



НИЙСЛЭЛИЙН БАЯНГОЛ ДҮҮРГИЙН ЗАСАГ ДАРГЫН ЗАХИРАМЖ

2021 оны 11 сарын 04 өдөр

Дугаар А/469

Улаанбаатар хот

“Цахим гимнастрада” арга хэмжээг зохион байгуулах тухай

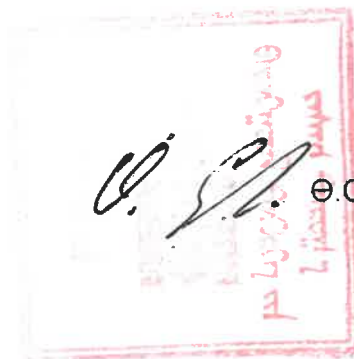
Монгол Улсын засаг захиргаа, нутаг дэвсгэрийн нэгж, түүний удирдлагын тухай хуулийн 29.2, Биеийн тамир, спортын тухай хуулийн 27 дугаар зүйл, Засгийн газрын тохируулагч агентлаг Биеийн тамир, спортын улсын хорооны 2021 оны А/670 дугаар тушаал, Баянгол дүүргийн иргэдийн Төлөөлөгчдийн Хурлын 2020 оны 3/03 дугаар тогтоол, Дүүргийн Засаг даргын 2020- 2024 оны үйл ажиллагааны хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэх арга хэмжээний төлөвлөгөөний 2дугаар зүйлийн 2.3.1 дэх заалтыг тус тус үндэслэн ЗАХИРАМЖЛАХ нь:

1.“Цахим гимнастрада” биеийн тамирын арга хэмжээг 10 дугаар сарын 15-наас 11 дүгээр сарын 30-ны өдрийн хооронд дүүргийн хэмжээнд иргэдийг идэвхтэй дасгал хөдөлгөөнөөр хичээллүүлж, дархлааг дэмжих зорилгоор зохион байгуулсугай.

2.“Цахим гимнастрада” арга хэмжээний удирдамж, оролцох багийн мэдүүлгийг хавсралтаар баталсугай.

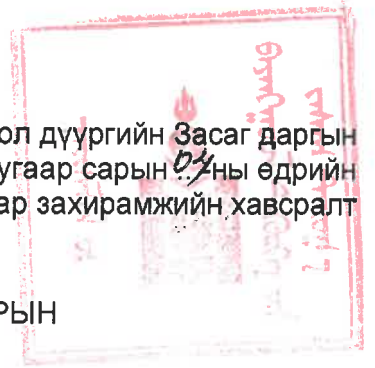
3.“Цахим гимнастрада” арга хэмжээнд хяналт тавьж ажиллахыг Нийгмийн хөгжлийн хэлтэс (С.Мөнхзаяа)-г, зохион байгуулах ажлыг удирдлага, арга зүйгээр ханган ажиллахыг Биеийн тамир, спорт хороо (Г.Батбаяр)-нд тус тус үүрэг болгосугай.

4.Захирамжийн хэрэгжилтэд хяналт тавьж ажиллахыг Засаг даргын үйл ажиллагааны хөтөлбөр, эдийн засаг, нийгмийг хөгжүүлэх үндсэн чиглэл, гэмт хэргээс урьдчилан сэргийлэх асуудал хариуцсан төслийн удирдагч (Д.Жаргалсүрэн)-д даалгасугай.



Ө.СУМЪЯАБААТАР

Баянгол дүүргийн Засаг даргын
2021 оны 11 дугаар сарын 04 ны өдрийн
11/165 дугаар захирамжийн хавсралт



“ЦАХИМ ГИМНАСТРАДА” БИЕЙН ТАМИРЫН
АРГА ХЭМЖЭЭНИЙ УДИРДАМЖ

2021 оны 10 дугаар сарын 29

Улаанбаатар хот

Нэг.Зорилго

Коронавируст цар тахал өвчнийг даван туулахаар тэмцэж байгаа энэ үед иргэдээ идэвхтэй хөдөлгөөнд уриалах, иргэдээ дасгал хөдөлгөөнөөр хичээллүүлж дархлааг нь дэмжин хөдөлгөөний дутагдал, өвчлөхөөс урьдчилан сэргийлэхэд оршино

Хоёр.Арга хэмжээний төрөл

“Цахим гимнастрада” арга хэмжээ нь аэробик гимнастик, шугаман бүжиг, сонгон оролцох гэсэн 3 төрлөөр зохиогдоно. Оролцогчид нь төрөл, насны ангилал тус бүрдээ урьдчилсан боловсруулсан дасгалыг цахимаар сурч, бичлэгээ шалгаруулалтанд ирүүлнэ.

Аэробик гинастикийн дасгалаар:

Ерөнхий боловсролын сургуулийн сурагчид

- 1.Бага анги - 6-11 нас
- 2.Дунд анги - 12-15 нас
- 3.Ахлах анги - 16-18 нас
- 4.Оюутан залуучууд - 18-28 нас
- 5.Ажилтан албан хаагчид - 19-54 нас

Шугаман бүжиг, Аэробик дасгалаар:

Ажилтан албан хаагчид: 19-54 нас “Золбоот” шугаман бүжиг
Ахмад: 55 ба түүнээс дээш нас “Цоглог” шугаман бүжгээр

Сонгон оролцох төрөл:

Багууд нас, хүйс харгалзахгүйгээр дараах төрлөөс сонгон оролцоно.
Хийн дасгал, Эрүүл мэндийн дасгал, Ажлын байрны дасгал, Гэр бүл-шугаман бүжиг
Нарны мөргөл (Иогийн дасгал)

Жич:19-54 насны ажилтан, залуучууд нь аэробик гимнастик болон “Золбоот” бүжиг гэсэн хоёр төрлийн аль нэгийг нь сонгон оролцож болно.

Гурав.Баг бүрдүүлэлт

3.1.Төрийн болон төрийн бус байгууллага, Аж ахуйн нэгж байгууллага дахь биеийн тамир, спортын хамтлаг (зөвлөл), гэр бүл, иргэд баг бүрдүүлэн байгууллагаа төлөөлж оролцоно.

3.2.Багийн бүрэлдэхүүнийг дан эрэгтэй, дан эмэгтэй, холимог хэлбэрээр бүрдүүлж болно.

3.3.Багийн бүрэлдэхүүний хүйсийн харьцаа дасгалын үнэлгээнд хамаарахгүй.

3.4.8 нас ба түүнээс дээш насны иргэд тухайн насны ангилалд зориулан гаргасан дасгалуудаас сонгон оролцохоос гадна нас харгалзахгүй сонгон оролцох болно.

3.5.Гэр бүлийн, эрүүл мэнд, ажлын байр, хийн 8 тоот дасгал, иогийн дасгалд баг бүрдүүлж оролцохыг зөвшөөрнө. Сонгон оролцох боломжтой төрлийн багийн бүрэлдэхүүний нас, хүйсийн харьцааг багууд өөрсдөө тохируулна.

3.6.Нэг хүн 2-оос илүүгүй төрлөөр арга хэмжээнд оролцоно.

Дөрөв.Зохион байгуулалт

БАГИЙН БҮРЭЛДЭХҮҮН

№	Оролцогчдын ангилал	Нас	Дасгалын нэр	Нэг багт байх хүний тоо
1	ЕБС-ийн бага нас (1-5 ангийн сурагчид)	6-11 нас	Аэробик гимнастик	8
2	ЕБС-ийн бага нас (12-15 ангийн сурагчид)	12-15 нас		8
3	ЕБС-ийн бага нас (16-18 ангийн сурагчид)	16-18 нас		8
4	Оюутан, залуучууд	19-28 нас		8
5.	Ажилтан албан хаагчид	19-54 нас	Аэробик гимнастик ба" Золбоот" шугаман бүжиг (аль нэгийг нь сонгох)	8
6.	Ахмад настан	55-с дээш нас	"Цоглог" шугаман бүжиг	8
7.	Сонгон оролцох төрөл	Нас харгалзахгүй	Биеэ чийрэгжүүлэх дасгал-Хийн дасгал	8
			Эрүүл мэндийн дасгал	8
			Ажлын байрны дасгал	8
			Гэр бүл Шугаман бүжиг	4

			Нарны мөргөл-иогийн дасгал	4
--	--	--	----------------------------	---

Тав.Дасгалын видео бичлэгийг байршуулах, цахим сургалт авах, зөвөлгөө өгөх

Арга хэмжээний төрөл тус бүрд оролцогчдын хийх дасгалыг тэдний нас, биеийн онцлогт тохируулан зохион байгуулагчдаас боловсруулж, дасгалыг видео бичлэгээр бэлтгэн олон нийтийн сошиал орчинд (Баянгол спорт хороо) фэйсбүүк хаяг, вэб сайтад 2021 оны 10 дугаар сарын 15-ны өдрөөс эхлэн байршуулна.

Цахим хаяг:

- Биеийн тамир, спортын улсын хороо
- Нийслэлийн спортын хороо
- Эрүүл мэндийн цахим гүйлт 2021
- Биеийн тамирын бодлогын хэрэгжилтийн хэлтэс
- Монголын Гимнастикийн холбоо
- Монголын Хийн дасгалын холбоо
- Монголын Гимнастик–Шугаман бүжгийн холбоо
- Монголын Спорт сонирхогчдын хөгжөөн дэмжигчдийн холбоо
- Бадамлянхуа иогийн төв

"ЦАХИМ ГИМНАСТРАДА" БИЕИЙН ТАМИРЫН АРГА ХЭМЖЭЭНД ОРОЛЦОХ БАГ ТАМИРЧДЫН МЭДҮҮЛЭГ

№	Багийн гишүүний овог нэр	Нас	Хүйс	Регистрийн дугаар	Байгууллага, мэргэжил	Гэрийн хаяг, утас
1	Жишээ нь: Овог, нэр	25	эр	БГД Эрүүл мэндийн төв их эмч	БГД 6-р хороо 99000001

Дүүргийн Цахим гимнастрада арга хэмжээнд оролцох багууд нь 11 дүгээр сарын 05-ний дотор зохион байгуулагч нарт мэдүүлгээ ирүүлнэ. Хугацаа хоцорсон мэдүүлгийг хүлээн авахгүй.

Мэдүүлгийг bayangol@sport.gov.mn, sport.committee@yahoo.com хаягаар хүлээн авна.

Оролцогч багууд танилцуулга, уриа, багаараа авахуулсан зургаа ирүүлж болно.

Зургаа.Дасгалын бичлэгт тавигдах шаардлага

6.1.Оролцогч багууд дасгалын бичлэгийг жигд хувцастай, багийн бүх гишүүдийг урдаас нь харсан байдлаар бүрэн багтаасан, засвар ороогүйгээр тасралтгүй бичсэн, хөгжмийн ая нь тасралтгүй тод бичигдсэн, дасгалын гүйцэтгэлийг харж шүүхэд боломжтой байдлаар видео хэлбэрээр бэлтгэсэн байна .

Долоо.Багуудын үнэлгээ, дасгалын үнэлгээ, дүн гаргах журам

7.1.Багуудын ирүүлсэн дасгалын бичлэгийг мэргэжлийн шүүгчид шүүж явуулна.

7.2.Дасгалыг оролцогчдын гүйцэтгэл, жигдрэл, далайц, эрч хүч, ур чадвар, хувцаслалт, нүүрний хувирал, хөгжим хөдөлгөөний тохироо, багийн бүрэлдэхүүний тоо зэргийг харгалзан үзэж үнэлнэ.

7.3.Бүх насны ангилалын бүх төрлийн дасгалыг тус бүрд нь 10 онооноос эхлэн шүүж, шүүгчдийн онооны нийлбэрээр их онооны дарааллаар байр эзлүүлж, насны ангилал, дасгалын төрөл тус бүрд эхний 3 байр шалгаруулна.

7.4.Багуудын оноо тэнцсэн тохиолдолд гүйцэтгэлд өгсөн шүүгчдийн үнэлгээ, байр, бичлэгийн чанар, танилцуулгын бүрдэл зэргийг харгалзан үзнэ.

7.5.Байгууллага болон иргэд зааврын дагуу гүйцэтгэсэн дасгал хөдөлгөөнийхөө бичлэгийг bayangol@sport.gov.mn, sport.committee@yahoo.com хаяг дээр 11 дүгээр сарын 18-ны дотор хүлээн авна.

7.6.Баянгол дүүргийн Биеийн тамир, спортын хорооноос томилогдсон шүүгч нар бичлэгийг хүлээн авч шүүж дүгнэнэ.

Холбоо барих утас:99351226, 99299369, 96803839

БАЯНГОЛ ДҮҮРГИЙН БИЕИЙН ТАМИР, СПОРТЫН ХОРОО