**ՖԻԶԿՈՒԼՏՈՒՐԱ**

1.ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ուսումնական նյութը բաժանվում է 2 մասի: Որոնք ե՞ն դրանք:

2.Քանի՞ մասից է կազմված ֆիզկուլտուրայի դասը:

3.Նշել ֆիզկուլտուրա դասի մասերի տևողությունը:

4.Թվարկել ֆիզկուլտուրայի բազային ուսումնական նյութերը տարրական դասարանների համար:

5.Թվարկել ֆիզկուլտուրայի բազային ուսումնական նյութերը 5-11-րդ դասարանների համար:

6.Թվարկել ֆիզիկական կուլտուրա առարկայի ծրագրով նախատեսված մարզախաղերը:

7.Քանի՞ ժամ է հատկացված գիտելիքների հիմունքներ ուսումնական նյութի համար՝ տարվա կտրվածքով:

8.Քանի՞ ժամ է հատկացված ընտրովի ուսումնական նյութի համար՝ տարվա կտրվածքով, 5-11-րդ դասարանների համար:

9.Թվարկել այն մարզաձևերը, որոնք ընդգրկված են ընտրովի ուսումնական նյութի մեջ:

10.Ուսումնական տարվա կտրվածքով առաջին դասարանի համար քանի՞ ժամ է հատկացված:

11. Ուսումնական տարվա կտրվածքով 2-րդ դասարանի համար քանի՞ ժամ է հատկացված:

12.Ուսումնական տարվա կտրվածքով, 3-4-րդ դասարանների համար քանի՞ ժամ է հատկացված:

13.Թվարկել թեստային վարժությունները, որոնք նախատեսված են սեպտեմբեր և մայիս ամիսներին:

14.Թվարկել ֆիզկուլտուրայի ուսուցչի պարտադիր փաստաթղթերը:

15. Ինչո՞ւ է ֆիզկուլտուրայի ուսուցչին պետք յուրաքանչյուր դասարանի համար պարտադիր ծավալուն թեմատիկ պլանը:

16.Ինչո՞վ է պայմանավորված դասի խտության որակը:

17.Ֆիզկուլտուրայի ինչպիսի՞ բժշկական խմբեր գոյություն ունեն:

18.Ի՞նչ չափորոշիչով է որոշվում դասի խտությունը:

19.Ո՞վ և ի՞նչ փաստաթղթեր է կազմում արտադասարանական միջոցառումների համար:

20.Ինչպիսի՞ ֆիզիկական միջոցոցառումներ են ընգրկված ուսումնական օրվա ժամանակացույցում:

21.Արտադասարանական ֆիզիկական միջոցառումների ինչպիսի՞ տարբերակներ գոյություն ունեն:

22.Քանի՞ խնդիր (թեմա) է պետք ներգրավել դասի պլան սեղմագրի մեջ:

23.Ի՞նչ է ուսումնասիրում ֆիզդաստիարակության տեսությունը:

24.Քանի՞ ժամ է հատկացված Առողջ ապրելակերպ դասընթացին:

25.Նշել հանդբոլ մարզաձևի հրապարակի չափսերը:

26.Նշել վոլեյբոլ մարզաձևի հրապարակի չափսերը:

27.Ի՞նչ փաստաթղթեր են անհրաժեշտ մարզական միջոցառումների անցկացման համար:

28.Ի՞նչ խնդիրներ է հետապնդում դասի ներածական մասը:

29.Պարապողի դիրքը մարմնամարզական գործիքի վրա, որի դեպքում նրա ուսերը գտնվում են բռնման կետից ներքև, կոչվում է...

30.Պարապողի դիրքը, որի դեպքում ծնկներում ծալված ոտքերը ձեռքերով ձգվում են դեպի կուրծքը, և դաստակները պահում են ծնկները, մարմնամարզության մեջ կոչվում է...

31.Պարապողի դիրքը, որի դեպքում նրա ուսերը գտնվում են հենման կետից բարձր, մարմնամարզության մեջ կոչվում է...

32.Ցատկը մարմնամարզական գործիքից կոչվում է...

33.Միջոցը, որի օգնությամբ պարապողը կառչում է մարմնամարզական գործիքից, կոչվում է...

34.Պտտվող շարժումը գլխի վրայով մարմնի առանձին մասերով հենման մասերին հաջորդական հպումով կոչվում է...

35.Պարապողի դիրքը ծալված ոտքերով մարմնամարզության մեջ կոչվում է...

36.Մարզաձև, որն ապահովում է ճկունության զարգացման առավելագույն արդյունավետություն, կոչվում է...

37.Մարմնամարզության դասերին, ինչ գնահատական է նշանակվում եթե վարժությունը կատարված չէ:

38.Վոլեյբոլ խաղացողը, որը անցման ժամանակ գտնվում է առաջին գոտում տեղափոխվում է ո՞ր գոտի:

39.Վոլեյբոլի ընթացքում ինչպե՞ս է իրականացվում խաղացողների տեղափոխությունը մի գոտուց մի այլ գոտի:

40.Կարո՞ղ է արդյոք վոլեյբոլի թիմի խաղացողը խաղալ առանց կոշիկների:

41.Նշել միաժամանակ ֆուտբոլային հրապարակում գտնվող թիմի խաղացողների քանակը:

42. Ի՞նչ հաճախականությամբ է անցկացվում ֆուտբոլի աշխարհի առաջնությունը:

43.Թեթև ատլետիկայում սպրինտ է կոչվում...

44.Թեթև ատլետիկայի տեսակ չէ *հեռացատկ, հենացատկ, բարձրացատկ (նշեք)*

45.Թեթև ատլետիկայում երկար տարածության վրա վազքում հաջողություն բերող հիմնական ֆիզիկական հատկանիշը կոչվում է...

46.Ե՞րբ և ի՞նչ նպատակով է իրականացվում շրջանաձև պարապմունքը:

47.Ի՞նչ խնդիրներ է իրականացնում ֆակուլտատիվ պարապմունքը:

48.Ինչպե՞ս է որոշվում ֆիզկուլտուրայի դասաժամերին աշակերտների ծանրաբեռնվածությունը:

49.Ինչպե՞ս է կարգավորվում աշակերտների ծանրաբեռնվածությունը ֆիզկուլտուրայի դասերին:

50.Նշեք ուսումնական օրվա ընթացքում պարտադիր անցկացվող ֆիզկուլտմիջոցառումները:

51.Երեխաների ֆիզիկական դաստիարակության գործում ընտանիքի դերը:՛

52.Դպրոցում ֆիզկուլտկոլեկտիվի հիմնական դերը:

53.Ի՞նչ փաստաթղթեր պետք է պատրաստի և իրականացնի ֆիզկուլտկոլեկտիվը:

54.Բնակչության մեծահասակ մասի հետ իրականացվող խնդիրներն ու ուղղությունները:

55.Ի՞նչ է իրենից ներկայացնում հիգիենիկ մարմնամարզությունը:

56.Ի՞նչ է ընդհանուր ֆիզպատրաստությունը:

57.Անվանեք ընդհանուր ֆիզպատրաստության տեսակները:

58.Ո՞վ և որտե՞ղ պետք է պարապի ընդհանուր ֆիզպատրաստությամբ

59.Ուսանողների ֆիզդաստիարակության ի՞նչ հիմնական խնդիրներ կան:

60.Ի՞նչ է մասնագիտական կիրառական ֆիզպատրաստությունը:

61.Ի՞նչ է բուժական ֆիզկուլտուրան:

62.Որտե՞ղ է իրականացվում բուժական ֆիզկուլտուրան:

63.Ի՞նչ է բժշկական հսկողությունը:

64. Որտե՞ղ և ինչո՞ւ է իրականացվում բժշկական հսկողությունը:

65.Ինչպե՞ս և ինչո՞ւ է դպրոցում իրականացվում բժշկական հսկողությունը:

66. ֆիզկուլտուրայի բազային ուսումնական նյութերը 1-4-րդ դասարանների համար:

67. Ուսումնական տարվա կտրվածքով 5-11 դասարանների համար քանի՞ ժամ է հատկացված՞

68. Ուսումնական տարվա կտրվածով 12-րդ դասարանների համար քանի՞ ժամ է հատկացված:

69. Քանի՞ քայլ կարող է անել մարզիկը (աշակերտ) հանդբոլ խաղի ժամանակ, առանց գնդակի վարման:

70. Քանի՞ մարզիկ (աշակերտ) է ընդգրկված հանդբոլի խաղի ժամանակ:

71. Քանի՞ մարզիկ (աշակերտ) է ընդգրկված վոլեյբոլ խաղի ժամանակ:

72. Մարմնի ո՞ր մասերն են մասնակցում վոլեյբոլ խաղի ժամանակ:

73. Քանի՞ միավորով է ավարտվում վոլեյբոլ խաղը:

74. Քանի՞ խաղամասից է կազմված վոլեյբոլ խաղի ընթացքը:

75. Թվարկեք աթլետիկայի մարզաձևերի խմբերը:

76. Թվարկեք աթլետիկայի սպրինտային մարզաձևերը:

77.Թվարկեք աթլետիկայի ցատկախմբի մարզաձևերը:

78. Թվարկեք աթլետիկայի նետումներ խմբի մարզաձևերը:

79.Թվարկեք աթլետիկայի արգելքներով վազքի ձևերը:

80. Եզրափակիչ խաղի 2:2 խաղափուլերի հաշվի ժամանակ ի՞նչ կարգով է որոշվում վոլեյբոլի հաղթող թիմը:

81. Ո՞ր դասարաններում է ուսուցանվում Առողջ ապրելակերպ դասընթացը:

82. Քանի՞ ժամ է հատկացված Առողջ ապրելակերպ դասընթացին 9-րդ դասարանում:

83. Ի՞նչ մարզասարքեր են անհրաժեշտ հենացատկ կատարելու համար:

84. Նկարագրեք ձգումներ պտտաձողի վրա վարժության ճիշտ կատարումը:

85. Նկարագրեք գլուխկոնծի վարժության կատարման ապահովումը (անվտանգությունը):

86. Քանի՞ մարզաձևից է բաղկացած տղամարդկանց մարմնամարզությունը: Թվարկեք դրանք:

87. Քանի՞ մարզաձևից է բաղկացած կանանց մարմնամարզությունը: Թվարկեք դրանք:

88. Թվարկեք ֆիզդաստիարակության գործընթացում 3 հիմնական խնդիրներ:

89. Ուստարվա ընթացքում ֆիզկուլտուրայի քանի՞ ժամ է հատկացվում 5-11-րդ դասարանների համար:

90. Ուստարվա ընթացքում քանի՞ ժամ է հատկացված 12-րդ դասարանին:

91.Քանի՞ մարզիկ (աշակերտ) պետք է ընդգրկվի վոլեյբոլ խաղի ժամանակ:

92. Ինչպիսի՞ վարժություններ են իրականացնում դասի սկզբնական (ներածական) փուլում:

93. Ինչ խնդիրներ պետք է իրականացվի ֆիզկուլտուրայի դասի հիմնական փուլում:

94. Նկարագրեք դասի եզրափակիչ փուլի նպատակները:

95. Ուսումնական աշխատանքների բնույթով դասի ի՞նչ տեսակներ կան:

96. Ֆիզկուլտուրայի դասերի անցկացման համար ինչպե՞ս պիտի նախապատրաստվի ուսուցիչը:

97. Աշակերտի ֆիզիկական վիճակից ելնելով՝ դասի ժամանակ ուսուցիչը ինչպե՞ս պետք է վիզուալ (դիտելով) որոշի նրա ծանրաբեռնվածության չափը:

98. Ֆիզկուլտուրա առարկայի դասի կազմակերպման ի՞նչ տեսակներ կան:

99. Ի՞նչ կարգով է որոշվում վոլեյբոլի հաղթող թիվը եզրափակիչ խաղափուլի 2:2 հաշվի ժամանակ:

100. Քանի՞ խնդիր է դրված ֆիզկուլտուրայի դասի համար: