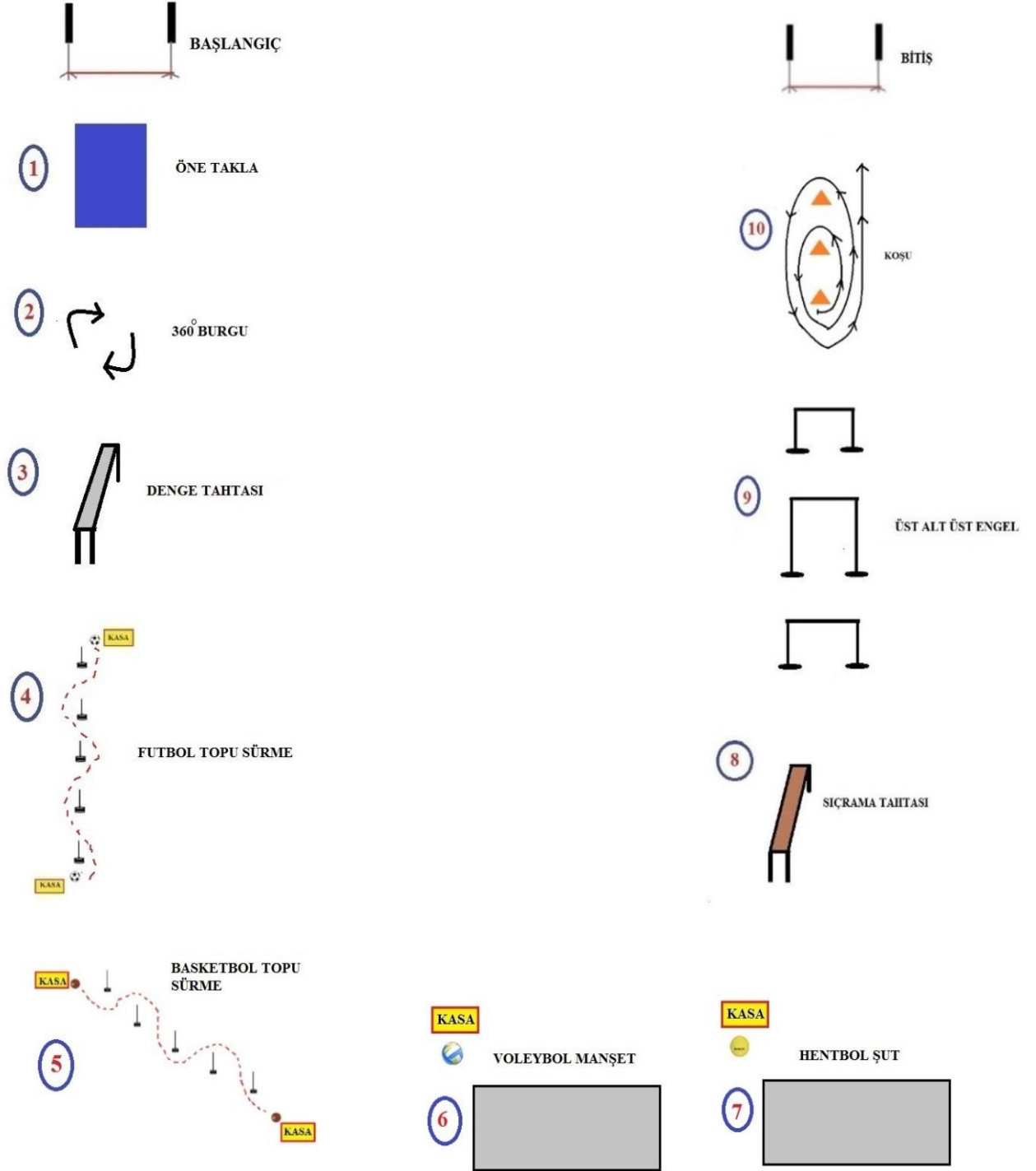


ÖZEL YETENEK SINAVI

Şekil 1. Özel Yetenek Sınavı Parkuru



1. Bölüm: Aday, tamamen ense ve sırt üzerinden öne doğru yuvarlanarak minder üzerinde 2 adet öne takla atar. Öne takla hareketi ayakta başlayıp ayakta bitecektir. Yan veya omuz üzerinden dönüşler, minder dışındaki taklalar veya öne takla esnasında ayağın minder dışına temas etmesi durumunda, geçersiz sayılır. Geçersiz harekette aday gözetmenin "tekrar" ikazı üzerine hareketi doğru yapmak için tekrar eder.

2. Bölüm: Aday, yüzü denge tahtasına dönük çift ayakla havada 360 derece dönerek (burgu) yine yüzü denge tahtasına dönük olacak şekilde yere çift ayak basarak burgu hareketini tamamlar. Dönüş sırasında adayın ayaklarının birinin veya tamamının minder dışına çıkması veya kendi etrafında 360 dereceyi tamamen dönmemesi durumunda hareket tekrar edilecektir.

3. Bölüm: Aday, 60 cm yükseklikteki denge aletinin üstünden (denge aletinin başında yer alan işaretli alanın üzerine ya da gerisine basarak başlayıp, denge aletinin sonunda yer alan işaretli alanın üzerine ya da daha ilerisine basarak bitirmek şartıyla) yürüyerek ya da koşarak geçer. Denge üzerinden erken düşülmesi ya da belirlenen kurallara uyulmaması durumunda başa dönülür ve hareket tekrar edilir.

4. Bölüm: Aday, kasada bulunan futbol topunu işaretli alana koyup 5 tane slalom arasında top sürme (dribbling) yapar. Top sürme bittikten sonra aday futbol topunu slalomun sonundaki kasaya koymak zorundadır. Aday, topu kaçırmaması durumunda slaloma kaldığı yerden devam eder.

5. Bölüm: Aday, kasada bulunan basketbol topunu alarak işaretli alandan başlayarak top sürmeye başlar ve 5 tane slalom çubuğu arasından top sürme (dribbling) yapar. Top sürme bittikten sonra aday basketbol topunu slalomun sonundaki kasaya koymak zorundadır. Aday, topu kaçırmaz, steps ya da topu taşır ise slaloma kaldığı yerden devam eder.

6. Bölüm: Aday, kasa içerisinde bulunan voleybol topunu havaya atarak 2 metre mesafedeki belirlenen çizginin gerisinden duvara ardı ardına 3 manşet pas yapar ve dönen topu havada tutarak kasa içerisine koymak zorundadır. Manşet pas esnasında adayların ayakları belirtilen çizgiyi geçmemeli, top yere düşmemeli ve 3 manşet pas kesintiye uğramamalıdır. Bu kuralların ihlal edilmesi durumunda istasyon en başından tekrar edilir.

7. Bölüm: Aday, duvardan 4 m uzaklıkta ve kasanın içinde bulunan hentbol topunu, engelin arkasından duvara ardı ardına tek elle olmak üzere 3 defa atar ve çift elle 3 defa topu havada tutar ve 3. şutun sonunda topu havada çift elle tutarak kasaya koymak zorundadır. Şut esnasında adayların ayakları belirtilen çizgiyi geçmemeli, top yere düşmemeli ve 3 hentbol şutu kesintiye uğramamalıdır. Bu kuralların ihlal edilmesi durumunda istasyon en başından tekrar edilir.

8. Bölüm: Aday, yerden 30 cm yüksekliğindeki sıçrama sırasının üzerinden 5 sağa 5 sola olmak üzere toplam 10 sıçrama yapar. Sıçramaların çift ayakla yapılması zorunludur. Sıçramaya başlama yeri ve sıçrama bölgesi denge tahtasının üzerinden olmak koşulu ile serbest bırakılmıştır.

9. Bölüm: Aday, 2 metre aralıklarla konulmuş 60 cm, 100 cm ve 60 cm yüksekliğindeki üç engelin birincisinin üzerinden, ikincisinin altından ve son engelin üzerinden geçmek zorundadır. Engel geçişi sırasında engellerden herhangi birisini deviren aday, engeli kendisi düzeltmek ve devrilen engelin başından teste devam etmek zorundadır.

10. Bölüm: Aday, aralarında 10 metre mesafe olan hunilerin etrafından koordinasyon parkurunda çizilmiş olan oklar yönünde ilerleyerek koşularını en kısa sürede tamamlamaya çalışır.