

# SEKSEK OYUN KURALLARI

## SEKSEK OYUNU DONANIM VE KURALLARI

### GİRİŞ

Seksek oyununda dikkat, denge, algı ve koordinasyon önde gelir. Çocukların yaşam ve oyun alanlarında bolca oynanan SEKSEK özünde Anonim bir oyundur. Bu oyunun yarışma formatında olması amacı ile bazı kurallar konmuş ve oyun düzeninin bu şekilde oynanması hedef alınmıştır. Fare Seksek, T Seksek ve Dikdörtgen Seksek (10 lu) çocuklarca oynanan oyunlardır.

Bu kılavuz, T Seksek oyunu esnasında en çok karşılaşılan durumlarla ilgili kuralları ve oyuncuların uygulayacağı seçenekleri kapsamaktadır. Oyunun alanları ise daire şeklinde, oval şekilde veya kareler şeklinde olmaktadır. Sokakta ve diğer alanlarda bu çizimleri yapan çocuklar oyunu bu alana göre oynarlar. Belirlenmiş format ise oynanmakta olan oyunların kısa ve öz bir değerlendirmesidir.

### SEKSEK OYUNUNUN İLKESİ:

Seksek oyununun öncesinde, oyun esnasında ve sonrasında mutlaka uyulması gereken, görgü, emniyet ve sahanın korunması ile ilgili kurallar dikkatli olarak göz önünde bulundurulmak zorundadır. Oyunun herkes üzerinde iz bırakması, oyunun hızlanması, görsel olarak ve oynanması sırasında her çocuğun zevk aldığı bir hızlilikta olmasına özen gösterilmesi önemlidir.

### OYUN DÜZENİ VE YARIŞMA GURUPLARI İSE ŞU ŞEKİLDE OLUŞUR

1-Okul öncesi(anaokulu) çocuklar: Fare Seksek oyunu ile oynamaları önemlidir, yarışma formatı yoktur tamamen isabet veya sekmeyi hedefler, eğlence amaçlıdır.

2-Minikler grubu çocuklar: T Seksek oyununu oynarlar. Yarışma formatı esnekler. Amaç denge, sekme ve koordinasyon geliştirme ve eğlence amaçlıdır. Seksek oyun alanı 8 kareden ve aşağıdaki şekilde düzenlenir. Oyun alanı ölçüsü 45\*45 cm (çizgiler dâhil) kenarlara sahip bitişik karelerden oluşur, çizgileri ortak olduğundan değerlendirme buna göre yapılır. Bu ölçülerdeki amaç; hareketlerini daha rahat yapmalarını sağlamaktır.

3-Küçükler grubu çocuklar: T Seksek oyunu bu grup için yarışma formatına sokulmuş ve bu gruptaki çocukların oynaması hedef alınmıştır. Aşağıda belirlenmiş ve şekillendirilmiş olan kurallar dâhilinde ferdi ya da takım yarışması olarak uygulanır. Oyun alanı ölçüsü 50\*50 cm (çizgiler dâhil) kenarlara sahip bitişik karelerden oluşur. Çizgileri ortak olduğundan değerlendirme buna göre yapılır. Yaş grubu olarak daha net hareketler ile kuvvet kazanma dönemindedirler, ölçüler buna göre düzenlenmiştir.

4-Yıldızlar grubu çocuklar: T Seksek(10 lu Seksek) oyununu küçükler gurubu ile aynı format içinde ve ölçülerinde oynayacaklardır. Kuvvetin, koordinasyonun iyi kullanılmaya başlandığı guruptur. Aşağıda belirlenmiş ve şekillendirilmiş olan kurallar dâhilinde ferdi ya da takım yarışması olarak uygulanır. Oyun alanı ölçüsü 50\*50 cm (çizgiler dâhil) kenarlara sahip bitişik karelerden oluşur, çizgileri ortak olduğundan değerlendirme buna göre yapılır.

### T- SEKSEK OYUNU:

#### ALAN ÖLÇÜ VE GÖRÜNÜMÜ

Takım ya da Ferdi olarak oynanan T Seksek Oyunu, çimlerin, pürüzsüz düz beton ya da sertleşmiş toprak yüzeylerde çizilen kare/dairelerin üzerinde sekilerek oynanılan oyundur.

Oyun 45\*45 veya 50\*50 cm kenarlara sahip 8 kareden oluşur. Bitişik olan kare çizgileri ortak ölçüdür. Üst üste üç kareden sonra 4 ve 5 numaralı kareler, birbirine bitişik şekilde 3 numaralı ve 6 numaralı karelerin arasında tam ortaya yan yana gelecek şekilde oluşur. 6 numaralı kare 4 ve 5 numaralı kareler ile 7 ve 8 numaralı karelerin tam ortasında yer alır. Enek 1 numaralı kareye paralel 30 cm uzaklıkla çizilen 50 cm.lik bir çizgi gerisinden atılır. Oynamada kare sıra numaralarına göre devam edilir. 1, 2, 3 numaralı kareler

sekilerek 4, 5 numaralı karelere çift ayak basılır. 6 sekilir 7 ve 8 numaralı karelere çift basılır. Dönüşte de aynı kuralla devam edilir. Eneğin bulunduğu kareye basmadan geçilerek bir sonraki kareye sekilir.

Enek atılırken elin dikey düzleminin 1ve 8 numaralı karenin dip çizgisinin sonsuz gökyüzü ve sonsuz yer gerisinde olması esasına uyulur.

Enek: Enek 10\*10cm, 1,5 veya 3cm kalınlığında metal olmayan taş ya da kırılmayacak nitelikte kenarları ovalleştirilmiş çeşitli maddelerden yapılır.

### **OYUN ŞEKLİ:**

Oyunda mola yoktur. Çift ayak bastığı yerlerde durma süresi 10 saniyedir.

Enek: Enek mermerden ya da sert taşlardan yapılır. Kalınlığı 1,5 veya 3 cm 10×10 cm kenarları oval hale getirilmiş bir karedir.

Enek atılırken çizgiye asla basılmaz. Eneğin diğer haneye taşması durumunda hatalı atış kabul edilir. Oyuncunun hücum sırası rakibe geçer. Oyun bu çerçevede devam eder.

Kategorisi ise: minikler, küçükler ve yıldızlar yaş gruplarını kapsar. Ağırlık ve boy farklılıkları değerlendirmeye alınmaz.

### **SEKME ŞEKLİ:**

#### **1.SET**

Oyuncu Çocuk 1 numaralı haneden 8 numaralı haneye kadar sekme düzene hangi ayakla başlar ise o ayak üzerinde bir tur bitinceye kadar sekmeye devam eder. Birinci sette sekme ayağı sağ ayaaktır. Tur bitmeden sekme ayağını değiştirmede, oyun kuralını ihlal etmek gerekçesi ile oyunun hücum sırası diğer oyuncuya geçer. Kurala uymayan çift ayak basılamaz. Yürür adımla sekmeye başlanmaz. Sekme ayağı yerde iken diğer ayak kaldırılır, çift ayak basılan yerden sekilerek bir sonraki haneye geçilir. Bu şekilde sekme yapmayan oyuncu çocuğun hücum sırası diğer oyuncu çocuğa geçer.

1. Numaralı Haneye enek atılınca sekme ayağı yerde diğer ayak dizden bükülü halde iken 2. numaralı haneye sekilir. Üç numaralı haneye sekerek devam edilir. 4 numaralı haneye sol ayak 5 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde çift basılır. Sağ ayak sekme ayağı olarak yerde diğer ayak dizden bükülü vaziyete getirilir. Bu vaziyette 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır. Ayaklar yerde sabittir. İleri geri hareket edilmez. Edilmesi durumunda oyun ihlali olarak kabul edilip hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçer. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sağ ayak (sekme Ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü 7 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. Sol ayak 5 numaralı haneye, sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır. Sağ ayak (sekme ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü iken 3 numaralı haneye sekilir. 3 numaralı haneden 2 numaralı haneye sekilir. Sağ ayak sekme ayağı yerde sol ayak dizlerden bükülü iken ön tarafa eğilerek vücudun her hangi bir kısmı yere değmeyecek şekilde enek sol elle yerden alınır. Sekme ayağı (sağ ayak) ile başlangıç yerine sekilerek 1 tur tamamlanmış olur.

2. Numaralı Haneye enek atılınca sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü halde iken birinci haneye sekilir. 2. Haneye basmadan üçüncü haneye seker.4 numaralı haneye sol ayak 5 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde çift basılır. Sağ ayak sekme ayağı olarak yerde diğer ayak dizden bükülü vaziyete getirilir. Bu vaziyette 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır. Ayaklar yerde sabittir. İleri geri hareket edilmez. Edilmesi durumunda oyun ihlali olarak kabul edilip hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçer. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sağ ayak (sekme Ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü 7 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. Sol ayak 5 numaralı haneye, sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır. Sağ ayak (sekme ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü iken 3 numaralı haneye sekilir. 3 numaralı hanede sekme ayağının üzerinde iken vücudunun her hangi bir kısmı yere değmemek şartı ile 2 numaralı hanedeki eneğe uzanılır ve sol elle enek alınır. 3 numaralı haneden 2 numaralı haneye basmaksızın 1 numaralı haneye atlanarak sekilir. Ve sekme ayağı ile 1 numaralı haneden başlangıç yerine çıkış yapılır.

3. Başlangıç çizgisinden oyuncu çocuk eneği 3 numaralı haneye atar. Enek 3 numaralı hanenin içine gelecek şekilde düşmesi durumunda sekme ayağı yerde sol ayağı dizlerden bükülü iken 1 numaralı haneye sekilir. Aynı şekilde 2 numaralı haneye sekmeye devam edilir. Üç numaralı haneye basılmadan 4 numaralı haneye sol ayak 5 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde atlanır. Sağ ayak sekme ayağı olarak yerde diğer ayak dizden bükülü vaziyete gelir. Bu vaziyette 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır. Ayaklar yerde sabittir. İleri geri hareket edilmez. Edilmesi durumunda oyun ihlali olarak kabul edilip hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçirilir. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sağ ayak (sekme Ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü 7 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. Sol ayak 5 numaralı haneye, sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır. Sekme ayağı yerde (sağ ayak) sol ayak dizden bükülü iken enek 3 numaralı haneden alınmak için uzanılır. Vücudun herhangi bir kısmı yere değmeksizin sol elle alınır. 4 numaralı haneden üç numaralı hane atlanarak iki ve bir numaralı haneler sekilerek sekme ayağı ilk yere değmek şartı ile oyun terk edilir.

4. Başlangıç çizgisinde iken enek 4 numaralı haneye atılır. 1, 2,3 numaralı haneler sekilerek 5 numaralı haneye çift basılır.5 numaralı hanede iken sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır. Ayaklar yerde sabittir. İleri geri hareket edilmez. Edilmesi durumunda oyun ihlali olarak kabul edilerek hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçirilir. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sağ ayak (sekme Ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü 7 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. 5 numaralı haneye çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü iken enek alınması için eğilir. Vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sol elle enek alınır. 5 numaralı haneden 3 numaralı haneye sekilerek 2, 1 numaralı hanelere sırası ile sekilir. Sekme ayağı yere gelecek şekilde oyunun başlangıç alanına sekilerek 4. tur tamamlanmış olur.

5. Başlangıç çizgisinde iken enek 5 numaralı haneye atılır. 1. 2. 3. haneler sekilerek kat edilir. 4 numaralı haneye ayaklar çift gelecek şekilde sekilir. 4 numaralı haneye çift basılınca ayaklar hiç kıpırdamadan durulur. Sekme ayağı yerde (sağ ayak) sol ayak dizlerden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır. Ayaklar yerde sabittir. İleri geri hareket edilmez. Edilmesi durumunda oyun ihlali olarak kabul edilerek hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçer. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sağ ayak (sekme Ayağı) yerde sol ayak dizden bükülü 7 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. 6 numaralı haneden 4 numaralı haneye çift ayak gelecek şekilde sekilerek basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde, sol ayak dizlerden bükülü iken, vücudun herhangi bir kısmı yere değmeden sol elle enek alınır. 3. , 2.,1. Haneye oradan da başlangıç alanına sekme ayağı öncelikli değmek şartı ile tur tamamlanmış olunur.

6. Başlangıç çizgisinde iken enek 6 numaralı haneye atılır. 1. 2. 3. haneyi sekilerek sol ayak 4, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilir. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü iken 7 numaralı haneye sol ayak, 8 numaralı haneye sağ ayak gelmek üzere çift basılır 6 numaralı haneye basılması durumunda oyun ihlali olarak kabul edilerek hücum hakkı rakip oyuncu çocuğa geçer. Ayaklar açık halde iken yukarı dönerek zıplanır. Sağ ayak 7 numaralı haneye, sol ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekmeden basılır. Sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü iken vücudun herhangi bir kısmı yere değmemek şartı ile sol elle enek 6 numaralı haneden alınır. Enek elde iken sol ayak 5 sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde, sol ayak dizlerden bükülü iken 3. 2. 1 numaralı haneye sekilir. Sekme ayağı ilk olarak yere gelmek şekli ile oyun alanı terk edilerek 6 numaralı tur tamamlanmış olur.

7. Başlangıç çizgisinde iken enek 7 numaralı haneye atılır. 1. 2. 3. haneyi sekerek geçip sol ayak 4, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilir. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 6 numaralı haneden 8 numaralı haneye çift basılacak şekilde sekilir. Ayaklar sabittir. Sekme ayağı sağ yerde sol ayak dizden bükülü yukarı doğru zıplanarak oyuncu çocuğun tercihine göre sağdan ya da soldan yönü başlangıç çizgisine gelecek şekilde dönüş yapılır. Sekme ayağı (sağ ayak) yerde Sol ayak dizlerden bükülü iken 7 numaralı haneye uzanılır. Vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sol elle enek alınır. Enek elde iken 6. numaralı haneye sekilir. Sol ayak 5, sağ ayak(sekme ayağı) 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır ayaklar sabittir. Oynatılmaz. Sekme ayağı (sağ ayak yerde sol ayak dizlerden bükülü iken 3, 2, 1 numaralı haneler sekilerek kat edilir. Sekme ayağı ilk basılmak şartı ile oyun alanı terk edilerek 7. Tur tamamlanmış olur.

8. Başlangıç çizgisinde iken enek 8 numaralı haneye atılır. 1. 2. 3. haneler sekilerek geçilip sol ayak 4, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilir. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sağ ayak) yerde sol ayak dizlerden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 6 numaralı haneden 7 numaralı haneye ayaklar çift gelecek şekilde sekilir. Ayaklar sabittir. Sekme ayağı sağ yerde sol ayak dizden bükülü yukarı doğru zıplanarak oyuncu çocuğun tercihine göre sağdan ya da soldan yönü başlangıç çizgisine gelecek şekilde dönüş yapılır. Sekme ayağı (sağ ayak) yerde Sol ayak dizlerden bükülü iken 8 numaralı haneye uzanılır. Vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sol elle enek alınır. Enek elde iken 6. numaralı haneye sekilir. Sol ayak 5, sağ ayak(sekme ayağı) 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır ayaklar sabittir. Oynatılmaz. Sekme ayağı (sağ ayak yerde sol yak dizlerden bükülü iken 3, 2, 1 numaralı haneler sekilerek kat edilir.1.haneden sonra hane dışına basma ayağı serbesttir ve istediği ayakla dışarıya basabilir. Böylece 1.set tamamlanmış olur.

## 2.SET

Oyunun 1 Seti tamamlanmıştır. Artık oyunun 2. Seti başlayacaktır. Setler arasında mola yoktur. Oyuncu çocuğun sırası geldiğinde yarışma devam edecektir. Oyun tersten oynanmaya başlanacaktır. Sekme ayağı değişmiştir. Sol ayak sekme ayağı olarak kullanılacaktır. Bu çocuklarımızın vücutlarının orantılı gelişmesini sağlamak ve her iki ayağını da sekme ayağı olarak kullanarak antropometrik gelişimine katkıda bulunacaktır.

8 T Başlangıç çizgisinde iken enek 8 numaralı haneye atılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizlerden bükülü sekilerek 7 numaralı haneye sekilerek çift basılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizlerden bükülü bir şekilde 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden sol ayak 5 numaralı hanede, sağ ayak 4 numaralı hanede olacak şekilde çift basılır. Ayaklar sabittir. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak) yerde, sağ ayak dizlerden bükülü iken sırası ile 3. Ve 2. Hanelere sekilir. Aynı şekilde sekilerek 1. Haneye gelinir. Ayak sabittir. Oynatılmaz. Yukarı doğru zıplanarak oyuncu çocuğun tercihine göre sağdan ya da soldan yönü oyunun diğer tarafındaki başlangıç çizgisine gelecek şekilde dönüş yapılır.2. ve 3.haneye sekilir. Sol ayak 4 numaralı hanede, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır.10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak)yerde sağ ayak dizlerden bükülü bir şekilde 5 numaralı haneden 6 numaralı haneye sekilir. 7 numaralı haneye sekilerek çift ayak düşülür. Ayaklar sabittir. Oynatılmaz.10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizlerden bükülü bir şekilde 8 numaralı haneye uzanılarak vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sağ elle ile enek alınır. Enek elde iken Sekme ayağı (sol ayak) ile başlangıç yerine sekilerek 1 tur tamamlanmış olur.

7. T Başlangıç çizgisinde iken enek 7 numaralı haneye atılır. Sekme ayağı (sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü 8 numaralı haneye sekilerek çift basılır. 8 numaralı hanede sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye oradan da sekme ayağı (sol ayak)5, sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde çift basılır. Sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken 3, 2 ve 1 numaralı haneye sekilir. 1 Numaralı hanede ayak sabit bir şekilde iken, sekme ayağı üzerinde 180 derece dönülerek 2, 3 numaralı hanelere sekilir. Sol ayak 4 sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek çift basılır. Sekme ayağı(sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 6 numaralı haneden 8 numaralı haneye çift ayak gelecek şekilde sekilir. 10 saniye içerisinde sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken 7 numaralı haneye uzanılarak enek sağ elle ile alınır. Sekilerek oyun terk edilerek 2 tur tamamlanmış olur.

6. T Başlangıç çizgisinde iken 6 numaralı haneye enek atılır. Sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek sol ayak 8 sağ ayak 7 numaralı hanelere gelecek şekilde çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı hane atlanılarak sol ayak 5, sağ ayak 4 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak) yerde, sağ ayak dizden bükülü iken 3, 2,1 numaralı hanelere sekilir. Ayak sabit bir şekilde iken sekme ayağı üzerinde 180 derece dönülerek 2, 3 numaralı hanelere sekilir. Sol ayak 4 sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek çift basılır. Sekme ayağı(sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sağ elle ile enek alınır. 6 numaralı hane atlanarak sol ayak 7 sağ ayak 8 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek basılır. Ayaklar sabit iken sekme ayağı (sol ayak) sabit sağ ayak dizden bükülü iken oyun t başlangıç tarafından terk edilirken 6 numaralı tur tamamlanmış olur.

5. T başlangıç çizgisinde iken 5 numaralı haneye enek atılır. Sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek sol ayak 8, sağ ayak 7 numaralı hanelere gelecek şekilde çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir. 6 numaralı haneden 4 numaralı haneye çift ayak gelecek şekilde sekilerek basılır. Sekme ayağı yerde sağ

ayak dizden bükülü iken sekilerek 3.2.1 numaralı hanelere devam edilir. Dönüş diğer turlarda yapıldığı gibi tekrarlanarak 1, 2,3'e sekilir. 3 numaralı hanede iken 4 numaralı haneye çift ayak gelecek şekilde sekilerek basılır. Enek sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken eğilerek vücudun her hangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde iken eğilerek sağ elle ile alınır. Enek elde iken sekilerek 6 numaralı haneye geçilir. 7 numaralı haneye sol 8 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde çift ayak basılır. Sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken T başlangıcından oyun alanı terk edilirken 5 numaralı tur tamamlanmış olur.

4. T başlangıç çizgisinde iken 4 numaralı haneye enek atılır. Sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilir. Sol ayak 8 numaralı hanede, sağ ayak 7 numaralı hanede olacak şekilde çift basılır.10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden 5 numaralı haneye çift ayak gelecek şekilde sekilerek basılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek 3.2.1.numaralı hanelere sekilir. Dönüş diğer turlarda yapıldığı gibi tekrarlanarak 1.2.3. Hanelere sekilir.4 numaralı haneye çift ayak basılır.10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken eğilerek vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sağ elle enek alınır. Enek elde iken sekilerek 6 numaralı haneye geçilir.7 numaralı haneye sol,8 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde çift ayak basılır. Sekme ayağı (sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken T başlangıç çizgisine doğru sekilerek 4 numaralı tur tamamlanmış olur.

3. T başlangıç çizgisinde iken 3 numaralı haneye enek atılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek sol ayak 8 numaralı hanede, sağ ayak 7 numaralı hanede olacak şekilde çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden, 5 numaralı haneye sol ayak,4 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde sekilerek çift ayak basılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek eneğin bulunduğu 3 numaralı hane atlanarak 2 numaralı haneye sekilir.2 numaralı haneden 1 numaralı haneye tekrarlanır. Dönüş diğer turlarda olduğu gibi tekrarlanarak 1. ve 2. numaralı hanelere sekilerek gelinir. Eğilerek vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sağ elle 3 numaralı haneden eneği alır. Enek elde iken sekilerek 4 numaralı haneye sol ayak,5 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde sekerek çift ayak basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü olacak şekilde 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden, 7 numaralı haneye sol ayak,8 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde sekerek çift ayak basılır. Sekme ayağı (sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken T başlangıç çizgisine doğru sekilerek 3 numaralı tur tamamlanmış olur.

2. T Başlangıç çizgisinde iken 2 numaralı haneye eneği atar. Sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek sol ayak 8 numaralı hanede, sağ ayak 7 numaralı hanede olacak şekilde çift basılır.10 saniye içerisinde sekme ayağı(sol ayak)yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden, 5 numaralı haneye sol ayak,4 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde sekilerek çift ayak basılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek 3 numaralı haneye sekilir. 2 numaralı hane sekilerek 1 numaralı haneye atlanır. 1 numaralı hanede sekme ayağı üzerinde zıplanarak 180 derece dönüş gerçekleştirilir. Eğilerek enek sağ elle ile alınır. Sekme ayağı üzerinde iken 2 numaralı haneye basılmadan atlanarak 3 numaralı haneye sekilir. Sol ayak 4, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek çift ayak basılır. Sekme ayağı (sol el) yerde, sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilerek 7 haneye sol ayak, 8 haneye sağ ayak gelecek şekilde sekilerek çift basılır. Sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken t başlangıç noktasına sekilerek oyun alanı çıkılır. 2. Tur bu şekilde tamamlanmış olur.

1. T Başlangıç çizgisinde iken 1 numaralı haneye enek atılır. Sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek sol ayak 8 numaralı hanede, sağ ayak 7 numaralı hanede olacak şekilde çift basılır. 10 saniye içerisinde sekme ayağı (sol ayak) yerde sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilir.6 numaralı haneden, 5 numaralı haneye sol ayak,4 numaralı haneye sağ ayak gelecek şekilde sekilerek çift ayak basılır. Sekme ayağı(sol ayak)yerde, sağ ayak dizden bükülü iken sekilerek 3 ve 2 numaralı haneler sekilir. 2 numaralı hanede iken 1 numaralı hanedeki enek alınmak için uzanılır. Vücudun herhangi bir kısmı yere gelmeyecek şekilde sağ elle ile enek alınır. Sekme ayağı üzerinde iken 180 derecelik dönüş gerçekleştirilir. Enek elde iken 3 numaralı haneye sekilir. Sol ayak 4, sağ ayak 5 numaralı haneye gelecek şekilde sekilerek çift ayak basılır. Sekme ayağı (sol el) yerde, sağ ayak dizden bükülü iken 6 numaralı haneye sekilerek 7 haneye sol ayak, 8 haneye sağ ayak gelecek şekilde sekilerek çift basılır. Sekme ayağı yerde sağ ayak dizden bükülü iken T başlangıç noktasına sekilerek oyun alanından çıkılır. Böylece 1 turda tamamlanmış olur.

# ÖNEMLİ NOT

Oyun bu şekli ile yarışma düzeninde tamamlanmış olur. Liglerimiz de uygulanan kural ise 1 set üzerinden yarışmayı hatasız olarak önce bitiren çocuk takımına seti kazandırmış sayılır. Ayrıca liglerimiz birlikte tamamlanan iki oyunu (mendil kapmaca, seksek) bir bütün olarak değerlendirmeye almaktadır.

**NOT:** Bağımsız olarak düzenlenen yarışmada ise katılan oyuncu çocukların sayısına göre kurallar doğrultusunda yapılan yarışmayı ilk tamamlayan oyuncu çocuk 1. İkinci sırada tamamlayan oyuncu çocuk 2. 3 sırada tamamlayan çocuk ise 3. olarak puanlandırılır ve şampiyonadaki sıralaması oluşturulur.

**Sekme:** Tüm hanelere sekmeler tek hamlede olacaktır. Haneye sekildiğinde ayağın geldiği yer sabit olacak, sadece ilk sette iken 7. ve 8. hanelerde dönüş için zıpladığında ikinci bir basma hakkı olacak 2. sette ise 1 numaralı hanede zıplayarak sekme ayağı ile dönüş yaptıklarında sekme ayağının ikinci basma hakkı olacaktır. Ayrıca diğer 2 sette 8, 7,6, 5, 4, 3, 2 numaralı haneler hariç 1 numaralı hanedeki dönüşlerde sekme ayağı üzerinde ikinci basma hakkı olacaktır. Diğer tüm turlarda basma hakkı tektir.

