YAŞAR DOĞU SPOR BİLİMLERİ

Beden eğitimi ve spor öğrt.

okçuluk

Okçuluk tarihi, yarışma kuralları ve malzemeler

1.Hafta

Okçuluk ilk kez 1904 Yaz Olimpiyatları'nda olimpik programa alınmış, 1972'den beri aralıksız olarak programlarda yer almaktadır.1931'de kurulan ve halen 140 ülkenin üye olduğu Uluslararası Okçuluk Federasyonu (FITA - FédérationInternationale de Tir a l'Arc) okçuluk dalında en büyük otoritedir.

MODERN OKÇULUKTA İKİ TİP YAY KULLANILIR.

1-olimpik (recurve) yay: parçalara ayrılabilen ve olimpiyatlarda geçerli olan yaydır. Bu yaylarda çekiş devam ettikçe yay sertleşir.

2-makaralı (compound) yay :Tamamı bir bütün olan makara sistemi ile çalışantümleşik yaydır. Bu yaylarda çekişin yarısından sonra yay yumuşar.

YAY ÜZERİNDEKİ TEKNİK MALZEMELER

1-Yay Gövdesi (handle):Sporcunun yayı kavradığı ve limblerin tutturulduğu kısımdır.Alüminyum , karbon, ahşap ve plastik polimer malzemelerden üretilmektedir. Üç ebat gövde vardır : 23 inç, 25 inç ve 27 inç.

2-Yay Kanatları (alt limb ve üst limb): Yayın gövdesinin altına ve üstüne takılan ok atışı yapıldığında enerjisiyle oku fırlatan ekipmandır. Karbon, ahşap, köpük veya plastik polimer malzemelerden üretilmektedir. Üç ebat limb vardır: 66 inç, 68 inç ve 70 inç.

3-Ok Yatağı (arrow rest):Okun yayın üzerinde durmasını sağlayan, ok yaydan çıkana kadar ona eşlik eden ekipmandır. Plastik ve metal malzemelerden üretilmektedir.

4-Basınç Düğmesi (Berger): okun yaydan en az temasla ayrılmasını sağlayan, nişangah, yay penceresi ve kiriş düzleminin ayarlanması için kullanılan malzemedir.

5-Nişangah: ok atarken nişan almayı sağlayan mesafelere göre ayar yapılabilen ekipmandır. Plastik, alüminyum, karbon malzemeden üretilmektedir. Olimpik yaylar standart arpacıklı nişangah kullanırken makaralı yaylar hedefi yaklaştıran ve aynı zamanda üzerinde bulunan terazi ile yayın sağ sol dengesini korumaya yarayan mercekli nişangah kullanır.

6-Stabilizatörler (rot): Ok yaydan çıktıktan sonra oluşan kuvvetle birlikte yay üzerinde oluşan titreşimleri emerek daha stabil atış yapmamıza olanak sağlar. Yayın ağırlık dengesini sağlar. Alüminyum veya karbondan üretilmiş kompozit malzemedir.

7-Klicker: okun atılması anında yayın aynı gerginlikte kalmasını sağlayan metal aparattır. Yani sporcu yayı hep aynı uzunlukta çeker. Bu olayda yayda depolanmış enerji sabit kalır.

8-kiriş:Yayın gergin durmasını sağlayan kanatlara takılan, kanatların oluşturduğu enerjiyi oka ileten ve atan ekipmandır. Polyester, yün, ipek veya pamuktan üretilmektedir.

OK:

Yayın üzerindeki kirişe takılan nişan aldığımız yeri vurmamızı sağlayan karbondan, alüminyumdan üretilmiş ucu çelik arkalığı plastik ve okun dengesini sağlayan plastik tüyden oluşan malzemedir. Alüminyum oklar hafif olması, hava şartlarından kolay etkilenmesi ve eğrilmesi sebebiyle günümüzde sadece salon yarışmalarında kullanılmaktadır. Başlangıç düzeyindeki sporcular karbon ok ve standart plastik tüy kullanırken, müsabaka sporcuları alüminyum üzerine karbon kaplı daha profesyonel oklar(alüminyum-karbon) ve kıvrık tüy(spin wing) kullanırlar.

Olimpik yay ve makaralı yay arasındaki farklılıklar:

1-makaralı yay bir bütündür parçalanamaz

2-makaralı yayda tetik, olimpik yayda parmaklık kullanılır.

3-makaralı yayda çekişin yarısında yay yumuşarken olimpikte çekiş uzadıkça yay sertleşir

4-makaralıda mercekli su terazili nişangah kullanılır, olimpikte standart arpacıklı nişangah kullanılır

5-makaralı yayın olimpiyatlarda geçerliliği yoktur.

6-makaralı yayın limbleri daha kalın, kısa ve serttir. Esnemez.

AÇIK HAVA HEDEF OKÇULUĞU

Sıralama atışları

(Büyük , genç) bayan ve erkekler olimpik yaylar için atılan mesafe 70 metredir. (Büyük , genç) bayan ve erkekler makaralı yaylar için atılan mesafe 50 metredir. 1 seri = 6 ok

6 ok x 6 seri = 36 ok atılır. Toplam 360 puan üzerinden hesaplama yapılır. İki kez puanlama yapılır.

Yani 1. Puanlama 36 ok + 2. Puanlama 36 ok = 72 ok =720 puan

6 ok için verilen süre 240 saniyedir.

Not: hedefteki oklar puanlama kağıdına büyükten küçüğe doğru yazılır.

Eleme atışları (büyükler ve gençler)

Olimpik yaylarda set sistemi kullanılır ve atışlar 70 metreden yapılır.

Set sistemi; Her seri 3 ok atışı bir set olarak kabul edilir. Her sette yüksek atan sporcu 2 puan alırken düşük atan 0 puan alır. Eğer sette aynı puan atıldıysa her iki sporcu 1 er puan alır. 6 puana ulaşan sporcu elemeyi kazanır ve tur atlar. En fazla 5 set atış yapılır. Bu 5 setin sonunda da sporcuların toplam puanı aynı olursa 1 er ok atışı yapılır.

1 ok için verilen süre 40 saniyedir.

Makaralı yaylarda eleme atışları 50 metreden yapılır. Burada set sistemi kullanılmaz.

5 seri x 3 ok = 15 ok atılır. 150 puan üzerinden sporcuların puanları toplanır ve yüksek atan elemeyi kazanır.

SALON HEDEF OKÇULUĞU

Hem olimpik hem de makaralı yaylar için kapalı alanda 18 metreden yapılan atışlardır.

Sıralama atışlarında 1 seri = 3 ok atılır. 3 ok x 10 seri = 30 ok atılır. Toplam 300 puan üzerinden hesaplama yapılır. Açık havada olduğu gibi 2 puanlama yapılır.

Yani 1. Puanlama 30 ok + 2. puanlama 30 ok = 60 ok = 600 puan

Eleme atışlarında olimpik yaylarda set sistemi kullanılır. Makaralı yaylarda puan sistemi(15 ok - 150 puan) kullanılır.

TAKIM YARIŞMALARI

Bir takım 3 sporcudan oluşur ve olimpik yay takım yarışmalarında set sistemi kullanılır. Her sette 6 ok atılır yani her sporcu 2 ok atar.

3 sporcu x 2 ok = 6 ok = 1 set için verilen süre 120 saniyedir.

Atış çizgisinde bir sporcu bulunur. Diğer ikisi atış çizgisinin 1 metre gerisinde bulunan çizginin arkasında bekler. Atışı biten sporcu 1 metre çizgisini geçmeden diğeri atış çizgisine geçemez. 5 puana ulaşan takım seti alır. 4.set sonunda iki takımın puanları eşitse yani 4-4 lük beraberlik var ise her sporcu 1 er ok atışı yapar.

Not: bir okun gövdesi çizgiye temas ettiğinde o bölümün yüksek olan puanını alır.

Makaralı yay takım atışlarında 6 ok x 4 seri =24 ok atılır. Takımlar 3 kişiden oluşur. her seri sporcular 2’şer ok atar. 1 seri için verilen süre 120 sn.dir. 240 puan üzerinden yüksek atan takım elemeyi kazanır.

Mix takım yarışmaları

Olimpik yaylarda bir bayan ve bir erkekten oluşur. Set sistemi kullanılır. Her set sporcular 2’şer ok toplam 4 ok atılır. Burada da 5 puana ulaşan takım elemeyi kazanır. 4. Set sonunda 4-4 lük beraberlik var ise tiebreak atışı yapılır. 1 set için verilen süre 80 sn.

Makaralı yaylarda da bir bayan bir erkekten oluşur. 4 ok x 4 seri =16 ok atılır. Her seri Sporcular 2’şer ok atar. 1 seri için verilen süre 80 sn. 160 puan üzerinden yüksek atan takım elemeyi kazanır.

KATEGORİLER

Büyük bayan ve erkekler 21 yaş ve üzeri

Genç bayan ve erkekler 18-20 yaş

Yıldız bayan ve erkekler 15-17 yaş

Minik bayan ve erkekler 9-14 yaş

HEDEF YÜZLERİ (KAĞITLARI)

90-70 ve 60 metrelerde 122 cm çapında 10 halkalı hedef yüzü kullanılır. (10-9-8-7-6-5-4-3-2-1)

50 metrede 80 cm çapında 6 halkalı hedef yüzü kullanılır. (10-9-8-7-6-5)

30 metrede 80 cm çapında 5 halkalı hedef yüzü kullanılır. (10-9-8-7-6)

18 metrede dikey düzlemde 3 spottan oluşan hedef yüzü kullanılır. Her bir spot 20 cm çapındadır ve 5 halkadan oluşur. (10-9-8-7-6)