

Հաստատում եմ՝

Տնօրենի պ/ր

31.08.2022թ.



Բաղդասարյան

Ստուգված է՝

Փոխտնօրեն՝ ՄԿ Ն.Ադամովա

31.08.2022թ.

ՀՀ Արմավիրի մարզի

<<Վանանդի միջնակարգ դպրոց>> ՊՈԱԿ

2022-2023 ուս. տարի

ՔԻՉԿՈՒԿՏՈՒՐԱԿ

/տարկայի անվանումը/

6 -րդ դասարան

Մաքսիմյան

թեմատիկ պլան

Շարաթական 2 դասաժամ, տարեկան՝ 68

Դասավանդող ուսուցիչ՝ Հասիկյան Անդրանիկ

Քննարկված է մ/մ թիվ 1

Նախագահ՝ Մանուկյան Ա.Ե. Կարապետյան

## ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ

N	ՆՅՈՒԹԻ ԲՈՎԱՆՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ	Ժ/Ք
	<b>Գիտելիքների հիմունքներ</b>	<b>4</b>
1	Սպորտային էթիկա	1
2	Ֆիզիկական զարգացման պատրաստվածության ինքնահսկում	1
3	Անվտանգություն	1
	<b>Ընտրովի ուսումնական նյութ չախմատ</b>	<b>13</b>
4	Ընդհանուր տեղեկություններ չախմատից	1
5-6	Ֆիզիկոսների և զինվորների քայլերը	2
7	Ուսուցումն էլ քայլերի գրանցումը: Շախ	1
8	Արքայի և զինվորի առանձնահատկությունները	1
9-10	Ուսուցումն էլ չախմատում «մատ»-ը	2
11	Ուսուցումն էլ փոխատեղում և պատը	1
12-13	Ոչ-ոքի քայլ տեսակներ, հավերժական շախ	2
14	Ֆիզիկոսների համեմատման արժեքները և խաղի փուլերը	1
15	Մատ թեթև ֆիզիկոսներով	1
16	Մատ ծանր ֆիզիկոսներով	1
	<b>Գիտելիքների հիմունքներ</b>	<b>9</b>
17	Կոփման նշանակությունը, հիմնական կանոնները	1
18-19	Շնչառությունը տարբեր ֆիզ. վարժ. կատարման ժամանակ	2
20	Անվտանգության կանոնների պահպանումը ֆիզկ. դասերին	1
21-22	Դպրոցական սնունդը և շարժողական ռեժիմը	2
23	Վնասալար սննդանյութերի կործանարար ներգործությունը օրգանիզմի վրա	1

24-25	Տեղեկություններ օրվա ռեժիմի և անձնական հիգիենայի մասին	2
	Մարմնամարզական վարժություններ	9
26-27	Ընդհանուր գարգացնող վարժություններ	2
28-29	Շարային վարժություններ	2
30-31	Հայկական աղբյուրի պարեր	2
32	Ռիթմիկ մարմնամարզություն	3
33-34	Ակրոբատիկական վարժություններ	2
	Աթլետիկական վարժություններ	11
35	Վազք արագացումով մինչև 40մ	3
36-37	Վազք առավելագույն արագացումով 60մ	2
38	Էստաֆետ հանդիպակաց 10-20մ	1
39-40	Վազք հավասարաչափ և փոփոխական տեմպով 10-12ր	2
41-42	Հեռացատկ թափավազքով «ոտքերը կծկված» եղանակով	2
43-44	Բարձրացատկ քայլանցում եղանակով	2
45	Թենիսի գնդակի նետում նպատակին և հեռավ.	1
	<b>Ֆուտբոլ</b>	<b>17</b>
46	Ֆուտբոլիստի կեցվածքով տեղաշարժեր	1
47	Ճարակություն և արագաշարժություն, մշակված վարժություններ	1
48	Հարվածներ անշարժ և զլորվող գնդակին	1
49	Հարված գնդակին ճակատով	1
50-51	Գնդակի կստեցում տարբեր ձևերով	2
52	Խաբկանք և հարված անցումով՝ հնարքով	1
53	Աձպարարություն գնդակով /գնահատել/	2
54	Գնդակի վարում արագությամբ	1
55	11 մ-ից երկրակն հարված կիսած դարպասին	1
56	Անհատական տակտիկական գործունեություններ	1

57	Խմբակային տակտիկական գործոններ	3
58	Պաշտոնական տակտիկական գործոններ	2
59-60	Երկկողմանի ուսումնական խաղ	2