

ივანე ჯავახიშვილის სახელობის თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტის
ფსიქოლოგიისა და განათლების მეცნიერებათა ფაკულტეტი

სამაგისტრო პროგრამა „განათლების მეცნიერებები“

მარიამ ჯულაყიძე

ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკის
კვლევა ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო
საფეხურზე

ნაშრომი შესრულებულია განათლების მეცნიერებების მაგისტრის
აკადემიური ხარისხის მოსაპოვებლად

ნაშრომის ხელმძღვანელი: ეფემია ხარაძე,
თსუ ფსიქოლოგიისა და განათლების მეცნიერებათა ფაკულტეტის ასისტენტ
პროფესორი, პედაგოგიკის მეცნიერებათა დოქტორი

თბილისი
2019

ანოტაცია

სამაგისტრო ნაშრომი ეხება ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკის კვლევას საბაზო საფეხურზე, ჩატარებულია თეორიული ანალიზი ისეთი საკვანძო საკითხების, როგორცაა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის როლი ადამიანის სრულფასოვან პიროვნებად ჩამოყალიბების პროცესში, პრობლემები, რომელთაც საგანმანათლებლო სივრცეში ვხვდებით ამ დისციპლინის სწავლებისას.

ფიზიკური აღზრდა და სპორტი მხოლოდ ფიზიკური განვითარების და ადამიანის ჯანმრთელობის, ან მხოლოდ მისი სოციალური აქტივობის გამოვლენის საშუალებას როდი წარმოადგენს, არამედ იგი გავლენას ახდენს მოზარდის სხვადასხვა სპექტრის ინტელექტუალურ-ზნეობრივი მახასიათებლის ჩამოყალიბებაზე. სასკოლო დისციპლინებს შორის ფიზიკური აღზრდა და სპორტი გამორჩეულად დაკნინებულია, გაკვეთილები კი არასრულფასოვანი, შესაბამისად, მიგვაჩნია, რომ ამ საკითხთან დაკავშირებული პრობლემების გამოვლენა და მათი გამომწვევი მიზეზების კვლევა განაპირობებს წარმოდგენილი თემის აქტუალობას.

ნაშრომი წარმოადგენს **სიახლეს**, რადგან კვლევა, რომელიც საგაკვეთილო პროცესს ეხება, თანაც კონკრეტულად საბაზო საფეხურზე, არ ჩატარებულა.

საკვლევი თემის ჰოპოთეზა: ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე ჯეროვნად ვერ ტარდება გაკვეთილები და ამის გამომწვევ მიზეზებად გვესახება:

- ინფრასტრუქტურის პრობლემა
- მასწავლებელთა არაკვალიფიციურობა

კვლევის მიზანია ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკის კვლევა ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე. აღნიშნული მიზნის მისაღწევად დავისახეთ შემდეგი ამოცანები:

- მეორეული ინფორმაციის დამუშავება/არსებული ლიტერატურის მიმოხილვა საქართველოსა და უცხო ქვეყნის მაგალითზე;
- კვლევის მეთოდოლოგიის შემუშავება;
- საკითხის/პრობლემის განსაზღვრა;

- კვლევა
- კვლევის შედეგად მიღებული ინფორმაციის ანალიზი;
- დასკვნებისა და რეკომენდაციების შემუშავება.

ნაშრომის კვლევის საგანს ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკა წარმოადგენს ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე.

კვლევის ობიექტია: ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის საგაკვეთილო პროცესი ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე.

კვლევის მეთოდი და ტიპი: კვლევის ფარგლებში გამოვიყენეთ თვისებრივი მეთოდი: დოკუმენტაციის ანალიზი, იგივე სამაგიდო კვლევა და აგრეთვე, რაოდენობრივი კვლევა (გამოიკითხა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის საბაზო საფეხურის მასწავლებლები, მოსწავლეები), ხოლო კვლევის ინსტრუმენტი გახლდათ წინასწარ შედგენილი ნახევრადსტრუქტურული კითხვარი, რომლის შემუშავების სქემასაც წარმოადგენს თვისებრივი კვლევის შედეგები.

სამიზნე ჯგუფი: რესპონდენტებად მიზნობრივად შეირჩა თბილისის სხვადასხვა სკოლის საბაზო საფეხურის 138 ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის მასწავლებელი და 160 მოსწავლე.

დასკვნით ნაწილში შეჯამებულია ძირითადი შედეგები, შემუშავებულია დასკვნები და ჩამოყალიბებულია რეკომენდაციები.

Julakidze Mariami

Study of Physical Education and Sport Lessons' Practice of the Middle School

Annotation

The Master's work refers to research of Physical Education and Sports lessons' Practice of the Middle School, theoretical analysis has been conducted about the key issues such as physical education and sports in the process of forming a human personality, problems that we encounter in the educational sphere while teaching this discipline.

Physical upbringing and Sports are not only a means of physical development, neither human health, nor only its social activity, but it affects the development of intellectual and moral traits of different ages. Between school disciplines, Physical Education and Sports are distinguished and lessons are inadequate, therefore, we believe that identifying the problems related to this issue and researching the reasons of their causes, leads to the actuality of the presented topic.

The work is a novelty because the research, which deals with the course of the lesson, has not been carried out specifically at the Middle School level.

Hypothesis of research topic: Lessons are not properly conducted at the Middle level of general education institution. There are several reasons:

- Problem of Infrastructure
- Teachers' lack of qualification

The research aims to study the practice of physical education and sport lessons of the Middle Level of general education institution. To accomplish his goal, we have set the following tasks:

- Table Research / review of existing literature on the example of Georgia and foreign countries;
- Determination of research methodology;
- Determining the issue / problem;
- Researching;
- Analysis of information received as a result of research;
- Development of conclusions and recommendations.

The study subject is the research of Physical Education and Sport Lessons' Practice of the Middle School in general education institution.

The object of research is: the process of physical education and sport at the middle level of general education institution.

Method and type of research: We used the qualitative method of research: analysis of documentation, the same desk survey and also the quantitative research (Teachers and pupils of physical education and sports of the middle level), And the research tool was a semi-structured questionnaire prepared in advance, which is the schema of the qualitative research.

Target Group: 138 Physical Education and Sport Teacher and 160 Pupils of Middle Levels of Different Schools of Tbilisi were selected as Respondents.

The final part summarizes the main findings, conclusions are elaborated and the recommendations are elaborated.

სარჩევი

შესავალი	7
თავი I – ფიზიკური აღზრდა და სპორტი	10
1.1. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის არსი	10
1.2. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ისტორიული ფესვები	12
1.3. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ისტორიული ფესვები საქართველოსა და საბჭოთა კავშირში	16
თავი II- ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ზოგადი ასპექტები	24
2.1.ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ანატომიურ-ფიზიოლოგიური ასპექტები.....	24
2.2.ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის პედაგოგიური ასპექტები.....	27
თავი III- ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილები.....	29
3.1. ფიზიკურ აღზრდასა და სპორტთან დაკავშირებული საკანონმდებლო ნორმატივების ანალიზი.....	28
3.2. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების შემაფერხებელი ფაქტორები თანამედროვე საგანმანათლებლო სივრცეში.....	30
3.3 ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების კვლევა გერმანიის ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულებებში.....	33
3.4. მოსწავლეების დამოკიდებულების კვლევა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების მიმართ ა.შ.შ-ს მაგალითზე.....	36
კვლევითი ნაწილი.....	40
დასკვნები.....	53
რეკომენდაციები.....	55
გამოყენებული ლიტერატურა.....	58
დანართი	

შესავალი

განათლების სისტემა, უპირველეს ყოვლისა, ადამიანის პიროვნებად ჩამოყალიბებაზე უნდა იყოს ორიენტირებული. ისეთი პიროვნების, რომელიც ყოველმხრივად განვითარებული, რაც თავისთავად მოიაზრებს მის ფიზიკურ აღზრდას. ამ მიზნის მიღწევის უმთავრესი გზა გახლავთ მკაცრად ორგანიზებული გარემო-სკოლა. გარემო, რომელმაც ხელი უნდა შეუწყოს მოსწავლის ფიზიკურ განვითარებას, ჯანსაღი ცხოვრების წესის პოპულარიზაციას, უმაღლესი ადამიანური ღირებულებების ჩამოყალიბებას.

მოცემულ ნაშრომში საუბარია ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის როლზე ადამიანის სრულფასოვან პიროვნებად ჩამოყალიბების პროცესში, მის ისტორიულ ფესვებსა და იმ დაბრკოლებებზე, რომელთაც თანამედროვე საგაკვეთილო პროცესში აწყდებიან მასწავლებლები და მოსწავლეები.

დღესდღეობით, განსაკუთრებით საბაზო საფეხურზე, საკმაოდ არაპოპულარულია ზემოთაღნიშნული საგანი, გაკვეთილები კი-არასრულფასოვანი, განსაკუთრებით კი მაშინ, როცა საქმე პუბერტატული ასაკის მოზარდებს ეხებათ, რომელთაც განსაკუთრებული სირთულეები აქვთ ფსიქო-ფიზიოლოგიური კუთხით.

ნაშრომი საინტერესოა როგორც თეორიული, ასევე-პრაქტიკული კუთხით.

ნაშრომის ფარგლებში განხილული იქნება:

I თავი: ფიზიკური აღზრდა და სპორტი.

განხილულია ფიზიკური აღზრდის არსი, რა არის იგი, რას ემსახურება და რამნიშვნელობა აქვს მოზარდის ჩამოყალიბების პროცესში. აგრეთვე, საუბარია მის ისტორიულ მნიშვნელობასა და განვითარების პროცესზე, როგორც ანტიკურ სამყაროში, აგრეთვე საბჭოთა კავშირსა და საქართველოში.

II თავი: ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ზოგადი ასპექტები

აღნიშნულ თავში საუბარია იმ ანატომიურ-ფიზიოლოგიურ ასპექტებზე, რომლებიც გასათვალისწინებელია პუბერტატული ასაკის მოზარდთან ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების ჩატარების დროს, აგრეთვე მასწავლებელზე, როგორ და რა შედეგზე უნდა გადიოდეს იგი, რათა ჰარმონიული პიროვნება ჩამოაყალიბოს.

III თავი: ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილები.

მესამე თავში საუბარია საგანთან დაკავშირებულ საკანონმდებლო ნორმატივებზე და დაბრკოლებებზე, რომელიც თანამედროვე საგანმანათლებლო სივრცეში წარმოიქმნება იმ შედეგებზე გასასვლელად, რასაც სახელმწიფო ისახავს მიზნად. აგრეთვე საუბარია გერმანიის ფიზიკური აღზრდის სისტემაზე და ა.შ.შ-ის მაგალითზე სასწავლო პროცესში წარმოქმნილი პრობლემის კვლევაზე.

ფიზიკური აღზრდა და სპორტი მხოლოდ ფიზიკური განვითარების და ადამიანის ჯანმრთელობის, ან მხოლოდ მისი სოციალური აქტივობის გამოვლენის საშუალებას როდი წარმოადგენს, არამედ იგი გავლენას ახდენს მოზარდის სხვადასხვა სპექტრის ინტელექტუალურ-ზნეობრივი მახასიათებლების ჩამოყალიბებაზე. სასკოლო დისციპლინებს შორის ფიზიკური აღზრდა და სპორტი გამორჩეულად დაკნინებულია, გაკვეთილები კი არასრულფასოვანი, შესაბამისად, მიგვაჩნია, რომ ამ საკითხთან დაკავშირებული პრობლემების გამოვლენა და მათი გამომწვევი მიზეზების კვლევა განაპირობებს წარმოდგენილი თემის აქტუალობას.

პრაქტიკული თვალსაზრისით, ნაშრომის უპირატესობას განსაზღვრავს ის ფაქტი, რომ მსგავსი კვლევა ჩატარდა 2017 წელს (ეფექტური აუდიტის ანგარიში N13/36), თუმცა იგი უკავშირდებოდა მასობრივი სპორტის პრობლემატიკას და მხოლოდ რამდენადმე, ზოგადად ასახავდა სასკოლო სივრცესთან დაკავშირებულ საკითხებსა და გარე დამაბრკოლებელ ფაქტორებს. ამგვარი კვლევა, რომელიც საგაკვეთილო პროცესს ეხება, თანაც კონკრეტულად საბაზო საფეხურზე, აქამდე არ ჩატარებულა და წინამდებარე ნაშრომი წარმოადგენს სიახლეს.

კვლევის მიზანია ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკის კვლევა ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე. აღნიშნული მიზნის მისაღწევად დავისახეთ შემდეგი ამოცანები:

- მეორეული ინფორმაციის დამუშავება/არსებული ლიტერატურის მიმოხილვა საქართველოსა და უცხო ქვეყნის მაგალითზე;
- კვლევის მეთოდოლოგიის შემუშავება;
- საკითხის/პრობლემის განსაზღვრა;
- კვლევა
- კვლევის შედეგად მიღებული ინფორმაციის ანალიზი;

- დასკვნებისა და რეკომენდაციების შემუშავება.

ნაშრომის კვლევის საგანს ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების პრაქტიკა წარმოადგენს ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე.

კვლევის **ობიექტი**: ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის საგაკვეთილო პროცესი ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე.

კვლევის **მეთოდი** და **ტიპი**: კვლევის ფარგლებში გამოვიყენეთ თვისებრივი მეთოდი: დოკუმენტაციის ანალიზი, იგივე სამაგიდო კვლევა და აგრეთვე, რაოდენობრივი კვლევა (გამოიკითხა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის საბაზო საფეხურის მასწავლებლები, მოსწავლეები), ხოლო **კვლევის ინსტრუმენტი** გახლდათ წინასწარ შედგენილი ნახევრადსტრუქტურული კითხვარი, რომლის შემუშავების სქემასაც წარმოადგენს თვისებრივი კვლევის შედეგები.

სამიზნე ჯგუფი: რესპონდენტებად არააღბათურად, მიზნობრივად შეირჩა თბილისის სხვადასხვა სკოლის საბაზო საფეხურის 138 ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის მასწავლებელი და 160 მოსწავლე.

დასკვნით ნაწილში შეჯამებულია ძირითადი შედეგები, შემუშავებულია დასკვნები და ჩამოყალიბებულია რეკომენდაციები.

თავი I – ფიზიკური აღზრდა და სპორტი

1.1. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის არსი

ეპიკურესი (ჩვ.წ 342-270), ძველი ბერძენი ფილოსოფოსი თვლიდა, რომ ბედნიერება არის არა მარტო მორალის, არამედ ფიზიკური ჯანმრთელობის შედეგი.

არც აღორძინების ხანაში გახლდათ ფიზიკური აღზრდა დაკნინებული: ფრანსუა რაბლე, თავის ნაწარმოებში - „გარგანტუა და პანტაგრუელი“ მოგვითხრობს აღზრდის სისტემის შესახებ, რომელიც მოიცავს სწავლის სისტემატიურ მონაცვლეობას თამაშებთან და ფიზიკურ ვარჯიშებთან.

თუკი თანამედროვეობაში გადმოვინაცვლებთ, ვნახავთ, რომ ჯანმრთელობის დაცვის საერთაშორისო ორგანიზაციების მიხედვით, ჯანმრთელობის დაცვის სისტემა ადამიანის ჯანმრთელობას მხოლოდ 10-15%-ით უზრუნველყოფს, გენეტიკურ ფაქტორებს უნდა მივაწეროთ 15-20%, ეკოლოგიურს - 25%, ხოლო ყველაზე მნიშვნელოვანი აღმოჩნდა - ადამიანის ცხოვრების პირობები და სტილი-50-55%.

ზოგადად, ფიზიკური აღზრდა და სპორტი მხოლოდ ფიზიკური განვითარება და ადამიანის ჯანმრთელობა, ან მხოლოდ მისი სოციალური აქტივობის გამოვლენის საშუალება არ გახლავთ, არამედ იგი პირადაპირ ზემოქმედებს ინტელექტუალურ-ზნეობრივ მახასიათებლებზე, იდეალებზე, ღირებულებებსა და სხვა ფუნდამენტალურ საწყისებზე, რომლებიც ადამიანშია და რომლებიც მან უნდა სრულყოს განვითარების პროცესში.

მოგეხსენებათ, ადამიანი სოციალური არსებაა. იგი ჩნდება ამ ქვეყანაზე, როგორც ბიოლოგიური არსება, პიროვნებად ანუ სოციალურ არსებად კი იქცევა მაშინ, როცა გაივლის თავისი განვითარების რთულსა და გრძელ გზას, რაშიც გადამწყვეტ როლს საოჯახო და სასკოლო აღზრდა ასრულებს. პროფესორი ი. ბიბილეიშვილი თანამედროვე ქართველ პედაგოგთა თვალსაზრისების განხილვისას, მიდის დასკვნამდე, რომ „საქართველოს მამულიშვილის აღზრდის მიზანი მიღწეულია, თუ სკოლის, ოჯახისა და საზოგადოების ერთობლივი ძალისხმევით ჩამოყალიბებული ჰარმონიულად განვითარებული პიროვნება, რომელიც მსოფლმხედველობის, გონებრივი, ზნეობრივი, შრომითი, ფიზიკური და ესთეტიკური აღზრდის ერთიანობით

მზად არის სამშობლოსა და საკუთარი თავის დაცვისთვის, ქმნის საქართველოსთვის სულიერ, ინტელექტუალურ და მატერიალურ ღირებულებებს და ცხოვრობს სილამაზის კანონების მიხედვით" (ბიბილეიშვილი; 2011).

ფიზიკურ აღზრდას ერთ-ერთი წამყვანი როლი უჭირავს მოზარდი თაობის ჰარმონიულ აღზრდაში. იგი გახლავთ აღზრდის სისტემის ნაწილი, მაგრამ პიროვნების ფორმირების სხვა მხარეებისგან იზოლირებულად როდი მოქმედებს. მიჩნეულია რა, როგორც ერთ-ერთი აუცილებელი და ხელშემწყობი პირობა მოზარდის გონებრივი, ზნეობრივი, ესთეტიკური, რელიგიური და შრომითი აღზრდის, ადამიანის ყოველმხრივი განვითარების ზოგადი პროცესისთვის აუცილებელ პირობად, იგი ზემოთ ჩამოთვლილი ყველა მხარის საფუძველთა საფუძველია. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, ფიზიკური აღზრდა პიროვნების ყოველმხრივი განვითარების ერთ-ერთი ძირითადი ფაქტორის მნიშვნელობას იმ შემთხვევაში იღებს, როცა უზრუნველყოფილია მისი ყველა მხარის (ფიზიკური, ზნეობრივი, ინტელექტუალური, ესთეტიკური) ერთიანობა. ცხადია, მხოლოდ ფიზიკურად ძლიერი ადამიანი ვერ შედგება პიროვნებად, მას მთელი რიგი გონებრივი და სულიერი ღირებულებების განვითარება სჭირდება. ფიზიკური აღზრდის არსის გაგებისათვის აუცილებელია მხედველობაში მივიღოთ მისი ყველა აღნიშნული ნიშანი და დამოკიდებულებანი (ელაშვილი; 1989). ბუნებრივია, ჩამოყალიბებული საწყისი ცნობები არ ამოწურავს აღწერილი მოვლენების არსს, მაგრამ იძლევა საკმაო საფუძველს მათი საერთო გააზრებისათვის და მნიშვნელობის შესაფასებლად (მატვევი, ნოვიკოვი, 1979).

პედაგოგიკა გვასწავლის, რომ ფიზიკური აღზრდის ძირითადი ამოცანა ეს არის: ბავშვის შრომისუნარიანობის გაზრდა, ჯანმრთელობის დაცვა, ყველა ფიზიკური თვისების განვითარება. საკუთარი თავის რწმენა, შიშისა და დაღლის დაძლევა, გუნდურობა კი უკვე ზნეობრივ თვისებებს უვითარებს, საზოგადოებაში ინტეგრაციაში ეხმარება, ადამიანური ფასეულობების მნიშვნელობას აზიარებს.

პრაქტიკული თვალსაზრისით, ფიზიკური აღზრდა ადამიანის ფიზიკური მომზადებაა სოციალურად განპირობებული საქმიანობისათვის (შრომითი, სამხედრო და სხვა). აღზრდის სხვა მხარეებთან ერთიანობაში და სათანადო სოციალურ პირობებში

ფიზიკურმა აღზრდამ შეიძლება შეიძინოს პიროვნების ყოველმხრივი განვითარების ერთ-ერთი ძირითადი ფაქტორის მნიშვნელობა (მატვევი, ნოვიკოვი; 1979:9).

აქვე უნდა აღინიშნოს, რომ ფიზიკური აღზრდა არ შემოიფარგლება მხოლოდ სპორტით, ისევე, როგორც სპორტი არ შემოიფარგლება ფიზიკური აღზრდით. ისინი ემთხვევიან ერთმანეთს იმდენად, რამდენადაც სპორტის საშუალებები და მეთოდები გამოიყენება ფიზიკური აღზრდის პროცესში. ხოლო თავად ფიზიკური აღზრდა, საკმაოდ ფართო ცნებაა, მთელი რიგი ფსიქო-ფიზიოლოგიური მახასიათებლებითა და გამოწვევებით. შესაბამისად, საგანმანათლებლო სივრცეში მისი ათვისება, მოზარდისთვის უმნიშვნელოვანეს როლს თამაშობს. გარდა ფსიქო-ფიზიოლოგიური განვითარებისა და ჯანსაღი ცხოვრების წესის გააზრებისა, ადამიანი სწავლობს საკუთარი ძალებით სიამოვნების მიღებას, თვითდამკვიდრებას, ინდივიდუალურ და გუნდურ თვითგამოხატვას, ხოლო სოციალური მარგინალიზაციის პრევენციის თვალსაზრისით, ეჩვევა არადისკრიმინაციულ მიდგომას, არც მჩაგვრელია და არც ჩაგრული, ჯანსაღი კონკურენციითა თუ გუნდური სულისკვეთებით, გაუცხოების პრობლემა გვარდება. ამასთანავე, ხაზგასასმელია გენდერული თანასწორობის განმტკიცების ფაქტიც, რომელშიც დიდ როლს თამაშობს სპორტის გაკვეთილები და კონკრეტულად ის აქტივობები, რომელთაც უნდა სთავაზობდეს

მასწავლებელი მოწაფეებს (http://files.sportstat.gov.ge/sportstat/app/get-file?identifier=23_2_f2fcd11f-aa37-4dbb-a711-6aaac2e6cf7a.pdf).

1.2. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ისტორიული ფესვები

თუკი შორეულ წარსულს გადავავლებთ თვალს, მივხვდებით, რომ ადამიანის ფიზიკური და გონებრივი მოღვაწეობა მხოლოდ ერთი რამისკენ-საარსებო საშუალებების მოპოვებისკენ იყო მიმართული. პალეოლითის ერაში, სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი საქმიანობა გახლდათ ნადირობა, ხოლო ბუნების მკაცრ პირობებთან ბრძოლაში, მხოლოდ სპეციალური იარაღი არ კმაროდა, არამედ მოითხოვდა ფიზიკურ

ამტანობას, ძალას, გამბედაობასა და მოხერხებულობას. ასეთ თვისებებს კი მხოლოდ შრომისა და თავდაცვის პირობებში განამტკიცებდა და დაეუფლებოდა ადამიანი.

მიუხედავად იმისა, რომ ათასწლეულების წინ წარმოდგენაც არავის ჰქონდა ფიზიკურ აღზრდაზე, არც რაიმე იარაღი გააჩნდათ და მხოლოდ შიშველი ხელებით იბრძოდნენ ცხოვრებისათვის, პირველყოფილ ადამიანს რამდენადმე მაინც ჰქონდა გააზრებული, რომ მხოლოდ უფრო ძლიერნი, ფიზიკური შესაძლებლობებით გამორჩეულნი გადარჩებოდნენ იმ დიდი ბრძოლაში, რომელშიც არსებობისთვის იყვნენ ჩაბმულნი. გადარჩენისთვის ბრძოლა იყო ცხოვრების უპირველესი გამოწვევა. რა თქმა უნდა, ადამიანს ჯერ კიდევ არ ჰქონდა გაცნობიერებული სხვა გამოწვევები თუ ღირებულებები, ვინაიდან ჯერ იგი მხოლოდ ინსტიქტის დონეზე ხვდებოდა ყოველივეს.

ცალკეული ერების ჩამოყალიბებისა და სახელმწიფო სტრუქტურების შექმნის შემდგომ, ყველა ცხოვრებისეულმა სფერომ განიცადა განვითარება, ცვლილება, რაშიც საკმაოდ მნიშვნელოვანი ნაწილი ეჭირა ფიზიკურ აღზრდას. სხვადასხვა ეკონომიკური თუ პოლიტიკური წყობილების დროს წარმოიშვა ერთმანეთისგან განსხვავებული ფიზიკურ ვარჯიშთა სახეობები, სხვადასხვა ორგანიზაციული ფორმები და თეორიები, რაც იმის უტყუარი დადასტურებაა, რომ სახელმწიფო დონეზე იყო სპორტის მნიშვნელობა აყვანილი. ცხადია, ქვეყანას საზოგადოება ქმნის, საზოგადოებას კი – თითოეული პიროვნება, შესაბამისად, მისი სრულყოფა და გამოწრთობა ძლიერი ქვეყნის აღმშენებლობის ქვაკუთხედიანია. მეფე ჰამურაბის (ძვ.წ. 1792-1750 წ.) კანონებში საუბარია იმაზე, რომ ძველ ბაბილონში ბევრი სპორტული შეჯიბრება იმართებოდა. მაგალითად, ყოველ ახალ წელს, ღმერთ მარდუკისადმი მიძღვნილი სპორტული აღლუმები და ასპარეზოებები. ბაბილონელებისთვის საყვარელი სპორტის სახეობები ყოფილა: სირბილი, კრივი, ჭიდაობა, ეტლით სრბოლა, ცხენბურთი. ჰეროდოტე კი გვეუბნება, რომ ეგვიპტეში, რომელიც „ნილოსის საჩუქარი" გახლდათ მისთვის, დიდი ყურადღებას აქცევდნენ სხეულის მშვენიერებას. აკლადემებზე შემონახულია წარწერები და ნახატები, რომლებიც გვეუბნება თუ რაოდენ მრავალი სპორტის სახეობა იყო დანერგილი და რამდენად იყვნენ ეგვიპტელები ფიზიკურად მომზადებულები.

შეჯიბრებები ტარდებოდა ფარიკაობაში, სირბილში, ჭიდაობაში, წყალში ყვინთვაში, ნდირობაში, ტანვარჯიშში და ა.შ.

გავიხსენოთ ჰომეროსის „ილიადაც“, სადაც აღწერილია როგორ მოაწყო სპორტული ასპარეზობა აქილევსმა, პეტროკლეს დაკრძალვის შემდეგ, მის საპატივცემულოდ. ეს გახლავთ პირველი ოფიციალური წყარო სპორტული ასპარეზობის ჩატარების შესახებ. ძველ საბერძნეთთან დაკავშირებით, ყველაზე მნიშვნელოვანია ოლიმპიური თამაშები, რომელიც დაიწყო ძვ.წ. 776 წელს და გრძელდებოდა თითქმის 1000 წელს. მის პროგრამაში შედიოდა: რბენა სხვადასხვა მანძილზე, ჭიდაობა, მუშტი-კრივი, პანკრატიონი (ჭიდაობისა და მუშტი-კრივის ნაერთი), პენტატლონი (ხუთჭიდი – რბენა ერთ სტადიაზე, გამორბენით სიგრძეზე ხტომა, შუბისტყორცნა, ბადროს ტყორცნა, ჭიდაობა), ეტლით სრბოლა და სხვა. ოლიმპიური თამაშების ჩემპიონი ქალაქიდან იღებდა დიდ ფულად ჯილდოს, მას ეძლეოდა საპატიო ადგილი თეატრში, თავისუფლდებოდა გადასახადებისაგან, სიცოცხლის ბოლომდე საზოგადოებრივ ხარჯზე აცხოვრებდნენ. ოლიმპიურ თამაშებს კულტურული მნიშვნელობაც ჰქონდა (გორგაძე; 1975).

მედიცინის მამამთავარი - ჰიპოკრატე, რომელმაც 104 წელი იცოცხლა, ქადაგებდა ტანვარჯიშს, სპორტში მეცადინეობას, წყლითა და მზით წრთობას, სუფთა ჰაერზე გასეირნებებს, ზომიერ კვებას. ჰიპოკრატე პანათენური თამაშების გამარჯვებული იყო ჭიდაობაში. ცნობილი ბერძენი მწერალი და ისტორიკოსი პლუტარქე ტანვარჯიშს უწოდებდა ცხოვრების მოძრაობით საგანძურს. ფილოსოფოსი პლატონი წერდა: „ტანვარჯიში არის მედიცინის სამკურნალო ნაწილი“. ის მონაწილეობდა პითიურ და ისთმიურ თამაშებში და გამარჯვებებიც მოიპოვა. არისტოტელეს თანახმად, არაფერი ისე არ აუძლურებს და არღვევს ადამიანს, როგორც ხანგრძლივი ფიზიკური უმოქმედობა“. გეომეტრიის მამამთავარი პითაგორა თვლიდა, რომ ადამიანის გონებრივ მოღვაწეობაში მნიშვნელოვანი დამხმარეა სპორტი. პითაგორა ოლიმპიური თამაშების ჩემპიონი იყო მუშტიკრივში და მას სიცოცხლეშივე ძეგლი დაუდგეს (ქობულაძე; 2003). ასეთი დიდი ადამიანები, მიუხედავად მოღვაწეობის სფეროსა, მაინც ერთნაირად მნიშვნელოვნად თვლიდნენ ფიზიკურ აღზრდას და კარგად ჭვრეტდნენ იმ ღირებულებებსა თუ გონებრივ უნარებს, რასაც იგი ადამიანს აძლევს.

ძველი საბერძნეთის მრავალ ქალაქში გახსნილი იყო პალესტრები და გიმნაზიები, სადაც ხდებოდა ახალგაზრდა თაობის ფიზიკური აღზრდა. აქ იყენებოდა აღზრდის ცნობილი ფორმა-„სპარტანული აღზრდა“, რომელიც ქალაქ-პოლის სპარტაში ჩამოყალიბდა. სპარტელი ბავშვები 7 წლის ასაკიდან 20 წლამდე პალესტრებში სწავლობდნენ, მათი აღზრდის ხარჯებს სახელმწიფო იღებდა და მომავალშიც უწევდა კონტროლს.ამგვარი აღზრდის მიზანი გახლდათ იდეალური ადამიანის შექმნა,რომელსაც არც ფიზიკური და არც სულიერი ნაკლი არ ეპატიებოდა. პიროვნება იძერწებოდა ქვეყნისთვის,მისი მომავლისთვის,განვითარებისთვის. მას არ ჰქონდა მოდუნების უფლება,ამგვარი მკაცრი წრთობის უგულვებელყოფა.

ფიზიკურ განვითარებას დიდი ყურადღება ექცეოდა ძველ რომშიც, სადაც სპეციალური სკოლები იყო გახსნილი მომავალი მეომრების აღსაზრდელად. შედეგი შთამბეჭდავი იყო: ძველმა რომმა თითქმის მთელი იმდროინდელი მსოფლიო დაიპყრო თავისი ლეგიონებით, რომლებიც გამოირჩეოდნენ მაღალი დისციპლინით, ამტანობით, ხმლის, შუბისა და მშვილდ-ისრის საუკეთესო ფლობით. ეს ყველაფერი მკაცრი ფიზიკური წრთობის შედეგი გახლდათ,აგრეთვე,შექმნილი იყო გლადიატორთა სკოლები, სადაც მონებიდან საუკეთესო მეომრებს არჩევდნენ, სპეციალურად ავარჯიშებდნენ და ამზადებდნენ ცირკის არენაზე სანახაობრივი გამოსვლისათვის, რომელიც ბევრისთვის სიკვდილით მთავრდებოდა,სწორედ ამიტომ,სიცოცხლის შესანარჩუნებლად,მათ თავი არ უნდა დაეხოგათ და ფიზიკურად ძალიან ძლიერები უნდა წარმდგარიყვნენ. ცნობილი რომაელი ექიმი გალენა მსუქანი კი ადამიანების განკურნებისათვის მიმართავდა ფიზიკურ დატვირთვას: ბალახის თიბვას,მიწის ბარვას, შემის ჭრას, სირბილს, ტანვარჯიშს, წყლის პროცედურებს (ქობულაძე; 2003:11).

ისტორიული ფესვები ცხადყოფს, რომ ადამიანი სრულყოფილად არ აღიქმებოდა თუ მას არ ჰქონდა მიღებული ფიზიკური აღზრდა და არც მხოლოდ გონებრივი თუ სულიერი განვითარება იყო საკმარისი საზოგადოებისთვისა და სახელმწიფოსთვის საჭირო პიროვნებად ჩამოყალიბებისთვის. ამასთანავე, სპორტი გახლდათ კულტურის ნაწილი,ერების თვითმყოფადობის ერთ-ერთი სახასიათო ნიშანი,რაც კიდევ ერთხელ უსვამს ხაზს მის უზომოდ დიდ მნიშვნელობას.

1.3. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ისტორიული ფესვები

საქართველოსა და საბჭოთა კავშირში

აპოლონიუს როდოსელი „არგონავტიკაში“ გვაწვდის ცნობებს იმის შესახებ, რომ კოლხეთის უძველეს და უმთავრეს ქალაქს-აიას, ჰქონდა გალავნით შემოსაზღვრული იპოდრომი, საასპარეზო მოედნები, სადაც იმართებოდა რბენა და მხედრული შეჯიბრებები, კოლხების წმინდა გმირების მოსაგონებლად. ყველასთვის ცნობილი იაზონს, ურთულესი დავალება, ოქროს საწმისის ჩამოტანა დაევალა კოლხეთიდან, საიდანაც ცოცხალი ვერავინ ბრუნდებოდა. წაყენებულ პირობათაგან ერთ-ერთი გახლდათ ველური ხარის დამორჩილება და შემდგომ, მიწის მოხნა, რომელსაც მეფე აიეტი ძალიან მარტივად აკეთებდა, ხოლო იაზონმა მსგავსი რამ მხოლოდ მედეას დახმარებით შეძლო. ძველი ბერძნებისთვის, რომაელთათვის და სხვათათვის, რომელთაც რაიმე კავშირი ჰქონიათ ქართველებთან, ცნობილი ფაქტი იყო მათი ფიზიკური ძლიერება და მეზრძოლი სულისკვეთება (როდოსელი, 1948).

ქართველებს ხშირად ვხედავთ მხედართმთავრებად უცხო და შორეულ ქვეყნებში. აგათია სქოლასტიკოსს მოხსენიებული ჰყავს დახელოვნებული სარდალი თეოდორე, ტომით ქართველი, ფიზიკურად ერთობ ძლიერი, რომელსაც რომაელ სამხედრო მეთაურთა შორის პირველი ადგილი ეჭირა. ევკაპი სარდოსელს მოხსენიებული ჰყავს ვინმე სუბარმარხი, რომელი შუბოსნების მეთაური და საუცხოო მსროლელი, რომელიც მეფეთა შთამომავალიყოფილა, ნამდვილი კოლხი ფაზისიდან. „სეფეწულების“ აღზრდის საქმეში, განსაკუთრებული როლი ფიზიკურ აღზრდას ენიჭებოდა. ძალ-ღონის, გამძლეობის, გამბედაობის, მოქნილობის განვითარებას საზოგადოების თვალში დიდი მნიშვნელობა ჰქონდა. ამგვარ ჩვევებს „სეფეწულები“ ბავშვობიდანვე იძენდნენ (გორგაძე; 1959).

სისტემატიური ვარჯიშით მიღწეული შედეგს მხოლოდ საბრძოლო დანიშნულება არ ჰქონია, არამედ გასართობიც. მრავალრიცხოვანი მაცურებლების წინ იმართებოდა ასპარეზობა, რომელიც ერთგვარი დღესასწაული და კულტურული ღონისძიება გახლდათ.

როგორც „ვეფხისტყაოსანი“, თეიმურამ II-ისა და ვახუშტის ნაწერები, არჩილი, სულხან-საბა და სხვანი გადმოგვცემენ, საქართველოს ნამდვილად ჰქონდა ფიზიკური აღზრდის შესანიშნავი სისტემა.

ისტორიული ქრონიკების მიხედვით, ბავშვის წვრთნა იწყებოდა 7 წლიდან. მას აბარებდნენ „მამამშუძეს“ ანუ გამზრდელს. გამზრდელის მოვალეობას წარმოადგენდა ბავშვში მომავალი მეომრისათვის საჭირო თვისებებისა და ჩვევების ანუ „ზნენი და სამამაცონის“ გამომუშავება. „ზნე“ ოთხ მთავარ ჯგუფად იყოფოდა: ზნენი „მშვებლისა“ ანუ „სამამაცონი“, „ლაშქრობისა“, „ნადირობისა“, „საქციელისა და სამსახურისა“. არჩილის „ზნეობანი“, უკვე შემდგომი საუკუნეების დოკუმენტი კი იმ სისტემების შესახებაა, რომელიც წინა საუკუნეებში მიღებული აღზრდის საფუძვლებს ეყრდნობა.

ქართველ განმანათლებელთა მემკვიდრეობაში ფართოდაა გამოუქებული ფიზიკური აღზრდის მრავალმხრივი მნიშვნელობა და მისი განსაკუთრებული როლი ჭეშმარიტი მამულიშვილის აღზრდაში. მოზარდი თაობის ჰარმონიული განვითარების განმანათლებლურ კონცეფციაში საპატიო ადგილი უჭირავს ფიზიკურ აღზრდას. იგი მიჩნეულია, როგორც ერთ-ერთი აუცილებელი და ხელშემწყობი პირობა ბავშვების გონებრივი, ზნეობრივი, ესთეტიკური, რელიგიური და შრომითი აღზრდისათვის, ადამიანის ყოველმხრივი განვითარების ზოგადი პროცესისათვის. მოზარდი თაობის ფიზიკური წრთობის ტრადიციული შეხედულებების გათვალისწინებით, რაც ყოველთვის შრომის პროცესს და სამშობლოს დასაცავად მხედრულ მომზადებას უკავშირდებოდა, ფიზიკური აღზრდის მიზნად დასახულია ბავშვის სხეულის სრულყოფილად განვითარება, მისი სულიერი სიმტკიცის მიღწევა, მებრძოლი, გამირული სულისკვეთების ჩამოყალიბება, ჯანსაღი, ღონიერი, სიმნელეთა ამტანი ორგანიზმის აღზრდა შრომისა და ცხოვრების ურთულესი წინააღმდეგობების დასაძლევად (ასათიანი;1993).

ქართველ განმანათლებელთა მოსაზრებებს იმის თაობაზე თუ რა გავლენას ახდენს ფიზიკური აღზრდა პიროვნების ინტელექტზე, ფიზიკურ სრულყოფაზე, ესთეტიკური გემოვნების ჩამოყალიბებაზე, სულიერ თუ გონებრივ ამაღლებაზე, XIX საუკუნის პრესის ფურცლებზეც ვხვდებით. იმდროინდელ მწერლებს განხილული აქვთ ეროვნული სპორტის ცალკეული სახეობები, საუბრობენ იმაზე თუ რა შინაარსის

მომცველია თითოეული. მათი აზრით, ფიზიკური აღზრდის დახმარებით ეძლევა ადამიანს „მაღალი ზნე და მაგარი აგებულება, რომ შემდეგ გახდეს ყოველისფრით სასარგებლო კაცი ქვეყნისათვის.“ თუ მოზარდის აღზრდაში ჰარმონია ირღვევა და ფიზიკური აღზრდა უფასურდება, მაშინ ამგვარად აღზრდილი ადამიანი ყოვლად მავნებელი და უსარგებლო ხდება საკუთარი თავისთვისაც და საზოგადოებისთვისაც.

ქართველი განმანათლებლები კარგად იცნობდნენ კლასიკური პედაგოგიკის მიღწევებს, ქართულ ტრადიციებს, თავიანთ თანამედროვე სასკოლო სისტემას; ისინი ითვალისწინებდნენ ეროვნულ ხასიათს, მისწრაფებებს, წინ სწევდნენ ფიზიკური განვითარების როლს მოზარდის სულიერ ჩამოყალიბებაში; გამოყოფდნენ სკოლამდელი და სასკოლო ასაკის მოზარდთა ფიზიკური განვითარების საშუალებებს, კანონზომიერებებს, განიხილავდნენ და ასაბუთებდნენ ფიზიკური აღზრდის მრავალმხრივ მნიშვნელობას; აყალიბებდნენ მწყობრ შეხედულებებს მოზარდი თაობის ფიზიკური აღზრდის სისტემის შესახებ, ქმნიდნენ მეცნიერულ დონეზე დაფუძნებულ ფიზიკური აღზრდის ქართულ თეორიას (ასათიანი; 1993: 290–292). ფიზიკური აღზრდის ქართული ხალხური სისტემა, მისი მიზნები და ამოცანები, სტრუქტურა, ფიზიკური და სამხედრო გამოყენებითი ამოცანები და სხვა, რა სახითაც იგი ამჟამად ეთნოგრაფიულად არის შესწავლილი, რა თქმა უნდა, მთლიანად იმ შინაარსის არ არის, როგორც ძველად ყოფილა და, მით უფრო, არ შეიძლება წარმოშობის დროინდელს ზედმიწევნით ჰგავდეს. ამ სისტემაზე ჩვენ შეგვიძლია ვიმსჯელოთ მხოლოდ ცალკეული ელემენტების მიხედვით, რომლებიც გადმონაშთების სახით შემორჩენილია ქართველთა შორის (ასათიანი; 1993: 143).

თუკი ვსაუბრობთ ფიზიკური აღზრდის ქართულ მოტივებზე, შეუძლებელია გვერდი ავუაროთ საბჭოთა კავშირს, რომლის ნაწილიც ვიყავით და რომელსაც ამ კუთხით, საკმაოდ მყარი სისტემა ჰქონდა შექმნილი.

საბჭოთა კავშირის სპორტული მიღწევები და წარმატებები საკმაოდ ცნობილია საერთაშორისო ასპარეზზე, თუმცა მისი განათლების სისტემა სულაც არ ჰგავდა დასავლური ქვეყნებისას.

საბჭოთა მთავრობას სურდა, რომ „ახალი ადამიანი“ შეექმნა, რომელიც კომუნისტური საზოგადოების მაშენებლად მოგვევლინებოდა. განათლება აღიქმებოდა

იმ მძლავრ ინსტრუმენტად, რომელზეც სახელმწიფო იდგა. სწავლა და სწავლება სკოლებში იგეგმებოდა საზოგადოებრივი პასუხისმგებლობის, კოლექტიური სულისკვეთების იდეით-დისციპლინა, გუნდურობა, უფროსების პატივისცემა, სახელმწიფოს სიყვარული...

ანტონ მაკარენკო, საბჭოთა კავშირის განმანათლებელი, ფიქრობდა, რომ კოლექტივიზმის იდეა განსაკუთრებით წარმატებული სკოლაში შეიძლება ყოფილიყო: კლასელი მეორე კლასელს შეაგულიანებს, რათა ისწავლოს, შესთავაზებს დახმარებას, გაანალიზებინებს იმ ფაქტს, რომ მისი დაბალი მიღწევები აისახება მთლიან კლასზე.

კოლექტივიზმი იყო მინი საზოგადოება, მოდელი ზრდსარულთა საზოგადოებისა. ეს გახლდათ გარემო, სადაც ინდივიდი სწავლობდა მასასა და საზოგადოებას შორის ურთიერთობას. მაკარენკოს წარმოდგენლად მიაჩნდა კომუნისტი ქცევის „ვარჯიშის“ გარეშე (ბევრი „ვარჯიშის“ შემდეგ, ქცევა გადაიქცეოდა თვისებად), ხოლო კოლექტივიზმი მისთვის იყო გიმნასტიკის სახეობა (ფოლსომი; 1957).

რა იყო იმდროინდელი აღზრდის მიზანი? როგორც ლენინი ამბობდა: „ჩვენი სწავლების, განათლებისა და აღზრდის მიზანი გახლავთ ყოველმხრივ განვითარებული ადამიანის შექმნა, რომელსაც ყველაფრის კეთების უნარი ექნება.“ ლენინის მეუღლე კი ფიქრობდა, რომ სკოლას უდნა განვითარებინა სულიერად თვითდისციპლინირებული პიროვნება, ხოლო ამ მიზნისთვის საჭირო იყო ჯანმრთელი, გაბედული და ფიზიკურად გაწვრთნილი ადამიანი. ლეონიდ ბრეჟნევი აღნიშნავდა: „ჩვენ არა მარტო ლამაზი ახალგაზრდა თაობა გვსურს, არამედ ჯანმრთელი და ფიზიკურად ძლიერი.“ (კრასოვიცკი; 1978)

იმდროინდელი განმანათლებლები ამგვარად აყალიბებდნენ ყოველმხრივ განვითარებული ადამიანის იდეას: „ეს გახლავთ ადამიანი, რომელსაც შეუძლია როგორც მენტალური, აგრეთვე ფიზიკური შრომა, რომელიც შექმნის როგორც მატერიალურს, აგრეთვე სულიერ ღირებულებებს, რომელიც ჰარმონიულად განვითარდება, როგორც სულიერად, აგრეთვე ფიზიკურად, რომელიც ჩაერთვება საზოგადოებრივ აქტივობებში. ამგვარი პიროვნების შექმნა მოიცავს ეთიკურ იდეალებსა და ესთეტიკურ გემოვნებას, მრავალ სულიერ და მატერიალურ საჭიროებებს. ეს

ერთგვარი გადამზადებაა იმ ადამიანისა, რომელსაც შეუძლია ორიენტირდეს სამეცნიერო და ტექნიკური წარმოების პროცესზე, იცოდეს თანამედროვე მეცნიერებების ძირითადი პრინციპები და მზად იყოს შეცვალოს საქმიანობა საზოგადოების საჭიროებებისა თუ ინტერესებიდან გამომდინარე" (ბელორუსოვა;1972).

როდესაც ვსაუბრობთ საბჭოთა კავშირის ფიზიკური აღზრდის სისტემაზე, აუცილებლად უნდა აღვნიშნოთ ორი რამ: „მთელი საბჭოთა კავშირის სპორტული კლასიფიკაციის სისტემა" და „ITO" (შრომისა და თავდაცვისთვის მზადყოფნა). კლასიფიკაციის სისტემა მოიცავდა ნორმებსა და მოთხოვნებს, რომელთა მიხედვითაც ათლეტებს ენიჭებოდათ წოდებები და კატეგორიები სპორტის სხვადასხვა სახეობაში. რაც შეეხება „ITO-ს" სისტემას, იგი ხელს უწყობდა სპორტის პოპულარიზაციას, სამხედრო სამსახურისთვის მზადყოფნას, სამოქალაქო თავდაცვას, პირადი ჰიგიენის სწავლას და მთლიან საზოგადოებას მოიცავდა, არა მხოლოდ პროფესიონალ სპორტსმენებს. პროგრამა მოიცავდა 10-60 წლამდე ასაკს, 5 საფეხურის მიხედვით:

I-მამაცი და მარჯვე (ბიჭები და გოგოები 10-13 წლამდე)

II-მომავალი თაობა (14-15 წლის ბიჭები და გოგოები)

III-ფიზიკური სრულყოფილება (19-დან 39 წლამდე ქალები დაკაცები)

IV-ენერჯია და ჯანმრთელობა (40-46 წლამდე კაცები და 35-55 წლამდე ქალები)(ზილბერმენ; 1978).

ორივე სისტემა ხელს უწყობდა ადამიანების ჩართვას სპორტულ აქტივობებში, თუმცა კლასიფიკაციის სისტემა თუ მიმართული იყო პროფესიონალ სპორტსმენებზე და საერთაშორისო სპორტულ შეჯიბრებებზე, „ITO" კონცენტრირებული გახლდათ სწორად ჩამოყალიბებული წვრთნის სისტემაზე. თუკი დასავლურ ქვეყნებში ფიტნესი წონის კლების საშუალება იყო, საბჭოთა კავშირში ჯანსაღი მომავლის ცნებისადმი ცნობიერების ამაღლებას ემსახურებოდა.

სასკოლო სასწავლო პროცესის დაგეგმვასა და ორგანიზებაში ჩართული იყო განათლების სამინისტრო, კულტურისა და სპორტის სამინისტრო, ჯანდაცვის სამინისტრო. მათი შექმნილი პროგრამით მოსწავლეები სამ ჯგუფად იყოფოდნენ მათი ფიზიკური და ჯანმრთელობის მდგომარეობის მიხედვით:

1. ძირითადი ჯგუფი-ჯანმრთელი მოსწავლეები ნორმალური მოტორული განვითარებით;

2. მოსამზადებელი ჯგუფი-ჭარბწონიანი, ფიზიკურად განუვითარებელი ბავშვები;

3. სპეციალური ჯგუფი- ბავშვები ფიზიკური და მენტალური პრობლემებით.

(ზილბერმენ;1978:71)

ფიზიკური აღზრდა სხვადასხვა გზით ხდებოდა სკოლებში:სტანდარტული, კურიკულუმით განსაზღვრული გაკვეთილი, სკოლის შემდგომი გამაჯანსაღებელი აქტივობები, რომლებიც საგანმანათლებლო პროგრამით იყო გათვალისწინებული, სკოლების მიერ ორგანიზებული შეჯიბრებები.

კურიკულუმი მოიცავდა ძირითად და მაღალ კლასებში არჩევით სპორტის საგნებს,რომელიც დამოკიდებული იყო მასწავლებლების კვალიფიციკაციაზე,სკოლის გეოგრაფიულ მდებარეობაზე,ინფრასტრუქტურაზე....

ფიზიკური აღზრდის აქტივობებზე გამოყოფილი დრო (პროცენტულად)ასე გამოიყურებოდა ზოგადსაგანმანათლებლო სკოლაში:

ცხრილი 1.1:

ასაკი	გიმნასტიკა	თამაშები	სპორტის სხვადასხვა სახეობა	ლაშქრობა,კლასის გარეთ აქტივობები	ჯამი
8-9	40	50	5	5	100
10-11	40	40	10	10	100
12-13	30	35	20	15	100
14-15	30	25	25	20	100
16-17	20	25	35	20	100

(კუკუშინსკი;1975:193)

როგორც ცხრილიდან ჩანს, აქტივობების პროცენტული რაოდენობა იცვლება ასაკთან ერთად, თუმცა ერთი რამ აღსანიშნავია-ნებისმიერ ასაკში აქვს გამოყოფილი დრო თამაშებს, ვინაიდან ითვლებოდა, რომ ჯანსაღი ცხოვრების წესი აუცილებლად უნდა ყოფილიყო დაკავშირებული რაიმე სასიამოვნოსთან, რათა ბავშვის ფსიქიკაში იგი ვალდებულებად კი არა, ბუნებრივ მიდრეკილებად აღბეჭდილიყო.

მასწავლებლებისთვის არსებობდა სპეციალური გზამკვლევი, სადაც დეტალურად იყო გაწერილი რომელ საფეხურზე რა უნდა გაეკეთებინა, რითი შეიძლებოდა და-

ეტვირთა მოსწავლე და რა ოდენობით. მაგალითად, კონკრეტულად საბაზო საფეხურზე, 400 მეტრის რადიუსზე შეეძლოთ სირბილი მოსწავლეებს და თვითნებურად არავის ჰქონდა ამ წესის შეცვლის უფლება (ზილბერმენ;1978:72).

საბჭოთა კავშირის დროს, იმდენად პოპულარული გახდა ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილები, რომ 1974 წლისთვის 4600 სპეციალური სპორტული სკოლა ჩამოყალიბდა, სადაც 1,6 მილიონი ბავშვი იწვრთნებოდა (შნეიდმენ;1978).

სკოლის სპორტული სისტემის დამსახურებაა ბევრი ტალანტის აღმოჩენა და მათი შემდგომი წარმატებები დიდ ასპარეზზე, მაგ: ვალერი ბრუმელი და ვლადიმირ იაშენკო სწორედ სკოლის გაკვეთილებზე აღმოაჩინეს და ისინი 1964 წლის ოლიმპიადაზე, სიმალეზე ხტომაში გახდნენ ჩემპიონები.

1991 წლის 26 დეკემბერს დაიშალა საბჭოთა კავშირი და მის ნაცვლად 15 დამოუკიდებელი და 4 თვითგამოცხადებული ან ნაწილობრივ აღიარებული სახელმწიფო ჩამოყალიბდა. 1991 წლის 31 მარტს მოეწყო რეფერენდუმი, რის საფუძველზეც უზენაესმა საბჭომ მიიღო საქართველოს სახელმწიფოებრივი დამოუკიდებლობის მიღების აქტი.

დამოუკიდებელ საქართველოში არ ჩამოყალიბებულა არაპროპაგანდისტული, ადამიანს თავისუფლებასა და ღირსებაზე დაფუძნებული სპორტის სისტემა. ქვეყანაში დღეისთვის არსებული მდგომარეობით:

- ჯანდაცვის სტატისტიკური მონაცემების საფუძველზე მოსახლეობაში პროგრესულად არის გაზრდილი არაგადამდებ დაავადებათა მაჩვენებლის სიხშირე, განსაკუთრებით მოზარდებში (ტანადობის დარღვევა, სქოლიოზი, კიფოზი, ჭარბწონიანობა, გულსისხლძარღვთა, სიმსივნური და სხვა არაგადამდები დაავადებები)

დაბალია მოსახლეობის ფიზიკური აქტივობისა და მასობრივ სპორტში ჩართულობის მაჩვენებლები, რასაც ადასტურებს, სოციოლოგიური და მარკეტინგული კვლევების ცენტრის" მიერ 2013 წლის ზაფხულში ჩატარებული კვლევების მონაცემები. სიტუაციას აუარესებს ახალგაზრდებში სხვადასხვა არაჯანსაღ გასართობთა მზარდი პოპულარობა (კომპიუტერული თამაშები, ტოტალიზატორი, კაზინო და ა.შ) (http://gov.ge/files/381_41659_568620_601-1040414.pdf).

ფაქტია, ფიზიკური აღზრდისა და ადამიანის განვითარების სისტემა, ძველ საქართველოშიც და იმ დროისთვისაც, როცა საბჭოთა კავშირის ნაწილი ვიყავით, უმაღლეს დონეზე იყო. დღესდღეობით კი არა მარტო მასობრივი სპორტი, არამედ საგანმანათლებლო სივრცეც დაკნინებულია ამ კუთხით.

თავი II- ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ზოგადი ასპექტები

2.1. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის ანატომიურ-ფიზიოლოგიური ასპექტები

ადამიანის ორგანიზმის განვითარების პროცესში მისი ორგანოებისა და ქსოვილების სტრუქტურა და ფუნქციები არათანაბრად ვითარდება. ამ განვითარების კანონზომიერებათა ცოდნას არსებითი მნიშვნელობა აქვს სხვადასხვა ასაკის ადამიანთა ფიზიკური აღზრდის რაციონალური წარმართვისათვის. პედაგოგმა აუცილებლად უნდა გაითვალისწინოს ფუნქციათა ევოლუციური ასაკობრივი საფეხურები და ამა თუ იმ სპორტისადმი მოსწავლის გენეტიკური მონაცემები (კახიძე, 2004).

მოგეხსენებათ, საბაზო საფეხური ემთხვევა ბავშვის გარდამავალ ასაკს, ამ პერიოდში იწყება სქესობრივი მომწიფება, შინაგანად განიცდის ძალების არქონას, მუდმივ უკმაყოფილებას, აგზნებულობას, ერღვევა სხეულის პროპორციულობა, აღარ მოსწონს საკუთარი თავი და გარესამყარო, აღარ სწამს საკუთარი შესაძლებლობების. გარდა ამისა, მოსწავლე მუდმივად დაღლილია, ვინაიდან, სასიცოცხლო ენერჯის უმეტესი ნაწილი მომწიფების პროცესზე იხარჯება. პირველ ეტაპზე, იზრდება კიდურები, ხოლო სხეული ინარჩუნებს უწინდელ ზომებს. იზრდება სისხლის წნევა და გული მეტი დატვირთვით მუშაობს, ვინაიდან ფარისებრი ჯირკვალი იწყებს გამლიერებულ რეჟიმში მუშაობას. თავის ტვინის, საფეთქლის და თხემის ნაწილები განიცდის ფორმირებას. არ გახლავთ გაწონასწორებული ტვინის ქერქში მიმდინარე პროცესები, რის გამოც, აგზნება ჭარბობს შეკავებას. მასწავლებელს სჭირდება ორმაგი ძალისხმევა, რათა ბავშვი დაინტერესოს, მოტივაცია აუმაღლოს და ამავდროულად, ისეთი აქტივობები შესთავაზოს, რომელიც არ გადაღლის, ნაკლებად ჩაადგებს სტრესულ სიტუაციაში და სასიამოვნოს გახდის სწავლის პროცესს. (ჭკუასელი, 2012)

თუმცა იქამდე, სანამ პედაგოგი აქტივობებს დაგეგმავს, აუცილებლად უნდა იცოდეს რომელ ასაკში რა დონეზე ხდება შემდგომი ფიზიკური თვისებების განვითარება:

ძალა- ბავშვის ჩონჩხის ინტენსიური განვითარება მჭიდროდაა დაკავშირებული კუნთების, მყესებისა და სახსროვანი აპარატის ფორმირებასთან. 8 წლის ბავშვის კუნთების წონა აშკარად ნაკლებია სხეულის წონის 1/3-ზე, 15 წლისათვის აღწევს თითქმის 1/3-ს, ხოლო 17-18 წლისათვის სხეულის წონის ნახევარზე თითქმის ცოტათი ნაკლებია. კუნთების წონის ზრდასა და ფიზიკურ-ქიმიური თვისებების განვითარებასთან შეცვლასთან ერთად, სრულყოფილი ხდება მათი ფუნქციური თვისებები, მდიდრდება ინერვაციული მიმართებანი. სხვადასხვა კუნთის წონა ერთნაირად არ მატულობს. მაგალითად, სიცოცხლის პირველი ცხრა წლის განმავლობაში მუცლის სწორი კუნთის წონა მატულობს 88,9-ჯერ, ხოლო გარეთა ირიბი კუნთისა - მხოლოდ 66,6-ჯერ. არაერთნაირად იცვლება ხელებისა და ფეხების კუნთების წონაც. ასაკთან ერთად, კუნთების ძალა მატულობს. ასე მაგალითად, 7 წლის ბიჭების მარჯვენა ხელის ძალა საშუალოდ 4 კგ-ს უდრის, 11-წლის - 10,7 კგ-ს, 16 წლის - 32,5 კგ-ს, ხოლო უფროს სასკოლო ასაკში, როგორც წესი, 8-ჯერ იზრდება. 8 წლის ბიჭების ხელის ძალა საშუალოდ 51 კგ-ია, 11 წლისა - 64 კგ, ხოლო 16 წლისა - 110,2 კგ (ვოლკოვი;1998).

სხვადასხვა კუნთის ძალა მატულობს შერჩევითად: ძალის მეტი ზრდა ახასიათებს უფრო მეტად გავარჯიშებულ კუნთების ჯგუფს, როდესაც საუბარია სხვადასხვა სპორტული სპეციალიზაციის ბავშვებზე. სპორტულის შედეგებისთვის კი განსაკუთრებით მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ზემოთხსენებული საკითხი.

სისწრაფე-სისწრაფის სხვადასხვა გამოვლინების სხეულის სხვადასხვა ნაწილის გადაადგილების სისწრაფის, დროის ერთეულში განმეორებითი მოძრაობების რაოდენობის (ტემპი), სხვადასხვა სიგნალზე და სივრცეში გადანაცვლების სისწრაფეზე რეაგირების ლატენტური პერიოდის დრო.

დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ნერვული პროცესების ძვრადობას, კუნთების კუმშვადობის თვისებასა და ძალას, მათი მოქმედების კოორდინაციას. საჩვენებელი თითის, ხელის მტევნის, წინამხრის, მხრის, კისრის, ტანის, ბარძაყის, წვივისა და ტერფის ერთჯერადი მოძრაობის ხანგრძლივობა მნიშვნელოვნად იზრდება 4-5 წლიდან 13-14 წლამდე პერიოდში და უახლოვდება ზრდასრული ადამიანის ნორმის ფარგლებს, შემდეგ 16-17 წლისათვის ის რამდენადმე მცირდება და 20-30 წლისათვის აღწევს უდიდეს დონეს (ვოლკოვი;1994)

სპორტული ვარჯიშების დროს, დიდი მნიშვნელობა სიმარჯვესაც ენიჭება.

სიმარჯვე – კომპლექსური თვისებაა, რომლის კომპონენტებს შეადგენს სივრცესა და დროში მოძრაობის სიზუსტე და მოძრაობის კოორდინაციის შეცვლის უნარი გარე პირობების მოულოდნელ შეცვლასთან დაკავშირებით. გამოყოფენ სიმარჯვის სამ მხარეს: პირველს ახასიათებს მოძრაობის სივრცითი სიზუსტე, მეორეს-დროის სიზუსტე, მესამეს კი უცაბედი სიგნალების საპასუხოდ მოძრაობის სისწრაფე და სიზუსტე. ამ დროს განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია უნარი, რომ მოზარდებმა შეძლონ თავისი მოქმედების ადეკვატურად შეფუება სიტუაციის უცარ ცვლილებასთან. მოძრაობის სივრცითი და დროითი სიზუსტე სიმარჯვის განვითარების აუცილებელი წინაპირობაა (ვოლკოვი;1994:6)

ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილები კი ყოველივე ზემოთთქმულის გათვალისწინებით, მოძრაობითი ჩვევების ჩამოყალიბებაზე უნდა გავიდეს. სიარულის, ხტომის, ტყორცნის, სირბილის დროს, ასე თუ ისე საჭიროა საკმარისად განვითარებული ძალა, სიმარჯვე, სისწრაფე. მოძრაობითი ჩვევებისა და ფიზიკური თვისებების გამოვლენა მხოლოდ ასაკობრივ თავისებურებებს არ წარმოადგენს, არამედ დამოკიდებულია სქესზეც. ბიჭებს უფრო აშკარად აქვთ გამოხატული ფიზიკური თვისებების განვითარების ტემპის დაჩქარება, ვიდრე-გოგოებს. თუმცა არის რიგი შემთხვევები, როდესაც გოგონები უსწრებენ წინ ბიჭების განვითარების ზოგიერთ ეტაპს. ამის კარგი მაგალითია სმენითი სიგნალი, რომელიც პუბერტატული ასაკის გოგოში მეტადაა გამოხატული და ამ სიგნალებზე მისი მოძრაობის მაქსიმალური სისწრაფე მეტია (ვოლკოვი;1994:9).

პედაგოგმა აუცილებლად უნდა გაითვალისწინოს როგორც ზოგადი ფიზიოლოგიური საფუძვლები, აგრეთვე ის ინდივიდუალური მახასიათებლები, რომლებსაც პრაქტიკაში გამოავლენენ ბავშვები. აგრეთვე, მხედველობაში უნდა მიიღოს გარდამავალ ასაკში გამოვლენილი ემოციური არასტაბილურობა. ჩემი აზრით, საბაზო საფეხურზე განსაკუთრებული სიფრთხილით უნდა ირჩეოდეს სასწავლო აქტივობები და ამ პროცესს მხოლოდ განათლების სამინისტრო ან სკოლა კი არ უნდა ხელმძღვანელობდეს, არამედ ჯანდაცვის სამინისტროც, რათა იმთავითვე შევუწყოთ ხელი სწორ ფსიქო-ფიზიკურ განვითარებას.

2.2. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის პედაგოგიური ასპექტები

საბაზო საფეხურის ასაკში დიდი სარგებელი მოაქვს მოძრაობით აქტივობას, რადგან მათი ორგანიზმი ჯერ კიდევ ფორმირების სტადიაშია და მოძრაობითი აქტივობა მათი ბუნებრივი და უპირველესი მოთხოვნილებაა, რადგან ამგვარი მოქმედება მოსწავლეთათვის გარე სამყაროს შემეცნების ერთ-ერთი მთავარი წყაროა. რაც უფრო მრავალფეროვან მოძრაობებს დაეუფლება მოსწავლე, მით უფრო ფართო იქნება მისი კონტაქტი რეალურ სინამდვილესთან, რაც, თავის მხრივ, ქმნის ხელსაყრელ პირობებს ფსიქიკური განვითარებისათვის. თანამედროვე სკოლის ამოცანაა, ფიზიკური აღზრდის (კახიძე, 2002:155) მეშვეობით მზარდი ორგანიზმის ფორმებისა და ფუნქციების ჩამოყალიბების ბუნებრივ პროცესს მისცეს ოპტიმალური ხასიათი, უზრუნველყოს შესაძლო ჰარმონიული, ფიზიკური და ფსიქიკური განვითარება, ხელი შეუწყოს ორგანიზმის ნორმალურ ფუნქციონირებას, ჯანმრთელობის განმტკიცებას.

რა უნდა იყოს პედაგოგიური მოღვაწეობის მთავარი მიზანი? მოსწავლის პიროვნების ფორმირება, მისი ჰარმონიულ, სრულყოფილ პიროვნებად ჩამოყალიბება.

თავად სწავლების პროცესი უნდა იყოს ურთიერთზეგავლენა მასწავლებელსა და მოწაფეს შორის. სწავლება აღზრდისგან განუყოფელი ცნებაა, შესაბამისად, მისი მიზანია მოსწავლის პიროვნული თვისებების ფორმირება. რაც შეეხება პედაგოგიური მოღვაწეობის მიზანს, იგი გახლავთ მორგებული მოსწავლეთა სულიერ მოთხოვნილებებსა და ბუნებრივ შესაძლებლობებს, საბოლოოდ კი, ამ პროცესში, განმავითარებელი მოთხოვნების ერთობლიობის მიღწევისკენ ისწრაფვის.

რაც შეეხება პედაგოგიური მოღვაწეობის შედეგს, ეს გახლავთ მოსწავლე, რომელშიც ჩამოყალიბებულია ფორმირებული ინდივიდუალური გამოცდილება, ყველა ის თვისება და ფასეულობა, რომელიც საზოგადოებისთვის საჭირო პიროვნებას ქმნის.

იმისათვის, რომ პედაგოგი საჭირო შედეგზე გავიდეს, მან წარმატებით უნდა განახორციელოს თავისი საქმიანობა, ამისათვის კი საჭიროა: დაგეგმოს თავისი საქმიანობა, განსაზღვროს მისი ობიექტი და საგანი მოსწავლეების ასაკობრივი და ინდივიდუალური თვისებების გათვალისწინებით. ფიზიკური აღზრდისა და სწავლების პროცესში მოსწავლეები ითვისებენ ხერხებს თავიანთი მოქმედების

დასარეგულირებლად მხედველობითი, შეხებითი, კუნთოვან-მოძრაობითი, ვესტიბულარული შეგრძნებებისა და ალქმის საფუძველზე. ამ პერიოდში მოზარდებს უვითარდებათ მეხსიერება, აზროვნება, ნებისყოფა და უნარი – თავად დაარეგულირონ თავიანთი ფსიქიკური მდგომარეობა. ეს მათ ეხმარება ფიზიკური თვისებებისა და მოქმედებების გაუმჯობესებაში სისტემატური ვარჯიშისა და მუდმივი დატვირთვის დროს. ძლიერი ნებისყოფა (დაჟინებულობა, სიმამაცე, გაბედულება) უმნიშვნელოვანესი წინაპირობაა ყველაზე რთული მოქმედებების დაუფლებისათვის და სიმწიფის გადასალახად სწავლებასა და აღზრდაში ერთ-ერთი საკვანძო პრობლემაა ვარჯიშის ტექნიკის დაუფლება. ეს პროცესი დიდად არის დამოკიდებული ფსიქიკური განვითარების დონეზე (ფსიქომოტორული რეაქციები, მხედველობითი, სმენითი, ტაქტილური და განსაკუთრებით, კუნთოვან-მოძრაობითი შეგრძნებები, ალქმა, აზროვნება და ყურადღება), რომელიც არეგულირებს მოძრაობებს კონკრეტული სახის სავარჯიშოების შესრულებისას. ამასთან, ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვან როლს თამაშობს პერცეპტული თვისებები, რომლებიც უზრუნველყოფს ყველა ოპერაციას, ინფორმაციის მოპოვებაზე დამოკიდებულს და, აგრეთვე, ფსიქომოტორული თვისებები (სენსომოტორული რეაქციის სიზუსტე და მოქმედებების სისწრაფე), რომლებზეც დამოკიდებულია მოსწავლის მოქმედებების ეფექტურობა. ფსიქომოტორული ფუნქციებისა და შემეცნებითი ფსიქიკური პროცესების სრულყოფა შესაძლებელია (პროგრამის ჩარჩოებში) სხვადასხვაგვარი სავარჯიშოების შესრულებით, ასევე, წამყვანი მამოძრავებელი თვისებების სპეციალური განვითარებით. ინტენსიური ვარჯიშებისა და შეჯიბრებების პერიოდში განსაკუთრებით შესამჩნევი ხდება ფიზიკური მომზადების შედეგების დამოკიდებულება ფსიქიკურ პროცესებზე (გობრონიძე;2000).

საბოლოო ჯამში კი შეიძლება ითქვას, რომ აღზრდის პროცესი ეფექტური იქნება მხოლოდ მაშინ,თუ პედაგოგი გამოწვევად დაისახავს მოსწავლის სრულყოფის პროცესს და ამ პროცესს მიზანმიმართულად,დაგეგმილად წარმართავს,რათა ერთი შეხედვით უმნიშვნელო,ფსიქო-ფიზიოლოგიური დეტალიც არ დარჩეს თვალთახედვის გარეთ.

თავი III- ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილები

3.1. ფიზიკურ აღზრდასა და სპორტთან დაკავშირებული საკანონმდებლო ნორმატივების ანალიზი

საქართველოს კონსტიტუციის მუხლი 34-ის მიხედვით: „სახელმწიფო საგანმანათლებლო დაწესებულებებთან, სპორტულ გაერთიანებებთან თანამშრომლობით ხელს უწყობს მოზარდთა და ახალგაზრდათა ფიზიკურ აღზრდას, სპორტში მათ ჩართვას.“ (<https://emis.ge/acts/saqartvelos%20konstitucia.pdf>) აღსანიშნავია ის ფაქტი, რომ საქართველო შეუერთდა სარეკომენდაციო ხასიათის მქონე საერთაშორისო დოკუმენტებს (გაეროს ბავშვთა უფლებების დაცვის კონვენცია, ევროპის სპორტის ქარტია და ეთიკის კოდექსი) და მიღებული აქვს რეკომენდაციები საერთაშორისო ორგანიზაციებიდან გაეროს და ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის (WHO) რეკომენდაციები. (http://gov.ge/files/381_41659_568620_601-1040414.pdf)

ეროვნულ სასწავლო გეგმაში ვხვდებით ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების თითოეულ საფეხურზე სპორტისა და ფიზიკური აღზრდის ძირითად მიზნებსა და ამოცანებს, მუშაობის მეთოდებს.

აგრეთვე, სპორტის სახეობების ჩამონათვალს, რომელიც საკმაოდ მრავალფეროვანია და საგნის სწავლების ორგანიზების ძალიან ზოგად მიმოხილვას. კონკრეტულად საბაზო საფეხურზე სწავლების ძირითადი მიზნები და ამოცანები გახლავთ: მოსწავლეთა ჯანმრთელობაზე ზრუნვა, დამოუკიდებლობის უნარის შექმნა, არჩეული სპორტის სახეობის სრულყოფილად დაუფლება, წვრთნის ჰიგიენა, თვითკონტროლის გამომუშავება, ტრავმატიზმის პროფილაქტიკა.

ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის სასწავლო გეგმა გვამცნობს საბაზო საფეხურზე მუშაობის მეთოდებსაც: VII-IX კლასებში სპორტის გაკვეთილებზე დროის განაწილება ხდება წვრთნის კონკრეტული ამოცანების შესაბამისად. განსაკუთრებული ყურადღება ეთმობა ფიზიკურ მომზადებას, ხოლო ტექნიკურ მომზადებას - დაახლოებით 50%. გამოკვეთილია ინტეგრალური მომზადების მნიშვნელობაც. ეს განპირობებულია წვრთნის კომპონენტების (ფიზიკური, ტექნიკური, ტაქტიკური

მომზადების) გაერთიანების აუცილებლობით, სათამაშო და საშეჯიბრო პირობებში მათი ეფექტურად გამოყენების მიზნით.სწავლების ამ ეტაპზე დიდ მნიშვნელობას იძენს მოსწავლის პიროვნულ და სოციალურ ფასეულობათა ჩამოყალიბება: მოვალეობის გრძნობა, შეუპოვრობა, პირადი პასუხისმგებლობა, გუნდური მუშაობის უნარი, შეჯიბრების წესების დაცვა და სპორტული სულისკვეთების გაღვივება. წვრთნის პროცესში განისაზღვრება მოსწავლეთა ფსიქოლოგიური სტატუსი. მათ უჩნდებათ საკუთარი თავის რწმენა, უვითარდებათ თვითშემეცნების, თვითშეფასებისა და თვითკონტროლის უნარი.(<http://ncp.ge/files/ESG/2011-2016/sporti.pdf>)

აღსანიშნავია ის ფაქტი,რომ ფიზიკურ მომზადებაში კონკრეტულად რომელი აქტივობები იგულისხმება,არსად არ არის გაწერილი და მეთოდები საკმაოდ ზოგადი ხასიათისაა. შესაბამისად,გამოდის,რომ პედაგოგს შეუძლია ის აქტივობა შესთავაზოს მოწაფეს,რომელიც,მისი სუბიექტური აზრით,დოკუმენტში ჩამოთვლილ თვისებასა და უნარს უვითარებს. წლიური გეგმა სარეკომენდაციო ხასიათისაა და უნდა აჩვენებდეს სტანდარტის რეალიზების შესაძლო გზებს,თუმცა მხოლოდ ისეთ ზოგად ცნებებს ვხვდებით,როგორიცაა „ჯანსაღი ცხოვრების წესი“, „მოტორული უნარები“ , „აქტიური მონაწილეობა სპორტში“ და ა.შ რა გზით,რის გათვალისწინებით უნდა ხდებოდეს შედეგზე გასვლა,არსადაა მითითებული.

განვიხილოთ,სახელდობრ, საბაზო საფეხურის ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის სტანდარტიც,რომელიც რამდენიმე ნაწილისგან შედგება:

სწავლა-სწავლების მიზნებში მოცემულია,რომ საგანმა ხელი უნდა შეუწყოს მოსწავლის მოტორული უნარების განვითარებას,ჯანსაღი ცხოვრების წესის პოპულარიზაციას ,ფიზიკური აქტივობის მნიშვნელობისა და საჭიროების გაცნობიერებას,თვითკონტროლისა და ორგანიზებულობის განვითარებას.

შედეგები და შინაარსი იმის შესახებაა თუ რა უნდა შეეძლოს მოსწავლეს საბაზო საფეხურის ბოლოს.

მეთოდოლოგიურ ორიენტირებში განხილულია ის პრინციპები,რაზეც სასწავლო პროცესი უნდა იყოს დაფუძნებული.

რაც შეეხება შეფასებას, სტანდარტი გვთავაზობს ტიპობრივ დავალებებს, რის მიხედვითაც შეიძლება მოსწავლე შეფასდეს და შეფასების რუბრიკის შესაძლო ფორმას. (<http://ncp.ge/files/ESG/NC%202018-2024/სპორტი%20სტანდარტი.pdf>)

სამწუხაროდ, მოცემულ დოკუმენტსაც აქვს ზოგადი ფორმა და არ არის განხილული, კონკრეტულად რა დატვირთვით უნდა ასრულებდეს ასეთ რთულ ასაკში ბავშვი აქტივობებს, რას უნდა აკეთებდეს, რა დეტალები უნდა გაითვალისწინოს მასწავლებელმა და არსად არის ნახსენები ფსიქო-ფიზიოლოგიური ფაქტორები, რომლის მიხედვითაც უნდა წარიმართოს საგაკვეთილო პროცესი. განსახვავებით საბჭოთა კავშირისგან, კარგად ჩანს, რომ ჯანდაცვის სამინისტრო საერთოდ არ არის ჩართული სასკოლო პროცესში და მნიშვნელოვანი განსხვავება საფეხურებს შორის არ ფიქსირდება სასწავლო პროცესის რეალიზების კუთხით.

3.2. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების შემაფერხებელი ფაქტორები თანამედროვე საგანმანათლებლო სივრცეში

2017 წელს, სახელმწიფო აუდიტის კვლევით, მასობრივი სპორტის განვითარების შესახებ (აუდიტის ანგარიში N13/36), გამოვლინდა ის შემაფერხებელი ფაქტორები, რომლებიც ზოგადსაგანმანათლებლო სივრციდანვე იღებს სათავეს და მნიშვნელოვან დაბრკოლებად აქცეული ზოგადად, სპორტისადმი ინტერესის, ჩართულობისა და განვითარების თვალსაზრისით.

უპირველესი პრობლემა, რომელიც საგანმანათლებლო სივრცეში აღმოჩნდა, გახლდათ სპორტის მასწავლებლების არასათანადო კვალიფიკაცია. საქართველოში სულ 2,085 ზოგადსაგანმანათლებლო საჯარო სკოლაა, სადაც სპორტის მასწავლებლების რაოდენობა შეადგენს 10,990-ს, თუმცა აქედან სპორტის სპეციალობით განათლება მიღებული აქვს 1,889 მასწავლებელს, მხოლოდ 18%-ს. სპორტის დანარჩენი მასწავლებლების ნახევარზე მეტი წარმოადგენს დაწყებითი კლასის მასწავლებლებს, ხოლო მეორე ნაწილი იმ მასწავლებლებს, რომლებსაც განათლება მიღებული აქვთ სხვა დარგებში. (http://gov.ge/files/381_41659_568620_601-1040414.pdf)

რა თქმა უნდა, აღნიშნული ფაქტი ძალიან ცუდად აისახება გაკვეთილების ხარისხზე. პედაგოგი, რომელმაც არ იცის ბავშვის ფსიქო-ფიზიოლოგიური მახასიათებლები, ვერ ჩაატარებს სრულფასოვან გაკვეთილს, მეტიც, შესაძლოა სავალალო შედეგი გამოიღოს მოზარდის არასწორმა ფიზიკურმა დატვირთვამ.

კიდევ ერთი პრობლემა აღმოჩნდა შემცირებული სპორტის საათები. ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციისა და გაერთიანებული კავშირის სახელმძღვანელოს „ჯანმრთელობის გაუმჯობესება ფიზიკური აქტივობების მეშვეობით“ მიხედვით მოზარდებში და ახალგაზრდებში 5-17 წლის ასაკობრივ ჯგუფში, ყოველდღიური ფიზიკური აქტივობა არ უნდა იყოს ერთ საათზე ნაკლები, ამავე დოკუმენტით შეფასდა, რომ მოსწავლეების 80%-ის ფიზიკური აქტივობა უნდა უზრუნველყოს სკოლამ. (<https://sao.ge/files/auditi/auditis-angarishebi/2017/maobrivi-sportis-ganvitareba.pdf>)

2011 წლიდან საქართველოს ზოგადსაგანმანათლებლო საჯარო სკოლებში სპორტი განეკუთვნება სავალდებულო საგნების ჯგუფს. სპორტის საათების კვირეული რაოდენობა შეადგენს 2 საათს, გარდა XI კლასია, სადაც დათმობილია 1.5 საათი, ხოლო ახალი 2018-2024 სასწავლო გეგმის მიხედვით, რომელიც ამ ეტაპზე მოიცავს მხოლოდ დაწყებით საფეხურს I-IV კლასებში კვირაში 3 საათს და V-VI კლასებში კვირაში 2 საათს. მიმდინარე სასწავლო გეგმის მიხედვით სკოლებს აქვთ უფლება ერთი კლასის ფარგლებში განსაზღვრული ჯამური საათებიდან 25% გადაანაწილონ საგნებს შორის, რაც გულისხმობს, რომ კონკრეტულ საგანს ემატება კვირეული საათობრივი განაკვეთი, სხვა საგნის ხარჯზე. (<https://sao.ge/files/auditi/auditis-angarishebi/2017/maobrivi-sportis-ganvitareba.pdf>)

სწორედ ამიტომ, რომ ხშირად, სხვა საგანს ატარებენ ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების ხარჯზე. სახელმწიფო აუდიტმა დაადგინა, რომ საჯარო სკოლების 31% რეგულარულად იყენებს ამ შანსს. მაშინ როდესაც თავად სკოლა აკნინებს კონკრეტულ საგანს და მასზე დიდ პრიორიტეტს ანიჭებს სხვას, შეუძლებელია მოსწავლე მოტივირებული იყოს და გააზრებული ჰქონდეს თუ რამდენად სჭირდება მას ჯანსაღი ცხოვრების წესი.

ამ სიტუაციის საპირისპიროდ კი, ევროკომისიის დოკუმენტის თანახმად, უმეტეს ქვეყანაში, ფიზიკური აღზრდის საათები უმნიშვნელოდ, მაგრამ მეტია საბუნებისმეტყველო და უცხო ენების გაკვეთილებთან შედარებით. (http://gov.ge/files/381_41659_568620_601-1040414.pdf)

სპორტის შესახებ საქართველოს კანონით, სასწავლო დაწესებულება, ადგილობრივი პირობებისა და მოსწავლეთა ინტერესების გათვალისწინებით, დამოუკიდებლად განსაზღვრავს ფიზიკურ აღზრდაში მეცადინეობის ჩატარების ფორმებს, მეთოდებს, ხანგრძლივობას, რომელიც არ უნდა იყოს 4 საათზე ნაკლები. რაც შეეხება სპორტის სახეობას, იგი სპორტის სამინისტროსთან შეთანხმებულად უნდა დამტკიცდეს, როგორც ერთიანი ეროვნული სასწავლო გეგმის სავალდებულო საგანი. (<https://www.matsne.gov.ge/ka/document/view/31552>)

გამოდის, რომ სრული თავისუფლება ეძლევა სკოლასა და მასწავლებელს, შესაბამისად, ვერავინ მოითხოვს, რომ საგანი სრულფასოვნად ჩატარდეს და საათობრივი ბადა გონივრულად იქნას ათვისებული, ეს მთლიანად დამოკიდებულია ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების ნებელობაზე. ფიზიკური აღზრდის, ადამიანის ჰარმონიული განვითარების პროცესში ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი ჯაჭვის არსებობა, მაინცდამაინც პრიორიტეტული არ არის სახელმწიფოსთვის.

ეფექტური აუდიტის ანგარიშის მიხედვით, საქმე გვაქვს კიდევ ერთ პრობლემასთან-სპორტულ ინფრასტრუქტურასთან. სსიპ საგანმანათლებლო და სამეცნიერო ინფრასტრუქტურის განვითარების სააგენტოს მიერ მოწოდებული მონაცემების მიხედვით, საქართველოში არსებული 2,085 საჯარო სკოლის ინფრასტრუქტურის მდგომარეობა არის განსხვავებული სკოლებისა და რეგიონების მიხედვით. სპორტული ინფრასტრუქტურის კუთხით შედარებით ცუდი მდგომარეობაა რეგიონებში. საჯარო სკოლებში სპორტული ინფრასტრუქტურის მდგომარეობა საქართველოს მასშტაბით შეფასდა როგორც ცუდი, რაოდენობრივად მეორე ადგილზე აღმოჩნდა სკოლები, რომელთაც საერთოდ არ გააჩნიათ ინფრასტრუქტურა, ყველაზე ცოტა კი ისეთი სკოლები გახლავთ, რომელთა ინფრასტრუქტურულ მდგომარეობასაც

კარგი შეგვიძლია ვუწოდოთ.(<https://sao.ge/files/auditi/auditis-angarishebi/2017/maobrivi-sportis-ganvitareba.pdf>)

აქედან გამომდინარე, შეგვიძლია ვივარაუდოთ, რომ თუნდაც გვყავდეს კვალიფიციური მასწავლებლები და გვქონდეს სრულფასოვანი საათობრივი ბადე, სპორტული ინფრასტრუქტურის მდგომარეობა არ მისცემს პედაგოგს საშუალებას, რომ ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილები ჩაატაროს სრულფასოვნად და წვლილი შეიტანოს მოსწავლის ფსიქო-ფიზიკურ განვითარებაში.

3.3. ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების კვლევა გერმანიის ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულებებში

ჯანსაღი ცხოვრების წესს, როგორც ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილების ნაწილს, საკმაოდ დიდი ისტორია აქვს გერმანიაში. რა თქმა უნდა, არც ეს ქვეყანაა გამონაკლისი და მასაც ჰქონდა მთელი რიგი პრობლემები ამ კუთხით, თუმცა ზუსტად ამ დაბრკოლებებმა მისცა ბიძგი სასკოლო სისტემაში გარკვეული პრაქტიკული მოდელების დანერგვას.

პრობლემები, რომლებიც ახალგაზრდა თაობაში ჯანსაღი ცხოვრების წესს ეხება, ორ კატეგორიად შეგვიძლია დავყოთ: სასკოლო ცხოვრების შიდა პრობლემები, ფიზიკულტურის სწავლების დაბრკოლებები და გარე პრობლემები ანუ გარემო, სადაც ბავშვი ვითარება. აუდიტის ეროვნულმა კვლევამ დაადგინა, რომ განსაკუთრებით ხაზგასმული ზუსტად შიდა, სასკოლო პრობლემატიკაა (Deutscher Olympischer Sport Bund, 2006). მოცემულ კვლევაში (Brett-Schneider & Brandl-Bredenbeck, 2011) მონაწილეობა მიიღო 200-მდე სკოლამ, 1000-მა მასწავლებელმა, 9000-მა მოსწავლემ. აღმოჩნდა, რომ მასწავლებლების 50% არაკვალიფიციური იყო, ხოლო თავად დირექტორებისთვის, გაკვეთილების მთავარ მიზანს სოციალური ურთიერთობები წარმოადგენდა და მხოლოდ მესამე მნიშვნელოვან მიზნად ჩათვალეს ჯანსაღი ცხოვრების წესის ცნება. ცუდი ფაქტი გახლდათ ისიც, რომ ბავშვებისთვის მთავარი გასართობი და სიამოვნება

თანამედროვე მოწყობილობებთან ჯდომა აღმოჩნდა. (Lampert,Mensink,Rohmann & Woll,2007)

გარდა სასკოლო პრობლემებისა,რა თქმა უნდა,კვლევამ გარე პრობლემებიც ცხადყო,რომელიც სულ მცირე, იმითაც მჟღავნებოდა, რომ მშობლებს, ახლომდებარე სახლებიდან, მანქანებით დაჰყავდათ შვილები და ფიზიკურ აქტივობას ამ კუთხითაც უზღუდავდნენ, თუმცა მთავარი პრობლემა მაინც სასკოლო სისტემაში იმალებოდა, ამიტომ სახელმწიფომ, ამ კუთხით, გარკვეული ცვლილებები შესთავაზა ახალ თაობას, ჯერ კიდევ 1990-იანი წლებიდან (Naul, Scmelt, & Hoftmann,2012) მან შეიმუშავა ოთხი სასკოლო აქტივობა:

- 1) ჩვეულებრივი გაკვეთილების დროს ე.წ „ტვინის შესვენება" ფიზიკური აქტივობებით (მაგ, მათემატიკის და ენის გაკვეთილები);
- 2) ფიზიკური აქტივობა და თამაშები შესვენების დროს;
- 3) თამაშები/სპორტი სკოლის სივრცეში,საგაკვეთილო პროცესის შემდგომ;
- 4) ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილები 4-5-ჯერ კვირის განმავლობაში.

ზემოთხსენებული აქტივობები, ინტენსიურად მიმდინარეობდა, თუმცა ეს არ აღმოჩნდა საკმარისი თანამედროვე გამოწვევების საპასუხოდ, ჯანსაღი ცხოვრების წესის პოპულარიზაციისა და დამკვიდრებისთვის. 2007 წლიდან,გერმანია შეუერთდა პროექტს- „ჯანმრთელი ბავშვი ჯანმრთელ საზოგადოებაში." პროექტი, დღესდღეობით, მოიცავს 12 ქალაქს და იგი მიმდინარეობს ევროკავშირის ეგიდით. 2010 წლის გლობალურ ფორუმზე გაჟღერდა სამი მნიშვნელოვანი მიზანი,რომელსაც ჩართული ქვეყნები უნდა ემსახურონ:

- 1) ჯანსაღი ცხოვრების წესზე ორიენტირება: საჭირო მოტორული უნარების განვითარება, სწორად კვება და თავისუფალი დროის აქტიურად დაგეგმვა;
- 2)ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილების იმგვარად დაგეგმვა,რომ ყველა მოსწავლე აქტიურად იყოს ჩართული და განუვითარდეთ საჭირო პიროვნული თვისებები;
- 3)იმის აქცენტირება,რომ ურთიერთობები მნიშვნელოვანია (მაგ, მშობლებთან, გუნდის წევრებთან,სკოლის ადმინისტრაციის წარმომადგენლებთან და ა.შ) და ბიძგი იმისკენ,რომ ფიზიკური აქტივობები იქცეს ცხოვრების განუყოფელ ნაწილად. (Edginton,Chin,Gaedelman,&Ahrabi-Fard,2011)

თანამედროვე საგანმანათლებლო სივრცეში, წარსული გამოცდილებითა და ახალი გამოწვევებით, ამგვარად ტარდება გაკვეთილები:

ფიზიკური აღზრდა-ჩვეულებრივი გაკვეთილები ტარდება კვირაში სამჯერ (135 წუთი). კვირის პირველი გაკვეთილი მეტადაა მიმართული ისეთი ცნებებისკენ, როგორცაა მოხერხებულობა, კოორდინაცია, ძალა, ამტანობა. კვირის მეორე გაკვეთილის დროს, ამ ყველაფრის პრაქტიკაში შესწავლა ხდება სხვადასხვა აქტივობის მეშვეობით. კვირის მესამე გაკვეთილზე კი ინდივიდუალური სურვილისა და საჭიროებების მიხედვით ხდება ბავშვების განაწილება რამდენიმე ოთახში, რათა მათზე მორგებული აქტივობები შესთავაზონ მოსწავლეებს და საგაკვეთილო პროცესი მეტად სასიამოვნო გახდეს. მათი განვითარების, ჩართულობისა და მიღწევების შესახებ, მშობლები ყველასთვის ინდივიდუალურად დაბეჭდილი ბარათიდან იგებენ. შესაბამისად, მშობლებს მუდამ აქვთ ინფორმაცია შვილების მოტორული უნარების შესახებ.

ზოგადი და სოციალურ კვლევები-თითოეულ სასწავლო წელს, აუცილებლად ტარდება ერთი (45 წუთიანი) მოხსენება სხეულზე, დიეტაზე, ჯანსაღ ცხოვრებაზე. ბავშვები სწავლობენ იმასაც თუ რომელი ფიზიკური აქტივობით რამდენი კალორიის დაკლება შეიძლება, რომელი საკვებიდან რა ვიტამინი შეუძლია მიიღონ და ზოგადად, რატომ არის მნიშვნელოვანი მათი განვითარებისთვის ნაკლები ეკრანი და მეტი მოძრაობა.

ექსტრაკურსულში ანუ სასკოლო სპორტი-გერმანიის თითოეული სკოლა სულ მცირე, მუნიციპალიტეტის თითო სპორტულ კლუბთან თანამშრომლობს. კვირაში ორჯერ, სასწავლო პროცესის შემდგომ, სრულიად თავისუფლად შეუძლიათ მოსწავლეებს სპორტის რომელიმე სახეობაზე სიარული. მსგავს რამეს განსაკუთრებით ისეთ ბავშვებს სთავაზობენ, რომელთაც აწუხებთ ჭარბი წონა ან ჰყავთ ემიგრანტი მშობლები და შესაბამისად, მათ განვითარებაში ყველაზე დიდი წილი სკოლისაა.

აქტიური სასკოლო რუტინა და სპორტი შესვენების დროს-წინასწარ დაგეგმილი, მცირეხნიანი თამაშები, რომლებსაც ასევე წინასწარ განსაზღვრულ, რომელიმე შესვენებაზე აკეთებენ ბავშვები მასწავლებლების მეთვალყურეობით.

ჯანსაღად კვება და საკვების მომზადება - „სკოლის ხილის დღესასწაული“ გერმანიის სკოლებში საკმაოდ პოპულარული ღონისძიებაა, როდესაც მშობლები მასწავლებლებთან ერთად ამზადებენ მხოლოდ ჯანსაღ საკვებს, მოსწავლეები კი სწავლობენ მათგან და შემდგომ აკეთებენ საინტერესო პრეზენტაციებს. ამგვარად, ისინი ცოდნასაც იძენენ და უნებურად, ჩვევაში გადასდით ნატურალური საკვების მიღება. (Naul&Dreiskamper, 2008)

როგორც ვხედავთ, გერმანიისთვის ფიზიკური აღზრდა მხოლოდ გაკვეთილებზე თამაში არ არის, არამედ მთელი სისტემა, რომელიც მიმართულია როგორც ფიზიკური განვითარებისკენ, აგრეთვე-ცნობიერების ამაღლებისკენ. ფაქტია, ეს ქვეყანა ყველანაირად ებრძვის დღევანდელ პრობლემას, რომელიც მოზარდების ტექნიკასთან მიჯაჭვულობასა და ე.წ „სწრაფი კვების“ სიყვარულში გამოიხატება.

3.4. მოსწავლეების დამოკიდებულების კვლევა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების მიმართ ა.შ.შ-ს მაგალითზე

2007 წელს, ამერიკის შეერთებულ შტატებში ჩატარდა კვლევა, რომელიც მიზნად ისახავდა საშუალო სკოლის მოსწავლეების დამოკიდებულების კვლევას ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებისადმი.

ძალიან ბევრი ფაქტორი ახდენს მოსწავლის სწავლის ხარისხზე გავლენას. როდესაც მასწავლებელი ქმნის ისეთ გარემოს, სადაც მოწაფე გრძნობს თავს სრულფასოვან წევრად, კომფორტულად და თვითდაჯერებულად, რა თქმა უნდა, საგნისადმი დადებითი დამოკიდებულება ყალიბდება. (Chen & Darst, 2001)

ფიზიკური აღზრდის მიმართაც, ისევე როგორც სხვა საგნების შემთხვევაში, ბავშვებს თავიანთი დამოკიდებულება უყალიბდებათ. ეს განსხვავებულობა შეიძლება გამოწვეული იყოს წინამდებარე სპორტული გამოცდილებით, უნარ-ჩვევებით, სქესით, ასაკით, სოციალური კლასით, უნარშეზღუდულობით და ა.შ. საკმაოდ ბევრი წინამდებარე კვლევა გვეუბნება, რომ სქესსა და ასაკს უდიდესი მნიშვნელობა აქვს ბავშვის სპორტულ აქტივობებში ჩართულობის კუთხით. (Biddle&Chatzisarantis, 1999)

რაც შეეხება ზემოთხსენებულ კვლევას, მასში მონაწილეობდნენ მე-6, მე-7 და მე-8 კლასის მოსწავლეები. მათი ჩართულობა და დამოკიდებულება შეფასდა ორი

კომპონენტის მიხედვით: სიამოვნების განცდა და მნიშვნელობის აღქმა. ყველა კლასი შეისწავლეს ფიზიკური აღზრდის სპეციალისტებმა დაკვირვების მეთოდით (3 მამაკაცი, 3 ქალბატონი). შედეგები ასეთი გახლდათ: ზოგადად, ყველა სტუდენტის დამოკიდებულება შეფასდა, როგორც საშუალოდ პოზიტიური, თუმცა საფეხურის მატებასთან ერთად, დამოკიდებულება გაუარესდა. ბოლო, მე-8 კლასში კი გამოვლინდა, რომ გოგონების დამოკიდებულება საგრძნობლად განსხვავდებოდა ბიჭების დამოკიდებულებისგან. (Subramaniam & Silverman, 2007)

მთელ მსოფლიოში, როგორც განვითარებულ, ისე განვითარებად ქვეყნებში აღინიშნება გარკვეული დისბალანსი ქალებისა და მამაკაცების სპორტში ჩართულობის მაჩვენებლებს შორის. ციფრები განსხვავებულია ქვეყნების მიხედვით და ეს სხვაობა არ უკავშირდება მხოლოდ იმას, რომ ქალებს და გოგონებს არა აქვთ სურვილი მონაწილეობა მიიღონ სპორტულ ღონისძიებებში. უმეტესწილად, ეს უკავშირდება ქვეყნის ტრადიციებს, სოციო-ეკონომიკურ პირობებს, სპორტის განვითარების პოლიტიკას და იმ შესაძლებლობებს, რომლებსაც ქვეყანა სთავაზობს გოგონებსა და ვაჟებს სპორტში მონაწილეობისთვის (http://files.sportstat.gov.ge/sportstat/app/get-file?identifier=23_2_f2fcd11f-aa37-4dbb-a711-6aaac2e6cf7a.pdf).

ფაქტია, ისეთ განვითარებულ და თავისუფალ ქვეყანასაც კი, როგორც ამერიკა, აწუხებს მსგავსი პრობლემა, კერძოდ კი, გოგონებისა და ბიჭების განსხვავებული დამოკიდებულება და ჩართულობა სპორტულ აქტივობებში. ამის გამომწვევ მიზეზად შეიძლება მივიჩნიოთ მათი სხვადასხვა ინტერესი, განვითარების სხვადასხვა ტემპი და ეტაპები. მოცემული კვლევა არ გვაძლევს ინფორმაციას იმის შესახებ თუ რას აკეთებს არსებული სისტემა იმისთვის, რომ გაკვეთილები ორივე სქესისთვის და ყველა ასაკისთვის ერთნაირად საინტერესო იყოს, თუმცა ჩემი თვალთახედვით, სამინისტრომ უნდა ჩაატაროს კვლევა, რომლის შედეგითა და სპორტული ტრადიციების მიხედვით, დადგინდება ქალებისთვის საჭირო და საინტერესო აქტივობები, აგრეთვე გათვალისწინებული იქნება ასაკობრივი თავისებურებები და ამის შემდგომ, გააძლიეროს ინფორმაციის წყარო, რითაც მოხდება საგნის პოპულარიზაცია, გენდერული კუთხით განსაზღვროს სტრატეგიული მიმართულებები და სამოქმედო გეგმა, ხოლო

პრაქტიკაში განხორციელების შემდგომ, აუცილებელია მუდმივი მონიტორინგი და გენდერული პოლიტიკის შეფასება.

კვლევითი ნაწილი

კვლევის ზოგადი აღწერა, დიზაინი და მეთოდოლოგია

კვლევა კონფიდენციალურია, რაც იმას გულისხმობს, რომ შედეგები წარმოდგენილია შეჯერებული სახით, პროცენტული მაჩვენებლებით და რესპოდენტების შესახებ რაიმე სახის მაიდენტიფიცირებელი მონაცემები კვლევის განხილვისას არ იქნება დაფიქსირებული.

კვლევის ჰიპოთეზა: ზოგადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე ჯეროვნად ვერ ტარდება გაკვეთილები ორი მნიშვნელოვანი მიზეზის გამო: მასწავლებელთა არაკვალიფიციურობა და ინფრასტრუქტურის პრობლემა.

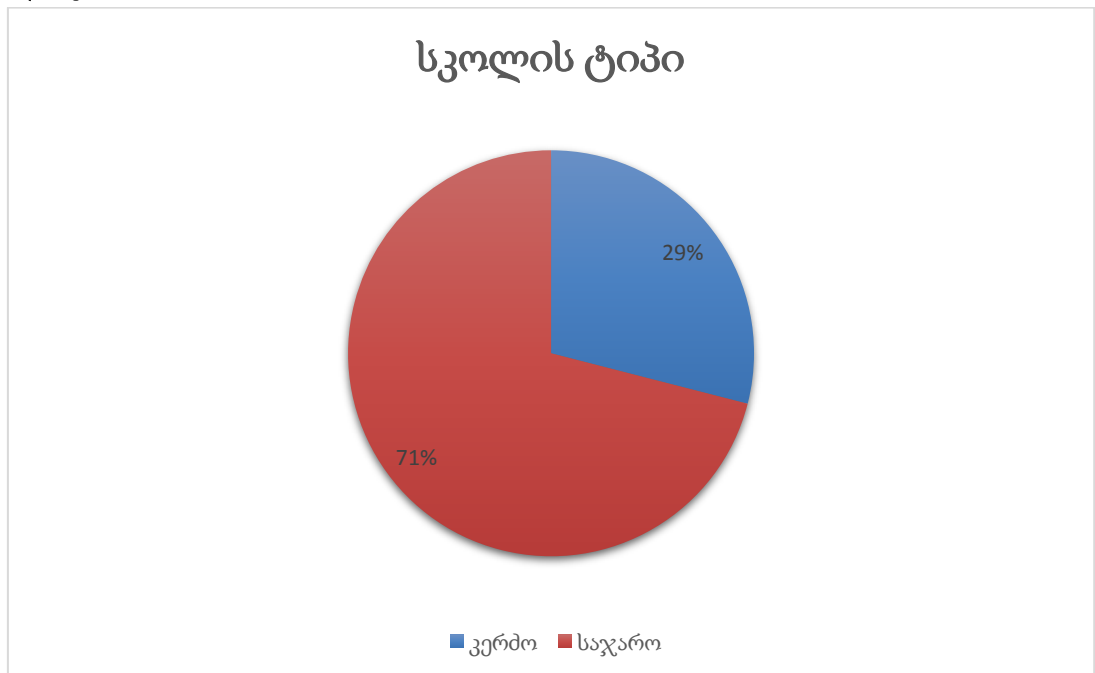
კვლევის პროცესში გამოყენებულია რაოდენობრივი კვლევის მეთოდი. სულ გამოიკითხა საბაზო საფეხურის 138 ფიზკულტურისა და სპორტის მასწავლებელი და ამავე საფეხურის, 160 მოსწავლე.

კვლევის შეზღუდვა: შერჩეული რესპოდენტები გახლავთ თბილისის მასშტაბით, შესაბამისად კვლევის შედეგები არ ვრცელდება სხვა რეგიონებზე და მხოლოდ დედაქალაქში არსებულ მდგომრეობას აღწერს ზომადსაგანმანათლებლო დაწესებულების საბაზო საფეხურზე.

პირველ ეტაპზე, განვიხილოთ ის კითხვარი და რესპოდენტთა პასუხები, რომლებიც მასწავლებლებმა შეავსეს.

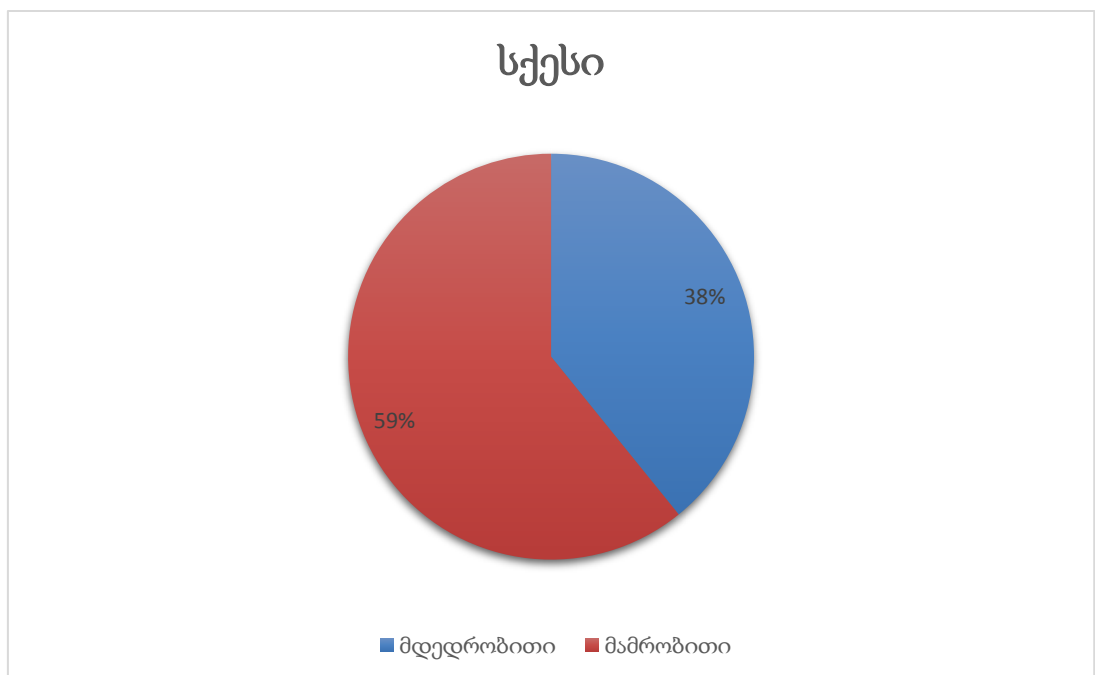
- გამოკითხვაში მონაწილე მასწავლებლების 29% გახლდათ კერძო სკოლიდან, ხოლო 71%-საჯაროდან.

დიაგრამა N1.



- გამოკითხვაში მონაწილე მასწავლებელთა 38% გახლდათ მდედრობითი, ხოლო 59%-მამრობითი.

დიაგრამა N2.



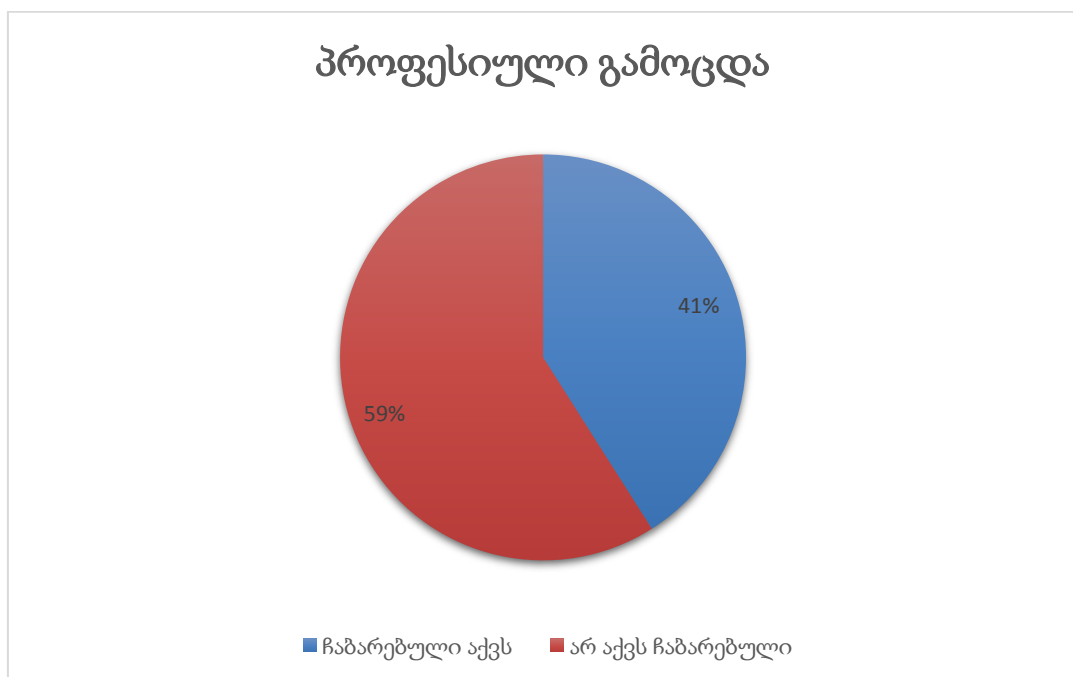
- გამოკითხულთა საშუალო ასაკია-44 წელი.
- გამოკითხულთა 18%-მა დაამთავრა ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის სახელმწიფო უნივერსიტეტის სპორტული რეაბილიტაციის მიმართულება, 2%-მა სპორტის აკადემიის სპორტ-თამაშების მწვრთნელ-მასწავლებლის

მიმართულება, 28%-მა ტექნიკური უნივერსიტეტი, თუმცა მხოლოდ 2%-მა მიუთითა მიმართულება (ინჟინერია), ხოლო 52%-მა საერთოდ უპასუხოდ დატოვა შეკითხვა.

მოცემულ შეკითხვაზე პასუხები და რესპონდენტების ნახევარზე მეტის მიერ უპასუხოდ დატოვებული შეკითხვა გვამღევეს იმის ვარაუდის საშუალებას, რომ ჯერ კიდევ დგას მათი კვალიფიციურობის პრობლემა.

- პროფესიული გამოცდა ჩაბარებული აღმოჩნდა 41%-ის შემთხვევაში, ხოლო დანარჩენს-59 % არ აქვს ჩაბარებული. ნახევარზე მეტს ჯერ კიდევ არ აქვს საგნის კომპეტენცია დადასტურებული.

დიაგრამა N3.



- მასწავლებელთა 61% ფიქრობს, რომ პროფესიულად განვითარების საშუალება ეძლევა, ხოლო 40% უარყოფს ამ ფაქტს. იმ შემთხვევაში თუ რესპონდენტი დაეთანხმებოდა დებულებას, უნდა დაესახელებინა ტრენინგ-კურსი, რომელიც ბოლოს გაიარა, თუმცა 85%-მა დატოვა უპასუხოდ და 15%-მა დაასახელა სპორტის აკადემიის მიერ ორგანიზებული, ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის მასწავლებლების გადამამზადებელი კურსი.

უპასუხოდ დატოვებული ღია შეკითხვა მიუთითებს იმ ფაქტზე, რომ პროფესიულ განვითარებასთან დაკავშირებული კითხვის დადებითი პასუხი იყო არაგულწრფელი.

- საბაზო საფეხურის მოსწავლეების ინტერესები და ჩართულობა 5 ბალიან სკალაზე(1- საერთოდ არ აქვთ ინტერესი და არ ერთვებიან პროცესში; 5-ძალიან დაინტერესებულნი არიან და ყოველთვის ერთვებიან პროცესში) შემდეგნაირად შეფასდა:

1-0% ; 2-0% ; 3-39% ; 4-28% ; 5-33%

როგორც ვხედავთ, მასწავლებელთა შეფასება, უმეტესად, საშუალო და მაღალია.

- მასწავლებელთა 17%-ის აზრით, საბაზო საფეხურზე იკლებს ბავშვების ინტერესი და ჩართულობა დაწყებით საფეხურთან შედარებით, პასუხის გაცემა უჭირს 33%-ს, ხოლო 50%-ს აზრი უარყოფითია.

- ამ შემთხვევაშიც კარგად ჩანს, რომ მასწავლებლები მოსწავლეთა ინტერესსა და ჩართულობაში ვერ ხედავენ განსაკუთრებულ პრობლემას.

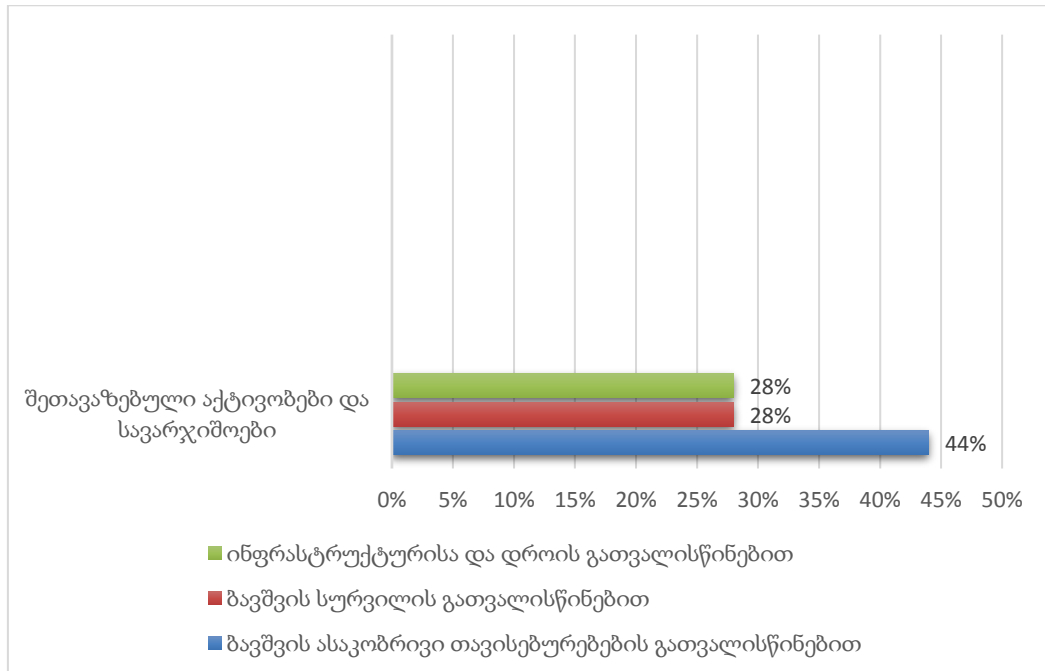
- ყველაზე ხშირად, რომელ სპორტულ აქტივობებსა და სავარჯიშოებს სთავაზობთ საბაზო საფეხურის მოსწავლეებს გაკვეთილზე? მოცემული შეკითხვა გახლდათ ღია ტიპის და 76 %-მა დაასახელა სირბილი, ფეხბურთი. 14%-მა დაასახელა სკოლის მიერ არჩეული სპორტის სახეობები, ხოლო დანარჩენმა 10%-მა დაწერა ზოგადი პასუხი-სხვადასხვა აქტივობა.

პასუხებიდან ნათელია, რომ პედაგოგები თავს არიდებენ კონკრეტული ინფორმაციის მომცემ პასუხებს, გაკვეთილებს წინასწარ დაგეგმვის, სტანდარტის მოთხოვნებთან შეუსაბამოდ ატარებენ. კარგად ჩანს ის ფაქტიც, რომ სკოლის მიერ არჩეული სპორტის სახეობები ფორმალური ხასიათისაა, რეალობაში მათი გამოყენება, საგაკვეთილო პროცესში, ნაკლებად ხდება.

- საგაკვეთილო პროცესში, სპორტული აქტივობებისა და სავარჯიშოების შეთავაზება, მასწავლებელთა 44%-ის მიხედვით, ხდება ბავშვის ასაკობრივი თავისებურებების

გათვალისწინებით, 28% ითვალისწინებს ბავშვის სურვილს და ასევე 28% ითვალისწინებს ინფრასტრუქტურასა და დროს.

დიაგრამა N4.



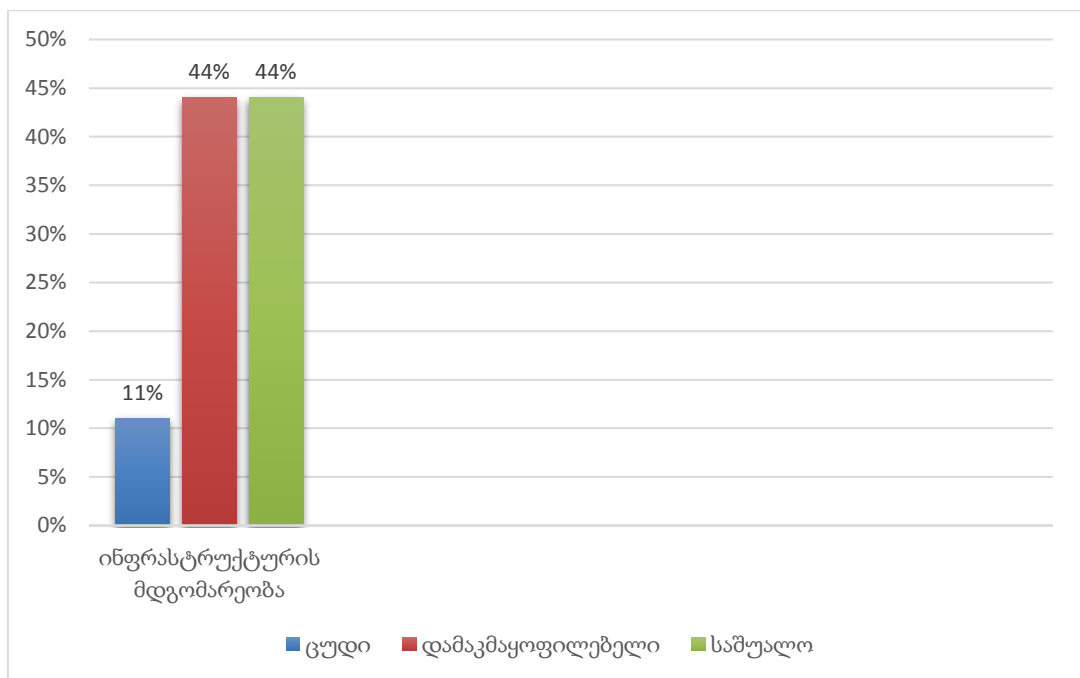
მოცემული კითხვით გვსურდა გადაგვემოწმებინა წინა კითხვის პასუხები, სადაც უნდა დაესახელებინათ საგაკვეთილო პროცესის აქტივობები და გაგვეგო, რის მიხედვით ხდება მათი შერჩევა, თუმცა უმეტესად ზოგადმა პასუხებმა, რთული გახადა დასკვნის გამოტანა. არსებული პასუხებით კი მხოლოდ ის არის ცხადი, რომ უბრალოდ სტანდარტულ აქტივობებს სთავაზობენ მოსწავლეებს, რომელიც უფრო მეტად მორგებულია ინფრასტრუქტურას.

• მასწავლებელთა 86% თვლის, რომ საბაზო საფეხურის ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის სტანდარტი უნდა ითვალისწინებდეს დიფერენცირებულ სპორტულ აქტივობებს პუბერტატული ასაკის გოგონებისა და ბიჭებისთვის ცალ-ცალკე, ხოლო ამ პასუხს იმ ფაქტით ასაბუთებს, რომ ინტერესები განსხვავდება სქესის მიხედვით, თანაც სკოლებში გასახდელის პრობლემაა და გოგონები ვერ ახერხებენ სპორტული ფორმების ჩაცმას. 14% ფიქრობს, რომ ცალ-ცალკე არ უნდა ტარდებოდეს, ვინაიდან ეს ფაქტი დაარღვევს გუნდურობის პრინციპს და აგრეთვე, წინ წამოწევს სქესთა შორის გაუცხოების თემას.

- ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილებისთვის განსაზღვრული საათობრივი ბაღე გაკვეთილების სრულყოფილად ჩასატარებლად საკმარისია 44%-სთვის და არ არის საკმარისი-56%-სთვის.

- სპორტული ინფრასტრუქტურის მდგომარეობას, მხოლოდ 11% აფასებს, როგორც ცუდს, ხოლო 44-44%-მა დააფიქსირა პასუხები-კარგი, დამაკმაყოფილებელი.

დიაგრამა N5.



საინტერესოა ის ფაქტი, თუკი საათობრივი ბაღეც საკმარისია და არც ინფრასტრუქტურის პრობლემაა (მიუხედავად იმისა, რომ მასწავლებლების უმეტესობა გასახდელების არარსებობას ადასტურებს), მაშინ მეტწილად რატომ სთავაზობენ მოსწავლეებს მხოლოდ სირბილსა და ფეხბურთს.

- ღია შეკითხვაზე, რა არის ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის სწავლა-სწავლების მიზნები, 76%-მა დაასახელა ბავშვის ფიზიკური განვითარება, ჯანსაღი ცხოვრების წესის პოპულარიზაცია 11%-მა, ხოლო 13% ბავშვების სპორტულ აქტივობებში ჩართვას მიიჩნევს მთავარ მიზნად.

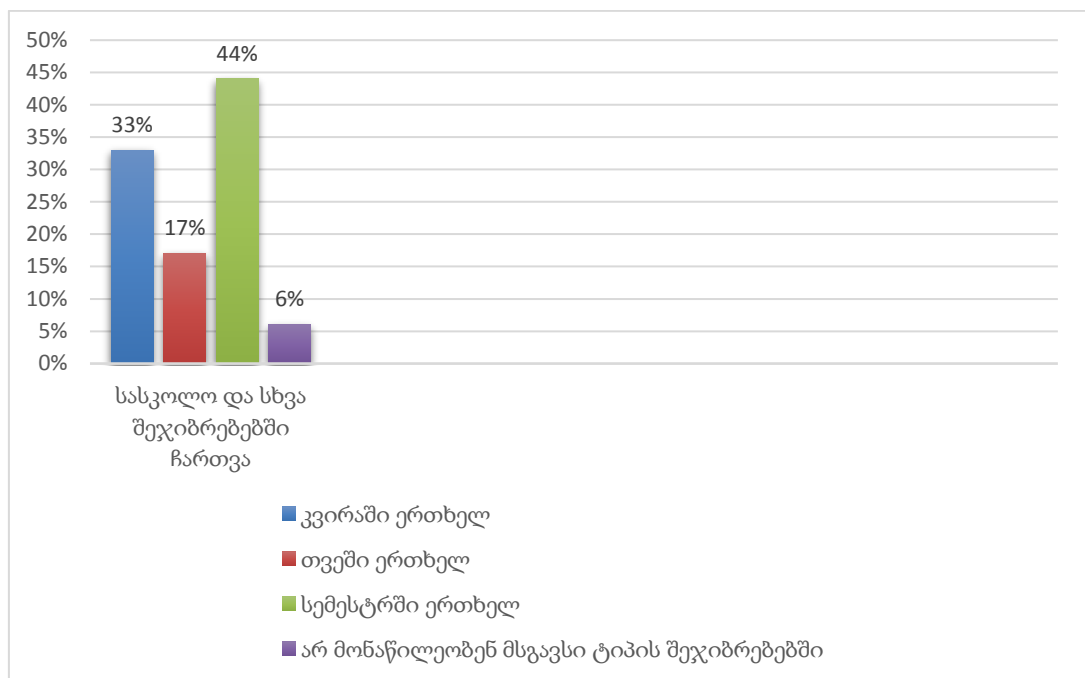
არავის უხსენებია იმ შინაგანი თვისებების განმტკიცება და ჩამოყალიბება, რომელსაც ეროვნული სასწავლო გეგმა და საგნის სტანდარტი მოითხოვს.

• შეფასეთ რამდენად ეხმარება არსებული გაკვეთილები საბაზო საფეხურის მოზარდებს ჯანსაღი ცხოვრების უნარ-ჩვევების ჩამოყალიბებაში?- მასწავლებლებს ამ კითხვაზე პასუხი 5 ბალიან სკალაზე უნდა აღენიშნათ (1-საერთოდ ვერ ეხმარება; 5- მაღიან ეხმარება). შეფასება შემდეგნაირი გახლდათ:

1-0% ; 2-6% ; 3-33% ; 4-17% ; 5-44%

• შეკითხვაზე, რა სიხშირითაა საბაზო საფეხურის მოსწავლეები ჩართული სასკოლო და სხვა შეჯიბრებებში, შემდგომი პასუხები მივიღეთ: კვირაში ერთხელ- 33%; თვეში ერთხელ-17%; სემესტრში ერთხელ-44%, არ მონაწილეობენ მსგავსი ტიპის შეჯიბრებებში-6%

დიაგრამა N6.



• როგორ შეაფასებდით ფიზიკური აქტივობის მნიშვნელობას კუბერტატული ასაკის მოზარდებისთვის? - მოცემულ შეკითხვაზე პასუხი,5 ბალიან სკალაზე უნდა აღენიშნათ (1-არ არის მნიშვნელოვანი;5-მაღიან მნიშვნელოვანია). შეფასება შემდეგნაირი გახლავთ:1-0% ; 2-0% ; 3-2% ; 4-37% ; 5-61%

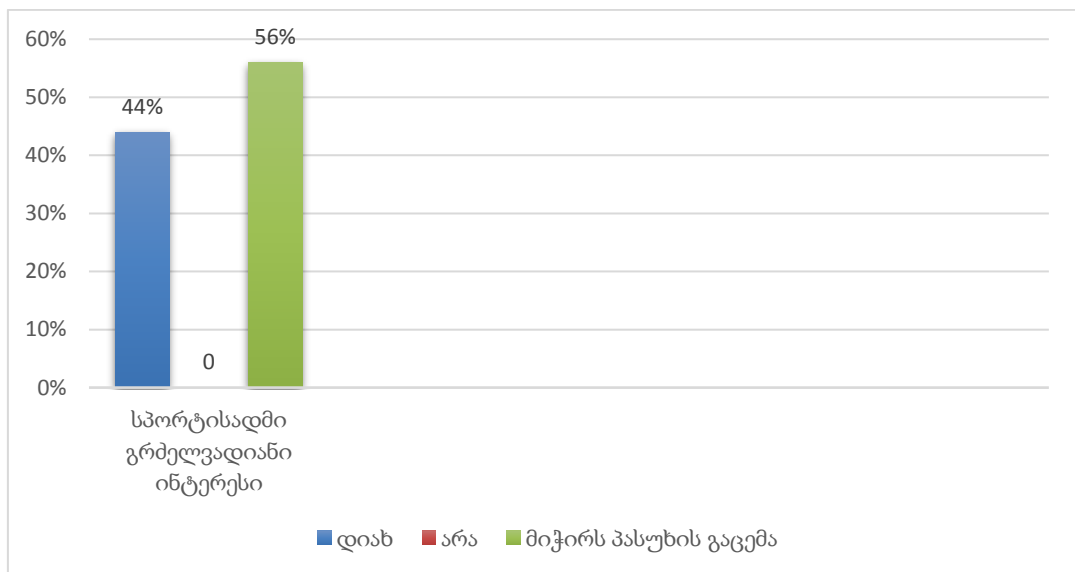
მასწავლებლები მნიშვნელოვნად მიიჩნევენ იმ ერთ-ერთ მიზანს, რომელზეც უნდა გადიოდეს მათი საგანი.

• შეკითხვაზე, რა ტიპის დავალებების მიხედვით ხდება მოსწავლის შეფასება, შემდეგნაირი პასუხები მივიღეთ: ფიზიკური აქტივობის მიხედვით აფასებს 67%,

თამაშების მიხედვით-11%,პროექტის მიხედვით-17%, ხოლო 5%-მა აღნიშნა პასუხი-სხვა. ექსპურსია, ლაშქრობა არავის აღუნიშნავს მიუხედავად იმისა, რომ საგნობრივი სტანდარტის ამასაც გვთავაზობს მოსწავლეთა შესაფასებლად.

- მასწავლებელთა 44%-ის აზრით, არსებული გაკვეთილები უვითარებს საბაზო საფეხურის მოზარდებს სპორტისადმი გრძელვადიან ინტერესს, 56%-ს უჭირს პასუხის გაცემა, ხოლო პასუხი-არა, არავის დაუფიქსირებია.

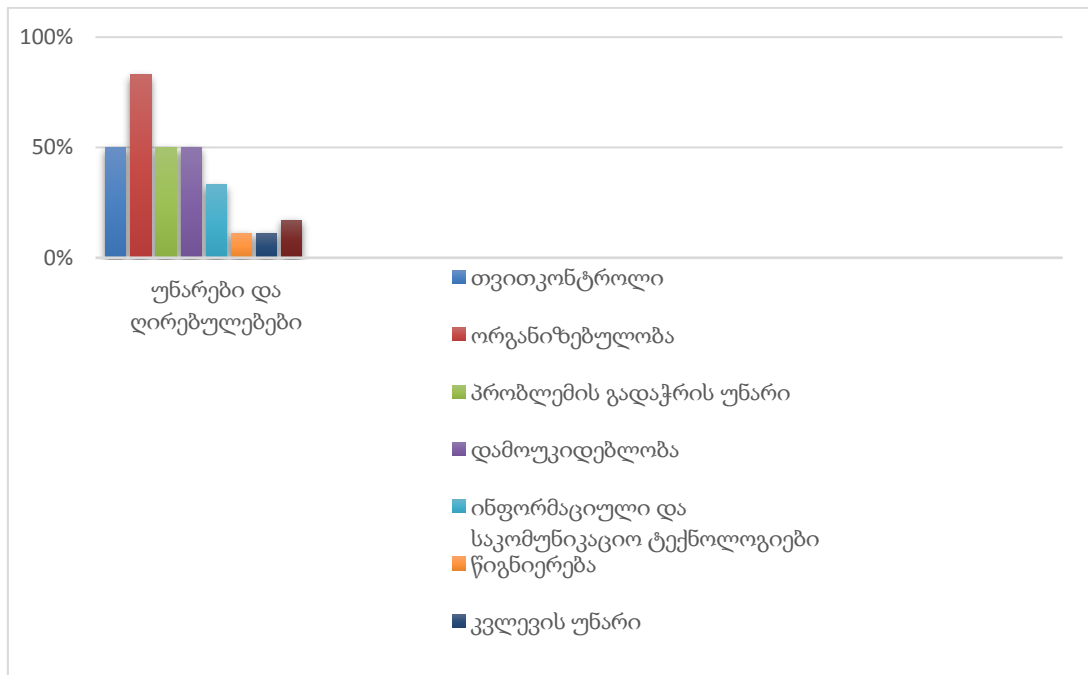
დიაგრამა N7.



ვინაიდან, უმეტესობას უჭირს პასუხის გაცემა, გამოდის,რომ გაკვეთილები ამ შედეგზე გასვლას მაინცდამაინც არ ემსახურება და არ არიან მასწავლებლები მსგავსი საკითხით დაინტერესებულები.

- საგნობრივი შედეგის გარდა, ეროვნული სასწავლო გეგმის მიზნებიდან გამომდინარე, რომელ უნარებსა და ღირებულებებს უვითარებს საბაზო საფეხურის მოსწავლეებს არსებული გაკვეთილები? (შესაძლებელი იყო რამდენიმე პასუხის ამორჩევა). შემდეგნაირი შედეგები მივიღეთ: თვითკონტროლი-50%, ორგანიზებულობა-83%,პრობლემის გადაჭრის უნარი-50%, დამოუიდებლობა-50%, ინფორმაციული და საკომუნიკაციო ტექნოლოგიები-33%, წიგნიერება-11%, კვლევის უნარი-11%, კრეატიულობა-17%, შემოქმედებითობა-28%

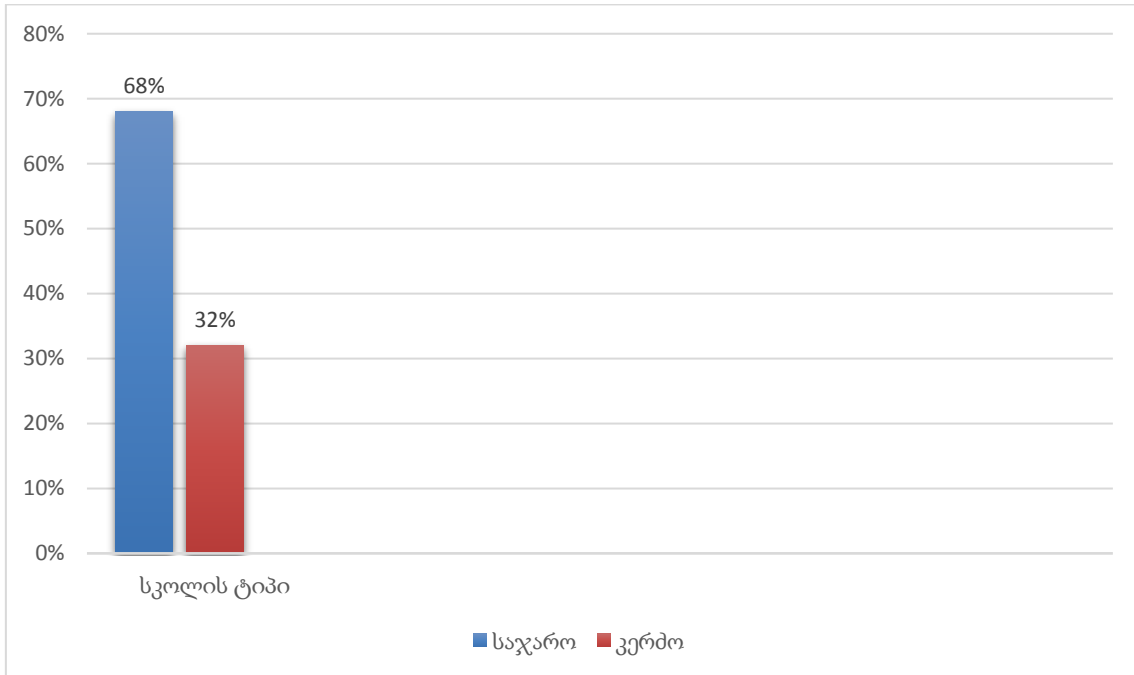
დიაგრამა N8.



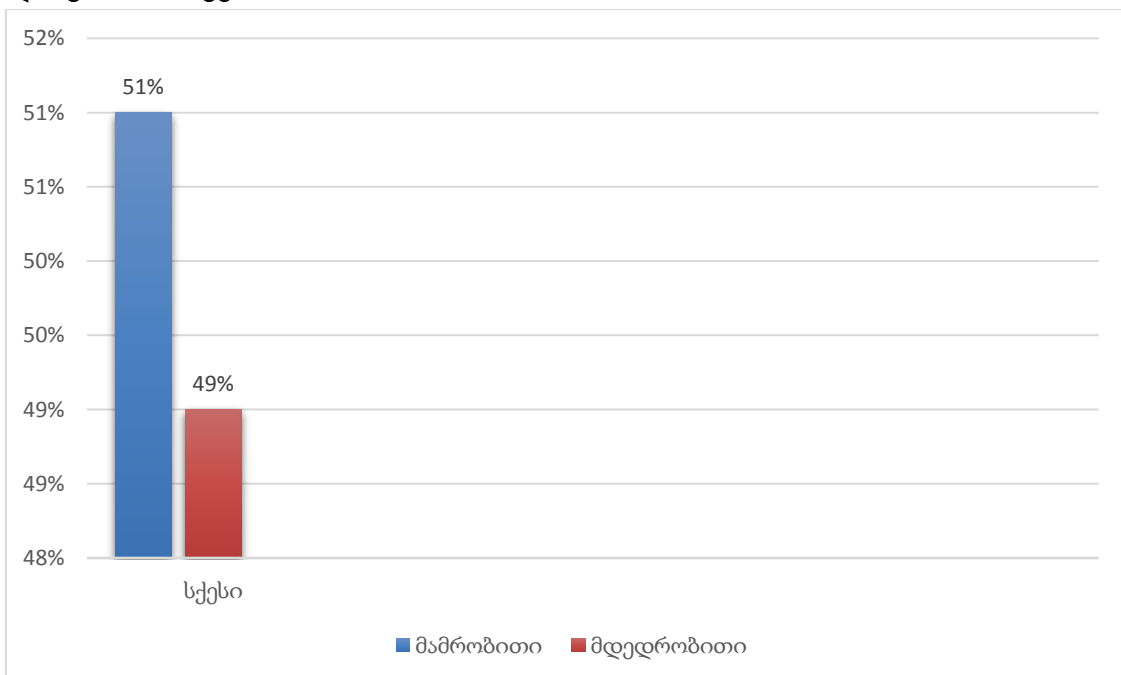
სწავლა-სწავლების მიზნებში არ უხსენებიათ მასწავლებლებს ეროვნული სასწავლო გეგმით გათვალისწინებული მიზნები, რაც გვაძლევს საშუალებას, რომ მოცემული კითხვის პასუხებში მათი გულწრფელობა ეჭვქვეშ დავაყენოთ, აგრეთვე ბუნდოვანია თუ როგორ ახერხებენ მოცემულ კომპეტენციებზე გასვლას იმ მწირი აქტივობებით, რომლებსაც სთავაზობენ საბაზო საფეხურის მოსწავლეებს.

მეორე კითხვარით გამოვკითხეთ საბაზო საფეხურის მოსწავლეები, რათა დაგვეჩვენათ მათი ხედვა და დამოკიდებულება ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების მიმართ. კვლევის შედეგად გამოვლინდა შემდეგი:

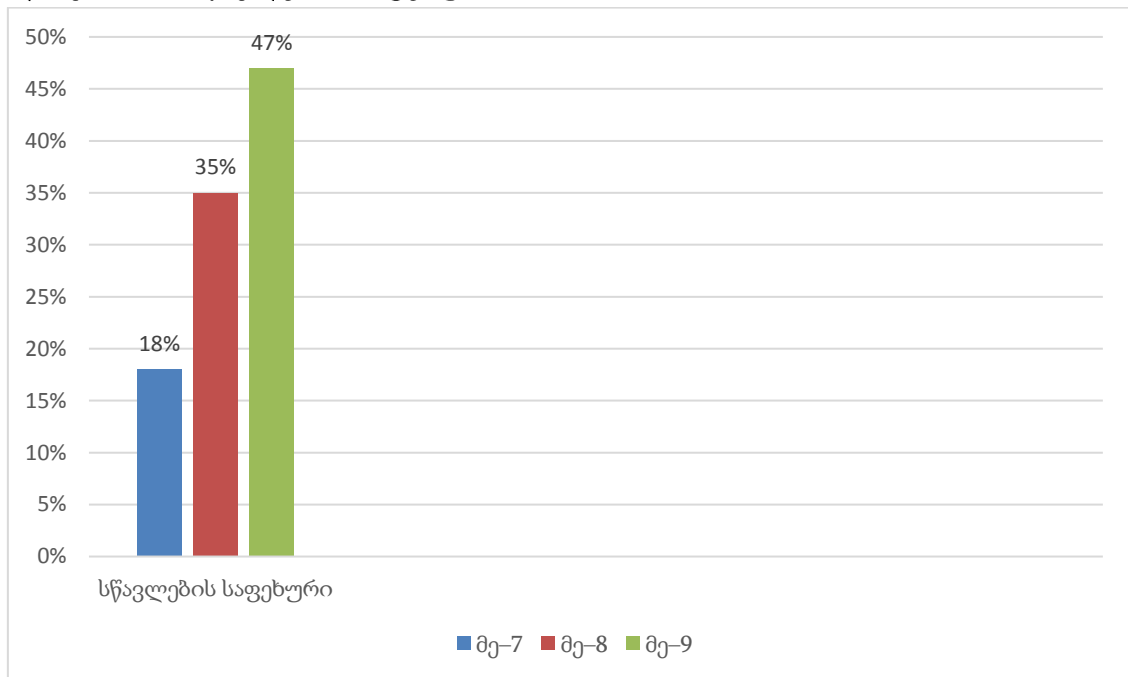
დიაგრამა 1. სკოლის ტიპი



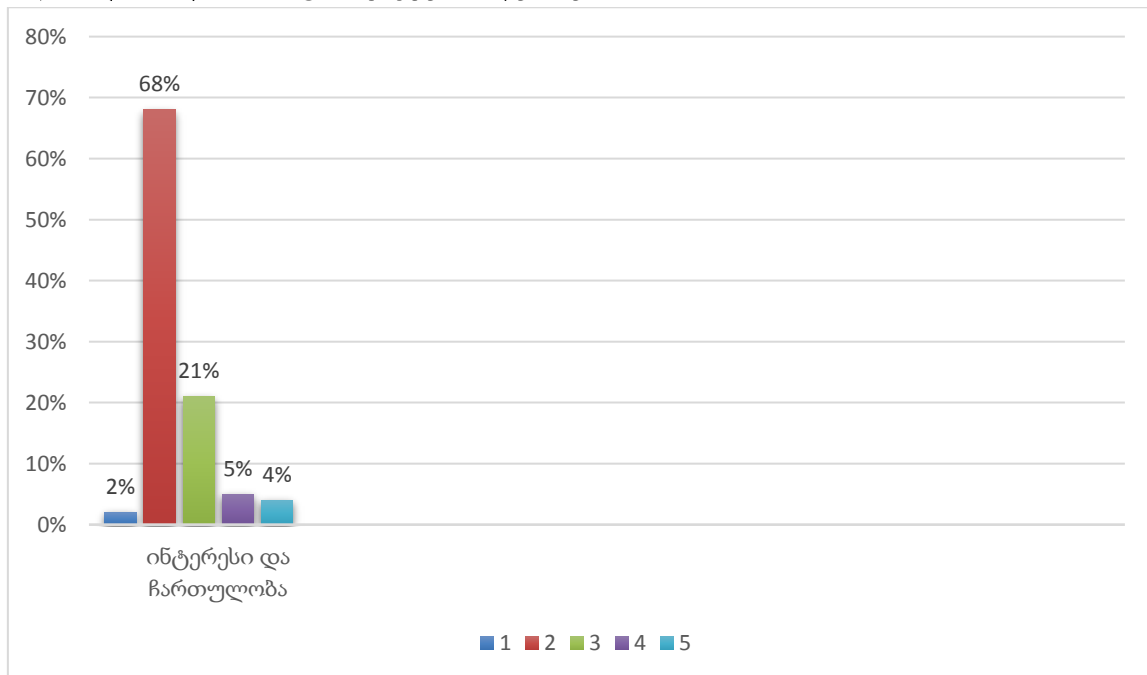
დიაგრამა 2. სქესი



დიაგრამა 3. სწავლების საფეხური



დიაგრამა 4. როგორ შეაფასებდით თქვენს ინტერესსა და ჩართულობას ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილებზე?



როგორც ვხედავთ, მასწავლებლებისგან განსხვავებით, მოსწავლეები საკმაოდ დაბალ დონეზე აფასებენ თავიანთ ინტერესსა და ჩართულობას.

ყველაზე ხშირად, რომელ სპორტულ აქტივობებსა და სავარჯიშოებს გათავაზობენ საგაკვეთილო პროცესში ?

ძირითადად ასეთი ტიპის პასუხები იყო:

„მასწავლებელი გვამღევს ბურთს და მერე ბიჭები ვთამაშობთ ფეხბურთს, ხოლო თუ გოგონებიც გამოთქვამენ სურვილს, მაშინ ვთამაშობთ წრეში ბურთს.“

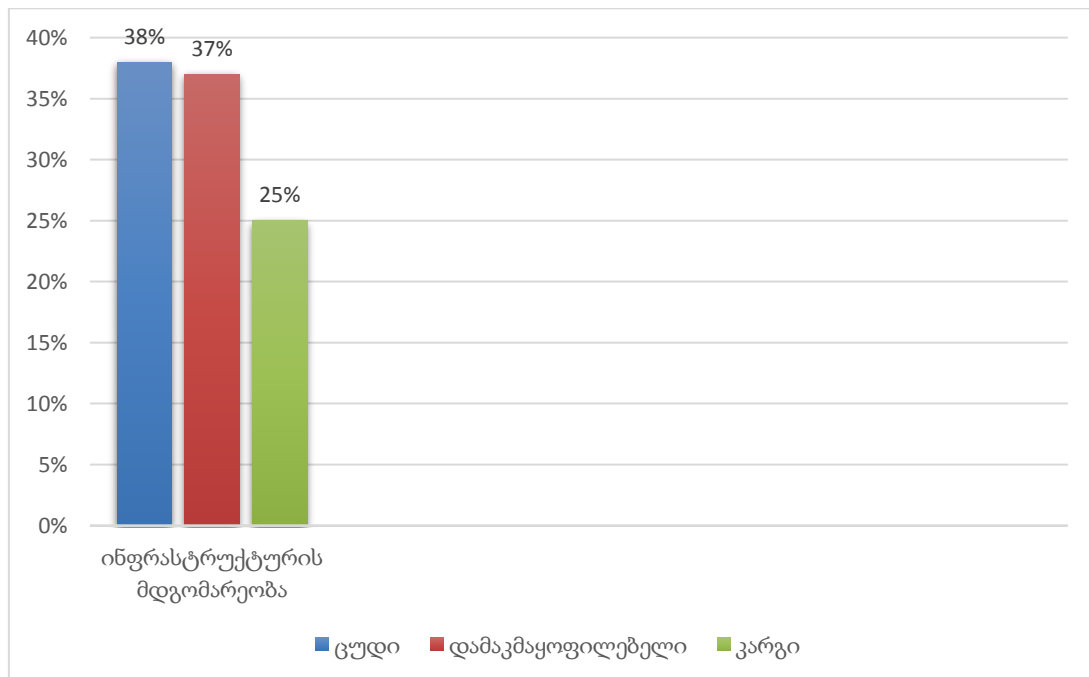
„მხოლოდ ბიჭები თამაშობენ ბურთით, მაგრამ ზოგჯერ მასწავლებელი გვიტარებს შეჯიბრებას სირბილში და მაშინ ყველანი ჩართულები ვართ.“

„ფეხბურთი და სირბილია ძირითადი აქტივობები.“

„ ბიჭები თამაშობენ კალათბურთს, ფეხბურთს. გოგონები ვთამაშობთ ჭადრაკს.“

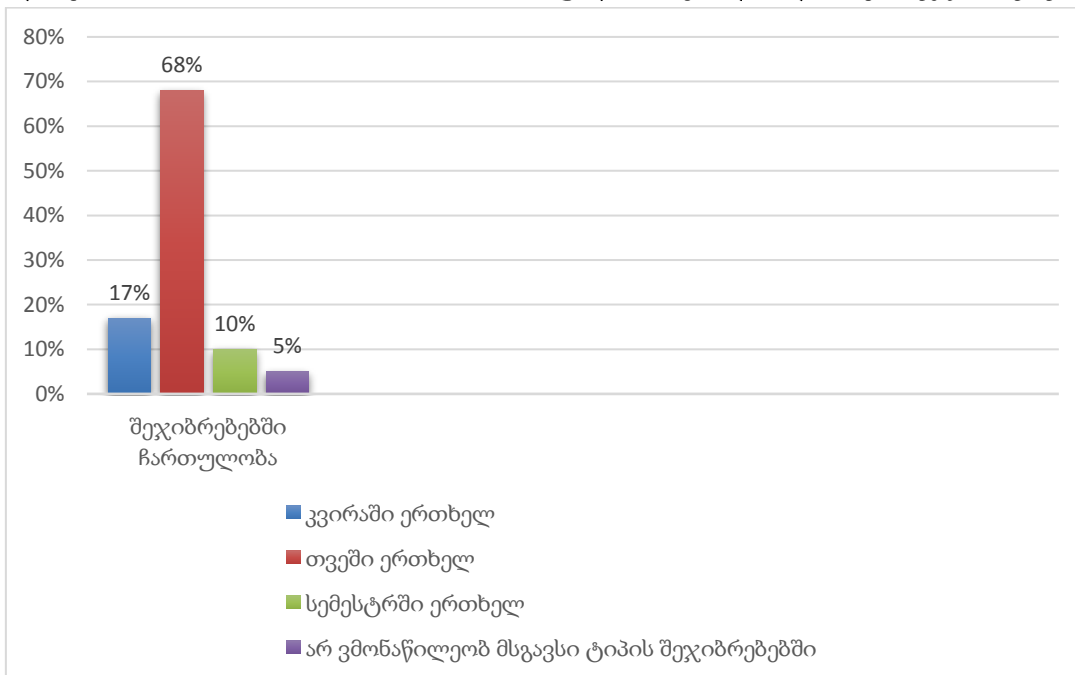
75% აღნიშნავს ფეხბურთს, კალათბურთს, სირბილს, 23 %-მა თქვა, რომ ძირითადად მხოლოდ ბიჭებისთვის საინტერესო აქტივობებს სთავაზობენ, ამიტომ არ ერთვება, 2 %-მა დაასახელა ჭადრაკი.

დიაგრამა 5. შეაფასეთ სპორტული ინფრასტრუქტურის მდგომარეობა თქვენს სკოლაში



მასწავლებლებისგან განსხვავებით, ინფრასტრუქტურასთან დაკავშირებით, უფრო კრიტიკული დამოკიდებულება აქვთ მოსწავლეებს.

დიაგრამა 6. რა სიხშირით ხართ ჩართული სასკოლო და სხვა შეჯიბრებებში?



ამ შემთხვევაში, მოსწავლეები მიიჩნევენ, რომ ხშირად არიან ჩართულები შეჯიბრებებში, განსხვავებით მასწავლებლებისგან, რომელთა უმეტესობამაც პასუხი „სემესტრში ერთხელ“ დააფიქსირა. შესაძლებელია, ბავშვებმა საგაკვეთილო პროცესის აქტივობებიც შეჯიბრებად ჩათვალეს.

- **მოგეთხოვებათ სპორტული ტანსაცმელი ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილებზე ?**
 დიახ- 38%
 არა- 62%
- **გაქვთ სკოლაში გასახდელი?**
 დიახ- 27%
 არა-73%

სკოლების უმეტესობა არ მოითხოვს სპორტულ ფორმას საგაკვეთილო პროცესში, რაც ჩემი აზრით, განსაკუთრებული პრობლემაა გოგონებისთვის, რომელთაც შესაძლებელია არ ეცვათ სპორტული აქტივობების შესასრულებლად საჭირო, კომფორტული ტანსაცმელი, თუმცა ფაქტია, რომ გასახდლების პრობლემაც აქტუალურია და თუნდაც ყველა სკოლაში გახდეს ფორმა სავალდებულო, მაინც რთული იქნება ამ წესის დაცვა თუკი ბავშვებს არ ექნებათ შესაბამისი ინფრასტრუქტურა.

• რას შეცვლიდით ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილების ჩატარების თვალსაზრისით?

ბავშვებმა, უმეტესად, ასეთი შინაარსის პასუხები გაგვცეს:

„კარგი იქნება თუ უფრო მრავალფეროვან თამაშებს შემოგვთავაზებენ და მხოლოდ ბიჭები არ ითამაშებენ ბურთით.“

„არაფერი გვაქვს ბურთისა და ჭადრაკის დაფის გარდა, რაც მოსაწყენს ხდის გაკვეთილებს.“

„მასწავლებელი უფრო მეტად უნდა გვაქცევდეს ყურადღებას, ხშირად არ გვათამაშებენ ბიჭები და ტყუილად ვართ გაკვეთილებზე.“

„მოსაწყენია ერთი და იგივე, რამე უნდა მოიფიქრონ მასწავლებლებმა, რომ ტყუილად არ ვისხდეთ გაკვეთილებზე. მხოლოდ ბიჭებისთვისაა ეს გაკვეთილი, გოგონები ვერაფერს ვაკეთებთ.“

„უნდა ეწყობოდეს შეჯიბრებები, მხიარული სტარტების მსგავსი რომ იყოს გაკვეთილები, ყველას უფრო მოგვეწონებოდა, მაგრამ არ გვაქვს საჭირო ინვენტარი.“

„მასწავლებელი მეტ ყურადღებას უნდა გვაქცევდეს და რამე საინტერესოს გვთავაზობდეს.“

„რა სპორტის სახეობასაც ვირჩევთ, იმას არ გვათამაშებენ. კარგი იქნება თუ გასახდელებიც გვექნება და თუნდაც ფეხბურთს წესიერად ვითამაშებთ.“

„მასწავლებელმა მოგვაქციოს ყველას თანაბარი ყურადღება და გაკვეთილები უფრო მოგვეწონება.“

პასუხებმა ცხადყო, რომ ბავშვებს აწუხებთ ინფრასტრუქტურის პრობლემა, აგრეთვე, გამოიკვეთა ბიჭების მეტად ჩართულობის ფაქტი და მასწავლებელთა ნაკლები ჩართულობა საგაკვეთილო პროცესში.

დასკვნის სახით შეგვიძლია ვთქვათ, რომ გაკვეთილები არასრულფასოვანია, არ ერგება ეროვნულ სასწავლო გეგმასა საგნის სტანდარტს. მასწავლებლები არსებულ პრობლემებს აღიქვამენ მეტად მსუბუქად, ვიდრე-ბავშვები. მასწავლებლები გაკვეთილებს არასაინტერესოდ მიიჩნევენ და შესაბამისად, მათი ჩართულობა და ინტერესი არის დაბალი.

დასკვნები

- ჩარატებულმა კვლევამ ცხადყო, რომ მასწავლებელთა კვალიფიციურობის საკითხი კვლავ გადაუჭრელ პრობლემად რჩება მიღებული უმაღლესი განათლების თვალსაზრისით, ასევე პროფესიული განვითარების მხრივ;
- მასწავლებლები ფიქრობენ, რომ მოსწავლეები ინტერესით ერთვებიან საგაკვეთილო პროცესში, ხოლო მოზარდები ინტერესსა და ჩართულობას ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის გაკვეთილებში საშუალოზე დაბალ დონეზე აფასებენ;
- საგაკვეთილო პროცესში უმეტესად შეთავაზებული სპორტული აქტივობებია სირბილი და ფეხბურთი, ამას ადასტურებენ მოსწავლეებიც, რაც ცხადყოფს გაკვეთილების შეუსაბამობას სპორტის საბაზო საფეხურის სტანდარტთან;
- არსებული საათობრივი ბაღე არ არის მასწავლებლებისთვის საკმარისი გაკვეთილების სრულფასოვნად ჩატარებისათვის, თუმცა მოსწავლეების პასუხები ცხადყოფს, რომ არსებული დროის ათვისებაც კი არ ხდება ჯეროვნად;
- სკოლაში არსებული ინფრასტრუქტურის მდგომარეობას მასწავლებლები უმეტესად აფასებენ დამაკმაყოფილებლად, რასაც არ ეთანხმებიან მოსწავლეები. ხაზგასასმელია ის ფაქტიც, რომ თავად მასწავლებლებიც აღნიშნავენ გასახდელეების არქონას, რომელიც დიდ დისკომფორტს უქმნის განსაკუთრებით გოგონებს და ითვლება ინფრასტრუქტურისადმი წაყენებული მოთხოვნების დარღვევად;
- მასწავლებელთა უმეტესობა, სწავლა-სწავლების მიზნად მხოლოდ ბავშვის ფიზიკურ განვითარებას თვლის და უფულებელყოფს სხვა ფსიქო-ფიზიოლოგიურ მიზნებს;
- მასწავლებლების მთავარი შეფასების კრიტერიუმი ფიზიკური აქტივობაა, ხოლო ბავშვები აცხადებენ, რომ ზოგჯერ, საერთოდ ვერ ახერხებენ აქტივობებში ჩართვას;

- პედაგოგები არ არიან ორიენტირებულნი იმაზე, რომ არსებულმა გაკვეთილებმა ბავშვებს განუვითაროს სპორტისადმი გრძელვადიანი ინტერესი, სწორედ ამიტომ უჭირთ იმაზე პასუხის გაცემა, გადის თუ არა ამ შედეგზე მათი საგანი;
- არჩეული სპორტის სახეობები მხოლოდ ფორმალობაა და საგაკვეთილო პროცესში არ ხდება მრავალფეროვანი აქტივობების შეთავაზება;
- მასწავლებლები არ არიან საგაკვეთილო პროცესში აქტიურად ჩართულები და მოსწავლეები თვითნებურად გეგმავენ მას;
- საგაკვეთილო პროცესში არ არის გათვალისწინებული ბავშვების ასაკობრივი თავისებურებები;
- საგაკვეთილო პროცესი ორივე სქესის ერთნაირი ჩართულობითა და ინტერესით არ მიმდინარეობს;
- საგნობრივი გამოცდა პედაგოგებისათვის არ არის მასწავლებლის კომპეტენციის საზომი, ვინაიდან, ამ კუთხით, არ გამოვლენილა მნიშვნელოვანი სხვაობა შედეგებს შორის.

რეკომენდაციები

- განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტრომ უნდა შეიმუშავოს ისეთი სქემა, რომელიც ხელს შეუწყობს მასწავლებელთა მუდმივ პროფესიულ განვითარებას (ტრენინგები, პროფესიული განვითარებისათვის განსაზღვრული აქტივობები და სხვ.);
- პროფესიული გამოცდა უნდა ითვალისწინებდეს მოსწავლის ასაკობრივი ფსიქო-ფიზიოლოგიური თავისებურებებისა და სწავლა-სწავლების მიზნების ცოდნას, იგი უფრო ობიექტურად და მკაცრად უნდა ზომავდეს მასწავლებლის კვალიფიკაციას;
- სახელმწიფომ უნდა იზრუნოს ინფრასტრუქტურის განვითარებაზე, რათა შესაძლებელი გახდეს სხვადასხვა სპორტული აქტივობის განხორციელება და მოსწავლეებს არ შეექმნათ დისკომფორტი;
- სახელმწიფომ ორგანიზება უნდა გაუკეთოს სპორტულ შეჯიბრებებს, ხოლო სკოლა ვალდებული უნდა გახდეს, რომ მიიღოს მონაწილეობა მსგავს აქტივობებში მოზარდებში სპორტისადმი გრძელვადიანი ინტერესი განვითარების მიზნით;
- გაკვეთილების დაგეგმვისა და შეფასების კრიტერიუმები მკაფიოდ უნდა იყოს გაწერილი და გაკონტროლებული;
- სკოლა ვალდებული უნდა იყოს, რომ ჯანსაღი ცხოვრების წესს გაუწიოს პოპულარიზაცია და მიაწოდოს საჭირო ინფორმაცია მოზარდებს;
- სახელმწიფომ ნათლად უნდა გამოკვეთოს გენდერული ბალანსის პრობლემატიკა და დაგეგმოს სტარეგიული მიმართულებები, რითაც მეტად ჩართავს მათ ფიზიკურ აქტივობებში არა მარტო სკოლაში, არამედ - მასობრივად;

- სახელმწიფომ უნდა შეიმუშავოს პროგრამა, რომლის მიზანიც იქნება მასწავლებლებისა და მოსწავლეების ცნობიერების ამაღლება ფიზიკური აქტივობების მნიშვნელობასთან მიმართებით;

გამოყენებული ლიტერატურა

- ასათიანი ვ, მოზარდი თაობის ჰარმონიული განვითარების პრობლემა XIX საუკუნის ქართველ განმანათლებელთა პედაგოგიურ მემკვიდრეობაში., თბილისი, 1993;
- ბელორუსოვა, ვ.ვ, პედაგოგიკა, მოსკოვი, 1972;
- ბიბილეიშვილი იური, პედაგოგიკის თეორიისა და ისტორიის საკითხები, „შოთა რუსთაველის სახელმწიფო უნივერსიტეტის“ გამომცემლობა, 2011;
- გენდერული თანასწორობა ფიზიკურ აღზრდასა და სპორტში– http://files.sportstat.gov.ge/sportstat/app/get-file?identifier=23_2_f2fcd11f-aa37-4dbb-a711-6aac2e6cf7a.pdf;
- გორგაძე მ, ნარკვევები საქართველოს ფიზიკური კულტურის ისტორიიდან., თბილისი, 1959;
- დაავადების კონტროლისა და საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის ეროვნული ცენტრი- <http://www.ncdc.ge/Pages/User/LetterContent.aspx?ID=fcf018d3-0a89-440c-8981-5f9337825eec>;
- ელაშვილი ვ., სასკოლო ფიზიკური აღზრდის ზოგიერთი პრობლემა, თბ., 1989;
- ვოლკოვი ნ.ი ,ფიზიკური კულტურის თეორია და პრაქტიკა,1998,N5;
- ვოლკოვი ნ.ი ,ფიზიკური კულტურის თეორია და პრაქტიკა,1994,N10;
- ზილბერმენ ვიქტორი,ფიზიკური აღზრდა საბჭოთა კავშირში,1978;
- კახიძე გიული; ფიზიკური აღზრდისა და სპორტის თეორიისა და მეთოდის საფუძვლები; თბილისის უნივერსიტეტის გამომცემლობა, თბილისი, 2002;
- კრასოვიცკი,მ.უ, ფიზკულტურა სკოლებში, პედაგოგიკა, მოსკოვი, 1978;
- კუკუშკინ, გ.ი, ფიზიკური აღზრდის საბჭოთა სისტემა ,მოსკოვი,1978;
- მატვევი ლ. პ., ნოვიკოვი ა. დ., ფიზიკური აღზრდის თეორიისა და მეთოდის ზოგადი საფუძვლები, თბილისი, 1979;
- როდოსელი აპოლონიუს,არგონავტიკა,თბილისი,1948;
- საბჭოთა სპორტი, კითხვები და პასუხები.თბილისი,1974;
- საგნობრივი პროგრამა სპორტში- <http://ncp.ge/files/ESG/2011-2016/sporti.pdf>;
- სპორტის პოლიტიკის დოკუმენტი. 2013 წლის 22 მაისის N127 დადგენილება-

http://gov.ge/files/381_41659_568620_601-1040414.pdf;

- საქართველოს კანონი სპორტის შესახებ-
<https://www.matsne.gov.ge/ka/document/view/31552>;
- საქართველოს კონსტიტუცია- <https://emis.ge/acts/saqartvelos%20konstitucia.pdf>;
- სახელმწიფო აუდიტის სამსახურის „ზოგადსაგანმანათლებლო სისტემაში კადრების მართვის“ ეფექტიანობის აუდიტის ანგარიში- <https://sao.ge/audit/audit-reports?page=44>;
- ფიზიკური აღზრდა და სპორტი,საგნობრივი სტანდარტი- <http://ncp.ge/files/ESG/-NC%202018-2024/სპორტი%20სტანდარტი.pdf>;
- ფოლსომი, მ.ბ, განათლება საბჭოთა კავშირში,ა.შ.შ,1957
- შნიდმენ, ნ.ნ საბჭოთა კავშირის გზა ოლიმპიადისკენ,ტორონტო,1978;
- ძაგანია გურამ,სპორტის ისტორია,თბილისი,2009;
- ჭკუასელი ქეთევან,პედაგოგიკის ზოგადი საფუძვლები,თბილისი,2012;
- Biddle, S. J. H ,Psychology or Promoting Physical activity,USA,1999;
- Brandl-Brendenbeck, An empirical study on the situation of school physical education in Germany, 2011- (https://www.researchgate.net/publication/270567650_Physical_and_Health_Education_in_Germany_From_School_Sports_to_Local_Networks_for_Healthy_Children_in_Sound_Communities);
- Chen, A& Darst, P.W, Reasearch Quarterly for Exercise and Sport,USA,2001;
- Deutscher Olympischer Sport Bund,2006- (https://www.olympia-lexikon.de/Deutscher-Olympischer_Sportbund) ;
- Edginton,C.R,Chin,Geadelman & Ahrabi-Fard,USA,2011;
- Lampert,T, Mensink, G.B.M,Rohmann, Physical Activity of Children and Youth in Germany, 2007;
- Subramaniam,P.R, &Silverman, Mesaurment in Physical Education and Exercise Science,2000- (https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S15327841Mpee0401_4)
- Naul,R, Schmelt, D & Hoffman, Promotion of exercise in schools, Germany,2012 (https://www.researchgate.net/publication/281781165_HEPA_and_Physical_Education_in_Europe)

Ivane Javakhishvili Tbilisi State University
Faculty of Psychology and Educational Sciences

Master's program “**Educational Sciences**”

Julakidze Mariami

Study of Physical Education and Sport Lessons' Practice of the Middle
School

The thesis is fulfilled for the purpose of getting Master's academic degree in
Educational Sciences

Master's thesis advisor: Ephemia Kharadze
Assistant Professor of Faculty of Psychology and Educational Sciences at TSU,
Doctor of Pedagogical Sciences

Tbilisi

2019