



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՍՊՈՐՏԻ ԵՎ  
ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԵՐԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ  
ՆԱԽԱՐԱՐ

Հ Ր Ա Մ Ա Ն

25 փետրվարի 2015 թ. № 35 - Ա/1

ք. Երևան

ՀԱՅՐԵՆԱԿԱՆ ՄԵԾ ՊԱՏԵՐԱԶՄՈՒՄ ՏԱՐԱԾ ՀԱՂԹԱՆԱԿԻ 70-ՐԴ  
ՏԱՐԵԴԱՐՁԻՆ ՆԿԻՐՎԱԾ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՆԿԱՏՆԵՐԻ ԵՎ  
ԳԻՇԵՐՕԹԻԿ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՑՎԵԼԻՔ «ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ-2015»  
ՄԱՐԶԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐԻ ԿԱՆՈՆԱԿԱՐԳԸ ԵՎ ԾՐԱԳԻՐԸ  
ՀԱՍՏԱՏԵԼՈՒ ՄԱՍԻՆ

Համաձայն «Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի մասին» Հայաստանի  
Հանրապետության օրենքի 9-րդ հոդվածի «գ» և «Ժ.1» կետերի՝ *հրամայում եմ՝*

1. Հաստատել՝

1) Հայաստանի Հանրապետության մանկատների և գիշերօթիկ դպրոցների միջև  
անցկացվելիք «Սպորտլանդիա-2015» մարզական խաղերի կանոնակարգը՝ համաձայն  
№ 1 հավելվածի:

2) Հայաստանի Հանրապետության մանկատների և գիշերօթիկ դպրոցների միջև  
անցկացվելիք «Սպորտլանդիա-2015» մարզական խաղերի ծրագիրը՝ համաձայն № 2  
հավելվածի:

2. Սույն հրամանի կատարման հսկողությունը վերապահել Հայաստանի  
Հանրապետության սպորտի և երիտասարդության հարցերի նախարարի տեղակալ  
Խաչիկ Ասրյանին:



Գ. ՂԱԶԱՐՅԱՆ

## Կ Ա Ն Ո Ն Ա Կ Ա Ր Գ

ՀԱՅՐԵՆԱԿԱՆ ՄԵԾ ՊԱՏԵՐԱԶՄՈՒՄ ՏԱՐԱԾ ՀԱՂԹԱՆԱԿԻ 70-ՐԴ ՏԱՐԵԴԱՐՁԻՆ  
ՆԿԻՐՎԱԾ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՆԿԱՏՆԵՐԻ ԵՎ  
ԳԻՇԵՐՕՐԹԻԿ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՑՎԵԼԻՔ  
«ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ-2015» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐԻ

### 1. ՆՊԱՏԱԿԸ ԵՎ ԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

1. Մարզական խաղերի նպատակն է Հայաստանի Հանրապետությունում գործող մանկատների և գիշերօթիկ դպրոցների աշակերտների շրջանում ֆիզկուլտուրայի և սպորտի մասսայականացումը:

2. Խնդիրներն են՝

1) ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հնարավորությունների օգտագործում երեխաների դաստիարակության և առողջության ամրապնդման գործընթացում.

2) մանկատներում և գիշերօթիկ դպրոցներում «Ֆիզիկական կուլտուրա» առարկայի դերի կարևորում, ֆիզկուլտուրային, առողջարարական և զանգվածային մարզական աշխատանքների կազմակերպում:

### 2. ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՒՄՆ ԵՎ ԱՆՑԿԱՑՈՒՄԸ

3. Մարզական խաղերի անցկացման աշխատանքները համակարգում է Հայաստանի Հանրապետության սպորտի և երիտասարդության հարցերի նախարարությունը (այսուհետ՝ Նախարարություն):

4. Մարզական խաղերի անցկացման անմիջական պատասխանատվությունը դրվում է ՀՀ սպորտի և երիտասարդության հարցերի նախարարության աշխատակազմի մասսայական սպորտի և ֆիզիկական դաստիարակության քաղաքականության վարչության վրա:



### 3. ԺԱՄԿԵՏԸ ԵՎ ՎԱՅՐԸ

5. Մարզական խաղերն անցկացվում են 2015 թվականի մայիսին:  
Անցկացման վայրի և ժամանակի մասին կտեղեկացվի լրացուցիչ:

### 4. ՄԻՋՈՑԱՌՄԱՆ ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԸ, ԱՆՑԿԱՑՄԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐԸ

6. Մարզական խաղերին մասնակցում են Հայաստանի Հանրապետության մանկատների և գիշերօթիկ դպրոցների թիմերը: Թիմի կազմը՝ 3-ից 6-րդ դասարանի աշակերտներ՝ 5 տղա, 5 աղջիկ և 1 մանկավարժ:

7. Ընդհանուր միավորներով հաղթող թիմը որոշվում է առանձին վարժություններում ձեռք բերած միավորների առավելագույն գումարով:

8. Միջոցառման հետ կապված հարցերով պետք է դիմել Նախարարության մասսայական սպորտի և ֆիզիկական դաստիարակության քաղաքականության վարչություն (հեռախոս՝ 52-28 -53):

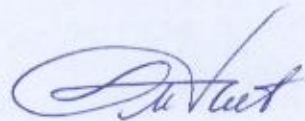
### 5. ՊԱՐԳԵՎԱՏՐՈՒՄԸ

9. Մարզական խաղերի հաղթող և մրցանակակիր թիմերը, թիմերի անդամները պարգևատրվում են Նախարարության համապատասխան կարգի հավաստագրերով, գավաթներով և հովանավորների կողմից սահմանված մրցանակներով:

### 6. ԾԱԽՍԵՐԸ

10. Մարզական խաղերին 1-ինից 3-րդ տեղերը գրաված կազմակերպությունները Նախարարության կողմից պարգևատրվում են հավաստագրերով, գավաթներով, իսկ մրցումների կազմակերպման և անցկացման հետ կապված ծախսերը (մասնակից թիմերին սնունդ, գիշերավարձ, ճանապարհաձախս, թիմերին մարզահագուստ և այլն) իրականացնում են գործուղող կազմակերպությունները (մանկատները, գիշերօթիկ դպրոցները, համայնքապետարանները և մարզպետարանները):

ԱՇԽԱՏԱԿԱԶՄԻ ԴԵԿԱՎԱՐ՝



Մ. ԱՆԱՆՅԱՆ



Ծ Ր Ա Գ Ի Ր

ՀԱՅՐԵՆԱԿԱՆ ՄԵԾ ՊԱՏԵՐԱԶՄՈՒՄ ՏԱՐԱԾ ՀԱՂԹԱՆԱԿԻ 70-ՐԴ ՏԱՐԵԴԱՐՁԻՆ  
ՆԿԻՐՎԱԾ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՆԿԱՏՆԵՐԻ ԵՎ  
ԳԻՇԵՐՕԹԻԿ ԴՊՐՈՑՆԵՐԻ ՄԻՋԵՎ ԱՆՑԿԱՅՎԵԼԻՔ  
«ՄՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ-2015» ՄԱՐԶԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐԻ

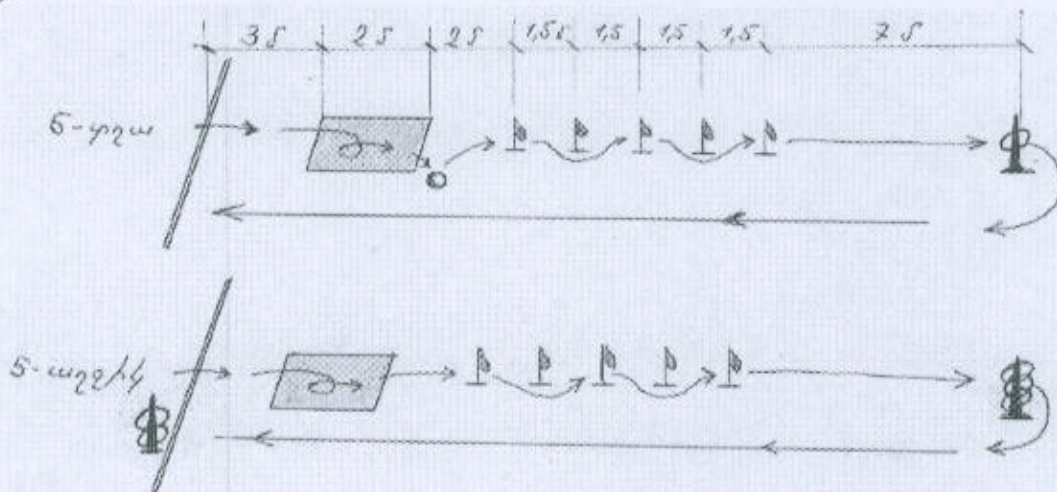
**Վարժություն № 1. Խաղային փոխանցումավազք**

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակից երեխան (տղա) մրցավարի հրահանգով վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում գլուխկոնձի առաջ (մեկնարկից ներքնակ՝ 3 մ), վերցնում է ներքնակի առջև դրված օղակը (օղակի տրամագծի չափը՝ 25-30 սմ), ոլորապտույտ վազքով արագ անցնում է 5 գուրգերի միջով (ներքնակից մինչև 1-ին գուրգը՝ 2 մետր, գուրգերի հեռավորությունը՝ 1,5 մետր, վերջին գուրգից մինչև կանգնակ՝ 7 մ), վազքով մոտենում է կանգնակին (30-50 սմ բարձրությամբ), օղակը զցում է կանգնակի վրա 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 զցում 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 (վայրկյան):



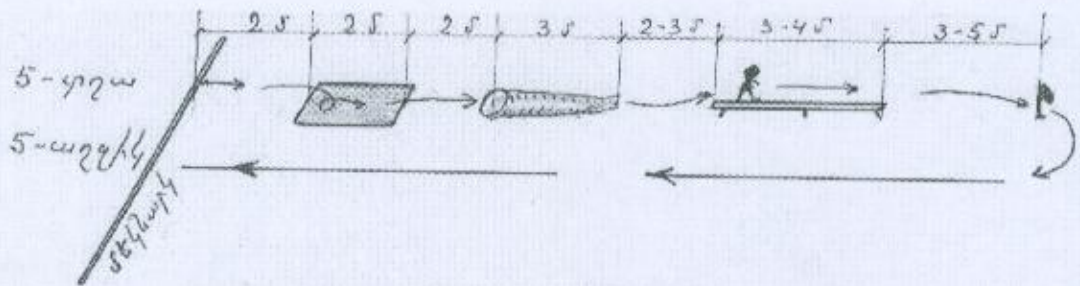


**Վարժություն № 2. Փոխանցումավազք արգելքների հաղթահարումով**

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Մրցավարի հրահանգի համաձայն 1-ին մասնակիցը վազքով մոտենում է ներքնակին, կատարում է գլուխկոնձի առաջ (տարածությունը մեկնարկից ներքնակ՝ 2 մ), անցնում է պարկի միջով (պարկի երկարությունը՝ 3 մետր, պարկի տրամագիծը՝ 1 մետր, ներքնակից պարկ հեռավորությունը՝ 2 մետր), արագ անցնում է մարմնամարզական նստարանի վրայով (պարկից մարմնամարզական նստարան՝ 2-3 մետր), վազքով շրջանցում է կանգնակը և վերադառնում մեկնարկ՝ էստաֆետը հանձնելով խաղընկերոջը: Նույնը կատարում են թիմի բոլոր անդամները:

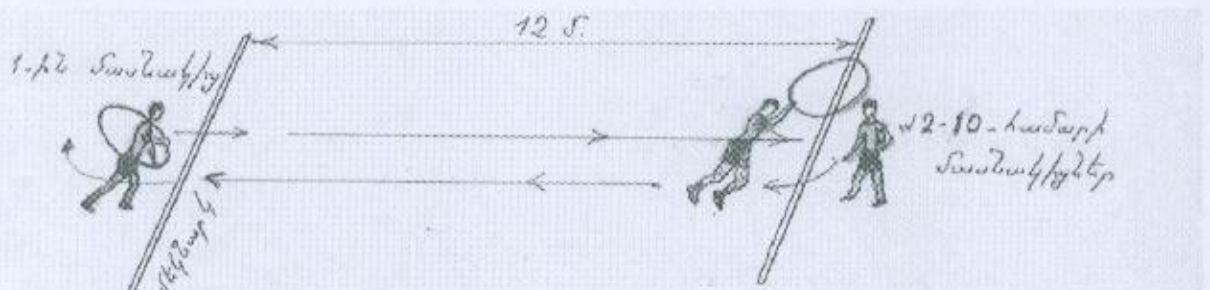
Հաղթող է ճանաչվում այն թիմը, որը բոլորից արագ է ավարտում խաղը (վայրկյան):



**Վարժություն № 3. փոխանցումավազք մարմնամարզական օղակներով**

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ օղակի մեջ մտած, մեկնարկային գծից վազքով մոտենում է նշանակետին (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 կտեղափոխվեն մեկնարկային գիծ: Հաղթում է այն թիմը, որը առաջինն է ավարտում վարժությունը (վայրկյան):



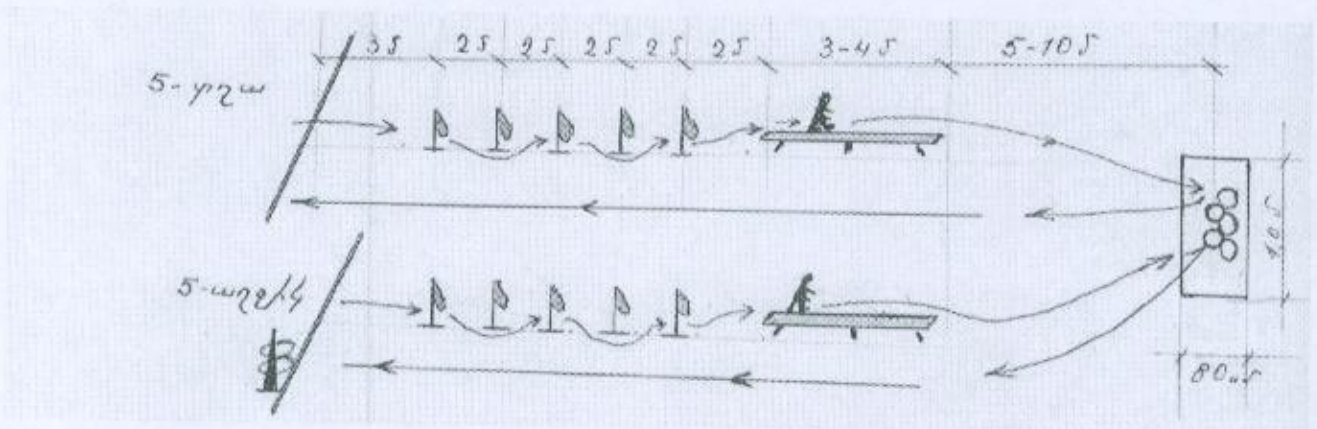


**Վարժություն № 4. «Օլիմպիական խորհրդանիշի հավաքում»**

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը՝ երեխան, օղակը ձեռքին (օղակի տրամագծի չափը՝ 25-30 սմ), մրցավարի հրահանգով վազքով շրջանցելով անցնում է մեկ ուղղությամբ դրված 5 կանգնակների միջով, մոտենում է մարմնամարզական նստարանին (մեկնարկից մինչև 1-ին կանգնակ՝ 3 մետր, կանգնակների միջև հեռավորությունը՝ 2 մետր, վերջին կանգնակից մինչև մարմնամարզական նստարան՝ 2 մ), արագ անցնում է մարմնամարզական նստարանի վրայով, վազքով մոտենում է վահանակին (մարմնամարզական նստարանից մինչև վահանակ՝ 5-10 մ, վահանակի չափսն է՝ 100 x 80 սմ, 60 սմ բարձրությամբ), օղակը կախում է վահանակի վրա ամրացված փոքրիկ կախիչից և արագ վերադառնում է մեկնարկային գիծ՝ ձեռքի հպումով էստաֆետը փոխանցելով հաջորդ մասնակցին՝ և այդպես մինչև օլիմպիական խորհրդանիշի հավաքում: Խորհրդանիշը հավաքելուց հետո հաջորդ մասնակից երեխան կատարում է վարժությունը, վազքով մոտենում է վահանակին, վերցնում է մեկ օղակ և վերադառնում է մեկնարկային գիծ, օղակը գցում կանգնակի վրա, և այդպես հաջորդաբար թիմի մյուս անդամները: Հաղթող է ճանաչվում այն (թիմը), որը բոլորից արագ է ավարտում վարժությունը (վայրկյան):

Վահանակի վրա օղակների տեղադրումը պարտադիր է, հակառակ դեպքում թիմին կգրանցվի տուգանային՝ 1 վայրկյան:



**Վարժություն № 5. Խաղային փոխանցումավազք**

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

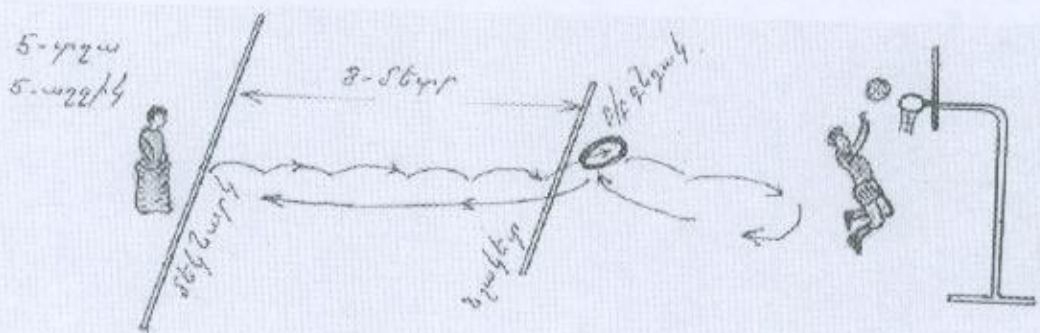
Մրցավարի հրահանգի համաձայն 1-ին մասնակիցը՝ պարկի մեջ մտած, ցատկումներով մոտենում է նախատեսված նշակետին (մեկնարկից նշակետ՝ 8 մետր), պարկը վայր է դնում, վերցնում է բասկետբոլի գնդակը, նշակետի մոտից վարելով՝ մոտենում է տուգանային հրապարակ և կատարում նետումներ օղակի տակից: Առաջին դիպուկ նետման դեպքում մասնակիցը վերցնում է գնդակը, վարելով մոտենում է նշանակետ: Բասկետբոլի գնդակը տեղադրում է նախատեսված տեղում, վերցնում է պարկը, հանձնում խաղընկերոջը: Եթե առաջին նետումը անարդյունավետ է լինում, ապա կատարում է 2-րդ նետումը օղակի տակից և վերադառնում է:

Նույնը կատարում են թիմի բոլոր անդամները:



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

Անհրաժեշտ մարզագույքը՝ պարկ, բասկետբոլի գնդակ:



### Վարժություն № 6. Խաղային փոխանցումավազք՝ թենիսի գնդակներով

Թիմի կազմը՝ 5 տղա և 5 աղջիկ

Առաջին մասնակիցը մեկնարկային գծից վազքով մոտենում է վերջին՝ 6-րդ օղակից (օղակի չափսը՝ 25-30 սմ) 6 մետր հեռավորությամբ դրված զամբյուղին (պրամագիծը՝ 30-35 սմ), շրջանցում է այն և վազքով մոտենում 6-րդ օղակին, որի մեջ դրված են թենիսի 5 գնդակներ (մեկնարկից 1-ին օղակ՝ 4 մետր, օղակների հեռավորությունը մեկը մյուսից՝ 1,5 մետր): Մասնակից երեխան վերցնում է օղակի մեջ դրված մեկ գնդակ, տեղադրում 5-րդ օղակի մեջ, վերադառնում է 6-րդ օղակի մոտ, վերցնում 2-րդ գնդակը, դարձյալ տեղադրում 5-րդ օղակի մեջ, և այդպես մինչև վերջին գնդակը: Ավարտից հետո երեխան շարունակում է վազքը, մոտենում է մեկնարկային գիծ, էստաֆետը հանձնում հաջորդ մասնակցին:

Երկրորդ մասնակիցը վազքով շրջանցում է զամբյուղը, մոտենում է 5-րդ օղակին, թենիսի 5 գնդակները հերթականությամբ (ինչպես 1-ին մասնակիցը) տեղադրում է 4-րդ օղակի մեջ, վերադառնում մեկնարկային գիծ՝ էստաֆետը հանձնելով հաջորդ մասնակցին, և այդպես մինչև 6-րդ մասնակիցը:

6-րդ համարի մասնակիցը մեկնարկային գծից վազքով մոտենում է 1-ին օղակին, վերցնում օղակի մեջ դրված մեկ գնդակ, տեղադրում 2-րդ օղակի մեջ, վերադառնում է 1-ին օղակի մոտ, վերցնում 2-րդ գնդակը, դարձյալ տեղադրում 2-րդ օղակի մեջ, և այդպես մինչև վերջին գնդակի տեղադրումը: Ավարտից հետո երեխան շարունակում է վազքը, մոտենում է զամբյուղին, շրջանցում այն և վազքով մոտենում մեկնարկային գծին, էստաֆետը հանձնում հաջորդ մասնակցին:

7-րդ մասնակիցը, վերցնելով 2-րդ օղակի մեջ տեղադրված թենիսի 5 գնդակները, հերթականությամբ (ինչպես 6-րդ մասնակիցը) տեղադրում է դրանք 3-րդ օղակի մեջ, վազքով մոտենում է զամբյուղին, շրջանցում այն և վերադառնում մեկնարկային գիծ՝ էստաֆետը հանձնելով հաջորդ մասնակցին, և այդպես մինչև վերջին մասնակիցը:

Վերջին՝ 10-րդ մասնակից երեխան, վազքով մոտենում է 6-րդ օղակին, թենիսի 5 գնդակները հավաքելով պարկի մեջ՝ մոտենում է նշագծին (հեռավորությունը զամբյուղից նշագիծ՝ 3 մետր) և կատարում 5 նետում զամբյուղի մեջ (ներումը կապարվում է ազատ ոճով) և վերադառնում է: