

Հաստատում եմ

Տնօրենի Ժ/Պ

Ս. Ավանեսյան

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024թ.



## ՕՐԱՑՈՒՑԱՅԻՆ-ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆ

ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԱՆՎԱՆՈՒՄԸ \_\_\_\_\_

*Ցիզկույտուրա*

ԴԱՍԱՐԱՆ \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_

ԿԻՍԱՄՅԱԿ \_\_\_\_\_

*I, II*

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐԻ \_\_\_\_\_

*2024-2025*

ԺԱՄԵՐԻ ՔԱՆԱԿԸ \_\_\_\_\_

*64*

*2*

*(տարեկան)*

*(շաբաթական)*

ԴԱՍԱԳՐՔԻ ԱՆՎԱՆՈՒՄԸ \_\_\_\_\_

ՀՐԱՏԱՐԱԿՉՈՒԹՅՈՒՆ \_\_\_\_\_

ՀԵՂԻՆԱԿ \_\_\_\_\_

ՈՒՍՈՒՑԻՉ \_\_\_\_\_

*Աննա Արզարյան*

Քննարկվել, հավանության է արժանացել \_\_\_\_\_

մեթոդախորհրդի \_\_\_\_\_

նիստում: Արձանագրություն թիվ \_\_\_\_\_

Մեթոդախորհրդի նախագահ \_\_\_\_\_

*(ստորագրություն)*

*Աննա Արզարյան*

*(ազգանուն, անուն)*

Ուսումնական աշխատանքների գծով տնօրենի տեղակալ \_\_\_\_\_

*(ստորագրություն)*

*Մերգեյ Ավանեսյան*

*(ազգանուն, անուն)*

№	ԴԱՍԻ ՎԵՐՆԱԳԻՐԸ	ԴԱՍԻ ՆՊԱՏԱԿԸ	ԴԱՍԻ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔԸ	ԳՐՔԻ ԷՋԸ	ԺԱՄԵՐԻ ՔԱՆԱԿԸ			ԺԱՄԿԵՏԸ
					ԸՆ	ՏԵՄ	ԳՈՐԾ	
<b>ԹԵՄԱ 1</b>		<b>Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտին տեսություն</b>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>		1. Պատկերացում տալ առավոտյան մարմնամարզության և ֆիզիկական վարժությունների առողջարարական նշանակության մասին: 2. Գիտելիքներ հաղորդել ֆիզիկական վարժությունների կատարման ժամանակ հիգիենիկ կանոնների վերաբերյալ: 3. Գիտելիքներ հաղորդել կոփման միջոցների և կանոնների վերաբերյալ:						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔԸ</b>		1. Կարևորի ինքնուրույն առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն կատարելը: 2. Գիտակցի կոփման կանոնների և անձնական հիգիենայի պահպանման կարևորությունը:						
1	Առավոտյան մարմնամարզության և ֆիզիկական վարժությունների նշանակությունը առողջության համար:	Պատկերացում տալ առավոտյան մարմնամարզության և ֆիզիկական վարժությունների առողջարարական նշանակության մասին	Կարևորում է ինքնուրույն առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն կատարելը		1	1		
2	Գիտելիքներ հաղորդել ֆիզիկական վարժությունների կատարման ժամանակ հիգիենիկ կանոնների վերաբերյալ:	Գիտելիքներ հաղորդել կոփման միջոցների վերաբերյալ	Գիտակցում է կոփման կանոնների պահպանման կարևորությունը		1	1		
3	Գիտելիքներ հաղորդել կոփման միջոցների և կանոնների վերաբերյալ	Գիտելիքներ հաղորդել կոփման կանոնների վերաբերյալ	Գիտակցում է կոփման անձնական հիգիենայի պահպանման կարևորությունը		1	1		
4	<b>Ամփոփիչ գնահատում, հարց ու պատասխան</b>				1	1		
<b>ԹԵՄԱ 2</b>		<b>Աթլետիկական վարժություններ</b>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>		1. Սովորեցնել վազքի, ցատկերի և նետումների տեխնիկայես ճիշտ կատարումը: 2. Նպաստել վազքի, ցատկերի, նետումների հմտությունների ամրապնդմանը: 3. Նպաստել տարածության մեջ կողմնորոշման և կողորդի նացիոն ունակությունների ձևավորմանը: 4. Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը: 5. Դաստիարակել կամային որակներ						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔԸ</b>		1. Կարողանա վազել 30 մ և դանդաղ վազել 6 րոպե: 2. Կարողանա թափավազքով հեռացատկել և բարձրացատկել: 3. Կարողանա թենիսի գնդակը նետել նշանակետին: 4. Դրսևորի արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակություններ: 5. Ունենա կամային որակներ						
5	Քայլք ճիշտ կեցվածքով	Սովորեցնել քայլքի տեխնիկայես ճիշտ կատարումը	Կարողանում է դանդաղ քայլել		1	1		
6	Վազք բարձր մեկնարկից 30մ	Սովորեցնել վազքի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է վազել 30 մ		1	1		
7	Դանդաղ վազք 6 րոպե	Նպաստել վազքի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է դանդաղ վազել 6 րոպե		1	1		
8	Հավասարաչափ վազք մինչ 5 րոպե	Նպաստել վազքի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է դանդաղ վազել 5 րոպե		1	1		
9	Հեռացատկ տեղից	Սովորեցնել ցատկերի տեխնիկայես ճիշտ կատարումը Նպաստել	Կարողանում է թափավազքով հեռացատկել		1	1		

		տարածության մեջ կողմնորոշման և կոորդինացիոն ունակությունների ձևավորմանը						
10	Թենիսի գնդակի նետում հեռու տեղից	Սովորեցնել նետումների տեխնիկայես ճիշտ կատարումը՝ Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը	Կարողանում է թենիսի գնդակը նետել նշանակետին		1		1	
11	Փոքր գնդակի նետում նշանակետին տողից թափավազքով	Դաստիարակել կամային որակներ: Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը	Դրսևորում է արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակություններ: Ունենա կամային որակներ		1		1	
12	<b>Ամփոփիչ գնահատում, գործնական աշխատանք</b>				1		1	
<b>ԹԵՄԱ 3</b>		<b>Շարժախաղեր</b>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ամրապնդել վազքի, ցատկերի, նետումների, գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները:</li> <li>2. Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները:</li> <li>3. Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակասլացության, փոխօգնության ունակությունների դաստիարակմանը:</li> <li>4. Զարգացնել ճարպկության, արագաուժային, ճկունության, դիմացկունության, կոորդինացիոն կարողությունները:</li> <li>5. Հաղորդել գիտելիքներ ֆուտբոլ խաղի կազմակերպման և անցկացման կանոնների մասին:</li> <li>6. Կարողանալ խաղալ զվարճալի ֆուտբոլ՝ շարժախաղերի տարրերով:</li> <li>7. Կարողանալ կազմակերպել և խաղալ շարժախաղեր:</li> </ol>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱԴՅՈՒՆԸ</b>		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Կարողանա ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր՝ համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ:</li> <li>2. Կարողանա կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում:</li> <li>3. Ցուցաբերի նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն</li> </ol>						
13	<b>Վազքի ունակության ամրապնդման խաղեր՝ «Օղակներով էստաֆետ»</b>	Ամրապնդել վազքի ունակությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
14	«Հետապնդում սահմանագծված հատվածում»	Ամրապնդել վազքի ունակությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	
15	<b>Ցատկերի ունակության ամրապնդման խաղեր՝ «Թզուկներն ու հսկաները»</b>	Ամրապնդել ցատկերի ունակությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
16	«Ցատկելով առաջ»	Ամրապնդել ցատկերի ունակությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	
17	<b>Նետումների ունակության ամրապնդման խաղեր՝ «Նետում զամբյուղի մեջ»</b>	Ամրապնդել նետումների ունակությունները	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1	
18	«Գնդակի նետում պատին»	Ամրապնդել նետումների ունակությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
19	<b>Գնդակը փոխանցելու և վարելու ունակության ամրապնդման խաղեր՝ «Փոխանցավազք՝ գնդակներով, վարումով, արգելքների</b>	Ամրապնդել գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	

	հաղթահառումով, շրջանցումներով, դարպասին հարվածելով»						
20	«Գնդակի փոխանցում տողառում»	Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1
21	<b>Զվարճալի ֆուտբոլի տարբերով խաղեր՝ «Զվարճալի ֆուտբոլ», տեղեկություն ֆուտբոլ խաղի կազմակերպման և անցկացման կանոնների մասին</b>	Ուսուցանել «Ֆուտբոլ» խաղի կիրառումը՝ որպես զվարճանքի միջոց: Ուսուցանել զվարճալի ֆուտբոլի տարբերով շարժախա խաղեր	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1
22	<b>Ամփոփիչ գնահատում, գործնական աշխատանք</b>				1		1

**ԹԵՄԱ 4**      **Մարմնամարզական վարժություններ**

**ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ**      1. Սովորեցնել շարային հրահանգների, շարափոխումների, մագլցելու, գլուխկոնծիի կատարումը, հավասարակշռության պահպանումը:  
2. Նպաստել ճիշտ կեցվածքի, առողջության ամրապնդման, շարժումների ուժի և զեղազիտական ճաշակի ձևավորմանը:  
3. Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, կողմնորոշվելու և կորդինացիոն կարողությունները:

**ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՉՆԱԴՅՈՒՆԸ**      1. Կարողանա մագլցել մարզանստարանի և մարզապատի վրայով:  
2. Կարողանա քայլել մարզանստարանի վրայով, ոտնաթաթի վրա, կատարել կից քայլեր, դարձումներ, կքանիստներ:  
3. Կարողանա կատարել առաջգլուխկոնծի, թիկնականգ և ընդունել «կամուրջ» դրությունը:  
4. Կարողանա քայլել և վազել երաժշտության ուժի համապատասխան, կատարել կողադիր, փոփոխական, քառատրոփ քայլեր, ոստյուններ:

23	Շարային վարժություններ՝ շարափոխում մեկտողանից երկտողան	Սովորեցնել շարափոխումների պահպանումը	Կարողանում է կատարել շարային վարժություններ՝ շարափոխում մեկտողանից երկտողան		1		1
24	«Շարվիր» «Զգաստ» հրամանը	Սովորեցնել շարային հրահանգների պահպանումը	Կարողանում է կատարել շարային հրահանգներ		1		1
25	Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ	Սովորեցնել հավասարակշռության պահպանումը	Կարողանում է կատարել ընդհանուր զարգացնող վարժություններ		1		1
26	Կեցվածքի ձևավորման վարժություններ	Սովորեցնել հավասարակշռության պահպանումը	Կարողանում է քայլել մարզանստարանի վրայով, ոտնաթաթի վրա, կատարել կից քայլեր, դարձումներ, կքանիստներ		1		1
27	Մագլցում թեք տեղադրված մարզանստարանի վրայով	Սովորեցնել մագլցել թեք տեղադրված մարզանստարանի վրայով	Կարողանում է մագլցել մարզանստարանի և մարզապատի վրայով		1		1
28	Կքանիստ դրությունից գլորում առաջ	Սովորեցնել կքանիստ դրությունից կատարել գլորում առաջ	Կարողանում է կատարել կքանիստ դրությունից գլորում առաջ		1		1
29	Գլուխկոնծի առաջ	Սովորեցնել գլուխկոնծիի կատարումը	Կարողանում է կատարել առաջ գլուխ կոնծի, թիկնականգ և ընդունել «կամուրջ» դրությունը		1		1
30	<b>Ամփոփիչ գնահատում (գործնական աշխատանք)</b>				1		1

**ԹԵՄԱ 5**      **Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին գիտելիքներ**

**ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ**      1. Պատկերացում տալ հին օլիմպիական խաղերի մասին:

<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱԴՐՈՒՄ</b>		1. Պատկերացում ունենա օլիմպիական խաղերի և անվանի մարզիկների մասին					
31	Պատկերացում տալ հին օլիմպիական խաղերի մասին:	Պատկերացում տալ հին օլիմպիական խաղերի,	Պատկերացում է օլիմպիական խաղերի և անվանի մարզիկների մասին		1	1	
32	Օլիմպիական խաղերի ծագման համառոտ պատմությունը	Պատկերացում տալ ծագման համառոտ պատմությունը մասի	Պատկերացում է ունենա օլիմպիական խաղերի և անվանի մարզիկների մասին		1	1	
33	<b>Ամփոփիչ գնահատում, հարց ու պատասխան</b>				1	1	
<b>ԹԵՄԱ 6</b>		<b>Մարմնամարզություն</b>					
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>		1. Սովորեցնել շարային հրահանգների, շարափոխումների, մագլցելու, գլուխկոնծիի կատարումը, հավասարակշռության պահպանումը: 2. Նպաստել ճիշտ կեցվածքի, առողջության ամրապնդման, շարժումների ռիթմի և գեղագիտական ճաշակի ձևավորմանը: 3. Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, կողմնորոշվելու և կորդինացիոն կարողությունները:					
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱԴՐՈՒՄ</b>		1. Կարողանա մագլցել մարզանստարանի և մարզապատի վրայով: 2. Կարողանա քայլել մարզանստարանի վրայով, ոտնաթաթի վրա, կատարել կից քայլեր, դարձումներ, կքանիստներ: 3. Կարողանա կատարել առաջգլուխկոնծի, թիկնականգ և ընդունել «կամուրջ» դրությունը: 4. Կարողանա քայլել և վազել երաժշտության ռիթմին համապատասխան, կատարել կողադիր, փոփոխական, քառատրոփ քայլեր, ոստյուններ:					
34	Շնչառական վարժություններ	Զարգացնել ճկունությունը, արագաշարժությունը, ճարպկությունը, դիմացկունությունը, ուժը	Կարողանում է կատարել շնչառական վարժություններ		1		1
35	Կեցվածքի ձևավորման վարժություններ կանգնած, պառկած	Դաստիարակել կարգապահություն, համարձակություն և վստահություն սեփական ուժերի նկատմամբ	Կարողանում է կատարել կեցվածքի ձևավորման վարժություններ կանգնած, պառկած		1		1
36	<b>Ռիթմիկ մարմնամարզության վարժություններ`</b> երաժշտության բնույթին համապատասխան քայլեր, վազքեր, ցատկեր: Գլխի թեքումներ, դարձումներ: Իրանի թեքումներ, դարձումներ:	Նպաստել ճիշտ կեցվածքի, առողջության ամրապնդման, շարժումների ռիթմի և գեղագիտական ճաշակի ձևավորմանը: Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, կողմնորոշվելու և կորդինացիոն կարողությունները	Կարողանում է քայլել և վազել երաժշտության ռիթմին համապատասխան, կատարել կողադիր, փոփոխական, քառատրոփ քայլեր, ոստյուններ		1		1
37	<b>Մագլցման վարժություններ`</b> մագլցում թեք տեղադրված մարզանստարանի վրայով, մագլցում մարզապատի վրայով` վեր և վար	Սովորեցնել կատարել մագլցման վարժություններ	Կարողանում է մագլցել մարզանստարանի և մարզապատի վրայով		1		1
38	<b>Հավասարակշռության պահպանում`</b> կանգ ոտնաթաթերի, մեկ ոտքի վրա հատակին և մարզանստարանի վրա, քայլք մարզանստարանի վրա:	Դաստիարակել կարգապահություն, համարձակություն և վստահություն սեփական	Կարողանում է կատարել կանգ ոտնաթաթերի, մեկ ոտքի վրա հատակին և մարզանստարանի վրա, քայլք մարզանստարանի վրա		1		1
39	<b>Ամփոփիչ գնահատում, գործնական աշխատանք</b>				1		1
<b>ԹԵՄԱ 7</b>		<b>Շարժախաղեր</b>					
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>		1. Ամրապնդել վազքի, ցատկերի, նետումների, գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները: 2. Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները: 3. Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակալացության, փոխօգնության ունակությունների դաստիարակմանը: 4. Զարգացնել ճարպկության, արագաուժային, ճկունության, դիմացկունության, կորդինացիոն կարողությունները:					

		5. Հաղորդել գիտելիքներ ֆուտբոլ խաղի կազմակերպման և անցկացման կանոնների մասին: 6. Կարողանալ խաղալ զվարճալի ֆուտբոլ՝ շարժախաղերի տարրերով: 7. Կարողանալ կազմակերպել և խաղալ շարժախաղեր:						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔԸ</b>		1. Կարողանա ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր՝ համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ: 2. Կարողանա կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում: 3. Ցուցաբերի նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն						
40	<b>Վագքի ունակության ամրապնդման խաղեր՝</b> «Որսա և նստիք»	Ամրապնդել վագքի ունակությունները	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1	
41	<b>Ցատկերի ունակության ամրապնդման խաղեր՝</b> «Ցատկելով առաջ»	Ամրապնդել ցատկերի ունակությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
42	<b>Նետումների ունակության ամրապնդման խաղեր՝</b> «Գնդակի նետում պատին»:	Ամրապնդել նետումների ունակությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	
43	<b>Գնդակը փոխանցելու և վարելու ունակության ամրապնդման խաղեր՝</b> «Ձուլզերը գնդակով»	Ամրապնդել գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1	
44	«Գնդակի փոխանցում»	Ամրապնդել գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
45	«Գնդակներով էստաֆետ»	Ամրապնդել գնդակը փոխանցելու, ընդունելու և վարելու ունակությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	
46	«Երրորդն ավելորդ է»	Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները:	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1	
47	«Երրորդն ավելորդ է»	Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակասլացության, փոխօգնության ունակությունների դաստիարակմանը	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ		1		1	
48	<b>Ազգային տարրերով խաղեր՝</b> «Ձանգակի խաղ»	Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակասլացության, փոխօգնության ունակությունների դաստիարակմանը	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում		1		1	
49	«Ծուլըրուղու»	Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակասլացության, փոխօգնության	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն		1		1	

		ունակությունների դաստիարակմանը					
50	«Աղվեսուկ»	Նպաստել համարձակության, ինքնավստահության, նպատակասլացության, փոխօգնության ունակությունների դաստիարակմանը	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ			1	1
51	«Ափ ու բունցք»	Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները:	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ			1	1
52	«Ծիտը քարին»	Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն			1	1
53	Զվարճալի ֆուտբոլի տարբերով խաղեր՝ «Երկկողմ խաղեր 2*2,	Ուսուցանել «Ֆուտբոլ» խաղի կիրառումը՝ որպես զվարճանքի միջոց:	Կարողանում է ճիշտ կանոններով խաղալ որոշ շարժախաղեր համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ			1	1
54	«Երկկողմ խաղեր 3*3,	Ուսուցանել զվարճալի ֆուտբոլի տարբերով շարժախա խաղեր	Ցուցաբերում է նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն			1	1
55	«Երկկողմ խաղեր 4*4	Ձևավորել շարժումները համաձայնեցնելու, տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու, համագործակցելու և ուշադրությունը կենտրոնացնելու կարողությունները	Կարողանում է կողմնորոշվել տարբեր իրավիճակներում			1	1
56	<b>Ամփոփիչ գնահատում, գործնական աշխատանք</b>					1	1

<b>ԹԵՄԱ 8</b>	<b>Աթլետիկական վարժություններ</b>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՆՊԱՏԱԿԸ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Սովորեցնել վազքի, ցատկերի և նետումների տեխնիկայի մասին ճիշտ կատարումը:</li> <li>Նպաստել վազքի, ցատկերի, նետումների հմտությունների ամրապնդմանը:</li> <li>Նպաստել տարածության մեջ կողմնորոշման և կողորհնացիոն ունակությունների ձևավորմանը:</li> <li>Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը:</li> <li>Դաստիարակել կամային որակներ</li> </ol>						
<b>ԹԵՄԱՅԻ ՎԵՐՋՆԱԴՅՈՒՆՆԵՐԸ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Կարողանա վազել 30 մ և դանդաղ վազել 6 րոպե:</li> <li>Կարողանա թափավազքով հեռացատկել և բարձրացատկել:</li> <li>Կարողանա թենիսի գնդակը նետել նշանակետին:</li> <li>Դրսնորի արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակություններ:</li> <li>Ունենա կամային որակներ</li> </ol>						

57	Վազք շարժման ուղղության փոփոխությամբ	Սովորեցնել վազքի տեխնիկայես ճիշտ կատարումը	Կարողանում է դանդաղ վազել		1		1	
58	Վազք բարձր մեկնարկից 30մ	Սովորեցնել վազքի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է վազել 30 մ		1		1	
59	Հավասարաչափ վազք 3 րոպե	Նպաստել վազքի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է դանդաղ վազել 3 րոպե		1		1	
60	Հեռացատկ տեղից	Նպաստել ցատկկիի հմտությունների ամրապնդմանը	Կարողանում է թափավազքով հեռացատկել		1		1	
61	Բարձրացատկ տեղից	Սովորեցնել ցատկերի տեխնիկայես ճիշտ կատարումը Նպաստել տարածության մեջ կողմնորոշման և կոորդինացիոն ունակությունների ձևավորմանը	Կարողանում է կատարել բարձրացատկ տեղից		1		1	
62	Փոքր գնդակի նետում նշանակետին տեղից	Սովորեցնել նետումների տեխնիկայես ճիշտ կատարումը Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը	Կարողանում է թենիսի գնդակը նետել նշանակետին		1		1	
63	Փոքր գնդակի նետում հեռավորությունից՝ թափավազքով	Դաստիարակել կամային որակներ Նպաստել արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակությունների ձևավորմանը	Դրսնորում է արագության, արագաուժային, ճարպկության, դիմացկունության ունակություններ: Ունենա կամային որակներ		1		1	
64	<i>Ամփոփիչ գնահատում, գործնական աշխատանք</i>				1		1	
<b>ԸՆԴԱՄԵՆԸ</b>					<b>64</b>	<b>7</b>	<b>57</b>	