***«ՀԱՍՏԱՏՈՒՄ ԵՄ»***

***ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ,***

***ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐ***

 ***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ա. ՀԱՐՈՒԹՅՈՒՆՅԱՆ***

 ***«\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020Թ.***

**§ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ¦ ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ §ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՈՒԹՅՈՒՆ, ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ՍՊՈՐԱՅԻՆ ՄԱՐԶՈՒՄՆԵՐ¦ ԲԱԿԱԼԱՎՐԻ ԿՐԹԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐՈՎ՝ *§ԿԱՐԱՏԵԴՈ¦* ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ 2020 ԹՎԱԿԱՆԻ ԱՌԿԱ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅԱՆ ՔՆՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՆՈՐՄԵՐԸ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՉԱՓՈՐՈՇԻՉՆԵՐԸ**

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

1. **ՀԻՄՆԱՅԻՆ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄ ՏԵՂՈՒՄ ԵՎ ՏԵՂԱՇԱՐԺՄԱՆ ԺԱՄԱՆԱԿ**

**ՑՈՒԿԻ ՎԱՁԱ՝** խոցող հարվածների տեխնիկա

**ՈՒՏԻ ՎԱՁԱ՝** կտրող հարվածների տեխնիկա

**ԳԵՐԻ ՎԱՁԱ՝** ոտքով հարվածների տեխնիկա

**ՈՒԿԵ ՎԱՁԱ՝** պաշտպանությունների տեխնիկա

***Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ 6 հնարք։***

Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր, սխալներով կատարված հնարքի համար՝ 1 միավոր, հնարքին չտիրապետելու դեպքում՝ 0 միավոր։

1. **ԿԻՀՈՆ ԻՊՈՆ ԿՈՒՄԻՏԵ՝ պայմանավորված մարտ մեկ քայլով**

**ՕՅ ՑՈՒԿԻ ՁՅՈԴԱՆ**՝ ձեռքով հարված գլխին

**ՕՅ ՑՈՒԿԻ ՉՈՒԴԱՆ**՝ ձեռքով հարված կրծքին

**ՄԱԵ ԳԵՐԻ ՉՈՒԴԱՆ**՝ ոտքով ուղիղ հարված կրծքին

**ՄԱՎԱՍԻ ԳԵՐԻ ԳԵՐԻ ՁՅՈԴԱՆ**՝ ոտքով աղեղնաձև հարված գլխին

***Հնարքները տրվում են քննող դասախոսի հայեցողությամբ 4 հնարք։***

Յուրաքանչյուր հնարքի անսխալ կատարման համար տրվում է 2 միավոր, սխալներով կատարված հնարքի համար՝ 1 միավոր, հնարքին չտիրապետելու դեպքում՝ 0 միավոր։

 Գրականություն՝ Աշխարհի կարատեի ֆեդերացիա <https://www.wkf.net/structure-statutes-rules>

**ՌԵԿՏՈՐԻ ՊԱՇՏՈՆԱԿԱՏԱՐ, ՊՐՈՖԵՍՈՐ՝ Դ.Ս. ԽԻԹԱՐՅԱՆ**