

Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի

Թեմատիկ պլանավորում`

4-րդ դասարան 2022 – 2023 ուստարի

Կազմող` ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչ` Ալբերը Երեմյան

Տարեկան` 2 ժ * 34շաբ = 68 ժամ

ժ/ք	Թեման	Նպատակը	Վերջնարդյունքները	Ընդհանրական խաչվող հասկացություններ	Տեսլիկ հանձնարարություն
Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի տեսություն					
1,2	Ֆիզիկական վարժությունների պարապմունքների հիգիենիկ կանոնները:	<ul style="list-style-type: none"> Տեղեկություն տալ ֆիզիկական վարժությունների պարապմունքների հիգիենիկ կանոնների, 	<p>ՊԿարողանա ինքնուրույն կատարել առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն:</p> <p>ՊԿարողանա ինքնուրույն կազմել և կատարել ֆիզիկական վարժությունների համալիրներ:</p>	<p>ՊԿողմնորոշում ժամանակի և տարածության մեջ.</p> <p>Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական ոլորտի տարբեր մարդկանց պատմությունները, ինչպես նաև ֆիզիկական վարժություններով մարզումների դերը տարբեր ժամանակների նշանավոր մարդկանց կյանքում:</p>	<p>https://hy.wikipedia.org/wiki/%D5%95%D5%AC%D5%AB%D5%B4%D5%BA%D5%AB%D5%A1%D5%AF%D5%A1%D5%B6_%D5%AD%D5%A1%D5%B2%D5%A5%D6%80</p> <p>Պատմիկ օլիմպիական խաղերի ծագման համառոտ պատմությունը: Օրվա ռեժիմ https://www.youtube.com/watch?v=tRNu_wQ7Ezk</p> <p>Մեր օրերի հերոսը https://www.youtube.com/watch?v=GIH4TZ_yDWc</p>
3,4	Կոփման նշանակությունը և հիմնական կանոնները:	<ul style="list-style-type: none"> տնային առաջադրանքների և առավոտյան մարմնամարզության կանոնների վերաբերյալ: 	<p>Պատկերացում ունենա ժամանակակից օլիմպիական խաղերում ընդգրկված մարզաձևերի և օլիմպիական գաղափարների մասին:</p>	<p>ՊԱնհատական և ստեղծարար արտահայտում.</p> <p>Սովորողները ուսումնասիրում են այն ուղիները, որոնցով բացահայտում են իրենց ֆիզիկական հնարավորությունները և արտահայտում են գաղափարներ, համոզմունքներ, արժեքներ, զգացումներ, բնության երևույթներ, մշակույթի դրսևորումներ, արժևորում ենք գեղագիտությանը և ստեղծարարությունը ֆիզիկական դաստիարակությունում և սպորտում: ՊԱրդարություն և զարգացում.</p>	
5,6	Ժամանակակից 1952 թ. 15-րդ օլիմպիական խաղերը:	<ul style="list-style-type: none"> Տեղեկություն տալ կոփման միջոցների և հիմնական կանոնների վերաբերյալ տեղեկություն հաղորդել 15-րդ օլիմպիական խաղերի վերաբերյալ 			

				Մովորողները ուսումնասիրում են մարզվող մարդու /մարզիկի/ իրավունքները և պարտականությունները, մարզական կազմակերպությունների և անհատ-համայնք-հասարակություն հարաբերությունները, ռեսուրսների տեղաբաշխումը, հավասար հնարավորությունները, հակամարտության և խաղաղության բանաձևերը /մարզաձևերի կանոններն և մրցման օրենքները/:	
Աթլետիկական վարժություններ					
7,8,9	Վազք՝ ազդրերը վեր բարձրացնելով, վազք արագացումով 30 մ:	Սովորեցնել վազքի, հեռացատկի, բարձրացատկի և նետումների տեխնիկան:	ՌԻմանա «Աթլետիկա» մարզաձևի կիրառական և մարզա-կան նշանակության մասին:	Օրինաչափություններ. Դրանք հանդիպում են ամենուր, կանոնավոր կառուցվածքներում, կրկնվող պատահարներում և հարաբերություններում, օրինակ, քայլքի, վազքի կառուցվածքում, շարժումների հերթագայության մեջ:	https://www.youtube.com/watch?v=oXq8WbJuhDA&t=3s https://www.youtube.com/watch?v=J-WxKTO_25o&t=31s https://www.youtube.com/watch?v=sg2BvgmMVFo&t=32s
10,11,12	Վազքի հերթագայումը քայլքով:	ՍՉակել արագաշարժություն, դիմացկունություն, կոորդինացիա, շարժումների համաձայնեցում և արագաուժային ընդունակություններ:	Վարդանա ճիշտ քայլել, վազել 60 մ, հավասարաչափ դանդաղ վազել 1000մ., տեղից հեռացատկել, բարձրացատ-կել և թենիսի գնդակը նետել նշանակետին, մեծ գնդակը նետել և բռնել ցուցաբերելով տեխնիկա և բարձր արդյունքներ:	Համապատասխան մոդելները առաջին քայլն են հանդիսանում պատասխանելու այն հարցին, թե ինչպես են առաջանում դրանք: Չամակարգեր և մոդելներ. Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը, ինչպես և <<Աթլետիկա>> մարզաձևը շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից և ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար այն ուսումնասիրում են մաս առ մաս: Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից և խաղերից: Համակարգն ունի	https://www.youtube.com/watch?v=-2M8YI2uyko&t=65s վազք https://www.youtube.com/watch?v=lGjp9ydQ38c https://www.youtube.com/watch?v=lm6v13j_V64
13,14	Հավասարաչափ վազք մինչ 6-8 րոպե:	ՌԴաստիարակել կամային որակներ: ՌՆպաստել ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացմանը:			
15,16	Ցատկեր. հեռացատկ 6-8 քայլ թափավազքից,				
17,18	Հեռացատկ տեղից հրումով:				
19,20	Բարձրացատկ թեք թափավազքով:				
21,22	Նետումներ թենիսի գնդակի նետում 4-8 մ հեռավորությունից նշանակետին, թենիսի գնդակի նետում հեռավորության տեղից:				ցուկեր https://www.youtube.com/watch?v=2uNStx1uAwA https://www.youtube.com/watch?v=StH_3V8BHXY Նետումներ

				<p>սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ: ԸՍԱնհատներ և հարաբերություններ. Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական գործունեության մեջ դրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական, հոգևոր առողջությունը, մարդկային փոխհարաբերությունները, ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, համայնքում, ինչպես նաև մշակութային ընդհանրությունները և տարբերությունները: Մարդու նկարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=X44ksBO5Bm8</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=WI6JLe6ztSc</p>
--	--	--	--	---	---

Մարմնամարզական վարժություններ

23,24,25	<p>Շարային վարժություններ. «Շարվիր», «Զգաստ», «Ագաստ», «Տեղում ետ դարձ» հրահանգները, կարգով համրանքը և ուսուցչին զեկուցելը, շարավիճակում մեկ տողանից երկտողանի, միասյունից եռասյուն շարքի շարժման մեջ դարձում կատարելով:</p>	<p>ԸՍՍովորեցնել հավասարակշռության պահպանման, ակրոբատիկ, ռիթմիկ-մարմնամարզական, կախերի և հենումների ճիշտ կատարումը: ԸՍՆաստել կեցվածքի մշակմանը, առողջության ամրապնդմանը և ֆիզիկական ներդաշնակ զարգացմանը: ԸՍՄշակել շարժումների ներդաշնակ, արտահայտիչ կատարման, տակտի և ռիթմի զգացողության, ուշադրության կենտրոնացման և կոորդինացիոն</p>	<p>ԸՍԿարողանա ինքնուրույն կազմել և կատարել ֆիզիկական վարժությունների համալիրներ: ԸՍԿարողանա հստակորեն կատարել մարմնամարզական շարային, ակրոբատիկական, ընդհանուր զարգացնող վարժությունները, կախերը և հենումները:</p>	<p>ԸՍՕրինաչափություններ. Դրանք հանդիպում են ամենուր, կանոնավոր կառուցվածքներում, կրկնվող պատահարներում և հարաբերություններում, օրինակ, շարային ակրոբատիկ կամ վարժությունների կառուցվածքում, շարժումների հերթագայության մեջ: Համապատասխան մոդելները առաջին քայլն են հանդիսանում պատասխանելու այն հարցին, թե ինչպես են առաջանում դրանք: ԸՍՀամակարգեր և մոդելներ. Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը, ինչպես և <<Մարմնամարզություն>> սպորտաձևը շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից և ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար</p>	<p>Առավոտյան կատարի մարմնամարզություն պահպանելով հիգիենայի կանոնները:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=4Oxoa4mKIUA</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4</p> <p>ընտանեկան խաղեր https://www.youtube.com/watch?v=GSRgN0zpsMk</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=2V6fXkkDY6k ռիթմիկ</p>
26,27,28	<p>Ընդհանուր զարգացնող</p>				

<p>վարժություններ. առանց առարկաների, գնդակներով (մեծ, փոքր, լցրած) և օդերով: Կեցվածքի մշակման վարժություններ: Շնչառական վարժություններ: Ռիթմիկ- մարմնամարզական վարժություններ` երաժշտության բնույթին համապատասխան քայլք և վազք տարբեր արագությամբ, քայլք շրջանով` մեծացնելով և փոքրացնելով: Գլխի թեքումներ, դարձումներ, պտույտներ: Ձեռքերը կողմ, խաչաձևել կրծքի առաջ` գրկելով ուսերը, ձեռքերը տարածել կողմ: Իրանի դարձումները, թեքումները զուգակցել ձեռքերի տարբեր շարժումներին: Բարձրանալ ոտնաթաթերին և կքանստել: Աջ ոտքը</p>	<p>կարողությունները: ՈՁարգացնել ճկունությունը, ուժը, ճարպկությունը, դիմացկունությունը: ՈՐԴաստիարակել կարգապահություն, ինքնավստահություն, համարձակություն, դժվարությունները հաղթահարելու, լսելու և հրահանգները կատարելու կարողություններ:</p>		<p>այն ուսումնասիրում են մաս առ մաս: Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից և խաղերից: Համակարգն ունի սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ: ՈՍԱնհատներ և հարաբերություններ. Մովորողները ուսումնասիրում են մարզական գործունեության մեջ դրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական, հոգևոր առողջությունը, մարդկային փոխհարաբերությունները, ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, համայնքում, ինչպես նաև մշակութային ընդհանրությունները և տարբերությունները: Մարդու նկարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:</p>	<p>մարմնամարզություն https://www.youtube.com/watch?v=NtAoWoBgw9Y&list=RDNtAoWoBgw9Y&start_radio=1&t=218</p>
--	--	--	--	---

	<p>տանել կողմ և ձեռքերը բարձրացնել կողմերից վեր, ծափ տալ, թեքել գլուխը կողմ, ոտքը տանել հակառակ ուղղությամբ: Կից քայլք կքանիստով, համակցումներ տարբեր շարժումներով:</p>				
29,30,31	<p>Մազլցման վարժություններ` մազլցելով անցում արգելքների (մարզանստարան, մարզագերան) վրայով, Հավասարակշռության վարժություններ` մարզանստարանի վրա` քայլք մեծ քայլերով, արտանկներով, քայլք ոտնաթաթերի վրա, դարձումներ 90 և 180 աստիճան, հենում կքանիստ մեկ ոտքի վրա:</p>				
32,33	<p>Ակրոբատիկական վարժություններ` գլուխկոնձի առաջ, ետզլորում կանգ թիակների վրա, «Կամուրջ» վարժությունը օգնությամբ և ինքնուրույն:</p>				

34,35,36	Պարային վարժություններ ժողովրդական պարերի շարժումներ: Կախեր և հենումներ – կախեր պարանից՝ կախ նստած ոտքերը զատած, ձգումներ կախ դրությունում բարձրացնել ծնկային հոդում ծավված ոտքերը, հենումներ մարզանստարանի վրա:				
----------	---	--	--	--	--

Շարժախաղ, գվարճալի ֆուտբոլ

37,38	«Նետում գամբյուղի մեջ»	Սովորեցնել տարբեր շարժախաղեր:	Կարողանա խաղալ շարժախաղեր	Արդարություն և զարգացում. Շարժախաղի միջոցով սովորողները ուսումնասիրում են մարզվող մարդու /մարզիկի/ իրավունքները և պարտականությունները, անհատ-համայնք-հասարակություն հարաբերությունները, հավասար հնարավորությունները, մարզաձևերի կանոններն և մրցման օրենքները:	Պահպանի հիգիենայի կանոնները և խաղա ոչ մարդաշատ, բացօդյա վայրերում:
39,40	«Գնդակի վարում աջ և ձախ ձեռքով»	Նպաստել ստեղծագործական կարողությունների խթանմանը:	Կարողանա խաղալ տեխնիկական տարբերի կիրառմամբ և ճիշտ կանոններով, համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
41,42	Գնդակի նետում պատին	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
43,44	«Գնդակով փոխանցումներ»	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
45,46	Գնդակներով էստաֆետա	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
47,48	Հարվածներ գնդակին ոտնաթաթով	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
49,50,51	Հարվածներ դարպասին	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
52,53	Գնդակի կասեցումներ	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
54,55,56,57	Զվարճալի ֆուտբոլ	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության
58,59	Ցատկորդները	Քարգացնել համագործակցելու, տարբեր իրավիճակներում որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացմանը:	Ուսուցանել գվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:	Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, որոշումներ կայացնել, ցուցաբերել համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:	Փոխադարձ հարաբերությունները, համարձակություն, փոխօգնություն, հանդուրժողականության

https://www.youtube.com/watch?v=SDzLFHXA6VU&list=RDCMUClYHvA8ujmYQzeuyuN5_nYg&start_radio=1&t=115
 ֆուտբոլ
<https://www.youtube.com/watch?v=2BCZyufKDvg>

60,61	Էստաֆետա գնդակով	հմտություններ: ՕՕՆպաստել յուրացրած շարժախաղերը	պատրաստվածություն:	բաղադրիչներ և հետադարձ կապ: ՕՕԱնհատներ և հարաբերություններ. Սովորողները ուսումնասիրում են	խաղեր https://www.youtube.com/watch?v=2thishNxj-g
62,63	«Շրջանցումներ գնդակով»	ինքնուրույն կազմակերպելուն: ՕՕՀաղորդել գիտելիքներ Հայաստանում ֆուտբոլի զարգացման և «Արարատ» ֆուտբոլային թիմի պատմության մասին: ՕՕՈւսուցանել զվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան:		մարզական գործունեության մեջ դրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական, հոգևոր առողջությունը, մարդկային փոխհարաբերությունները, ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, համայնքում, ինչպես նաև մշակութային ընդհանրությունները և տարբերությունները: Մարդունկարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:	https://www.youtube.com/watch?v=HcACrogWYcs
Դահուկային պատրաստվածություն /					
64,65	Դահուկային պատրաստության տեխնիկայի մեթոդները և միջոցները փոփոխական երկքայլ ընթացք առանց դահուկափայտերի և դահուկափայտերով:	ՕՕՈւսուցանել դահուկափայտերով փոփոխական երկքայլ ընթացքի տեխնիկան: ՕՕԱմրապնդել վայրէջքի կրողությունները, - ուսուցանել «Գութանաձև» և «Հենումով» արգելակման տեխնիկան: ՕՕԱմրապնդել «Սանդղաձև» և «Եղևնաձև» վերելքի կարողությունները: ՕՕՏեղեկություն տալ սպորտային լողառճերի մասին: ՕՕԱմրապնդել ցամաքում բրաս լողառճի նմանողական վարժությունների	ՕՕԳաղափար ունի դահուկային սպորտի պատմության մասին: ՕՕԿարողանա սահուն կատարել վելելք «սանդղաձև» և «եղևնաձև» եղանակներով և կրկնվող դահուկաընթացքի ժամանակ ցուցադրել բարձր արագություն: ՕՕԿարողանալ հաղթահարել 3 կմ տարածություն: ՕՕԿարողանա կրոկ կրծքի վրա լողառճով լողատարածությունները անցնել արագ տեմպով: ՕՕԿարողանա կրոկ մեջքի վրա լողառճով լողատարածություններ	ՕՕՕրինաչափություններ. Դրանք հանդիպում են ամենուր, կանոնավոր կառուցվածքներում, կրկնվող պատահարներում և հարաբերություններում, օրինակ, սահող քայլերը, դահուկավազքը կամ լողում թիավարումը և դարձումները, շարժումների հերթագայության մեջ: Համապատասխան մոդելները առաջին քայլն են հանդիսանում պատասխանելու այն հարցին, թե ինչպես են առաջանում դրանք: ՕՕՀամակարգեր և մոդելներ. Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը, ինչպես և <<Դահուկային սպորտում>> և <<Լող>> մարզաձևում շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից և ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար այն ուսումնասիրում են մաս առ մաս:	Պահպանի հիգիենայի կանոնները, մարզվի բացօդյա կամ օդափոխված վայրերում: Դահուկային ուսուցում https://www.youtube.com/watch?v=bjyb5ANXavA
66,67	Վայրէջք թեթև գառիվայր լանջերից: Արգելակում «գութանաձև» և «հենումով»: Ոտնափոփոխումով դարձում ընթացքից: Վերելք «Սանդղաձև» և «Եղևնաձև»:				https://www.youtube.com/watch?v=shS-ewQrIyw

68	<p>Հավասարաչափ արագությամբ տեղաշարժ դահուկներով մինչև 1 կմ: Կրկնողական դահուկաընթացք. 3-4 անգամ 50-ական մետր վազքահատված արագությամբ:</p>	<p>տեխնիկան: ԹԹՁևավորել կրող լողառճի ձեռքերի, ոտքերի աշխատանքի զուգակցման կարողություններ շնչառության հետ: ԹԹԱմրապնդել բրաս լողառճի ոտքերի և ձեռքերի շարժումների տեխնիկան: ԹԹՁևավորել բրաս լողառճի ոտքերի, ձեռքերի աշխատանքի զուգակցման կարողություններ շնչառության հետ: ԹԹՈւսուցանել բրաս լողառճի դարձումների տեխնիկան: ԹԹՁևավորել բրաս և կրող լողառճերով տարբեր լողատարածություններ հաղթահարելու կարողություններ: ԹԹՄշակել արագաշարժություն, կոորդինացիա, դիմացկունություն: ԹԹԴաստիարակել համարձակություն, վստահություն, կազմակերպվածություն:</p>	<p>անցնել արագ տեմպով: ԹԹԿարողանա կրող և բրաս լողառճով հաղթահարել 25 և ավելի մետր տարածություն:</p>	<p>Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից, խաղերից և մարզաձևերից: Համակարգն ունի սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ: ԹԹԱնհատներ և հարաբերություններ. Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական գործունեության մեջ դրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական, հոգևոր առողջությունը, մարդկային փոխհարաբերությունները, ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, համայնքում, ինչպես նաև մշակութային ընդհանրությունները և տարբերությունները: Մարդու նկարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:</p>	
----	---	--	--	---	--

Միջառարկայական կապեր

Հայոց լեզու- բանավոր խոսք կառուցելու ունակություն, մասնագիտական բառապաշարի հարստացում, Մաթեմատիկա- թվագիտություն, հաշվողական կարողություններ, Կենսաբանություն- մարդու անատոմիա և ֆիզիոլոգիա՝ մկանային, նյարդային և օրգան համակարգերի իմացություն, Ֆիզիկա –պատկերացումներ կազմել կենսամեխանիկայի օրենքներից, ձևավորել գիտելիքներ շարժումների դինամիկայի, ստատիկայի և կինեմատիկայի հիմունքներից,

Պատմություն – ծանոթ լինել պատմական տվյալներին:

Կապը հանրակրթության չափորոշի վերջնարդյունքների հետ S1, S2, S3, S15, S22, S23, S24, S25, S26, S27, S28, S29, S30, S33, S35, S36, S37, S38