



Առողջ
ապրելակերպի
դեսպան



Առողջապահության
Նախարարություն
Ministry of Health of the Republic of Armenia



World Food
Programme



«ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ԴԵՍՊԱՆ»

մրցույթի պայմանները

2024



ՈՂՋՈՒՅՆ, ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ԱՊԱԳԱ ԴԵՍՊԱՆՆԵՐ:

Գիտեի՞ք, որ մեր առողջությունն ու էներգիան մեծապես կախված են մեր ապրելակերպից: Նախաառաջ անհրաժեշտ է ազատվել վատ սովորություններից, բայց դա դեռ բավական չէ: Ավելի առողջ և ուժեղ զգալու, հետաքրքիր արկածների պատրաստ լինելու համար մեզ անհրաժեշտ է առողջ ապրելակերպ վարել: Իսկ գիտե՞ք, որ այն շատ ավելի գրավիչ է, քան կարող է թվալ առաջին հայացքից:

Առողջ ապրելակերպը պարզապես միտում չէ, որը կարելի է որոշ ժամանակ ընդունել, իսկ հետո մոռանալ: Ահա գաղտնիքը. մենք ձեռք ենք բերում առողջ ապրելակերպ, երբ առողջ ընտրություն կատարելը մեր առօրյայի մասն ենք դարձնում: Դա ոչ թե մեկ օրվա համար կատարվող որոշում է, այլ սովորություն, որը կյանքն էլ ավելի հիասթափ է դարձնում: Խոսքը առողջ և սննդաբար սնվելու, առօրյա ռեժիմին հետևելու, աշխատանքի և հանգստի հավասարակշռման և ամեն օր մարզվելու մասին է:

Հիմա պատկերացրեք, որ կարող եք դառնալ սուպերհերոս՝ ոգեշնչելով ուրիշներին ավելի առողջ ապրել: Հենց այս գաղափարն ունի «Առողջ ապրելակերպի դեսպան» մրցույթը:

Հրավիրում ենք միջին դպրոցի աշակերտներին օրինակ դառնալ իրենց կրտսեր ընկերների համար՝ կիսվելով նրանց հետ առողջ ապրելակերպի հիանալի գաղափարներով:

Այս մրցույթի շրջանակներում մասնակիցներին առաջարկվում է առողջ ապրելակերպի գաղափարի վրա հիմնված նախագծեր ստեղծել: Լավագույն նախագծերի հեղինակները հնարավորություն կստանան մի ողջ շաբաթ անցկացնել առողջ ապրելակերպի ճամբարում: Այստեղ նրանք կսովորեն ամեն ինչ առողջ ապրելու մասին, որ հետագայում իրենց ձեռք բերած գիտելիքով կիսվեն ընկերների և մտերիմների հետ՝ դառնալով առողջ ապրելակերպի իսկական դեսպաններ:

Պատրա՞ստ եք սկսել այս անհավանական ճամփորդությունը: Միացե՛ք մեզ՝ դառնալով առողջ ապրելակերպի չեմպիոններ և ուրիշներին ևս ոգեշնչելով առողջ կյանք ունենալ:

ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐ

Մրցույթին կարող են մասնակցել 5-8-րդ դասարանների աշակերտները՝ 4 հոգանոց թիմերով: Յուրաքանչյուր դպրոցից մեկական թիմ կարող է մասնակցել յուրաքանչյուր տարիքային խմբից՝ 5-6-րդ և 7-8-րդ դասարանցիներ: Մեկ դպրոցից կարող է մասնակցել ամենաշատը 2 թիմ:

ԱՌԱՋԱԴՐԱՆՔԸ

Նախագիծը պետք է բաղկացած լինի լրացված հայտադիմումից, որը կներառի տվյալ տարիքային խմբի թեմային համապատասխան բոլոր անհրաժեշտ նյութերը՝ համապատասխան ձևաչափով (նկարագրությունը ստորև):

Երկու տարիքային խմբերի նախագծերի համար նախատեսված առաջադրանքների հակիրճ նկարագրությունը¹.

5-6-րդ դասարաններ

- «Առողջ ապրելակերպը՝ խաղի ձևով». մշակել նոր խաղ՝ ֆիզիկական ակտիվությունը և առողջ սնվելու գաղափարը հանրայնացնելու համար և ներկայացնել այն:
- «Համեղ և առողջարար. իմ սիրելի առողջ բաղադրատոմսը». ստեղծել առողջ ուտեստի, միջուտեստի կամ նախաճաշի բաղադրատոմս, եփել այն և գործընթացը ներկայացնել:

7-8-րդ դասարաններ

- «Բացահայտելով առողջ ապրելակերպի աշխարհը. մեր հետազոտությունը». իրականացնել առողջ ապրելակերպի սկզբունքների վերաբերյալ հետազոտություն և ներկայացնել այն:
- «Իմ առողջ համայնքը» ստեղծել իրենց քաղաքում/գյուղում/դպրոցում առողջ ապրելակերպի գաղափարին նպաստող սոցիալական նախագիծ և ներկայացնել այն:

ՄՐՏՈՒՅԹԻ ՓՈԽԵՐԸ

Մրցույթն անցկացվելու է չորս փուլերով.

Փուլ 1. Գրանցում

Թիմերից ակնկալվում լրացնել **Գրանցման ձևը՝ [մրցույթի պաշտոնական կայքում](#)** նշված ժամկետի շրջանակներում:

Փուլ 2. Նախագծի ներկայացում՝ հայտադիմումը լրացնելու միջոցով

Թիմերից ակնկալվում է ներկայացնել իրենց նախագծերը՝ համապատասխան ձևաչափով լրացնելով հայտադիմումը, մրցույթի կայքում նշված ժամկետի շրջանակներում:

Փուլ 3. Որակավորման փուլ

Ընտրող հանձնաժողովը կդիտարկի ստացված նախագծերը և կհայտարարի յուրաքանչյուր անվանակարգում 5 լավագույններին՝ մրցույթի կայքում նշված ժամկետի շրջանակներում:

Կազմակերպիչները կկապվեն որակավորման փուլն անցած նախագծերի հեղինակների հետ և կտեղեկացնեն, որ իրենց նախագծերն ընտրվել են հաջորդ փուլին մասնակցելու համար:

¹. Մանրամասն պայմանները կգտնեք «ՀԱՅՏԱԴԻՄՈՒՄՆԵՐԻՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՊԱՅԱՆՁՆԵՐԸ ԵՎ ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇՆԵՐԸ» բաժնում

ՓՈՒԼ 4. Քվեարկության փուլ

Որակավորված նախագծերը կհրապարակվեն մրցույթի կայքում, որից հետո Հայաստանի բոլոր դպրոցականները կկարողանան առցանց քվեարկել իրենց նախընտրած նախագծի համար:

Քվեարկությունը կանցկացվի ըստ Առցանց քվեարկության կանոնների, որոնք ներկայացված են ստորև:

ՊԱՐԳԵՎԱՏՐՄԱՆ ԱՐԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ

Պարգևատրման արարողությանը կմասնակցեն այն թիմերը, որոնք կհասնեն քվեարկության փուլին. 5-ական թիմ 4 անվանակարգերից (ընդամենը՝ 20 թիմ): Պարգևատրման արարողությունը կանցկացվի Երևանում՝ բացօթյա Էքսպո ցուցահանդեսի ձևաչափով, որի ընթացքում երեխաները կներկայացնեն իրենց նախագծերը:

ՀԱՂԹՈՂՆԵՐԸ

Ըստ ընտրող հանձնաժողովի գնահատականի և առցանց քվեարկության արդյունքների՝ կորոշվեն 4 կազմակերպչական նախագծերը (1 թիմ յուրաքանչյուր անվանակարգից, մինչև 16 հոգի):

Վերջնական գնահատականը կորոշվի ընտրող հանձնաժողովի գնահատականի և առցանց քվեարկության արդյունքների (հանրային արձագանքի ցուցիչի) հանրագումարով:

ՄՐՑԱՆԱԿԸ

4 հաղթող թիմերի բոլոր անդամները (16 հոգի) կստանան առողջ ապրելակերպի 7-օրյա ճամբարի մրցանակային ուղեգրեր, իսկ իրենց դպրոցների համար՝ սպորտ դահլիճի կամ ճաշարանի համար նախատեսված սարքավորումներ: Եթե թիմի անդամներից որևէ մեկը չկարողանա մասնակցել ամառային ճամբարին, դպրոցը կարող է ուղարկել մեկ այլ աշակերտի:

2-րդ և 3-րդ տեղերը զբաղեցրած մասնակիցները կպարգևատրվեն խրախուսական մրցանակներով և պատվոգրերով:

ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇՆԵՐԸ

Բոլոր նախագծերը կգնահատվեն հետևյալ չափանիշներով.

- ուսումնական բաղադրիչը,
- հասակակիցների և ավելի կրտսեր դպրոցականների համար նախագծի ընկալման մատչելիությունը,
- սոցիալական նշանակությունը (նախագիծն ուղղված է համայնքում սոցիալական կարևոր փոփոխությունների՝ հաշվի առնելով մշակութային զգայունությունը և ներառականությունը),
- ստեղծարարությունը (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում),
- ինտերակտիվ ներկայացումը, նախագծի պատրաստման ընթացքում ժամանակակից գործիքների կիրառումը,
- հետագա իրագործման համար հարմարությունը:

Առաջադրանքը կատարելիս խրախուսվում է ստեղծագործական մոտեցումը: Բացի այդ, մասնակիցները պետք է թեման ուսումնասիրեն տարբեր տեսանկյուններից, քանի որ առանց բազմակողմանի տեղեկատվությանը տիրապետելու՝ անհնար կլինի խորանալ խնդրի մեջ և արդյունավետ կերպով կատարել առաջադրանքը: Առաջադրանքի կատարման նման մոտեցումը թույլ կտա մասնակիցներին ավելի խորը վերլուծել առողջ ապրելակերպի հարցերը և զարգացնել անհրաժեշտ նյութն ինքնուրույն գտնելու կարողությունը:

ՀԱՅՏԱԴԻՄՈՒՄՆԵՐԻՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՊԱՅԱՆՁՆԵՐԸ ԵՎ ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ՉԱՓԱՆԻՇՆԵՐԸ

Նախագծի ներկայացման համար պատրաստված անհրաժեշտ նյութերը պետք է ներբեռնել կայքի համապատասխան բաժնում:

1. «Առողջ ապրելակերպը՝ խաղի ձևով» և «Համեղ և առողջ. իմ սիրելի առողջ բաղադրատոմսը» նախագծերի հայտադիմումը պետք է պարունակի հայեցակարգ (տեքստային տարբերակ MS Word փաստաթղթի ձևաչափով), լուսանկարներ, թռուցիկ* և տեսանյութ:
2. «Բացահայտելով առողջ ապրելակերպի աշխարհը. մեր հետազոտությունը» և «Իմ առողջ համայնքը» նախագծերի հայտադիմումը պետք է պարունակի հայեցակարգ, շնորհանդես, լուսանկարներ/զժագրեր/մանրակերտ, թռուցիկ* և տեսանյութ:

**Նախագծի հիմնական գաղափարները պետք է ձևավորված լինեն թռուցիկի մեջ՝ PDF ձևաչափով (նյութը տպելու կարիք չկա): Այս պահանջը վերաբերում է բոլոր չորս անվանակարգերին: Այս ձևաչափը նյութը կազմակերպված կերպով ներկայացնելու տեսողականորեն գրավիչ միջոց է:*

*Թռուցիկն իրենից ներկայացնում է 10սմ*21սմ պարամետրերով (A4 Ֆորմատի 1/3 մասը) երկկողմ փաստաթուղթ: Յուրաքանչյուր կողմը կարող է օգտագործվել թեմային վերաբերող նյութ կամ տեղեկատվություն ցուցադրելու համար:*

Խնդրում ենք մասնակիցներին արդյունավետ կերպով օգտագործել թռուցիկի յուրաքանչյուր կողմը՝ իրենց միտքը փոխանցելու համար, համոզվել, որ տեղեկատվությունը շարադրված է հստակորեն և հեշտ ընկալելի է:

ՆԱԽԱԳԾԵՐԻՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՊԱՅԱՆՁՆԵՐԸ

1. ԽԱՂ՝ «ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԸ՝ ԽԱՂԻ ՁԵՎՈՎ» ԹԵՄԱՅՈՎ.

Ընդհանուր հրահանգներ, որոնք կօգնեն պատրաստել նախագիծը.

1. Ընտրեք առողջ ապրելակերպի հետ կապված որևէ թեմա:
2. Մշակեք այդ թեմայի հետ կապված խաղ և որոշեք ձեր խաղի կանոններն ու նպատակը:
3. Ընտրեք խաղի տեսակը (շարժուն, սպորտային, սեղանի խաղ, ինտելեկտուալ վիկտորինա և այլն):
4. Մտածեք, թե ինչ նյութեր կարող են ձեզ անհրաժեշտ լինել խաղի համար: Համոզվեք, որ դրանք հեշտությամբ հասանելի են:
5. Խաղացեք և փորձարկեք ձեր խաղը ընկերների կամ ընտանիքի հետ՝ համոզվելու համար, որ այն հաճելի է, հասկանալի և համապատասխանում է առողջ ապրելակերպի սկզբունքներին:

Մասնակից թիվը պետք է ներկայացնի խաղի նախագիծ, որը կպարունակի հետևյալ նյութերը.

	Մրցակցային հայտադրմունքի բովանդակությունը	Ձևաչափերը և պահանջները	Ընտրության չափանիշները**
1	<p>Խաղի հայեցակարգը. Խաղի մանրամասն նկարագրությունը, խաղի նպատակը:</p> <p>Հայեցակարգը պետք է արտացոլի.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Խաղի նպատակը և պատմի, թե ինչպես է խաղը խթանում առողջ ապրելակերպը: • Թիրախային լսարանը. անհրաժեշտ է պատմել, թե խաղն ինչ լսարանի համար է նախատեսված (տարիքային խումբ, կրթական մակարդակ և այլն) և այն, թե ինչ խնդիրներ է խաղը լուծում նրանց համար: • մարդկանց այն քանակը, որոնք կարող են խաղալ միաժամանակ: • Խաղի տեսակը (սեղանի խաղ, վիկտորինա, քվեստ, ակտիվ/շարժուն և այլն): • որտեղ կարելի է խաղալ (դասասենյակում, դրսում, դպրոցի մարզադահլիճում և այլն): • Խաղի կանոնները (խաղացողների դերերը, հստակ հրահանգները): • ինչ կպահանջվի խաղի համար/ռեկվիզիտ (անհրաժեշտ իրերի կամ դեկորացիաների մոդելներ կամ գծագրեր, նյութերի նկարագրություն, հրահանգներ, թե ինչպես պատրաստել դրանք): • Խաղի անվտանգ լինելը խաղացողների և շրջակա միջավայրի համար: 	<p>Microsoft Word \$այլի երեք A4 էջից ոչ ավելի*):</p> <p>*Times New Roman տառատեսակի 12 չափը:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ուսումնական բաղադրիչը. Խաղի շրջանակներում առողջ սովորությունների և ապրելակերպի ընտրության վերաբերյալ տեղեկատվության խորության և ճշգրտության գնահատում (5 միավոր): • Հասակակիցների և ավելի կրտսեր դպրոցականների համար ընկալման մատչելիությունը. Խաղը պետք է լինի անվտանգ և տարիքին համապատասխան (5 միավոր): • Սոցիալական նշանակությունը. գնահատվում է խաղի դերը սոցիալական վարքագծի վրա դրականորեն ազդելու գործում (5 միավոր): • Հետագա իրագործման համար հարմարությունը. օգտագործելիություն, մատչելիություն, օգտատիրոջ համար հարմարավետություն և հարմարվողականություն տարբեր ձևաչափերի, հարթակների կամ սարքերի համար (5 միավոր):
2	<p>Պահանջվող իրերի/ռեկվիզիտի լուսանկարներ (այն ամենն, ինչ անհրաժեշտ կլինի խաղի համար, խաղադաշտի դասավորությունը, խաղաքարտեր կամ խաղի օրինակ):</p>	<p>Լուսանկարներ JPG ձևաչափով (10 հատից ոչ ավելի) խնդրում ենք ներկայացնել այնպիսի լուսանկարներ, որոնք հետագայում կարող են օգտագործվել տպագրական նյութերում:</p> <p>Լուսանկարները պետք է լինեն որակյալ և արված լավ լուսավորության</p>	<p>Լուսանկարները ներկայացված են ` 1 միավոր:</p>

		Ներքո: Լուսանկարները պետք է ունենան սպիտակ ֆոն:	
3	Նախագծված թռուցիկ, որը պետք է ներառի. 1) խաղի հստակ նպատակները՝ ընդգծելով, թե ինչպես է այն նպաստում և խրախուսում առողջ ապրելակերպը: 2) խաղը խաղալու համար անհրաժեշտ բոլոր նյութերի կամ գործիքների ցանկը՝ համոզվելով, որ դրանք պարզ են և մատչելի: 3) խաղը խաղալու հստակ, քայլ առ քայլ, հեշտ կատարվող հրահանգներ՝ մասնակիցների համար հստակ կերպով ներկայացված:	PDF փաստաթուղթ A4 էջի 1/3 մասի չափով (10սմ*21սմ), երկկողմանի՝ տպելու համար պատրաստ տեսքով:	Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջներին — 5 միավոր:
4	Տեսանյութի բովանդակությունը Տեսանյութը պետք է. • արտացոլի խաղի ողջ գաղափարը (հայեցակարգը)՝ պատմելով, թե ինչպես է այն խթանում առողջ ապրելակերպը, ինչպես նաև ցույց տա խաղը գործնականում: • ցույց տա խաղի մեխանիզմը և խաղալու հրահանգները: • ցույց տա խաղացողների ներգրավվածությունը և փոխազդեցությունը:	Տեսանյութը պետք է լինի. • ոչ ավելի երկար, քան 3 րոպե • ոչ ավելի, քան 1 ԳԲ Տեսանյութի ձևաչափեր՝ MP4, MOV, WMV, AVI:	Ստեղծարարություն. դիզայնի, խաղի յուրահատուկ և նորարարական տարրերի գնահատում (5 միավոր): Ինտերակտիվ ներկայացում. ժամանակակից գործիքների կիրառում, ինտերակտիվ տարրեր նախագծի և տեսանյութի պատրաստման ժամանակ (5 միավոր):

Ընտրող հանձնաժողովի յուրաքանչյուր անդամից այս անվանակարգում մասնակիցները կարող են ստանալ առավելագույնը 36 միավոր: Միջին միավորը հաշվարկվում է՝ ելնելով հանձնաժողովի անդամների թվից:

Ընտրող հանձնաժողովի մեկ անդամի կողմից բաշխվող գնահատման միավորների աղյուսակը.

	Մրցութային հայտադիմումի բովանդակությունը	Միավորների քանակը
1	Խաղի հայեցակարգը. • ուսումնական բաղադրիչը՝ 5 միավոր • հասակակիցների և ավելի կրտսեր աշակերտների ընկալման համար մատչելիությունը՝ 5 միավոր • սոցիալական նշանակությունը՝ 5 միավոր • հետագա իրագործման համար հարմարությունը՝ 5 միավոր	20 միավոր
2	Լուսանկարները ներկայացված են	1 միավոր
3	Թռուցիկը ներկայացված է	5 միավոր
4	Տեսանյութը. • ստեղծարարությունը — 5 միավոր • ինտերակտիվ ներկայացումը — 5 միավոր	10 միավոր
5	Ընդամենը	36 միավոր

2. ԱՌՈՂՋ ԲԱՆԱԴՐԱՏՈՄՍ «ՀԱՄԵՂ և ԱՌՈՂՋԱՐԱՐ. ԻՄ ՍԻՐԵԼԻ ԱՌՈՂՋԱՐԱՐ ԲԱՆԱԴՐԱՏՈՄՍԸ»

Ընդհանուր հրահանգներ, որոնք կօգնեն պատրաստել նախագիծը.

1. Մտաբերեք այն մթերքները, որոնք ամենից շատն են սիրում (ընտրեք այնպիսի բաղադրիչներ, որոնք հեշտությամբ հասանելի են Հայաստանում):
2. Մտաբերեք այն ուտեստը, որը դուք ամենաշատն են սիրում (խորտիկ, աղցան, ապուր, սոուս և այլն):
3. Փորձեք ստեղծել այս ուտեստի առողջ* տարբերակը և որոշեք դրա պատրաստման եղանակը**:
4. Փորձեք ինքնուրույն պատրաստել ձեր ուտեստը և համոզվեք, որ այն համեղ է: Կարող եք հարցնել ձեր ընկերների կամ ընտանիքի անդամների կարծիքը պատրաստի ուտեստի վերաբերյալ:

*Առողջ է այն սնունդը, որը մարդուն տալիս է անհրաժեշտ բոլոր սննդանյութերը՝ առողջ մնալու, լավ զգալու և մեծ քանակությամբ էներգիա ունենալու համար:

**Տապակելու եղանակը, որպես կանոն, չի կարող օգտագործվել առողջ ուտեստ պատրաստելիս՝ ավելացված կալորիաների և յուղի կլանման բարձր մակարդակի հետ կապված առողջության համար հնարավոր ռիսկերի պատճառով: Փոխարենը մտածեք պատրաստման առողջ եղանակների մասին՝ շոգեխաշելը, եփելը, թխելը, ցածր ջերմաստիճանի տակ երկար եփելը և այլն:

Մասնակից թիմը պետք է ներկայացնի բաղադրատոմսի նախագիծ, որը կպարունակի հետևյալ նյութերը.

	Մրցակցային հայտադրամուծի բովանդակությունը	Ձևաչափերը և պահանջները	Ընտրության չափանիշները**
1	<p>Առողջ բաղադրատոմսի հայեցակարգը. բաղադրատոմսի անվանումը և մանրամասն նկարագրությունը (*բաղադրատոմսը կարող է նախատեսված լինել նախաճաշի, ճաշի, ընթրիքի համար, ներկայացնել խորտիկ, աղցան կամ աղանդեր: Բաղադրատոմսը կարող է արդեն գոյություն ունենալ, բայց այդ դեպքում նշեք, թե ինչն է ձեր տարբերակը յուրահատուկ դարձնում):</p> <p>Հայեցակարգը պետք է արտացոլի.</p> <ul style="list-style-type: none">• անհրաժեշտ բաղադրիչների ցանկը և քանակը,• անհրաժեշտ պարագաները և սարքավորումները,• պատրաստման ժամանակը,• պատրաստման գործընթացի քայլ առ քայլ նկարագրությունը,• խորհուրդներ ավելի լավ արդյունք ունենալու համար (եթե կան):	<p>Microsoft Word \$այլի երեք A4 էջից ոչ ավելի*:</p> <p>*Times New Roman տառատեսակի 12 չափը:</p>	<p>Ուսումնական բաղադրիչը. գնահատվում է, թե ինչպես կարող է Համեղ և առողջ բաղադրատոմսը օգնել երեխաներին սովորել, թե որ սնունդն է օգտակար, ինչպես պատրաստել այն կամ ինչպես օգտագործել որոշ առողջարար բաղադրիչներ. խորհուրդների (հմտությունների) կամ «գաղտնիքների» գնահատում, որոնք ներկայացված են վիտամինների արժեքը, ուտեստի համը և այլն պահպանելու համար (5 միավոր):</p> <p>Հասակակիցների և ավելի կրտսեր աշակերտների կողմից ընկալման մատչելիությունը. գնահատում, թե որքան հեշտ է պատրաստել բաղադրատոմսը՝ հաշվի առնելով տարբեր տարիքային խմբերը և հմտությունների մակարդակը (5 միավոր):</p>

	<p>Մենդային արժեքը. <i>մանրամասներ սննդային բովանդակության վերաբերյալ, ներառյալ նկարագրությունը, թե ինչ օգտակար բաղադրիչներ է պարունակում ուտեստը:</i></p> <p>Արդիականություն և ավանդույթներ.</p> <ul style="list-style-type: none">• ինչու է ընտրվել հենց այս ուտեստը, դրա ծագումը, պատմական արմատները (եթե հայտնի են),• օրվա որ ժամի, կամ ինչ տոնի համար կարելի է խորհուրդ տալ այս ուտեստը,• արդյո՞ք բաղադրատոմսը պատրաստելու ժամանակ օգտագործվել են ավանդական բաղադրիչներ կամ խոհարարական գաղտնիքներ:	<p>Սոցիալական նշանակությունը. գնահատում, թե ինչպես կարող են այս ուտեստի պատրաստման առաջարկվող կամ հնարավոր եղանակները փոխել հասարակության սննդային վարքագիծը, ինչպես կարող են ծնողները (համայնքը) և երեխաները միասին ներգրավվել պատրաստման գործընթացում. պատմական արմատների հիշատակման գնահատումը (եթե կան) (5 միավոր):</p> <p>Ջետագա իրագործման համար հարմարությունը. գնահատում, թե որքան հարմար կլինի երեխաներին և նրանց ծնողներին հետագայում պատրաստել ուտեստը (5 միավոր):</p>	
2	<p>Լուսանկարներ, որոնք պատկերում են բաղադրիչների ամբողջ ցանկը, երեխաներին՝ ճաշատեսակի պատրաստման ընթացքում և արդեն պատրաստի ուտեստը:</p>	<p>Լուսանկարներ JPG ձևաչափով (10 հատից ոչ ավել):</p> <p>Խնդրում ենք անել լուսանկարներ, որոնք հետագայում կարող են օգտագործվել տպագրական նյութերում:</p> <p>Լուսանկարները պետք է լինեն որակյալ և արված լավ լուսավորության ներքո: Լուսանկարները պետք է արված լինեն վերևից՝ սպիտակ ֆոնի վրա: ճաշատեսակը պետք է նկարել առանց նախշերի սպիտակ ավստի վրա:</p>	<p>Լուսանկարները ներկայացված են (1 միավոր):</p>

3	<p>Նախագծված թռուցիկ բաղադրատոմսով, որը պետք է ներառի.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Բաղադրատոմսի հստակ նկարագրությունը՝ ընդգծելով, թե ինչու այն կարելի է առողջարար համարել: 2. Ճաշատեսակի պատրաստման համար անհրաժեշտ բոլոր բաղադրիչների և խոհանոցային պարագաների ցանկը՝ հաշվի առնելով մատչելիությունն ու պարզությունը: 3. Ճաշատեսակի պատրաստման հստակ, քայլ առ քայլ, հեշտ կատարվող հրահանգները՝ հասակակիցների համար հասանելի կերպով նկարագրված: 	<p>PDF փաստաթուղթ A4 էջի 1/3 մասի չափով (10սմ*21սմ), երկկողմանի՝ տպելու համար պատրաստ տեսքով:</p>	<p>Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջվող թեմային՝ 5 միավոր:</p>
4	<p>Տեսանյութի բովանդակությունը</p> <p>Տեսանյութը պետք է ցույց տա.</p> <ul style="list-style-type: none"> • բաղադրիչները և պատրաստման հրահանգները, • բաղադրատոմսի պատրաստման գործընթացը, • երեխաների ներգրավվածությունը պատրաստման գործընթացի մեջ, • պատրաստի ուտեստի վերջնական տեսքը, • պատրաստման նորարարական մեթոդները կամ յուրահատուկ խոհարարական մոտեցումը (եթե կան): 	<p>Տեսանյութը պետք է չգերազանցի.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 րոպեն • 1 ԳԲ-ը <p>Տեսանյութի ձևաչափերը՝ MP4, MOV, WMV, AVI</p>	<p>Ինտերակտիվ ներկայացում, նախագծի պատրաստման ժամանակ ժամանակակից գործիքների, ինտերակտիվ տարրերի կիրառում.</p> <p>բաղադրատոմսի և տեսահոլովակի պատրաստման ընթացքում օգտագործված ժամանակակից մեթոդների, նորարարական մոտեցումների գնահատում (5 միավոր):</p> <p>Ստեղծագործականություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների օգտագործում) — ուտեստի ձևավորման գնահատում, կրեատիվ մատուցման արբերակներ (5 միավոր):</p>

Ընտրող հանձնաժողովի յուրաքանչյուր անդամից այս անվանակարգում մասնակիցները կարող են ստանալ առավելագույնը 36 միավոր: Միջին միավորը հաշվարկվում է՝ ելնելով հանձնաժողովի անդամների թվից:



Ընտրող հանձնաժողովի մեկ անդամի կողմից բաշխվող գնահատման միավորների աղյուսակը.

	Մրցակցային հայտադիմումի բովանդակությունը	Միավորների քանակը
1	Առողջ նախաճաշի/խորտիկի/ճաշատեսակի բաղադրատոմսի հայեցակարգ. <ul style="list-style-type: none">• ուսումնական բաղադրիչը՝ 5 միավոր• հասակակիցների և կրտսեր դպրոցականների համար ընկալման մատչելիությունը՝ 5 միավոր• սոցիալական նշանակությունը՝ 5 միավոր• հետագա իրագործման համար հարմարությունը՝ 5 միավոր	20 միավոր
2	Լուսանկարները ներկայացված են	1 միավոր
3	Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջվող թեմային	5 միավոր
4	Տեսահոլովակի բովանդակությունը. <ul style="list-style-type: none">• ինտերակտիվ ներկայացում, նախագծի պատրաստման ընթացքում ժամանակակից գործիքների կիրառում, ինտերակտիվ տարրերի օգտագործում՝ 5 միավոր• ստեղծագործականություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում – 5 միավոր	10 միավոր
5	Ընդհանուր	36 միավոր

3. «ԲԱՑԱՐԱՅՏԵԼՈՎ ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ԱՇԽԱՐՀ. ՄԵՐ ՀԵՏԱՉՈՏՈՒԹՅՈՒՆԸ»

Ընդհանուր հրահանգներ, որոնք կօգնեն պատրաստել նախագիծը.

1. Ընտրեք թեմա, ընտրեք առողջ ապրելակերպի որոշակի ուղղություն, որը ձեզ հետաքրքրում է (օրինակ՝ առողջ սնվելը, ֆիզիկական վարժություններ կամ մտավոր բարեկեցություն):
2. Ի՞նչ հարցեր են ձեզ մոտ առաջանում ձեր ընտրած թեմայի վերաբերյալ: Օրինակ, եթե ընտրում եք առողջ սնվելը, կարող եք հարցնել. «Որո՞նք են ամեն օր մի՞րգ և բանջարեղեն ուտելու առավելությունները»:
3. Որոշեք այն աղբյուրները, որոնցից կարող եք գտնել ձեր հարցերի պատասխանները: Դուք կարող եք տեղեկություններ փնտրել վստահելի աղբյուրներից, ինչպիսիք են գրքերը, հոդվածները կամ հեղինակավոր կայքերը: Օգտվեք գրադարանից կամ խնդրեք ձեր ուսուցչին ձեզ խորհուրդ տալ:
4. Դուք կարող եք որոշել մարդկանց որոշակի խումբ, որոնց շրջանում դուք պետք է կատարեք ձեր հետազոտությունը (դա կոչվում է ֆոկուս խումբ) և նրանց հարցեր ուղղեք:
5. Եթե ձեր հետազոտության թեման ընդհանուր է և կապված չէ մարդկանց որոշակի խմբի հետ (ձեր դպրոցի, համայնքի), կարող եք հարցազրույց վերցնել մի քանի պատահական մարդկանցից:
6. Նշումներ կատարեք այն մասին, թե ինչ եք հայտնաբերել տարբեր աղբյուրներից ստացված տեղեկատվության և/կամ մարդկանց հետ հարցազրույցների միջոցով: Փորձեք վերլուծել տեղեկատվությունը: Ի՞նչ եզրակացության է դա բերում: Ներառեք հետաքրքիր փաստեր, վիճակագրություն և ցանկացած մեջբերում, որը ձեզ հետաքրքիր է թվում:

Մասնակից թիմը պետք է ներկայացնի Հետազոտության նախագիծ՝ տրամադրելով հետևյալ նյութերը.

	Մրցակցային հայտադրման բովանդակությունը	Ձևաչափերը և պահանջները	Ընտրության չափանիշները**
1	<p>Հետազոտության հայեցակարգը — հետազոտության գաղափարի և թեմայի մանրամասն նկարագրությունը, որը կապված է առողջ ապրելակերպի հետ (առողջ սնվել, ֆիզիկական ակտիվություն, առօրյա առողջ սովորություններ, մտավոր և հուզական առողջություն և այլն):</p> <p>Հայեցակարգը պետք է արտացոլի.</p> <ul style="list-style-type: none"> • թե ինչ մտահոգություններ են առաջացրել հետազոտության անհրաժեշտությունը, • գաղափարի կամ խնդրի արդիականությունը, • գործնական նշանակությունը, • հետազոտության հիմքում դրված հիմնական հարցերը, • ինչ մեթոդներ և գործիքներ են օգտագործվել հետազոտությունն իրականացնելու համար, • եզակի և ստեղծագործական մեթոդների նկարագրություն, Հետազոտության մեթոդաբանության բացատրություն, ներառյալ տվյալների հավաքագրման մեթոդները, օգտագործված ժամանակակից գործիքները, ինչ եզրակացություններ են 	<p>Microsoft Word \$այլի երեք A4 էջից ոչ ավելի*:</p> <p>*Times New Roman տառատեսակի 12 չափը:</p>	<p>Ուսումնական բաղադրիչը. Հետազոտության և դրա արդյունքների մեջ տեղեկատվության խորությունն ու ճշգրտությունը գնահատելը նպատակ ունեն տեղեկացնել երեխաներին կամ համայնքի անդամներին՝ ոգեշնչելով նրանց ձեռք բերել ավելի առողջ սովորություններ և հետևել առողջ ապրելակերպին (5 միավոր):</p> <p>Հասակակիցների և կրտսեր աշակերտների կողմից ընկալման մատչելիությունը. գնահատվում է այն, թե որքան հետաքրքիր կարող են լինել Հետազոտության թեման և դրա արդյունքները դպրոցական տարիքի երեխաների և նրանց ծնողների համար (5 միավոր):</p> <p>Սոցիալական նշանակություն. գնահատում, թե ինչպես են Հետազոտության արդյունքները բերում որոշակի նոր պատկերացում, որը կոգեշնչի փոխել սոցիալական վարքագիծը</p>

	<p>արվել Հետազոտության արդյունքում,</p> <ul style="list-style-type: none"> Հետազոտությունից ստացված էական պատկերացումների նկարագրություն և բացատրություն, թե ինչպես կարելի է Հետազոտության արդյունքները գործնականում կիրառել առօրյա կյանքում՝ այն ավելի առողջ դարձնելու համար: <p>Խնդրում ենք նշել այն ուսուցչին, ով ձեզ ուղղորդել է ձեր աշխատանքի ընթացքում:</p>		<p>(5 միավոր):</p> <p>Հետագա իրագործման համար հարմարությունը. գնահատվում է, թե ինչպես են Հետազոտության արդյունքները բացահայտում դպրոցական տարիքի երեխաների և համայնքի առողջ ապրելակերպի համար կենսական նշանակություն ունեցող մտահոգությունները (5 միավոր):</p>
2	<p>Հետազոտության գործընթացը նկարագրող շնորհանդես, որը պետք է ներառի հետևյալ բաժինները.</p> <ul style="list-style-type: none"> տեղեկատվության վերլուծություն և գրականության ակնարկ, հարցազրույցներ, տվյալների վերլուծություն, եզրակացություններ և բացահայտումներ: 	<p>Փաստաթուղթ MS word *.pdf կամ</p> <p>*.ppt ձևաչափերով (առավելագույնը 15 էջ)</p>	<p>Ստեղծագործականություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում) — գնահատվում է Հետազոտության գաղափարի, դրա իրականացման ժամանակ օգտագործվող մեթոդների կրեատիվությունը (5 միավոր):</p>
3	<p>Հետազոտության գործընթացի լուսանկարներ/սկանավորումներ</p>	<p>Հետազոտության գործընթացի լուսանկարներ/սկանավորումներ JPG ձևաչափով (5 հատից ոչ ավելի)</p>	<p>Լուսանկարները ներկայացված են (1 միավոր):</p>
4	<p>Հետազոտությունը նկարագրող թռուցիկ, որը պետք է ներառի.</p> <ol style="list-style-type: none"> Հետազոտության հստակ նպատակները՝ ընդգծելով, թե ինչպես է այն նպաստում և խրախուսում առողջ ապրելակերպը: Հետազոտության մեջ օգտագործված մեթոդաբանության համառոտ ակնարկը, ներառյալ, այն, թե ինչպես են տվյալները հավաքվել և վերլուծվել: Հետազոտության նշանակալի արդյունքներն ու բացահայտումները պարզ և հակիրճ ձևով: 	<p>PDF փաստաթուղթ A4 էջի 1/3 մասի չափով (10սմ*21սմ), երկկողմանի՝ տպելու համար պատրաստ տեսքով:</p>	<p>Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջներին — 5 միավոր:</p>

5	Տեսանյութի բովանդակությունը Տեսանյութը պետք է. <ul style="list-style-type: none"> • նկարագրի նախապատմությունը, • բացահայտի հետազոտության հիմնական հարցերը, • ցույց տա հետազոտության անցկացման գործընթացը, • օգտագործված որոշ մեթոդները; • արդյունքների դուրս բերման գործընթացը, • հիմնական եզրակացությունը: 	Տեսանյութը պետք է չգերազանցի. <ul style="list-style-type: none"> • 3 րոպեն • 1 ԳԲ-ը Տեսանյութի ձևաչափերը՝ MP4, MOV, WMV, AVI	Ինտերակտիվ ներկայացումը. հետազոտությունն իրականացնելու ընթացքում ժամանակակից գործիքների օգտագործում (5 միավոր):
---	---	--	--

Ընտրող հանձնաժողովի յուրաքանչյուր անդամից այս անվանակարգում մասնակիցները կարող են ստանալ առավելագույնը 36 միավոր: Միջին միավորը հաշվարկվում է՝ ելնելով հանձնաժողովի անդամների թվից:

Ընտրող հանձնաժողովի մեկ անդամի կողմից բաշխվող գնահատման միավորների աղյուսակը.

	Մրցութային հայտադիմումի բովանդակությունը	Միավորների քանակը
1	Հետազոտության հայեցակարգը. <ul style="list-style-type: none"> • ուսումնական բաղադրիչը՝ 5 միավոր • հասակակիցների և կրտսեր աշակերտների համար ընկալման մատչելիությունը՝ 5 միավոր • սոցիալական նշանակությունը՝ 5 միավոր • հետագա իրագործման համար հարմարությունը՝ 5 միավոր 	20 միավոր
2	Շնորհանդեսը համապատասխանում է պահանջվող թեմային <ul style="list-style-type: none"> • Ստեղծարարություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում) 	5 միավոր
3	Ներկայացված են լուսանկարներ/սկանավորումներ	1 միավոր
4	Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջվող թեմային	5 միավոր
5	Տեսանյութը համապատասխանում է պահանջվող թեմային	5 միավոր
6	Ընդհանուր	36 միավոր

4. «ԻՄ ԱՌՈՂՋ ՀԱՄԱՅՆՔԸ» ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՆԱԽԱԳԻԾ

Ընդհանուր հրահանգներ, որոնք կօգնեն պատրաստել նախագիծը.

- Փորձեք մտածել և բացահայտել ձեր համայնքի առողջապահական հատուկ կարիքները՝ հաշվի առնելով այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են սնունդը, ֆիզիկական ակտիվությունը, հոգեկան առողջությունը և առողջապահական խնամքի հասանելիությունը: Դա կարող է լինել շինարարական ծրագիր, կանաչապատում, միջոցառումների կազմակերպում, վերապատրաստման և իրազեկման արշավներ:
- Մտածեք մի այնպիսի նախագիծ, որը կբավարարի ձեր համայնքի կարիքները և կբարելավի «առողջ բաղադրիչը» նրա ապրելակերպում:
- Համոզվեք, որ ձեր նախագիծը հնարավոր է իրականացնել:
- Տեղացի փորձագետներից (առողջապահության ոլորտի մասնագետներ, սննդաբաններ կամ համայնքային կազմակերպություններ) ուղղորդում խնդրեք (մենթորություն, խորհրդատվություն)՝ պատկերացումներ ձեռք բերելու և ձեր նախագծի ճշգրտությունն ու համապատասխանությունը ապահովելու համար:

Մասնակից թիմը պետք է ներկայացնի սոցիալական նախագիծ՝ տրամադրելով հետևյալ նյութերը.

	Մրցակցային հայտադրման բովանդակությունը	Ձևաչափերը և պահանջները	Ընտրության չափանիշները**
1	<p>Սոցիալական նախագծի հայեցակարգը. մանրամասն նկարագրություն, որը ուղղվածում է ծրագրի գաղափարը և նպատակները:</p> <p>Հայեցակարգը պետք է արտացոլի.</p> <ul style="list-style-type: none">• ի՞նչ պատճառներ և նախադրյալներ կան «Իմ առողջ համայնքը» ձեր առաջարկած նախագծի ստեղծման համար,• գաղափարի կամ խնդրի արդիականությունը,• նախագծի մանրամասն նկարագրությունը,• ինչպես է նախագիծը խթանում առողջ ապրելակերպը,• նպատակները և խնդիրները,• թիրախային սոցիալական խումբ. որոշել այն սոցիալական խումբը, որը շահագրգռված է նախագծի իրագործման մեջ, կօգտավորվի դրանից կամ կամ կօգտագործի այն (տարիքային խումբ, կրթական մակարդակ և այլն),• ի՞նչ է անհրաժեշտ նախագիծը կյանքի կոչելու համար: <p>Խնդրում ենք նշել այն ուսուցչին, ով ձեզ ուղղորդել է ձեր աշխատանքի ընթացքում:</p>	<p>Microsoft Word \$այլի երեք A4 էջից ոչ ավելի*:</p> <p>*Times New Roman տառատեսակի 12 չափը:</p>	<p>Ուսումնական բաղադրիչ. գնահատում, թե ինչպես Սոցիալական նախագիծը կնպաստի համայնքի անդամներին առողջ ապրելակերպի մասին կրթելուն (5 միավոր):</p> <p>Հասակակիցների և կրտսեր դպրոցականների համար ընկալման մատչելիությունը. տեղեկատվության և գործունեության ներկայացում հանրության համար հեշտությամբ հասկանալի և գրավիչ ձևով (5 միավոր):</p> <p>Սոցիալական նշանակությունը. սոցիալական նախագծի ազդեցության գնահատում համայնքի առողջ ապրելակերպի վրա (5 միավոր):</p> <p>Հետագա իրագործման համար հարմարությունը. իրականացման հնարավորության գնահատում (5 միավոր):</p>

2	<p>Իրականացման պլանի շնորհանդեսը, որը ներառում է հետևյալ բաժինները.</p> <ul style="list-style-type: none"> պլան, որը պարունակում է ծրագրի բաշխումը կառավարելի քայլերի՝ հստակ նպատակներով և ժամկետներով, իրականացվելիք գործողություններ, որոնք պետք է ներգրավվեն յուրաքանչյուր գործողության մեջ, որքան ժամանակ կպահանջվի, մոտավոր բյուջե (եթե անհրաժեշտ է): 	<p>Փաստաթուղթ MS Word, *.pdf կամ *.ppt ձևաչափերով (առավելագույնը 10 էջ)</p>	<p>Ստեղծագործականություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում)՝ ապագա սոցիալական նախագծի եզակի, նորարարական գաղափարի գնահատում (5 միավոր):</p>
3	<p>Նախագծի գծագրեր կամ մանրապատկեր (մակետ)*. Եթե նախատեսում եք ստեղծել ինչ-որ բան, ապա նկարագրեք, թե ինչ տեսք կունենա, ինչպես եք պատկերացնում այն, փորձեք պատրաստել մանրապատկերը, ինչպես նաև առաջարկեք գաղափարներ (պաստառներ, գործիքներ, մեթոդներ), թե ինչպես խթանել ձեր նախագիծը ձեր համայնքում:</p> <p>*Ինդրում ենք պահպանել ձեր նկարներն ու մանրապատկերները մինչև մրցույթի ավարտը: Ընտրող հանձնաժողովի անդամները կարող են պահանջել ուղարկել դրանք գնահատման նպատակով:</p>	<p>Գծագրերի լուսանկարներ/ սկանավորումներ JPG ձևաչափով (5 հատից ոչ ավելի)</p>	<p>Ներկայացված են գծագրեր/ լուսանկարներ/մանրապատկեր կամ գովազդային գաղափարներ (1 միավոր):</p>
4	<p>Ձևավորված թռուցիկ, որը պետք է ներառի.</p> <ol style="list-style-type: none"> Սոցիալական նախագծի նպատակների հստակ նկարագրություն՝ ընդգծելով, թե ինչպես է այն ուղղված համայնքում առողջ ապրելակերպի խթանմանը և խրախուսմանը: Համառոտ ակնարկ, թե ինչպես է նախատեսվում իրականացնել սոցիալական նախագիծը համայնքում: Նա պլանավորման, կազմակերպման և իրականացման համար անհրաժեշտ քայլերի նկարագրությունը, ներառյալ տեղական կազմակերպությունների կամ շահագրգիռ կողմերի հետ ցանկացած գործընկերություն կամ համագործակցություն: Սոցիալական նախագծի իրականացման դեպքում համայնքի համար նշանակալի արդյունքները: 	<p>PDF փաստաթուղթ A4 էջի 1/3 մասի չափով (10սմ*21սմ), երկկողմանի՝ տպելու համար պատրաստ տեսքով:</p>	<p>Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջներին՝ 5 միավոր:</p>



5	Տեսանյութի բովանդակությունը Տեսանյութը պետք է. <ul style="list-style-type: none">• պատմի նախագծի գաղափարի մասին,• ցույց տա այն վայրը, համայնքը, որտեղ առաջարկվում է իրականացնել նախագիծը,• ցույց տա ծրագրի անհրաժեշտությունը (օրինակ՝ հարցազրույցներ համայնքի ներկայացուցիչների հետ, ովքեր շահագրգռված են ծրագրի իրագործման մեջ);• պատմի ձեր ծրագրի մասին, թե ինչ է անհրաժեշտ նախագիծն իրականացնելու համար:	Տեսանյութը պետք է չգերազանցի. <ul style="list-style-type: none">• 3 րոպեն• 1 ԳԲ-ը Տեսանյութի ձևաչափերը՝ MP4, MOV, WMV, AVI	Ինտերակտիվ ներկայացում , նախագծի պատրաստման ընթացքում ժամանակակից գործիքների կիրառում; տեսանյութի բովանդակությունը համապատասխանում է պահանջներին (5 միավոր) :
---	--	--	--

Ընտրող հանձնաժողովի յուրաքանչյուր անդամից այս անվանակարգում մասնակիցները կարող են ստանալ առավելագույնը 36 միավոր: Միջին միավորը հաշվարկվում է՝ ելնելով հանձնաժողովի անդամների թվից

Ընտրող հանձնաժողովի մեկ անդամի կողմից բաշխվող գնահատման միավորների աղյուսակը.

	Մրցութային հայտադիմումի բովանդակությունը	Միավորների քանակը
1	Սոցիալական նախագծի հայեցակարգը. <ul style="list-style-type: none">• ուսումնական բաղադրիչ՝ 5 միավոր• հասակակիցների և կրտսեր աշակերտների համար ընկալման մատչելիությունը՝ 5 միավոր• սոցիալական նշանակություն՝ 5 միավոր• հետագա իրագործման համար հարմարությունը՝ 5 միավոր	20 միավոր
2	Իրականացման պլանի շնորհանդեսը. <ul style="list-style-type: none">• Ստեղծագործականություն (ստեղծագործական մոտեցում, արտասովոր լուծումների կիրառում)	5 միավոր
3	Ներկայացված են լուսանկարներ/մանրապատկերներ կամ գովազդային գաղափարներ	1 միավոր
4	Թռուցիկը ներկայացված է և համապատասխանում է պահանջվող թեմային	5 միավոր
5	Տեսանյութը համապատասխանում է պահանջվող թեմային	5 միավոր
6	Ընդամենը	36 միավոր



ԸՆՏՐՈՂ ՀԱՆՁՆԱԺՈՂՈՎԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ

Ընտրող հանձնաժողովը կիրականացնի նախագծերի որակավորումը և կատորագրի կատարված գնահատումն ավարտելու մասին ճանուցումը:

Ընտրող հանձնաժողովը ձևավորվում է մրցույթի կազմակերպիչների կողմից:

1. ՀՀ առողջապահության նախարարություն
2. ՀՀ կրթության, գիտության, մշակույթի և սպորտի նախարարություն
3. ՄԱԿ-ի Պարենի համաշխարհային ծրագիր
4. Դպրոցական սնունդ և երեխաների բարեկեցություն հիմնարկ
5. Ճյուղային սննդի ինստիտուտ

Ընտրող հանձնաժողովի բոլոր անդամները միմյանցից անկախ կգնահատեն հայտերը և ներկայացված նախագծերը՝ ըստ ընտրության չափանիշների:

ԳՆԱՀԱՏՈՒՄԸ

Յուրաքանչյուր նախագծի գնահատումը կատարվելու է իր անվանակարգի շրջանակներում, ինչը նշանակում է, որ խաղերը, բաղադրատոմսերը, հետազոտությունները և սոցիալական նախագծերը կգնահատվեն միմյանցից անկախ:

Եթե նախագիծը ստանում է «0» միավոր 3 և ավելի չափանիշների համար, ապա չի թույլատրվում դրա մասնակցությունը գնահատման փուլին:

Ընտրող հանձնաժողովի յուրաքանչյուր անդամից յուրաքանչյուր անվանակարգում մասնակիցները կարող են հավաքել առավելագույնը 36 միավոր: Գնահատման առաջին փուլում յուրաքանչյուր թիմ կունենա միջին գնահատական, որը կձևավորվի Ընտրող հանձնաժողովի բոլոր անդամների գնահատականների գումարը Ընտրող հանձնաժողովի՝ գնահատմանը մասնակցած անդամների թվին բաժանելու միջոցով¹:

- 1 Այս փուլում ընտրական հանձնաժողովի կողմից թիմերի հավաքած միջին միավորները չեն հրապարակվի: Միավորները կցուցադրվեն մրցույթի ավարտի մասին ճանուցման մեջ, որը մասնակիցները կստանան քվեարկության ավարտից հետո:

Օրինակ՝ «X» թիմը ստացել է 28, 30 և 36 միավոր՝ Ընտրող հանձնաժողովի 3 անդամներից: Հետևաբար, իր միջին գնահատականը կկազմի 31,33 միավոր:

ԸՀ անդամ 1	28 միավոր
ԸՀ անդամ 2	30 միավոր
ԸՀ անդամ 3	36 միավոր
Գնահատականը	$(28+30+36)/3 = 31,33$ միավոր

Ընտրող հանձնաժողովի գնահատումից հետո յուրաքանչյուր անվանակարգի համար կընտրվեն 5 թիվեր, որոնք ստացել են առավելագույն քանակի միավորներ: Այսպիսով, քվեարկության փուլի ավարտին ընդհանուր առմամբ կընտրվեն 20 թիվեր՝ նշված անվանակարգերում:

- 5 թիվ — Խաղ «Առողջ ապրելակերպը խաղի ձևով» թեմայով:
- 5 թիվ — Բաղադրատոմս «Համեղ և առողջ. Իմ սիրելի առողջարար բաղադրատոմսը» թեմայով:
- 5 թիվ — Հետազոտություն «Բացահայտելով առողջ ապրելակերպի աշխարհը. մեր հետազոտությունը» թեմայով:
- 5 թիվ — «Իմ առողջ համայնքը» սոցիալական նախագիծ:

ԱՌՑԱՆՑ ՔՎԵԱՐԿՈՒԹՅԱՆ ԿԱՆՈՆՆԵՐԸ

1. Բաց առցանց քվեարկություն անցկացնելու նպատակով Մրցույթի կազմակերպիչները հրապարակում են մասնակիցների նախագծերը Մրցույթի պաշտոնական կայքում և ժամկետներին համապատասխան ապահովում են ֆունկցիոնալությունը, որը թույլ է տալիս համացանցի օգտատերերին մասնակցել քվեարկությանը:
2. Բաց առցանց քվեարկությանը կարող են մասնակցել պաշտոնական կայքում էլեկտրոնային փոստի միջոցով գրանցված օգտատերերը:
3. Բաց առցանց քվեարկությանը մասնակցող օգտատիրոջը թույլատրվում է մրցույթի մասնակիցների յուրաքանչյուր նախագծի համար քվեարկել ոչ ավել, քան մեկ անգամ՝ յուրաքանչյուր անվանակարգում քվեարկելով ոչ ավել, քան մեկ նախագծի համար:
4. Մրցույթի մասնակիցն իրավունք ունի իրականացնել տեղեկատվական արշավներ՝ տեղեկացնելով համացանցի օգտատերերին բաց առցանց քվեարկության մասին՝ ներառյալ սոցիալական ցանցերում տեղեկատվություն և հիպերհղումներ տեղադրելով:
5. Մրցույթի արդյունքների կեղծումը կանխելու նպատակով առցանց քվեարկությանը մասնակցող օգտատերերին, ինչպես նաև մրցույթի մասնակիցներին արգելվում է.
 - նախագծի օգտին ձայների կեղծման ցանկացած ձև՝ ներառյալ սպամ նամակագրությունը մրցույթի մասնակցի նախագծի օգտին քվեարկելու կոչերով.
 - մրցույթի մասնակցի կամ նրա հետ փոխկապակցված անձանց կողմից վարձատրության դիմաց քվեարկության կազմակերպումը.
 - մասնակցի նախագծի օգտին քվեարկելու՝ օգտատերերին ստիպելու ցանկացած ձև:
6. Եթե բացահայտվի ձայները կեղծելու փաստը, ապա նախագիծը կհեռացվի քվեարկությունից եվ դրա մասնակցությունը մրցույթին կկասեցվի:
7. Նախագծերի համար բաց առցանց քվեարկության արդյունքները որոշվում են նախագծի «հանրային արձագանքի ցուցիչը» հաշվարկելով՝ օգտագործելով հետևյալ բանաձևը.

Հանրային արձագանքի ցուցիչ = նախագծին տրված ձայների քանակը / քվեարկության մասնակիցների թվին

Օրինակ, եթե «X» թիվը ստացել է 500 ձայն, իսկ կայքի միջոցով քվեարկությանը մասնակցածների ընդհանուր թիվը 1000 է, ապա.

$$\text{Հանրային արձագանքի ցուցիչը} = 500/1000 = 0,5$$

Դա նշանակում է, որ մասնակիցը ստացել է բոլոր ձայների 50%-ը:

Այն թիվը, որը քվեարկության արդյունքում կհավաքի ամենաշատ միավորներն իր անվանակարգում, կստանա «Առցանց քվեարկության հաղթող» կոչումը, որը կցուցադրվի իր տաղավարում՝ Էքսպո ցուցահանդեսի (պարգևատրման արարողության) ժամանակ:



ՄԻԱՎՈՐՆԵՐԻ ՀԱՇՎԱՐԿԸ

Վերջնական միավորները կհաշվարկվեն Ընտրող հանձնաժողովի գնահատման և առցանց քվեարկության արդյունքների հիման վրա:

Մրցույթի արդյունքների հաշվարկի մեջ հաշվի կառնվի Ընտրող հանձնաժողովի գնահատականի (առավելագույնը 36 միավոր) արժեքը, որը կազմում է 80%: Առցանց քվեարկության արժեքը 20% է (9 միավոր): Հետևաբար՝ առավելագույն միավորը 45-ն է (36+9):

Այս 9 միավորները կբաշխվեն յուրաքանչյուր անվանակարգում քվեարկության մասնակիցների միջև:

Այսպիսով, մասնակիցների **ընդհանուր միավորը** կհաշվարկվի հետևյալ բանաձևով.

*Ընդհանուր միավոր = Գնահատման միավոր + Հանրային արձագանքի ցուցիչ*9 Որտեղ,*

Գնահատման միավորը՝ Ընտրող հանձնաժողովի կողմից ստացված միավորների միջինը;

Հանրային արձագանքի ցուցիչը՝ քվեարկության փուլում ստացված ձայների հարաբերությունը քվեարկողների ընդհանուր թվին;

9 — առավելագույն միավորը, որը կբաշխվի մասնակիցների միջև յուրաքանչյուր անվանակարգում՝ քվեարկության փուլից հետո:

Օրինակ, եթե «X» թիմը Ընտրող հանձնաժողովի կողմից ստացել է 31,33 միավոր, իսկ հանրային արձագանքի ցուցիչը կազմել է քվեարկության 50%-ը, ապա նրա ընդհանուր միավորը կլինի.

Ընտրող հանձնաժողովից ստացված միջին միավոր՝ 31,33

*Հանրային արձագանքի ցուցիչ՝ $0,5*9 = 4,5$*

Ընդհանուր միավոր = $31, 33 + 4,5 = 35,83$ միավոր:

Մրցույթի արդյունքները կիրապարակվեն կայքում և կուղարկվեն մասնակիցներին էլեկտրոնային փոստով: