

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ
ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐ

ՀՐԱՄԱՆ

No 2117-Ն/2

«10» հոկտեմբերի 2023 թ.

2024 ԹՎԱԿԱՆԻՆ ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ «ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՐԶԵՐԻ
ԵՎ ԵՐԵՎԱՆ ՔԱՂԱՔԻ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ 1-3-ՐԴ ԵՎ 4-6-ՐԴ
ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ «ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ»
ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ ԿԱՆՈՆԱԿԱՐԳԸ ԵՎ ՄԱՍՆԱԿՑՈՒԹՅԱՆ
ՀԱՅՏԻ ՁԵՎԸ ՀԱՍՏԱՏԵԼՈՒ ՄԱՍԻՆ

Համաձայն «Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին» Հայաստանի Հանրապետության
օրենքի 9-րդ հոդվածի «ա», «գ» և «ժ.1» կետերի՝

ՀՐԱՄԱՅՈՒՄ ԵՄ

1. Հաստատել 2024 թվականին անցկացվող՝ «Հայաստանի Հանրապետության
մարզերի և Երևան քաղաքի հանրակրթական դպրոցների 1-3-րդ և 4-6-րդ դասարանների
աշակերտների միջև անցկացվող «Սպորտլանդիա» մարզական միջոցառման՝

- 1) կանոնակարգը՝ համաձայն հավելվածի № 1-ի,
- 2) մասնակցության հայտի ձևը՝ համաձայն հավելվածի № 2-ի:

X

ԺԱՆՆԱ ԱՆԴՐԵԱՅԱՆ

ՆԱԽԱՐԱՐ՝ Signed by: ANDREASYAN ZHANNA 6402810169

Ժ. ԱՆԴՐԵԱՅԱՆ

Կ Ա Ն Ո Ն Ա Կ Ա Ր Գ
2024 ԹՎԱԿԱՆԻ ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ «ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ
ՄԱՐԶԵՐԻ ԵՎ ԵՐԵՎԱՆ ՔԱՂԱՔԻ ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ 1-3-ՐԴ ԵՎ
4-6-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՇԿԵՐՏՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ
«ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ»» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ

I. ՆՊԱՏԱԿԸ ԵՎ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

1. 2024 թվականի անցկացվող «Հայաստանի Հանրապետության մարզեր և Երևան քաղաքի հանրակրթական դպրոցների 1-3-րդ և 4-6-րդ դասարանների աշակերտների միջև անցկացվող «Սպորտլանդիա»» մարզական միջոցառման (այսուհետ՝ Միջոցառում) նպատակն է՝

1) անհատի բազմակողմանի ու ներդաշնակ զարգացում, դպրոցահասակ երեխաների առողջության ամրապնդում, առողջ ապրելակերպի ձևավորման գործում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի դերի բարձրացում.

2) դպրոցական տարիքի երեխաների շրջանում տարբեր մարզաձևերով մարզվելու կողմնորոշման պայմանների ընձեռում:

2. Խնդիրներն են՝

1) ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի միջոցով դպրոցահասակ երեխաների առողջության ամրապնդում, նրանց ֆիզիկական որակների բարելավում,

2) դպրոցական տարիքի երեխաների շրջանում ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի քարոզչություն, ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի դերի կարևորում,

3) դպրոցական տարիքի երեխաների համար ֆիզիկական դաստիարակության, ֆիզիկական կուլտուրայով և սպորտով զբաղվելու համար նպաստավոր պայմանների ստեղծում,

4) հանրակրթական դպրոցներում ֆիզկուլտուրային, առողջարարական և զանգվածային մարզական աշխատանքների կազմակերպման խթանում:

II. ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ԺԱՄԿԵՏԸ ԵՎ ՎԱՅՐԸ

3. Միջոցառումն անցկացվելու է 4 փուլով՝

1) 1-ին փուլ՝ հանրակրթական դպրոցներում՝ 2024 թվականի փետրվար-մարտ ամիսներին,

2) 2-րդ փուլ՝ Հայաստանի Հանրապետության համայնքներում, Երևան քաղաքի վարչական շրջաններում՝ 2024 թվականի մարտի 10-ից 30-ը,

3) 3-րդ փուլ՝ Հայաստանի Հանրապետության մարզերում և Երևան քաղաքում՝ 2024 թվականի ապրիլի 10-25-ը,

4) 4-րդ՝ եզրափակիչ փուլի մրցումներ՝ 1-3-րդ դասարանների աշակերտների միջև 2024 թվականի **մայիսի 7-ից 9-ը**՝ և 4-6-րդ դասարանների աշակերտների միջև՝ **մայիսի 14-ից 16-ը՝ Վանաձոր քաղաքում:**

4. 2-րդ և 3-րդ փուլերի մրցումների անցկացման համար տրվում է մեկական օր:

5. Մրցումների համայնքային և մարզային փուլերի անցկացման ժամանակացույցը ներկայացվում է Հայաստանի Հանրապետության կրթության, գիտության, մշակույթի և սպորտի նախարարություն (այսուհետ՝ Նախարարություն) մինչև 2024 թվականի մարտի 1-ը:

III. ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄՆ ՈՒ ԱՆՑԿԱՅՈՒՄԸ

6. Միջոցառման անցկացման աշխատանքները համակարգում է Նախարարությունը:

7. Մրցումների 1-ին՝ ներդպրոցական փուլի անցկացման հսկողությունը իրականացնում են Հայաստանի Հանրապետության մարզպետարանները և Երևանի քաղաքապետարանը, մրցումների 2-րդ փուլի կազմակերպման և անցկացման աշխատանքները համայնքներում իրականացնում են համայնքապետարանները, Երևան քաղաքի վարչական շրջանները: Մրցումների 3-րդ փուլի կազմակերպման և անցկացման անմիջական պատասխանատվությունը կրում են Հայաստանի Հանրապետության մարզպետարանները և Երևանի քաղաքապետարանը, իսկ 4-րդ՝ եզրափակիչ փուլի կազմակերպման և անցկացման անմիջական պատասխանատվությունը կրում է Նախարարությունը:

IV. ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԸ, ԱՆՑԿԱՅՄԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐԸ

8. Ծրագիրն իրականացվում է Հայաստանի Հանրապետության մարզերի 41 քաղաքներում (տարածաշրջաններում) և Երևան քաղաքի 10 վարչական շրջաններում (մասնակից դարձնելով բոլոր 12 վարչական շրջաններին):

9. 2-րդ փուլն անցկացվելու է՝

1) Արագածոտնի մարզ՝ ք. Աշտարակ, ք. Ապարան, ք. Թալին, գ. Ծաղկահովիտ,

2) Արարատի մարզ՝ ք. Արտաշատ, ք. Արարատ և ք. Վեդի, ք. Մասիս,

3) Արմավիրի մարզ՝ ք. Արմավիր և ք. Մեծամոր, ք. Էջմիածին, գ. Լեռնագոգ,

4) Գեղարքունիքի մարզ՝ ք. Գավառ, ք. Ճամբարակ, ք. Մարտունի, ք. Սևան, ք. Վարդենիս,

5) Լոռու մարզ՝ ք. Վանաձոր, ք. Ալավերդի, ք. Սյրեփանավան, ք. Սպիտակ, ք. Տաշիր,

6) Կոտայքի մարզ՝ ք. Հրազդան, ք. Աբովյան, ք. Չարենցավան, ք. Եղվարդ,

7) Շիրակի մարզ՝ ք. Գյումրի, ք. Արթիկ, ք. Մարալիկ, գ. Ամասիա, գ. Աշոցք, գ. Ախուրյան,

8) Սյունիքի մարզ՝ ք. Կապան, ք. Գորիս, ք. Սիսիան, ք. Քաջարան, ք. Մեղրի,

9) Վայոց ձորի մարզ՝ ք. Եղեգնաձոր, ք. Վայք,

10) Տավուշի մարզ՝ ք. Իջևան, ք. Դիլիջան, ք. Նոյեմբերյան, ք. Բերդ,

11) Երևան քաղաքի 10 վարչական շրջաններում՝ Կենտրոն, Մալաթիա-Սեբաստիա, Նոր Նորք, Շենգավիթ, Արաբկիր, Քանաքեռ-Զեյթուն, Աջափնյակ, Էրեբունի-Նուբարաշեն, Դավթաշեն և Ավան-Նորք Մարաշ (մասնակից դարձնելով բոլոր 12 վարչական շրջաններին):

1) Ծրագիրն մասնակցում են Հայաստանի Հանրապետության հանրակրթական դպրոցների 1-3-րդ և 4-6-րդ դասարանների բոլոր աշակերտները: **Ներդպրոցական փուլում անցկացվում են առանձին-առանձին մրցումներ 1-ին, 2-րդ, 3-րդ, 4-րդ, 5-րդ և 6-րդ դասարանների աշակերտների միջև, որի արդյունքում ձևավորվում են հավաքական թիմերը:**

2) 1-3-րդ դասարանների թիմի կազմը՝ 5 տղա, 5 աղջիկ, 1 մանկավարժ և 1 ներկայացուցիչ (1-ին դասարան՝ 1 տղա, 1 աղջիկ, 2-րդ դասարան՝ 2 տղա, 2 աղջիկ և 3-րդ դասարան՝ 2 տղա, 2 աղջիկ),

3) 4-6-րդ դասարանների թիմի կազմը՝ 5 տղա, 5 աղջիկ, 1 մանկավարժ և 1 ներկայացուցիչ (4-րդ դասարան՝ 1 տղա, 1 աղջիկ, 5-րդ դասարան՝ 2 տղա, 2 աղջիկ և 6-րդ դասարան՝ 2 տղա, 2 աղջիկ):

10. Ծրագրի կազմակերպման և անցկացման կարգը տեղերում որոշում են կազմակերպիչները (համայնքապետարաններ և մարզպետարաններ):

11. Մրցումների 2-րդ, 3-րդ և 4-րդ փուլերում թիմերի հավասար միավորների դեպքում առավելությունը տրվում է 5 մրցաձևերի յուրաքանչյուր վարժության արդյունքների համեմատականով (վայրկյան):

12. Մրցումների 3-րդ՝ Հայաստանի Հանրապետության մարզային և Երևան քաղաքի փուլին պետք է մասնակցեն Երևան քաղաքի 10 վարչական շրջաններից 1-ին տեղը, Հայաստանի Հանրապետության համայնքային փուլում 1-ին և 2-րդ տեղերը գրաված թիմերը: Մրցումների անցկացման կարգում կարող են կատարվել մասնակի լրացումներ և փոփոխություններ՝ համաձայնեցնելով Նախարարության հետ:

13. Մրցումների 4-րդ՝ եզրափակիչ փուլին մասնակցում են Հայաստանի Հանրապետության մարզային և Երևանի քաղաքային փուլում 1-ին տեղը գրաված թիմերը:

V. ՊԱՐԳԵՎԱՏՐՈՒՄԸ

14. Մրցումների 2-րդ փուլում երկու տարիքային խմբերի 1-ին, 2-րդ և 3-րդ տեղերը գրաված դպրոցներին տրվում են Նախարարության համապատասխան կարգի հավաստագրեր:

15. Մրցումների 3-րդ փուլում երկու տարիքային խմբերի 1-ին, 2-րդ և 3-րդ տեղերը գրաված դպրոցներին տրվում են Նախարարության համապատասխան կարգի հավաստագրեր, պարգևատրվում են գավաթներով:

16. Մրցումների 4-րդ՝ եզրափակիչ փուլում ընդհանուր թիմային հաշվարկով երկու տարիքային խմբերի 1-ին, 2-րդ և 3-րդ տեղերը գրաված հանրակրթական դպրոցներին տրվում են Նախարարության համապատասխան կարգի հավաստագրեր, պարգևատրվում են մեդալներով, գավաթներով, դրամական մրցանակներով:

17. Մրցումների հանրապետական եզրափակիչ փուլի 4-11-րդ տեղերը գրաված հանրակրթական դպրոցների երկու տարիքային խմբերը պարգևատրվում են մարզագույքով և շնորհակալագրերով:

18. 4-րդ եզրափակիչ փուլի մասնակից երկու տարիքային խմբերի երեխաներին տրվում են նվերներ:

19. Միջոցառման ծախսերն իրականացվում են Հայաստանի Հանրապետության տարեկան պետական բյուջեով նախատեսված ծրագրի շրջանակում:

VI. ԾԱԽՍԵՐԸ

20. Մրցումների 2-րդ փուլում երկու տարիքային խմբերի մրցանակային տեղեր գրաված դպրոցներին հատկացվող հավաստագրերի ծախսերը հոգում է Նախարարությունը:

21. Մրցումների 3-րդ փուլում երկու տարիքային խմբերի մրցանակային տեղեր գրաված դպրոցներին հատկացվող հավաստագրերի, գավաթների, մրցավարների սննդի ծախսերը հոգում է Նախարարությունը, իսկ մասնակից դպրոցների գործուղման հետ կապված ծախսերը հոգում են գործուղող կազմակերպությունները:

4-րդ եզրափակիչ փուլի երկու տարիքային խմբերի կազմակերպման և անցկացման հետ կապված ծախսերը (*մարզագույք, մրցավարների սնունդ, մրցավարների դրամական պարգևատրում, մրցավարների մարզահագուստ, գլխարկ, մարզակառույցների վարձակալում, ռադիոհաճույց, հաղորդավար, մրցանակային տեղեր գրաված թիմերին՝ հավաստագրեր, գավաթներ, 1-ին, 2-րդ և 3-րդ տեղերը գրաված հանրակրթական դպրոցներին դրամական մրցանակ՝ մարզագույք ձեռք բերելու համար*

1) 1-ին տեղ՝ 450.0 հազար (*չորս հարյուր հիսուն հազար*) դրամ,

2) 2-րդ տեղ՝ 350.0 հազար (*երեք հարյուր հիսուն հազար*) դրամ,

3) 3-րդ տեղ՝ 250.0 հազար (*երկու հարյուր հիսուն հազար*) դրամ:

4-11-րդ տեղերը գրաված յուրաքանչյուր դպրոցին շնորհակալագիր, մարզագույք, մասնակից բոլոր երեխաներին նվերներ, գրենական պիտույքներ) և մասնակից թիմերի գործուղման ծախսերը (*գիշերավարձ, սննդի ընդունման օերկան չափի փոխհատուցում, ճանապարհածախս*) հոգում է Նախարարությունը:

VII. ՀԱՅՏԵՐԸ

22. Միջոցառման 2-րդ փուլի մասնակցության հայտերը ներկայացվում են Հայաստանի Հանրապետության համայնքապետարանների և Երևան քաղաքի վարչական շրջանների համապատասխան վարչություններ կամ բաժիններ, իսկ 3-րդ փուլի մասնակցության հայտերը ներկայացվում են Երևանի քաղաքապետարանի և Հայաստանի Հանրապետության մարզպետարանների համապատասխան վարչություններ կամ բաժիններ:

23. Միջոցառման 1-ին փուլի անցկացման և մասնակցության հաշվետվությունները ներկայացվում են համապատասխանաբար Հայաստանի Հանրապետության համայնքապետարաններ և Երևանի վարչական շրջաններ համապատասխան վարչություն կամ բաժին: 2-րդ փուլի հաշվետվությունները ներկայացվում են համապատասխանաբար Երևանի քաղաքապետարան և Հայաստանի Հանրապետության մարզպետարաններ համապատասխան վարչություն կամ բաժին: 3-րդ փուլի մրցումների ավարտից հետո՝ 5-օրյա ժամկետում, հաշվետվությունները ներկայացվում են Նախարարություն՝ նշելով միջոցառման համապատասխան փուլերին մասնակցած հանրակրթական դպրոցների և աշակերտների քանակը:

24. 4-րդ եզրափակիչ փուլի մասնակցության նախնական հայտը Նախարարություն է ներկայացվում մինչև 2024 թ. մայիսի 3-ը: Նշված ժամկետից ուշ ներկայացված հայտերը չեն ընդունվում:

25. Մրցումների եզրափակիչ փուլին հարգելի պատճառներով մասնակցել չկարողացող դպրոցների փոխարեն կմասնակցի հաջորդ տեղը գրաված դպրոցը:

26. Մրցումների եզրափակիչ փուլի մասնակցության անվանական հայտը մրցավարական հանձնաժողովին է ներկայացվում մրցումների օրը՝ հաստատված դպրոցի տնօրենի և բուժքրոջ կողմից: Միաժամանակ ներկայացվում է՝

1) աշակերտների ծննդյան վկայականը,

2) տեղեկանք դպրոցից՝ լուսանկարով:

27. Հայտում անհրաժեշտ է նշել “emis.am” կայքում աշակերտի էլեկտրոնային համարը:

Ծ Ր Ա Գ Ի Ր

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՐԶԵՐԻ ԵՎ ԵՐԵՎԱՆ ՔԱՂԱՔԻ
ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ 1-3-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ
ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ «ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ

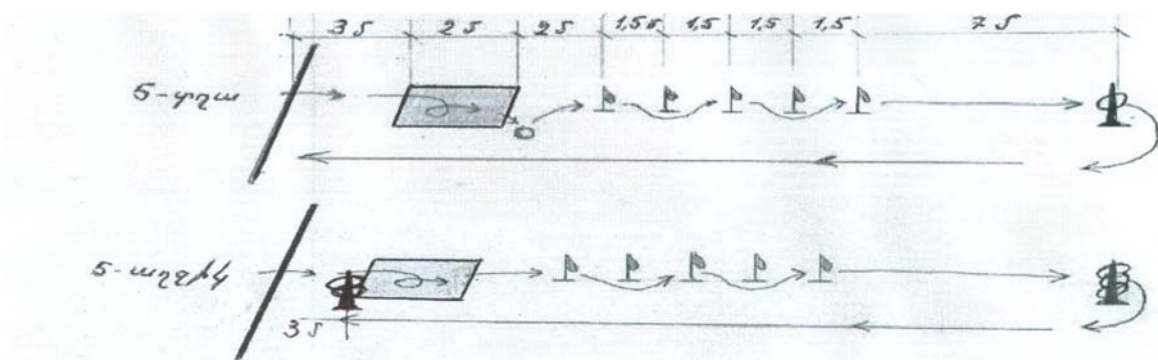
Վարժություն № 1. Խաղային փոխանցավազք

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակից երեխան (տղա) մրցավարի հրահանգով վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում գլուխկոնծի առաջ (մեկնարկից ներքնակ՝ 3 մ), վերցնում է ներքնակի առջև դրված օղակը (օղակի տրամագծի չափը՝ 25-30 սմ), ոլորապտույտ վազքով արագ անցնում է 5 կանգնակների միջով (ներքնակից մինչև 1-ին կանգնակը՝ 2 մետր, կանգնակների հեռավորությունը՝ 1,5 մետր, վերջին կանգնակից մինչև նախորդը՝ 7 մ), վազքով մոտենում է կանգնակին (30-50 սմ բարձրությամբ), օղակը գցում է կանգնակի վրա, այն շրջանցում և ուղիղ գծով արագ վերադառնում մեկնարկային գիծ՝ ձեռքի հպումով էստաֆետը փոխանցելով հաջորդ մասնակցին:

Նույն վարժությունը կատարում են թիմի մյուս 4 տղաները: Վերջին մասնակից տղան վարժության ավարտից հետո էստաֆետը արագ հանձնում է առաջին մասնակից աղջկան: Աղջիկը կատարում է նույն վարժությունը առանց օղակի: Վազքով մոտենում է դիմացի կանգնակին, վերցնում է մեկ օղակ, վազքով մոտենում է ներքնակի մոտ տեղադրված կանգնակին (հեռավորությունը մեկնարկից կանգնակ՝ 3 մ), օղակը գցում է կանգնակի վրա և ինքը կանգնում շարքի վերջում: Նույնը կատարում են թիմի մնացած 4 աղջիկները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է կատարել վարժությունը (չափման միավորը՝ վայրկյան):



Ծանոթություն

Յուրաքանչյուր մեկ կանգնակ գցելու դեպքում արդյունքին ավելանում է **մեկ** րոպեանային վայրկյան:

- Կանգնակի շրջանցելը պարտադիր պայման է, եթե մասնակիցը չի շրջանցում ստանում է **երկու** րոպեանային վայրկյան:

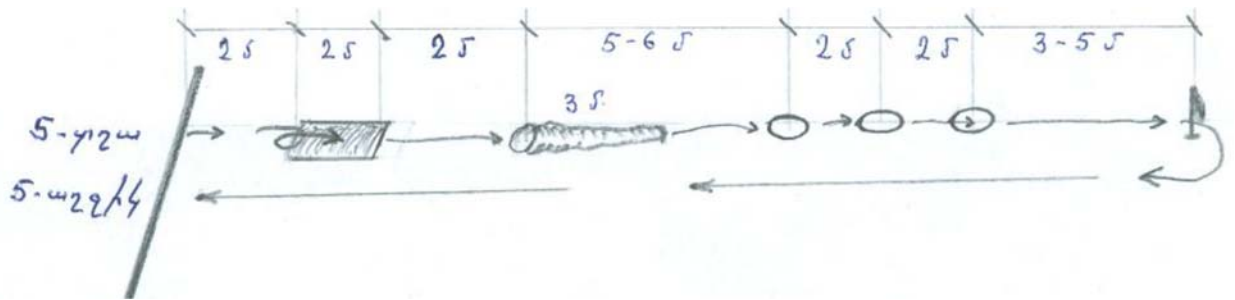
- Օղակի գցումը կանգնակին պարտադիր պայման է. հակառակ դեպքում կանգնակին յուրաքանչյուր չգցած օղակի համար կտրվի **մեկ** րոպեանային վայրկյան:

Վարժություն № 2. Փոխանցավազք արգելքների հաղթահարումով

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Արցավարի հրահանգի համաձայն 1-ին մասնակիցը վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում է գլուխկոնժի առաջ (տարածությունը մեկնարկից ներքնակ՝ 2 մ), անցնում է պարկի միջով (պարկի երկարությունը՝ 3 մետր, պարկի լայնություն՝ 1 մետր, ներքնակից պարկ հեռավորությունը՝ 2 մետր), վազքով մոտենում է գետնին մեկ ուղղությամբ դրված մարմնամարզական 3 օղակներին (օղակների հեռավորությունը մեկը մյուսից՝ 2 մետր, պարկից մարմնամարզական օղակ՝ 5-6 մետր), օղակները հաջորդաբար անցկացնելով գլխի վրայով՝ դնում է գետնին (վերջին օղակից կանգնակ՝ 3-5 մետր), վազքով շրջանցում է կանգնակը և վերադառնում մեկնարկ՝ էստաֆետը հանձնելով խաղընկերոջը: Նույնը կատարում են թիմի բոլոր անդամները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում խաղը (վայրկյան):



Ծանոթություն

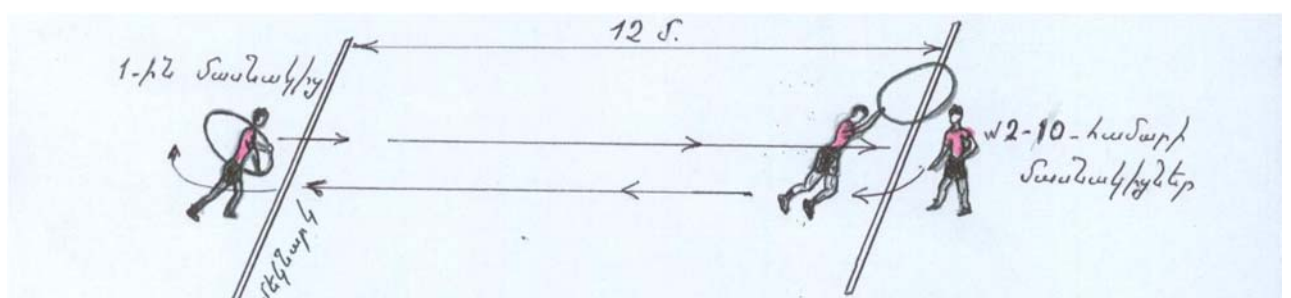
- Յուրաքանչյուր մարմնամարզական օղակի միջով անցնելը պարտադիր պայման է. հակառակ դեպքում կորվի **երեք** տուգանային վայրկյան:

- Գլուխկոնժի և անցում պարկի միջով վարժության կատարումը պարտադիր է. դրանցից որևէ մեկը չկատարելու դեպքում կորվի **երկու** տուգանային վայրկյան:

Վարժություն № 3. Փոխանցավազք մարմնամարզական օղակներով

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ օղակի մեջ մտած, մեկնարկային գծից վազքով մոտենում է նշակետին (12 մ), որտեղ կանգնած են մյուս մասնակիցները: Երկրորդ մասնակիցը մտնում է օղակի մեջ, և երկուսով վերադառնում են մեկնարկային գիծ: Առաջին մասնակիցը մնում է մեկնարկային գծում, իսկ երկրորդ մասնակիցը՝ օղակի մեջ մտած, վազքով մոտենում է հաջորդ՝ 3-րդ մասնակցին, և միասին վազքով վերադառնում են մեկնարկային գիծ, և այդպես մնացած բոլոր մասնակիցները հաջորդաբար կատարում են վարժությունը: Վարժությունը կատարվում է այնքան ժամանակ, մինչև թիմի բոլոր մասնակիցները տեղափոխվեն մեկնարկային գիծ: Հաղթում է այն թիմը, որը առաջինն է ավարտում վարժությունը (վայրկյան):



Ծանոթություն

- Վարժությունը պետք է կատարվի նշագծերից դուրս: Եթե վարժությունը կատարվում է երկու նշագծերի ներսում, յուրաքանչյուր մասնակից ստանում է **երկու** տուգանային վայրկյան:

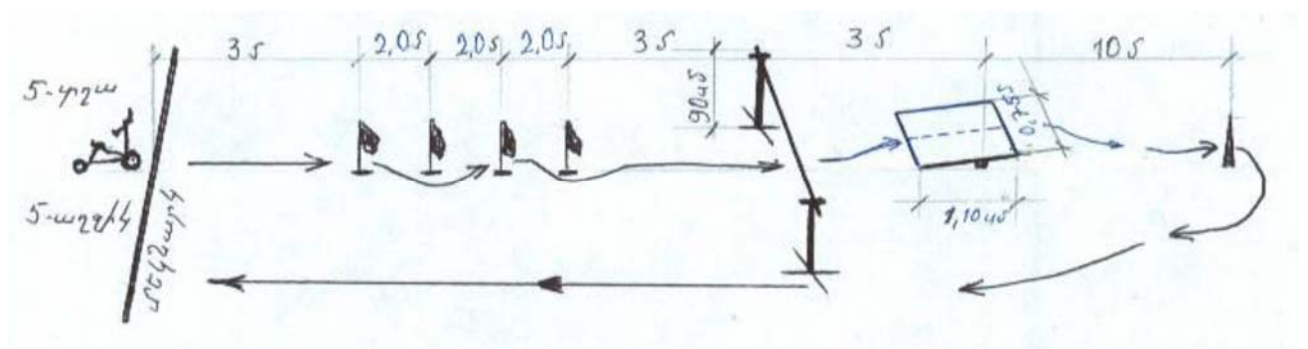
Վարժություն № 4. Վարժություն մանկական երկանիվ հեծանվով (կցորդ անիվներով)

Թիմի կազմը՝ 5 տղա, 5 աղջիկ:

Մրցավարի հրահանգի համաձայն յուրաքանչյուր թիմի 1-ին համարի երեխան երկանիվ մանկական հեծանվով ոլորապտույտ վարելով անցնում է 4 գուրգերի միջով (մեկնարկից գուրգեր՝ 3 մետր, գուրգերի հեռավորությունը՝ 2 մետր), անցնում է արգելքի տակով, որպեսզի կանգնակի ձողը վայր չընկնի (կանգնակի բարձրությունը՝ 90-100 սմ, ձողի երկարությունը՝ 1,2 մետր, վերջին՝ 5-րդ կանգնակից արգելք՝ 3 մետր), հեծանվով վարելով անցնում է շարժական կամրջակի վրայով (արգելքից շարժական կամրջակ՝ 3 մետր,

կամրջակի չափերը՝ 1,10 մ x 0,75 մ, բարձրությունը 5-7 սմ), արագորեն շրջանցում է հսկիչ դրոշը (կամրջակից կանգնակ՝ 5-10 մետր) և վերադառնում՝ մեկնարկը հանձնելով խաղընկերներին, և այդպես՝ թիմի բոլոր անդամները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում վարժությունը:



Ծանոթություն

- Յուրաքանչյուր մեկ կանգնակ գցելու դեպքում արդյունքին ավելանում է **մեկ** փուլանային վայրկյան:

- Երկանիվ մանկական հեծանվով յուրաքանչյուր կանգնակի միջով անցնելը պարտադիր պայման է. հակառակ դեպքում կատարած յուրաքանչյուր սխալի համար կորվի **մեկ** փուլանային վայրկյան:

- Արգելքի տակով անցնելիս չպետք է ձողին դիպչել, որպեսզի կանգնակի վրայի ձողը վայր չընկնի: Հակառակ դեպքում մասնակիցը կստանա **մեկ** փուլանային վայրկյան:

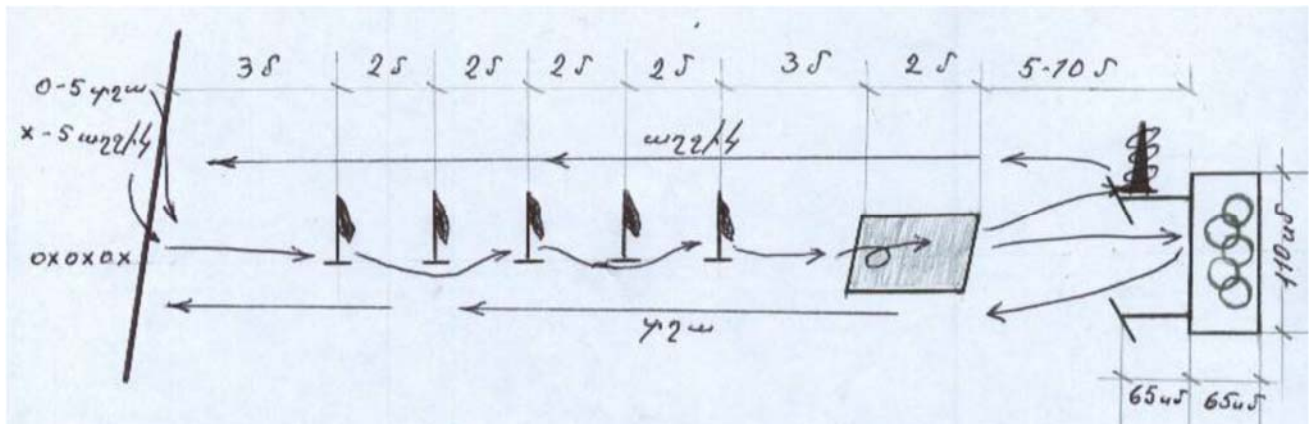
Վարժություն № 5. «Օլիմպիական խորհրդանիշի հավաքում»

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ աղջիկը, մրցավարի հրահանգով ոլորապտույտ վազքով արագ անցնում է մեկ ուղղությամբ դրված 5 կանգնակների միջով (մեկնարկից մինչև 1-ին կանգնակ՝ 3 մետր), վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում գլուխկոնծի առաջ վարժությունը (վերջին կանգնակից ներքնակ՝ 3 մետր, գուրգերի հեռավորությունը մեկը մյուսից 2 մետր), մոտենում է կանգնակին, վերցնում է օղակը (օղակի տրամագծի չափը՝ 30 սմ, հեռավորությունը ներքնակից կանգնակ՝ 5-10 մետր) և օղակը ձեռքին վազքով վերադառնում մեկնարկային գիծ, օղակը հանձնում տղային: Տղան՝ օղակը ձեռքին, կատարում է վարժությունը, մոտենում է վահանակին (վահանակի չափսն է՝ 110 սմ x 65 սմ, 65 սմ բարձրությամբ) օղակը կախում է վահանակի վրա ամրացված փոքրիկ կախիչից, համապատասխան գույնի վրա (կապույտ օղակը՝ կապույտի, սևը՝ սևի, կարմիրը՝ կարմրի, դեղինը՝ դեղինի և կանաչը՝ կանաչի) և արագ վերադառնում է մեկնարկային գիծ՝ ձեռքի հպումով էստաֆետը փոխանցելով հաջորդ մասնակցին՝ աղջկան: Վարժությունը նույնությամբ կատարում են թիմի բոլոր անդամները՝ մինչև օլիմպիական խորհրդանիշի

հավաքում: Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում վարժությունը (վայրկյան):

Վահանակի վրա օղակների տեղադրումը պարտադիր է. հակառակ դեպքում թիմին կգրանցվի տուգանային միավոր (1 վայրկյան):



Ծանոթություն

- Յուրաքանչյուր մեկ կանգնակ գցելու դեպքում արդյունքին ավելանում է **մեկ** տուգանային վայրկյան:

- Համապատասխան գույնի օղակի կախումը վահանակին պարտադիր պայման է: Հակառակ դեպքում նշանակվում է տուգանք. ընդհանուր արդյունքին ավելանում է **երկու** տուգանային վայրկյան:

Ծ Ր Ա Գ Ի Ր

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՐԶԵՐԻ ԵՎ ԵՐԵՎԱՆ ՔԱՂԱՔԻ
ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ 4-6-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՇԿԵՐՏՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ
ԱՆՑԿԱՑՎՈՂ «ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ

Վարժություն № 1. Խաղային փոխանցավազք

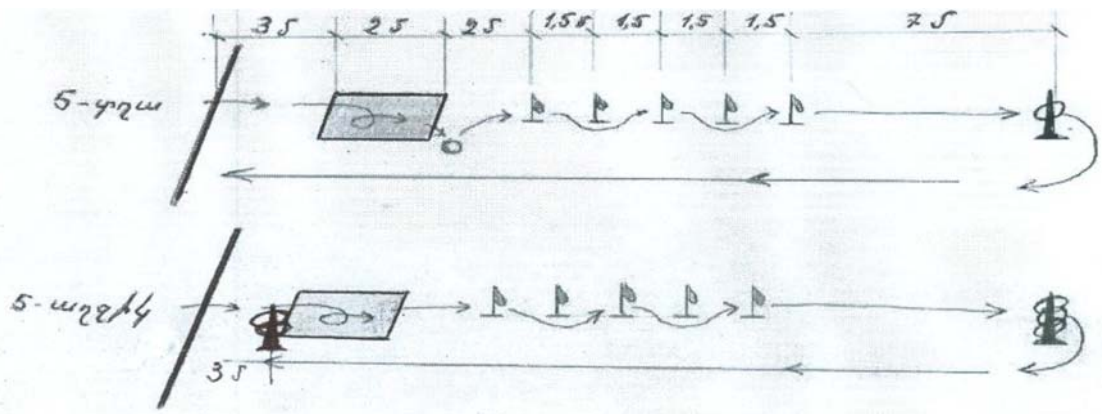
Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակից երեխան (տղա) մրցավարի հրահանգով վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում գլուխկոնծի առաջ (մեկնարկից ներքնակ՝ 3 մ), վերցնում է ներքնակի առջև դրված օղակը (օղակի տրամագծի չափը՝ 25-30 սմ), ոլորապտույտ վազքով արագ անցնում է 5 կանգնակների միջով (ներքնակից մինչև 1-ին կանգնակը՝ 2 մետր, կանգնակների հեռավորությունը՝ 1,5 մետր, վերջին կանգնակից մինչև նախորդը՝ 7 մ), վազքով մոտենում է

կանգնակին (30-50 սմ բարձրությամբ), օղակը գցում է կանգնակի վրա, այն շրջանցում և ուղիղ գծով արագ վերադառնում մեկնարկային գիծ՝ ձեռքի հպումով էստաֆետը փոխանցելով հաջորդ մասնակցին:

Նույն վարժությունը կատարում են թիմի մյուս 4 տղաները: Վերջին մասնակից տղան վարժության ավարտից հետո էստաֆետը արագ հանձնում է առաջին մասնակից աղջկան: Աղջիկը կատարում է նույն վարժությունը առանց օղակի: Վազքով մոտենում է դիմացի կանգնակին, վերցնում է մեկ օղակ, վազքով մոտենում է եզրագծում տեղադրված կանգնակին, օղակը գցում է կանգնակի վրա և ինքը կանգնում շարքի վերջում: Նույնը կատարում են թիմի մնացած 4 աղջիկները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է կատարել վարժությունը (չափման միավորը՝ վայրկյան):



Ծանոթություն

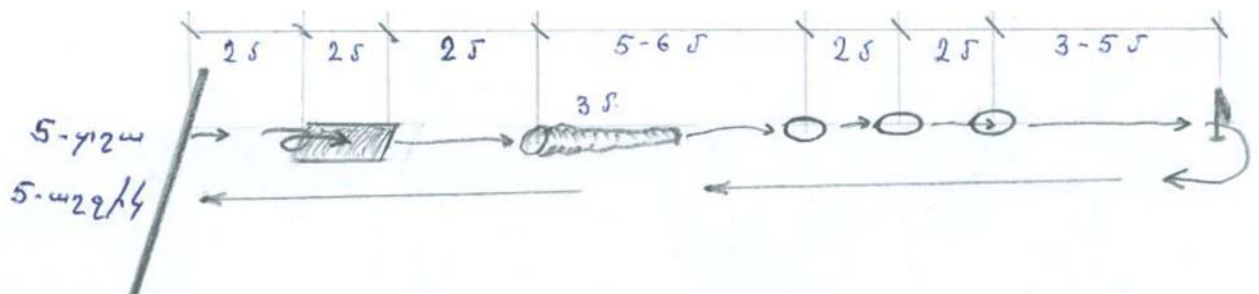
- Յուրաքանչյուր մեկ կանգնակ գցելու դեպքում արդյունքին ավելանում է **մեկ** փուլանային վայրկյան:
- Կանգնակի շրջանցելը պարտադիր պայման է, եթե մասնակիցը չի շրջանցում ստանում է **երկու** փուլանային վայրկյան:
- Օղակի գցումը կանգնակին պարտադիր պայման է. հակառակ դեպքում կանգնակին յուրաքանչյուր չգցած օղակի համար կտրվի **մեկ** փուլանային վայրկյան:

Վարժություն № 2. Փոխանցավազք արգելքների հաղթահարումով

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Մրցավարի հրահանգի համաձայն 1-ին մասնակիցը վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում է գլուխկոնծի առաջ (փարածությունը մեկնարկից ներքնակ՝ 2 մ), անցնում է պարկի միջով (պարկի երկարությունը՝ 3 մետր, պարկի փրամագիծը՝ 1 մետր, ներքնակից պարկ հեռավորությունը՝ 2 մետր), վազքով մոտենում է գետնին մեկ ուղղությամբ դրված մարմնամարզական 3 օղակներին (օղակների հեռավորությունը մեկը մյուսից՝ 2 մետր, պարկից մարմնամարզական օղակ՝ 5-6 մետր), օղակները հաջորդաբար անցկացնելով գլխի վրայով՝ դնում է գետնին (վերջին օղակից կանգնակ՝ 3-5 մետր), վազքով շրջանցում է կանգնակը և վերադառնում մեկնարկ՝ էստաֆետը հանձնելով խաղընկերոջը: Նույնը կատարում են թիմի բոլոր անդամները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում խաղը (վայրկյան):



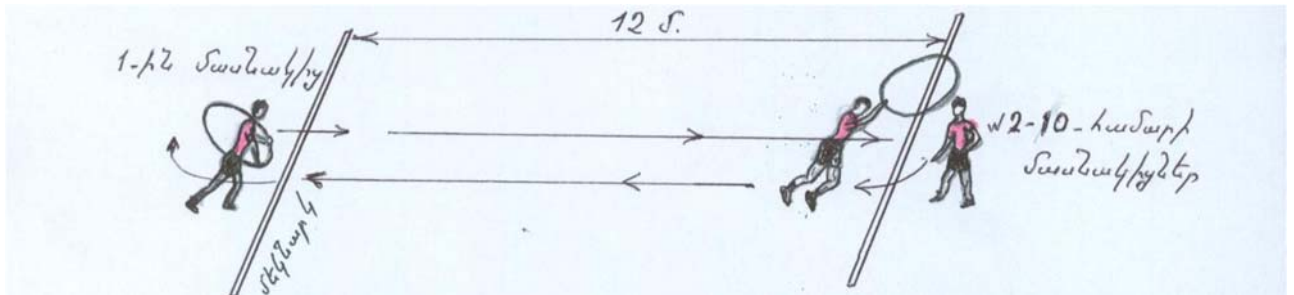
Ծանոթություն

- Յուրաքանչյուր մարմնամարզական օղակի միջով անցնելը պարտադիր պայման է. հակառակ դեպքում կտրվի **երեք** փուլանային վայրկյան:
- Գլուխկոնծի և անցում պարկի միջով վարժության կատարումը պարտադիր է. դրանցից որևէ մեկը չկատարելու դեպքում կտրվի **երկու** փուլանային վայրկյան:

Վարժություն № 3. Փոխանցավազք մարմնամարզական օղակներով

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ օղակի մեջ մտած, մեկնարկային գծից վազքով մոտենում է նշակետին (12 մ), որտեղ կանգնած են մյուս մասնակիցները: Երկրորդ մասնակիցը մտնում է օղակի մեջ, և երկուսով վերադառնում են մեկնարկային գիծ: Առաջին մասնակիցը մնում է մեկնարկային գծում, իսկ երկրորդ մասնակիցը՝ օղակի մեջ մտած, վազքով մոտենում է հաջորդ՝ 3-րդ մասնակցին, և միասին վազքով վերադառնում են մեկնարկային գիծ, և այդպես մնացած բոլոր մասնակիցները հաջորդաբար կատարում են վարժությունը: Վարժությունը կատարվում է այնքան ժամանակ, մինչև թիմի բոլոր մասնակիցները տեղափոխվեն մեկնարկային գիծ: Հաղթում է այն թիմը, որը առաջինն է ավարտում վարժությունը (վայրկյան):



Ծանոթություն

- Վարժությունը պետք է կատարվի նշագծերից դուրս: Եթե վարժությունը կատարվում է երկու նշագծերի ներսում, յուրաքանչյուր մասնակից ստանում է **երկու** տուգանային վայրկյան:

Վարժություն № 4. Խաղային փոխանցավազք

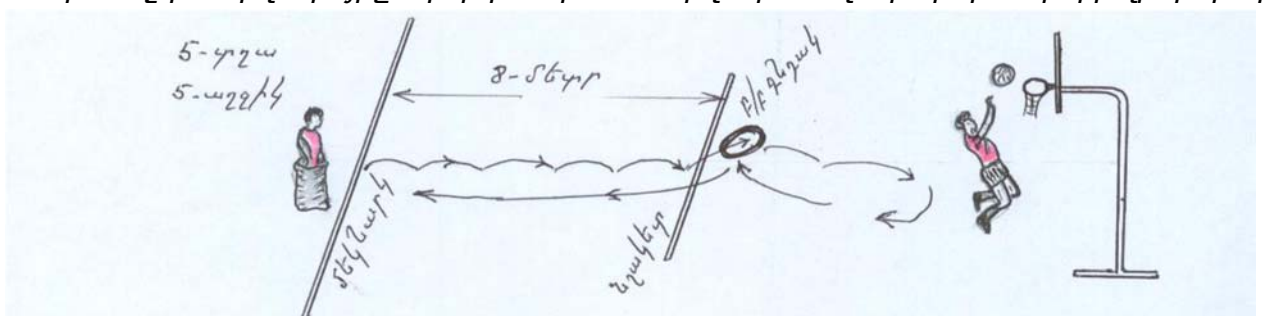
Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Մրցավարի հրահանգի համաձայն 1-ին մասնակիցը՝ պարկի մեջ մտած (պարկի երկարությունը՝ 130 սմ., լայնությունը՝ 60 սմ.), ցատկումներով մոտենում է նախատեսված նշակետին (մեկնարկից նշակետ՝ 8 մետր), պարկը վայր է դնում, մարմնամարզական օղակի մեջ, վերցնում է բասկետբոլի գնդակը, նշակետի մոտից վարելով՝ մոտենում է տուգանային հրապարակ և կատարում մեկ նետում օղակի տակից (նշակետից բասկետբոլի օղակ՝ 8-10 մետր): Նետում կատարելուց հետո մասնակիցը վերցնում է գնդակը, վարելով վերադառնում է նշակետ: Բասկետբոլի գնդակը տեղադրում է նախատեսված տեղում, վերցնում է պարկը, վազքով վերադառնում է մեկնարկային գիծ, էստաֆետը հանձնում խաղընկերոջը: Դիպուկ նետման համար տվյալ մասնակիցը վաստակում է 3 բոնուսային միավոր:

Նույնը կատարում են թիմի բոլոր անդամները:

Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է կատարում վարժությունը (վայրկյան):

Անհրաժեշտ մարզագույքը՝ պարկ, մարմնամարզական օղակներ, բասկետբոլի գնդակ:



Ծանոթություն

- Պարկով վարժությունը պարտադիր պայման է, եթե վարժությունը չի կատարվում, ապա յուրաքանչյուր մասնակից ստանում է **10** տուգանային վայրկյան:
- Յուրաքանչյուր մասնակցի դիպուկ նետման համար, թիմը ստանում է **երեք** բոնուսային միավոր (վայրկյան), որը ցույց տված արդյունքից հանվում է:
- Գնդակի նվազագույն վարումը պետք է լինի առնվազն երկու անգամ: Հակառակ դեպքում տրվում է տուգանային միավոր (ցույց տված արդյունքին գումարվում է **մեկ** տուգանային վայրկյան):

Վարժություն № 5. «Օլիմպիական խորհրդանիշի հավաքում»

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ աղջիկը, մրցավարի հրահանգով ոլորապտույտ վազքով արագ անցնում է մեկ ուղղությամբ դրված 5 կանգնակների միջով (*մեկնարկից մինչև 1-ին կանգնակ՝ 3 մետր*), վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում գլուխկոնծի առաջ վարժությունը (*վերջին կանգնակից ներքնակ՝ 3 մետր, գուրզերի հեռավորությունը մեկը մյուսից 2 մետր*), մոտենում է կանգնակին, վերցնում է օղակը (*օղակի տրամագծի չափը՝ 30 սմ, հեռավորությունը ներքնակից կանգնակ՝ 5-10 մետր*) և օղակը ձեռքին վազքով վերադառնում մեկնարկային գիծ, օղակը հանձնում տղային: Տղան՝ օղակը ձեռքին, կատարում է վարժությունը, մոտենում է վահանակին (*վահանակի չափսն է՝ 110 սմ x 65 սմ, 65 սմ բարձրությամբ*) օղակը կախում է վահանակի վրա ամրացված փոքրիկ կախիչից, համապատասխան գույնի վրա (*կապույտ օղակը՝ կապույտի, սևը՝ սևի, կարմիրը՝ կարմրի, դեղինը՝ դեղինի և կանաչը՝ կանաչի*) և արագ վերադառնում է մեկնարկային գիծ՝ ձեռքի

հպումով էստաֆետը փոխանցելով հաջորդ մասնակցին՝ աղջկան: Վարժությունը նույնությամբ կատարում են թիմի բոլոր անդամները՝ մինչև օլիմպիական խորհրդանիշի հավաքում: Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում վարժությունը (*վայրկյան*):

Վահանակի վրա օղակների տեղադրումը պարտադիր է. հակառակ դեպքում թիմին կգրանցվի տուգանային միավոր (*1 վայրկյան*):

Ծանոթություն

- Յուրաքանչյուր մեկ կանգնակ զցելու դեպքում արդյունքին ավելանում է **մեկ** տուգանային վայրկյան:
- Համապատասխան գույնի օղակի կախումը վահանակին պարտադիր պայման է: Հակառակ դեպքում նշանակվում է տուգանք. ընդհանուր արդյունքին ավելանում է **երկու** տուգանային վայրկյան:

Հ Ա Յ Տ

2024 ԹՎԱԿԱՆԻ ԱՆՑԿԱՅՎՈՂ «ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՐԶԵՐԻ ԵՎ ԵՐԵՎԱՆ ՔԱՂԱՔԻ
ՀԱՆՐԱԿՐԹԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ 1-3-ՐԴ ԵՎ 4-6-ՐԴ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐԻ ԱՇԱԿԵՐՏՆԵՐԻ
ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՅՎՈՂ «ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ

ՀՀ -----մարզ, քաղաք ----- 2024 թ.

№	Ազգանուն, անուն	Ծննդյան օր, ամիս, տարեթիվ	Անձնագրի կամ ծննդականի տվյալները	Հասցեն	Դպրոց-դասարան
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

ԴՊՐՈՑԻ ՏՆՕՐԵՆ՝ -----/
ԹԻՄԻ ՆԵՐԿԱՅԱՑՈՒՑԻՉ՝ -----/
ԲԺԻՇԿ՝ -----/