

ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ

1. Կրակային պատրաստություն (հրաձգություն մենամարտ վարժասարքից)

Հրաձգությունը կատարվում է 7 մետր հեռավորությունից, կանգնած դրությունից (հենարանին հենված դիրքից): Թիրախ N° 7:

Կատարվում է 2 փորձնական և 3 ստուգիչ կրակոց:

Լավագույնն է ճանաչվում առավելագույն միավորներ հավաքած մասնակիցը:

2. Շարային պատրաստություն

Մասնակիցների կատարմամբ շարային վարժաձևերից ստուգվում են՝

1) վարժաձևերի անհատական կատարում

– շարային կեցվածք

– դարձումներ տեղում

– շարային քայլ

– դարձումներ շարժման ժամանակ

– զինվորական ողջունի կատարում տեղում և շարժման ընթացքում

– պետին մոտենալ և հեռանալ

Գնահատումը կատարվում է 5 (հինգ) բալային համակարգով համաձայն ՆԶՊ գնահատման չափանիշների՝ յուրաքանչյուր վարժաձևի համար:

Լավագույնն է ճանաչվում առավելագույն միավորներ հավաքած մասնակիցը:

3. Ինքնաձիգի ոչ լրիվ քանդում-հավաքում

Վարժության կատարման հերթականությունը՝ քանդել և հանել պահեստատուփը, լիցքավորել ինքնաձիգը՝ փողը դեպի վեր 45°, կատարել ստուգիչ կրակոց, հանել շամփուրը, հանել պատկանելիքը, հանել փողատուփի կափարիչը, հանել հետադարձ մեխանիզմը, հանել փակադակի շրջանակը, փակադակի շրջանակից անջատել փակադակը, բացել փողի պահպանակը, հանել զագային խողովակը: Հավաքել՝ հակառակ հերթականությամբ:

Լավագույնն է ճանաչվում նվազագույն ժամանակահատվածում առաջադրանքը կատարած մասնակիցը: Առաջադրանքի կատարման հերթականության խախտման դեպքում մրցավարի կողմից արձանագրվում և նշվում է կատարած խախտումը: Յուրաքանչյուր խախտման համար հիմնական ժամանակին ավելացվում է 5 (հինգ) տուգանային վայրկյան:

4. Ձեռքի հարձակողական նոնակների նետում հեռավորության վրա

Նետումը կատարվում է ուսումնական ՌԳԴ - 5 կամ Ջ - 1 նոնակով (առանց լծակի): Նոնակը մասնակցին տրվում է նետման վայրում, մրցավարի կողմից: Նետումները կատարվում են հեռավորության վրա՝ ՀՀ ՊՆ հրաձգության դասընթացի հարձակողական և պաշտպանողական նոնակների նետման 1-ին վարժության պահանջների համաձայն: Վարժության կատարման համար տրվում է 2 նոնակ՝ 1 հատ փորձնական և 1 հատ ստուգողական: Նետումը կատարվում է տեղից՝ կանգնած դիրքից:

Վարժությունը կատարելու համար յուրաքանչյուր մասնակցի տրվում է 2 բոպե ժամանակ և 2 նոնակ: Նետման արդյունքը գրանցվում է նոնակի նետման դաշտի հետ առաջին հպմամբ՝ նշագիծը ներառյալ: Գլորվելով կամ կրկնակի ցատկով խոցումը չի գրանցվում: Մրցավարը յուրաքանչյուր նետումից անմիջապես հետո հայտնում է արդյունքը՝ նշելով հեռավորությունը ըստ մետրերի:

Միավորները հաշվարկվում են համաձայն ստորև բերված աղյուսակի:

Մասնակիցներ	Միավորներ		
	3 միավոր	4 միավոր	5 միավոր
Տղաներ	25 մետր	30 մետր	35 մետր
Աղջիկներ	20 մետր	25 մետր	30 մետր

5. Ձգում պատաճողից և հենում պատկած դրությունից

– Ձգում պատաճողից (կատարում են տղաները)

Տղաները վարժությունը կատարում են կախ դրությունից, ձեռքերի բռնվածքը՝ ավերը դուրս, ոտքերի թաթերը ձգված վիճակում: Վարժությունը համարվում է կատարված միայն այն դեպքում, երբ վերձգման ժամանակ մասնակցի ծնոտը հավասարվում է պատաճողին: Մասնակցում են թիմի բոլոր տղաները

– Հրումներ պատկած դիրքից (կատարում են աղջիկները)

Աղջիկները վարժությունը կատարում են հատակից 30 սմ բարձրության հենարանին հենված, ձեռքերը գատած, ոտքերը միասին: Վարժությունը համարվում է կատարված միայն այն դեպքում, երբ ձեռքերը ամբողջությամբ ծալված և բացված են լինում:

Լավագույնն է ճանաչվում վարժությունը առավելագույն քանակությամբ ճիշտ կատարած մասնակիցը:

6. Կրոսավզք

(1000 մ): Մրցումն անցկացվում է համաձայն արժետիկայի կանոնակարգի: Մասնակցում են թիմի տղաները:

(500 մ): Մրցումն անցկացվում է համաձայն արժետիկայի կանոնակարգի: Մասնակցում են թիմի աղջիկները:

Լավագույնն է ճանաչվում նվագագույն ժամանակահատվածում նշված տարածությունը հաղթահարած մասնակիցը:

7.Տեղագրություն

Հորիզոնի կողմերի որոշումը առանց քարտեզի¹:

1.Կողմնորոշում Արևով և ժամացույցով (գտնում է հորիզոնի հարավային կողմը և շարժվում է հուշաթերթիկում նշված ուղղությամբ, հասնում է նախատեսված վայրը):

2.Կողմնորոշվել բևեռային Աստղով (գտնում է Բևեռային աստղը, որոշում է հորիզոնի կողմերը և շարժվում է հուշաթերթիկում տրված ուղղությամբ և հասնում է նախատեսված վայրը):

3.Կողմնորոշվել կողմնացույցով (գործարկում է կողմնացույցը՝ Ադրիանովի, որոշում է հյուսիսը, որոշում է հուշաթերթիկում տրված դեպի կողմնորոշիչը տանող ուղղությունը, շարժվում է այդ ուղղությամբ և հասնում է նախատեսված վայրը):

Գնահատումը կատարվում է համաձայն ստորև բերված աղյուսակի.

№	Գնահատվող գործողությունը	Գնահատում	
1	Կողմնացույցը գործարկելը ²	1	5
	Տրված ուղղության որոշելը	2	
	Նախատեսված վայր հասնելը	2	
2.	Ժամացույցի սլաքը տեղադրում է դեպի Արեգակը ³	1	5
	Մտովի կիսվող անկյունը ընտրելը	2	
	տրված ուղղության որոշելը և նախատեսված վայր հասնելը	2	
3.	«Մեծ արջ» համաստեղությունը գտնելը	2	5
	«Բևեռային աստղը» գտնելը	2	
	Տրված ուղղությունը որոշելը և նախատեսված վայր հասնելը	1	

¹ . Բևեռային Աստղով, Արևով և ժամացույցով կողմնորոշումները անց են կացվում եղանակային բարենպաստ պայմանների առկայության դեպքում:

²Արգելակից հանելը և հյուսիսային ուղղությունը որոշելը:

³Ընտրում է Արեգակի հետ համընկնող սլաքը