

Հաստատում եմ՝  
Դպրոցի տնօրեն՝ Digitally signed by GASPARYAN GOHAR 5603670071  
Date: 2022.09.27 12:07:12 GMT+04:00 Գ. Գասպարյան

Մանկավարժական խորհրդի N 1  
նիստով

29.08.2022թ

**ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ  
Ի ԴԱՍԱՐԱՆԻ  
ՏԱՐԵԿԱՆ  
ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆԱՎՈՐՈՒՄ**

**ԱՐՄԱՎԻՐ ՔԱՂԱՔԻ ԶՈՐԱՎԱՐ ԱՆԴՐԱՆԻԿ ՕԶԱՆՅԱՆԻ  
ԱՆՎԱՆ ԹԻՎ 5 ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑ**

Դասավանդող ուսուցչուհի՝ Ա. Սարգսյան

# ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ

## 2-րդ ԴԱՍԱՐԱՆ

2-րդ կիսամյակ /17 շաբաթ-2ժամ/շաբաթական 34ժամ/

N	ԴԱՍԻ ԹԵՄԱՆ	ԺԸ
1	Թենիսի գնդակի նետում նշանակետին տեղից	1
2	Շնչառությունը տարբեր ֆիզիկական վարժությունների կատարման ժամանակ	1
3	Ժամանակակից օլիմպիական խաղեր	1
4	Արագ և դանդաղ քայլք՝ հրահանգների կատարում	1
5	Դարձումներ տեղում՝ աջ և ձախ	1
6	Կից քայլերով բացազատվել	1
7	Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ՝ առանց առարկաների	1
8	Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ՝ առարկաներով	1
9	Շարժախաղ. «Թռչունները և արծիվը»:	1
10	Շարժախաղ. «Թռչունները և արծիվը»:	1
11	Շարժախաղ. «Մեկ-երկու-երեք»:	1
12	Շարժախաղ. «Մեկ-երկու-երեք»:	1
13	Ցատկիր արագ	1
14	Շարժախաղեր. «Ցատկիր արագ	1
15	Պինգվինները գնդակով	1
16	Շարժախաղեր. «Պինգվինները գնդակով	1
17	Գնդակի շրջանցում	1
18	Շարժախաղեր. «Գնդակի շրջանցում	1
19	Հավաքիր արագ	1
20	Շարժախաղեր. «Հավաքիր արագ»:	1

21	«Գլորիա գնդակը	1
22	Շարժախաղեր. «Գլորիա գնդակը»:	1
23	Գնդակներով էստաֆետ	1
24	Շարժախաղեր. «Գնդակներով էստաֆետ	1
25	Օղակներով էստաֆետ	1
26	Շարժախաղեր. «Օղակներով էստաֆետ	1
27	Հրավեր	1
28	Շարժախաղեր. «Հրավեր	1
29	Ես ուզում եմ, որ ինձ նվիրես գնդակը	1
30	Շարժախաղեր. «Ես ուզում եմ, որ ինձ նվիրես գնդակը	1
31	Շարժախաղ. «Գարամբոլ	1
32	Աթլետիկական վարժություններ:Դանդաղ վազք՝ մինչև 2 րոպե	1
33	Բարձրացատկ քայլանցումով՝ մեկ ոտքի հրումով	1
34	Գնդակի նետում հեռավորությունից	1