«ՀԱՍՏԱՏՈՒՄ ԵՄ»

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,

ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐ

_________________ Ժ. ԱՆԴՐԵԱՍՅԱՆ

«_________» ____________________ 2024Թ.

«ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ¦ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ «ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, «ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (***ՖՈՒՏԲՈԼ***) ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ

2024-2025 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐՎԱ ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ

Ն Ո Ր Մ Ա Տ Ի Վ Ն Ե Ր	**Մ Ի Ա Վ Ո Ր Ն Ե Ր**					
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
Վարժություն թիվ 1 Դարպասն ուղղահայաց ձողով բաժանված է երկու հավասար մասերի: Դարպասի դիմացից, 16,5 մ հեռավորությունից կատարվում է 3 հարված անշարժ գնդակին՝ դարպասի ընտրված կեսին (դիմորդի ընտրությամբ): Հաշվարկվում է լավագույն արդյունքը: Գնդակը դարպասային գիծը պետք է անցնի օդով: Վարժությունը գնահատվում է 1-6 միավորով:	Տ Ղ Ա Մ Ա Ր Դ Ի Կ					
	0 - 2 մ	2,01- 4 մ	4,01 - 6 մ	6,01- 8 մ	8,01 - 10 մ	10,01- 12 մ
	Կ Ա Ն Ա Յ Ք					
	0 - 2 մ	2,01 - 4 մ	4,01 - 6 մ	6,01- 7.5 մ	7.51 - 9 մ	9,01 - 10 մ

ՆՈՐՄԱՏԻՎՆԵՐ	ՄԻԱՎՈՐՆԵՐ							
	1	2	3	4	5	6	7	8
<u>Վարժություն թիվ 2</u> Վարժությունը կատարելու համար միմյանցից 7մ հեռավորության վրա դրվում են 5 կանգնակներ: Դիմորդը գնդակը ձեռքին կանգնում է մեկնարկային գծում, որը գտնվում է դարպասից 50մ հեռավորության վրա: Քննողի ազդանշանով գնդակը նետելով վեր սկսում է աճպարարություն աջ և ձախ ոտքերով հաջորդաբար, շարժվելով մինչև առաջին կանգնակը: Կատարվում է 4 հպում: Վարելով շրջանցում է կանգնակները, հասած տուգանային գծին,հարվածում է դարպասին օդից: Վարժությունը գնահատվում է առաջադրված պայմանների համաձայն և ժամանակով: Ժամանակը հաշվվում է գնդակը ձեռքից նետելու պահից մինչև գնդակի դարպասային գծի հատելը: Աճպարարության ժամանակ գնդակը կորցնելու դեպքում վարժությունը շարունակվում է սխալը թույլ տված տեղից, առանց ձեռքերի օգնության: Տրվում է երկու փորձ, որից ընտրվում է լավագույն արդյունքը: Վարժությունը գնահատվում է 1-8 միավորով:	Տ Ղ Ա Մ Ա Ր Դ Ի Կ							
	11.1 – 11.2 վրկ	**10.9 - 11.0 վրկ**	**10.7 - 10.8 վրկ**	**10.5 - 10.6 վրկ**	**10.2 - 10.4 վրկ**	**9.9 - 10.1 վրկ**	**9.6 - 9.8 վրկ**	**9.3 – 9.5 վրկ**
	Կ Ա Ն Ա Յ Ք							
	11.3 – 11.4 վրկ	**11.1 - 11.2 վրկ**	**10.9- 11.0 վրկ**	**10.7 - 10.8 վրկ**	**10.4- 10.6 վրկ**	**10.1 - 10.3 վրկ**	**9.9 – 10.0 վրկ**	**9.7 – 9.8 վրկ**

<table>
<tr><td rowspan="2">ՆՈՐՄԱՏԻՎՆԵՐ</td><td colspan="24">ՄԻԱՎՈՐՆԵՐ</td></tr>
<tr><td colspan="4">1</td><td colspan="4">2</td><td colspan="4">3</td><td colspan="4">4</td><td colspan="4">5</td><td colspan="4">6</td></tr>
<tr><td rowspan="4"><u>Վարժություն թիվ 3.</u>

Հարված գնդակին 5մ լայնությամբ միջանցքում: Տրվում է երկու փորձ, հաշվարկվում է թռիչքի հեռավորությունը և դիպուկությունը
Վարժությունը գնահատվում է 1-6 միավորով:</td><td colspan="24">Տ Ղ Ա Մ Ա Ր Դ Ի Կ</td></tr>
<tr><td colspan="4">17 - 20 մ</td><td colspan="4">21 – 24 մ</td><td colspan="4">25 – 28 մ</td><td colspan="4">29 – 32 մ</td><td colspan="4">33 – 36 մ</td><td colspan="4">37 – 40 մ</td></tr>
<tr><td colspan="24">Կ Ա Ն Ա Յ Ք</td></tr>
<tr><td colspan="4">12 - 15 մ</td><td colspan="4">16 - 19 մ</td><td colspan="4">20- 23 մ</td><td colspan="4">24 – 27 մ</td><td colspan="4">28 – 31 մ</td><td colspan="4">32 – 35 մ</td></tr>
<tr><td>Դարպասապահները կատարում են թիվ 1, 3 և 4 վարժությունները:</td><td colspan="4"></td><td colspan="4"></td><td colspan="4"></td><td colspan="4"></td><td colspan="4"></td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"><u>Վարժություն թիվ 4</u>

¶Ý¹³ïÇ Ý»ïáõÙ Ó»éùáí Áëï Ñ»é³íáñáõÃÛ³Ý ..</td><td colspan="24">Տ Ղ Ա Մ Ա Ր Դ Ի Կ</td></tr>
<tr><td colspan="3">1</td><td colspan="3">2</td><td colspan="3">3</td><td colspan="3">4</td><td colspan="3">5</td><td colspan="3">6</td><td colspan="3">7</td><td colspan="3">8</td></tr>
</table>

¹ÇåáṏÏáõ̃ÃÛ³Ý 3 Ù É³ÛÝáõÃÛ³Ùµ ÙÇç³ÝóùáõÙ: îñíáõÙ ¿ 2 ÷áñÓ (ÁÝïñíáõÙ ¿ É³í³·áõÛÝ ³ñ¹ÛáõÝùÁ): Վարժությունը գնահատվում է 1-8 միավորով:	15 - 16 մ	17 - 18 մ	19 - 20 մ	21 - 22 մ	23 - 24 մ	25 - 26 մ	27 - 28 մ	29 - 30 մ
	Կ Ա Ն Ա Յ Ք							
	12 - 13 մ	14 - 15 մ	16 - 17 մ	18 - 19 մ	20 - 21 մ	22 - 23 մ	24 - 25 մ	26 - 27 մ

ԾԱՆՈԹՈՒԹՅՈՒՆ. Վարժությունները գնահատվում են. Թիվ 1՝ 6 միավոր, թիվ 2՝ 8 միավոր, թիվ 3՝ 6 միավոր, թիվ 4՝ 6 միավոր: Վերջնական գնահատականը որոշվում է անցկացված 3 վարժություններից վաստակած միավորների գումարով:

ՌԵԿՏՈՐԻ Ժ/Պ՝ Տ.Գ. ՍԻՄՈՆՅԱՆ