«Ռուս-Հայկական համալսարան» բարձրագույն կրթության միջպետական կրթական կազմակերպություն

Հաստատում եմ՝

Ֆիզիկական դաստիարակության և

առողջ ապրելակերպի ամբիոնի վարիչ,

պրոֆեսոր՝ Գրիգորյան Ա.Լ.

«14» հուլիսի 2026թ., արձանագրություն N 13

ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՊՐԱԿՏԻԿԱՅԻ ԾՐԱԳԻՐ

Մասնագիտություն՝ 011401.00.6 Մասնագիտական մանկավարժություն

Կրթական ծրագիր՝011401.09.6 Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ

Ուսուցման ձև՝ **Առկա**

Համաձայնեցված է՝

Ամբիոնի վարիչ

պրոֆեսոր Ա. Լ. Գրիգորյան

_____

(ստորագրություն)

Կրթական ծրագրի ղեկավար,

պրոֆեսոր Ա. Լ. Գրիգորյան

_____

(ստորագրություն)

1. Ընդհանուր դրույթներ

Մանկավարժական պրակտիկան բակալավրի կրթական ծրագրի պարտադիր բաղադրիչներից է, որի նպատակն է ապահովել ուսանողների տեսական գիտելիքների գործնական կիրառումը, մասնագիտական հմտությունների զարգացումը և ապագա մասնագիտական գործունեությանը նախապատրաստումը:

Պրակտիկան իրականացվում է համալսարանի և պրակտիկայի բազայի համագործակցության շրջանակներում՝ համաձայն ուսումնական պլանի և հաստատված ծրագրի: Այն հնարավորություն է տալիս ուսանողներին իրական պայմաններում ծանոթանալ ֆիզիկական դաստիարակության, մարզչական և կազմակերպչական աշխատանքի առանձնահատկություններին, ձեռք բերել մասնագիտական փորձ և կատարելագործել մանկավարժական կարողությունները:

Մանկավարժական պրակտիկան հանդիսանում է ավարտական աշխատանքի պատրաստման կարևոր փուլ՝ նպաստելով փաստական նյութերի հավաքագրմանը, ուսումնասիրվող հիմնախնդիրների վերլուծությանը և գործնական առաջարկությունների մշակմանը:

2. «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ. մասնագիտական մանկավարժություն» կրթական ծրագրի մանկավարժական պրակտիկայի նպատակները

Մանկավարժական պրակտիկայի նպատակն է ձևավորել ապագա մասնագետի մասնագիտական, մանկավարժական, մարզչական և կազմակերպչական կարողությունները, ամրապնդել ուսումնառության ընթացքում ձեռք բերված գիտելիքները և ապահովել դրանց արդյունավետ կիրառումը գործնական գործունեության ընթացքում:

Պրակտիկան նպատակ ունի նաև նպաստելու ավարտական աշխատանքի թեմային համապատասխան նյութերի հավաքագրմանը, կրթական և մարզական գործընթացների ուսումնասիրությանը, մասնագիտական խնդիրների լուծմանը և գործնական փորձի ձեռքբերմանը:

3. «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ. մասնագիտական մանկավարժություն» կրթական ծրագրի մանկավարժական պրակտիկայի խնդիրները

Պրակտիկայի ընթացքում լուծվում են հետևյալ խնդիրները.

- ամրապնդել և գործնականում կիրառել ուսումնառության ընթացքում ձեռք բերված մասնագիտական գիտելիքները,

- կատարելագործել ֆիզիկական դաստիարակության դասերի և մարզումների կազմակերպման ու անցկացման հմտությունները,
- մասնակցել ուսումնական և ուսումնամարզական գործընթացների պլանավորմանը, կազմակերպմանը և գնահատմանը,
- կիրառել ժամանակակից մանկավարժական և մարզչական մեթոդներ,
- ուսումնասիրել կրթական և մարզական հաստատությունների գործունեության կազմակերպումը,
- հավաքագրել ավարտական աշխատանքի համար անհրաժեշտ փաստական նյութեր,
- զարգացնել մասնագիտական հաղորդակցման, թիմային աշխատանքի և կազմակերպչական կարողությունները,
- պահպանել մասնագիտական էթիկայի, անվտանգության և ակադեմիական ազնվության սկզբունքները,
- ձևավորել ինքնուրույն աշխատանքի, պատասխանատվության և մասնագիտական որոշումների կայացման կարողություններ:

4. Մանկավարժական պրակտիկայի տեղը կրթական ծրագրի կառուցվածքում

Մանկավարժական պրակտիկան բակալավրի կրթական ծրագրի մասնագիտական բաղադրիչի պարտադիր տարրն է և իրականացվում է ուսուցման ավարտական փուլում:

Այն ապահովում է ուսումնառության ընթացքում ստացված տեսական գիտելիքների և գործնական հմտությունների համադրումը, ինչպես նաև նախապատրաստում է ուսանողին ավարտական աշխատանքի կատարմանը և հետագա մասնագիտական գործունեությանը:

Պրակտիկան հիմնվում է մանկավարժության, հոգեբանության, ֆիզիկական դաստիարակության տեսության և մեթոդիկայի, մարզչամանկավարժական կատարելագործման, սպորտային բժշկության, ֆիզիոլոգիայի, կենսամեխանիկայի և այլ մասնագիտական առարկաների ուսումնասիրման արդյունքների վրա:

5. Մանկավարժական պրակտիկայի անցկացման վայրը

Մանկավարժական պրակտիկան կարող է անցկացվել՝

- հանրակրթական դպրոցներում,
- ավագ դպրոցներում,
- մարզական և մանկապատանեկան մարզադպրոցներում,
- օլիմպիական հերթափոխի մարզադպրոցներում,
- ֆիթնես և առողջարարական կենտրոններում,

- մարզական ակումբներում,
- մարզական ֆեդերացիաներում,
- բարձրագույն և միջին մասնագիտական ուսումնական հաստատություններում,
- վերականգնողական և առողջարարական կենտրոններում,
- ինչպես նաև կրթական ծրագրի ուղղվածությանը համապատասխան այլ կազմակերպություններում:

6. Պրակտիկայի ուսումնամեթոդական ապահովում

Պրակտիկայի ուսումնամեթոդական ապահովումն իրականացվում է համալսարանի համապատասխան ամբիոնի կողմից:

Ուսանողին տրամադրվում են՝

- մանկավարժական պրակտիկայի ծրագիրը,
- անհատական առաջադրանքը,
- պրակտիկայի օրագիրը,
- պրակտիկայի հաշվետվության ձևավորման մեթոդական ցուցումները,
- գնահատման չափանիշները,
- անհրաժեշտ նորմատիվ և ուսումնամեթոդական փաստաթղթերը,
- մասնագիտական և գիտամեթոդական գրականությունը,
- խորհրդատվություն համալսարանի և պրակտիկայի բազայի ղեկավարների կողմից:

7. Կրթական ծրագրի շրջանավարտների ակնկալվող մասնագիտական գործունեության տեսակները

Ծրագրի շրջանավարտները պատրաստվում են իրականացնելու հետևյալ մասնագիտական գործունեությունը.

- ֆիզիկական դաստիարակության ուսուցչի գործունեություն հանրակրթական և մասնագիտական ուսումնական հաստատություններում,
- մարզչական գործունեություն մանկապատանեկան մարզադպրոցներում, մարզական ակումբներում և ֆեդերացիաներում,
- ուսումնամարզական գործընթացի պլանավորում, կազմակերպում և իրականացում,
- ֆիզիկական պատրաստվածության գնահատում և վերահսկում,
- առողջարարական և ֆիթնես ծրագրերի մշակում և իրականացում,
- մարզական միջոցառումների կազմակերպում և անցկացում,

- ուսումնամեթոդական նյութերի մշակմանը մասնակցություն,
- կրթական և մարզական գործընթացների մոնիթորինգ և գնահատում,
- առողջ ապրելակերպի և ֆիզիկական ակտիվության խթանման ծրագրերի իրականացում,
- մասնագիտական գործունեության ընթացքում շարունակական ինքնակրթություն և մասնագիտական զարգացում:

«Ռուս-Հայկական համալսարան» բարձրագույն կրթության միջպետական կրթական կազմակերպություն

Հաստատում եմ՝

Ֆիզիկական դաստիարակության և առողջ ապրելակերպի

Ամբիոնի վարիչ՝ Գրիգորյան Ա.Լ.

«14» հուլիսի 2026 թ., արձանագրություն N 13

ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԵՎ ԳԻՏԱ-ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՊՐԱԿՏԻԿԱՆԵՐԻ ԾՐԱԳԻՐ

Մասնագիտություն՝ 101401.00.7 Սպորտ

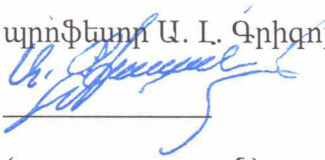
Կրթական ծրագիր՝ 101401.02.7 Առողջարարական ֆիզիկական կուլտուրա (կինեզիոլոգիա)

Ուսուցման ձև՝ **Առկա**

Համաձայնեցված է՝

Ամբիոնի վարիչ

պրոֆեսոր Ա. Լ. Գրիգորյան



(ստորագրություն)

Կրթական ծրագրի ղեկավար

Ստեփանյան Լուսինե Սամվելի



(ստորագրություն)

1. Ընդհանուր դրույթներ

Պրակտիկան «Առողջարարական ֆիզիկական կուլտուրա՝ կինեզիոլոգիա» մագիստրոսական կրթական ծրագրի կարևորագույն բաղկացուցիչ մասն է, որն ապահովում է տեսական գիտելիքների ամրապնդումն ու մասնագիտական գործնական հմտությունների ձևավորումը իրական մասնագիտական միջավայրում: Ծրագիրը ներառում է մասնագիտական և գիտա-մանկավարժական պրակտիկաներ՝ ընդհանուր 12 կրեդիտ (432 ակադեմիական ժամ) ծավալով: Ընդամենը՝ 12 կրեդիտ / 432 ակադեմիական ժամ:

2. Պրակտիկայի նպատակները

Պրակտիկայի նպատակն է ձևավորել կինեզիոլոգիական հետազոտություն անցկացնելու, անհատական ուղղիչ և վերականգնողական ծրագրեր մշակելու, հաճախորդներին ինքնուրույն վարելու մասնագիտական կարողություններ, ինչպես նաև ապահովել մագիստրոսական ատենախոսության համար անհրաժեշտ էմպիրիկ բազայի կուտակումը:

3. Պրակտիկայի խնդիրները

- ամրապնդել կինեզիոլոգիական հետազոտության (անամնեզ, մկանային թեստավորում, ֆունկցիոնալ գնահատում) հմտությունները,
- ձևավորել անհատական ուղղիչ և վերականգնողական ծրագրերի մշակման կարողություններ,
- ձեռք բերել հաճախորդների ինքնուրույն վարման փորձ դաստիարակի ղեկավարությամբ,
- կուտակել գիտահետազոտական տվյալներ և ձևավորել գիտական դիտարկման հմտություններ:

4. Պրակտիկայի տեղը կրթական ծրագրի կառուցվածքում

Պրակտիկան իրագործվում է 1-ին և 2-րդ կիսամյակներում: Մասնագիտական պրակտիկան կազմում է 8 կրեդիտ (288 ակադեմիական ժամ), գիտա-մանկավարժական պրակտիկան՝ 4 կրեդիտ (144 ակադեմիական ժամ): Ամփոփիչ ստուգման ձևը՝ ստուգարք:

5. Պրակտիկայի անցկացման վայրը

Պրակտիկան անցկացվում է վերականգնողական և առողջարարական կենտրոններում, սպորտային ակումբներում, կլինիկաներում և առողջապահական հաստատություններում, որոնց հետ համալսարանը կնքել է համապատասխան պայմանագրեր:

6. Պրակտիկայի բովանդակությունը

№	Բաժին / Պրակտիկայի բովանդակություն	Գործունեության տեսակ	Ակ. ժամ	Կրեդիտ	Ակնկալվող արդյունքներ
1	Կինեզիոլոգիական հետազոտություն. անամնեզի հավաքում, մկանային թեստավորում, շարժումների անհատական ուղղման ծրագրի մշակում (Կիրառական կինեզիոլոգիա)	Մասնագիտական պրակտիկա	72	2	Կինեզիոլոգիական հետազոտություն անցկացնելու կարողություն. ուղղիչ ծրագրերի կազմում հաճախորդների տարբեր կատեգորիաների համար
2	Սպորտային կինեզիոլոգիա և վերականգնում. ֆունկցիոնալ թեստավորում, սպորտային վնասվածքների կանխարգելում և վերականգնում, կենսամեխանիկական վերլուծություն	Մասնագիտական պրակտիկա	72	2	Մարզիկների ֆունկցիոնալ թեստավորման հմտություններ. հենաշարժական ապարատի վնասվածքներից հետո վերականգնման ծրագրերի մշակում
3	2-րդ կիսամյակ. Ինքնուրույն հաճախորդների վարում դաստիարակի ղեկավարությամբ. ֆունկցիոնալ թեստավորում, անամնեզի հավաքում, անհատական ծրագրի մշակում	Մասնագիտական պրակտիկա	144	4	Հաճախորդների վարման մասնագիտական կարողություն. իրական պայմաններում աշխատանքի փորձ. հաշվետվություն դաստիարակի բնութագրով

№	Բաժին / Պրակտիկայի բովանդակություն	Գործունեության տեսակ	Ակ. ժամ	Կրեդիտ	Ակնկալվող արդյունքներ
4	Մերսման հիմունքներ կինեզիոլոգիական պրակտիկայում. կիրառական և սպորտային մերսման տեխնիկաների, միոֆասցիալ ռելիզի յուրացում	Մասնագիտական պրակտիկա	—	—	Մերսման հիմնական տեխնիկաների տիրապետում. ձեռքի մեթոդների ինտեգրում կոմպլեքս վերականգնողական ծրագրերի մեջ
5	Գիտա-մանկավարժական պրակտիկա (2-րդ կիսամյակ). տվյալների հավաքում և վերլուծություն մագիստրոսական ատենախոսության համար, արդյունքների ձևակերպում	Գիտա-մանկավարժական պրակտիկա	144	4	Գիտական դիտարկման հմտությունների ձևավորում. ատենախոսության էմպիրիկ բազայի կուտակում. աշխատանք գիտական ղեկավարի հետ
ԸՆԴԱՄԵՆԸ ՊՐԱԿՏԻԿԱՅԻ ՀԱՄԱՐ	**432**	**12**			

7. Պրակտիկայի ուսումնամեթոդական ապահովումը

Պրակտիկայի ընթացքում ուսանողը վարում է անհատական օրագիր, կազմում է հաշվետվություն կատարված աշխատանքի վերաբերյալ և ներկայացնում է ղեկավարի բնութագիրը: Ամփոփումն իրականացվում է հաշվետվության պաշտպանության միջոցով:

8. Կրթական ծրագրի շրջանավարտների ակնկալվող մասնագիտական գործունեության տեսակները

- ֆիզիկական վերականգնողական և կինեզիոթերապևտիկ գործունեություն,
- սպորտային կինեզիոլոգիա և վնասվածքների ռեաբիլիտացիա,
- առողջության բարելավմանն ուղղված գործունեություն,

- գիտահետազոտական գործունեություն:

Ծանոթագրություն

Ծրագրի ղեկավար՝ Ստեփանյան Լուսինե Սամվելի, մասնագիտություն 101401.02.7

Պրակտիկայի ղեկավար՝ Գրիգորյան Ա. Լ.

Պրակտիկայի համակարգող՝ Խաչատուրյան Գայանե/ Մնացականյան Բարեղամ

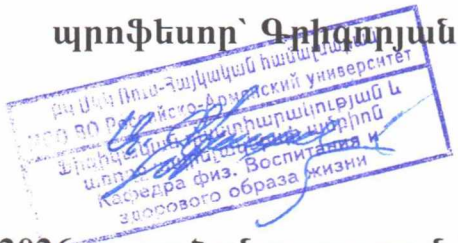
«Ռուս-Հայկական համալսարան» բարձրագույն կրթության միջպետական կրթական կազմակերպություն

Հաստատում եմ՝

Ֆիզիկական դաստիարակության և

առողջ ապրելակերպի ամբիոնի վարիչ,

պրոֆեսոր՝ Գրիգորյան Ա.Լ.



«14» հուլիսի 2026 թ., արձանագրութուն N 13

ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՊՐԱԿՏԻԿԱՅԻ ԾՐԱԳԻՐ

Մասնագիտություն՝ 011401.00.7 Մասնագիտական մանկավարժություն

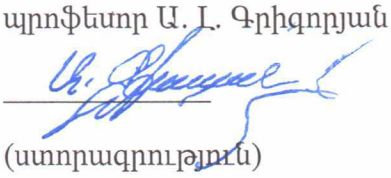
Կրթական ծրագիր՝ 011401.09.7 Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ

Ուսուցման ձև՝ **Առկա**

Համաձայնեցված է՝

Ամբիոնի վարիչ

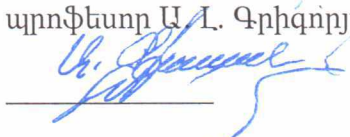
պրոֆեսոր Ա. Լ. Գրիգորյան



(ստորագրություն)

Կրթական ծրագրի ղեկավար,

պրոֆեսոր Ա. Լ. Գրիգորյան



(ստորագրություն)

1. Ընդհանուր դրույթներ

Մասնագիտական պրակտիկան մագիստրոսական կրթական ծրագրի պարտադիր բաղադրիչներից է, որն ուղղված է ուսանողների տեսական գիտելիքների ամրապնդմանը, մասնագիտական հմտությունների կատարելագործմանը և ինքնուրույն մասնագիտական գործունեության իրականացման պատրաստվածության ձևավորմանը: Պրակտիկան իրականացվում է բուհի և պրակտիկայի բազայի համագործակցության շրջանակներում՝ համաձայն հաստատված ուսումնական պլանի և պրակտիկայի ծրագրի:

Մասնագիտական պրակտիկան սերտորեն կապված է մագիստրոսական թեզի թեմայի հետ և հնարավորություն է տալիս իրական պայմաններում իրականացնել հետազոտական, մանկավարժական, մարզչական և կազմակերպչական աշխատանքներ, հավաքագրել և մշակել անհրաժեշտ տվյալներ, ինչպես նաև գնահատել կիրառվող մեթոդների արդյունավետությունը:

2. «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ. մասնագիտական մանկավարժություն» կրթական ծրագրի մասնագիտական պրակտիկայի նպատակները

Մասնագիտական պրակտիկայի նպատակն է ապահովել մագիստրանտի մասնագիտական, մանկավարժական, գիտահետազոտական և կազմակերպչական կարողությունների զարգացումը, ամրապնդել ուսումնառության ընթացքում ձեռք բերված գիտելիքները և ձևավորել ինքնուրույն մասնագիտական գործունեության իրականացման հմտություններ:

Պրակտիկան նպատակ ունի նաև նպաստելու մագիստրոսական թեզի թեմային համապատասխան գիտափորձի կազմակերպմանը, փաստական նյութերի հավաքագրմանը, տվյալների մշակմանը և հետազոտության արդյունքների գիտական հիմնավորմանը:

3. «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ. մասնագիտական մանկավարժություն» կրթական ծրագրի մասնագիտական պրակտիկայի խնդիրները

Պրակտիկայի ընթացքում լուծվում են հետևյալ խնդիրները.

- ամրապնդել և կիրառել ուսումնառության ընթացքում ձեռք բերված մասնագիտական գիտելիքները,
- կատարելագործել մանկավարժական և մարզչական գործունեության կազմակերպման հմտությունները,

- իրականացնել մարզումների, դասերի և կրթական գործընթացի պլանավորում, կազմակերպում և գնահատում,
- կիրառել ժամանակակից մանկավարժական, մարզչական և հետազոտական մեթոդներ,
- կազմակերպել և իրականացնել գիտափորձ կամ հետազոտություն՝ մագիստրոսական աշխատանքի թեմային համապատասխան,
- հավաքագրել, մշակել և վերլուծել հետազոտական տվյալները,
- մշակել գործնական առաջարկություններ և գիտական եզրակացություններ,
- պահպանել մասնագիտական էթիկայի և ակադեմիական ազնվության սկզբունքները,
- զարգացնել ինքնուրույն աշխատանքի, որոշումների կայացման և մասնագիտական պատասխանատվության կարողությունները:

4. Մասնագիտական պրակտիկայի տեղը «Ֆիզիկական դաստիարակություն և սպորտային մարզումներ. մասնագիտական մանկավարժություն» կրթական ծրագրի կառուցվածքում

Մասնագիտական պրակտիկան մագիստրոսական կրթական ծրագրի մասնագիտական բաղադրիչի պարտադիր տարրն է և իրականացվում է ուսումնական ծրագրի ավարտական փուլում: Այն հանդիսանում է մագիստրոսական թեզի նախապատրաստման և ավարտական որակավորման աշխատանքի կատարման կարևոր բաղադրիչ:

Պրակտիկան հիմնվում է նախորդ կիսամյակներում ուսումնասիրված մասնագիտական առարկաների վրա և ապահովում է դրանց գործնական կիրառումը կրթական, մարզական և գիտահետազոտական գործունեության պայմաններում:

5. Մասնագիտական պրակտիկայի անցկացման վայրը

Մասնագիտական պրակտիկան կարող է անցկացվել.

- բարձրագույն ուսումնական հաստատություններում,
- հանրակրթական և մասնագիտացված դպրոցներում,
- մարզական դպրոցներում,
- օլիմպիական հերթափոխի մարզադպրոցներում,
- մարզական ակումբներում և ֆեդերացիաներում,
- ֆիթնես և առողջարարական կենտրոններում,
- գիտահետազոտական կազմակերպություններում,

- վերականգնողական և առողջապահական հաստատություններում,
- ինչպես նաև այլ կազմակերպություններում, որոնց գործունեությունը համապատասխանում է կրթական ծրագրի բովանդակությանը:

6. Պրակտիկայի ուսումնամեթոդական ապահովում

Պրակտիկայի ուսումնամեթոդական ապահովումն իրականացվում է համալսարանի համապատասխան ամբիոնի կողմից:

Մագիստրանտին տրամադրվում են.

- մասնագիտական պրակտիկայի ծրագիրը,
- անհատական առաջադրանքը,
- պրակտիկայի օրագիրը,
- հաշվետվության կազմման մեթոդական ցուցումները,
- գնահատման չափանիշները,
- անհրաժեշտ նորմատիվ և մեթոդական փաստաթղթերը,
- գիտական և մասնագիտական գրականություն,
- խորհրդատվություն համալսարանի և պրակտիկայի բազայի ղեկավարների կողմից:

7. Կրթական ծրագրի շրջանավարտների ակնկալվող մասնագիտական գործունեության տեսակները

Կրթական ծրագրի շրջանավարտները պատրաստվում են իրականացնելու հետևյալ մասնագիտական գործունեությունը.

- մանկավարժական գործունեություն բարձրագույն, միջին մասնագիտական և հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում,
- մարզչական գործունեություն տարբեր մարզաձևերում,
- ուսումնամարզական գործընթացի նախագծում, կազմակերպում և կառավարում,
- գիտահետազոտական գործունեություն ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի ոլորտում,
- կրթական ծրագրերի և ուսումնամեթոդական նյութերի մշակում,
- մարզական կազմակերպությունների կառավարման և կազմակերպչական գործունեություն,
- առողջարարական և ֆիզիկական ակտիվության ծրագրերի մշակում և իրականացում,

- կրթական և մարզական գործընթացների մոնիթորինգ, գնահատում և որակի ապահովում,
- խորհրդատվական և փորձագիտական գործունեություն ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի և առողջ ապրելակերպի ոլորտներում,
- շարունակական մասնագիտական զարգացման և նորարարական ծրագրերի իրականացում: