# «ՀՆԱՐԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԱՐԹԱԿ»

# ՁՄԵՌԱՅԻՆ ԴՊՐՈՑ

# *21.01.2019 – 25.01.2019*

 

**ԾՐԱԳԻՐ**

 

Առողջ մարմնում առողջ հոգի։

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ՕՐ I  ԲԱՐԻ ԳԱԼՈՒՍՏ ԾԱՂԿԱՁՈՐ  21.01.2019 | | | |
| ժամը | **բովանդակություն** | | **պատասխանատուներ** |
| 13.00 | *ԺԱՄԱՆՈՒՄ* | *Հրահանգավորում, տեղաբաշխում* | Հարությունյան Մ.  Ավետիսյան Ա.  Մատիկյան Վ.  Բալյան Ն. |
| 14.00-14.30 | *Ճաշ* |  |  |
| 14.30-15.00 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ |  |
| 15.00-17.00 | *Ակտիվ հանգիստ* | Խմբերի ձևավորում, սպորտաձևերի ընտրություն |  |
| 17.00 -17.30 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ |  |
| 17.30-19.00 | *Ակտիվ հանգիստ* | Սպորտլանդիա.  մրցույթներ |  |
| 19.00-20.00 | *Ընթրիք* |  |  |
| 20.00-22.00 | *Սենյակային խաղեր* | «Կարմիրներ և սևեր» ակումբի ձևավորում, ինչպես նաև համալիրի սպորտային հնարավորությունների օգտագործում /սեղանի թենիս, բիլիարդ, շախմատ և այլն/ |  |
| 22.00-09.00 | Քուն |  |  |
| ՕՐ II  ՍՊՈՐՏԼԱՆԴԻԱ  22.01.2019 | | | |
| 09.00-09.30 | Նախավարժանք |  |  |
| 09.30-10.30 | Նախաճաշ |  |  |
| 10.30-13:30 | Սպորտլանդիա  Ինտելեկտուալ խաղ | * Մինի ֆուտբոլի առաջնություն խմբերի միջև * « Ի՞նչ , որտե՞ղ, ե՞րբ» |  |
| 14.00 -15.00 | Ճաշ |  |  |
| 15.30 -17.00 | Սպորտլանդիա  Ինտելեկտուալ խաղ | * Մինի ֆուտբոլի առաջնություն խմբերի միջև * « Ի՞նչ , որտե՞ղ, ե՞րբ» |  |
| 17:00-17:30 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ |  |
| 17:30-19:00 | Քննարկում-դասախոսություն | Առողջ կյանք | Հարությունյան Մ. |
| 19.00-20.00 | Ընթրիք |  |  |
| 20.00-22.00 | Սենյակային խաղեր | «Կարմիրներ և սևեր», սեղանի թենիս, բիլիարդ, շախմատ և այլն |  |
| 22.00-09.00 | Քուն |  |  |
| ՕՐ III  ՆՎԱՃՈՒՄ ԵՆՔ ԾԱՂԿԱՁՈՐԸ  23.01.2019 | | | |
| 09.00-09.30 | Առավոտյան ընդհանուր մարմնամարզություն |  |  |
| 09.30-10.30 | Նախաճաշ |  |  |
| 10.30-13:30 | Զբոսանք Ծաղկաձորում | Այցելություն Օրբելի եղբայրների թանգարան,  Կեչառիսի վանական համալիր |  |
| 14.00 -15.00 | Ճաշ |  |  |
| 15.30 -18.00 | Սպորտլանդիա | * Վոլեյբոլի առաջնություն * Շախմատի առաջնություն |  |
| 18:00-19:00 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ |  |
| 19.00-20.00 | Ընթրիք |  |  |
| 20.00-22.00 | Ակտիվ հանգիստ  Սենյակային խաղեր | Լողավազան,  «Կարմիրներ և սևեր», սեղանի թենիս, բիլիարդ, շախմատ և այլն |  |
| 22.00-09.00 | Քուն |  |  |
| ՕՐ IV  ՄՆԱՍ ԲԱՐՈ´Վ, ԾԱՂԿԱՁՈ´Ր  24.01.2019 | | | |
| 09.00-09.30 | Առավոտյան ընդհանուր մարմնամարզություն |  |  |
| 09.30-10.30 | Նախաճաշ |  |  |
| 10.30-13:30 | Ակտիվ հանգիստ | Զբոսանք Ծաղկաձորում (ճոպանուղի) |  |
| 14.00 -15.00 | Ճաշ |  |  |
| 15.30 -18.00 | Սպորտլանդիա | Բասկետբոլի առաջնություն |  |
| 16:00-18:00 | Ակտիվ հանգիստ | Լողավազան |  |
| 18:00-19:00 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ |  |
| 19.00-20.00 | Ընթրիք |  |  |
| 20.00-22.00 | Երեկոյան հանդիպում | Տոնական միջոցառում.  «Հնարավորությունների հարթակ» ձմեռային դպրոցի փակման արարողություն: |  |
| 22.00-09.00 | Քուն |  |  |
| ՕՐ IV  ՄԵԿՆՈՒՄ  25.01.2019 | | | |
| 09.00-09.30 | Առավոտյան ընդհանուր մարմնամարզություն |  |  |
| 09.30-10.30 | Նախաճաշ |  |  |
| 10.30-11:30 | Ազատ ժամանց | Հանգիստ.  նախապատրաստում վերադարձի |  |
| 12:00 | **ՎԵՐԱԴԱՐՁ** |  |  |