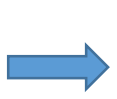


B A Ş L A N G I Ç



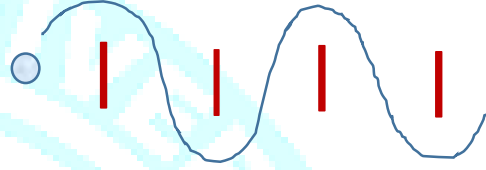
1
Öne Takla



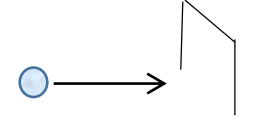
2
Üstten ve alttan
ve üstten geçme



3
Denge Tahtası



4
TOP SÜRME



5
Topu kaleye atma



6
Çubuk Etrafında 360
derece Dönme



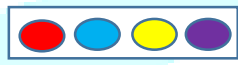
7
Top atma



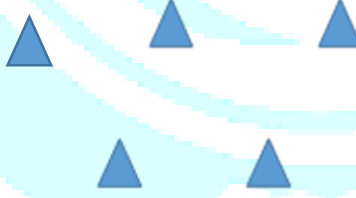
8
Çubuk etrafında
dönme



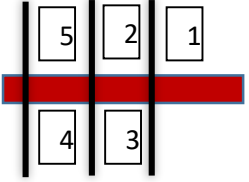
9
Sağlık Topu Taşıma



10
Slalom



11
Sıçrama



V A R I Ş

2007

Beceri-Koordinasyon Testi (BKT)

1. İstasyon: Serbest Takla

Aday, fotosel öncesinde işaretlenmiş çizgi gerisinden yüksek çıkışla (ellerini yere temas ettirmeden) harekete başlar, minder üzerinde öne bir kez serbest takla atarak ayağa kalkar ve ikinci istasyona devam eder. Minderin yanları dışına (uzun kenar) taşan hareket hata olarak kabul edilir ve hakem uyarısıyla tekrar ettirilir.

2. İstasyon: Üst Alt Üst Engellerden Geçme

Aday, ilk engelin üstünden, ikinci engelin altından üçüncü engelin üstünden geçerek. Aday altından veya üstünden geçtiği engelleri düşürmesi durumunda, engeli düzeltecek istasyonun ikinci istasyonun başına tekrar dönecek ve engeli tekrar geçecektir.

3. İstasyon: Denge Tahtası

Aday, denge tahtasının üstüne çıkar ve burayı hızlı bir şekilde geçmeye çalışır. Denge tahtasına çıkarken adımlama yapıp tek seferde de çıkabileceği gibi, denge tahtasının önünde bulunan basamağı da kullanabilir. Denge tahtasının başlangıç ve sonuna basmak zorundadır. Denge tahtasından düşen aday denge tahtasının başlangıç noktasına geri döner bu parkuru başarı ile tamamladıktan sonra 4. parkura devam eder.

4. İstasyon: Top ile Slalom Çubukları Arasında Slalom

Aday, 3. istasyondan çıktıktan sonra işaretli yerde slalom çubuklarının ortasında bulunan futsal topunu alır, çubukları arasından istediği yönden başlayarak ayağı ile slalom çubuklarının arasından top ile geçer ve topu işaretli yeri geçmemek şartı ile minyatür kaleye şut çeker. Adayın slalom çubuğunu düşürmesi durumunda çubuğu düzelterek devam eder. Kaleye çekilen şutun kaleye girmemesi durumunda aday topu tekrar alır atış yapacağı noktaya geri koyar ve tekrar kaleye atış yapar. Top kaleye girince 5. İstasyona ilerler.

5. İstasyon: Çubuk Etrafında 360 Derece Dönme

Aday, yerde bulunan dikmenin sağından 360 derece tam bir dönüş yaparak 6. İstasyona geçer.

6. İstasyon: Engelin Üstünden Atma:

Aday istasyon yanında bulunan basketbol topunu engelin üstünden atar, engelin altından geçen aday engelin diğer tarafından topu yakalar ve yerde belirlenen engelin yanında buluna noktaya topu koyar ve istasyonun ilerisinde bulunan huninin sağından bir 7. İstasyona geçer. Aday topu elinden kaçırmaması durumunda topu düştüğü yerden alır belirlenen noktaya koyar. Ayrıca topun engelin üstünden geçmemesi durumunda atış tekrarlanır. Aday istasyonun ilerisinde bulunan huninin sağından geçmek zorundadır.

7. İstasyon: İki Kasa Arasında Top Taşıma

Aday, yerde sabit bir şekilde kasanın içinde bulunan 2 adet 2, iki adet 3 kg sağlık topunu diğer boş olan kasaya taşır. (Toplar her aday için aynı kasadan alınacak, adayın isteğine göre kasa değişmeyecektir). Aday topları kasalara dikkatli şekilde bırakmalıdır, bırakılan top kasadan çıkarsa adayın geri dönerek topu kasa içine tekrar bırakması gerekir.

8. İstasyon : Slalom hunileri Arasında Çapraz Slalom

Aday, yerde çapraz şekilde duran hunilerin arasından geçerek 9. İstasyona geçer. Huninin yıkılması veya huni atlaması durumunda aday huniyi düzelttikten sonra tekrar 8. İstasyonun başlangıç noktasına döner ve tekrar bu istasyonu yeniler

9. İstasyon: Engel Üzerinde Öne, Sola, Sağa ve Öne sıçrama:

Aday engel üzerinde 1 numaralı noktadan başlamak üzere önce öne sonra sola, sonra sağa ve öne sıçrar ve bitiş noktasına devam eder. Tek ayakla yapılan sıçramalar, sırası ile yapılmayan sıçramalar geçersiz sayılarak aday tekrar hata yaptığı yerden başlayacaktır.

2007