefore, one of the main tasks of school education is to form a positive attitude of students towards their health and the organization of a healthy lifestyle. The purpose if this study is to study the features of the formation of a healthy lifestyle and real actions that are preferred by schoolchildren of adolescence and teenager age to maintain and strengthen health.

The sociological survey was chosen as the main method. The attitude of students to self-assessment of their health, knowledge in this area, holistic area, holistic attitudes towards health, physical activity, adherence to the daily regime were determined. 6653 schoolchildren of both sexes studying in grades 5-12 and living in all regions of Armenia were examined. As a result of this study, it was possible to show what the state is, how value orientations and attitudes towards a healthy lifestyle of schoolchildren of different ages are formed, manifested and realized. The obtained results are presented in the illustrative material form, and, accordingly, analyzed and discussed. Along with a number of objective and fair answers of the respondents, there were revealed the facts of declarativeness, overestimation of self-esteem in relation to the state of health, the level of physical fitness, daily physical activity and, as a consequence, an inadequate attitude towards one's own body.

Therefore, the need to expand and deepen the content of the educational process, and primarily physical education in the direction of strengthening and maintaining health and the formation of a healthy lifestyle, is dictated, and it is advisable to start studying the course from the 5th grade of a comprehensive school.

Keywords: Health, healthy lifestyle, pupil, physical education lesson, age, physical education, sociological survey.

References:

1. Hakobyan E. S., Simonyan T.Sh. About the attitude of schoolchildren to their health.-Materials of the 36th Republican NMK.-Yerevan: 2009, p. 377-381
2. Hakobyan E. S. et al., Secrets of a healthy lifestyle. Instructions for schoolchildren - Yerevan - Antares 2005 - p. 40
3. Harutyunyan A. A. et al., Fundamentals of teaching the subject of a healthy lifestyle in a public school - Yerevan, 2015 - Asogik Publishing House - Part I, 123 pp. And Part II 155 pp.
4. Isaeva T.I. Formation of a healthy lifestyle for adolescents with folk remedies: Author's abstract. Diss ..., candidate of pedagogical sciences, Makhachkala, 2014, 17 p.
5. Khachatryan S. G. Assessment of life values of high school students M. Shirak Scientific Bulletin of Nalbandyan State University, Prak B 2018, p. 88-93
6. Mkrtchyan V., Health care in primary school, "Pedagogical Thought", No. 3, Yerevan, 2018. p. 231-234
7. Komkov A. G., Lubysheva L. I., Sociological foundations of a healthy lifestyle and physical activity of schoolchildren // Physical culture: VOT. - 2003 - N1 - p. 40-46
8. Levites D. G., School education as a tool of pedagogical violence: the experience of returning to the problem // Pedagogy.- 2018.-N 3.- p. 38-43
9. Pashin A. A., Formation of a value attitude to health in physical education of student youth: Author's abstract. Diss ..., Dr. p.n., M., 2011, 54p.
10. Smirnov N. K., Health-saving educational technologies in modern school - M. Arctic. - 2002-209s.
11. Khorosheva T. A., Physical culture as a factor in the formation and strengthening of the health of modern schoolchildren // Physical culture in school. - 2017.-N3.-p. 16-20

12. Aleksanyan L. et al. Healthy lifestyles: Methodological guide for teachers (for grades 8-9), second edition; Yerevan. - Astghik, 2018 .-- 160 pages
13. Artsruni V., School of Health - Tbilisi (Georgia). 1895-p. 106-112
14. Kelli R. B. n. a. Predaction of motivation and behavior change following health promotion: role of health deliefs, social support and self-efficacy // Soc. Sci. Med. - 1991. - vol 32, N3. - pp. 311-320
15. Noak H., Concepts of health and health promotion// measurements and Health promotion and Protectiou.-Copeuhagen: 1987.-pp. 5-28

Материал был представлен и отправлен на рецензию: 11.03.2021
Принято к публикации: 11.04.2021
Рецензент: доктор пед.наук, проф. Ашот Чатинян

The material was submitted and sent to review:11.03.2021
Was accepted for publication: 11.04.2021
Reviewer: Doctor of Sciences, Prof. Ashot Chatinyan

371.3

ԴԱՍԱՎԱՆԴՄԱՆ ՌԱԶՄԱՎԱՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԵՎ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՊՐՈՖԵՍԻՈՆԱԼԻԶՄԻ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐԸ

Պետրոսյան Հայկ
Վ. Բրյուսովի անվան պետական համալսարան,
Հայաստան

Համառոտ ներածական: Կրթության և կրթական տեխնոլոգիաների բովանդակային արդիականացման, կրթական համակարգը համաշխարհային կրթական տարածք ինտեգրվելու ճանապարհներից մեկը կրթության կողմնորոշումն է դեպի կոմպետենտային մոտեցումն ու հաստատությունների ուսումնական գործընթացում դրա իրականացման արդյունավետ մեխանիզմների մշակումը: Իսկ ինչպե՞ս ձևավորել կրթության ռազմավարությունը մասնագետի կոմպետենտությունների ձևավորման անհրաժեշտության հաշվառմամբ: Կրթության գործընթացում ինչպիսի՞ կոմպետենցիաների զարգացումն է կարևոր: Ինչպե՞ս զարգացնել մանկավարժական պրոֆեսիոնալիզմը, և ինչպե՞ս այն ներառել դասավանդման ռառմավարություններում:

Բանալի բառեր: Կոմպետենցիա, կարողություն, հմտություն, ռազմավարություն, պրոֆեսիոնալիզմ, աշխատաշուկա, ուսուցման մոդելներ:

Հիմնախնդիրը: Կոմպետենցիաների էական կարևորումը տեղաշարժեց ժամանակակից աշխատաշուկայի համար մասնագետների պատրաստման կրթական ծրագրերի սահմանները: Նախկինում նրանք որոշում էին այն գործառույթները, որոնք պետք է կատարվեն աշխատանքում, դրանց հիման վրա ստեղծվում էին մասնագրեր, ուսուցման մոդելներ և դրված խնդիրների լուծման համար անհրաժեշտ հմտությունների չափման համար թեստեր՝ փորձելով համեմատել գործոնային միավորներն աշխատանքի հաջողությունների հետ: Ըստ էության, մասնագիտությունների մոդելներ ստեղծելու ավանդական փորձը սկսվեց աշխատանքի և անձի առանձնացված վերլուծությամբ ու դրանք համատեղելու փորձերով: Այս մոտեցումը բավականաչափ հաջողակ էր աշխատանքի ակադեմիական իրականացման և օպերատիվ գործառական կատարման հետ կապված կանխատեսումների ժամանակ, սակայն այն թույլ չէր տալիս որոշել,