

«ՀԱՍՏԱՏՈՒՄ ԵՄ»

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,

ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ՆԱԽԱՐԱՐ

_____ ժ. ԱՆԴՐԵԱՍՅԱՆ

«_____» _____ 2024թ.

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ «ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱԿԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (ՇԱՆՐԱՄԱՐՏ)»
ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ

2024-2025 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐԿԱ ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ ՈՒՍՈՒՅՄԱՆ
ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ
ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ ՀՆԱՐԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՅՈՂ ԴԻՄՈՐԴՆԵՐԻ
ՀԱՄԱՐ

Ընդունելության քննությունները անց են կացվում մեկ վարժությունից, որը
գնահատվում է 1-20 միավոր:

Ընդունելության քննությունները անց են կացվում հետևյալ առանձին
վարժություններից, որոնցից յուրաքանչյուրը գնահատվում է 1-20 միավորով

Տղամարդիկ

| Վարժություն | Մարզիկի անձնական քաշ + | Միավոր |
|---|---------------------------|--------|
| „Պառկած սեղմում „ ծանրաձողով Ստորին վեր.խնդիր ունեցողներ | -5 | 1 |
| | 0 | 4 |
| | +5 | 8 |
| | +10 | 12 |
| | +15 | 16 |
| | +20 | 20 |
| „Սեղմում ոտքերով „ մարզասարքի վրա Վերին.վեր.խնդիր ունեցողներ | 0 | 1 |
| | +10 | 4 |
| | +20 | 8 |
| | +30 | 12 |
| | +40 | 16 |
| | +50 | 20 |

Կանայք

| Վարժություն | Մարզիկի անձնական քաշ + | Միավոր |
|---|---------------------------|--------|
| „Պառկած սեղմում „ ծանրաձողով Ստորին վեր.խնդիր ունեցողներ | -5 | 1 |
| | 0 | 4 |
| | +2.5 | 8 |
| | 5 | 12 |
| | +7.5 | 16 |
| | +10 | 20 |
| „Սեղմում ոտքերով „ մարզասարքի վրա Վերին.վեր.խնդիր ունեցողներ | 0 | 1 |
| | +5 | 4 |
| | +10 | 8 |
| | +15 | 12 |
| | +20 | 16 |
| | +25 | 20 |

Ընդունելության քննության նորմերը և գնահատման չափորոշիչները կազմվել են հիմք ընդունելով ՀՀ ծանրամարտի ֆեդերացիայի կանոնակարգը և օգտվելով հետևյալ գրականությունից (Գ.Ն.Ազիզյան, Ա.Ռ.Դանիելյան, Զ.Ս.Հակոբյան, Ծանրամարտի տեսություն և մեթոդիկա, Ուսումնական ձեռնարկ):

ՌԵԿՏՈՐ, ՊՐՈՖԵՍՈՐ՝

Դ.Ս. ԽԻԹԱՐՅԱՆ