

2

ԲՆՈՒԹՅՈՒՆ

Աշակերտի գիրք

Գիրքի Կվանտալիանի • Լեւա Միքիաշվիլի • Թամար Կվանտալիանի



Երաշխավորվել է Վրաստանի կրթության, գիտության, մշակույթի և սպորտի նախարարության կողմից 2018 թվականին:



ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

1

ՄԱՐԴՈՒ ՄԱՐՄԻՆԸ ԵՎ ՆՐԱ ՄԱՍԵՐԸ

1. Մարմինը և նրա մասերը6
2. Խնամենք մարմնի մասերը8
3. Եթե ուզում ես առողջ լինել.....10
4. Մենք մեծանում և փոխվում ենք12
5. Առողջ կենսակերպ և օրվա ռեժիմ.....14

2

ԿԵՆԴԱՆԻ ՄԻՋԱՎԱՅՐ. ԿԵՆԴԱՆԻՆԵՐ

6. Կենդանին և անկենդանը.....16
7. Կենդանիներն էլ են մեծանում18
8. Ընտանի կենդանիներ. կաթնասուններ.....20
9. Անտառի գազանները22
10. Անտառի տարատեսակները.....24
11. Թռչուններ.....26
12. Սողացող կենդանիներ.....28

3

ԿԵՆԴԱՆԻ ՄԻՋԱՎԱՅՐ. ԲՈՒՅՍԵՐ

13. Բույսերը և նրանց մասերը30
14. Ինչ է մեզ պատմում արևածաղկի սերմը.....32
15. Իմ ծառը.....34

4

ՈՒՏԵԼԻ ԲՈՒՅՍԵՐ

16. Միրգ և բանջարեղեն.....36

5

**ՏԱՐՎԱ ԵՂԱՆԱԿՆԵՐԸ. ԱՄԻՍՆԵՐ
ԵՎ ՍԵԶՈՆՆԵՐ**

- 17. Ամիսներ և սեզոններ38
- 18. Եղանակը և տարվա եղանակները.....40
- 19. Տարվա եղանակները. տաքություն և ցուրտ.....42
- 20. Ինչպես է առաջանում անձրևը44

6

ԲՆԱԿԱՆ ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐ

- 21. Ջուրը բնության մեջ46

7

Օդ

- 22. Մեր շուրջը օդ է48
- 23. Ինչպես է շարժվում օդը50

8

**ԲՆԱԿԱՆ ՌԵՍՈՒՐՍՆԵՐ. ԲՆԱՀՈՂ
ԵՎ ՕԳՏԱԿԱՐ ՀԱՆԱԾՈՆՆԵՐ**

- 24. Բնահողը և օգտակար հանածոները.....52
- 25-26. Հրաբուխ54
- 27. Հրաբուխներ56

9

ԱՆՑՅԱԼԻ ՀԵՏՔԵՐՈՎ

- 28. Որտեղ են ապրում մարդիկ58
- 29. Ինչ է մեզանից թաքցնում հողը60



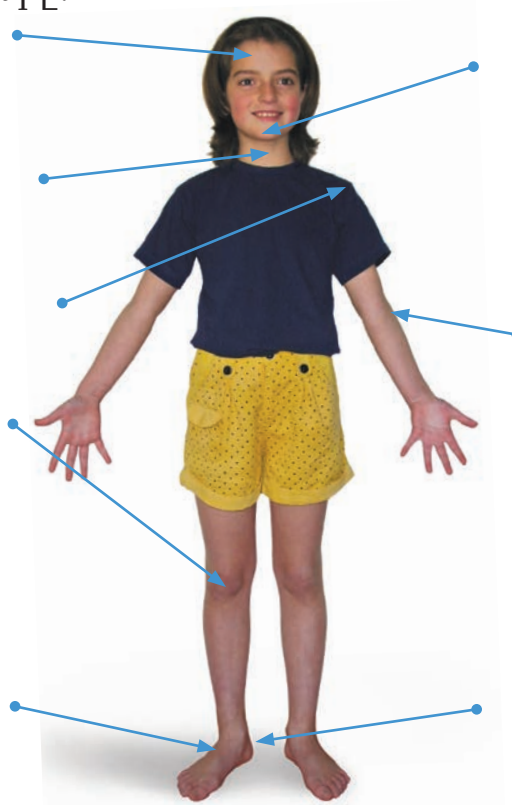
ՄԵՆՔ ԵՎ ԲՆՈՒԹՅՈՒՆԸ

30. Ինչպես է մարդը փոխում շրջակա միջավայրը	62
31-32. Աղբը մեր շրջակա միջավայրում	64
33. Պահպանենք շրջակա միջավայրը	66
34. Անվտանգության պահակետում	68
35-36. Մենք և դեղերը	70
37. Անվտանգ հանգիստ բնության գրկում	72
38-39. Խնամքով վերաբերվենք բնությանը	74
40. Վրաստանն իմ հայրենիքն է	76

1

ՄԱՐՄԻՆԸ ԵՎ ՆՐԱ ՄԱՍԵՐԸ

- Թվարկի՛ր սլաքով մատնանշված մարմնի մասերը.



✓ ՄՏԱՊԱՀԻՐ

Մարդը պետք է առանձնահատուկ վերաբերմունք դրսևորի մարմնի մասերի հանդեպ, պահպանի, խնամի մարմինը:

ՎԱՐՇՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

- 1 Նայի՛ր գրատախտակին: Ի՞նչ գույնի է այն:
- 2 Գրչով խփի՛ր նստարանին: Ի՞նչ լսեցիր:
- 3 Գիրքը մոտեցրո՛ւ քթիդ և ներշնչի՛ր: Ի՞նչ զգացիր:
- 4 Մատդ սեղմի՛ր գրչի ծայրին: Ի՞նչ զգացիր:
- 5 Եթե լեզուդ դնես պղպեղի վրա, ի՞նչ կզգաս:

ՀԻՇԻՐ

Ինչն ինչով ենք զգում:

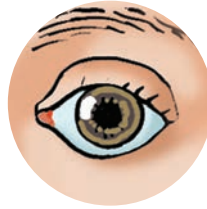
Չանգը հնչում է:

Խոտը կանաչ է:

Լիմոնը թթու է:

Փետուրը փափուկ է:

Օծանելիք է ցանել:



ՀԱՄԱՁԱՅՆ ԵՍ ԱՐԴՅՈՔ

1. Մաշկի մաքրության համար անհրաժեշտ է մարմինը լվանալ տաք ջրով և օձառով:
2. Մարդ դեմքը և ձեռքերը ամեն առավոտյան և երեկոյան պետք է լվանա:
3. Ձեռքերի մաքրության համար անհրաժեշտ է եղունգները կտրել:

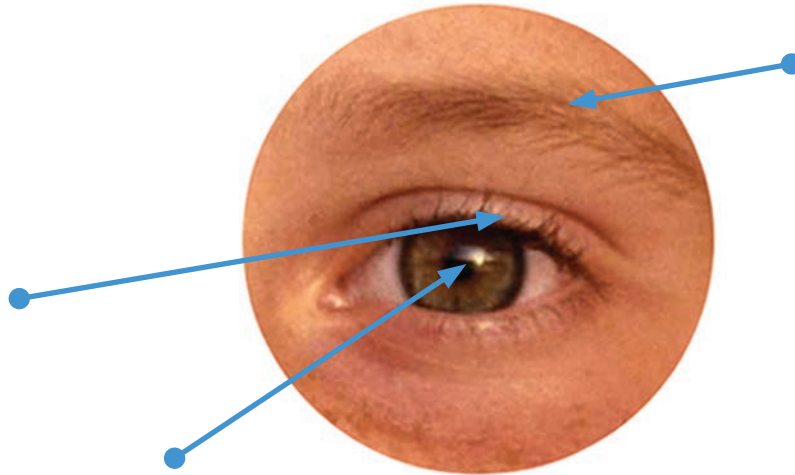


ՄՏԱՊԱՀԻՐ

Ականջը, աչքը, լեզուն, քիթը, մաշկը զգայության օրգաններ են:

ԽՆԱՄԵՆՔ ՄԱՐՄՆԻ ՄԱՍԵՐԸ

- Թվարկի՝ ը՝ ի՞նչ է ցույց տրված սլաքով.



- Վերցրո՛ւ դասագիրքը, թներդ առա՛ջ ձգիր, հերթով ձեռքով ծածկի՛ր աչքերդ և կարդա՛ շրջանակի մեջ տրված նախադասությունները.
 - ա) աջ աչքով, բ) ձախ աչքով, գ) երկու աչքով:
- Մթության մեջ առարկաները չեն երևում:
- Կարդալու ժամանակ գրքի վրա ստվեր չպետք է ընկնի:
- Համակարգչի դեմ երկար ժամանակ նստելը վատում է աչքերը:
- Պտուկած վիճակում կարդալը հոգնեցնում է աչքերը:

Ականջները վնասելու դեպքում մարդու լսողությունը վատանում է:

Ականջներդ բամբակով զգույշ պետք է մաքրես:



Քրտնած և յուղոտ մաշկին փոշին հեշտությամբ է կպչում: Իսկ կեղտոտ մաշկը, հնարավոր է, հիվանդություն հարուցի, ուստի անհրաժեշտ է մարմինը հաճախ լվանալ:



Մազերին ևս խնամք է անհրաժեշտ:

Գլուխդ տաք ջրով և շամպունով պետք է լվանաս:



Որպեսզի տեսողությունդ չփասսես, գիրքը և տետրը աչքերիդ շատ մի՛ մոտեցրու:

ԵԹԵ ՈՒԶՈՒՄ ԵՍ ԱՌՈՂՋ ԼԻՆԵԼ

ՀԻՇԻՐ

1. Մարդուն ինչի՞ համար է անհրաժեշտ սնունդը:
2. Ինչի՞ց են պատրաստում մարդու համար անհրաժեշտ և օգտակար սնունդը:

- Թվարկի՛ր սլաքով ցույց տրված մարմնի մասերը:



- Ստորև տրված նկարներից անվանի՛ր 4 այնպիսի սննդամթերք, որոնք շատ քաղցր են և ժաասակար են ատամների համար.



ՄՏԱՂԱՀԻՐ

Եթե ուզում ես, որ առողջ ատամներ ունենաս, անպայման կաթնամթերք կեր:

- Ըստ նկարի՝ անվանի՛ր բուսական և կենդանական սննդամթերքները:



ՎԱՐՇՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Բանավոր ավարտի՛ր նախադասությունները՝ օգտագործելով հետևյալ բառերը.

լվանալ

խոսել

ծամել

երեկոյան

- Ուտելուց առաջ ձեռքերդ անպայման օձառով պետք է ___:
- Մինչև պատառը կուլ տաս, կերակուրը լավ պետք է ___:
- Ուտելու ժամանակ չի կարելի ծիծաղել և ___:
- Ատամները պետք է մաքրել օրը երկու անգամ՝ առավոտյան և ___:

4

ՄԵՆՔ ՄԵԾԱՆՈՒՄ ԵՎ ՓՈԽՎՈՒՄ ԵՆՔ



ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Համեմատի՛ր նկարները և պատասխանի՛ր հարցերին.

- 1 Ինչո՞վ են աղջիկները նման իրար: Ինչո՞վ են տարբերվում:
- 2 Ըստ քեզ՝ մոտավորապես քանի՞ տարեկան է առաջին նկարի վրա պատկերված աղջիկը: Երկրորդ նկարի վրա պատկերվա՞ծը, երրորդ նկարի վրա պատկերվա՞ծը:
- 3 Ինչպե՞ս փոխվեց երեխան մեծանալու ընթացքում:
- 4 Ըստ քեզ՝ ինչպիսի՞ն կլինի նա 5 տարի հետո:
- 5 Ավարտի՛ր նախադասությունները՝ օգտագործելով հետևյալ բառերը.

հասակն ավելացավ

կաթնատամներ

ավելացավ

- ա) Աղջիկը մեծացավ և քաշն _____:
- բ) Աղջիկը մեծացավ և _____:
- գ) Աղջիկը մեծացավ և _____ փոխեց:

- Գուշակի՛ր՝ որ կոշիկն ում է պատկանում.



Դիմիտրին
10 տարեկան



Դիմիտրին
3 տարեկան



Դիմիտրին
6 տարեկան



ՀԱՄԱՁԱՐՅՆ ԵՔ ԱՐԴՅՈՔ

1. Երեխան կենդանի արարած է, նա մեծանում է և փոխվում:
2. Տիկնիկը կենդանի արարած է, նա մեծանում է և սնվում:
3. Երեխան անընդհատ մեծանում է, և ավելանում է նրա հասակը:
4. Մեծանալու համար մարդուն անհրաժեշտ է ջուր, սնունդ և օդ:



ՄՏԱՊԱՀԻՐ

Ուսերդ միշտ ուղիղ պետք է պահես:

ԱՌՈՂՋ ԿԵՆՍԱԿԵՐՊ ԵՎ ՕՐՎԱ ՌԵԺԻՍ

- Ուշադիր դիտի՛ր և կատարի՛ր այս վարժությունը.



Ելման դիրք



Մեկ հաշվին՝
թեքվի՛ր աջ



Երկու հաշվին՝
ելման դիրք

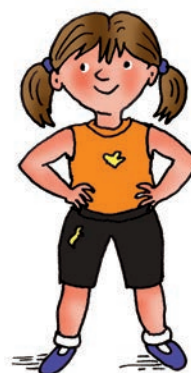
- Նույն վարժությունը երեք և չորս հաշվին կատարի՛ր՝ ձախ կողմ թեքվելով.



Ելման դիրք



Մեկ հաշվին՝ թեքվի՛ր առաջ
(ծնկներն ուղիղ են), ձեռքի
մատներով դիպչում ես հատակին:



Երկու
հաշվին՝ ելման
դիրք:



Մարդու մարմնի աճի-զարգացման և կոփման համար անհրաժեշտ է ֆիզիկական մարզանք:

ԽՈՍԻՐ

Նկարագրի՛ր նկարը.



Ինչ ես կարծում, ինչո՞ւ է անհրաժեշտ մաքուր օդին լինելը:

ՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Ավարտի՛ր նախադասությունները՝ օգտագործելով հետևյալ բառերը.

քնել

մարզվել

ուժեղ

մաքուր
օդին

մինչև
ուտելը

- ա) Ով շատ է մարզվում, նա — և առողջ է:
- բ) Իմ մարմնին ամեն օր — է անհրաժեշտ:
- գ) Մարզանք գերադասելի է անել — , բնության գրկում:
- դ) Մարմնի առողջության համար պարտադիր է — և ճիշտ սնվել:
- ե) Ֆիզիկական վարժությունը պետք է կատարվի —:

ԿԵՆԴԱՆԻՆ ԵՎ ԱՆԿԵՆԴԱՆԸ



Մարդիկ և կենդանիները կենդանի արարածներ են: Նրանք մեծանում են, շարժվում, շնչում, սնվում և բազմանում: Ինչպես մարդիկ, այնպես էլ կենդանիներն ունեն զգայություններ:



Բույսը և կենդանի օրգանիզմ է: Այն ևս մեծանում է, շնչում, սնվում և բազմանում: Սակայն նա չունի այնպիսի զգայություններ, ինչպիսին ունեն մարդիկ և կենդանիները: