



Համարը N 34-Ն

Տիպը Հրաման

*Սկզբնաղբյուրը Միասնական կայք 2023.04.03-
2023.04.16 Պաշտոնական
հրապարակման օրը 03.04.2023*

*Ընդունող մարմինը Կրթության, գիտության,
մշակույթի և սպորտի նախարար*

*Ստորագրող մարմինը Կրթության, գիտության,
մշակույթի և սպորտի նախարար*

Վավերացնող մարմինը

Ուժի մեջ մտնելու ամսաթիվը 04.04.2023

Տեսակը Հիմնական

Կարգավիճակը Գործում է

Ընդունման վայրը Երևան

Ընդունման ամսաթիվը 30.03.2023

Ստորագրման ամսաթիվը 30.03.2023

Վավերացման ամսաթիվը

Ուժը կորցնելու ամսաթիվը

Կապեր այլ փաստաթղթերի հետ

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐԻ ՀՐԱՄԱՆԸ
ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ «ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ 1-12-ՐԴ
ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉԸ ՀԱՍՏԱՏԵԼՈՒ ՄԱՍԻՆ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ

ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐ

Հ Ր Ա Մ Ա Ն

30 ՄԱՐՏԻ 2023 Թ.

N 34-Ն

ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ «ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ 1-12-ՐԴ
ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉԸ ՀԱՍՏԱՏԵԼՈՒ ՄԱՍԻՆ

Ղեկավարվելով «Հանրակրթության մասին» օրենքի 7-րդ հոդվածի 4-րդ մասով և 30-րդ հոդվածի 1-ին մասի 1-ին կետով՝

Հրամայում եմ

1. Հաստատել հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի 1-12-րդ դասարանների առարկայական չափորոշիչը՝ համաձայն հավելվածի:
2. Սույն հրամանն ուժի մեջ է մտնում պաշտոնական հրապարակմանը հաջորդող օրվանից:

Նախարար՝

Ժ. Անդրեասյան

Հավելված
ՀՀ կրթության, գիտության,
մշակույթի և սպորտի նախարարի
2023 թվականի մարտի 30-ի
N 34-Ն հրամանի

**ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ «ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ
1-12-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉ**

1. ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ՆՊԱՏԱԿՆ՝ ԸՍՏ ԿՐԹԱԿԱՆ ԱՍՏԻՃԱՆՆԵՐԻ

1. **Հիմնական (կրտսեր) դպրոցում «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի ուսուցման նպատակն է.** առողջ, համակողմանի զարգացած, աշխատանքային գործունեությանը պատրաստ, սեփական ուժերին վստահ, առողջ և անվտանգ կենսակերպ դրսևորող, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող ու նախաձեռնող քաղաքացի ձևավորելը:

2. **Հիմնական (միջին) դպրոցում «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի ուսուցման նպատակն է.** նպաստել սովորողների առողջության ամրապնդմանը և բարելավմանը, կեցվածքի ձևավորմանը, օրգանիզմի կոփմանն ու առողջ ապրելակերպը կենցաղում արմատավորելուն:

3. **Միջնակարգ (ավագ) դպրոցում «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի ուսուցման նպատակն է.**

1) նպաստել սովորողների շարժողական ունակությունների (արագաշարժություն, ուժ, դիմացկունություն, ճկունություն, ճարպկություն, կոորդինացիա, ցատկունակություն և այլն) զարգացմանը, որոնք լայն կիրառում են գտնում մարդու ամենօրյա գործնական կյանքում:

2) նպաստել անձի մտավոր և ֆիզիկական աշխատունակության բարձրացմանը, ձեռք բերելով կարողություններ և հմտություններ, որոնք կնպաստեն հետագա աշխատանքային գործունեությանը նախապատրաստված, սոցիալապես ակտիվ, արտակարգ իրավիճակներում կողմնորոշվող և հայրենիքի պաշտպանությանը պատրաստ քաղաքացի ձևավորելուն:

3) տրամադրել գիտելիքներ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նշանակության, առողջ ապրելակերպի կանոնների, օլիմպիական խաղերի, առաջին օգնություն ցուցաբերելու կանոնների մասին, ինչպես նաև համագործակցելու, կազմակերպելու և նախաձեռնելու հատկություններ:

4) նպաստելու սովորողների մասնագիտական կողմնորոշմանը:

2. ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

4. Հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի առարկայական չափորոշիչները կրթության պետական կառավարման լիազորված մարմնի կողմից հաստատված նորմատիվ փաստաթուղթ է:

5. Ֆիզիկական դաստիարակության ծրագրերի, դասագրքերի, մեթոդական ձեռնարկների, ուղեցույցների ստեղծման ժամանակ անհրաժեշտ է առաջնորդվել հետևյալ սկզբունքներով. «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի առաջարկվող նյութը պետք է համապատասխանի սովորողների անհատական առանձնահատկություններին, լինի հետաքրքիր ու իրատեսական:

6. Առկա և հեռավար եղանակով կազմակերպվող դասերի ընթացքում վարժությունների ընտրությունը պետք է կատարել այնպես, որ դրանք նպաստեն սովորողների արագաշարժային, ուժային, արագաուժային, շարժումների ճշգրտության, կոորդինացիայի, հավասարակշռության, դիմացկունության, ցատկունակության, ճարպկության և ճկունության ունակությունների մշակմանն ու կատարելագործմանը:

7. Անհրաժեշտ ուշադրություն պետք է դարձնել ժամանակակից տեղեկատվական և հաղորդակցական տեխնոլոգիաների ներդրմանը ֆիզիկական դաստիարակության ուսուցանվող նյութն ավելի մատչելի, գրավիչ դարձնելու և յուրացման գործընթացն արագացնելու նպատակով:

8. Թիմի լիարժեք անդամ զգալու նպատակով այն երեխաները, որոնք տարբեր պատճառներով չեն մասնակցի շարժողական ակտիվություն պահանջող գործողություններին, կարող են ներառվել նաև օժանդակող աշխատանքներում որպես մարզական լրագրող, մարզական մեկնաբան, մարզական լուսանկարիչ, մրցավար, ֆիզկուլտուրայի ուսուցիչ-մարզչի օգնական և այլն:

9. Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող և տարբեր բժշկական խմբերում ընդգրկված երեխաները ևս պետք է սեփական ֆիզիկական հնարավորությունները ճանաչելու և դրանց համապատասխան իրենց շարժողական ունակությունները զարգացնելու հնարավորություն ունենան:

10. Ընդանուր առմամբ պետք է առաջնորդվել մանկավարժության՝ ուսուցման և դաստիարակության սկզբունքներով: Հատկապես 8-րդ դասարանից սկսած կարևոր է, որ ուսուցիչը ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում մշտապես հաշվի առնի դպրոցականների մարզական նախընտրությունները՝ չսահմանափակվելով սույն դասընթացում նշված մարզաձևերով: Այդ դեպքում ուսուցիչը հնարավորություն ունի մարզման ձևն ու ժամաբաշխումն իրականացնելու ըստ անհրաժեշտության՝ ապահովելով վերջնարդյունքները:

11. Ընտրովի ուսումնական նյութին վերաբերող վերջնարդյունքների ապահովումը պարտադիր է միայն

համապատասխան մարզաձևի մարզումների հնարավորության դեպքում:

12. Ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացում սովորողների հետաքրքրությունները հաշվի առնելու մեթոդաբանական հիմքերը հետևյալն են. մարզական ուղղվածության (սպորտայնացված) ֆիզիկական դաստիարակության կազմակերպման ձևերը, որոնք ապահովում են յուրաքանչյուր դպրոցականի համար մարզական կուլտուրայի յուրացումը նրա հնարավորություններին, կարողություններին և անձնային կողմնորոշմանը համապատասխան, սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության շրջանակում պարտադիր է մարզական տեխնոլոգիաների և առողջարարական մարզումների կազմակերպումը, դպրոցական ֆիզկուլտուրայի դասերի սպորտայնացման գործընթացում տեղի է ունենում սովորողների խմբավորումն ուսումնամարզական խմբերում՝ միննույն հետաքրքրություններով, պահանջմունքներով, հավակնություններով, ֆիզիկական պատրաստականությամբ, տիպաբանական առանձնահատկություններով և կենսաբանական հասունության աստիճանով, դպրոցահասակ երեխաներին այդ ուսումնամարզական պարապմունքներում ընդգրկվելու համար արդյունավետ նախադրյալներ է ստեղծում, ինչը մեծ հնարավորություն է ընձեռում մարզական կողմնորոշման ու ընտրության համար, նպատակաուղղված է մարզական պարապմունքների դրդապատճառների և հետաքրքրության ձևավորմանը:

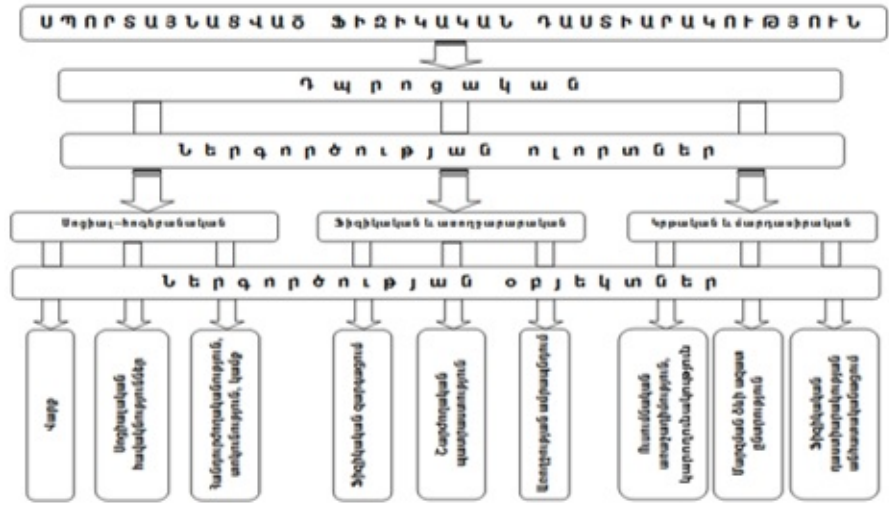
13. Ֆիզկուլտուրայի ուսուցման դասարանային ձևով կազմակերպված դասերից զատ, ուսումնական նյութի վերջնարդյունքների առավել ամբողջական ապահովումը կիրականացվի սովորողների մարզական նախընտրությամբ պարտադիր արտաուսումնական մարզումների հաճախելով:

14. Սպորտայնացված դասեր կազմակերպելիս կարելի է առաջնորդվել մանկապատանեկան մարզադպրոցի համապատասխան մարզաձևերի համար նախատեսված ծրագրերով, իսկ այդ ընթացքում դպրոցականների բեռնվածությունն անհրաժեշտ է պլանավորել այդ նույն ծրագրի հիման վրա, սակայն մեկ աստիճան ցածր: Ի տարբերություն մարզադպրոցների դպրոցականների մարզական ուղղվածության ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը պետք է կրի առողջարարական բնույթ: Սպորտայնացված ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը հնարավոր է կազմակերպել նաև այլընտրանքային, հեղինակային, լիազոր մարմնի կողմից երաշխավորված, հաստատված ծրագրերով:

15. Ինչպես երևում է ստորև ներկայացված գծապատկերից, տվյալ մոտեցումն ունի ներգործության բազմաթիվ դրական կողմեր և թույլ է տալիս մանկավարժական գործընթացում յուրաքանչյուր սովորողին տարբեր մարզաձևերի ու ֆիզկուլտուրային-առողջարարական խմբային պարապմունքների միջոցով հնարավորինս բացահայտել սեփական ունակությունները, ձևավորել հասարակական կյանքում անհրաժեշտ բազմաթիվ հատկություններ, բավարարել ֆիզկուլտուրայի և մարզական հետաքրքրություններն ու պահանջները, ինչպես նաև՝ իրենց առողջական վիճակը:

16. Դպրոցականների սպորտայնացված խմբակների (ըստ ընտրած մարզաձևի) ֆիզիկական դաստիարակության ներգործության հիմնական ուղղությունները

Աղյուսակ 1



17. Ուսումնական գործունեության տեսակները.

- 1) Ֆիզիկական դաստիարակության վերաբերյալ տեսական գիտելիքների հաղորդում գրույցի և պատմելու միջոցով, ուսումնական նյութի բացատրություն, ցուցումներ, հրահանգներ:
- 2) Վարժությունների ցուցադրում, պաստառների, ֆիլմերի ցուցադրում, գործնական պարապմունքներ խմբային, ճակատային, անհատական, հոսքային, հերթափոխային և շրջանաձև մեթոդներով:
- 3) Ինքնուրույն և համագործակցային աշխատանքների կատարում, նոր տեխնոլոգիաների, համակարգչային ծրագրերի օգտագործում:

- 4) Մարզումային պարտադիր խմբակներ, որոնց ընտրությունը կատարում է սովորողը, սակայն դրանց կարող են չհաճախել մարզական խմբակներ հաճախող երեխաները:
- 5) Հեռավար մարզումներ առավելապես ֆիթնես տեխնոլոգիաներ օգտագործելով:

3. ՈՒՍՈՒՄՆԱՌՈՒԹՅԱՆ ԱԿՆԿԱԼՎՈՂ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ

18. Ուսումնառության ակնկալվող վերջնարդյունքները՝ ըստ կրթական աստիճանների. գիտելիքների, կարողությունների ու հմտությունների ծավալի և արժեքային համակարգի նկարագրությունները՝ ըստ կրթական աստիճանների (տարրական, հիմնական և ավագ), ընդ որում՝ գիտելիքներին, կարողություններին և հմտություններին վերաբերող պահանջները ներկայացված են երեք՝ մակարդակով, որոնք համապատասխանում են նվազագույն, միջին և բարձր պատրաստվածությանը:

**19. ՏԱՐՐԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑ
ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐ, ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ, ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ**

Նվազագույն	Միջին	Բարձր
<p>1. Պատկերացում ունի օրվա ռեժիմի և անձնական հիգիենայի կանոնների վերաբերյալ:</p> <p>2. Գիտի ֆիզիկական վարժությունների դերն ու նշանակությունը առողջության ամրապնդման գործում:</p> <p>3. Գիտակցի կոփման կանոնների և անձնական հիգիենայի պահպանման կարևորությունը:</p> <p>4. Գիտի սովորած ֆիզիկական վարժություն-ների, որոշ շարժախաղերի անվանումները:</p> <p>5. Պատկերացում ունի օլիմպիական խաղերի և անվանի մարզիկների վերաբերյալ:</p> <p>6. Կատարի շարային հրահանգները.</p> <p>1) վերադասավորումները մեկ տողանից երկտողանի և հակառակը,</p> <p>2) միաշարայուն շարքից երկշարայուն շարքի և հակառակը:</p> <p>7. Մագլցի, քայլի մարզանստարանի վրայով, գլորվի, մարզապատից կախ դրությունում՝ ուռքերը ծալի և ուղղի, երաժշտության ռիթմին համապատասխան քայլի, վազի, ցատկի:</p> <p>8. Պատկերացում ունի «Աթլետիկա» մարզաձևի մասին:</p> <p>9. Ճիշտ քայլի, վազի 20 մ, հավասարաչափ դանդաղ վազի 3 րոպե, տեղից հեռացատկի, բարձրացատկի, ցատկի ցատկապարանով, թենիսի գնդակը նետի նշանակետին, մեծ գնդակը նետի և բռնի:</p> <p>10. Պատկերացում ունի շարժախաղերի մասին, ինքնուրույն խաղա որոշ շարժախաղեր. պահպանելով կանոնները:</p> <p>11. Ցուցաբերի բարություն, ազնվություն, ընկերասիրություն:</p> <p>12. Գիտի դահուկային պատրաստության հիգիենիկ պահանջները:</p>	<p>1. Ինքնուրույն կատարի առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն:</p> <p>2. Կատարի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիրներ:</p> <p>3. Մագլցի մարզանստարանի և մարզապատի վրայով:</p> <p>4. Քայլի մարզանստարանի վրայով, ոտնաթաթի վրա, կատարի կից քայլեր, դարձումներ, կքանիստեր:</p> <p>5. Կատարի գլուխկոնձի առաջ, կանգ թիակների վրա և ընդունի «կամուրջ» դրությունը:</p> <p>6. Կատարի կախեր և հենումներ մարզապատի և մարզանստարանի վրա:</p> <p>7. Քայլի և վազի երաժշտության ռիթմին համապատասխան, կատարի կողադիր, փոփոխական, քառատրոփ քայլեր, ուսույուններ:</p> <p>8. Վազի 30մ., դանդաղ վազի 6րոպե:</p> <p>9. Թափավազքով հեռացատկի և բարձրացատկի:</p> <p>10. Թենիսի գնդակը նետի նշանակետին:</p> <p>11. Խաղա որոշ շարժախաղեր ճիշտ կանոններով, համաձայնեցնելով շարժումները և կողմնորոշվի տարածության մեջ:</p> <p>12. Կողմնորոշվի տարբեր իրավիճակներում:</p> <p>13. Ցուցաբերի նախաձեռնություն, համարձակություն, փոխօգնություն, արագաշարժություն:</p> <p>14. Կատարի փոփոխական երկքայլ ընթացք:</p> <p>15. Արգելակի «Գութանաձև» և «Հենումով»:</p>	<p>1. Պահպանի օրվա ռեժիմը և անձնական հիգիենայի կանոնները:</p> <p>2. Ինքնուրույն կազմի և կատարի ֆիզիկական վարժությունների համալիրներ:</p> <p>3. Հստակորեն կատարի մարմնամարզական շարային, ակրոբատիկ, ընդհանուր զարգացնող վարժությունները, կախերը և հենումները:</p> <p>4. Արագացումով վազի 30մ. ցուցաբերելով բարձր արդյունքներ:</p> <p>5. Հեռացատկի և բարձրա-ցատկի թափավազքով, թենիսի գնդակը նետի նշանակետին և հեռավորության, ցուցաբերելով բարձր արդյունքներ:</p> <p>6. Տարբեր իրավիճակներում ճիշտ կողմնորոշվի, որոշումներ կայացնի, ցուցաբերի համարձակութ-յուն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն և համագործակցության կարողություններ:</p> <p>7. Ունի բավարար ֆիզիկական պատրաստվածություն:</p> <p>8. Սահուն կատարի Փոփոխական երկքայլ</p>

<p>13. Խնամքով վերաբերվի դահուկներին, մարզակոշիկներին, գույքին:</p> <p>14. Տեղաշարժվի սահաքայլքով, «եղննաձև» և «կիսատեղննաձև» եղանակով բարձրանա բլրակ:</p> <p>15. Հաղթահարի կարճ և միջին տարածություններ:</p> <p>16. Գիտի լողավազանում և ջրային միջավայրում վարքի կանոնները:</p> <p>17. Կատարի շնչառական վարժություններ:</p> <p>18. Չուգակցի կրող կրծքի վրա լողառճի ձեռքերի, ոտքերի աշխատանքը շնչառության հետ:</p> <p>19. Լողա 25մ:</p>	<p>16. Կատար վերելք «Մանդղաձև» և «Եղննաձև»:</p> <p>17. Կրկնվող դահուկարնթացքով հաղթահարի 60-70մ:</p> <p>18. Սահուն զուգակցի կրող կրծքի վրա լողառճի ձեռքերի, ոտքերի աշխատանքը շնչառության հետ:</p> <p>19. Սահուն զուգակցի կրող մեջքի վրա լողառճի ձեռքերի, ոտքերի աշխատանքը շնչառության հետ:</p> <p>20. Կատարի բրաս լողառճի ձեռքերի և ոտքերի աշխատանքը:</p> <p>21. Բրաս լողառճով կատարի դարձումներ:</p> <p>22. Բրաս և կրող լողառճերով հաղթահարել 50մ տարածություն:</p>	<p>ընթացք:</p> <p>9. Սահուն կատարի արգելակում «Գույթանաձև» և «Հենումով»:</p> <p>10. Սահուն կատարի վերելք «Մանդղաձև» և «Եղննաձև» եղանակներով:</p> <p>11. Կրկնվող դահուկարնթացքի ժամանակ ցուցադրի բարձր արագություն:</p> <p>12. Կրող կրծքի վրա և կրող մեջքի վրա լողառճերով լողատարածությունները անցնի արագ տեմպով:</p> <p>13. Բրաս լողառճով ձեռքերի և ոտքերի աշխատանքը զուգակցի շնչառության հետ:</p> <p>14. Կրող և բրաս լողառճերով հաղթահարի 50 և ավելի մետր տարածություն:</p>
---	--	--

20. Տարրական դպրոց. Վերաբերումները և արժեքները.

- 1) Սեփական անձի գնահատում, առողջության առժևորում և վստահություն իր ուժերի նկատմամբ:
- 2) Սեփական մարմնի խնամքին և առողջությանը հետևելու կարևորության արժևորում:
- 3) Ֆիզիկական վարժություններով զբաղվելու նշանակության կարևորում:

21. ՄԻՋԻՆ ԴՊՐՈՑ

ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐ, ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ, ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Նվազագույն	Միջին	Բարձր
<p>1. Կարևորի ֆիզկուլտուրայի նշանակությունը անձի ներդաշնակ զարգացման գործում:</p> <p>2. Պատկերացում ունի ֆիզկուլ-տուրայի պարապմունքների ժամանակ անվտանգության կանոնների վերաբերյալ:</p> <p>3. Պատկերացում ունի առողջ ապրելակերպի, օլիմպիական խաղերի նշանակության և «Արդարացի խաղի» վերաբերյալ:</p> <p>4. Կատարի շարային հրահանգներ. վերադասավորումը միաշարայուն շարքից քառաշարայուն շարքի և հակառակը, դարձումներ գույզերով, եռյակներով, ընթացքից:</p> <p>5. Կատարի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների մեկ համալիր, ցատկի այծի վրայով (60-100սմ), մագլցի պարանը,</p>	<p>1. Կատարի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիրներ:</p> <p>2. Կատարի կախեր և հենումներ.</p> <p>1) տղաներ՝ պտտաձողից վերելք ուժով, կախ ծավված, կախ արտակորված, կախ դրությունից ձգումներ,</p> <p>2) աղջիկներ՝ կախ պառկած դրությունից ձգումներ:</p> <p>3. Հենացատկի այծի վրայով «Ոտքերը կծկած» եղանակով.</p> <p>1) տղաներ՝ 100-110սմ բարձրությունը,</p> <p>2) աղջիկներ՝ ցատկ այծի վրայով «Ոտքերը գատած» եղանակով 100սմ բարձրության:</p> <p>4. Կատարի գլուխկոնձի.</p>	<p>1. Ինքնուրույն որոշի է իր ֆիզիկական զարգացման մակարդակը:</p> <p>2. Հստակ կատարի նախատեսված մարմնամար-զական բոլոր վարժությունները:</p> <p>3. Ինքնուրույն կազմի և կատարի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիրներ:</p> <p>4. Ճիշտ հեռացատկի, բարձրացատկի, վազի արագացումով 60 մ, փոփոխական տեմպով 10 րոպե, ցուցաբերելով բարձր արդյունքներ:</p>

կատարի գլուխկոնծի առաջ և ետ:
 6. Կատարի կախեր և հեռամներ.
 1) տղաներ՝ պտտածողից, կախ դրությունից ձգումներ,
 2) աղջիկներ՝ կախ պառկած դրությունից՝ ձգումներ:
 7. Վազի արագացումով 30մ, հավասարաչափ դանդաղ վազի 6 րոպե, թափավազքով հեռացատկի, բարձրացատկի (60-80սմ բարձր), թենիսի գնդակը նետի նշանակետին և հեռավորության:
 8. Պատկերացում ունի մարզախաղերի տարբեր մարզաձևերի մասին:
 9. Տեղաշարժվի բասկետբոլիս-տի կեցվածքով, գնդակը փոխանցի և ընդունի, վարի աջ և ձախ ձեռքերով.
 ուղղության և արագության փոփոխումով, նետի գամբյուղի մեջ տեղից և շարժման ընթացքում, խաղա բասկետբոլ պարզեցված կանոններով:
 10. Տեղաշարժվի փոխախաղի կեցվածքով, կատարի գնդակով փոխանցումներ երկու ձեռքով. Տեղում և շարժման ժամանակ, ցանցի վրայով, սկզբնահարված, ուղիղ հարձակողական հարված, խաղա փոխախաղ պարզեցված կանոններով:
 11. Կատարի «հանդբոլի» գնդակի վարում, փոխանցում, նետում դարպասին, տուգանային նետում, խաղա հանդբոլ պարզեցված կանոններով:
 12. Տեղաշարժվի ֆուտբոլիստի կեցվածքով, հարվածի անշարժ և գլորվող գնդակին ոտնաթաթի ներսի և ոտնաթաթի միջին մասով: 13. Գլորվող գնդակը կասեցնի ոտնաթաթի ներսի և դրսի մասերով:
 14. Գնդակը վարի ոտնաթաթի ներսի մասով: Խաղա ֆուտբոլ պարզեցված կանոններով:
 15. Յուրաքանչյուրի բարություն, փոխօգնություն, ընկերավորություն:
 16. Կատարի կրո կրծքի և մեջքի վրա լողաձի դարձումները, կրո կրծքի և մեջքի վրա շարժումների գուգակցումը շնչառության հետ:
 17. Կատարի բրաս լողաձի մեկնարկները և դարձումները, լողա 50 մետր:
 18. Պատկերացում ունի ծանրամարտի և ուժային եռամարտի վերաբերյալ:
 19. Զույգերով կատարի ուժային վարժություններ:
 20. Համալիր վարժություններ կատարի մարզագույքի օգտագործմամբ:

1) տղաներ՝ առաջ, երկարությամբ, կանգ ձեռքերի վրա վարժակցի օգնությամբ,
 2) աղջիկներ՝ գլուխկոնծի ետ ընդունելով կիսավարան դրությունը:
 5. Պարանամագլցի ձեռքերի և ոտքերի օգնությամբ.
 1) տղաներ՝ 3 մ.,
 2) աղջիկներ՝ 2,5մ բարձրություն:
 6. Վազի արագացումով 40մ, փոփոխական տեմպով.
 1) տղաներ՝ 8 րոպե
 2) աղջիկներ՝ 6 րոպե:
 7. Վազի 1000 մետր:
 8. Բարձրացատկի «Քայլանցման» եղանակով.
 1) տղաներ՝ 100-110 սմ,
 2) աղջիկներ՝ 80-90 սմ բարձրություն:
 9. Էստաֆետային փայտիկը ճիշտ փոխանցի և ընդունի:
 10. Բասկետբոլի գնդակը նետի գամբյուղի մեջ երկու քայլով, միջին և հեռու տարածությունից, կատարի տուգանային նետում: Խաղա բասկետբոլ կանոնների պահպանումով:
 11. Վոլեյբոլի գնդակը փոխանցի ցանցի վրայով և ընդունի երկու ձեռքով, կատարի ներքևից և վերևից ուղիղ սկզբնահարված, ուղիղ հարձակողական հարված, ընդունի սկզբնահարվածը: Խաղա փոխախաղ կանոնների պահպանումով:
 12. Հանդբոլի գնդակով կատարի վարում, փոխան-ցումներ, նետում դարպասին՝ վերևից շարժման մեջ, կանգառով, ցատկով, գնդակը դուրս խփել, որսալ և շրջափակել: Խաղա հանդբոլ կանոնների պահպանումով:
 13. Հարվածի ֆուտբոլի գլորվող գնդակին, ոտնաթա-թի ներսի մասով և ոտնաթաթով, գնդակը վարի, կասեցնի ոտնաթաթով, կրծքով, խլի մրցակցից: Խաղա ֆուտբոլ կանոնների պահպանումով:
 14. Յուրաքանչյուրի համարձակություն, նախաձեռնություն, փոխօգնություն, ինքնատիրապետում, հանդուրժողականություն:
 15. Կրո և բրաս լողաձևով լողա հավասարաչափ և փոփոխական արագությամբ 100 մետր:

5. Մարզախաղերի ժամանակ ցուցաբերի տեխնիկական և մարտավարական գործողությունների հստակ կատարում:
 6. Յուրաքանչյուրի մարզախաղերի ժամանակ ցուցաբերի նախա-ձեռնություն, կազմակերպված-ծություն, ինքնտիրապետում, հանդուրժողականություն:
 7. Տարբեր իրավիճակներում արագ կողմնորոշվի, որոշումներ կայացնի:
 8. Պատկերացում ունի լողի ինքնուրույն մարզումների մասին:
 9. Սահուն և արագ լողա կրո, և բրաս լողաձևերով 200 մետր:
 10. Խեղդվողին տեղափոխի և նրա բռնումից ազատվի:
 11. Ուժային վարժությունների բազմակի կրկնությունները կատարի սահուն, անկաշկանդ:
 12. Ստուգողական պահանջ-ները հանձնելիս դրսևորի բարձր ուժային պատրաստություն:
 13. Գիտի դահուկային պարապմունքների առողջարարական նշանակության մասին:
 14. Սահուն կատարի վերելքների, վայրէջքների, դարձումների և արգելակումների տեխնիկական տարբերը:
 15. Գիտի սեղանի թենիսի կրթական, առողջարարական և դաստիարակչական նշանակությունները:
 16. Կատարի սեղանի թենիսի տեխնիկական հնարքները:

<p>21. Ծանրաձողով կատարի վարժություններ ձեռքերի և ոտքերի մկանսխմբերի համար: 22. Գիտի դահուկային պարապմունքների առողջարարական նշանակության մասին: 23. Սահուն կատարի վերելքների, վայրէջքների, դարձումների և արգելակումների տեխնիկական տարրերը: 24. Գիտի սեղանի թենիսի ստեղծման և զարգացման պատմությունը: 25. Կատարել սեղանի թենիսի տեխնիկայի հնարքները:</p>	<p>16. Տեղափոխի խեղդվողին: 17. Կարևորի ուժային վարժությունների նշանակությունը ներդաշնակ զարգացման համար: 18. Ծանրաձողով կատարի կքանիատեր, սեղումներ: 19. Մարզասարքերի վրա կատարի վարժություններ ուժի մշակման ուղղությամբ: 20. Վնասվածքների և ցրտահարությունների ժամանակ ցույց տա առաջին օգնություն: 21. Կատարի չմշկային ընթացք և հենումով դարձում: 22. Կրկնվող դահուկաընթացքով անցնի 500մ: 23. Գիտի սեղանի թենիսի կրթական, առողջարարական և դաստիարակչական նշանակությունները: 24. Կատարի սեղանի թենիսի տեխնիկական հնարքները:</p>	
---	---	--

22. Միջին դպրոց. Վերաբերմունքը և արժեքները.

- 1) Ֆիզկուլտուրայով և սպորտով զբաղվելու անհրաժեշտության, առողջության պահպանման և ներդաշնակ զարգացման կարևորում:
- 2) Սեփական առողջական վիճակին, ֆիզիկական զարգացմանը և ֆիզիկական պատրաստվածության հանդեպ հետևողականություն:
- 3) Օլիմպիզմի և օլիմպիական շարժման հումանիստական համամարդկային գաղափարների կարևորում:
- 4) Բարոյականային հատկանիշներ՝ փոխօգնության պատրաստակամություն և հայրենասիրություն, հանդուրժողականություն, հարգանք ուրիշի նկատմամբ և օգնության հասնելու պատրաստակամություն:

**23. ԱՎԱԳ ԴՊՐՈՑ
 ԳԻՏԵԼԻՔՆԵՐ, ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ, ՀՄՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ**

Նվազագույն	Միջին	Բարձր
<p>1. Գիտի ժամանակաից օլիմպիական շարժման ուղղությունները և համամարդկային արժեքները: 2. Դրսևորի մարդասիրական վարքագիծ և հարդուրժողականություն: 3. Վնասվածքների դեպքում և արտակարգ իրավիճակներում ցույց տա առաջին օգնություն: 4. Գիտի գերհոգնածության դրսևորման ձևերը և կանխարգելման միջոցները: 5. Գիտի ընտանեկան ֆիզիկական դաստիարակության կարևորությունը, մեթոդները և միջոցները: 6. Ցուցաբերի վազքային, ցատկային և նետումների վարժությունների տեխնիկայի կատարման հապատասխան հմտություններ:</p>	<p>1. Պատկերացում ունի տարբեր բեռնվածությունների հանդեպ օրգանիզմի ռեակցիայի մասին: 2. Գիտի բեռնվածության բաղադրիչները և ինքնահսկման ձևերը: 3. Պատկերացում ունի առողջ ապրելակերպի էության և բաղադրատարրերի կիրառման անհրաժեշտության մասին: 4. Վազի արագացումով 100մ, հավասարաչափ և փոփոխական տեմպով վազի 8-10 րոպե, կատարի փոխանցումավազք 4'50մ, արգելավազք 60մ, հեռացակի «Կծկված» և «Արտակորված» եղանակով, բարձրացակի տարբեր եղանակով, նետի նռնակը թափավազքով: 5. Կատարի տարբեր վերադասավորումներ, ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիրներ՝ կցագնդերով,</p>	<p>1. Գիտի և բնութագրի պարապմունքների ժամանակ սիրտ-անոթային, շնչառական, կենտրոնական նյարդային համակարգում, հենաշարժողական ապարատում առաջացող դրական փոփոխությունները: 2. Գիտի զինվորական ծառայության նախապատրաստման գործընթացում ֆիզիկական բարձր պատրաստվածության և կիրառական վարժությունների տիրապետման անհրաժեշտությունը և նշանակությունը: 3. Գիտի բժշկական վերահսկողության ձևերը, միջոցները: 4. Գիտի ֆիզիկական</p>

7. Ցածր մեկնարկից վազել 50մ, արագացումով 60-100մ, հավասարաչափ տեմպով վազել 8-10 րոպե, փոխանցում-մավազքի փայտիկը ճիշտ փոխանցել և ընդունել, գիտի արգելավազքի կանոնները և հաղթահարի 2-3 արգելք, հեռացատկի «Կծկված» եղանակով, բարձրացատկի «Քայլանցում» եղանակով, նետի թենիսի գնդակը և նոնակը:

8. Ցուցաբերի կարգապահություն, տոկունություն, նպատակասլացություն, համարձակություն, հաղթահարի դժվարությունները:

9. Ինքնուրույն կատարի ընդհանուր զարգացնող, ռիթմիկ-մարմնամարզական, ուժային, ճկունության, ճարպկության, ցատկունակությամբ վարժությունները:

10. Կատարի կախեր և հենումներ. 1) տղաներ պտտածողից վերելք ուժով, կախ ծավված, կախ արտակորված, կախ դրությունից ձգումներ, 2) աղջիկներ՝ կախ պառկած դրությունից ձգումներ:

11. Հենացատկի նժույզի վրայով. 1) տղաներ՝ 110- 120սմ բարձրությունը, 2) աղջիկներ՝ ցատկ այծի վրայով «Ոտքերը գատած» եղանակով 110սմ բարձրությունը:

12. Կատարի. 1) տղաներ գլորումներ առաջ, երկարությամբ, կանգ ձեռքերի վրա, 2) աղջիկներ՝ գլորումներ ետ ընդունելով կիսալարան դրությունը, կանգ թիակների վրա:

13. Պարանամագլցի ձեռքերի և ոտքերի օգնությամբ. 1) տղաներ՝ 3-5 մ, 2) աղջիկներ՝ 2,5-3 մ բարձրություն:

14. Գիտի բասկետբոլ խաղի կանոնները: Տեխնիկապես ճիշտ կատարի գնդակի վարում, ընդունում և փոխանցում՝ պաշտպանի ակտիվ դիմադրությամբ, գնդակի նետումներ երկու ձեռքով, ուսի վրայից, աջ և ձախ կողմերից միջին հեռավորությունից, պաշտպանողական և հարձակողական

կշռաքարերով (տղաներ), օղակներով, ցատկապարանով (աղջիկներ):

6. Կատարի կախեր և հենումներ. 1) տղաներ պտտածողից վերելք ուժով և շրջահենումով, ձգումներ պտտածողից, 2) աղջիկներ՝ կախ պառկած դրությունից ձգումներ:

7. Կարող է հենացատկել նժույզի վրայով. 1) տղաներ՝ 110- 120սմ բարձրությունը, 2) աղջիկներ՝ ցատկ այծի վրայով «Ոտքերը գատած» եղանակով 100սմ բարձրությունը:

8. Կատարի. 1) տղաներ գլուխկոնծի առաջ, ետ երկարությամբ, կանգ ձեռքերի վրա, 2) աղջիկներ՝ գլուխկոնծի ետ ընդունելով կիսալարան դրությունը:

9. Պարանամագլցի ձեռքերի և ոտքերի օգնությամբ. 1) տղաներ՝ 5 մ, 2) աղջիկներ՝ 3 մ բարձրություն:

10. Գնդակը սահուն վարի արագության և ուղղության փոփոխմամբ, դարձումներով և խաբուսիկ շարժումներով, գնդակը նետի երկու ձեռքով, ուսի վրայից, աջ և ձախ կողմերից՝ միջին հեռավորությունից, կատարի կենտրոնից և տուգանային նետումներ, գնդակի ընդունում և փոխանցում տարբեր դիրքերից և իրադրություններից, պաշտպանողական և հարձակողական գործողություններ: Խաղա բասկետբոլ կանոնների պահպանումով:

11. Կատարի գնդակի ընդունում և փոխանցումներ մեկ և երկու ձեռքերով տարբեր դիրքերից, տարբեր սկզբնահարվածներ- վերնից, ներքնից, ուղիղ, պտտվող, հարձակողական հարվածներ՝ տարբեր գոտիներ, շրջափակում՝ անհատական և խմբային, մարտավարական գործողություններ: Խաղա վոլեյբոլ կանոնների պահպանումով:

12. Հանդբոլի գնդակով կատարի վարում մրցակցի դիմադրությամբ, խաբուսիկ շարժումներով, արգելքները շրջանցելով, ընդունի և կատարի փոխանցումներ տարբեր դրություններից, նետի դարպասին՝ վերնից շարժման ժամանակ, կանգառով, ցատկով, հենումով, մրցակցի դիմադրությամբ, կատարի 7 և 9 մետրանոց տուգանային նետումներ, գնդակի կասեցում, որսում, հետ մղում,

զարգացման հատկանիշները և մակարդակի որոշման մեթոդները :

5. Հստակ և տեխնիկապես ճիշտ կատարի նախատեսված մարմնամարզական բոլոր վարժությունները:

6. Ինքնուրույն կազմի և կատարի ընդհանուր զարգացնող վարժությունների համալիրներ:

7. Ձեռք բերի շարժումները տարբերակելու, փոխկապակցելու, սահուն կատարելու, կոորդինացիայի հմտություններ:

8. Տարբեր եղանակներով տեխնիկապես ճիշտ հեռացատկի, բարձրացատկի, վազի արագացումով 100մ, փոփոխական և հավասարաչափ տեմպով 10-15րոպե, թափավազքով կատարի նետումներ ցուցաբերելով բարձր արդյունքներ:

9. Մարզախաղերի ժամանակ ցուցաբերի տեխնիկական և մարտավարական գործողությունների հստակ կատարում:

10. Յուրացրած մարզախաղերի ժամանակ ցուցաբերի նախաձեռնություն, կազմակերպվածություն, ինքնտիրապետում, հանդուրժողականություն, կատարի համատեղ առաջադրանքներ, համագործակցի:

11. Տարբեր իրավիճակներում արագ կողմնորոշվի, որոշումներ կայացնի:

12. Գիտի լողի ինքնուրույն մարզումների մեթոդիկան և միջոցները:

13. Սահուն և արագ լողաբոլոր լողաձեռքով 200 մետր:

14. Տիրապետի խեղդվողին փրկելու ձեռքին և առաջին օգնության կանոններին:

15. Գիտի դահուկային պարապմունքների առողջարարական նշանակության մասին: Սահուն կատարի վերելքների, վայրէջքների,

գործողություններ:

15. Գիտի վոլեյբոլ խաղի կանոնները: Կատարի գնդակի փոխանցումներ, սկզբնահարվածներ, հարձակողական հարված, շրջափակում, մարտավարական գործողություններ:

Հիմնական կանոններով վոլեյբոլ խաղա:

16. Գիտի հանդբոլ խաղի կանոնները: Կատարի հանդբոլ խաղի տեխնիկական և մարտավարական գործողությունները: Հանդբոլի գնդակով կատարի վարում, փոխանցումներ, նետում դարպասին՝ վերնից շարժման մեջ, կանգառով, ցատկով, գնդակը դուրս խփի, որսա և շրջափակի: Հինկական կանոններով հանդբոլ խաղա:

17. Գիտի ֆուտբոլ խաղի կանոնները, կատարի խաղի հիմնական տեխնիկական և մարտավարական գործողությունները: Հարվածի գլորվող և թռչող գնդակին ոտնաթմբով, գլխով՝ ցատկով և թափավազքով, գնդակը կասեցնի ներքանով, ոտնաթաթի դրսի մասով, ազդրով, կրծքով, գլխով, գնդակը վարի ուղղության և արագություն փոփոխումով, խաբքերով:

18. Գիտի առաջին օգնության կանոնները:

19. Լողա կիրառական ձևերով:

20. Գիտի դահուկային պարապմունքների առողջարարական նշանակության մասին:

21. Սահուն կատարի վերելքների, վայրէջքների, դարձումների և արգելակումների տեխնիկական տարրերը:

22. Նկարագրի մկանային ուժի մշակման մեթոդները և միջոցները: Դրսևորի ուժային և արագաուժային ընդունակություններ:

23. Գիտի հայ ըմբիշներին և նրանց նվաճումները:

24. Դրսևորի արիություն, համարձակություն, մրցակցի նկատմամբ հարգանքի վարքագիծ:

25. Գիտի տուրիզմի առողջարարական, կրթական,

շրջափակում :

13. Հարվածի գլորվող և թռչող գնդակին ոտնաթմբով, գլխով՝ ցատկով և թափավազքով, գնդակը կասեցնի ներքանով, ոտնաթաթի դրսի մասով, ազդրով, կրծքով, գլխով, գնդակը վարի ուղղության և արագություն փոփոխումով, խաբքերով, կատարի գնդակի խլում արտանքով և սահանկումով, գնդակի որսում, հետ մղում, շեղում մեկ և երկու ձեռքերով՝ ընկնելով և ցատկելով:

14. Լողա կիրառական ձևերով: Լողա կարճ և երկար լողատարածություն բրաս, դելֆին, կրոկրծքի վրա և մեջքի վրա: Դրսևորի կամային որակներ, համարձակություն, փոխօգնություն:

15. Կատարի միաժամանակյա չմշկային ընթացքի տեխնիկական տարրերը: Քայլանցումով և ցատկով հաղթահարի արգելքները: Կողասահքով կտրուկ արգելակի: Հավասարաչափ արագությամբ հաղթահարի միջին և երկար տարածություններ: Դրսևորի կամային ընդունակություններ, վստահության և համարձակության վարքագիծ:

16. Գիտի տուրիզմի սոցիալական և կիրառական նշանակությունները:

17. Հաղթահարի բնական արգելքները:

18. Տուժածին ցույց տա առաջին օգնություն:

19. Կատարի ապահովման և ինքնապահովման հնարքները: Դրսևորի կարգապահություն, փոխօգնություն, համագործակցություն, կամք:

20. Գիտի սեղանի թենիսի ինքնուրույն պարապմունքների կազմակերպման ձևերը: Տիրապետի կտրված և պտտված հարվածների տեխնիկային: Հմտորեն կատարի սկզբնահարվածներ:

21. Մարզասարքերի վրա կատարի ուժային վարժություններ: Դրսևորի ծանրաձողով ուժային վարժություններ կատարելու հմտություններ: Դրսևորի ուժ և արագաուժային ընդունակություններ:

22. Գիտի ըմբշամարտի դերն ու նշանակությունը պատանիների զինվորական ծառայության նախապատրաստման գործում: Կատարի շրջումներ, զցումներ տարբեր դիրքերից, գիտի դրանց

դարձումների և արգելակումների տեխնիկական տարրերը:

16. Գիտի սեղանի թենիսի կրթական, առողջարարական և դաստիարակչական նշանակությունները: Սահուն կատարի սեղանի թենիսի տեխնիկական հնարքները:

17. Գիտի ըմբշամարտի հնարքները և գոտեմարտի ըստ կանոնների:

18. Տիրապետի շարժողական ընդունակությունների մշակման մեթոդներին և միջոցներին և ինքնուրույն կազմի համալիրներ:

19. Տարբեր իրավիճակներում արագ կողմնորոշվի և ճիշտ որոշումներ կայացնի, դրսևորի հասարակական ակտիվություն և նախաձեռնություն:

20. Ուժի ֆիզիկական բարձր պատրաստվածություն և ինքնահսկման ու ինքնագնահատման հմտություններ:

<p>դաստիարակչական նշանակությունները:</p> <p>26. Գիտի կոմիման բնական միջոցները և կիրառման եղանակները:</p> <p>27. Կողմնորոշվի տեղանքում քարտեզով և բնական կողմնորոշիչներով:</p> <p>28. Գիտի սեղանի թենիսի կրթական , առողջարարական և դաստիարակչական նշանակությունները: Կատարի սեղանի թենիսի տեխնիկական հնարքները:</p> <p>29. Դրսևորի նախաձեռնություն, ինքնուրույնություն, ինքնատիրապետում, սեփական շարժողական գործողությունների գնահատման կարողություն:</p> <p>30. Համագործակցի, լինի բարի, ազնիվ, հանդուրժող, ունենա հարգանք բոլորի նկատմամբ:</p> <p>31. Ցուցաբերի կարգապահություն, տոկունություն, նպատակապացություն, համարձակություն, կարողանա հաղթահարել դժվարությունները:</p> <p>32. Դրսևորի արագաշարժութ-յան, դիմացկունության, դիպուկության , ճարպկության, ուժային, ցատկունակության հմտություններ:</p>	<p>պաշտպանությունները և հակահնարքները: Դրսևորի նախաձեռնություն, ինքնուրույնություն, ինքնատիրապետում, սեփական շարժողական գործողությունների գնահատման կարողություն:</p> <p>Կարողանալ համագործակցել լինել բարի, ազնիվ, հանդուրժող, ունենա հարգանք բոլորի նկատմամբ:</p>	
--	---	--

24. Ավագ դպրոց. Վերաբերմունքը և արժեքները.

- 1) Ֆիզկուլտուրայով և սպորտով զբաղվելու մշտական պահանջ, առողջության պահպանման և ներդաշնակ զարգացման իրագործում:
- 2) Սեփական առողջական վիճակի, ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակի պահպանում:
- 3) Օլիմպիզմի և օլիմպիական շարժման հումանիստական համամարդկային գաղափարախոսության արժեքների ըմբռնում և իրագործում:
- 4) Բարոյակամային հատկանիշներ՝ փոխօգնության պատրաստակամություն և հայրենասիրություն, հանդուրժողականություն, հարգանք ուրիշի նկատմամբ և օգնության հասնելու պատրաստակամություն:
- 5) Առարկայի ուսումնառությունից ակնկալվող և չափելի վերջնարդյունքները նկարագրում են այն գիտելիքները, հմտությունները, վերաբերմունքը և արժեքները, որ ձևավորվում են սովորողի մոտ դասընթացի յուրացման արդյունքում:

4. ԱՌԱՐԿԱՅԻ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՑՄԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՍԿԶԲՈՒՆՔՆԵՐԸ

- 25. Հանրակրթական դպրոցի «ֆիզկուլտուրա» առարկայի բովանդակությունը կառուցվում է գիտության, տեխնոլոգիաների, մշակույթի և սպորտի ժամանակակից նվաճումներին համապատասխան:
- 26. Նյութի ներկայացման հաջողայնությունը հիմնված է սահմանափակ թվով հիմնարար գաղափարների վրա: Հիմնարար գաղափարներից են բխում ուսումնասիրության համար ընտրված բոլոր վարժություններն և մարզաձևերը:
- 27. Առարկայի ուսումնական նյութի բովանդակությունը ներկայացվում է սովորողների տարիքային զարգացման առանձնահատկություններին համապատասխան, որպեսզի նրանք հնարավորություն ունենան ինքնուրույն կամ ուսուցչի ուղղորդմամբ յուրացնելու այն:
- 28. Ավագ դպրոցի «ֆիզկուլտուրա» առարկայի բովանդակությունը հնարավորություն է ընձեռում սովորողներին հետագայում մասնագիտանալու այնպիսի ոլորտներում, որտեղ ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը էական նշանակություն ունի:

29. «Ֆիզիկուլտուրա» առարկայի բովանդակությունը կառուցվում է այնպես, որ գիտելիքների և կարողությունների զարգացմանը զուգընթաց՝ այն նպաստի սովորողների վերաբերմունքի և արժեքային համակարգի ձևավորմանը և սոցիալական հմտությունների զարգացմանը:

30. Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկուլտուրա» առարկայի բովանդակությունը հստակեցվում և կոնկրետացվում է ուսումնական ձեռնարկներում և ուղեցույցներում:

5. ԹԵՄԱՆԵՐԸ ԵՎ ԴՐԱՆՅ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

31. Թեմաները և դրանց բովանդակությունը ներառում են.

1) «Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին գիտելիքներ» բաժինը.

ա) Ընդհանուր տեղեկություններ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի, նրա նշանակության վերաբերյալ: Ֆիզիկական դաստիարակության նշանակությունը առողջության ամրապնդման և կեցվածքի ձևավորման համար:

բ) Անձնական հիգիենան և ֆիզիկական վարժություններով պարապմունքների հիգիենիկ կանոնները: Կոփման կանոնները և նշանակությունը:

գ) Ֆիզիկուլտուրայի դասերի և պարապմունքների ժամանակ անվտանգության կանոնների պահպանումը:

դ) Տեղեկություններ օլիմպիական շարժման և օլիմպիական խաղերի վերաբերյալ:

ե) Տեղեկություններ անվանի մարզիկների վերաբերյալ:

զ) Ֆիզիկական զարգացման և ֆիզիկական պատրաստակալության ինքնահսկման մեթոդիկան:

է) Առողջ ապրելակերպը դպրոցականի կյանքում:

ը) ՀՀ Ազգային օլիմպիական կոմիտեի գործառույթները:

թ) Արդարացի խաղի նշանակությունը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի գործունեությունում:

2) «Մարմնամարզական վարժություններ» բաժինը.

ա) Շարային վարժություններ:

բ) Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ:

գ) Մագլցման վարժություններ:

դ) Հավասարակշռության վարժություններ:

ե) Ակրոբատիկական վարժություններ:

զ) Հենացատկեր:

է) Կախեր և հենումներ:

ը) Պարային վարժություններ:

թ) Ռիթմիկ մարմնամարզական վարժություններ:

3) «Աթլետիկական վարժություններ» բաժինը

ա) Քայլքի տարատեսակներ:

բ) Վազքեր:

գ) Ցատկեր:

դ) Նետումներ:

4) «Շարժախաղեր» բաժինը.

ա) Վազքի կարողության ամրապնդման, արագաշարժության մշակման և տարածության մեջ կողմնորոշմանը նպաստող խաղեր:

բ) Ցատկերի կարողության ամրապնդման, արագաուժային ընդունակությունների մշակմանը նպաստող խաղեր:

գ) Հեռավորության և նշանակետին նետման կարողության ամրապնդման, արագաուժային ընդունակությունների մշակման խաղեր:

դ) Գնդակը բռնելու, փոխանցելու, նետելու և վարելու կարողության ամրապնդման և տարածության մեջ կողմնորոշմանը նպաստող խաղեր:

ե) Շարժումների համաձայնեցման, կորդինացիոն ընդունակությունների մշակման և փոխգործողությունների յուրացմանը նպաստող խաղեր:

զ) Ազգային խաղերի տարրեր:

է) Զվարճալի ֆուտբոլ՝ ֆուտբոլը որպես երեխաների ժամանցի լավագույն միջոց:

5) «Մարզախաղեր» բաժինը.

ա) Բասկետբոլ:

բ) Վոլեյբոլ:

գ) Հանդբոլ:

դ) Ֆուտբոլ:

6) «Ընտրովի ուսումնական նյութ» բաժինը.

- ա) Դահուկային պատրաստություն:
- բ) Լողի ուսուցում:
- գ) Ուժային պատրաստություն:
- դ) Մեղանի թենիս:
- ե) Տուրիստական պատրաստություն:
- զ) Ըմբշամարտ:

32. Ուսումնական նյութը ձևավորվում է ըստ չափորոշի հիմնարար գաղափարների: Թեմայի բովանդակությունը ձևավորվում է թեմայի ուսուցման արդյունքում ակնկալվող վերջնարդյունքների հիման վրա:

33. Թեմաների ուսումնառությունից ակնկալվող և չափելի վերջնարդյունքները մանրամասն նկարագրված են յուրաքանչյուր թեմայի նպատակներին, բովանդակությանը և խաչվող հասկացություններին համապատասխան:

34. Թեմայի ուսումնառության ակնկալվող և չափելի վերջնարդյունքները նկարագրում են այն գիտելիքները, հմտությունները, վերաբերմունքը և արժեքները, որ ձևավորվում են սովորողի մոտ թեմայի յուրացման արդյունքում:

6. ԸՍՏ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԺԱՄԱՔԱՆԱԿԻ ԲԱՇԽՄԱՆ ՕՐԻՆԱԿԵԼԻ ՏԱՐԲԵՐԱԿ

35. Ժամանակացույց

N	Բաժիններ / դասարաններ	1-ին	2-րդ	3-րդ	4-րդ	5-րդ	6-րդ	7-րդ	8-րդ	9-րդ	10-րդ	11-րդ	12-րդ	Σ ժամեր ըստ բաժինների
	Ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի տեսություն	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
2.	Աթլետիկական վարժություններ	10	12	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	162
3.	Մարմնամարզական վարժություններ	10	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	140
4.	Շարժախաղեր	30	32	32	32	--	--	--	--	--				126
5.	Մարզախաղեր	--	--	--	--	32	32	32	32	32	32	32	32	256
6.	Ընտրովի ուսումնական նյութ	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
7.	Σ ժամեր ըստ դասարանների	60	64	68	68	68	68	68	68	68	68	68	68	804

36. Առարկայի ծրագրում պետք է տրվի առարկայի ուսուցման համար երաշխավորվող ժամաքանակի միջակայքը կամ մոտավոր ժամաքանակը

- 1) ըստ աստիճանի,
- 2) ըստ տարվա,
- 3) ըստ բաժինների:

7. ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԵԹՈՂԱԿԱՆ ԵՎ ՆՅՈՒԹԱՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ ԱԶԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ՆԿԱՐԱԳՐՈՒԹՅՈՒՆ

37. Հաշվի առնելով տեղեկատվական ժամանակակից միջոցների (համակարգիչ, հեռուստացույց և այլն) լայն տարածման պայմաններում դպրոցահասակ երեխաների սակավաշարժությունը, բակային խաղերում նրանց ներգրավվածության ցածր աստիճանը, ինչպես նաև այդ տարիքի երեխաների՝ սպորտով զբաղվելու շահագրգռության ցածր մակարդակը՝ ենթադրվում է, որ հատկապես միջին և ավագ դասարանների աշակերտների շարժողական ակտիվության պակասը լրացնելու անհրաժեշտություն կա: Այդ բացը պետք է լրացվի առավելապես դպրոցի ֆիզկուլտուրայի դասերի միջոցով: Սակայն դպրոցահասակ երեխաների շրջանում արձանագրված վատթարացող շարժողական պատրաստականության հիմնական պատճառը հավանաբար կապված է այդ դասերի բովանդակային ու կազմակերպչական կողմերի հետ: Ուստի այս ամենը թելադրում է միջին և ավագ դպրոցական տարիքի երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության գործընթացը կազմակերպել նոր, առավել արդյունավետ, գիտականորեն հիմնավորված տեխնոլոգիայով (մեթոդիկայով), որն էլ ավելի հետաքրքիր կդարձնի դասի բովանդակությունը:

38. Ուսումնական գործընթացի ուսումնամեթոդական և նյութատեխնիկական աջակցության նկարագրությունը.

1) Չափորոշի վերջում տրված է «ֆիզկուլտուրա» առարկայի դասերի և արտադասարանական աշխատանքների կազմակերպման համար տիպային մարզադահլիճի և մարզահրապարակի, ինչպես նաև անհրաժեշտ մարզական գույքի ցանկը:

2) Ուսուցչին տեսական և մեթոդական օգնության նպատակով տրված է նաև անհրաժեշտ գրականության ցանկը, որտեղ նշված են դասընթացի ուսումնադաստիարակչական գործընթացը հնարավորինս ավելի արդյունավետ կազմակերպելու համար անհրաժեշտ ձեռնարկներ և այլ օժանդակ մասնագիտական գրականություն:

39. Ուսումնական գործընթացի ուսումնամեթոդական և նյութատեխնիկական աջակցության նկարագրությունը ներառում է առարկայի դասավանդման համար պահանջվող նյութատեխնիկական և մեթոդական հիմքի նկարագրությունը:

8. ԸՆԴՀԱՆՐԱԿԱՆ ԽԱՉՎՈՂ ՀԱՍԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

40. Դրանք առանցքային գաղափարներ են, որոնք ընդհանրական են տարբեր գիտությունների համար և օգնում են սովորողներին՝ միավորելու տարբեր առարկաներից ձեռք բերած գիտելիքները աշխարհի մասին մեկ ամբողջական պատկերացման շրջանակներում:

41. Դրանք պետք է մեծ ուշադրության արժանանան դպրոցի բոլոր աստիճաններում, բոլոր առարկաների, այդ թվում՝ «Ֆիզկուլտուրա» առարկայի ուսուցման ժամանակ:

42. Առանձնացվում են ինը այդպիսի խաչվող գաղափարներ, որոնք առավել բնորոշ են «Ֆիզկուլտուրա» առարկային.

- 1) Օրինաչափություն,
- 2) Պատճառ և հետևանք,
- 3) Մասշտաբ, համամասնություն, քանակ,
- 4) Համակարգ և մոդել,
- 5) Կայունություն և փոփոխություն,
- 6) Զարգացում,
- 7) Անհատ և հարաբերություններ,
- 8) Ժամանակ և տարածություն,
- 9) Անհատական և մշակութային արժեհամակարգ:

9. ՈՒՍՈՒՄՆԱՌՈՒԹՅԱՆ ԱԿՆԿԱԼՎՈՂ ՎԵՐՋՆԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ

43. Ուսումնառության ակնկալվող վերջնարդյունքների գնահատումը. «Ֆիզկուլտուրա» ուսումնական առարկան ամփոփվում է ստուգարքով, որը ենթադրում է ֆիզիկական վարժությունների համալիրների նորմատիվների հանձնում:

44. Գնահատման հիմնական սկզբունքներն են.

- 1) արդարությունը,
- 2) հուսալիությունը,
- 3) անկողմնակալությունը,
- 4) հավաստիությունը,
- 5) հիմնավորվածությունը,
- 6) մատչելիությունը,
- 7) թափանցիկությունը:

10. ՕՐԻՆԱԿԵԼԻ ԱՆՎԱՆԱՑԱՆԿ

ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐՈՒՄ ՄԱՐԶԱԴԱՀԼԻՃՆԵՐԻ ԵՎ ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԱՐԶԱԿԱՆ ԿԱՀԱՎՈՐԱՆՔԻ

№	Անվանումը	Չափը	Քանակը	
			Պարտադիր	Ցանկալի
1	Մարզադահլիճ խաղերի համար	24 x 12մ կամ	1	2
		18 x 9մ	1	2
2	Մարմնամարզության և մարզասարքերի մարզադահլիճ	24 x 12մ կամ	1	2
		18 x 9մ	1	2
3	Մարզախաղերի համալիր մարզահրապարակ	20 x 60մ	1	2
	1) վոլեյբոլի	9 x 18 մ	2	3
	2) բասկետբոլի	14 x 26 մ	1	2
	3) հանդբոլի	20 x 40 մ	1	2
	4) ֆուտբոլի	20 x 40 մ	1	2
4	Աթլետիկական վարժությունների համար			
	ա) վագրուղիներ	30 և 60 մ.	1	2
	բ) ցատկափոս	երկ. 5-6 մ.	1	2
	գ) նետումների համար հատված	60 մ	1	2

	դ) վայրկյանաչափ			
	ե) չափերիզ			
	զ) դրոշակ (կարմիր, սպիտակ)			
5	Հանդերձարաններ	տղաներ աղջիկներ	1 1	
6	Մարմնամարզական գործիքներ			
	1) զուգավայտեր		1	
	2) պտտաձող		1 բարձր 1 ցածր	2 2
	3) մարմնամարզական գերան		1	2
	4) մարմնամարզական այծիկ		1	2
	5) մարմնամարզական կամրջակ		1	2
	6) մարմնամարզական պատ		6	8
	7) մարմնամարզական նստարան		6	8
	8) ներքնակներ		10	12
	9) մարզավայտեր		20	24
	10) օղեր		20	30
	11) ցատկապարաններ		20	30
	12) լցրած գնդակներ	1-2-3 կգ	4-4-4	6-6-6
	13) մարմնամարզական պարան մագլցման համար		1	2
	14) գուրգեր (բուլավա)		20	30
	15) մարմնամարզ. ժապավեն		2	6
	16) ռետինե գնդակներ		2	6
7	Մարզախաղերի պարագաներ			
	1) բասկետբոլի գնդակներ		10	12
	2) բասկետբոլի օղակներ		8	10
	3) վոլեյբոլի գնդակներ		8	10
	4) ֆուտբոլի գնդակներ		8	10
	5) հանդբոլի գնդակներ		8	10
	6) թենիսի սեղան		2	5
	7) սեղանի թենիսի գնդակներ		30	60
	8) սեղանի թենիսի ռակետ		2 զույգ	6 զույգ
8	Ուժային պատրաստության պարագաներ			
	1) կցագնդեր	1,5-3-5 կգ	2-2-2	4-4-4
	2) էսպանդերներ զսպանակով		10	20
	3) մարզասարքեր	համալիր	2	4
	Ծանրաձող	60 կգ	1	2
9	Դահուկային պատրաստություն			
	1) Դահուկներ		20 զույգ	40 զույգ
	2) Սահնակներ		10	20
	3) Անվավոր չմուշկներ		10	20
10	Մենամարտային ձևերի պարագաներ			
	Ներքնակներ		1	2
	Խրովիլակ		2	4
	Հարվածելու պարկեր (տանձիկ)		3	6

45. Յանկալի է հանակրթական դպրոցների և մարզակառույցներ ունեցող այլ հաստատությունների համագործակցությունը՝ նվազագույնը համայնքային մակարդակով:

11. «ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ» ԱՌԱՐԿԱՅԻ 1-12-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԾՐԱԳԻՐ

46. *Ծրագրի ձևաչափը ներառում է հետևյալ բաժինները.*

- 1) բազային ուսումնական նյութ,
- 2) ընտրովի ուսումնական նյութ:

47. *Ծրագրի կառուցվածքը ներառում է.*

- 1) Հիմնական հասկացությունները
- 2) Թեմաները
- 3) Հիմնական նպատակը
- 4) Թեմայի վերջնարդյունքները
- 5) Բովանդակությունը
- 6) Առաջարկվող գործունեության ձևերը
- 7) Խաչվող հասկացությունները
- 8) Միջառարկայական կապերը
- 9) Կապը Հանրակրթության պետական չափորոշի տարրական, հիմնական, միջնակարգ ծրագրի վերջնարդյունքների հետ

12. ԱՌԱՋԱՐԿՎՈՂ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Ասատրյան Վ.Ա. Ֆիզիկական կուլտուրայի դասավանդման նոր մեթոդի կիրառումը հանրակրթական դպրոցում / Հանրապետական XXXIII գիտամեթոդական կոնֆերանսի նյութերի ժողովածու: Եր.: ՖԿՀՊԻ.–2006: էջ 25–27:

2. Ասատրյան Վ.Ա. Բասկետբոլ մարզաձևի հիմքով դպրոցականների սպորտային դաստիարակության նախադրյալները/ Հանրապետական XXXIX գիտամեթոդական կոնֆերանսի նյութեր, Մաս Ա: ՖԿՀՊԻ.–2012: էջ 47–51:

3. Ավանեսով Է.Յու. Դպրոցականների շարժողական պատրաստության մարզական ուղղվածության մեթոդիկան ԺԳ.00.02 «Դասավանդման և դաստիարակության մեթոդիկա» (ֆիզիկական կուլտուրա) մասնագիտությամբ մանկ. գիտ. թեկն. ... գիտական աստիճանի հայցման ատենախոսության սեղմագիր, Երևան: ԵՊՀ, 2014.–24 էջ:

4. Առաքելյան Վ.Բ., Ղազարյան Ֆ.Գ., Առաքելյան Վ.Բ., Սաղյան Բ.Զ., Մարգիկների կոնոլիցիոն ընդունակությունների մշակման հիմունքները., Եր., 2008, 81 էջ:

5. Սամբո ըմբշամարտ, Երևան, Հեղինակային հրատարակություն, 2007, 309 էջ:

6. Ամարյան Կ. Խ., Վոլեյբոլ, Երևան, «Լաքի Փրինթ», 2007, 176 էջ:

7. Ազարյան Ռ.Ն., Խիզանցյան Ռ.Ս., Ազիզյան Գ.Ն., Վանեսյան Հ.Ս., Մարմնամարզություն, Երևան, «Զանգակ-97», 2006, 232 էջ : Ծանրամարտ, Երևան, 2004, 391 էջ :

8. Բաղդասարյան Բ.Է., Գեղարվեստական մարմնամարզություն. ընտրություն, ուսուցում, մարզում, Երևան, 2007, 114 էջ:

9. Բեգոյան Ռ. Ա., Սեղանի թենիս, Երևան, «Աստղիկ Գրատուն» հրատարակչություն, 2006, 312 էջ:

10. Բաբայան Ս.Ա., Շարքերը և շարային վարժությունները ֆիզիկական կուլտուրայի պարապմունքներում, Երևան, 1981:

11. Գրիգորյան Յու. Գ., Մինասյան Հ.Ս., Հանրակրթական ավագ դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագիր, Երևան, 2009:

12. Հանրակրթական դպրոցի «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի չափորոշիչ և ծրագիր լրամշակված տարբերակ. 1-9-րդ դասարաններ, Երևան, 2012:

13. Հայաստանի Հանրապետության օրենք «Կրթության մասին», 1999:

14. Հայեցակարգ ՀՀ ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի ոլորտի պետական քաղաքականության (2000):

15. Հանրակրթության պետական կրթակարգ. Միջնակարգ կրթության պետական չափորոշիչ, «Անտարես», Երևան, 2004:

16. Հայաստանի Հանրապետության օրենք «Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին» (2001):

17. Հակոբյան Գ.Ա., Դահուկասպորտ. ուսումնական ձեռնարկ, Էդիթ Պրինտ, Եր., 2005, 108 էջ:

18. Հակոբյան Ս.Ս., Ֆուտբոլ ծրագիր, Եր., Էդիթ Պրինտ, 2008, 88 էջ : Հակոբյան Ս. Ս., Ֆուտբոլ, Երևան., 2009:

19. Համբարձումյան Վ., Գոլի հրում և սկավառակի նետում, Եր., 2007, 143 էջ:

20. Հայրապետյան Ս., Արագավազը և փոխանցավազը, Եր., 2008, 145 էջ:

21. Ղազարյան Ֆ.Գ., Մարդու ֆիզիկական վիճակի մոնիթորինգ. դասագիրք. Երևան, Հեղ. հրատ., 2007, 215 էջ:

22. Ղազարյան Ֆ.Գ., Ֆիզիկական պատրաստությունը նախազինակոչիկային տարիքում, Եր., 2008, 80 էջ:

23. Նահապետյան Ս.Ս., Ընդհանուր զարգացնող վարժություններ, Եր., «Լույս», 1988:

24. Մամաջանյան Վ.Ս., Աթլետիկա. ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, «Մոս և Վոզա», 2003, 187 էջ :

25. Մելիքսեթյան Ռ.Տ., Ֆիզիկական դաստիարակության նոր ուղղությունները հայ դպրոցում, Եր., 2001, 84 էջ:

26. Մելքոնյան Հ., Հանդերձը դպրոցում. ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2003:

27. Սաֆարյան Ի.Գ., Լողի ուսուցման և մարզման մեթոդիկա. ուսումնական ձեռնարկ, Եր., Հեղ. հրատ., 2008, 205 էջ:

28. Սամվելյան Լ.Ա., Սպորտը և արդարացի խաղը, Եր., Տնտեսագետ, 2006, 96 էջ:

29. Ստեփանյան Ա.Գ., Ենգոյան Ս. Ա., Տնային հանձնարարությունները «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայից. I-XII

դաս.: ուսումնամեթ. ձեռնարկ, Եր., Հեղ. հրատարակություն, 2007, 82 էջ:

30. Ստեփանյան Ա.Գ. Միջառարկայական կապերի կիրառումը ֆիզկուլտուրային կրթության համակարգում, Երևան, Հեղ. հրատ., 2007, 85 էջ:

31. Վարդյան Ա.Ա., Շարժախաղեր, Եր., 2008, 160 էջ:

32. Գաբրիելյան Հովհ., Ղազարյան Ֆ., Մինասյան Հ., Գրիգորյան ՅուՍ, Ֆիզիկական կուլտուրա դասավանդման մեթոդիկա 5-9-րդ դասարաններ/ Ուսուցչի ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: Աստղիկ գրատուն, 2013թ. 120 էջ:

33. Ստեփանյան Ա., Գրիգորյան ՅուՍ., Գաբրիելյան ՀովհՍ, Ուսումնական նյութի պլանավորում 1-12-րդ դասարաններում/ ՖԿՀՊԻ Ուսումնական ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան 2012թ. 232 էջ:

34. Գաբրիելյան Հովհ., Մինասյան Հ., Ֆիզիկական կուլտուրա գնահատումը հանրակրթական դպրոցում/ Ուսուցչի ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: Աստղիկ գրատուն, 2012թ. 96 էջ:

35. Գաբրիելյան Հովհ., Ստեփանյան Ա., Մինասյան Հ., Գրիգորյան ՅուՍ, Ուսումնական նյութի պլանավորում 1-9-րդ դասարաններում/ Ուս. ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: Աստղիկ գրատուն, 2011թ. 128 էջ:

36. Գաբրիելյան Հովհ., Մինասյան Հ., Ներզոգվա Ք., Սուրադյան Ա., Հանրակրթական դպրոցի «Հատուկ բժշկական խմբերի» ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ուսուցչի ձեռնարկ 1-12- րդ դասարաններ/ Ուսուցչի ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: ՀՀ ԿԳՆ Կրթության ազգային ինստիտուտ, 2013թ. 112 էջ:

37. Գաբրիելյան Հովհ., Մինասյան Հ., Ներզոգվա Ք., Հակոբյան Ա., Հովեյան ՍԻ, Հանրակրթական դպրոցի «Հատուկ բժշկական խմբերի» ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ծրագիր 1-12-րդ դասարաններ/ Առարկայական ծրագիր / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: ՀՀ ԿԳՆ, Կրթ. ազգ. ինս-տ.,- Եր., Կրթ. ազգ. ինս-տ., 2011թ. 64 էջ:

38. Մինասյան Հ., Գաբրիելյան Հովհ., Ֆիզիկական կուլտուրա «Գիտելիքների հիմունքներ» / Ուսուցչի ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ՝ - Երևան: Աստղիկ գրատուն, 2011թ. 128 էջ:

39. Ստեփանյան Ա., Գաբրիելյան Հովհ., Հանրակրթական դպրոցում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի բովանդակության և կառուցվածքի նորարարական մոտեցումները/ Մանկավարժություն. Գիտամեթոդական վերլուծական ամսագիր՝ Հիմնադիր՝ ՀՀ ԿԳՆ Կրթության ազգային ինստիտուտ 2011 / 2., ՀՀ. Երևան: էջ 12-21:

40. Մեհրաբյան Ա., Այվազյան Ա., Գաբրիելյան Հովհ, Սարգսյան Ա., Ուսումնական հաստատություններում մարզական միջոցառումների կազմակերպում/ Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ / Կազմ. հեղ. խումբ -Երևան: Լուսակն, 2011թ. 144 էջ:

41. Габриелян О.Г., Отражение тематики здорового образа жизни в программе основной школы общеобразовательной системы // Повышение эффективности профилактических программ для подростков и молодежи в странах Восточной Европы и Центральной Азии. Материалы регио-нальной конференции по профилактике ВИЧ информированию здорового образа жизни в образователь-ной среде. Казахстан, Алматы, апрель 2011г. Ст. 79-81.

42. Аванесов Э.Ю. О внедрении технологии спортизированного физического воспитания старшеклассников Армении // Теоретические и методологические проблемы современного образования: Материалы международной научно-практической конференции 29–30 декабря 2010: М.:–С. 10–13.

43. Avanesov E.Yu. The features of the process of organization of sports-oriented physical education at schools / Proceedings of the XVI traditional International Symposium «East–Russia–West. Modern development processes of physical culture, sport and tourism. Modern state and future perspectives of healthy life formation», Krasnoyarsk, 2013. P.23–27.

Պաշտոնական հրատարակման օրը՝ 3 ապրիլի 2023 թվական: