

ՌԻՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՆԱԽԱԳԾԱՅԻՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ

ԿԱՏԱՐՄԱՆ ՀԱՇՎԵՏՎՈՒԹՅՈՒՆ

2024-2025 ուստարի, 1-ին կիսամյակ

Թեմա՝ «Ջեռացատկի տեխնիկայի ուսումնասիրությունները»

Առարկա՝ ֆիզիկուտուրա

ԹԳՀԳ

Դասարան՝ VII

Ուսուցիչ՝ Ռաֆիկ Բադալյան

ԹԳՀԳ ուսուցիչ՝ Հայկուշ Մարգարյան

Նախագծային աշխատանքի մասնակիցները

1. Կարինե Ավետիսյան Արմանի
2. Վահագն Խուրշուդյան Վարազդատի
3. Աննա Մարտիրոսյան Հայկի
4. Խորեն Մուրադյան Մաթևոսի
5. Նելլի Մուրադյան Դավիթի
6. Նարեկ Նավոյան Կարենի
7. Կորյուն Ջուլիկյան Սեյրանի
8. Ալլա Սարգսյան Ռուբենի
9. Համլետ Քիշմիրյան Լյուդվիգի
10. Միլենա Գևորգյան Միսիթարի
11. Մարիա Շահինյան Տարոնի

Ուսումնական նախագծի աշխատանքը տևել է 9 շաբաթ հետևյալ պլանավորմամբ

Օրը	Ամսաթիվը	Օրվա աշխատանքը
1	07/10/2024	ա/ Նախագծային խմբի մասնակիցներին մանրամասն ներկայացնել նախագծի նպատակը, սպասվող վերջնարդյունքները, բ/Թեթև աթլետիկայի վարժությունների դասակարգումը և բնութագրումը:
2	14/10/2024	Թեթև աթլետիկայի վարժությունների ընդհանուր բնութագրում (հեռացատկ, թափավազք):

3	28/10/2024	Հեռացատկի թափավազքի տեխնիկան:
4	04/11/2024	Հեռացատկի հրման տեխնիկան:
5	11/11/2024	Հեռացատկի ճախրման տեխնիկան:
6	18/11/2024	Հեռացատկի վայրէջքի տեխնիկան:
7	25/11/2024	Հեռացատկի 4 փուլերը:
8	02/12/2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ծանոթացնել հայտնի աթլետների ռեկորդներին:</li> <li>• Ավագով լցնել ցատկափոսը:</li> <li>• Քննարկել ստացված գրքույկի թերություններն ու առավելությունները:</li> </ul>
9	09/12/2024	Վերջնարդյունքի գնահատում և ներկայացում:

### Նախագծային աշխատանքի իրականացման նպատակն է

- Ծանոթանալ թեթև աթլետիկայի զարգացմանը Հայաստանում:
- Ծանոթանալ հեռացատկի տեխնիկայի ներկայացմանը ըստ փուլերի:
- Ծանոթացում լավագույն մարզիկների հետ:
- Գտնել ուղիներ, առաջարկություններ ներկայացնել սպորտաձևը լայն տարածում տալու վերաբերյալ:
- Համագործակցել խմբի անդամների հետ: Գտնել առաջ եկող խնդիրների սեփական լուծման տարբերակները:

### Նախագիծը իրականացվել է հետևյալ փուլերով

1. Թեթև աթլետիկայի պատմությունը ներկայացնել աշակերտներին:
2. Հեռացատկի փուլերի մասին կատարել հետազոտություններ: Տարբեր աղբյուրներից գտնել հեռացատկորդների մասին տեղեկություններ:
3. Հետազոտության մեթոդի ընտրություն՝ տվյալների հավաքում:
4. Ստացված տվյալների հավաքում, համակարգում ու վերլուծություն:

5. Ստեղծել գրքույկ, և դրա QR կոդը գրքույկի լայն տարածման համար:

6. Արդյունքների ամփոփում, ձևավորում և դրանց ներկայացում:

### **Նախագիծը ուղղված է հետևյալ կարողունակությունների զարգացմանը**

- Սովորել սովորելու կարողունակություն
- Թվային և մեդիա կարողունակություն

### **Նախագծի վերջնարդյունքները**

- Պատկերացում կկազմեն թեթև աթլետիկա մարզաձևի մասին
- Կարծևորեն և կճանաչեն հայ անվանի մարզիկներին
- Որպես դիտակտիկ նյութ կստեղծեն տեղեկատվական գրքույկ

Նախագծային աշխատանքի ամփոփումը կատարվեց պրոդուկտի՝ գրքույկի, դրա QR կոդի տեսքով:

Նախագծային աշխատանքի մասնակիցները գնահատվել են ինքնագնահատման թերթիկի, նախագծի ղեկավարի և հանձնաժողովի գնահատումների հիման վրա: Այն ներկայացված է նախագծի ծրագրում: Ըստ այդմ աշակերտները ստացել են հետևյալ գնահատականները:

1. Կարինե Ավետիսյան Արմանի	9
2. Վահագն Խուրշուդյան Վարազդատի	9
3. Աննա Մարտիրոսյան Հայկի	9
4. Խորեն Մուրադյան Մաթևոսի	9
5. Նելլի Մուրադյան Դավիթի	9
6. Նարեկ Նավոյան Կարենի	9
7. Կորյուն Զուլիկյան Սեյրանի	9
8. Ալլա Սարգսյան Ռուբենի	9
9. Համլետ Քիշմիրյան Լյուդվիգի	9
10. Միլենա Գևորգյան Մխիթարի	9
11. Մարիա Շահինյան Տարոնի	9

### **Առաջարկություններ ծրագրի բարելավման համար**

Նախագծի մասնակիցների և սեփական դիտարկումների հիման վրա կատարեցի վերլուծություն: Կարելի էր հանդիպել մարզիկների հետ, որը չիրականացավ նրանց երկրում չինելու պատճառով: