

Նախագիծ

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ «ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (**ԿԱՐԱՏԵՂՈ**) »

ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ

2021-2022 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐՎԱ ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ
ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ
ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ

Հիմնային տեխնիկայի ցուցադրումը գնահատվում է առավելագույնը 12 միավոր, պայմանավորված մարտը՝ 8 միավոր, վերջնական գնահատականը որոշվում է երկու վարժությունների գումարով

- 1. ՀԻՄՆԱՅԻՆ ՏԵՆՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ ՏԵՂՈՒՄ ԵՎ ՏԵՂԱՇԱՐԺՄԱՆ ԺԱՄԱՆԱԿ ՑՈՒԿԻ ՎԱՁԱ՝** խոցող հարվածների տեխնիկա
ՈՒՏԻ ՎԱՁԱ՝ կտրող հարվածների տեխնիկա
ԳԵՐԻ ՎԱՁԱ՝ ոտքով հարվածների տեխնիկա
ՈՒԿԵ ՎԱՁԱ՝ պաշտպանությունների տեխնիկա

Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ (6 հնարք):

Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր, սխալներով կատարված հնարքի համար՝ 1 միավոր, հնարքին չտիրապետելու դեպքում՝ 0 միավոր:

- 2. ԿԻՀՈՆ ԻՊՈՆ ԿՈՒՄԻՏԵ՝ պայմանավորված մարտ մեկ քայլով**
ՕՅ ՑՈՒԿԻ ՁՅՈՂԱՆ՝ ձեռքով հարված գլխին
ՕՅ ՑՈՒԿԻ ՉՈՒՂԱՆ՝ ձեռքով հարված կրծքին
ՄԱԵ ԳԵՐԻ ՉՈՒՂԱՆ՝ ոտքով ուղիղ հարված կրծքին
ՄԱՎԱՍԻ ԳԵՐԻ ԳԵՐԻ ՁՅՈՂԱՆ՝ ոտքով աղեղնաձև հարված գլխին

Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ (4 հնարք):

Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր, սխալներով կատարված հնարքի համար՝ 1 միավոր, հնարքին չտիրապետելու դեպքում՝ 0 միավոր:

Գրականություն՝ Աշխարհի կարատեի ֆեդերացիա <https://www.wkf.net/structure-statutes-rules>

ՌԵԿՏՈՐ, ՊՐՈՖԵՍՈՐ՝

Դ.Ս. ԽԻԹԱՐՅԱՆ