

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

ՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԲԺՇԿՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆ

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԾՐԱԳԻՐ

ԷԿՈԼՈԳԻԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ

Մարզաառողջարարական և մարզչամանկավարժական ֆակուլտետների 1-ին կուրսի
ուսանողների համար

ԵՐԵՎԱՆ 2013

ԾՐԱԳԻՐԸ ԿԱԶՄԵԼ ԵՆ՝

ասիստենտ Կ.Ա. Ղազարյան

դասախոս Ն.Զաքարյանը

դասախոս Կ.Ղուլյանը

ՀԱՎԱՆՈՒԹՅԱՆ Է ԱՐԺԱՆԱՑԵԼ ՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ

ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԲԺՇԿՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆԻ ՆԻՍՏՈՒՄ

ԱՐՁԱՆ. ԹԻՎ

ՀԱՍՏԱՏՎԱԾ Է ԻՆՍՏԻՏՈՒՏԻ ԳԻՏԱԿԱՆ ԽՈՐՀՐԴԻ ՆԻՍՏՈՒՄ

ԱՐՁԱՆ. ԹԻՎ

Բ Ա Ց Ա Տ Ր Ա Գ Ի Ր

«Էկոլոգիայի հիմունքներ» դասընթացի նպատակն է ուսանողների մոտ զարգացնել ընդհանուր էկոլոգիական անհատական կուլտուրա, ինչպես նաև նպաստել ապագա մասնագետների պրոֆեսիոնալ կուլտուրայի բարձրացմանը՝ ծանոթացնելով նրանց բնական համակարգերի կազմավորման գործունեության հիմունքներին, մարդ - բնություն - հասարակություն փոխհարաբերություններին, կենսամիջավայրում մարդու զարգացման և գործունեության օրինաչափություններին:

Դասընթացի նպատակները.

- ուսանողներին ծանոթացնել ընդհանուր էկոլոգիայի, մարդու էկոլոգիայի, բնօգտագործման հիմունքներին;
- ապահովել էկոլոգիական կրթության անընդհատությունը հանրակրթական և մասնագիտական պատրաստման փուլերում;
- բարձրացնել ուսանողների մասնագիտական բանիմացության մակարդակը՝ սույն դասընթացի և մասնագիտական առարկաների բովանդակությունների միջև միջառարկայական կապերի հաստատման միջոցով:

Դասընթացը նախատեսված է 16 շաբաթ տևողությամբ կիսամյակի դեպքում՝ 32 ժամ լսարանային պարապմունքների համար, որոնցից 12 ժամ՝ դասախոսություններ, 20 ժամ՝ սեմինար պարապմունքներ:

Գիտելիքների ստուգման հանրագումարային ձևը՝ միջանկյալ քննություն:

ԷԿՈԼՈԳԻԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆ

Մարզչամանկավարժական ֆակուլտետի ուսանողների համար
I կիսամյակ

Թիվ	Թեմա	Դասախ.	Գործ.
1	2	3	4
1	Թեմա 1. Ներածություն 1.1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը: 1.2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները, կապը մյուս գիտությունների հետ	2	
2	Թեմա 2. Գաղափար բնակության միջավայրի մասին. 2.1. Ցամաքաօդային միջավայրը և ջուրը որպես բնակության միջավայր: 2.2. Հողը և կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր		2
3	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները: 3.1. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը: 3.2. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տոլերանտություն, սահմանափակող գործոններ: 3.3. Միջավայրի հիմնական արհեստիկ գործոնները (լույս, ջերմություն, ջուր, խոնավություն, տեղումներ)	2	
4	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները		2
5	Թեմա 4. Գաղափար Էկոհամակարգի մասին: 4.1. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ, էկոլոգիական բուրգեր: 4.2. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա	2	
6	Թեմա 4. Գաղափար Էկոհամակարգի մասին:		2
7	Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները: 5.1. Վերնադասկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր: 5.2. Կենսոլորտի կառուցվածքը		2
8	Սեմինար` արտալսարանային աշխատանք. ՀՀ հատուկ պահպանվող տարածքները. արգելոցներ, արգելավայրեր, ազգային պարկեր		2
9	Միջանկյալ քննություն		
10	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.1. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ,	2	

	ռեսուրսների ճգնաժամ, էլեկտրամագնիսական դաշտ		
11	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.2. Ջրերի և սնունդի աղտոտումը, օզոնային ճեղք: 6.3. Աղմուկ, լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն		2
12	Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները. 7.1. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը: 7.2. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը:	2	
13	Սեմինար` արտալսարանային աշխատանք. Սնունդի ընդհանուր վիճակը, օզոնային շերտի քայքայումը, թթվային տեղումներ		2
14	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում: 8.1. Մարդու վարքագծի կարգավորման մակարդակները` կենսաքիմիական, կենսաֆիզիկական, ինֆորմացիոն, հոգեբանական	2	
15	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում		2
16	Թեմա 9. Կենսամիջավայրի էկոլոգիա: Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը` սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր		2
17	Թեմա 10. Ֆիզիկական կուլտուրայի էկոլոգիա. 10.1.Ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը: 10.2.Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա	2	
18	Միջանկյալ քննություն		

ԷԿՈԼՈԳԻԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆ
Մարզաառողջարարական ֆակուլտետի ուսանողների համար
I I կիսամյակ

Թիվ	Թեմա	Դասախ.	Գործ.
1	2	3	4
1	Թեմա 1. Ներածություն 1.1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը: 1.2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները, կապը մյուս գիտությունների հետ	2	
2	Թեմա 2. Գաղափար բնակության միջավայրի մասին. 2.1. Ցամաքաօդային միջավայրը և ջուրը որպես բնակության միջավայր: 2.2. Հողը և կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր		2
3	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները: 3.1. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը: 3.2. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տոլերանտություն, սահմանափակող գործոններ: 3.3. Միջավայրի հիմնական արհեստիկ գործոնները (լույս, ջերմություն, ջուր, խոնավություն, տեղումներ)	2	
4	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները		2
5	Թեմա 4. Գաղափար Էկոհամակարգի մասին: 4.1. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ, էկոլոգիական բուրգեր: 4.2. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա	2	
6	Թեմա 4. Գաղափար Էկոհամակարգի մասին:		2
7	Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները: 5.1. Վերնադասկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր: 5.2. Կենսոլորտի կառուցվածքը		2
8	Սեմինար` արտալսարանային աշխատանք. ՀՀ հատուկ պահպանվող տարածքները. արգելոցներ, արգելավայրեր, ազգային պարկեր		2
9	Միջանկյալ քննություն		
10	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.1. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ,	2	

	ռեսուրսների ճգնաժամ, էլեկտրամագնիսական դաշտ		
11	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.2. Ջրերի և սննդամթերքի աղտոտումը, օզոնային ճեղք: 6.3. Աղմուկ, լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն		2
12	Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները. 7.1. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը: 7.2. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը:	2	
13	Սեմինար` արտալսարանային աշխատանք. Մթնոլորտի ընդհանուր վիճակը, օզոնային շերտի քայքայումը, թթվային տեղումներ		2
14	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում: 8.1. Մարդու վարքագծի կարգավորման մակարդակները` կենսաքիմիական, կենսաֆիզիկական, ինֆորմացիոն, հոգեբանական	2	
15	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում		2
16	Թեմա 9. Կենսամիջավայրի էկոլոգիա: Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը` սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր		2
17	Թեմա 10. Ֆիզիկական կուլտուրայի էկոլոգիա. 10.1.Ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը: 10.2.Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա	2	
18	Միջանկյալ քննություն		

ԾՐԱԳՐԱՅԻՆ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ընդհանուր էկոլոգիա

Թեմա 1. Ներածություն (դասախոսություն 2 ժամ)

- 1.1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը
- 1.2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները և մեթոդները, կապը մյուս գիտությունների հետ

Թեմա 2. Գաղափար բնակության միջավայրի մասին (գործնական 2 ժամ)

- 2.1. Ցամաքաօդային միջավայրը և ջուրը որպես բնակության միջավայր
- 2.2. Հողը և կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր

Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

- 3.1. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը. աբիոտիկ, բիոտիկ և անթրոպոգեն գործոններ
- 3.2. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տոլերանտություն, սահմանափակող գործոններ
- 3.3. Միջավայրի հիմնական աբիոտիկ գործոնները (լույս, ջերմություն, ջուր, խոնավություն, տեղումներ):

Թեմա 4. Գաղափար էկոհամակարգի մասին (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

- 4.1. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ, էկոլոգիական բուրգեր:
- 4.2. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա

Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները (գործնական 2 ժամ)

- 5.1. Վ.Վերնադսկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր
- 5.2. Կենսոլորտի կառուցվածքը

Բնապահպանության հիմունքներ

Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

6.1. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ: Ռեսուրսների ճգնաժամ: Էլեկտրամագնիսական դաշտ

6.2. Ջրերի և մթնոլորտի աղտոտում: Օզոնային ճեղք:

6.3. Աղմուկ: Լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն

Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները (դասախոսություն 2 ժամ)

7.1. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը

7.2. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը

7.3. Սևանա լճի հիմնախնդիրը

Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

8.1. Մարդու վարքագծի կարգավորման մակարդակները՝ կենսաքիմիական, կենսաֆիզիկական, ինֆորմացիոն, հոգեբանական

Թեմա 9. Կենսամիջավայրի էկոլոգիա (գործնական 2 ժամ)

9.1. Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը՝ սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր

Թեմա 10. Ֆիզիկական կուլտուրայի էկոլոգիա (դասախոսություն 2 ժամ)

10.1. Ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը:

10.2. Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա

Ուսանողը կիսամյակի ընթացքում պետք է ներկայացնի երկու արտալսարանային աշխատանք և հանձնի երկու միջանկյալ քննություն:

Սեմինար պարապմունքների ընթացքում նախատեսվում է հետևյալ տեսաֆիլմերի ցուցադրումը և քննարկումը.

1. "Êàòàñòðì Õà 2030", *Գերմանիա, 1994, 54 րոպե.*
2. "Ñì àñàì î çî í áâç î ðî ì àäëáí èÿ", *Անգլիա, 1995, 18 րոպե.*
3. "Êëñëï Õì Ûá äî æäè", *Գերմանիա, 1989, 24 րոպե.*

ԱԿՆԿԱԼՎՈՂ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ

ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՄՈԴՈՒԼՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՌՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՈՒՄ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԸ՝

պետք է իմանա

- Էկոլոգիայի առարկան և բովանդակությունը:
- Էկոլոգիական հիմնական հասկացությունները
- Էկոլոգիական գործոնները և դրանց բնութագիրը:
- Մարդ - բնություն փոխազդեցության օրինաչափությունները:

պետք է կարողանա

- ճանաչել սոցիալ-էկոլոգիական սուբյեկտները և հասկանալ նրանց փոխազդեցության էությունը
- հասկանալ մարդածին էկոլոգիական ճգնաժամերի էությունը:
- ստացած գիտելիքներով հասկանալ համաշխարհային և Հայաստանի Հանրապետության բնապահպանական խնդիրների էությունը:

պետք է տիրապետի

- բնական համակարգերի կազմավորման և բնօգտագործման գործունեության հիմունքներին
- մարդու հարմարվողականությունը միջավայրին և դրա փոփոխություններին՝ հնարավորությունները, ուղիները, հետևանքները (էկոլոգիական, ֆիզիոլոգիական, ձևաբանական, կազմաբանական):

ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ԱՐՏԱԼՍԱՐԱՆԱՅԻՆ /ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆ/

ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

1. Հայաստանի Հանրապետության արգելոցները (Խոսրովի, Շիկահողի և Էրեբունու արգելոցներ)
2. Հայաստանի Հանրապետության արգելավայրերը
3. Հայաստանի Հանրապետության ազգային պարկերը (Սևանա լճի և Դիլիջանի ազգային պարկեր)
4. Մթնոլորտի կառուցվածքը
5. Ջերմոցային գազեր և մթնոլորտի գլոբալ տաքացում
6. Օզոնային շերտի կեճատման հիմնախնդիրը
7. Թթվային տեղումներ և դրանց առաջացման պատճառները

ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ ԱՏՈՒԳՄԱՆ ՀԱՐՑԱՇԱՐ

1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը
2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները և մեթոդները, կապը մյուս գիտությունների հետ
3. Ցամաքաօդային միջավայրը
4. Ջուրը որպես բնակության միջավայր
5. Հողը որպես բնակության միջավայր
6. Կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր
7. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը. աբիոտիկ, բիոտիկ և անթրոպոգեն գործոններ
8. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տուլերանտություն,
9. Սահմանափակող գործոններ
10. Լույսը որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
11. Ջերմություն որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
12. Ջուրը և խոնավություն որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
13. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ,
14. Էկոլոգիական բուրգեր:
15. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա
16. Վերնադասկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր
17. Կենսոլորտի կառուցվածքը
18. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ:
19. Ռեսուրսների ճգնաժամ:
20. Էլեկտրամագնիսական դաշտ
21. Ջրերային ռեսուրսների աղտոտում:
22. Մթնոլորտի աղտոտում:
23. Օզոնային ճեղք:
24. Աղմուկ:
25. Լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն
26. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը
27. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը
28. Սևանա լճի հիմնախնդիրը
29. Մարդու վարքագծի կարգավորման կենսաքիմիական մակարդակ
30. Մարդու վարքագծի կարգավորման կենսաֆիզիկական մակարդակ
31. Մարդու վարքագծի կարգավորման ինֆորմացիոն մակարդակ

32. Մարդու վարքագծի կարգավորման հոգեբանական մակարդակ
33. Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը՝ սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր
34. Ֆիզիոլոգիան և առողջության վիճակը:
35. Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա

ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԱՎԱՐՏԻՆ ԳՆԱՅԱՏՄԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇՆԵՐԸ

1. Գնահատման ձևը՝ ստուգարք
2. Գնահատման ընթացակարգը՝ ընթացիկ ստուգումների, արտալսարանային աշխատանքների և երկու միջանկյալ քննությունների արդյունքների հիման վրա
3. Գնահատման չափանիշներ՝ յուրաքանչյուր ստուգման համար 100 միավորանոց սանդղակ, որը ներառում է հաճախումների (10) , ակտիվության (15), արտալսարանային /ինքնուրույն/ (25) աշխատանքների կատարման մակարդակի բաղադրիչներ:

ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐ

Անհրաժեշտ սարքավորումներն ու նյութերը

Անվանում	միավոր	քանակ
1. ՀՀ բնության թանգարան		
2. դիտողական նյութեր	հատ	10
3. տեսանյութ	հատ	14
4. Համակարգիչ և պրոյեկտոր	հատ	1

ԲԱՇԽԻՉ ՆՅՈՒԹԵՐ

Դասագրքեր (հայերեն և ռուսերեն լեզու) , մեթոդական ձեռնարկներ (հայերեն), ուսումնական նյութեր (հայերեն և ռուսերեն), ուղղորդիչ տեքստեր (հայերեն):

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԵՎ ՏԵՂԵԿԱՏՎԱԿԱՆ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Լ.Սելքունյան, Էկոլոգիայի հիմունքներ: Դասագիրք. - Եր.: «Զանգակ - 97», 2008. -288էջ
2. Կ.Վ.Գրիգորյան, Ա.Յ.Եսայան, Ս.Սարտիրոսյան, Բնապահպանություն և աստվածաբանություն, Վաղարշապատ, 2007
3. Ա.Ս.Գասպարյան, Գ.Ս.Պողոսյան, Լ.Ա.Հակոբյան, Վ.Ն.Սինասյան, Հայաստանի Հանրապետության ջրային ռեսուրսների արդյունավետ օգտագործման և պահպանման հիմնախնդիրներ. - Եր., Եգեա, 2007, 100 էջ:
4. Առի ձի աօյրի Օ.Ա. Էժաօեեé ó÷ááí èè àèàèáí ù è ýéí èí àèè ÷áèí ááèà. Áժ., Ի àèԾè, 2000.-280ն.
5. Օաօա Շ.Է. Շáí ծի áúá ÷áèí ááèà á ní áԾáí áí í í é ýéí èí àè÷áñéí é í áñօáí í áèá. – Ի .:ՕÀÈԾ-Ի ԾÁÑÑ, 2001.-208 ն.:-(Ի í í óèýԾí àý ì ááèօèí à).
6. Áèàèáí à è ýéí èí àèý ÷áèí ááèà. Ó÷ááí èè í í á Ծáá. Ի .Ա.Ի àօááááí é.- 3-á èչá., Ի .: Էչá. օáí օԾ "Áèáááì èý", 2008. – 304 ն.
7. Էի ծի áèèí Á.Է., Ի áԾáááèüñèèé Է.Á., Կéí èí àèý. Ó÷ááí èè àèý áօչí á. Ծí ñօí á í /Á: Օáí èèñ, 2006. – 608ն.
8. Նօáí áí í áñèèօ Á.Ն., Կéí èí àèý: Ó÷ááí èè àèý áօչí á. Ի .:ԲԻ ԷՕԷÁÁԻ Á, 2003,- 703ն.
9. Ի áօí Բ., Ի նí í áú ýéí èí àèè, "Ի èԾ", Ի .,1975.
10. Áèáí í Ի . è áԾ., Կéí èí àèý, "Ի èԾ", Ի .,1989.
11. Օի օèè Ծ., Áúá í àèí í áí í áօí Ծèì ùé áèá. Կéí èí àè÷áñèèá áñí áèօù ýáí èրօèè ÷áèí ááèà, "Ի èԾ", Ի ., 1990.
12. ÁԾáí օ Á., Կáí èրօèí í í ùé í ծի օáññ, "Ի èԾ", Ի ., 1991.
13. Ի èèèáԾ Օ., Մèչí ù á í èԾօæáրùáé ñԾááá, "Ի ծի áԾáññ-Ի áí ááý", Ի ., 1993.

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ

ՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԲԺՇԿՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆ

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԾՐԱԳԻՐ

ԷԿՈԼՈԳԻԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻՑ

Մարզաառողջարարական ֆակուլտետի 1-ին կուրսի
կինեզիոլոգիայի բաժնի ուսանողների համար

ԵՐԵՎԱՆ 2013

ԾՐԱԳԻՐԸ ԿԱԶՄԵԼ ԵՆ՝

ասիստենտ Կ.Ա. Ղազարյան
դասախոս Ն.Զաքարյանը
դասախոս Կ.Ղուլյանը

ՀԱՎԱՆՈՒԹՅԱՆ Է ԱՐԺԱՆԱՑԵԼ ՖԻԶԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ԵՎ
ՄՊՈՐՏԱՅԻՆ ԲԺՇԿՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆԻ ՆԻՍՏՈՒՄ
ԱՐՁԱՆ. ԹԻՎ

ՀԱՍՏԱՏՎԱԾ Է ԻՆՍՏԻՏՈՒՏԻ ԳԻՏԱԿԱՆ ԽՈՐՀՐԴԻ ՆԻՍՏՈՒՄ
ԱՐՁԱՆ. ԹԻՎ

Բ Ա Ց Ա Տ Ր Ա Գ Ի Ր

«Էկոլոգիայի հիմունքներ» դասընթացի նպատակն է ուսանողների մոտ զարգացնել ընդհանուր էկոլոգիական անհատական կուլտուրա, ինչպես նաև նպաստել ապագա մասնագետների պրոֆեսիոնալ կուլտուրայի բարձրացմանը՝ ծանոթացնելով նրանց բնական համակարգերի կազմավորման գործունեության հիմունքներին, մարդ - բնություն - հասարակություն փոխհարաբերություններին, կենսամիջավայրում մարդու զարգացման և գործունեության օրինաչափություններին:

Դասընթացի նպատակները.

- ուսանողներին ծանոթացնել ընդհանուր էկոլոգիայի, մարդու էկոլոգիայի, բնօգտագործման հիմունքներին;
- ապահովել էկոլոգիական կրթության անընդհատությունը հանրակրթական և մասնագիտական պատրաստման փուլերում;
- բարձրացնել ուսանողների մասնագիտական բանիմացության մակարդակը՝ սույն դասընթացի և մասնագիտական առարկաների բովանդակությունների միջև միջառարկայական կապերի հաստատման միջոցով:

Դասընթացը նախատեսված է 16 շաբաթ տևողությամբ կիսամյակի դեպքում՝ 64 ժամ լսարանային պարապմունքների համար, որոնցից 30 ժամ՝ դասախոսություններ, 34 ժամ՝ սեմինար պարապմունքներ:

Գիտելիքների ստուգման հանրագումարային ձևը՝ միջանկյալ քննություն:

ԷԿՈԼՈԳԻԱ ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆ

*Մարզաառողջարարական ֆակուլտետի կինեզիոլոգիայի բաժնի ուսանողների համար
I կիսամյակ*

Թիվ	Թեմա	Դասախ.	Գործ.
1	2	3	4
1	Թեմա 1. Ներածություն 1.1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը: 1.2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները, կապը մյուս գիտությունների հետ	2	2
2	Թեմա 2. Գաղափար բնակության միջավայրի մասին. 2.1. Ցամաքաօդային միջավայրը և ջուրը որպես բնակության միջավայր: 2.2. Հողը և կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր	2	2
3	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները: 3.1. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը: 3.2. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տոլերանտություն, սահմանափակող գործոններ: 3.3. Միջավայրի հիմնական արհուտիկ գործոնները (լույս, ջերմություն, ջուր, խոնավություն, տեղումներ)	4	
4	Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները		4
5	Թեմա 4. Գաղափար էկոհամակարգի մասին: 4.1. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ, էկոլոգիական բուրգեր: 4.2. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա	2	2
6	Սեմինար՝ արտալսարանային աշխատանք. ՀՀ հատուկ պահպանվող տարածքները. արգելոցներ, արգելավայրեր, ազգային պարկեր		2
6	Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները: 5.1. Վերնադասկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր: 5.2. Կենսոլորտի կառուցվածքը	2	
7	Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները		2
7	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.1. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ,	2	

	ռեսուրսների ճգնաժամ, էլեկտրամագնիսական դաշտ		
8	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները. 6.2. Ջրերի և սննդամթերքի աղտոտումը, օզոնային ճեղք: 6.3. Աղմուկ, լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն	4	
9	Միջանկյալ քննություն		
10	Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները		4
11	Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները. 7.1. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը: 7.2. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը:	4	
12	Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները. 7.3. Սևանա լճի հիմնախնդիրը	2	2
13	Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները		4
13	Սեմինար` արտալսարանային աշխատանք. Մթնոլորտի ընդհանուր վիճակը, օզոնային շերտի քայքայումը, թթվային տեղումներ		2
14	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում: 8.1. Մարդու վարքագծի կարգավորման մակարդակները` կենսաքիմիական, կենսաֆիզիկական, ինֆորմացիոն, հոգեբանական	2	
15	Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում		4
16	Թեմա 9. Կենսամիջավայրի էկոլոգիա: Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը` սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր	2	2
17	Թեմա 10. Ֆիզիկական կուլտուրայի էկոլոգիա. 10.1.Ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը: 10.2.Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա	2	2
18	Միջանկյալ քննություն		

ԾՐԱԳՐԱՅԻՆ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ընդհանուր էկոլոգիա

Թեմա 1. Ներածություն (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

1.1. էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը

1.2. էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները և մեթոդները, կապը մյուս գիտությունների հետ

Թեմա 2. Գաղափար բնակության միջավայրի մասին (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

2.1. Ցանաքաօդային միջավայրը և ջուրը որպես բնակության միջավայր

2.2. Հողը և կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր

Թեմա 3. Միջավայրի հիմնական էկոլոգիական գործոնները (դասախոսություն 4 ժամ, գործնական 4 ժամ)

3.1. էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը. աբիոտիկ, բիոտիկ և անթրոպոգեն գործոններ

3.2. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տոլերանտություն, սահմանափակող գործոններ

3.3. Միջավայրի հիմնական աբիոտիկ գործոնները (լույս, ջերմություն, ջուր, խոնավություն, տեղումներ):

Թեմա 4. Գաղափար էկոհամակարգի մասին (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

4.1. էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ, էկոլոգիական բուրգեր:

4.2. էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա

Թեմա 5. Կենսոլորտը և նրա սահմանները (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

5.1. Վ.Վերնադսկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր

5.2. Կենսոլորտի կառուցվածքը

Բնապահպանության հիմունքներ

Թեմա 6. Մարդկության գլոբալ հիմնախնդիրները և դրանց լուծման ուղիները(դասախոսություն 6 ժամ, գործնական 4 ժամ)

6.1. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ: Ռեսուրսների ճգնաժամ: Էլեկտրամագնիսական դաշտ

6.2. Ջրերի և մթնոլորտի աղտոտում: Օզոնային ճեղք:

6.3. Աղմուկ: Լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն

Թեմա 7. Հայաստանի հիմնական բնապահպանական հիմնախնդիրները (դասախոսություն 6 ժամ, գործնական 6 ժամ)

7.1. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը

7.2. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը

7.3. Սևանա լճի հիմնախնդիրը

Թեմա 8. Մարդու վարքագիծը բնական և սոցիալական միջավայրերում (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 4 ժամ)

8.1. Մարդու վարքագծի կարգավորման մակարդակները՝ կենսաքիմիական, կենսաֆիզիկական, ինֆորմացիոն, հոգեբանական

Թեմա 9. Կենսամիջավայրի էկոլոգիա(դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

9.1. Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը՝ սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր

Թեմա 10. Ֆիզիկական կուլտուրայի էկոլոգիա (դասախոսություն 2 ժամ, գործնական 2 ժամ)

10.1. Ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը:

10.2. Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա

Ուսանողը կիսամյակի ընթացքում պետք է ներկայացնի երկու արտալսարանային աշխատանք և հանձնի երկու միջանկյալ քննություն: Սենինար պարապմունքների ընթացքում նախատեսվում է հետևյալ տեսաֆիլմերի ցուցադրումը և քննարկումը.

- 1“Ēàòàñòðî ôà 2030”, *Գերմանիա, 1994, 54 թույլ.*
- 2“Ñî àñàî î çî í áâç î ðî î àäëáí èÿ”, *Անգլիա, 1995, 18 թույլ.*
- 3“Ēèñèî òí ùâ áî æäè”, *Գերմանիա, 1989, 24 թույլ.*

ԱԿՆԿԱԼՎՈՂ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ

ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՄՈԴՈՒԼՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՌՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՈՒՄ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԸ՝

պետք է իմանա

- Էկոլոգիայի առարկան և բովանդակությունը:
- Էկոլոգիական հիմնական հասկացությունները
- Էկոլոգիական գործոնները և դրանց բնութագիրը:
- Մարդ - բնություն փոխազդեցության օրինաչափությունները:

պետք է կարողանա

- ճանաչել սոցիալ-էկոլոգիական սուբյեկտները և հասկանալ նրանց փոխազդեցության էությունը
- հասկանալ մարդածին էկոլոգիական ճգնաժամերի էությունը:
- ստացած գիտելիքներով հասկանալ համաշխարհային և Հայաստանի Հանրապետության բնապահպանական խնդիրների էությունը:

պետք է տիրապետի

- բնական համակարգերի կազմավորման և բնօգտագործման գործունեության հիմունքներին
- մարդու հարմարվողականությունը միջավայրին և դրա փոփոխություններին՝ հնարավորությունները, ուղիները, հետևանքները (էկոլոգիական, ֆիզիոլոգիական, ձևաբանական, կազմաբանական):

ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ԱՐՏԱԼՍԱՐԱՆԱՅԻՆ /ԻՆՔՆՈՒՐՈՒՅՆ/

ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

1. Հայաստանի Հանրապետության արգելոցները (Խոսրովի, Շիկահողի և Էրեբունու արգելոցներ)
2. Հայաստանի Հանրապետության արգելավայրերը
3. Հայաստանի Հանրապետության ազգային պարկերը (Սևանա լճի և Դիլիջանի ազգային պարկեր)
4. Մթնոլորտի կառուցվածքը
5. Ջերմոցային գազեր և մթնոլորտի գլոբալ տաքացում

6. Օգանային շերտի կեճատման հիմնախնդիրը
7. Թթվային տեղումներ և դրանց առաջացման պատճառները

ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐԻ ԱՏՈՒԳՄԱՆ ՀԱՐՑԱՇԱՐ

1. Էկոլոգիան որպես գիտություն, զարգացման պատմությունը
2. Էկոլոգիայի ուսումնասիրման առարկան, խնդիրները և մեթոդները, կապը մյուս գիտությունների հետ
3. Ցամաքաօդային միջավայրը
4. Ջուրը որպես բնակության միջավայր
5. Հողը որպես բնակության միջավայր
6. Կենդանի օրգանիզմները որպես բնակության միջավայր
7. Էկոլոգիական գործոնների դասակարգումը. աբիոտիկ, բիոտիկ և անթրոպոգեն գործոններ
8. Օպտիմումի կանոն, էկոլոգիական տուլերանտություն,
9. Սահմանափակող գործոններ
10. Լույսը որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
11. Ջերմություն որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
12. Ջուրը և խոնավություն որպես միջավայրի աբիոտիկ գործոն
13. Էկոհամակարգի սննդային կառուցվածքը, սննդային շղթաներ,
14. Էկոլոգիական բուրգեր:
15. Էկոհամակարգերի աստիճանական փոփոխությունները. առաջնային և երկրորդային սուբցեսիա
16. Վերնադասկին որպես կենսոլորտի մասին ուսմունքի հիմնադիր
17. Կենսոլորտի կառուցվածքը
18. Դեմոգրաֆիկ ճգնաժամ:
19. Ռեսուրսների ճգնաժամ:
20. Էլեկտրամագնիսական դաշտ
21. Ջրերային ռեսուրսների աղտոտում:
22. Մթնոլորտի աղտոտում:
23. Օզոնային ճեղք:
24. Աղմուկ:
25. Լանդշաֆտը որպես առողջության գործոն
26. ՀՀ օդային ավազանի աղտոտումը
27. ՀՀ ջրերի և հողերի աղտոտումը
28. Սևանա լճի հիմնախնդիրը

- 29. Մարդու վարքագծի կարգավորման կենսաքիմիական մակարդակ
- 30. Մարդու վարքագծի կարգավորման կենսաֆիզիկական մակարդակ
- 31. Մարդու վարքագծի կարգավորման ինֆորմացիոն մակարդակ
- 32. Մարդու վարքագծի կարգավորման հոգեբանական մակարդակ
- 33. Մարդու կենսամիջավայրի տարրերը՝ սոցիալ-կենցաղային միջավայր, աշխատանքային, ռեկրեացիոն միջավայր
- 34. ֆիզկուլտուրան և առողջության վիճակը:
- 35. Անբարենպաստ էկոլոգիական պայմանների ազդեցությունը մարզիկների ֆիզիկական վիճակի և առողջության վրա

ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՌԻՍՈՒՑՄԱՆ ԱՎԱՐՏԻՆ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇՆԵՐԸ

- 1. Գնահատման ձևը՝ ստուգարք
- 2. Գնահատման ընթացակարգը՝ ընթացիկ ստուգումների, արտալսարանային աշխատանքների և երկու միջանկյալ քննությունների արդյունքների հիման վրա
- 3. գնահատման չափանիշներ՝ յուրաքանչյուր ստուգման համար 100 միավորանոց սանդղակ, որը ներառում է հաճախումների (10) , ակտիվության (15), արտալսարանային /ինքնուրույն/ (25) աշխատանքների կատարման մակարդակի բաղադրիչներ:

ՌԻՍՈՒՑՄԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐ

Անհրաժեշտ սարքավորումներն ու նյութերը

Անվանում	միավոր	քանակ
1. ՀՀ բնության թանգարան		
2. դիտողական նյութեր	հատ	10
3. տեսանյութ	հատ	14
4. Համակարգիչ և պրոյեկտոր	հատ	1

ԲԱՇԽԻՉ ՆՅՈՒԹԵՐ

Դասագրքեր (ռուսերեն լեզու) , մեթոդական ձեռնարկներ (հայերեն), ուսումնական նյութեր (հայերեն), ուղղորդիչ տեքստեր (հայերեն):

**ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԵՎ ՏԵՂԵԿԱՏՎԱԿԱՆ
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

1. Լ.Մելքունյան, Էկոլոգիայի հիմունքներ: Դասագիրք. - Եր.: «Զանգակ - 97», 2008. -288էջ
2. Կ.Վ.Գրիգորյան, Ա.Յ.Եսայան, Մ.Մարտիրոսյան, Բնապահպանություն և աստվածաբանություն, Վաղարշապատ, 2007
3. Ա.Մ.Գասպարյան, Գ.Ս.Պողոսյան, Լ.Ա.Ջակոբյան, Վ.Ն.Մինասյան, Հայաստանի Հանրապետության ջրային ռեսուրսների արդյունավետ օգտագործման և պահպանման հիմնախնդիրներ. - Եր., Եգեա, 2007, 100 էջ:
4. Անի աի ասոյի Օ.Ա. Էծածեթ օ-աի եթ ասեաի ւ Ե Կի Եի աս ասի ասեա. Ած., Ի ասեթ, 2000.-280ն.
5. Օածա Հ.Է. Հի Ծի աս ասի ասեա աս ան ասի աս Ի Ի Ե Կի Եի աս-անի Ե Ի ան ասի աս. – Ի .:ՕԱԷԾ-Ի ԾԱՆՆ, 2001.-208 ն.-(Ի Ի Ի օյծի աս Ի ասեթի աս).
6. Աեաի աս Ե Կի Եի աս ասի ասեա. Օ-աի եթ Ի Ի աս Ծա. Ի .Ա.Ի աս ասի Ե.- 3-աս Եչ., Ի .: Էչ. օի ԾԾ "Աեաի Ե", 2008. – 304 ն.
7. Էի Ծի ասի Ա.Է., Ի աս ասի ասի Է.Ա., Կի Եի աս. Օ-աի եթ աս ասի աս. Ծի Ծի աս Ի/Ա: Օի Եե, 2006. – 608ն.
8. Նծի աս Ի անեթ Ա.Ն., Կի Եի աս: Օ-աի եթ աս ասի աս. Ի .:ԲԻ ԷԾԷԱԻ Ա, 2003,- 703ն.
9. Ի ասի Բ., Ի ան աս Կի Եի աս, "Ի ԵԾ", Ի ., 1975.
10. Աեի Ի Ի . Ե աս., Կի Եի աս, "Ի ԵԾ", Ի ., 1989.
11. Օի օե Ծ., Աս աս ասի Ի աս Ի աս Ծի Ծի աս աս. Կի Եի աս-անեա անի աս աս Կի Եի աս ասի ասեա, "Ի ԵԾ", Ի ., 1990.
12. Ածի Ծ Ա., Կի Եի աս Ի Ի աս Ի Ծի օան, "Ի ԵԾ", Ի ., 1991.
13. Ի ասեթ Օ., ԱԵի աս աս Եծ ասի աս ան, "Ի Ծի ասի Ի աս աս", Ի ., 1993.