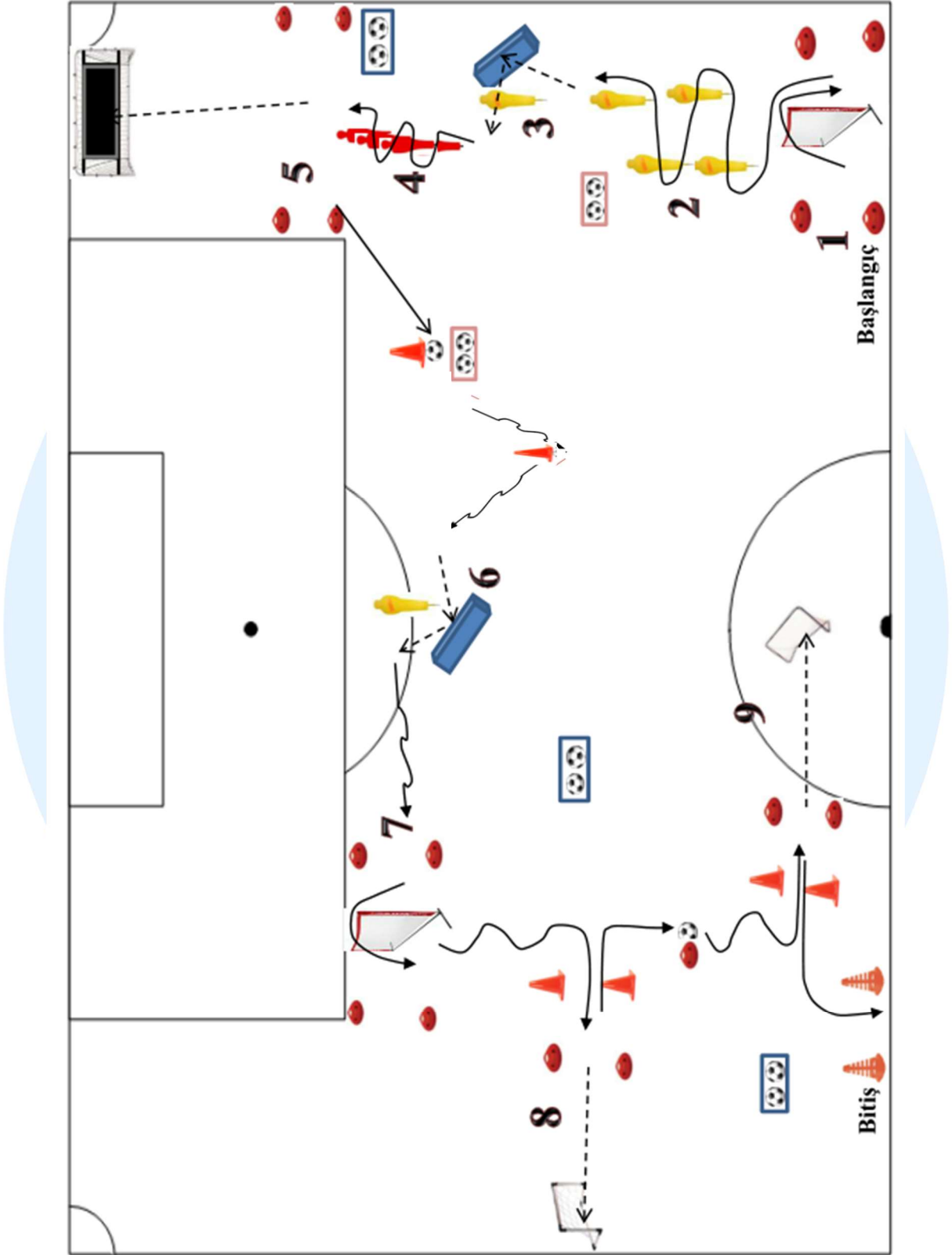


Futbol Uygulama Sınavı

Futbol Uygulama Sınav Parkuru



Futbol Uygulama Sınav Parkuru (100 puan)

Tüm istasyonlar arası geçişler topla dripling şeklinde gerçekleştirilecektir.

- 1. İstasyon:** Top; yerden ayak ile kaldırıldığı anda adayın sınav süresi başlayacaktır. Ayaküstü top sektirme yapıldıktan sonra, top yere değmeden belirtilen engellerin (statik baraj engelleri) üzerinden diğer tarafa atılacak (2-3 top sektirmeden sonra) ve engelin diğer tarafına geçilip topa elle temas yapılmadan, herhangi bir top kontrolü (top engelin üzerinden diğer tarafa atıldığında en geç, zemine değme kontrol edilmelidir, atılan top zemine sıçradıktan sonra kontrol yapılamaz, yapılır ise harekete baştan başlanır) belirlenen alan içinde yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek. El ile temas edilmesi durumunda harekete baştan başlanacak ve +5sn süre cezası eklenecektir.
 - Top herhangi bir şekilde alan dışına çıkarsa, tekrar istasyon başlangıç noktasına gelinecek ve istasyona top sektirme yapılarak tekrar başlanacaktır.
- 2. İstasyon:** Belirtilen hareket yönünde topla dripling ile geniş slalomlar yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek.
 - Topla slalom yapılırken bir engelin slalom yapılmadan geçilmesi halinde; geçilen engelin bir öncesinden slaloma tekrar başlanarak istasyon tamamlanacaktır.
- 3. İstasyon:** Topla dripling sonrasında paslaşma duvarı ile duvar pası yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek.
 - Paslaşma sırasında top duvara temas etmeden farklı bir alana giderse; yedek top alınacak ve bu istasyon başarılı bir şekilde tekrarlanarak parkura devam edilecektir.
 - Yedek topun da isabet etmemesi halinde, aday son vurduğu topu alarak tekrar bu istasyonun başlangıcından sınavına devam edecektir.
- 4. İstasyon:** Dripling ile belirtilen hareket yönünde kısa slalomlar yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek.
 - Topla slalom yapılırken bir engelin slalom yapılmadan geçilmesi halinde; geçilen engelin bir öncesinden slaloma tekrar başlanarak istasyon tamamlanacaktır.
- 5. İstasyon:** Dripling ile belirtilen alan içerisine girildikten sonra, kaledeki hedef içerisine, hareketli topa vuruş yapılacak. Vuruş yapılan top yere temas etmeden (havadan) kaledeki belirtilen hedefe başarılı bir şekilde atıldıktan (gol olduktan) sonra diğer istasyona geçilecektir.
 - Kaleye atılan şutların gol olmaması halinde, hareketli topa vuruş gol oluncaya kadar tekrarlanacaktır. 2 yedek top belirtilen alanda bulunacaktır. Şutlar mutlaka belirtilen alandan atılacaktır. Belirtilen alandan atılmayan her bir şut için + 5sn. süre cezası verilecektir.

- Top sürmeden sonra, top durdurularak atış yapılırsa; atış gol olsa dahi geçersiz sayılacak ve aday yedek top ile belirtilen alan içerisine girerek atışı tekrarlayacaktır.
6. **İstasyon:** Topla dripling sonrasında huninin etrafından dönerek driplinge devam edilip paslaşma duvarı ile duvar pası yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek.
- Paslaşma sırasında top duvara temas etmeden farklı bir alana giderse; yedek top alınacak ve bu istasyon başarılı bir şekilde tekrarlanarak parkura devam edilecektir.
 - Yedek topun da isabet etmemesi halinde, aday son vurduğu topu alarak tekrar bu istasyonun başlangıcından sınavına devam edecektir.
7. **İstasyon:** Ayaküstü top sektirme yapıldıktan sonra, top yere değmeden belirtilen engellerin (statik baraj engelleri kullanılacaktır) üzerinden diğer tarafa atılacak (2-3 top sektirmeden sonra) ve engelin diğer tarafına geçilip topa elle temas yapılmadan, herhangi bir top kontrolü (top engelin üzerinden diğer tarafa atıldığında en geç, zemine değer değmez kontrol edilmelidir, atılan top zeminde sıçradıktan sonra kontrol yapılamaz, yapılır ise harekete baştan başlanır) belirlenen alan içinde yapıldıktan sonra dripling ile diğer istasyona geçilecek. El ile temas edilmesi durumunda harekete baştan başlanacak ve +5sn süre cezası eklenecektir.
- Top herhangi bir şekilde alan dışına çıkarsa, tekrar istasyon başlangıç noktasına gelinecek ve istasyona top sektirme yapılarak tekrar başlanacaktır.
8. **İstasyon:** Topla dripling ile işaretli noktadan sağa dönüş yapılarak, vuruş alanı içerisine girilecek ve minyatür kaleye vuruş yapılarak gol atıldıktan sonra diğer istasyona geçilecek.
- Kaleye atılan şutların gol olmaması halinde, yedek top ile vuruş gol oluncaya kadar 3 defa tekrarlanır (2 yedek top belirtilen alanda bulunacaktır). 3. vuruştan sonra da gol olmaz ise diğer istasyona geçilir. Şutlar mutlaka belirtilen alandan atılacaktır. Belirtilen alandan atılmayan her bir şut için + 5sn. süre cezası verilecektir.
9. **İstasyon:** Belirtilen noktadan top alındıktan sonra işaretli noktadan sola dönüş yapılarak, vuruş alanı içerisine girilecek ve minyatür kaleye vuruş yapılarak gol atıldıktan sonra geriye dönüp “Bitiş” çizgisi geçildikten sonra süre duracak ve adayın sınav parkuru tamamlanacaktır.
- Kaleye atılan şutların gol olmaması halinde, yedek top ile vuruş gol oluncaya kadar 3 defa tekrarlanır (2 yedek top belirtilen alanda bulunacaktır). 3. vuruştan sonra da gol olmaz ise bitiş çizgisine doğru geçilir. Şutlar mutlaka belirtilen alanlardan atılacaktır. Belirtilen alandan atılmayan her bir şut için + 5sn. süre cezası verilecektir.

Not: Yukarıda belirtilen istasyonların uygulanması sırasında topa elle temas edilmesi halinde her bir temas için +5 sn süre cezası uygulanacaktır.



TABLO 20. Futbol Parkuru Puan Dağılımı

ERKEKLER		Puan	KADINLAR		ERKEKLER		Puan	KADINLAR	
Süre			Süre		Süre			Süre	
48.0 ve altı		100	1:03.0 ve altı		57.9	58.0	50	1:12.9	1:13.0
48.1	48.2	99	1:03.1	1:03.2	58.1	59.0	49	1:13.1	1:14.0
48.3	48.4	98	1:03.3	1:03.4	59.1	1:00.0	48	1:14.1	1:15.0
48.5	48.6	97	1:03.5	1:03.6	1:00.1	1:01.0	47	1:15.1	1:16.0
48.7	48.8	96	1:03.7	1:03.8	1:01.1	1:02.0	46	1:16.1	1:17.0
48.9	49.0	95	1:03.9	1:04.0	1:02.1	1:03.0	45	1:17.1	1:18.0
49.1	49.2	94	1:04.1	1:04.2	1:03.1	1:04.0	44	1:18.1	1:19.0
49.3	49.4	93	1:04.3	1:04.4	1:04.1	1:05.0	43	1:19.1	1:20.0
49.5	49.6	92	1:04.5	1:04.6	1:05.1	1:06.0	42	1:20.1	1:21.0
49.7	49.8	91	1:04.7	1:04.8	1:06.1	1:07.0	41	1:21.1	1:22.0
49.9	50.0	90	1:04.9	1:05.0	1:07.1	1:08.0	40	1:22.1	1:23.0
50.1	50.2	89	1:05.1	1:05.2	1:08.1	1:09.0	39	1:23.1	1:24.0
50.3	50.4	88	1:05.3	1:05.4	1:09.1	1:10.0	38	1:24.1	1:25.0
50.5	50.6	87	1:05.5	1:05.6	1:10.1	1:11.0	37	1:25.1	1:26.0
50.7	50.8	86	1:05.7	1:05.8	1:11.1	1:12.0	36	1:26.1	1:27.0
50.9	51.0	85	1:05.9	1:06.0	1:12.1	1:13.0	35	1:27.1	1:28.0
51.1	51.2	84	1:06.1	1:06.2	1:13.1	1:14.0	34	1:28.1	1:29.0
51.3	51.4	83	1:06.3	1:06.4	1:14.1	1:15.0	33	1:29.1	1:30.0
51.5	51.6	82	1:06.5	1:06.6	1:15.1	1:16.0	32	1:30.1	1:31.0
51.7	51.8	81	1:06.7	1:06.8	1:16.1	1:17.0	31	1:31.1	1:32.0
51.9	52.0	80	1:06.9	1:07.0	1:17.1	1:18.0	30	1:32.1	1:33.0
52.1	52.2	79	1:07.1	1:07.2	1:18.1	1:19.0	29	1:33.1	1:34.0
52.3	52.4	78	1:07.3	1:07.4	1:19.1	1:20.0	28	1:34.1	1:35.0
52.5	52.6	77	1:07.5	1:07.6	1:20.1	1:21.0	27	1:35.1	1:36.0
52.7	52.8	76	1:07.7	1:07.8	1:21.1	1:22.0	26	1:36.1	1:37.0
52.9	53.0	75	1:07.9	1:08.0	1:22.1	1:23.0	25	1:37.1	1:38.0
53.1	53.2	74	1:08.1	1:08.2	1:23.1	1:24.0	24	1:38.1	1:39.0
53.3	53.4	73	1:08.3	1:08.4	1:24.1	1:25.0	23	1:39.1	1:40.0
53.5	53.6	72	1:08.5	1:08.6	1:25.1	1:26.0	22	1:40.1	1:41.0
53.7	53.8	71	1:08.7	1:08.8	1:26.1	1:27.0	21	1:41.1	1:42.0
53.9	54.0	70	1:08.9	1:09.0	1:27.1	1:28.0	20	1:42.1	1:43.0
54.1	54.2	69	1:09.1	1:09.2	1:28.1	1:29.0	19	1:43.1	1:44.0
54.3	54.4	68	1:09.3	1:09.4	1:29.1	1:30.0	18	1:44.1	1:45.0
54.5	54.6	67	1:09.5	1:09.6	1:30.1	1:31.0	17	1:45.1	1:46.0
54.7	54.8	66	1:09.7	1:09.8	1:31.1	1:32.0	16	1:46.1	1:47.0
54.9	55.0	65	1:09.9	1:10.0	1:32.1	1:33.0	15	1:47.1	1:48.0
55.1	55.2	64	1:10.1	1:10.2	1:33.1	1:34.0	14	1:48.1	1:49.0
55.3	55.4	63	1:10.3	1:10.4	1:34.1	1:35.0	13	1:49.1	1:50.0
55.5	55.6	62	1:10.5	1:10.6	1:35.1	1:36.0	12	1:50.1	1:51.0
55.7	55.8	61	1:10.7	1:10.8	1:36.1	1:37.0	11	1:51.1	1:52.0
55.9	56.0	60	1:10.9	1:11.0	1:37.1	1:38.0	10	1:52.1	1:53.0
56.1	56.2	59	1:11.1	1:11.2	1:38.1	1:39.0	9	1:53.1	1:51.0
56.3	56.4	58	1:11.3	1:11.4	1:39.1	1:40.0	8	1:54.1	1:52.0
56.5	56.6	57	1:11.5	1:11.6	1:40.1	1:41.0	7	1:55.1	1:53.0
56.7	56.8	56	1:11.7	1:11.8	1:41.1	1:42.0	6	1:56.1	1:54.0
56.9	57.0	55	1:11.9	1:12.0	1:42.1	1:43.0	5	1:57.1	1:58.0
57.1	57.2	54	1:12.1	1:12.2	1:43.1	1:44.0	4	1:58.1	1:59.0
57.3	57.4	53	1:12.3	1:12.4	1:44.1	1:45.0	3	1:59.1	2:00.0
57.5	57.6	52	1:12.5	1:12.6	1:45.1	1:46.0	2	2:00.1	2:00.2
57.7	57.8	51	1:12.7	1:12.8	1:46.1 ve üstü		1	2:00.2 ve üstü	