



ՏՐԱՅՄԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ՝
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ ՏՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱԿԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ
(ԹԱԵԶՎՈՆԴՈՒ)՝ ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ
2025-2026 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐՎԱ ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ
ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ

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

ՀԻՄՆԱՅԻՆ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ ՏԵՂՈՒՄ, ՇԱՐԺՄԱՆ ՄԵՋ

1. Խոցող հարվածների տեխնիկա, հարվածներ ուղքով տեղում՝ գոտկատեղի եւ
գլխի բարձրությամբ՝
 - Ապ չափի (հարված առաջ)
 - Դոյո չափի (հարված կողքից)
 - Ներյո չափի (հարված վերելից)
2. Խոցող հարվածների տեխնիկա քայլերով, հարվածներ ուղքով՝ գոտկատեղի եւ
գլխի բարձրությամբ՝
 - Ապ չափի (հարված առաջ)
 - Դոյո չափի (հարված կողքից)
 - Ներյո չափի (հարված վերելից)
3. Հարվածներ ձեռքով եւ պաշտպանական տեխնիկա՝
 - Ջոջիում սուգի դիրքից Մոնտոն չիրուգի հարվածի կատարում
 - Ջոջիում սուգի դիրքից Մոնտոն մակի (իրանի պաշտպանություն)
 - Ջոջիում սուգի դիրքից Արե մակի (գոտկատեղից ներքեւ պաշտպանություն)
 - Ջոջիում սուգի դիրքից Օլգուլ մակի (գլխի պաշտպանություն)
 - Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ (6 հնարք):
 - Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր,
սխալներով կատարած հնարքի համար՝ 1 միավոր:

ՄԵՆԱՄԱՐՏԱՅԻՆ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ

Հակահարվածային դրվագների ցուցադրում, պայմանական մենամարտի ժամանակ
գոտկատեղի եւ գլխի բարձրությամբ:

Ուղքով հարվածների կիրառում, պայմանական մենամարտի ժամանակ՝
գոտկատեղի եւ գլխի բարձրությամբ:

Ձեռքով հարվածներ պայմանական մենամարտի ժամանակ

Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ (4 հնարք):

Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր,
սխալներով կատարած հնարքի համար՝ 1 միավոր:

Գրականություն՝ <http://www.kukkiwon.or.kr/front/eng/information/regulations.action>