«ՀԱՍՏԱՏՈՒՄ ԵՄ»
ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐ
_____ Ժ. ԱՆԴՐԵԱՍՅԱՆ
«_____» _____ 2023Թ

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ «ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐԱՅԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ *(**ԿԱՐԱՏԵԴՈ**)* »
ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ
2023-2024 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 ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ 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 ՁՅՈԴԱՆ՝ ձեռքով հարված գլխին
ՕՅ ՑՈՒԿԻ ՉՈՒԴԱՆ՝ ձեռքով հարված կրծքին
ՄԱԵ ԳԵՐԻ ՉՈՒԴԱՆ՝ ոտքով ուղիղ հարված կրծքին
ՄԱՎԱՍԻ ԳԵՐԻ ԳԵՐԻ ՁՅՈԴԱՆ՝ 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**