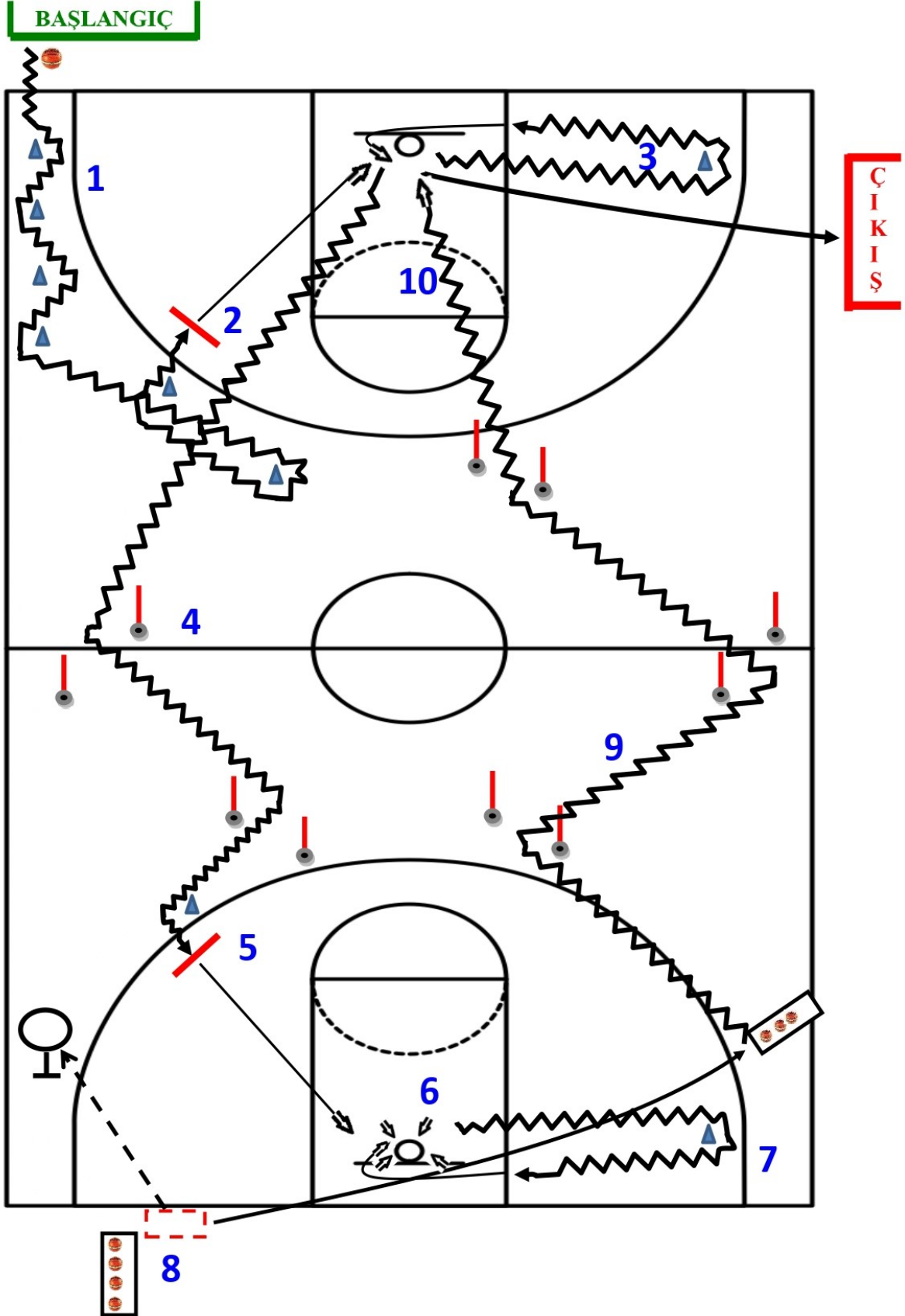


Basketbol Uygulama Sınavı

Basketbol Sınav Parkuru



Basketbol Uygulama Sınavı (100 Puan)

Basketbol Sınavı, toplam 10 istasyonun yer aldığı (istasyonların genel olarak yerleşim planı, yukarıdaki şekilde gösterilmiştir) ve zamana karşı yapılan bir parkurdur. Aday, parkur başlangıcına kurulu olan fotoseli hareketi ile başlatır ve parkuru tamamlayıp çıkış noktasındaki fotoselden geçtiğinde, süre otomatik olarak durur. Adayların saniye üzerinden elde ettikleri dereceler standart puana çevrilir (Tablo 18).

Uygulanış:

- 1. istasyon (Dar slalom):** Aday basketbol kurallarına uygun şekilde, fotoselden top sürerek hücum yönündeki ilk engeli sol taraftan sol el ile geçer ve diğer engellerin de arasından sırasıyla el değiştirerek 2.istasyona ulaşır.
- 2. istasyon (Sol turnike):** Aday, sola doğru sol elle top sürerek engeli sağına alarak etrafından döner. Sol turnikeye girmek için diğer engeli de sağına alarak etrafından geçer ve belirtilen mesafeden sol turnikeye girer (sol-sağ adım) ve sol el ile atışı yapar.
- 3. istasyon (Sağ ters turnike):** Aday, çemberden geçen topu alır, sağ el ile top sürerek saha içerisindeki koniyi soluna alarak etrafından döner ve boyalı alana girmeden önce topu tutarak sağ ters turnikeye (sağ-sol adım) girer ve sağ eli ile atışı yapar.
- 4. istasyon (Önden ve arkadan el değiştirme):** Aday ilgili kapılardan, sırasıyla, önce önden el değiştirme, sonra da arkadan el değiştirme yaparak geçer.
- 5. istasyon (sağ turnike):** Aday sağ turnikeye girmek için engeli soluna alarak etrafından geçer ve belirtilen mesafeden sağ turnikeye girer (sağ-sol adım) ve sağ el ile atışı yapar.
- 6. istasyon (Pota altı atış):** Aday pota altından yüzü çembere dönük şekilde 2 kere sol ayağının üzerinde sağ elle, 2 kere de sağ ayağının üzerinde sol elle atış yapar. Bu dört başarılı atıştan sonra aday sırtını çembere dönerek yine 2 kere sol ayağının üzerinde sağ elle, 2 kere de sağ ayağının üzerinde sol elle atış yapar. Bu dört atışın da başarılı olması gerekir. Toplamda sekiz başarılı atış gerçekleştirilir.
- 7. istasyon (Sol ters turnike):** Aday, çemberden geçen topu alır, sol el ile top sürerek saha içerisindeki koniyi sağına alarak etrafından döner ve boyalı alana girmeden önce topu tutarak sol ters turnikeye (sol-sağ adım) girer ve sol eli ile atış yapar.
- 8. istasyon (Pas):** Aday, çemberden geçen topu alarak pas atacağı bölgeye gider ve pas atışını yapar.

9. istasyon (Yön ve el değiştirerek top sürme): Aday, koşarak saha kenarında duran topu alır ve top sürerek kapılardan sırayla önce önden el değiştirme, sonrasında bacak arası ve son olarak arkadan el değiştirme yaparak geçer.

10. istasyon (Stop ve sıçrayarak atış): Aday, çembere doğru yönelip, stop sonrası (tek zamanlı veya çift zamanlı) çift ayak sıçrayarak atış yapar. İsabet sonrasında, topu bırakıp koşarak çıkış fotoselinden geçer.

Adanın parkur sırasında dikkat etmesi gereken hususlar:

- 1- Aday, parkurda istasyon sırasını atlar veya istasyonu tamamlamadan diğer istasyona geçer ise diskalifiye edilir.
- 2- Parkur içerisinde yer alan engellerin ve benzeri materyalin devrilmesi durumunda (adanın vücut teması veya top teması sonucunda), aday bunları düzeltir ve ilgili hareketi tekrarlayarak sınava devam edebilir.
- 3- Aday istasyonlarda belirtilen kapılardan geçmek zorundadır. Herhangi bir kapı atlandığı durumda adaya, herhangi bir uyarı yapılmaz. Aday, bu durumda geri dönerek ilgili kapıdan geçmek zorundadır. Aksi takdirde aday diskalifiye edilir.
- 4- Turnike atışları sırasında aday, turnike adımlarına başlamadan önceki son adımını ve topu, sahada bant ile belirtilen bölgenin ilerisine atamaz. Bu durumda isabet olsa dahi atış tekrarlanır.
- 5- Aday, 2., 3., 5. ve 7. istasyonlarda atışları belirtilen eli ile yapmalıdır. Aday sol elle yapılması gereken turnike atışını kaçırırsa (isabet sağlanamazsa) veya sağ elle atış yaparsa, 2. İstasyonda sol turnikeye girmeden önce geçtiği son engelin etrafından tekrar geçerek atışı tekrarlar. Bu atışında başarısız olması durumunda hareket üçüncü ve son kez tekrarlanır. Olası başarısızlıkta adayın pota altından, herhangi bir şekilde, atış yaparak isabet bulması gerekir. Aynı şekilde 3. istasyonda da aday sağ elle yapılması gereken turnike atışını kaçırırsa (isabet sağlanamazsa) veya sol elle atış yaparsa, sağ ters turnikeye girmeden önce geçtiği koninin etrafından tekrar geçerek atışı tekrarlar. Bu atışında başarısız olması durumunda hareket üçüncü ve son kez tekrarlanır. Olası başarısızlıkta adayın pota altından, herhangi bir şekilde, atış yaparak isabet bulması gerekir. Bu durum 5. ve 7. istasyonlar için de geçerlidir.
- 6- Aday 6. istasyonda sol ayağı üzerinde sağ el ile ve sağ ayağı üzerinde sol el ile atış yapmalıdır. Başlangıç sıralaması önemli değildir. Aday yüzü potaya dönük şekilde çember altından her iki taraftan ikişer atış isabeti sağladıktan sonra sırtını potaya dönerek yine çember altında her iki taraftan başarılı ikişer atış yapması gerekir. Aday



çember altından yüzü potaya dönük şekilde sağdan bir, soldan bir ve tekrar sağdan bir soldan bir ve sırtı potaya dönük şekilde sağdan bir, soldan bir ve tekrar sağdan bir soldan bir olmak üzere toplamda 8 başarılı atış yapar. Atışların belirtilen ayak ve elle yapılması ve her iki taraftan da isabet bulunması gerekir. Aday gerekli isabeti bulana kadar, atışlarına isabet bulamadığı yerden devam eder.

- 7- Aday 8. istasyonda, elindeki topla pas isabeti sağlayamazsa, saha dip çizgisinden üç (3) metre geride duran toplardan birini alarak pası, işaretli alan içerisinde tekrarlar. Olası başarısız paslar için bu alanda dört top bulunmaktadır. Bu dört topta da isabet bulunamazsa aday parkura devam eder ancak adayın parkur bitirme süresine 5sn ceza süresi eklenir.
- 8- Aday 9. istasyonda, sağ tarafta saha kenarında bulunan toplardan birini alır ve top sürerek kapılardan ilgili hareketleri yaparak geçmek zorundadır. Aday ilgili kapıları atlar veya belirtilen hareketleri yapmadan geçer ise diskalifiye edilir.
- 9- Aday, 10. istasyonda, stop sonrası atışında isabet sağlamalıdır. İsbet sağlanamadığı takdirde atış en son arkadan el değiştirme yapılan engelin etrafından dönülerek tekrarlanır. Başarısızlık durumunda hareket üçüncü ve son kez tekrarlanır. Olası başarısızlıkta adayın pota altından, herhangi bir şekilde, isabet bulunması gerekir. İsbet sonrasında aday fotoselden koşarak geçer ve parkuru tamamlar. İsbet bulunmadan fotoselden geçen aday diskalifiye edilir.
- 10- Aday, top sürme ile ilgili istasyonlarda basketbol oyununa ilişkin yaptığı her kural ihlali için 5 saniye ek ceza süresi alır. Bu süre adayın parkur bitirme süresine eklenir ve adayın sınav puanı belirlenir. Atışlarla ilgili istasyonlarda aday isabetli atışı bulana kadar belirtilen sayıda tekrar yapmalıdır. Eksik tekrar adayın diskalifiye olmasına neden olur.
- 11- Öngörülemeyen durumlara ilgili olarak sınav komisyonu toplanarak karar alır.



Tablo 18: Basketbol Uygulama Sınav Parkur Puan Dağılımı

Erkek		PUAN	Kız		Erkek		PUAN	Kız	
Derece			Derece		Derece			Derece	
1:00.0 dk. ve altı		100	1:10.0 dk. ve altı		1:20.7	1:21.0	50	1:33.5	1:33.8
1:00.1	1:00.5	99	1:10.1	1:10.5	1:21.1	1:21.4	49	1:33.9	1:34.2
1:00.6	1:01.0	98	1:10.6	1:11.0	1:21.5	1:21.8	48	1:34.3	1:34.6
1:01.1	1:01.5	97	1:11.1	1:11.5	1:21.9	1:22.2	47	1:34.7	1:35.0
1:01.6	1:02.0	96	1:11.6	1:12.0	1:22.3	1:22.6	46	1:35.1	1:35.4
1:02.1	1:02.5	95	1:12.1	1:12.5	1:22.7	1:23.0	45	1:35.5	1:35.8
1:02.6	1:03.0	94	1:12.6	1:13.0	1:23.1	1:23.4	44	1:35.9	1:36.2
1:03.1	1:03.5	93	1:13.1	1:13.5	1:23.5	1:23.8	43	1:36.3	1:36.6
1:03.6	1:04.0	92	1:13.6	1:14.0	1:23.9	1:24.2	42	1:36.7	1:37.0
1:04.1	1:04.5	91	1:14.1	1:14.5	1:24.3	1:24.6	41	1:37.1	1:37.4
1:04.6	1:05.0	90	1:14.6	1:15.0	1:24.7	1:25.0	40	1:37.5	1:37.8
1:05.1	1:05.4	89	1:15.1	1:15.4	1:25.1	1:25.3	39	1:37.9	1:38.2
1:05.5	1:05.8	88	1:15.5	1:15.8	1:25.4	1:25.6	38	1:38.3	1:38.6
1:05.9	1:06.2	87	1:15.9	1:16.2	1:25.7	1:25.9	37	1:38.7	1:39.0
1:06.3	1:06.6	86	1:16.3	1:16.6	1:26.0	1:26.2	36	1:39.1	1:39.4
1:06.7	1:07.0	85	1:16.7	1:17.0	1:26.3	1:26.5	35	1:39.5	1:39.8
1:07.1	1:07.4	84	1:17.1	1:17.4	1:26.6	1:26.8	34	1:39.9	1:40.2
1:07.5	1:07.8	83	1:17.5	1:17.8	1:26.9	1:27.1	33	1:40.3	1:40.6
1:07.9	1:08.2	82	1:17.9	1:18.2	1:27.2	1:27.4	32	1:40.7	1:41.0
1:08.3	1:08.6	81	1:18.3	1:18.6	1:27.5	1:27.7	31	1:41.1	1:41.4
1:08.7	1:09.0	80	1:18.7	1:19.0	1:27.8	1:28.0	30	1:41.5	1:41.8
1:09.1	1:09.4	79	1:19.1	1:19.4	1:29.1	1:29.3	29	1:41.9	1:42.2
1:09.5	1:09.8	78	1:19.5	1:19.8	1:29.4	1:29.6	28	1:42.3	1:42.6
1:09.9	1:10.2	77	1:19.9	1:20.2	1:29.7	1:29.9	27	1:42.7	1:43.0
1:10.3	1:10.6	76	1:20.3	1:20.6	1:30.0	1:30.2	26	1:43.1	1:43.4
1:10.7	1:11.0	75	1:20.7	1:21.0	1:30.3	1:30.5	25	1:43.5	1:43.8
1:11.1	1:11.4	74	1:21.1	1:21.4	1:30.6	1:30.8	24	1:43.9	1:44.2
1:11.5	1:11.8	73	1:21.5	1:21.8	1:31.9	1:32.1	23	1:44.3	1:44.6
1:11.9	1:12.2	72	1:21.9	1:22.2	1:32.2	1:32.4	22	1:44.7	1:45.0
1:12.3	1:12.6	71	1:22.3	1:22.6	1:32.5	1:32.7	21	1:45.1	1:45.4
1:12.7	1:13.0	70	1:22.7	1:23.0	1:32.8	1:33.0	20	1:45.5	1:45.8
1:13.1	1:13.4	69	1:23.1	1:23.4	1:33.1	1:33.3	19	1:45.9	1:46.2
1:13.5	1:13.8	68	1:23.5	1:23.8	1:33.4	1:33.6	18	1:46.3	1:46.6
1:13.9	1:14.2	67	1:23.9	1:24.2	1:33.7	1:33.9	17	1:46.7	1:47.0
1:14.3	1:14.6	66	1:24.3	1:24.6	1:34.0	1:34.2	16	1:47.1	1:47.4
1:14.7	1:15.0	65	1:24.7	1:25.0	1:34.3	1:34.5	15	1:47.5	1:47.8
1:15.1	1:15.4	64	1:25.1	1:25.4	1:34.6	1:34.8	14	1:47.9	1:48.2
1:15.5	1:15.8	63	1:25.5	1:25.8	1:34.9	1:35.1	13	1:48.3	1:48.6
1:15.9	1:16.2	62	1:25.9	1:26.2	1:35.2	1:35.4	12	1:48.7	1:49.0
1:16.3	1:16.6	61	1:26.3	1:26.6	1:35.5	1:35.7	11	1:49.1	1:49.4
1:16.7	1:17.0	60	1:26.7	1:27.0	1:35.8	1:36.0	10	1:49.5	1:49.8
1:17.1	1:17.4	59	1:27.1	1:27.4	1:36.1	1:36.3	9	1:49.9	1:50.2
1:17.5	1:17.8	58	1:27.5	1:27.8	1:36.4	1:36.6	8	1:50.3	1:50.6
1:17.9	1:18.2	57	1:27.9	1:28.2	1:36.7	1:36.9	7	1:50.7	1:51.0
1:18.3	1:18.6	56	1:28.3	1:28.6	1:37.0	1:37.2	6	1:51.1	1:51.4
1:18.7	1:19.0	55	1:28.7	1:29.0	1:37.3	1:37.5	5	1:51.5	1:51.8
1:19.1	1:19.4	54	1:29.1	1:29.4	1:37.6	1:37.8	4	1:51.9	1:52.2
1:19.5	1:19.8	53	1:29.5	1:29.8	1:37.9	1:38.1	3	1:52.3	1:52.6
1:19.9	1:20.2	52	1:29.9	1:30.2	1:38.2	1:38.4	2	1:52.7	1:53.0
1:20.3	1:20.6	51	1:30.3	1:30.6	1:38.5 ve üstü		1	1:53.1 ve üstü	