



**ՏՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏԻ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄԻ
 ՏՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱԿԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ» ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, «ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ
 ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ (ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՐԵՐ)՝
 ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ
 2025-2026 ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՏԱՐԿԱ ԱՌԿԱ ԵՎ ՀԵՌԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ
 ԸՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ**

Ընդունելության քննություններն անցկացվում են 3 ծրագրերով՝

1. Լատինաամերիկյան ծրագիր՝ սամբա, չա-չա-չա, ռումբա, պասադոբլ, ջայվ:
2. Եվրոպական ծրագիր՝ դանդաղ վալս, տանգո, վիեննական վալս, դանդաղ ֆոկստրոտ, կվիկստեպ:
3. Անհատական կամ զուգապար՝ 1,5-2 ռեպե տևողությամբ պար, նախօրոք կազմված բովանդակությամբ:

ԼԱՏԻՆԱՄԵՐԻԿԱՆ ԾՐԱԳԻՐ					
ՍԱՄԲԱ			ՉԱ-ՉԱ-ՉԱ		
1	հիմնական քայլ	0,5	1	հիմնական քայլ	0,5
2	վիսկ աջ և ձախ	1,0	2	Նյու-յորք	1,0
3	սամբա քայլ կռուզադո	1,0	3	ծեռք-ծեռքի	1,0
4	առաջընթաց ֆոտո բոգո	1,0	4	սփոտ պտույտ	1,0
5	հետընթաց բոտո ֆոգո	1,0	5	եռակի չա-չա-չա	1,0
6	կորտա ջակա	1,0	6	հովիար	1,0
7	սամբա քայլ տեղում	1,5	7	ալիմանա	1,5
8	վոլտա	1,5	8	մական	1,5
9	սոլո վոլտա տեղում	1,5	9	փակ հիփ թվիստ	1,5
10 միավոր			10 միավոր		
ՊԱՍԱՂՈՒԼ			ՌՈՒՄԲԱ		
1	սյուռ պլաս	1,0	1	հիմնական քայլ	0,5
2	հիմնական քայլ	1,0	2	Նյու-յորք	0,5
3	ապպել	1,0	3	ծեռք-ծեռքի	1,0
4	շաստե աջ և ձախ բարձրանալով և առանց բարձրանալու	1,0	4	սփոտ պտույտ	1,0
5	պրոմենադ օղակ	1,0	5	հիմնական քայլ առաջ և հետ	1,0
6	փակ պրոմենադ	1,0	6	քայլ կողմ	1,0
7	շաստե պլաշ	1,0	7	հովիար	1,0
8	ֆոլովեյ ավարտից բաժանում	1,0	8	ալիմանա	1,0
9	թվիստ պտույտ	1,0	9	մական	1,0
10	տասնվեց	1,0	10	փակ հիփ թվիստ	1,0
			11	կուկառաչա	1,0
10 միավոր			10 միավոր		
ՋԱՅՎ					
1	ֆոլովեյ ռոք	1,0			
2	ֆոլովեյ ռոք շաստե	1,0			

3	լինկ ռոք և լինկ	1,0
4	տեղափոխում աջից ձախ	1,0
5	տեղափոխում ձախից աջ	1,0
6	ծեռքերի փոխանակում մեջքի հետևից	1,0
7	ամերիկյան սպին	1,0
8	կիկ բոլ չեյնջ	1,0
9	ստոպ ընդ գոու	2,0
10 միավոր		

ԵՎՐՈՊԱԿԱՆ ԾՐԱԳԻՐ					
ԴԱՆԴԱՂ ՎԱՆՍ			ՏԱՆԳՈ		
1	փակ փոփոխական քայլ աջ և ձախ ոտքից	1,5	1	բաց պրոմենադ	1,0
2	աջ դարձում	1,5	2	առաջընթաց քայլ	1,0
3	ձախ դարձում	1,5	3	առաջընթաց օղակ	1,5
4	վիսկ	2,0	4	փակ պրոմենադ	1,5
5	շաստե պրոմենադ դիրքից	2,0	5	սվիվ	1,5
			6	բաց ձախ դարձում աղջիկը կողքից	1,5
			7	կորստե հետ	2,0
10 միավոր			10 միավոր		
ՎԻԵՆՆԱԿԱՆ ՎԱՆՍ			ԴԱՆԴԱՂ ՖՈԿՍՏՐՈՏ		
1	աջ դարձում	2,5	1	փետրածև քայլ	1,5
2	ձախ դարձում	2,5	2	եռակի քայլ	1,5
3	փոփոխական քայլ աջ և ձախ ոտքից	2,5	3	աջ դարձում	2,0
4	ֆլեկեր աջ և ձախ	2,5	4	ձախ դարձում և փետրածև ավարտ	2,0
			5	փակ իմպետուս և փետրածև ավարտ	3,0
10 միավոր			10 միավոր		
ԿՎԻԿՍԵՊ					
1	քառակի դարձում	1,0			
2	աջ դարձում	1,0			
3	աջ դարձում պահումով	1,5			
4	զիգ-զազ	1,5			
5	աջ սպին դարձումով	1,5			
6	առաջընթաց շաստե	1,0			
7	յոկ առաջ	1,0			
10 միավոր					

ԱՆՀԱՏԱԿԱՆ ԿԱՄ ՉՈՒԳԱՊԱՐ

1,5-2 թույլե տևողությամբ պար, կազմված նախօրոք ընտրված բավանդակությամբ:

ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՐԵՐԻ ԲԱԶՄԱՄԱՐՏԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ՄԻԱԿՈՐՆԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆՆԵՐԸ

Դիմորդը քննություն է հանձնում 5 լատինաամերիկյան, 5 եվրոպական պարերի որևէ մեկից՝ ըստ վիճակահանության և 1,5-2 թույլե տևողությամբ անհատական պարից կամ զուգապարից՝ նախօրոք կազմված բավանդակությամբ:

հավաքած միավոր	գնահատական
30,0 – 29,5	20
29,4 – 29,0	19
28,9 - 28,5	18

28,4 – 28,0	17
27,9 – 27,5	16
27,4 – 27,0	15
26,9 – 26,5	14
26,4 – 26,0	13
25,9 – 25,5	12
25,4 – 25,0	11
24,9 – 24,5	10
24,4 – 24,0	9
23,9 – 23,5	8
23,4 – 23,0	7
22,9 – 22,5	6
22,4 – 22,0	5
21,9 – 21,5	4
21,4 – 21,0	3
20,9 – 20,5	2
20,4 – 20,0	1

ԾԱՆՈԹՈՒԹՅՈՒՆ. Սպորտային պարերի ընդհանուր գնահատականը որոշվում է 3 ծրագրից վաստակած միավորների առավելագույն գումարով: Յուրաքանչյուր ծրագիր գնահատվում է առավելագույնը 10 միավորով: 1-7 գնահատականը հաշվարկի մեջ չի մտնում:

- Հաշվի են առնվել մարզական կարգերի Նորմերն ըստ ֆեդերացիաների գործող պահանջների
- <https://www.worlddancesport.org/>