

Քննարկվել և հավանության է արժանացել մեթոդմիավորման նիստում

Մ/Մ նախագահ՝  Ա.Թորոսյան

«Հաստատում եմ»

Տնօրեն՝  Ն. Բաղդասարյան



ԹԵՄԱՏԻԿ ՊԼԱՆԱՎՈՐՈՒՄ

Ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի

3-րդ դասարան 2023 – 2024 ուստարի

Տարեկան՝ 2 ժ * 34շաբ = 68 ժամ

Ժ/ք	Թեման	Նպատակը	Վերջնարդյունքները	Ընդհանրական խաչվող հասկացություններ	Տնային հանձնարարություն
Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի տեսություն / 6 ժամ/					
1	Շարժողականոճիմ:	<ul style="list-style-type: none"> Պատկերացում տալ շարժողական ոճիմի և դպրոցականի շաբաթական բեռնվածության ծավալի վերաբերյալ: 	<ul style="list-style-type: none"> Կարևորի ֆիզիկական վարժությունների դերն ու նշանակությունը առողջության ամրապնդման գործում: 	<ul style="list-style-type: none"> Կողմնորոշում ժամանակի և տարածության մեջ. Սովորողները ուսումնասիրում են մարզական ոլորտի տարբեր մարդկանց պատմությունները, ինչպես նաև ֆիզիկական վարժություններով մարզումների դերը տարբեր ժամանակների նշանավոր մարդկանց կյանքում: 	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
2	Շնչառությունը տարբեր ֆիզիկական վարժությունների կատարման ժամանակ:	<ul style="list-style-type: none"> Գիտելիքներ տալ ֆիզիկական վարժություններով պարապելու կարևորության և ներդաշնակ զարգացման գործում դրանց ազդեցության վերաբերյալ: Գիտելիքներ հաղորդել տարբեր 	<ul style="list-style-type: none"> Կարողանա ինքնուրույն կատարել առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն: Պահպանի կոփման կանոնները և անձնական 	<ul style="list-style-type: none"> Անհատական և ստեղծարար արտահայտում. 	Լսի և կարդա օլիմպիական խաղերի համառոտ

		<p>Ֆիզիկական վարժությունների ժամանակ շնչառության ճիշտ զուգակցման վերաբերյալ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Տեղեկություններ հաղորդել ժամանակակից օլիմպիական խաղերի վերաբերյալ: 	<p>հիգիենան:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Իմանա տեղեկություն ժամանակակից օլիմպիական խաղերի և անվանի մարզիկների վերաբերյալ: 	<p>Մովորողները ուսումնասիրում են այն ուղիները, որոնցով բացահայտում են իրենց ֆիզիկական հնարավորությունները և արտահայտում են գաղափարներ, համոզմունքներ, արժեքներ, զգացումներ, բնության երևույթներ, մշակույթի դրսևորումներ, արժևորում են քզեղագիտությանը և ստեղծարարությունը ֆիզիկական դաստիարակությունում և սպորտում:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Արդարություն և զարգացում. <p>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/:</p>	<p>պատմությունը:</p>
3	<p>Ժամանակակից օլիմպիական խաղեր:</p>				<p>Օրվա եթիմ https://www.youtube.com/watch?v=z74Emkb2RhU</p>
Աթլետիկական վարժություններ / 23 ժամ/					
4	<p>Վազք՝ բարձր մեկնարկից վազք, վազք արագացումով մինչև 30 մ:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ամրապնդել վազքի, ցատկերի նեոտումների հմտությունները: • Մշակել արագաշարժություն, դիմացկունություն, ճարպկություն, ուժը, 	<ul style="list-style-type: none"> • Կարողանա արագացումով վազել 30 մ ցուցաբերելով բարձր արդյունքներ: • Կարողանա հեռացատկել և բարձրացատկել լիթափավ ազքով, 	<ul style="list-style-type: none"> • Օրինաչափություններ. Դրանք հանդիպում են ամենուր, կանոնավոր կառուցվածքներում, կրկնվող պատահարներում և հարաբերություններում, օրինակ, քայլքի, վազքի կառուցվածքում, շարժումների հերթագայության մեջ: 	<p>https://www.youtube.com/watch?v=oXq8WbJuhDA&t=3s</p>
5	<p>Վազքի աղթահարելով արգելքները:</p>	<p>կոորդինացիա:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Նպաստել ի համարձակություն, ինքնավստահություն, 	<p>թենիսի գնդակը նետելն շան ակետին և հեռավորության,</p>	<p>Համապատասխան մոդելները առաջին քայլն են հանդիսանում պատասխանել</p>	<p>https://www.youtube.com/watch?v=J-WxKTO_25o&t=31s</p>
6	<p>Հավասարաչափ վազք մինչ 4 բուպե</p>				<p>https://www.youtube.com/watch?v=J-WxKTO_25o&t=31s</p>
	<p>Ցատկեր՝ ցատկեր ցատկապ</p>				<p>https://www.youtube.com/watch?v=J-WxKTO_25o&t=31s</p>

	արանովզույգ, աջնձախոտքերովտեղումև տեղաշարժվելով:Հեռացատկտեղից:	կամքիուժիդաստիարակմանը: • Նպաստելառողջությանամրապնդմանըևֆիզիկականներդաշնակզարգացմանը:	ցուցաբերելովբարձրարդյունքներ:	<p>ուայնհարցին, թեինչպեսեննառաջանումդրանք: • Համակարգերևնողելներ. Ֆիզիկականկուլտուրահասկացողությունը, ինչպեսև<<Աթլետիկա>>մարզաձևը շատմեծբարդէյնմիանգամիցևամբողջապեսուսումնասիրելուհամար: Դրահամարայնուսումնասիրումենմասառմաս: Ուսումնասիրությանմիավորըհամակարգնէ: Համակարգըմիյանցհետկապվածհասկացություններիմեկամբողջություննէ: Համակարգըկարողէկազմվածլինէլ, օրինակ, շարժումներից,վարժություններիցևսաղերից: Համակարգնունիսահմաններ, բաղադրիչներևհետադարձկապ: • Անհատներևհարաբերություններ. Մովորողներըուսումնասիրումենմարզականգործունեությանմեջդրսևորվող համոզմունքները, արժեհամակարգը, անձնական, ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական,հոգևորառողջությունը, մարդկայինփոխհարաբերությունները, ընտանիքում,ընկերականշրջապատում, համայնքում, ինչպեսևանմշակութայինընդհանրություններըևսարբերությունները: Մարդունկարագիրը արժանապատվությունը, բարոյականդատողությունըևբարեկամ</p>	<p>m/watch?v=sg2BvgmMV Fo&t=32s https://www.youtube.com/watch?v=-2M8Y12uyko&t=65s Ուսուցանվածվարժություններըկատարիոչմարդաշատ, բացողյավայրում, պահպանելովֆիզիկականունները: https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4 https://www.youtube.com/watch?v=IGjp9ydQ38c https://www.youtube.com/watch?v=lm6vl3j_V64 https://www.youtube.com/watch?v=7LibNGVLzE նախվարժանք ՀՀ https://www.youtube.com/watch?v=KqMR9hpFDY0&list=RDCMUCSnr4wFDHDZZMeeHQvaHpjA&start_radio=1&t=24 վազը https://www.youtube.com/watch?v=IGjp9ydQ38c https://www.youtube.com/watch?v=IGjp9ydQ38c</p>
8	Բարձրացատկ 4-6 քայլափավազքով:				
9	Հեռացատկ 4-6 քայլափավազքով:				
10	Նետումներ Թենիսիգնդակինետումնշանակետին (2x2մթիբախ) 4-5մ. հեռավորությունից:Թենիսիգնդակինետումհեռավորություն:				

				<p>ըրթյան գիտակցումը:</p> <p>m/watch?v=lm6vl3j_V64 ցուկեր https://www.youtube.com/watch?v=2uNStx1uAwA https://www.youtube.com/watch?v=StH_3V8BHX_Y Նետումներ https://www.youtube.com/watch?v=X44ksBO5Bm8 https://www.youtube.com/watch?v=WI6JLe6ztSc</p>
--	--	--	--	---

Մարմնամարզական վարժություններ / 10 Ժամ /

11	<p>Շարային վարժություններ, «Առաջին -երկրորդ, հաշվիր», «Լայնքայլ», «Արագքայլ», «Պանդադքայլ» հրահանգներով կատարում, քայլքով տեղաշարժվելը անկյունագծով, հակընթացով, «օձաձև»: Ընդհանուր զարգացում</p>	<ul style="list-style-type: none"> Սովորեցնել շարային, ընդհանուր զարգացնող, մագլցման, հավասարակշռության պահպանման, ակրոբատիկ, ռիթմիկ-մարմնամարզական, պարային վարժությունների, կախերի հեռու մների տեխնիկական ճիշտ կատարումը: Ամրապնդել շարժումները համաձայնեցնելու, տարածության մեջ ճիշտ կողմնորոշվելու հմտությունները: Նպաստել ճկունության, արագաշարժության, հավասարակշռության մշակմանը: Նպաստել շարժության կենտրոնացման, 	<ul style="list-style-type: none"> Գիտակցի ֆիզիկական վարժությունների համալիրներ կատարման կարևորությունը օրգանիզմի հետևաշարժողական համակարգ համար: Կարողանալ ներդրել կատարել մարմնամարզական շարային, ակրոբատիկական, պարային, ընդհանուր զարգացնող վարժությունները, կախերը և հեռու մները: 	<ul style="list-style-type: none"> Օրինաչափություններ. 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: Համակարգեր և մոդելներ. Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը, ինչպես և <<Մարմնամարզություն>> սպորտաձևը շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից և ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար 	<p>Օգտվիր՝ 3-րդ դասարանի համար կազմած, ֆիզիկական կուլտուրայի դասագրքից:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=SDzLFHXA6VU&list=RDCMUICYHvA8ujmYQzeuyuN5_nYg&start_radio=1&t=115</p> <p>ընտանեկան խաղեր https://www.youtube.com/watch?v=GSRgN0zpsMk</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=GSRgN0zpsMk</p>
----	--	---	--	--	--

		<p>շարժումների համակցման, ռիթմի զգացողության, կոորդինացիայի զարգացումը:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Դաստիարակելի համագործակցություն, ինքնավստահություն, կարգապահություն և ներհանրությունները հաղթահարելու կամք: 		<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:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Անհատներ 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: Մարդուն կարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը: 	<p>m/watch?v=2V6fXkkDY6k</p> <p>ռիթմիկ մարմնամարզություն</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=NtAoWoBgw9Y&list=RDNtAoWoBgw9Y&start_radio=1&t=218</p>
12	<p>Շնչառության արգելափակումներ մարզափայտերով, օղերով, գնդակ-ներով, համալիր վարժություններ: Կեցվածքի ձևավորման վարժություններ: Շնչառական վարժություններ:</p>				
13	<p>Մազկանցիվ վարժություններ՝ մազկանցիվ թեթևադրված մարզանստարանի վրայով ձևավորում, հենում պահպանում, փոքրիկ պահպանում և զորության մեծ ձեռքերով ձգվելով: Մազկանցիվ մարզապատի վրայով, պարանամազկանցիվ: Հավասարակշռության վարժություններ մարզանստարանի վրա, քայքայ, կանգնել և երկու տարբերակով, դարձումներ և վարցատկ: Կախեր և հենումներ՝ հենումներ մարզանստարանի վրա: Կախեր մարզապատից և սպորտից:</p>				

<p>արանից:</p> <p>14 Ակրորատիկականվարժություններ` Ակրորատիկա՝ գլուխկոնծի առաջ, կանգթիակներիվրա, մեջքիվրապատկածդրություն ևնիցընդունել «Կամուրջ, դրությունը:</p>				
<p>15 Ռիթմիկ-մարմնամարզականվարժություններ` երաժշտությաննուղեկցությամբկատարելըայլեր, վազքեր, ցատկեր, ծափեր, դոփյուններ, դաստակներհիպոտույտներ, ձեռքերիխաչաձևբարձրացումևնիջեցում, միաժամանակաջձեռքիբարձրացումվեր, ձախը կողմ, աջը՝ առաջ, ձախը վեր, իրանիթեքումներըևդարձումներըգուգակցելձեռքերիշարժումներիհետ:Աջևձախտտքերիհաջորդականցուցադրումառաջ, ետ, կողմ: Պարայինվարժություններ - երաժշտությաննուղեկցությամբ, ժողովրդականպարերի, շարժումները</p>				
<p>Շարժախաղ, գվարճալիֆուտբոլ /17ժամ/</p>				

16	«Նետումզամբյուղիմեջ»	Սովորեցնել տարբեր շարժախաղեր: • Ամրապնդել վազքի, ցատկերի, նետումների, գնդակը վարելու, փոխանցելու և ընդունելու տեսակությունները:	• Կարողանա խաղալ շարժախաղեր վազքերի, ցատկերի և նետումների տեխնիկական տարբերի կիրառմամբ և ճիշտ կանոններով, համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվել տարածության մեջ:	• Արդարություն և զարգացում. Շարժախաղի միջոցով սովորողները ուսումնասիրում են մարզվող մարդու /մարզիկի/ իրավունքները և պարտականությունները, անհատ-համայնք-հասարակություն հարաբերությունները, հավասար հնարավորությունները, մարզածների կանոններն և մրցման օրենքները:	Պահպանի հիգիենայի կանոնները և խաղա ոչ մարդաշատ բացօդայ վայրերում: https://www.youtube.com/watch?v=SDzLFHXA6VU&list=RDCMUClYHvA8ujmYQzeuyuN5_nYg&start_radio=1&t=115
17	Թզուկներն ու հսկաները»		• Կարողանա տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվել, ցուցաբերել նպատակալացություն և որոշումներ կայացնելու ունակություն:	• Համակարգեր և մոդելներ. Ֆիզիկական կուլտուրա հասկացողությունը շատ մեծ և բարդ է այն միանգամից ամբողջապես ուսումնասիրելու համար: Դրա համար այն ուսումնասիրում են մաս առ մաս: Շարժախաղերի համակարգը կարող է	https://www.facebook.com/creativeforkid/videos/355185772173412
18	Գնդակի նետում պատին	• Նպաստել համագործակցելու, շարժումները համաձայնեցնելու			
19	«Զույգերը գնդակով»				
20	Գնդակներով և ստաֆետա				
21	Հարվածներ գնդակի նոտնա թաթով	տարբեր իրավիճակներում կողմնորոշվելու և որոշումներ կայացնելու կարողությունների զարգացումը:			
22	Հարվածներ դարպասին				
23	«Գնդակով շրջանցումներ»	• Մշակել արագաշարժություն, ճարպկություն, ուժ, ճկունություն,			
24	«Զվարճալի ֆուտբոլ»				
25	Գնդակի կասեցումներ	դիմաց կունություն:			
26	«Շրջանցումներ գնդակով»	• Նպաստել ընկերասիրության,			

		<p>փոխօգնության հանդուրժականության դաստիարակմանը:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Գիտելիքների հարողելժամանակակից հայկական ֆուտբոլային թիմերի մասին, խաղի կանոնների մասին, • Ուսուցանել զվարճալի ֆուտբոլի տեխնիկան: 		<p>կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից, մարզաձևերին մնանակող խաղերից:</p> <p>Համակարգն ունի սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Անհատներ և հարաբերություններ. <p>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: Մարդուն կարագիրը և արժանապատվությունը, բարոյական դատողությունը և բարեվարքության գիտակցումը:</p>	<p>Ֆուտբոլ</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=2BCZyufKDvg</p> <p>խաղեր</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=2thishNxj-g</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=HcACrogWYcs</p>
Շարժողականը նորնակություններին շակում /6 ժամ/					
27	Դահուկային պատրաստության տեխնիկայի մեթոդները և միջոցները մեկհենումային սահում դահուկով աջ և ձախ ոտքերով:	<ul style="list-style-type: none"> • Ուսուցանել մեկհենումային սահման տեխնիկան: • Ուսուցանել փոփոխական երկքայլ ընթացքի և «սանդղածն» վերելքի տեխնիկան: • Ձևավորել վայրէջքի հմտություններ: 	<ul style="list-style-type: none"> • Կարողանա սահուն կատարել փոփոխական երկքայլ ընթացք: • Կարողանա սահուն կատարել արգելակում «գութանածն» և «հենումով»: • Կարողանա լիադիտահարել 1 կմ տարածություն: • Կարողանա բարավողաձև կոմպլեքսի հետքերի և սկզբունքների 	<p>Օրինաչափություններ.</p> <p>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:</p>	<p>Պահպանի հիգիենայի կանոնները, մարզվի բացօդյա կամ օդափոխված վայրերում:</p> <p>Դահուկային ուսուցում</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=bjyb5ANXavA</p> <p>https://www.youtube.com/</p>
28	Փոփոխական երկքայլ ընթացք: Վերելք «սանդղածն» եղանակով: Արգելակում «գութանածն»:	<ul style="list-style-type: none"> • Ուսուցանել «գութանածն» արգելակման տեխնիկան: • Տեղեկություն տալ կոմպլեքսի միջոցների և սկզբունքների 			

29	Հավասարաչափ արագությամբ տեղաշարժ դահուկներով մինչև 1 կմ:	մասին: • Ուսուցանել բրաս լողաճի ձեռքերի աշխատանքի զուգակցումը շնչառության հետ:	առության հետ: • Կարողանալ արագալողաճով կատարել շնչառության հետ:	• Համակարգեր 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: Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացողությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից, խաղերից և մարզաձևերից:	watch?v=shS-ewQrIyw
30	Դահուկարձնաքարագացմամբ 40-50-ական մետր հատվածներին:	• Ձևավորել բրաս լողաճի ձեռքերի, ոտքերի աշխատանքի զուգակցման կարողությունները շնչառության հետ: • Ուսուցանել դարձումների տեխնիկան: • Ուսուցանել ոտքերը ցած ջրացատկի տեխնիկան: • Ուսուցանել բրաս լողաճի տեխնիկական տարրերի կիրառումը խաղերում և լողատարածություններ հաղթահարելիս: • Մշակել արագաշարժություն, դիմացկունություն, կոորդինացիա:	• Կարողանալ արագալողաճով կատարել 25 մետր առանց շնչառության հետ: • Կարողանալ արագալողաճով կատարել 25 մետր առանց շնչառության հետ:	• Համակարգեր 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: Ուսումնասիրության միավորը համակարգն է: Համակարգը միմյանց հետ կապված հասկացողությունների մեկ ամբողջություն է: Համակարգը կարող է կազմված լինել, օրինակ, շարժումներից, վարժություններից, խաղերից և մարզաձևերից: Համակարգն ունի սահմաններ, բաղադրիչներ և հետադարձ կապ: • Անհատներ և հարաբերություններ. Մոտորողները 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:	

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 հետS1, S2, S3, S15, S22, S23, S24, S25, S26, S27, S28, S29, S30, S33, S35, S36, S37, S38