



**T.C.**  
**BAYBURT ÜNİVERSİTESİ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU**

**ANTRENÖRLÜK BÖLÜMÜ**

**ÖZEL YETENEK SINAVI**

**(Ön Kayıt, Sınav Uygulamaları, Kesin Kayıt**

**ve Uzmanlık Branş Seçimi)**

**KILAVUZU**

**2016**

## **A. Amaç ve Kapsam**

Bu kılavuz Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Bölümü ön kayıt ve özel yetenek sınavı ile öğrenci alınmasına ve eğitimine ilişkin esasları düzenler.

Kılavuz; Antrenörlük Bölümüne giriş için ön kayıt yaptıracak adayların başvuru, değerlendirme, kazanan adayların belirlenmesi, sınav sonuçlarının ilanı, kesin kayıt koşulları ile eğitim süreci ile ilgili hükümleri kapsar.

Antrenörlük Bölümü'nü kazanan adaylar, özel yetenek sınavına girdikleri branştan uzmanlık eğitimi alırlar; sağlık nedenleri de dâhil her ne sebeple olursa olsun öğrenim süresi içinde uzmanlık dalını değiştiremezler.

Uzmanlık alanları, özel yetenek sınavında var olan branşları kapsar. Bu branşlardan giren milli sporcular içinde geçerlidir. Atletizm, Basketbol, Futbol, Güreş, Hentbol, Tenis ve Voleybol branşları dışında kalan milli sporcular, eğitim-öğretim başladıktan sonra yüksekokul tarafından ilan edilecek diğer branşlardan yada bu branşlardan birisini seçerek ilgili komisyonların/kurullarının kararları doğrultusunda uzmanlık eğitimi alırlar.

Sağlık nedenleri de dâhil her ne sebeple olursa olsun öğrenim süresi içinde uzmanlık dalını değiştiremezler.

**Bu kılavuzda belirtilmeyen hususlarda, yüksekokul kurulları ve sınav üst kurulu kararları uygulanır.**

## B. Giriş Esasları ve Kontenjanları

Bayburt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Bölümüne ilan edilen kontenjanlarla sınırlı olmak koşuluyla YGS-P, ÖYSP-SP ve OBP ile birlikte değerlendirilerek öğrenci alınır. Bölümlere alınacak olan öğrencilerin dağılımları şu şekildedir:

		Bayan Branş ve Koordinasyon (Branş ve Koordinasyon Sınavı ile)	Bayan (Milli Kontenjam) (Koordinasyon Sınavı ile)	Toplam	Erkek Branş ve Koordinasyon Sınavı ile)	Erkek (Milli Kontenjam) (Koordinasyon Sınavı ile)	Toplam
Antrenörlük Bölümü	I. Öğretim	18	2	20	32	8	40
	II. Öğretim	18	2	20	32	8	40
	TOPLAM	36	4	40	64	16	80

### **C. BAŞVURU KOŞULLARI:**

- a. Adayların 2016-YGS puan türlerinin herhangi birinden, milli sporcular ve spor alan mezunları **140** puan ve diğerleri için en az **160** puan almış olmaları gerekmektedir.
- b. 2015 ÖSYS' de YGS/LYS ile herhangi bir yükseköğretim programına yerleştirilen veya diğer üniversitelerin yaptığı özel yetenek sınavlarına katılan adaylar da bu sınava başvurabilirler.
- c. 2015 YGS/LYS puanı veya özel yetenek sınavı sonucu ile bir yükseköğretim programına (**Açık Öğretim Fakültesi kontenjansız programları hariç**) yerleştirilen adaylar 2016-YGS puanı ile bir yükseköğretim programına yerleştirilirken orta öğretim başarı puanına uygulanacak katsayılar yarıya düşürülecektir. Sınavsız geçiş ile 2015 ÖSYS'de bir yükseköğretim programına yerleştirilen adayların ortaöğretim başarı puanlarına uygulanacak katsayılar da herhangi bir değişiklik yapılmayacaktır. **Adaylar durumlarını ön kayıt esnasında bildirmek zorundadırlar.**
- d. Sınava girecek tüm adayların resmi sağlık kurumlarından "**uygulamalı beden eğitimi ve spor özel yetenek sınavına girmesinde ve spor yapmasında sakınca yoktur**" ifadesi bulunan sağlık raporunu başvuru belgelerine eklemeleri zorunludur.  
**\*Sağlık raporunda elle yazılan ifadeler kesinlikle kabul edilmeyecektir.**
- e. Milli sporcu olan adayların, Spor Genel Müdürlüğü ya da ilgili Federasyonlardan alacakları "Milli Sporcu" olduklarını gösterir resmi belgeyi (ıslak imzalı aslı ya da noter tasdikli), başvurma belgelerine eklemeleri gerekir. Bu adaylar başvurma ve sınav sırasında diğer adaylar gibi işlem görürler.
- f. Özel yetenek sınavına müracaat eden adayların, belirtilmiş olan belgelerinde herhangi bir eksiklik olması halinde başvuruları alınmayacaktır.
- g. Yanlış/eksik beyanda bulunanların tespiti halinde, sürecin hangi aşamasında olursa olsun ilişiği kesilir. Bu durum sınavı kazanmış olup kesin kayıt yaptıran öğrenciler içinde geçerlidir ve haklarında yasal işlem yapılır.

### **SINAVA BAŞVURU YAPAN ADAYLAR BU KILAVUZDAKİ TÜM HÜKÜMLERİ**

### **KABUL ETMİŞ SAYILIR.**

## SINAV KESİN KAYIT İŞLEMLERİ İÇİN GEREKLİ BELGELER:

a) **Online ön kayıt formu** (Online ön kayıtlar aday tarafından Bayburt Üniversitesi resmi internet sayfası [oys.bayburt.edu.tr](http://oys.bayburt.edu.tr) adresinden yapılacaktır.) Online kayıtlarda adaylar yüzlerinin belirgin olduğu yeni çekilmiş bir resmini sisteme yüklemelidirler.

b) **2016** yılına ait ortaöğretim başarı puanının da içinde bulunduğu **LYS** sonuç belgesi. ( **YGS sonuç belgesi başvuruda kabul edilmeyecektir.** )

c) Fotoğraflı nüfus cüzdanı aslı (veya sürücü belgesi, pasaport aslı) ve fotokopisi. (**Adaylar sınav esnasında resmi kimlik belgelerini bulundurmak zorundadırlar**)

d) Resmi sağlık kuruluşundan alınmış "**uygulamalı beden eğitimi ve spor özel yetenek sınavına girmesinde ve spor yapmasında sakınca yoktur**" ifadesi bulunan sağlık raporu. **Sağlık raporunda doktor tarafından elle yazılan ifadeler kesinlikle kabul edilmeyecektir.**

e) Liselerin **spor alan/kol/bölgülerinden mezun olan adaylardan** mezun olduğu okuldan aldığı diplomanın aslı ve fotokopisi.

f) Milli adaylar için ilgili resmi kurumdan alınmış onaylı standart millilik belgesinin aslı. (KKTC uyruklu adayların millilik belgeleri geçerli değildir.)

g) Sınav kesin kayıtlarında adayın kendisi ya da noter vekâleti bulunan vekilinin şahsen bulunması gerekir.

h) Belirtilen tarihlerde evraklarını teslim etmeyen ve sınav kesin kaydını onaylatmayan adayların online ön kayıtları dikkate alınmaz ve bu adaylar sınavlara giremezler.

**Not:** Online kayıt işlemlerinde doğabilecek teknik arıza vb. durumlarda ön kayıtlar, kesin kayıt tarihleri içerisinde Kayıt Bürosunda yapılacaktır.

i) Sınav kayıtları onaylanan adaylara kimlik bilgilerinin yer aldığı fotoğraflı **Sınav Giriş Belgesi** düzenlenecektir. Adaylar, **Sınav Giriş Belgesi** ve fotoğraflı, soğuk damgalı **Özel Kimlik Belgesini** (nüfus cüzdanı, sürücü belgesi, pasaport) **sınavlarda yanlarında bulundurmak zorundadırlar.** Kimlik belgesi ve sınav giriş belgesi eksik olan adaylar ile soğuk damgası bulunmayan, belirgin olmayan ve özelliğini kaybetmiş, fotoğrafsız ya da fotoğrafı adaya benzemeyen kimliklerle gelen adaylar sınava alınmaz.

#### D. Sınav Tarihleri ve Yeri

Online Ön Kayıtlar	Sınav Kesin Kayıtları	Sınav Başlangıcı
15-28 Temmuz 2016	1-3 Ağustos 2016	4 Ağustos 2016

**Online Kayıtlar:** [oys.bayburt.edu.tr](http://oys.bayburt.edu.tr)

**Kayıt, Evrak Teslimi ve Kayıt Onayı:** Bayburt Üniversitesi Özel Yetenek Sınavı Kayıt Bürosu

**Sınav Programları ve Sınav Yerleri:** 3 Ağustos 2016 tarihinde sınav kesin kayıtları tamamlandıktan sonra [www.bayburt.edu.tr/](http://www.bayburt.edu.tr/) adresinde ilan edilecektir.

I. Aşama branş sınavlarının yer, tarih ve saatleri, sınav yürütme kurulu tarafından müracaatların bitiminden sonra üniversitemiz web sitesinde ilan edilecektir. Tüm adaylar, sınav başlamadan önce hazır bulunurlar ve görevliler eşliğinde T.C Kimlik numara sırasına göre SINAVA alınırlar.

**NOT: Her ne sebeple olursa olsun sınav sırasını kaçıran adaylar, sınava girme haklarını kaybederler.**

**\* Sınav üst komisyonu sınav yer ve tarihlerinde değişiklik yapma hakkına sahiptir.**

Sınav yürütme kurulu **II. Aşama Sınavı** tarih ve saatini, birinci aşama sınavı sonuçlarının ardından ilan eder.

#### E. SINAV TERCİHLERİ

a) Adaylar yalnızca bir branştan sınava girebilirler.

b) Adaylar I. Öğretim ya da II. Öğretim tercih sıralaması yapacaklardır. Adaylar tek tercih te yapabilirler.

## F. SINAVLARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Özel Yetenek Sınavı sonuçlarına göre öğrenci seçme işlemleri aşağıdaki hususlar göz önünde tutularak yapılır.

\* **Tüm adaylara I. Aşama ve II. Aşama sınavları için birer hak verilir.**

\* **Kılavuzda sehven yazılmış ifadeler değerlendirmeye katılmayacaktır.**

### I. AŞAMA SINAVLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ:

- a) I. Aşama branş sınav sürelerine göre, alt limit süresinin altında tamamlamak koşuluyla, belirlenen branş toplam kontenjanının en fazla 3 katı kadar aday puan sıralamasına göre II. Aşama sınavına girmeye hak kazanır. (Örnek: atletizm den 3 erkek aday kontenjanı verilmiş ise puan sıralamasına göre ilk 9 erkek aday ikinci aşamaya geçebilecektir. Bu durum bayan adaylar için de geçerlidir) I. Aşama sınav puanların değerlendirilmesinde 3 katı kontenjan içinde yer alan son sıradaki adayların puanlarının eşitliği durumunda eşit puana sahip tüm adaylar kontenjan sınırına bakılmaksızın II. Aşama sınavına girer.
- b) Adayların I. Aşama sınavından elde ettikleri dereceler yüzölçüm sistem puanına çevrilir ve sıralanırlar.
- c) Adaylar girmiş olduğu branştan alt limit başarı dilimini sağlayamadıkları takdirde 3 katı kontenjan içinde yer alsalar bile ikinci aşama sınavına giremezler.
- d) Milli kontenjanına başvuran adaylar, I. Aşama (branş) sınavına girmeden, **A Milli 100, B Milli 90 ve C Milli 80 puan almış sayılarak**, II. aşama (beceri koordinasyon parkuru) sınavına alınırlar. Bu şartlarda millilik hakkını kullanmak istemeyen adaylar seçeceği bir branştan diğer adaylar gibi birinci aşama sınavına girerler ve milli sporcu kontenjanından faydalanamazlar.

### II. AŞAMA SINAVININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Sınava giren tüm adayların yerleştirme puanı hesaplanabilmesi için, I. ve II. Aşama sınavına ( branş ve koordinasyon parkuru ) girmek ve alt limitler üzerinde bir puan almış olmak zorundadırlar. Milli sporcular yalnızca II. Aşama sınavına gireceklerdir.

II. Aşama sınavına girmeyen veya sınava girip puan alamayan adaylar (I. Aşama sınavından başarılı olsalar dahi) değerlendirmeye alınmazlar.

En iyi süre: **100 puan**

Erkek adaylar için alt limit: 130 saniye

Alt limit ve üzeri süre: **0 puan**

Bayan adaylar için alt limit: 150 saniye

## SINAV SONUÇLARININ GENEL DEĞERLENDİRİLMESİ

Adayların yerleştirme puanları aşağıdaki gibi hesaplanır:

1. Yerleştirmeye esas olan puan,

a) ÖYSP Standart Puanı (ÖYSP-SP),

b) Ortaöğretim Başarı Puanı,

c) 2016- YGS Puanı(YGS-P) (YGS Puanlarının en yükseği).

2. Özel Yetenek Sınavı Puanının (ÖYSP) ağırlıklandırmaya girebilmesi için bu puanların standart puanlara çevrilmesi gerekir. ÖYSP'lerin standart puana çevrilmesi için önce ÖYSP dağılımının ortalaması ve standart sapması hesaplanır. Bu hesaplamada aşağıdaki formüller kullanılır.

**Özel Yetenek Sınavı Puanı (ÖYSP): I. Aşama branş sınavlarının % 60'i ile II. Aşama sınavlarının % 40'ının toplamıdır.**

$$\text{Ortalama} = \frac{\text{ÖYSP'lerin Toplamı}}{\text{Aday Sayısı}}$$

$$\text{Standart Sapma} = \sqrt{\frac{\text{ÖYSP'lerin Kareleri Toplamı} - \frac{\text{ÖYSP'lerin Toplamının Karesi}}{\text{Aday Sayısı}}}{\text{Aday Sayısı} - 1}}$$

ÖYSP dağılımının ortalaması ve standart sapması bulunduğundan sonra her aday için ÖYSP Standart Puanı hesaplanır. Bu hesaplamada aşağıdaki formül kullanılır.

$$\text{ÖYSP Standart Puanı (ÖYSP - SP)} = 10 \times \left( \frac{\text{Adayın ÖYSP Puanı} - \text{ÖYSP Puan Dağılımı Ortalaması}}{\text{ÖYSP Puan Dağılımı Standart Sapması}} \right) + 50$$

Bu durumda her adayın bir ÖYSP Standart Puanı (ÖYSP-SP) olacaktır. ÖYSP-SP dağılımının ortalaması 50, standart sapması 10' dur.

3- Yerleştirmeye esas olacak olan puan (Yerleştirme puanı = YP) aşağıdaki formül kullanılarak hesaplanır.

a) Aday aynı alandan geliyorsa (Örneğin aday, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı için liselerin spor alanından geliyorsa).

$$\text{YP} = (1,17 \times \text{ÖYSP-SP}) + (0,11 \times \text{OBP}) + (0,22 \times \text{YGS-P}) + (0,03 \times \text{OBP})$$

b) Aday diğer alanlardan geliyorsa (Örneğin aday, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı için genel lisenin sosyal bilimler alanından geliyorsa).

$$\text{YP} = (1,17 \times \text{ÖYSP-SP}) + (0,11 \times \text{OBP}) + (0,22 \times \text{YGS-P})$$

4- Adaylar yerleştirme puanlarına (YP) göre en yüksek puandan başlamak üzere sıraya konur ve branş kontenjan sayısı kadar aday sınavı kazanmış sayılır.



**5-** Asil listeler adayların I. Öğretim ya da II. Öğretim tercih sıralamasına göre oluşturulur. Yedek listeler oluşturulurken bu tercihler dikkate alınmaz. Yedek adaylar yerleştirilirken başvuru yaptıkları I. Öğretim ya da II. Öğretim yedek kontenjanlarına göre aşağıdaki yerleştirme koşulları ve sırası dikkate alınarak yapılır.

1. Herhangi bir branş kontenjanı boş kalması durumunda; Yerleştirme puanlarına göre kendi branşından yerleşemeyen en yüksek puanlı kadın adaylar kadın kontenjanına, erkek adaylar erkek kontenjanına YP puanına göre yerleştirilir. Bir branşın yedek kontenjanı olması ve bu kontenjana ilgili branştan yedek başvurusu yapılmaması durumunda, kadınlar ve erkekler kendi genel yedek listelerinden (branş gözetmeksizin) yerleştirme puan (YP) sırasına göre atama yapılır.
2. Milli kontenjanlarında açık kaldığı takdirde bu kontenjanlara kadınlar ve erkekler kendi genel yedek listelerinden (branş gözetmeksizin) yerleştirme puan (YP) sırasına göre atama yapılır.
3. Erkek ya da bayan kontenjanlarında boş kontenjan olması ve ilgili cinsiyetten yedek aday olmaması durumunda, diğer cinsiyetteki yedek adaylardan yerleştirme puan (YP) sırasına göre yedek kontenjan başvurusu yapan en yüksek puanlı adaydan başlayarak atama yapılır.

## **G. Sınav Sonuçlarının İlanı**

**I. Aşama ve II. Aşama sınav sonuçları Bayburt Üniversitesi web sayfasından duyurulur.**

**Adaylara ayrıca duyuru yapılmaz.**

- a) Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Bölümü için alınacak öğrenci kontenjanları kadar asıl liste ve yedek liste sınav üst kurulu tarafından ilan edilir.
- b) Adayların aldıkları yerleştirme puanlarının (YP) eşit olması halinde YGS puanı yüksek olana öncelik verilir.

## KESİN KAYITLAR

Asil Adayların Kesin Kayıtları	<b>1-6 Eylül 2016 (Mesai gün ve saatleri içinde)</b>
Boş Kontenjanların İlanı	<b>6 Eylül 2016 (Mesai bitiminden sonra)</b>
Yedek Adayların Başvurularının Alınması	<b>7-8 Eylül 2016</b>
Yedek Adayların Kesin Kayıtları	<b>9 Eylül 2016</b>

a) Kazanan asil adayların kesin kayıtları Bayburt Üniversitesi Öğrenci İşleri Daire Başkanlığınca **1-6 Eylül 2016** tarihleri arasında mesai saatleri içerisinde yapılır. Belirtilen bu süre içerisinde kayıt yaptırmayan adayların sağlık raporu dâhil hiçbir mazereti kabul edilmez.

b) Kesin kayıtlar sonunda boş kontenjan sayıları **6 Eylül 2016** tarihinde mesai bitiminden sonra üniversite web sayfasından ([www.bayburt.edu.tr](http://www.bayburt.edu.tr)) duyurulur. Adaylara ayrıca bir tebligat yapılmayacaktır.

c) 2016–2017 öğretim yılı için yapılan Özel Yetenek Sınavıyla asil listeden kazandığı halde kayıt yaptırmayanların yerine yerleştirilecek yedek liste adaylarından **7-8 Eylül 2016** tarihlerinde müracaat dilekçeleri alınır; bunlardan kesin kayıt hakkı kazananların kayıtları **9 Eylül 2016** tarihinde yapılır.

d) Yedek listeden yerleştirmeye hak kazanan adaylar başvurularını şahsen veya noter onaylı vekili tarafından yapmaları gerekmektedir. Adayların posta yoluyla veya başkası tarafından yapılacak işlemleri dikkate alınmayacaktır.

e) Yedek adayların yerleştirilmesi aşağıdaki sıralama önceliğine göre yapılır;

1. Yedek adaylar YP puanlarına göre öncelikle ilgili branş yedek kontenjanından yerleştirme yapılır.
2. Kontenjan dolmaması durumunda, diğer branşlardan ilgili kontenjanın ait olduğu cinsiyete göre YP puanı en yüksek olan adaydan başlanarak yerleştirme yapılır.
3. Bu durumların haricinde kontenjan yine dolmamış veya ilgili cinsiyetten yedek aday bulunmadığı durumda ise diğer cinsiyetten genel YP puanına göre yerleşemeyen en yüksek puan alan adaydan başlanarak yerleştirme yapılır.

## H. Özel Yetenek Sınavlarının Uygulanması

Bayburt Üniversitesi Özel Yetenek Sınavları, Sınav Yürütme Kurulu tarafından ilan edilen yer, tarih ve saatlerde yapılır.

Bu sınav, Antrenörlük Bölümüne öğrenci alınmasında gerekli olan temel fiziksel yeteneklerin test edilmesini amaçlayan bir sıralama sınavıdır. Özel yetenek sınavı iki aşamadan oluşur: I. Aşama; Branş sınavı, II. Aşama; Beceri ve koordinasyon testidir.

Birinci aşama branş sınavları ve ikinci aşama koordinasyon parkuru sınavları esnasında;

- Sırası geldiği halde sınava girmeyen adaylar her ne sebeple olursa olsun sınava giremezler.
- İstasyon atlayan ve sınav esnasında görevlilerin uyarıları dikkate almayan adaylar diskalifiye olur.
- Kendi yaptığı hareketten dolayı fotoselden geçmeyen, fotoseli düşüren veya zamanı durduramayan aday geri dönerek fotoseli durdurur. Sınav görevlileri bu konuda adayları uyararak zorunda değildir ve sorumluluk adayın kendisine aittir. Böyle bir durumda ortaya çıkacak süre kaybı adayın sınav süresi dâhilindedir.
- Sınav esnasında adaydan kaynaklanmayan sebeplerden dolayı (elektrik kesintisi, arıza vb.) fotosel veya ışıklandırma gibi problemlerde, görevliler adayı durdurmadığı sürece sınavına devam eder ve sınav süresi tespiti, adayın nezaretinde ve sınav komisyonunca görüntüleme cihazlarından elde edilir. Aday eğer böyle sebeplerden dolayı görevliler tarafından durdurulmuş ise kendisi için uygun olan bir zamanda yeniden sınava alınır.

### Sınavlara İtiraz:

- Adaylar T.C Halk Bankası Bayburt Merkez Şubesi Bayburt Üniversitesi Strateji Daire Başkanlığı hesabına **(IBAN: TR12 0001 2009 2540 0006 0000 11) 150.00 TL** yatırarak sınav komisyonuna dilekçe ve banka dekontuyla şahsen itiraz başvurusu yapabilirler. Sınava itiraz ücreti ilgili bankanın internet şubesi ya da ATM'lerine yatırılabilir. Bu durumlarda internet bankacılığı dekontu ya da bankamatik fişi itiraz dilekçesine eklenmek zorundadır. İtiraz için yatırılan ücret hiçbir şekilde iade edilmez
- Sınav parkurları son adayın sınavını tamamlamasından 60 dakika sonra toplanacaktır. Bu süre dışında yapılan itirazlar kabul edilmeyecektir.
- Yukarıda belirtilen itiraz başvurusu dışında sözlü ya da yazılı herhangi bir başvuru kabul edilmeyecektir.

**I. AŞAMA BRANŞ**

**KONTENJANLARI**

**VE**

**SINAVLARI**

**Branş kontenjanları:**

BRANŞ	I. Öğretim			II. Öğretim			TOPLAM		
	Erkek	Kız	Toplam	Erkek	Kız	Toplam	Erkek	Kız	Toplam
Atletizm	5	3	8	5	3	8	10	6	16
Basketbol	5	3	8	5	3	8	10	6	16
Futbol	8	-	8	8	-	8	16	-	16
Güreş	5	1	6	5	1	6	10	2	12
Hentbol	3	3	6	3	3	6	6	6	12
Tenis	2	2	4	2	2	4	4	4	8
Voleybol	5	5	10	5	5	10	10	10	20
<b>TOPLAM</b>	<b>32</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>32</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>64</b>	<b>36</b>	<b>100</b>
Milli Sporcu Kontenjanı	8	2	10	8	2	10	16	4	20
<b>GENEL TOPLAM</b>	<b>40</b>	<b>20</b>	<b>60</b>	<b>40</b>	<b>20</b>	<b>60</b>	<b>80</b>	<b>40</b>	<b>120</b>

## ATLETİZM BRANŞ SINAVI

Atletizm seçme sınavı Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü atletizm sahasında yapılacaktır. Her aday 4 branştan sınava girecektir. Bayan adaylar 100- 800, gülle ve uzun atlama, erkek adaylar 100– 1500 gülle ve uzun atlama branşlarından sınava gireceklerdir. Her branş % 25 oranında ortalamaya katılmaktadır. Adaylar branşları tekniklerine uygun yapacaklardır. Adayların 4 branştan aldıkları puanlar toplamı atletizm branşındaki toplam puanlarını oluşturacaktır. Atletizm yarışmalarında IAAF'ın (Uluslararası Amatör Atletizm Federasyonu) Uluslararası Yarışma Kuralları uygulanacaktır.

Koşularda, her adaya bir kez yarışma hakkı verilecektir. Bayanlar 800 ve Erkekler 1500 metre koşu değerlendirmelerinde saliseler puanlamaya dahil edilmeyecektir. 100m koşuları sırayla 800 ve 1500 m koşuları katılımcı sayısına göre seriler halinde yapılacaktır.

Gülle atmada her adaya 3 kez atma hakkı verilecek ve bu haklardan herhangi birinden elde ettiği en iyi derece değerlendirmeye alınacaktır. Gülle Bayanlarda: 4 kg, Erkeklerde: 7,260 kg olacaktır.

Uzun Atlamada, her adaya 3 hak verilecek ve bu haklardan elde ettiği en iyi derece değerlendirmeye alınacaktır.

**NOT:** Tekniğe uygun olmayan atışlara ve atlayışlara puan verilmeyecek, aynı zamanda verilen hak kullanılmış sayılacaktır.

### Atletizm Puan Hesaplaması:

Aşağıdaki tabloda her bölüm ( koşular, atma ve atlama) için yer alan puanların aritmetik ortalaması Atletizm branş puanı olarak belirlenir.

**Örnek:** Erkek bir adayın; 100 metre derecesi = 65 puan, 1500 metre derecesi = 75 puan, Uzun atlama derecesi = 55 puan ve Gülle atma derecesi = 80 puan olsun.

$$\text{Atletizm branş puanı} = (65 + 75 + 55 + 80) / 4 = \underline{\underline{68,75 \text{ puan}}}$$

**Puan hesaplamasında aşağıdaki tablo dikkate alınır.**

**En iyi süre/ mesafe : 100 puan**

**Alt limit ve altı : 0 puan**

	100 m (sn)	800 m (dk)	1500 m (dk)	Uzun Atlama (m)	Gülle Atma (m)
<b>Erkek</b>	15:00 saniye ve altı	-	6:30 dakika ve altı	3,50 metre ve altı	8:00 metre ve altı
<b>Bayan</b>	17:00 saniye ve altı	4:30 dakika ve altı	-	2,50 metre ve altı	6:00 metre ve altı

## BASKETBOL BRANŞ SINAVI

Spor salonunda yapılacak olan basketbol testi 11 istasyonun yer aldığı ve zamana karşı yapılan bir sınavdır. Aday, parkurun başlangıcına kurulu olan fotosel girişle teste başlayacak ve parkurun sonundaki çıkış fotosel kapısından geçtikten sonra testi tamamlayacaktır. Süre otomatik olarak skorboarda yansıyacaktır.

Yerdeki top ile başlayacak olan sınav serisi, kılavuzda belirtilen sırayla ve kesintisiz olarak **basketbol oyun kural ve tekniklerine uygun biçimde** yapılmalıdır. Adaylar fotoselden geçerek sürelerini kendileri başlatıp kendileri bitireceklerdir. Yapılmadan geçilen istasyondan diğer istasyona geçildiği takdirde aday yapmadığı istasyona geri döndürülür. Fotoselden çıkıp ilk istasyona varana kadar, her iki istasyon arasında ve son istasyondan çıkıp fotoselden çıkış yapana kadar **tüm ara yerlerde top oyun kurallarına uygun biçimde sürülerek taşınmalıdır.** **Hatalı top taşınmasında aday bir önceki istasyona geri döndürülür.**

### 1. İstasyon: Sağ el ile arkadan yön değiştirme:

**Top sağ elle sürülerek fotoselden girişe başlar.** Huniye kadar sağ elle top sürülür, hunide sağ el ile arkadan yön değiştirilerek top sol ele alınır. Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır. Doğru şekilde yapılan el değiştirme hareketinden sonra top sol el ile sürülerek diğer istasyona geçilir.

### 2. İstasyon: Sol el ile arkadan yön değiştirme:

**Sol el ile top sürülürken arkadan yön değiştirilir.** Top sağ ele geçer. Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır. Doğru şekilde yapılan yön değiştirme hareketinden sonra top sağ el ile sürülerek diğer istasyona geçilir.

### 3. İstasyon: Sağ elle reverse

Top sağ elde iken hareketin tekniğine uygun olarak sağdan dönülerek sağ el ile reverse hareketi uygulanır ve top sol ele geçer. Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır. Doğru şekilde yapılan hareketinden ardından top sol el ile sürülerek diğer istasyona geçilir.

#### 4. İstasyon: Sol elle reverse

Top sol elde iken hareketin tekniğine uygun olarak soldan dönülerek sol el ile reverse hareketi uygulanır ve top sağ ele geçer. Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır. Doğru şekilde yapılan hareketinden ardından top sağ el ile sürülerek diğer istasyona geçilir.

#### 5. İstasyon: Sağ turnike

Top sağ elde iken kuralına uygun şekilde top sağ elle çembere bırakılır. Sol ayakla başlayıp sol elle atış yapılamaz. Turnikenin sayı olması şarttır. Turnikenin sayı olmadığı ya da tekniğe uygun olmadan yapılması durumlarında aday bir önceki huniye döndürülerek aynı hareket tekrarlatılır. **(Turnike kuralına uygun olarak yapılan başarılı atış smaç biçiminde olursa, sınav sonu toplam süresinden 2 saniye düşürülür.)**Sağ turnikeden sonra potadan dönen top alındıktan sonra top sürülerek slalom istasyona geçilir.

#### 6. İstasyon: Slalom- Engeller arası top sürme

Sağ turnikeden sonra top istenilen ele alınıp sürülerek geline slalom engelleri arasından yine top sürülerek 1 metre alalıklar ile dizilen 9 adet slalom çubukları arasından geçişler yapılır. Top kontrolü kaybedildiğinde aday topu kendisi getirerek kaldığı yerden devam eder. Geçişlerde çubuk deviren aday çubuğu yerine kendisi koyar ve kaldığı yerden devam eder.

Doğru şekilde yapılan engeller arası geçişten sonra top sürülerek sol el ile diğer istasyona geçilir.

#### 7. İstasyon: Sol turnike

Top sol elde iken kuralına uygun şekilde top sol elle çembere bırakılır. Sağ ayakla başlayıp sağ elle atış yapılamaz. Turnikenin sayı olması şarttır. Turnikenin sayı olmadığı ya da tekniğe uygun olmadan yapılması durumlarında aday bir önceki huniye döndürülerek aynı hareket tekrarlatılır. **(Turnike kuralına uygun olarak yapılan başarılı atış smaç biçiminde olursa, sınav sonu toplam süresinden 2 saniye düşürülür.)**Sol turnikeden sonra potadan dönen top alınıp sıçrayarak atışlara geçilir.



### **8. İstasyon: Pota altı çengel atışları (1 adet sağ taraftan ve 1 adet sol taraftan)**

Başarılı sol turnike atışından dönen top alınarak çemberin tam karşısından **sol ayak üzerine çapraz sıçrayarak sağ el ile** çengel atışı yapılır. Başarılı sağ atıştan sonra potadan dönen top alınıp çemberin karşısına geçilerek **sağ ayak üzerine çapraz sıçrayarak sol el ile** çengel atışı yapılır. Bir atış başarılı olana kadar aynı taraftan tekrarlanır ve başarılı atıştan sonra diğer tarafa geçilir. Sağ ve sol taraflardan 1'er başarılı atışını tamamlayan adaylar son atıştan dönen topu aldıktan sonra topu sürerek fotoselden çıkış yapar.

### **9. İstasyon: Sağ el ile bacak arası yön değiştirme:**

**Top sağ elde iken sol ayak ilerde sağ ayak geride olacak şekilde bacak arası yön değiştirme yapılarak top sol ele alınır.** Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır.

### **10. İstasyon: Sol el ile bacak arası yön değiştirme:**

**Top sol elde iken sağ ayak önde sol ayak arkada olacak şekilde bacak arası yön değiştirme yapılarak top sağ ele alınır** ve hareket yavaşlatılmadan el değiştirilir. Hareketin tekniğe uygun olmadan yapılması ya da top kaybı durumlarında adaya aynı huniden hareket tekrarlatılır. Doğru şekilde yapılan el değiştirme hareketinden sonra top sürülerek diğer istasyona geçilir.

### **11. İstasyon: Serbest Atışlar:**

Bir önceki istasyondan getirilen top ile birlikte toplam 3 adet serbest atış yapılır. Bir atış başarılı ise diğer atışları yapmaya gerek kalmaz. Başarılı olan atıştan sonra koşarak fotoselden çıkış yapılır.

**\* Herhangi bir istasyonda topun elden kaçması ya da potada sıkışması durumunda, aday topu kendisi alarak parkura kaldığı yerden devam eder.**

**Tüm istasyonlarda top sürme tekniği dikkate alınacaktır. Hatalı top sürülmesi**

**halinde bir önceki istasyondan devam ettirilir.**

- 1- Sağ el ile arkadan el değiştirerek dönüş (Yeşil Huni)
- 2- Sol el ile arkadan el değiştirerek dönüş (Sarı Huni)
- 3- Sağ reverse (Kırmızı Huni)
- 4- Sol reverse (Kırmızı Huni)
- 5- Sağ turnike (Atış başarılı olana kadar 4 nolu huni etrafından top sürülerek atış tekrarlatılır-Başarılı atışın ardından aynı top ile istasyonlara devam edilir.)
- 6- Slalom
- 7- Sol turnike (Atış başarılı olana kadar 7 nolu huni etrafından top sürülerek atış tekrarlatılır-Başarılı atışın ardından aynı top ile istasyonlara devam edilir. )
- 8- Çengel atışlar: (Sol ve sağ el ile ayrı ayrı ayrı -teknige uygun başarılı atış olana kadar aynı hareket tekrar ettirilir.)
- 9- Sağ el ile bacak arası el değiştirerek dönüş (Yeşil Huni).
- 10- Sol el ile bacak arası el değiştirerek dönüş (Sarı Huni) Top sürme tekniğine uygun olarak serbest atış alanına gidilir.
- 11- Serbest Atışlar (Başarılı olan atıştan sonra koşarak fotoselden çıkış yapılır.)

### **Basketbol Sınav Puanlaması**

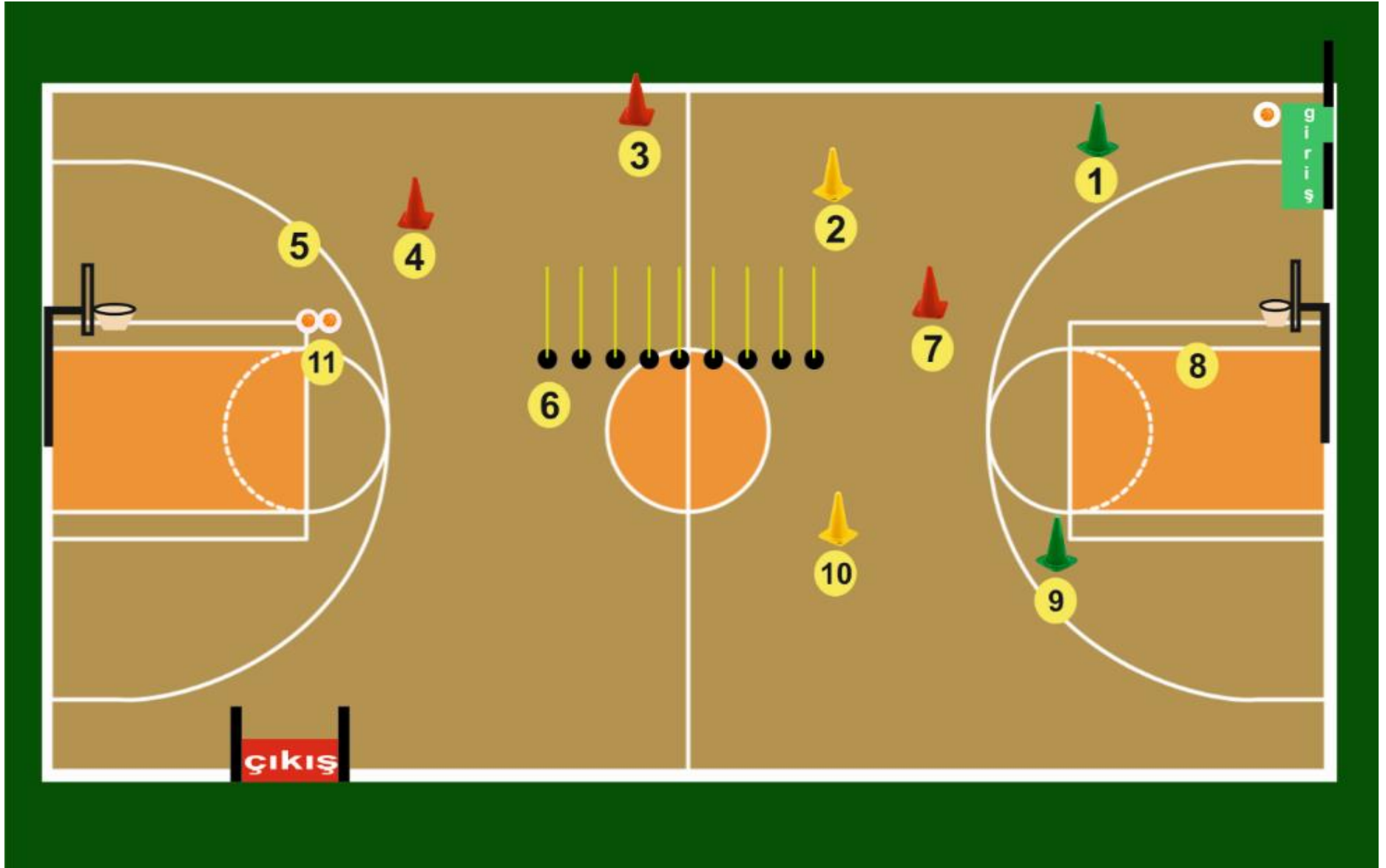
En iyi süre : **100 puan**

Erkek adaylar için alt limit: **180 saniye ve altı**

Alt Limit ve altı : **0 Puan**

Bayan adaylar için alt limit: **200 saniye ve altı**

# Basketbol Sınavı Parkuru



## FUTBOL BRANŞ SINAVI

Spor salonunda yapılacak olan futbol testi toplam 6 ( altı ) istasyonun yer aldığı ve zamana karşı yapılan bir parkurdan oluşmaktadır. Aday, parkurun başlangıcına kurulu olan fotosele girişle teste başlayacak ve parkurun sonundaki çıkış fotosel kapısından geçtikten sonra testi tamamlayacaktır. Süre otomatik olarak skorboarda yansıtacaktır.

### SINAV PARKURU

**GİRİŞ:** Aday, hazır olduğunda teste fotosel aralığından geçerek başlar.

#### **1.İstasyon:**

Aday, işaretlenmiş yerde bulunan topu ayağıyla alarak 1'er metre aralıklarla aynı düzlem üzerine konulmuş 5 adet otomobil lastiği arasından slalom şeklinde top sürerek geçip bu istasyonu başarı ile tamamlamış olur

1.İstasyonda dikkat edilmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Aday ayağındaki top ile bütün otomobil lastikleri arasından top sürerek ve lastiklerin üzerinden atlamadan geçmek zorundadır. Aday her hangi bir lastik atlasa istasyona devam edemez. İstasyona devam edebilmesi için atladığı bu lastiğe geri dönüp belirtilen şekilde geçmek zorundadır. Bu istasyonda ceza puanı uygulaması yoktur.

#### **2- İstasyon:**

Aday,1. İstasyondan getirdiği topu 2. İstasyonda aşağıdaki parkur düzeneğinde gösterildiği gibi 1'er metre ara ile yerleştirilmiş olan 1 metre genişliğinde ve 40 cm yüksekliğindeki engellerin altından atar, kendisi engellerin üzerinden sıçrayarak geçer ve engellerin diğer tarafında topu kontrol. Aday tüm engelleri düzenekteki sırasıyla art arda ve anlatılan şekilde uygulayarak geçip bu istasyonu başarı ile bitirmiş olur.

2.İstasyonda dikkat edilmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Adaylar bu istasyonu hatasız geçmek zorundadır. Bu istasyonda herhangi bir engelin geçilmemesi, topun engelin altından geçirilmemesi yahut adayın engelin üstünden sıçrayarak geçmemesi hata olarak kabul edilir. Herhangi bir hata durumunda aday istasyona devam edemez. İstasyona devam edebilmesi için yapılan hatanın düzeltilmesi gerekmektedir. Yapılan hata düzeltildikten sonra aday istasyonda kaldığı yerden devam edebilir. Bu istasyonda ceza puanı uygulaması yapılmaz.

### 3.İstasyon

Aday, ikinci istasyondan getirdiği topu yerden ayağı ile havaya kaldırır. Daha sonra topu ayağı ya da dizi ile kafasına alarak istasyonda parkur düzeneğinde gösterildiği şekilde konuşlandırılmış alt bölümü yerden 1.5 metre ve toplam yüksekliği 2 metre olan file üzerinden kafa vuruşu ile filenin diğer tarafına atar ve kendisi filenin altından geçerek topu filenin diğer tarafında kontrol ederek bu istasyonu başarı ile sonlandırmış olur.

3.İstasyonda adayların dikkat etmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Bu istasyonda ceza puanı uygulanmayacaktır fakat aday topu filenin üzerinden belirtilen şekilde geçirmek zorundadır eğer geçiremezse, istenilen şekilde geçirinceye kadar istasyona devam eder. (Aday bu istasyonda topu kaçırdığı takdirde, topu kendisi alarak istasyonu belirtilen şekilde tamamlamak zorundadır ).

### 4. İstasyon:

Adaylar filenin üzerinden geçirip getirdiği topu, bayan adaylar ise ikinci istasyondan getirdikleri topu dördüncü istasyonda filenin önünde dikdörtgen şeklinde işaretlenmiş alanda kontrol ettikten sonra (eğer top belirten alan dışında ise alan içerisine taşınmak ve bu alandan dördüncü istasyona başlamak zorundadır) sağ ve sol tarafta bulunan 120 cm genişlik ve 100 cm yüksekliğindeki duvar pas panolarına istediği taraftan başlayarak duvar pası yapar ve yaptığı ikinci pastan sonra kontrol ettiği topu karşısındaki 120 cm genişlik ve 100 cm yüksekliğindeki minyatür kaleye belirlenen alan içerisinden topu kaleye atarak 4. istasyonu tamamlamış olur.

4.İstasyonda dikkat edilmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Eğer aday belirtilen vuruş alanı ihlal ederse (başarılı bir gol vurusu yapsa dahi) hatalı bir uygulama yapmış kabul edilir. Bu durumda aday topu atış alanına kendisi getirerek yeniden atış yapmak zorundadır.

Eğer aday belirtilen alanı ihlal etmeden başarılı bir gol vuruşu yapamazsa bir hatalı uygulama yapmış kabul edilir ve sınav sonu süresine 3 saniye ekleme cezası verilir.

Ayrıca aday duvar pası yaparken topu panonun dışında her hangi bir yere vurdurması ya da topu kaçırması halinde bahsi geçen hareketi istenilen alandan istenilen şekilde yapıncaya kadar hareketi tekrar etmek zorundadır.

## 5. İstasyon:

Aday işaretlenmiş bölgede bulunan iki topa, önündeki 120 cm eninde, 100 cm yüksekliğinde ve 8m uzaklığındaki minyatür kaleye vuruş çizgisine 4 m uzaklıkta 80 cm yüksekliğindeki engelin üzerinden gol yapmaya çalışır. Aday her iki topa da vuruş yapmak zorundadır. Aday ilk vuruşu tercih ettiği topa 4. istasyondan gelerek yapar ikinci vuruşu yapmak için toplardan 2 metre geride bulunan huninin arkasından dolanarak ikinci vuruşu yapar ve istasyonu tamamlar.

5.İstasyonda dikkat edilmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Aday ikinci topa vurmada önce huninin arkasından dönmek zorundadır, istenilen şekilde dönmediği takdirde hareket doğru uygulanıncaya kadar hareket tekrar ettirilir. Aday topu engelin üzerinden geçirmek zorundadır eğer aday topu engelin üzerinden geçiremezse hareket doğru uygulanıncaya kadar tekrar ettirilir. Aday topu engelin üzerinden geçirdiği fakat başarılı bir gol vuruşu yapamadığı her vuruş için sınav sonu süresine 3 saniye ekleme cezası verilir.

**Not:** Yapılan vuruşun gol değeri kazana bilmesi için topun ya doğrudan kaleye ya da en fazla bir kez zemine değdikten sonra gol çizgisini geçmek zorundadır.

## 6. İstasyon:

Aday, kurulan düzenekte dizili iki topu sırasıyla topların ön tarafına 9,15 m mesafede ve 170cm yüksekliğinde yerleştirilmiş futbolcu mankenleri üzerinden, karşısındaki yarıdan yukarısı açık bırakılmış 4 m eninde, 2 m yüksekliğinde ve 16.5 m uzaklığındaki kaleye gol yapmaya çalışır. Vuruş sonrasında yapılan vuruşun gol değeri kazanabilmesi için topun engelin üzerinden geçip kalenin açık bırakılmış 100 cm üst bölümünden doğrudan gol çizgisini geçmelidir.

Aday iki topa da vurmada zorundadır. Adaylar vuruşların birini sağ ayakla diğerini sol ayakla yapmak zorundadır (iki vuruşu da aynı ayakla yapanların ikinci vuruşu geçersiz sayılır ve vuruş tekrar ettirilir).

6. İstasyonda dikkat edilmesi gerekenler ve uygulanacak ceza puanları:

Aday vuruş sonrası gol yapamadığı her top için sınav sonu süresine 3 saniye ekleme cezası verilir. Aday son vuruşunu yaptıktan sonra çıkış fotoseline koşar belirtilen alandan çıkarak parkuru bitirir. Varsa ceza puanları da eklenerek adayın bitirme derecesi belirlenir.

**Not:** Aday bir istasyonu tamamlamadan diğer istasyona geçemez. Eksik ya da hatalı yaptığı istasyona/harekete geri döndürölür. Ancak son istasyonu hatalı ya da eksik bir şekilde fotoselden çıkış yaparak süreyi durdursa “DİSKALİFİYE” olur.

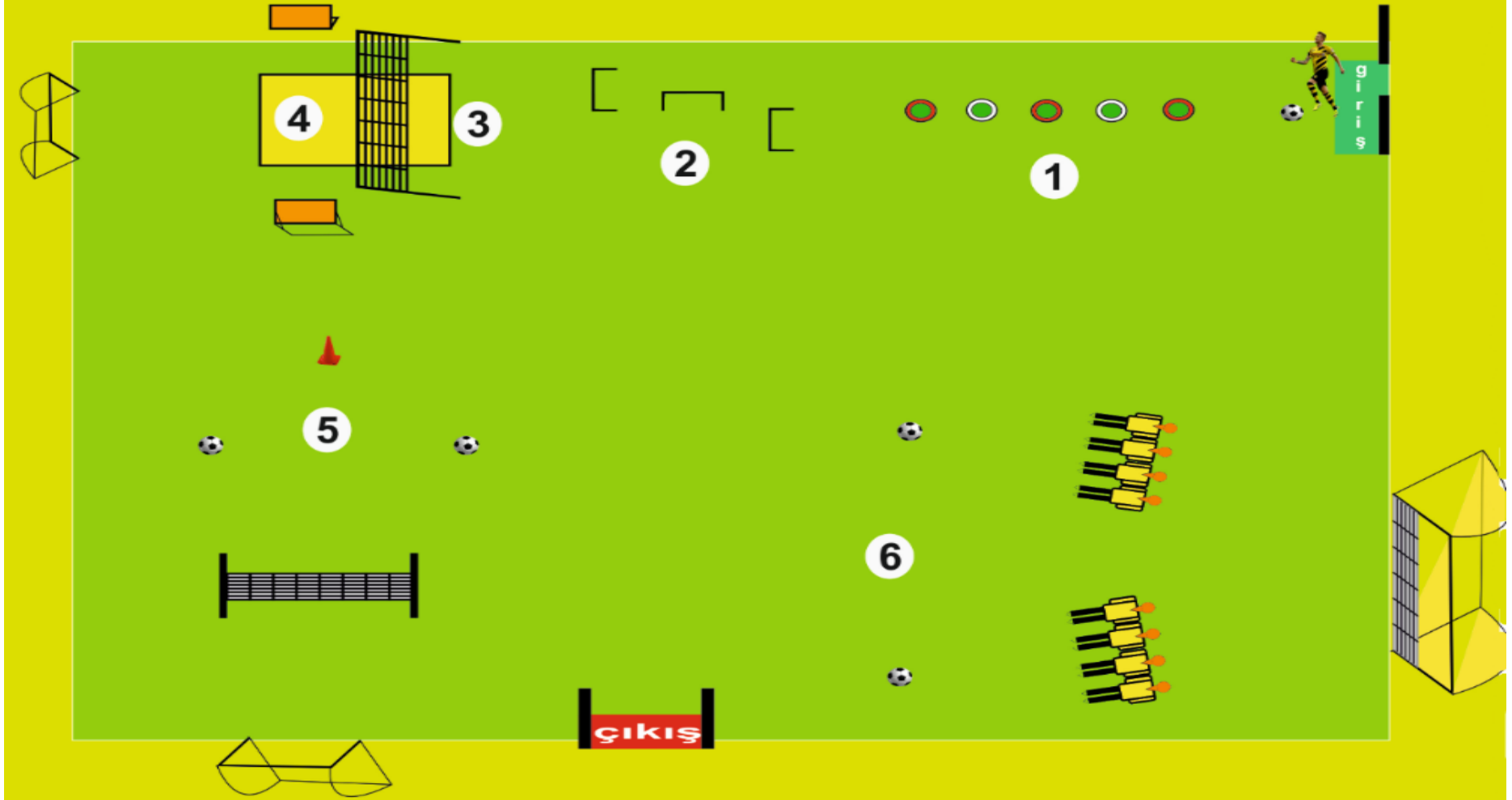
### **Futbol Sınav Puanlaması**

En iyi süre : **100 puan**

Adaylar için alt limit: **75 saniye ve altı**

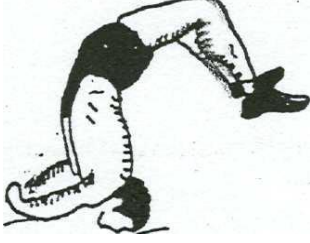
Alt Limit ve altı : **0 Puan**

## Futbol Sınavı Parkuru





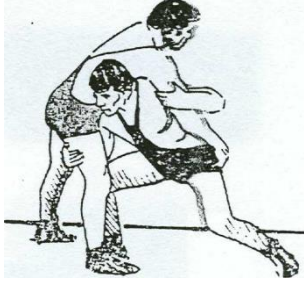
## GÜREŞ BRANŞ SINAVI



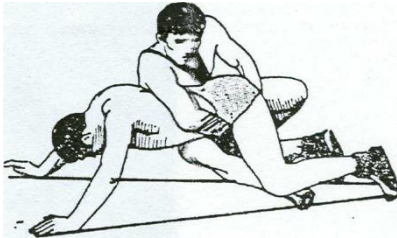
1-Köprüye Düşme, Köprüden dönüşler, Piolet: = 10 puan

2-Teknikler (Güreş Oyunları):

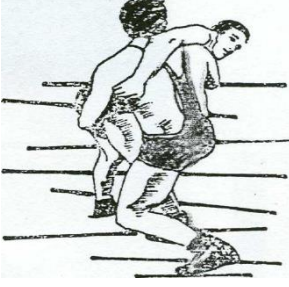
= 60 Puan



a-Ayaktaki Teknikler (20 Puan): Tekkol, kafakol, çipe, danabağı, boyunduruk, salto, çangal, tırpan, tek dalma, çift dalma. Bu tekniklerin çeşitli şekilleri hücum ve müdafaa olarak da istenecektir. Örneğin, tek kolun omuzdan, dirsek üstünden bilekten uygulanması gibi.



b-Yerdeki Teknikler (20 Puan): Çırpma, künde, kilit, sarma, bohça, kravat, bravle, kol bastı, kle, burgu (Bu tekniklerin çeşitli pozisyonlarda uygulanması istenecektir).



c-Kombine Teknikler (20 Puan): Ayakta uygulanan tekniklerle rakibini yere indirip yerdeki teknikleri uygulanmasına, çabukluğuna, estetiğine ve netice alınacağına bakılacaktır.

3- Güreş Müsabakası (30 Puan): 2-5 dakika arası güreş yapılacaktır. Rakibe tekniklerin uygulanması; müdafaa, müdafaadan tekniğe geçiş ve karşı koyabilme, müsabaka içinde dengeli duruş ve tutuşlar, kombine uygulayarak sonuca gidebilme, müsabaka içindeki oyun kavrayışlarına ve taktiksel anlayışına bakılarak değerlendirme yapılacaktır.

### **Güreş Sınav Puanlaması**

Genel Toplam: 100 Puan

Alt Limit: 40 Puan

**40 ve üzeri puan alan adaylardan kontenjan sayısının 3 katı aday ikinci aşama sınavına katılabilir.**

## HENTBOL BRANŞ SINAVI

Hentbol branş sınavımız toplam 4 istasyonun yer aldığı ve zamana karşı yapılan, bilgisayar kontrolünde, adayın süresini kendisinin başlatıp kendisinin bitireceği test parkurundan oluşmaktadır.

**1.İSTASYON:** Başlangıç Fotoselinden giren aday, sağda bulunan top sepetinden Hentbol topunu alarak slalomların arasında top sürer ( 3 m. Aralıklı 5 slalom direği). Slalomlar bittikten sonrada top sürerek pas istasyonuna gelir ve aynı topla pas çalışmasına başlar. Aday topu elinden kaçırırsa, hatalı top sürme ve yürüme yaparsa, engelleri düşürürse (engeli eski konumuna getirir), **HATA** komutuyla hatanın yapıldığı yerden tekrar başlar.

**2.İSTASYON:** Temel pas panosunun 4 metre gerisinden 5 adet temel pas yapar ve bilek pasına geçer. Bilek pas panosunun 2 metre gerisinden 5 bilek pasını yaptıktan sonra topu sepete bırakır ve koşarak dayanma adımlı atışa gider. Aday el tercihinde serbesttir. Aday çizgiye basarsa, topu elinden kaçırırsa, hatalı teknik ile pas yaparsa ya da hedefi vuramazsa (top panonun dışından sekip gelirse) **HATA** komutuyla, hatanın yapıldığı yerden devam eder. Bilek pas ve temel pas panoları 120 cm genişlik ve 150 cm boyındadır. Yerden yüksekliği ise 80 cm'dir.

**3.İSTASYON:** Top sepetinden top alarak kaleye doğru top sürer ve işaretli kale atışı alanına girdikten sonra (serbest atış çizgisi üzerinden başlayan 1,5m genişliğinde 3m uzunluğunda atış koridoru) önce kalenin sol üst köşesinde bulunan A bölgesine dayanma adımlı yüksek temel atış uygular (bütün bölgelerin ebatları 60x60 cm'dir). A bölgesine toplamda 3 atış uygulanacaktır. Ancak aday atışlardan birinde isabet kaydederse (topun 60x60 cm ebadındaki alana girmesi), A bölgesine atması gereken diğer topları kullanmadan kalenin sağ üst köşesinde bulunan B bölgesine atış uygulamaya geçer.

Örneğin aday, 1. atışta isabet kaydederse diğer 2 topu kullanmadan; 2. atışta isabet kaydederse 3. topu kullanmadan; ilk 2 atışta isabet sağlayamazsa 3. atışı da uyguladıktan sonra B bölgesine atış uygulamaya geçer. Aday B bölgesine de A bölgesinde olduğu gibi 3 adet dayanma adımlı yüksek temel atış uygular ve 3 atıştan yine biri isabet edince diğer atışları kullanmadan kalenin sağ ve sol alt köşelerinde bulunan C bölgesine 3 adet kalça yüksekliğinde temel atış uygulamaya geçer (A bölgesi için uygulanan atış kuralları B ve C bölgeleri için de geçerlidir). C bölgesine uygulanacak atışlarda atışların hangi köşeye atılacağı adayın kendi tercihinde kalmıştır (aday isterse atışları sadece sağ alt, sadece sol alt köşelere ya da hem sağ alt hem de sol alt olmak

üzere karışık atabilir). Aday atışlardan birinde isabet kaydederse diğer topları kullanmadan, isabet kaydedemez ise 3. atışı da kullandıktan sonra 4. istasyona geçer.

Aday atış sırasında engeli düşürürse (engeli eski konumuna getirir), koridorun dışına çıkarsa ( 1,5m genişliğinde 3 m uzunluğunda), hatalı yürüme yaparsa, hatalı top sürerse, topu elinden kaçırsa, hatalı teknik ile atış yaparsa **HATA** komutuyla hatanın yapıldığı yerden başlar. Üçüncü istasyonda adayın hata yapması durumunda topu elden çıkarmış ise her hata için sepete top eklenir ve aday sepetten yeni bir top alarak hatanın yapıldığı yerden hareketini tekrarlar.

**4.İSTASYON:** Aday toplardan 1 tanesini alarak kaleye doğru top sürer ve işaretli alana girdikten sonra sıçrayarak engel üzerinden önce A bölgesine kale atışı yapar. A bölgesine 1 isabetli atış yapması durumunda diğer topları kullanmadan B bölgesine atış uygulamaya geçer. 6 atış hakkı vardır. Engelin yüksekliği bayanlar için 1,90 metre, erkekler için 2,20 metredir). Örneğin aday, 4. atışta A bölgesine isabet kaydederse 5. atışı B bölgesine uygular. B bölgesine uyguladığı 5. atışta isabet sağlarsa 6. topu kullanmadan fotoselden çıkış yapar, eğer isabet sağlayamazsa 6. atışını uyguladıktan sonra fotoselden çıkış yapar. Yani aday sağ ve sol üst bölümlerde yer alan A ve B bölgelerinden 1'er top geçirdiğinde diğer topları atmadan fotoselden çıkış yapar.

Aday atış sırasında işaretli alan dışından atış yaparsa, fileye temas ederse veya topu aldıktan sonra hatalı top sürme ve yürüme yaparsa, hatalı teknik ile atış yaparsa HATA komutuyla o hareketi tekrarlar. Dördüncü istasyonda adayın hata yapması durumunda topu elden çıkarmış ise her hata için sepete top eklenir ve aday sepetten yeni bir top alarak hatanın yapıldığı yerden hareketini tekrarlar.

#### **Hentbol Sınav Puanlaması:**

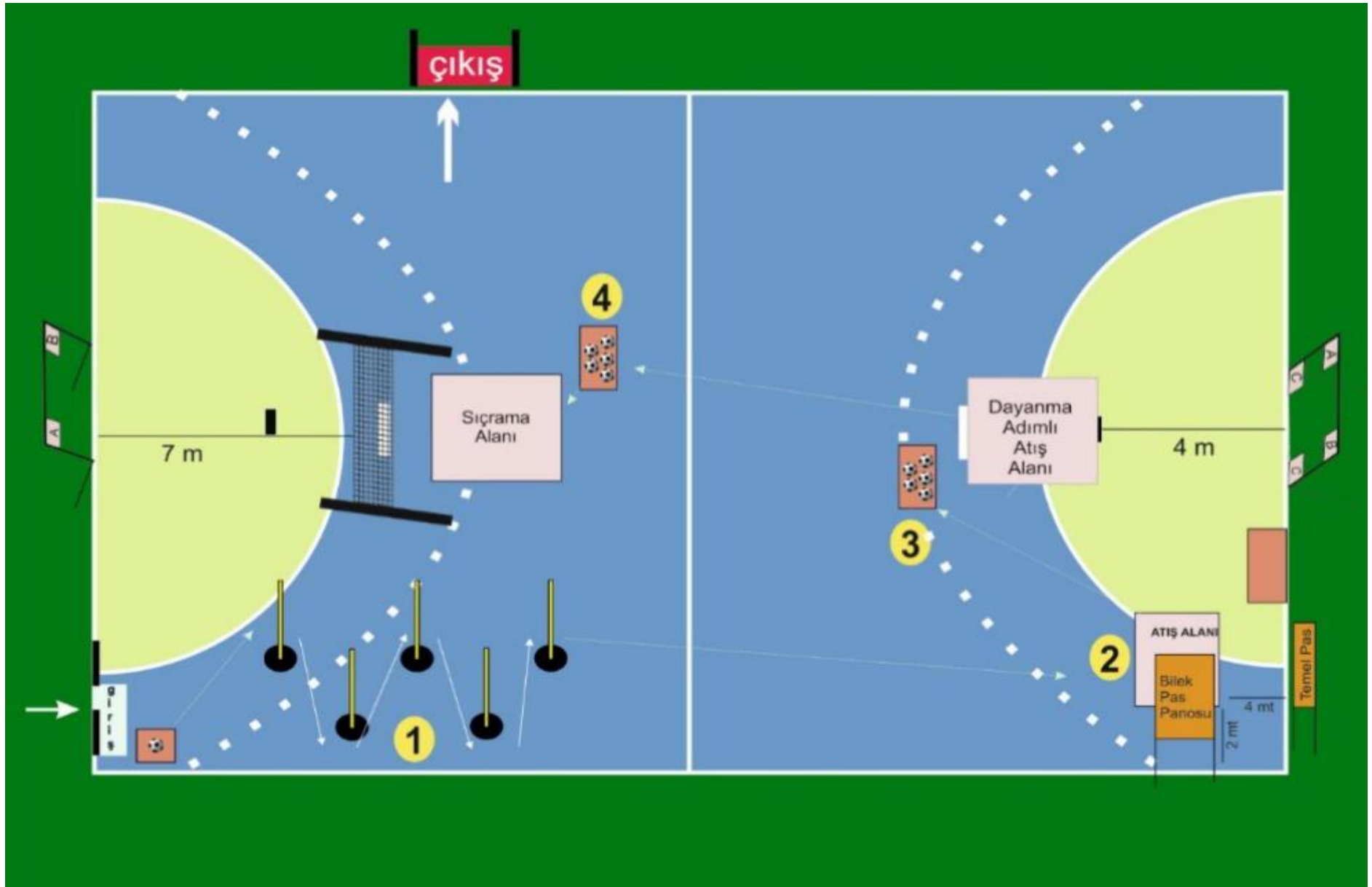
En iyi süre : **100 puan**

Erkek adaylar için alt limit: **150 saniye ve altı**

Alt Limit ve altı : **0 Puan**

Bayan adaylar için alt limit: **170 saniye ve altı**

# Hentbol Sınav Parkuru

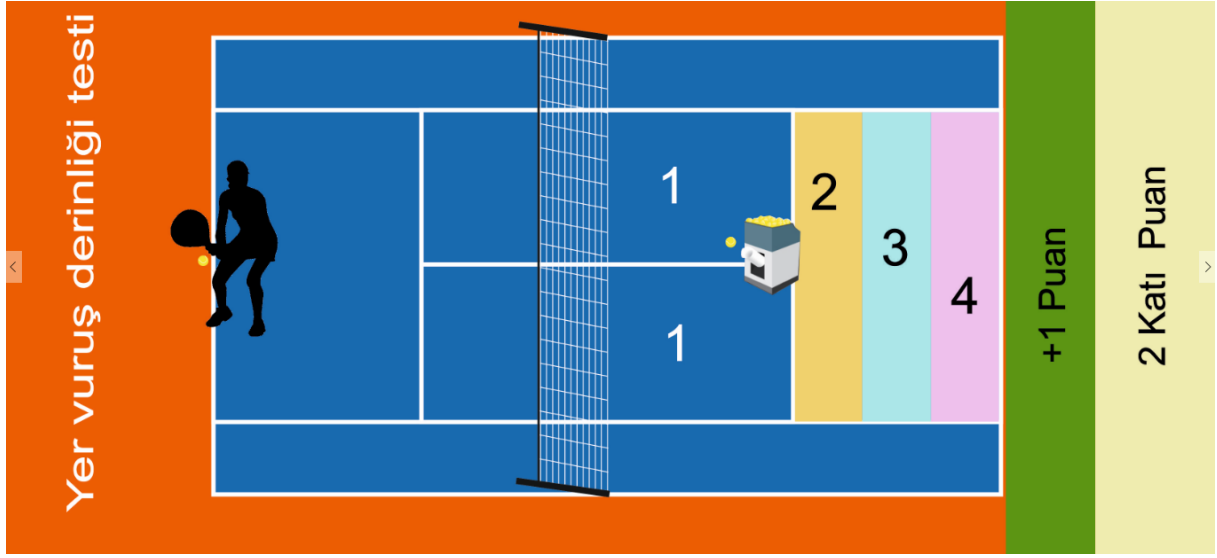


## TENİS BRANŞ SINAVI

Tenis sınavında adaylara,

1. Yer vuruşlarının derinlik değerlendirmesi,
2. Yer vuruşlarının hassasiyet değerlendirmesi,
3. Vole vuruş değerlendirmesi,
4. Servis değerlendirmesi testleri uygulanacaktır.

### 1- Yer Vuruşu Derinliği



Bu değerlendirmede adaylar A harfi ile gösterilen yerde, top besleyicileri ise B harfi ile gösterilen yerde durur. Top besleyicisi adayların önünde “X X” ile işaretlenen bölgeye doğru, adayın bir forehand tarafına, bir backhand tarafına olmak üzere 10 adet top beslemesi yapar. Aday bu toplara, forehand ve backhand vuruşları yaparak karşı sahada içeri düşecek şekilde vuruş yapar. Adayın yapmış olduğu toplam 10 vuruşun her birisine, karşı alanda ilk ve 2. düştüğü bölgelere göre puan verilir ve bu puanlar toplanarak adayın yer vuruşu derinlik puanı bulunur. Oyuncular vurduğu topların karşı sahada içeri düşmesi durumunda, topun 1. ve 2. Düştüğü yere göre puan verilir. Adayın bu değerlendirmede alabileceği en yüksek puan 90’dır.

***Puanlar aşağıdaki gibi verilir;***

1 Puan – Top servis karesinde herhangi bir yere düştüğü zaman,

- 2 Puan – Top arka kort alanının ön bölümüne düştüğü zaman,  
3 Puan – Top arka kort alanının ortalarına düştüğü zaman,  
4 Puan – Top arka kort alanının son bölümüne düştüğü zaman.

***Güç puanları aşağıdaki gibi verilir;***

*Güç Alanı* – 1 Ekstra Puan – Top tekler kort alanında herhangi bir yere düştüğünde ve ikinci sekme arka çizgi ile güç çizgisi arasına düştüğü zaman, 1 ekstra puan verilir.

Güç Alanı – Çift Puan – Top tekler kortunda herhangi bir yere düştüğünde ve ikinci sekme güç çizgisinin arkasına düştüğüne, aldığı puan 2 ile çarpılır.

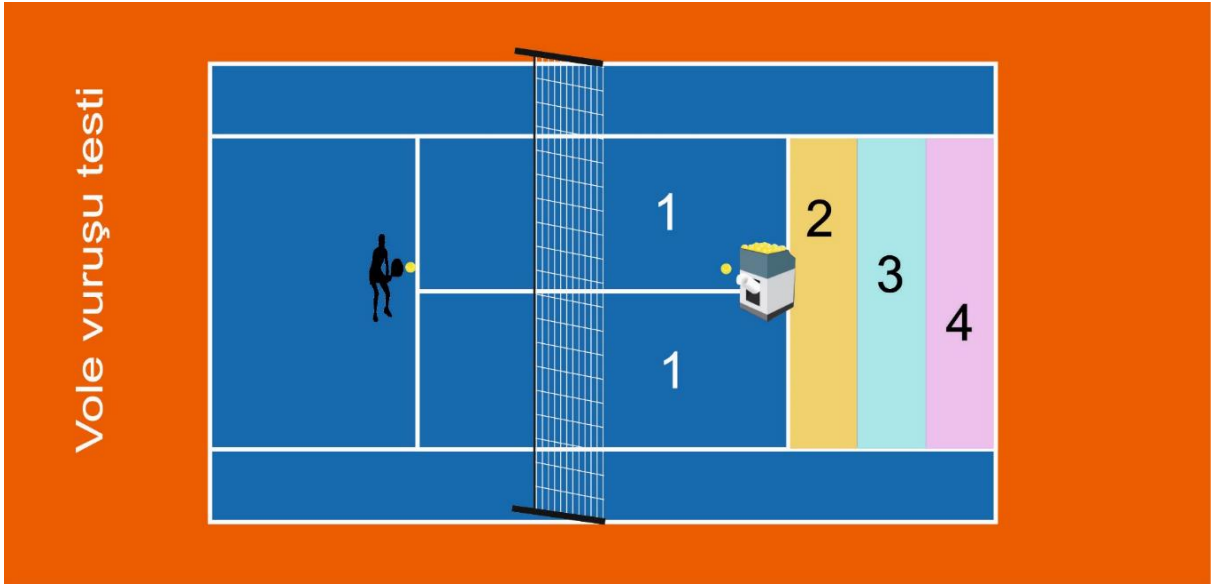
*Örnekler:* Birinci sekme 4 puanlık alana düştüğünde ve ikinci sekme arka çizginin ardına düştüğünde 5 puan verilir. Birinci sekme 4 Puanlık alana düştüğünde ve ikinci sekme güç çizgisinin ardına düştüğünde 8 puan verilir. “ 0 ” Puan: Topun birinci düştüğü yer normal tekler alanı dışında ise verilir.

*Devamlılık Uyum:* Tekler sahası içerisine düşen her vuruş için ekstra 1 puan verilir.

Yer vuruşu derinliği çalışması bölümünü tamamlamak ve skoru bulmak için bütün puanlar toplanır.

## 2-Vole Vuruşu

Bu değerlendirmede adaylar A harfi ile gösterilen yerde, top besleyicileri ise B harfi ile gösterilen yerde durur. Top besleyicisi adayın önünde “X X” ile işaretlenen bölgeye doğru, adayın bir forehand tarafına, bir backhand tarafına olmak üzere, kalça ile omuz seviyesi arasında, 10 adet top beslemesi yapar. Aday bu toplara, forehand ve backhand vole vuruşları yaparak karşı sahada içeri düşecek şekilde vuruş yapar. Adayın yapmış olduğu toplam 10 vuruşun her birisine, karşı alanda ilk düştüğü bölgeye göre puan verilir ve bu puanlar toplanarak adayın vole vuruşu puanı bulunur. Adayın bu değerlendirmede alabileceği en yüksek puan 50'dir.



Tam Puanlar aşağıdaki gibi verilir.

1 Puan – Top servis karesi içinde herhangi bir yere düştüğü zaman.

2 Puan – Top arka kort alanının ön bölümüne düştüğü zaman.

3 Puan – Top arka kort alanının orta bölümüne düştüğü zaman

4 Puan – Top arka kort alanının arka bölümüne düştüğü zaman

Güç Puanları aşağıdaki gibi verilir.

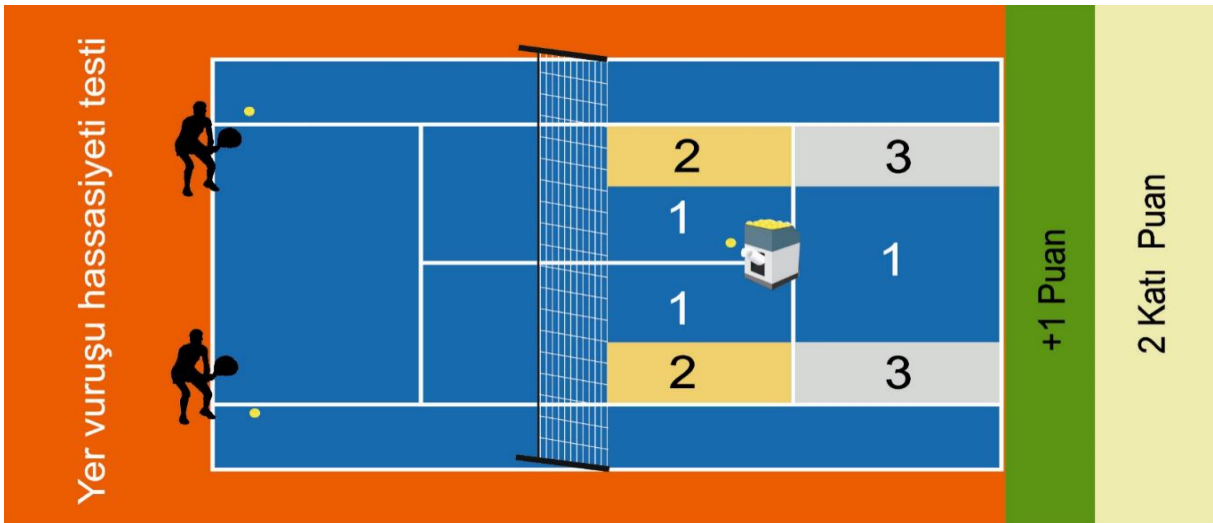
Vole vuruşunun hassasiyeti öncelikli olduğundan Güç Alanı + 1 ve x2 Ekstra Puanları verilmez.

“ 0 ” Puan - Topun birinci sekmesi tekler alanının dışına düştüğü zaman. Uyum – Hata olmayan her vuruş için 1 ekstra puan verilir. Vole derinliği çalışması bölümündeki toplam skoru bulmak için bütün puanlar toplanır.



### 3-Yer Vuruşu Hassasiyeti

Bu değerlendirmede adaylar A harfi ile gösterilen yerde, top besleyicileri ise B harfi ile gösterilen yerde durur. Top besleyicisi adayın önünde “X X” ile işaretlenen bölgeye doğru, adayın bir forehand tarafına, bir backhand tarafına olmak 12 adet top beslemesi yapar. Aday bu toplara, forehand ve backhand vuruşları yaparak karşı sahada içeri düşecek şekilde vuruş yapar. Adayın yapmış olduğu toplam 12 vuruşun her birisine, karşı alanda ilk ve 2. düştüğü bölgelere göre puan verilir ve bu puanlar toplanarak adayın yer vuruşu derinlik puanı bulunur. Adayın bu değerlendirmede alabileceği en yüksek puan 84 dır.



#### Tam puanlar aşağıdaki gibi verilir;

1 Puan – Top hedef alanları dışında orta alanda herhangi bir yere düştüğü zaman.

2 puan – Top servis çizgisinden önce yer vuruşu doğruluğunda hedef alan düştüğü zaman.

3 Puan – Top yer vuruşu doğruluğunda tekler kortunun ark bölümüne hedeflenen alana düştüğü zaman.

Güç puanları Aşağıdaki gibi verilir;

Güç Alanı – 1 Ekstra Puan – Top tekler kortunda herhangi bir alana düştüğünde ve ikinci sekme arka çizgi ile güç çizgisi arasında olduğunda, 1 ekstra puan verilir.

Güç Alanı – Çift Puan - Top tekler kortunda herhangi bir alana düştüğünde ve ikinci sekme güç çizgisinin arkasına düştüğünde çift puan verilir.

Örnekler: Birinci sekme 3 puanlık alan düştüğünde ve ikinci sekme arka çizginin ardına düştüğünde 4 puan verilir. Birinci sekme 3 puanlık alana düştüğünde ve ikinci sekme güç çizgisinin ardına düştüğünde 6 puan verilir.

‘0’Puan: Topun ilk sekmesi normal tekler oyun alanı dışında olursa.

Uyum (Tutarlılık): Hata olmayan her vuruş için ekstra 1 puan verilir. Yer vuruşu doğruluk çalışmasında elde edilen skoru bulmak için bütün puanlar toplanır.

#### 4- Servis Vuruşu

En Yüksek Olasılık 108 Puan'dır.

Servis Değerlendirmesi Aday 12 servis atar. 3 servis birinci servis kutusunun geniş alanına, 3 servis birinci servis kutusunun orta bölümüne, 3 servis ikinci servis kutusunun orta bölümüne ve 3 serviste ikinci servis kutusunun geniş bölümüne. Puanlar topun birinci ve ikinci sekmesine göre verilir. Eğer birinci servis doğru servis kutusuna atılırsa, ikinci servis gerekmez. Eğer servis bırakılırsa ( let ), servis tekrarlanır.

Tam puanlar aşağıdaki gibi verilir;

Birinci Servis :

2 Puan – Top doğru servis kutusu alanına atıldığında

4 Puan – Top doğru servis kutusunda hedeflenen alana atıldığında

İkinci Servis :

1 Puan: Top doğru servis kutusu alanına atıldığında.

2 Puan: top doğru servis kutusunda hedeflenen alana atıldığında.

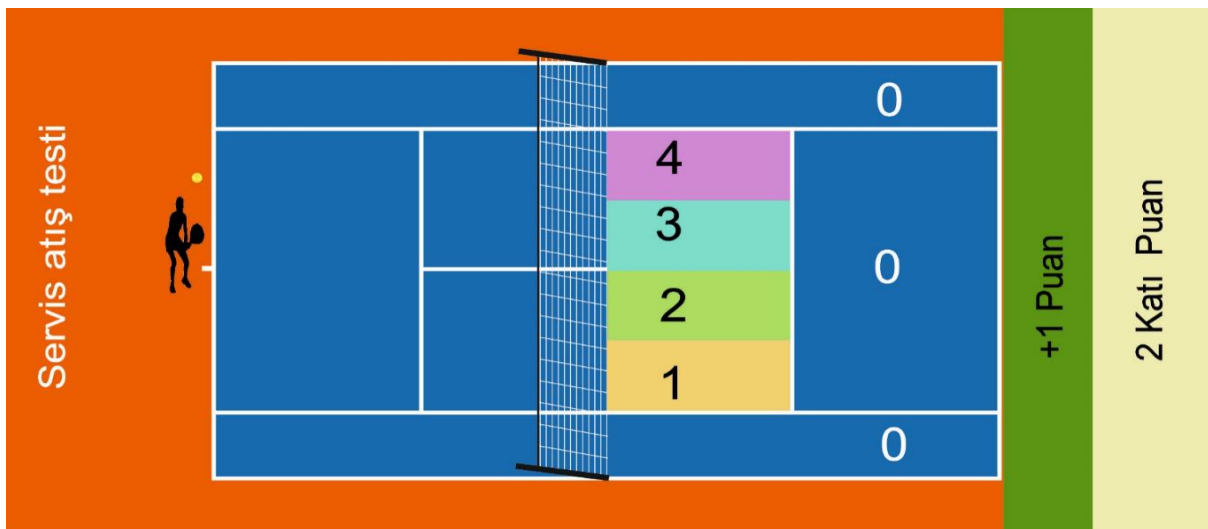
Güç Puanları Aşağıdaki Gibi Verilir;

Güç Alanı – 1 Ekstra Puan – Top doğru servis kutusuna atıldığında ve ikinci sekme güç çizgisi ile arka çizgi arasına düşerse, 1 ekstra puan verilir.

Güç Alanı – Çift Puan – Top doğru servis karesine atıldığında ve ikinci sekme güç çizgisinin arkasına düştüğünde çift puan verilir.

“ 0 ” Puan – Topun ilk sekmesi doğru servis kutusunun dışında olduğu zaman.

Uyum ( Tutarlılık ) – Her serviste top doğru servis kutusuna düştüğünde 1 ekstra puan verilir(1.veya 2. Servis ). Servis değerlendirme bölümünde kaç puan yapıldığını öğrenmek için bütün puanlar toplanır.



### Tenis Sınavı Puan Tablosu

<b>ERKEKLER</b>	<b>PUAN</b>	<b>BAYANLAR</b>
200 ve üstü	100	180 ve üstü
195-199	95	175-179
190-194	90	170-174
185-189	85	165-169
180-184	80	160-164
175-179	75	155-159
170-174	70	150-154
165-169	65	145-149
160-164	60	140-144
155-159	55	135-139
150-154	50	130-134
145-149	45	125-129
140-144	40	120-124
135-139	35	115-119
130-134	30	110-114
125-129	25	105-109
120-124	20	100-104
115-119	15	95-99
110-114	10	90-94
105-109	5	85-89
<b>104 ve altı</b>	<b>Alt Limit</b>	<b>84 ve altı</b>

## VOLEYBOL BRANŞ SINAVI

Spor salonunda yapılacak olan voleybol sınavı erkekler için 5, bayanlar için 4 istasyonun yer aldığı ve zamana karşı yapılan bir sınavdır. Adaylar giriş çizgisini geçtikten sonra fotosel devreye girer ve bitiş çizgisini geçtiklerinde durur.

Bütün istasyonlardaki teknikler; ilgili voleybol becerisine ait tekniğine uygun olarak yapılmalıdır. Zaman kazanmak için yapılan hatalar adayın aleyhine olacağından teknikte doğruluğu sağlamaya çalışmak önemlidir. Tekniğe uygun kasten yapılmayan uygulamalar öğretim elemanının 'TEKRAR' ikazı ile yenilenir.

Aday, istasyonlarda belirtilen bölgelere yapamadığı her vuruşu ve teknik özelliği yanlış olan hareketleri için HATA şeklinde uyarılacaktır. Ancak aday istasyonları bitirene kadar durmayacak yaptığı her hata istasyondaki değerine göre bitiriş zamanına ceza süresi olarak eklenecektir.

Aday bir istasyonu tamamlamadan diğerine geçerse önceki istasyona geri döndürülür ve uygun şekilde tamamladıktan sonra kaldığı yerden devam eder. **Eğer istasyon atlayıp ya da eksik bırakıp fotoselden çıkış yaparsa "DİSKİLİFİYE" olur.**

**Bayan parkurunda 3. İstasyon olan smaç istasyonu bulunmayacaktır.**

**Erkek adaylar için 1. İstasyon: Servis Testi**

**Bayan adaylar için 1. İstasyon: Servis Testi**

Aday 1 numaralı bölgenin hemen gerisinde duran başlangıç çizgisinden geçerek fotoseli çalıştıracak ve şekilde belirtilen alandan karşı sahanın 1-6 numaralı bölgelerde minderlerle işaretlenen alanına 4 adet servis atacaktır.

Atış anında çizgiye basılması halinde servis hata olarak değerlendirilecektir. Servis atılan bölgedeki minderlere en küçük temas isabetli atış olarak değerlendirilecektir.

Adaylar tenis servis ya da smaç servis atmakta tercihlerini kendileri kullanacaklardır ( Üstten servis atma prensibi).

Bir öğretim elemanı tarafından servis hedefine isabet etmeyen atışlar sesli olarak duyurulacaktır. Yapılan her topa vuruşta hedefe isabet etmeyen vuruş için 2 sn ceza verilecektir.

Süre kazanmak adına tekniğe uygun kullanılmayan her bir vuruş hata olarak kabul edilip 2sn ceza verilecek, aynı zamanda 'Atış Tekrar' komutu ile atış yineleneyecektir.

### **Erkek adaylar için 2. İstasyon Parmak Pas Testi:**

### **Bayan adaylar için 2. İstasyon Parmak Pas Testi:**

Aday 4 adet servis atışını gerçekleştirdikten hemen sonra. 4-3-2 numaralı alanlarda 3 metre çizgisinin yarım metre gerisinde bulunan toplarla 3 adet parmak pas yapar. 4 numaralı bölgede duran topu alarak karşı sahada belirlenen hedefe doğru parmak pas vuruşu yapar. Sonra yana kayarak 3 numaralı bölgede duran topu alır ve karşıda belirtilen alana doğru 2. pasını yapar ve en son 2 numaralı bölgeden 3.pasını belirtilen alana doğru gerçekleştirir. Parmak pas hedef bölgeleri her bir atış için farklıdır. Atış bölgeleri aşağıda gösterildiği gibidir. Atış sırasına uymayan adayın atışı yenilenir. Her bir parmak pas için belirtilen ayrı hedef bölgelere atış yapmak zorunludur. Parmak pasını yaparken 3m çizgisine basılması hata olarak değerlendirilecektir. Sahada hedeflenen bölgeye isabet etmeyen paslar hata olarak kabul edilecektir.

Süre kazanmak adına tekniğe uygun kullanılmayan her bir vuruş hata olarak kabul edilip 2sn ceza verilecek, aynı zamanda atış tekrar edilecektir.

**Önemli:** Bayan adaylar parmak pas testinden sonra manşet pas testi alanına geçer. Erkekler ise smaç testi ile devam ederler.

### **Erkek adaylar için 3. İstasyon; Smaç Testi**

Sadece erkek adaylar için uygulanacak bu istasyonda aday parmak pas testinde 2 numaralı bölgeden son vuruşunu yaptıktan sonra sahanın 4 numaralı bölgesine geçer. 4 numaralı bölgede 3 metre çizgisi üzerinde duran topu alıp, kendi attığı topa smaç vuruşu yaparak karşı sahanın içine düşürür. 2. vuruşu için 3 numaralı bölgeye gelir ve sahada istediği noktaya kendi attığı topa smaç vuruşu yapar. Son olarak 4 Numaralı bölgeye geçerek yine saha içinde istediği alana doğru smaç vuruşunu yapar.

Smaç vuruşlarını yaparken smaç tekniği dışında yapılan hiçbir vuruş smaç vuruşu olarak değerlendirilmeyecektir.

Smaç vuruşları file seviyesinin üzerinden yapılmalıdır. File seviyesinin altından yapılan vuruşlar hata olarak değerlendirilecektir.

Değerlendirilmeyen vuruşlarda ( file hatası, vuruş sonrası saha ihlali, plaseler, smaç plaseler ve taşıma toplar vb.) isabet sağlansa da geçerli sayılmayacak, hata olarak kabul edilecektir.

Karşı oyun alanına temas etmeyen her vuruş 3 sn. ceza ile değerlendirilir.

### **Erkek adaylar için 4. İstasyon; Manşet Pas Testi**

### **Bayan adaylar için 3. İstasyon; Manşet Pas Testi**

Erkek adaylar smaç testinden sonra bayan adaylar ise parmak pas testinden sonra bu istasyona başlar. Duvardan 3 metre uzaklıkta yerde duran topu alır ve duvarda yerden 2.5m yükseklikteki panoya manşet vuruşlarını gerçekleştirir. Aday duvardan 3m uzaklıkta durmuş olacaktır. Bu nedenle aday ile pano arasında mesafeyi belirleyecek bir minder bulunacaktır. Üç metreyi belirleyen bu minder üzerine basılarak yapılan vuruşlar “HATA” olarak değerlendirilecektir.

Erkek adaylar 6 adet manşet pas, bayanlar 10 adet manşet pas tekniği uygulayacaktır. Manşet pas uygulamasında verilen her bir ara, topu tutup tekrar devam ediş, topun yere teması, topun belirtilen alan (pano) dışına teması “HATA” olarak kabul edilecektir. Bir öğretim elemanı vuruşları sesli olarak sayacak ve hatalı vuruşları duyuracaktır. Hatalı vuruşlardan sonra adayın sayma işlemi kaldığı yerden devam edecektir.

Erkeklerde 6 vuruşu, bayanlarda 10 vuruşu belirtilen panoya temas ettirmeyen aday bir sonraki istasyona geçemeyecektir.

### **Erkek adaylar için 5. İstasyon Blok Testi:**

### **Bayan adaylar için 4. İstasyon Blok Testi:**

Aday manşet pas testinden sonra karşı tarafta bulunan blok testi bölgesinin içine girer. Blok testinde numaralandırılmış bayanlar için yerden **2,40 m** erkekler için **2,75 m** yüksekliğindeki 3 adet topa blok tekniğine uygun şekilde temas eder. Blok hareketi yana kayma adımı veya çapraz adım alma prensibine uygun çift elle yapılmalıdır. Sırasıyla 1, 2 ve 3 numaralı toplara blok yapılmalıdır. Uygun teknikle yapılmayan veya tek elle yapılan blok ( topa temas olsa dahi) geçersiz sayılır ve her bir top için adayın süresine 3 saniye ceza süresi eklenir.

Adaylar blok testinden sonra parkur süresini sonlandırmak için fotoselinden çıkış yapar. Bir önceki istasyonu tamamlamadan çıkış yapıp fotosel sayacını durduran adaylar “DİSKALİFİYE” olur.

### **Voleybol Sınav Puanlaması**

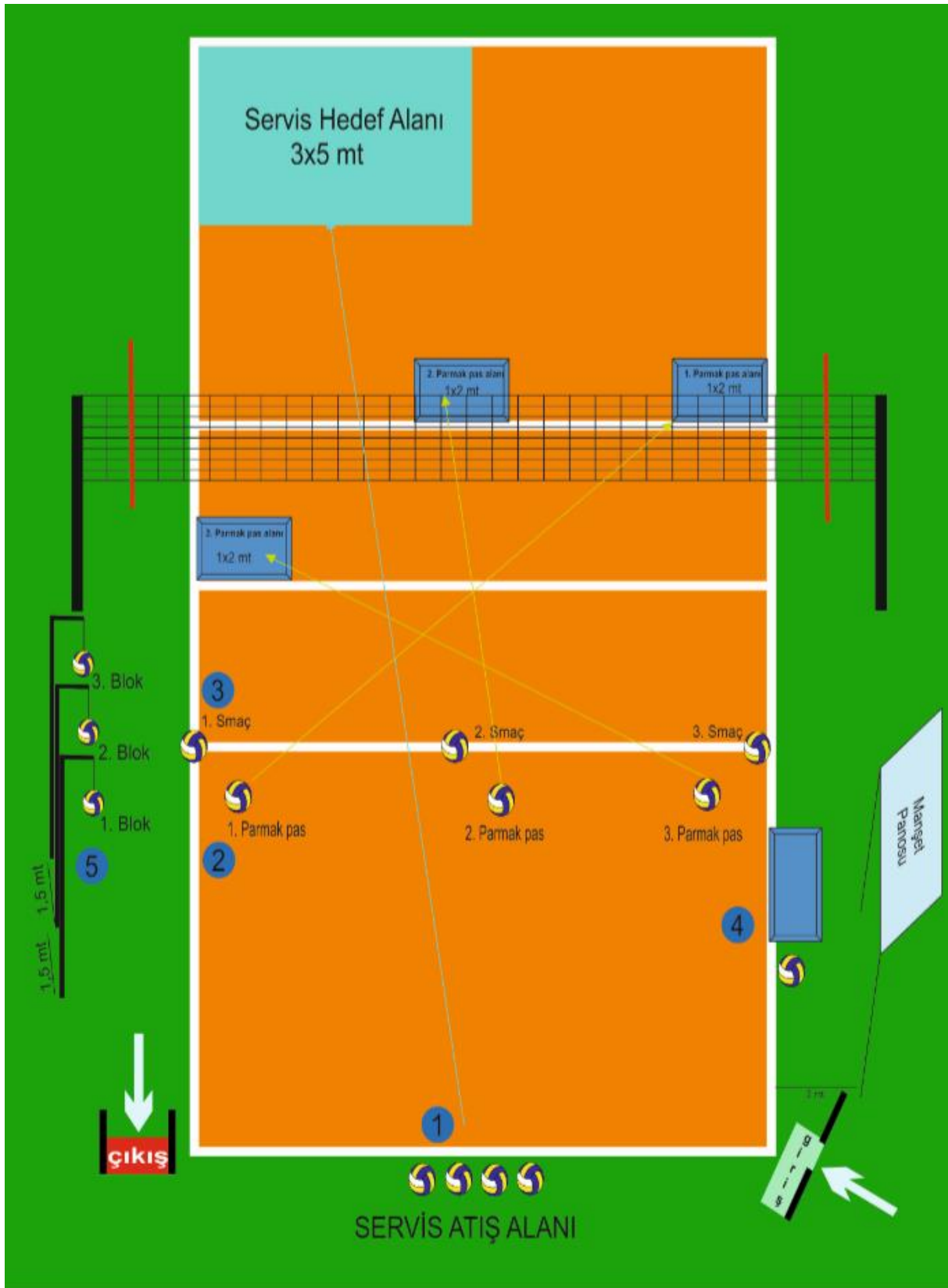
En iyi süre : 100 puan

Erkek adaylar için alt limit: 105 saniye ve altı

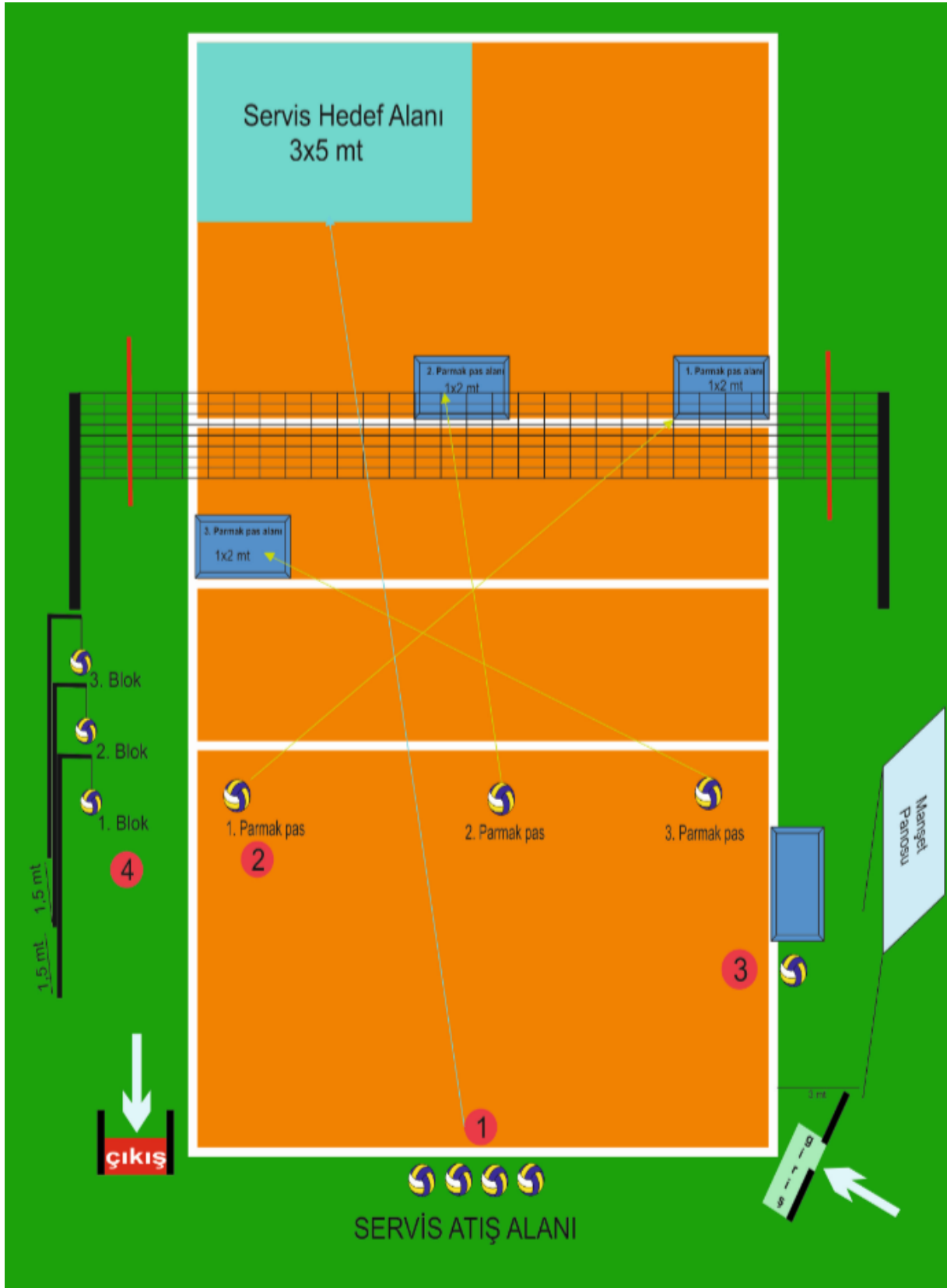
Alt Limit ve altı : 0 Puan

Bayan adaylar için alt limit: 95 saniye ve altı

## Voleybol Sınav Parkuru (Erkek Adaylar İçin)



## Voleybol Sınav Parkuru (Bayan Adaylar İçin)





## **II. AŞAMA**

### **(BECERİ VE KOORDİNASYON TESTİ)**

II. aşama sınavına sadece I. aşama sınavında ilgili kontenjanların 3 katı içine giren adaylar ile tüm milli sporcular katılacaklardır.

**Sırası geldiği halde sınava girmeyen adaylar her ne sebeple olursa olsun sınava giremezler.**

Bu testin başlangıç ve bitiş süreleri otomasyon sisteminde otomatik olarak belirlenir. Aday otomasyon sistemini (fotosel) kendisi başlatır ve bitirir. Elde edilen derece ekrana yansır ve aynı anda ana bilgisayara otomatik olarak kaydedilir.

Bu testte zamana karşı yarışan adaylara yalnızca bir hak verilir.

#### **Bu testler:**

1. Yoyo testi
2. Sağlık toplarının yerlerini değiştirme
3. Hentbol topu ile hedefe temel atış
4. Öne düz takla
5. Voleybol parmak pas
6. Basketbol topu ile atış
7. Futbol topu ile minyatür kaleye atış
8. Cimnastik sırası üzerinden sıçrama
9. Sprint koşusu

#### **1- YOYO TESTİ**

Aday farklı 2m, 4m, 6m, ve 8 m aralıklarla koyulan huniler arasında Yoyo koşusu yapar. Aday ilk huniden başlamak kaydıyla sırası ile bir sarı birde kırmızı olmak üzere her huni üzerinde bulunan tüy topları eli/kolu ile düşürmek zorundadır. Sıradaki topu düşürmeden diğer huniye geçen aday geri çevrilir ve atladığı topu eliyle/koluyla düşürmesi sağlanır. Aday eli/kolu dışında herhangi bir sebep ya da uzvuyla topu düşürmesi halinde, topu huniye kendisi yerleştirerek hareketi tekrarlaması sağlanır. Aynı renkte iki hunideki tüy topu üst üste düşürürse, topu huniye kendisi yerleştirerek bir önceki huniden istasyona devam ettirilir.

## 2- SAĞLIK TOPLARININ YERLERİNİ DEĞİŞTİRME

Aday yerde siyah ve kırmızı renkle işaretli olan noktalar üzerinde 2 metre ara ile duran siyah ve kırmızı renklerdeki toplardan önce siyah topu alarak kasaya koyar, ardından kırmızı topu kasaya koyar. Sonra siyah topu kasadan alır ve siyah noktaya koyar, kırmızı topu kasadan alır ve kırmızı noktaya koyar. Aday, topları belirtilen noktalara bırakmak zorundadır. Toplar bulunması gereken yerde olmadığı takdirde düzeltilmesi için aday geri çevrilir.

## 3- HENTBOL TOPU İLE HEDEFE TEMEL ATIŞ

Aday kasa içerisinde bulunan 5 adet hentbol topu ile hentbol temel atış tekniğine uygun olarak, kasadan 1 metre uzaklıkta bulunan çizgiyi geçmemek kaydıyla 7 metre uzaklıkta bulunan hentbol kalesinin üst ve alt köşelerindeki 60cm x 60cm ebatlarındaki kutulara atış yapar. Adayın ilk atışı hangi hedefe (köşeye) uygulayacağı kendi tercihine bağlıdır. Hentbol temel atış tekniğine uygun olmayan ya da çizgi ihlali yapılarak yapılan atışlar başarılı olsa dahi geçerli kabul edilmeyecek aynı zamanda hatalı her atış için top ilavesi yapılacaktır. **Her aday nizami olarak 5 atışı tamamlamak zorundadır. İsbetli her atışta toplam süreden -2 sn düşülür.**

## 4- ÖNE DÜZ TAKLA

Hentbol testini başarıyla geçen aday hentbol atış çizgisinden 5 m uzakta bulunan huninin etrafından dönerek, minder üzerinde erkekler 3 adet kızlar 2 adet öne düz takla atarlar. Aday takla esnasında minderin dışına düşerse hareket tekrarlatılır. Kurallara uygun yapılan takladan sonra bir sonraki istasyona geçilir.

## 5- VOLEYBOL PARMAK PAS

Aday parmak pas prensibine uygun olarak fileden 3 m uzaklıkta atış yönüne göre sağ tarafından 1 metre uzaklıkta bulunan kasadan aldığı 5 adet topu başının üzerine yükselterek filenin karşısındaki 3 m uzaklıktaki minderle belirlenmiş alana atış yapar. Erkekler için file yüksekliği 2,43 m bayanlar için 2,24 m 'dir. Topun mindere en küçük teması isbetli atış olarak sayılır. Zaman kazanmak amacıyla yapılan prensip dışı parmak pas, fileyi geçmeyen toplar ve atış alanı çizgisi dışında ya da çizgiye basarak yapılan alan ihlali durumlarında atış geçersiz sayılır ve hatalı her atış için top ilavesi yapılacaktır. **Her aday nizami olarak 5 atışı tamamlamak zorundadır. İsbetli her atışta toplam süreden -2 sn düşülür.**

## **6- BASKETBOL TOPU İLE ATIŞ**

Aday kasa içerisinde bulunan 5 adet basketbol topunu serbest atış alanından atmak zorundadır. Basketbol atış tekniklerine uygun olmayan ya da atış alanı ihlali yaparak atılan toplar basket olsa dahi geçerli sayılmayacak ve hatalı her atış için top ilavesi yapılacaktır. **Her aday nizami olarak 5 atışı tamamlamak zorundadır. İsbetli her atışta toplam süreden -2 sn düşülür.**

## **7- FUTBOL TOPU İLE MİNYATÜR KALEYE ATIŞ**

Adaylar bu istasyona geldiklerinde atış çizgisine 1 m uzaklıktaki kasa içersin de bulunan 5 adet futbol topu ile 120 cm genişlik ve 100 cm yüksekliğindeki minyatür futbol kalesine istediği herhangi bir ayak ile isabetli şut atmaya çalışır. Atış çizgisinin kaleye uzaklığı bayanlarda 5 m erkeklerde ise 7 m'dir. Atış çizgisini ihlal etme, yerle teması sağlanmayan veya yerden yüksek durumdaki topla vuruş yapmak hata olarak kabul edilecek ve atışlar geçersiz sayılacaktır. Bu durum da hatalı her atış için top ilavesi yapılacaktır. **Her aday nizami olarak 5 atışı tamamlamak zorundadır. İsbetli her atışta toplam süreden -2 sn düşülür.**

## **8- CİMNASTİK SIRASI ÜZERİNDEN SIÇRAMA**

Erkek adaylar engel üzerinden sağa ve sola çift ayakla 6'şar defa toplam 12 sıçrama, bayan adaylar 3'er defa toplam 6 sıçrama yapar. Sıçramayı belirtilen tekrardan az veya tek ayakla yapan aday eksik ya da hatalı yaptığı yerden harekete devam eder. Eksik veya hatalı sıçrama yapmasına ve uyarılmasına rağmen parkura devam ederek fotoseli durduran aday diskalifiye olur.

## **9- SPRINT KOŞUSU**

Kalan mesafe koşarak fotoselden nizami çıkış yapılır.

Fotoseli kesemeyen aday geri dönüp yeniden fotoselden geçer. Böyle bir durumda adayın kaybedeceği zaman kendi sınav süresi olarak kabul edilir.

## **Beceri ve Koordinasyon Testi Puanlaması**

En iyi süre: **100 puan**

Erkek adaylar için alt limit: **130 saniye ve altı**

Alt limit ve üzeri süre: **0 puan**

Bayan adaylar için alt limit: **150 saniye ve altı**

## 2. Aşama KOORDİNASYON PARKURU

