

Պետական կամ համայնքային կազմակերպությունների  
արտադարձական ծրագրեր իրականացնող  
մանկավարժական աշխատողների (մարզիչների)  
կամավոր ատեստավորման թեստի

ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ

**ՆԱԽԱԲԱՆ**

Ուղեցույցում ներկայացվում են թեստի կառուցվածքը, տրվում են առաջադրանքների կառուցվածքային տեսակների նկարագրությունը, գնահատման չափանիշները, պատասխանների՝ ձևաթղթում լրացման կարգի բացատրությունները և գրականության ցանկը:

**ԹԵՍՏԻ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ**

Թեստը պարունակում է 38 առաջադրանք, որոնցից հնարավոր է վաստակել առավելագույնը 54 միավոր:

Բովանդակային առումով թեստում ընդգրկված են առաջադրանքներ, որոնք վերաբերում են՝

- տվյալ մարզածևին՝ 8 առաջադրանք, որոնցից հնարավոր է վաստակել առավելագույնը 10 միավոր,
- սպորտի տեսությանը և սպորտի հոգեբանությանը, որոնցից հնարավոր է վաստակել առավելագույնը 44 միավոր:

Կառուցվածքային առումով առաջադրանքներն ունեն հետևյալ 2 տեսակները՝ ընտրովի պատասխանով և կարճ պատասխանով:

Ընտրովի պատասխանով առաջադրանքների դեպքում տրվում են պատասխանի 4-ական տարբերակներ, որոնցից պետք է ընտրել մեկը: Ճիշտ պատասխանի դեպքում տրվում է 1 միավոր: Սխալ պատասխանի կամ պատասխանի բացակայության դեպքում միավոր չի տրվում:

Կարճ պատասխանով առաջադրանքների դեպքում տրվում են 7 տարբերակներ, որոնցից պահանջին համապատասխանում են որևէ 3-ը. դրանցից յուրաքանչյուրի համարի ճիշտ նշման դեպքում միավոր է տրվում. այսպիսով, տվյալ առաջադրանքներից հնարավոր է վաստակել 1, 2 և առավելագույնը 3 միավոր:

## ՁԵՎԱԹՂԹԻ ԼՐԱՑՄԱՆ ԿԱՐԳԸ

Ընտրովի պատասխանով առաջադրանքների դեպքում ճիշտ պատասխանին համապատասխանող վանդակում հարկավոր է դնել X նշանը: Միևնույն առաջադրանքի համարի տակ մեկից ավելի նշում կատարելու դեպքում տվյալ առաջադրանքը գնահատվում է 0:

Կարճ պատասխանով առաջադրանքներից յուրաքանչյուրի ճիշտ պատասխանի համարներին համապատասխանող վանդակներում հարկավոր է դնել X նշանը: Չի կարելի կատարել 3-ից ավելի նշում: Տվյալ առաջադրանքի տողում ցանկացած 4 և ավելի նշում ունենալու դեպքում առաջադրանքը գնահատվում է 0, եթե անգամ ճիշտ են որևէ 1, 2 կամ 3 նշումներ:

## ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

### Սպորտի տեսություն

1. Ղազարյան Ֆ. Գ., Սպորտային պատրաստության հիմունքները, Եր., 1993, 212 էջ
2. Ղազարյան Ֆ. Գ., Սպորտային պատրաստության տեսություն և մեթոդիկա, Եր., 2011, 104 էջ

### Սպորտի հոգեբանություն

1. Թ.Շ.Սոֆյան Հոգեկանոնավորման հիմունքները մարզիկի պատրաստվածության համակարգում, Եր., 2018, 119 էջ
1. Հ.Ա.Բաբայան, Ա.Գ.Ստեփանյան, Վ.Ղ.Գեղամյան, Թ.Շ. Սոֆյան, Հոգեբանության գիտահետազոտական մեթոդները սպորտում, Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Եր. 2016, 235 էջ
2. Սպորտի հոգեբանություն, դասագիրք ֆիզիկական կուլտուրայի ինստիտուտների ուսանողների համար, Պ. Ա. Ռուդիկի խմբ., 1976, 180 էջ

### Աթլետիկա

3. Թեթև ատլետիկա. Մաս I ընդ. խմբագր. Ն. Գ. Օզոլինի և Դ. Պ. Մարկովի, 1977, 478 էջ, (էջեր 249-285)
4. Թեթև ատլետիկա Մաս II ընդ. խմբագր. Ն. Գ. Օզոլինի և Վ. Ի. Վորոնկովի, 1982, 330 էջ, (էջեր 284-298)
5. Վ. Ա. Համբարձումյան, Աթլետիկա. գնդի հրում և սկավառակի նետում, Եր., 2007, 140 էջ
6. Մ. Ս. Հայրապետյան, Աթլետիկա. արագավազք և փոխանցավազք, Եր., 2007, 145 էջ

## **Դահուկային սպորտ**

1. Տիրացույան Ա.Հ., Դահուկասպորտ, ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2008, 187 էջ
2. Հակոբյան Գ. Դահուկային սպորտ, ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 1996, 139 էջ

## **Բռնցքամարտ**

1. Դավթյան Դ. Բռնցքամարտի տեխնիկան և տակտիկան, Եր., 1992, էջեր 1-40
2. Դավթյան Դ. Անտոնյան Ա. Բռնցքամարտ, Եր., 2002, 207 էջ
3. Ներսեսյան Վ. Ա., Աբրահամյան Մ. Ս., Անտոնյան Ա. Լ., Մելքումյան Ա. Ա., «Ձախլիկ» բռնցքամարտիկները և կեցվածքի փոփոխության առանձնահատկությունները. ուսումնական ձեռնարկ., Եր., 2010, 100 էջ
4. Դավթյան Դ. Մ., Անտոնյան Ա. Լ. Մարզական գործընթացի կազմակերպման որոշ ուղղությունները բռնցքամարտում, Եր., 2004. էջեր 12-55

## **Ծանրամարտ**

1. Գ. Ն. Ազիզյան, Հ. Մ. Վանեսյան «Ծանրամարտ» մեթոդական ձեռնարկ
2. Գ. Ն. Ազիզյան, Ա. Ռ. Դանիելյան, Զ. Ս. Հակոբյան «Ծանրամարտի տեսություն և մեթոդիկա» ուսումնական ձեռնարկ

## **Բասկետբոլ**

1. Ե. Լ. Դավթյան, «Հայաստանի բասկետբոլի պատմությունը (1920-2014)» Եր., 2014թ .
2. Ե. Լ. Դավթյան, «Բասկետբոլ» Եր., 2009թ.
3. Հ. Ռոտոմյան, Դ. Մուրադյան, «Բասկետբոլ խաղի պաշտոնական կանոնները», Եր., 2012թ.
4. Ա. Թումասյան, «Բասկետբոլի պատմությունը», Եր., 2017թ.
5. <https://arinatu86.wordpress.com>

## **Սեղանի թենիս**

1. Ռ. Ա. Բեգոյան, Սեղանի թենիս, 2006թ. (ուսումնական ձեռնարկ)
2. Ռ. Ա. Բեգոյան, Ժամանակակից մարզման և ուսուցման առանձնահատկությունները սեղանի թենիսում, 2007թ. (ուսումնական ձեռնարկ)
3. Ռ. Ա. Բեգոյան, Սեղանի թենիս բուհերի ուսանողների համար, 2011թ. (ուսումնական ձեռնարկ)
4. Ռ. Ա. Բեգոյան, Մարզախաղեր. Խաղի կանոնները, 2007թ.

### **Հունահռոմեական ըմբշամարտ**

1. Վ. Բ. Հասրաթյան, Մարզական տարեգրություն. Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2011 թ.
2. Խ. Թ. Հարությունյան, Վ. Բ. Հասրաթյան, Հ. Լ. Կարապետյան, Ըմբշամարտի տեղեկատու, Եր. 2013 թ.
3. Վ. Բ. Առաքելյան, Բ. Զ. Սաղյան, Կ. Կիրակոսյան, Է. Գալտազազյան, Հունահռոմեական ըմբշամարտ. Ուսումնական ձեռնարկ

### **Ազատ ըմբշամարտ**

1. Վ. Բ. Հասրաթյան, Մարզական տարեգրություն. Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2011 թ.
2. Խ. Թ. Հարությունյան, Վ. Բ. Հասրաթյան, Հ. Լ. Կարապետյան, Ըմբշամարտի տեղեկատու, Եր. 2013 թ.
3. Վ. Բ. Առաքելյան, Հ. Գ. Գալստյան, Խ. Թ. Հարությունյան, Ազատ ըմբշամարտ

### **Կարատե**

1. Վ. Գևորգյան, Կարատեդոյի տերմինաբանությունը և դասակարգումը. Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2014 թ.
2. Ա. Ղարախանյան, Կատայի դերը կարատեում. Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2017 թ.
3. Ա. Ղարախանյան, Կատայի պատմությունը. Ուսումնական ձեռնարկ, , հ. 1, Եր., 2017 թ.

### **Սամբո**

1. Վ. Բ. Առաքելյան, Բ. Զ. Սաղյան, Սամբո ըմբշամարտ, Եր., 2007 թ.

### **Ձյուղո**

2. Դ. Խիթարյան, Ձյուղո. Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., 2014թ.
3. Վ. Բ. Առաքելյան, Բ. Զ. Սաղյան, Ձյուղո ըմբշամարտ, Եր., 2009 թ.