



ՏՐԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՄՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ՝ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ
ՏՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, «ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ
ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՄՊՈՐՏԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (ՍԵՂԱՆԻ ԹԵՆԻՍ)՝ ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ
ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ

2025-2026 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐՎԱ **ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ** ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ
ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ԶԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ
ՀՆԱՐԱԿՈՐՈՒԹՅՈՒՆ ՈՒՆԵՑՈՂ ԴԻՄՈՐԴՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Ընդունելության քննությունները հաշվարկվում են 20 միավորի սկզբունքով և անցկացվում են 3
նորմաներից, որոնցից յուրաքանչյուրը գնահատվում է առավելագույնը 1-7 միավորով:

Վարժություն N 1. Սկզբնահարված աջից և ձախից տարբեր գոտիներին:

Սկզբնահարվածը կատարվում է թենիսի սեղանին նշագծված 30x30սմ չափերի երկու նշանակետերին:
Կատարվում է 8 սկզբնահարված, յուրաքանչյուր նշանակետին 4-ական:

Վարժությունը գնահատվում է 1-5 միավոր:

Կատարման քանակը	2	4	5	7	8
Տրվող միավորը	1	2	3	4	5

Վարժություն N 2. Աջից հակահարված (յուրաքանչյուր կողմի համար տրվում է 30-ական վրկ.):

Վարժությունը գնահատվում է 1-5 միավոր:

Կատարման քանակը	30	35	40	50	60
Տրվող միավորը	1	2	3	4	5

Վարժություն N 3. Ձախից հակահարված (յուրաքանչյուր կողմի համար տրվում է 30-ական վրկ.):

Վարժությունը գնահատվում է 1-5 միավոր:

Կատարման քանակը	30	35	40	50	60
Տրվող միավորը	1	2	3	4	5