

Hentbol Branşı uygulama Sınavı

1. Pas : 3 metre mesafeden duvarla paslaşma. Adaylar topu düşürmeden temel pas tekniğiyle toplamda 5 pas yapacaktır. Her başarılı pas 1 puan olup bu bölümden en fazla 5 puan alınabilir. Bu istasyon süreye karşı yapılmamaktadır.

2. Top Sürme : Hentbol yarı sahasına dizilen 5 trafik işaretinin arasından hentbol oyun kurallarına uygun olarak slalom top sürme. Bu istasyonda en fazla 5 puan alınabilir. Adaylar steps veya hatalı yürüme gibi kural hatalarında 0 puan alırlar.

3. Kale Atışı : a- Kanat atışı b- Orta sahadan atış c- Pivot atışı

a- Kanat atışı : Kanat pozisyonunda trafik işaretiyle belirli bir mesafeden kaleci olmaksızın ancak kalenin açısı değiştirilerek hentbol oyun kurallarına uygun top alma ve adım hakkı ile gol atmaya çalışacaktır. Kural hatası olmadan gol olan atış için 5 puan, gol olmayan atış için 1 puan alınacaktır. Adım hatası, kale sahası ihlali gibi kural hatası olması durumunda 0 puan alacaklardır.

b- Orta sahadan atış : Orta sahadan boş kaleye toplamda 5 atış yapılacaktır. İsabetli her atış 1 puan değerinde olup toplamda en fazla 5 puan verilecektir. Atışlar orta saha çizgisi gerisinden adım sınırlaması olmadan (istenirse sıçrayarak) yapılacaktır.

c- Pivot atışı : Pivot atışı düşerek uygulanacaktır. Düşerek atış için minder koyulmayacaktır. Kale sahası ihlali olmadan isabetli (işaretli köşelere) ve düşerek atış tekniği doğru atış için 5 puan verilecektir. Kural hatası yapan aday 0 puan alacaktır. İsabetli olmayan atış için 1 puan verilecektir.

Uygulama sırasında erkekler adaylar 3 numara, kadınlar adaylar 2 numara hentbol topu kullanacaklardır. Kale atışı bölümünde kanat ve pivot atışı için 2 atış hakkı verilmektedir. Adaylar ilkinde başarılı olup tam puan alırlarsa ikinci haklarını kullanmalarına izin verilmez. Uygulama parkurunda toplam 25 puan dağıtılmaktadır. Adaylardan 10 puan ve üzerini alabilenler başarılı kabul edilecektir. **Dokuz puan ve altını alan adaylar başarısız sayılacaktır ve Sporcu Özgeçmiş Değerlendirilmesine alınmayacaklardır.**