§ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ¦
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ §ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,
«ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐԱՅԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (ՁՅՈՒՈ)»
ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ
2025-2026 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐՎԱ **ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ** ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ
ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ
ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ

Կանգնած դրությունից տեխնիկան գնահատվում է առավելագույնը 12 միավոր, պարտեր դրությունից՝ 8 միավոր: Վերջնական գնահատականը որոշվում է երկու վարժությունների հանրագումարով:

1. ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ ԿԱՆԳՆԱԾ ԴՐՈՒԹՅՈՒՆԻՑ (իրանի օգնությամբ կատարվող հնարքներ, տակահատումներ, ոտնախփումներ, ոտնդիրներ, կառչումներ):

Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ □6 հնարք□:

2. ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ ՊԱՌԿԱԾ ԴՐՈՒԹՅՈՒՆԻՑ (պահումներ, ձեռքի ցավեցնող հնարքներ, խեղդող հնարքներ):

Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ □4 հնարք□:

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

Գրականություն՝ Առաքելյան Վ. Բ. , Սաղյան Բ. Զ., «Ձյուդո ըմբշամարտ, Ուսումնական ձեռնարկ», Երևան, 2009թ. , Խիթարյան Դ. Ս. , «Ձյուդո, Ուսումնական ձեռնարկ», Երևան, 2017թ.