

«ONAYLIYORUM»:

DAAK Yüksek Meclisi Başkanı  
“Alaşara” Dermeği'nin Başkanı

\_\_\_\_\_ M.H. Ekzekov



**İnjiç-Çukun**  
**2018y.**

# “Abaza Halkı Oyunları” Spor Yarışmasının Düzenlenmesi ile İlgili İLKE VE KURALLAR

## YARIŞMAYI DÜZENLEYENLER

“Abaza Halkı Oyunları”, Dünya Abaza-Abhaz Kongresi Yüksek Meclisi ve “Alaşara” Abaza-Abhaz Etnik Grubunun Gelişimine Katkıda Bulunma Derneği tarafından düzenleniyor.

## AMAÇ VE HEDEFLER

Yarışma Abaza-Abhaz etnik grubu toplumunda fizik kültürü ve sporu popüler hale getirilmesi amacıyla düzenleniyor.

Yarışmanın asıl amaçları:

- fizik kültürü ve sporu yaygınlaştırma, toplumu sağlıklı hayat biçimine alıştırmaya;
- her bir kişinin hayatında fizik kültürü ve sporun önemini yükseltme;
- sporcuların spor-teknik ustalıklarını yükseltme;
- gelecek nesil ve gençleri yetiştirme;

## DÜZENLEME TARİHİ VE YERİ

Düzenleme tarihi – 21.07.2018y.

Düzenleme yeri – KÇC, Abaza Bölgesi, İnjiç-Çukun köyü, sk. Lenina,50.

## OYUNLARIN PROGRAMI

09:00 ç. – takımları toplama, başvuru.

09:30 – yarışmanın başlaması.

11:00 ç. – yarışmanın açılışı.

11:30 ç. – yarışmanın devamı.

12:00 ç. – 17:00 ç. – alternatif ortamlar (izleyiciler arası yarışma).

13:00 – 14:00 ç. – yarışma katılımcı ve temsilcilerin öğle yemeği.

14.00 – 18.00 – yarışmaların devamı.

18:30 ç. – yarışma kazanan ve dereceye girenleri ödüllendirme.

19:30 ç. – katılımcıların gidişi.

## MALİ HARCAMALAR

Yarışmayı düzenleme ile ilgili masrafları – Türkiye ve Abhazya’dan gelecek misafirlerin ve yarışma katılımcılarının yemek, barınma, ödül fonu – DAAK ve “Alaşara” Derneği tarafından karşılanacak.

## YARIŞMANIN KATILIMCILARI

Yarışmaya Çerkessk, Stavropol, Moskova, AbhazyaGT Cumhuriyeti, Türkiye ve tüm Abaza yerleşim birimlerinden katılımcılar kabul ediliyor. Yarışmacıların beraberlerinde kişiliklerini belirten evrakı bulundurmaları gerekiyor (Rusya, Abhazya veya Türkiye pasaportu) ve tıbbi poliçe.

Sporcuların yaşları:

- erkekler 17 yaştan daha küçük olmayacak;
- bayanlar arasında yaş sınırı yoktur.

Her bir sporcu tüm çeşit yarışmalara katılma hakkına sahiptir.

## BAŞVURU

Takım temsilcileri Ad, Soayd, Baba Adı, doğum günü, doktorun belge komisyonuna izninin belirtildiği başvuruyu sunmalıdır. Başvuruları [msport@alashara.org](mailto:msport@alashara.org) email adresine 10.07.2018 tarihinden daha geç olmayacak şekilde gönderilmesi gerekir. Başvuruların orijinaleri Oyunları tertipleyenlere 21.07.2018y. yarışmanın günü ulaştırılmalıdır.

## EMNİYETİN SAĞLANMASI

RF sınırları içerisinde yürürlükte olan norm ve hukuki aktler gereği toplumsal emniyeti, yarışmacı ve seyircilerin güvenliği KÇC İçişleri Bakanlığı tarafından sağlanacaktır.

## ÖDÜLLENDİRME

Programın herbir türünde toplam olarak en fazla ödülü elde eden takım genel takım seviyesinde birinciliği elde ediyor. İki veya daha çok takımın eşit puana sahip olması halinde üstünlük daha çok birinci, ikinci ve üçüncülerin olduğu takıma verilecek. Bireysel olarak kazananlar belge ve madalyalarla ödüllendiriliyor. Genel takım halinde 1, 2, 3 dereceleri elde edenlere belge, kupa ve değerli ödüller verilecektir.

### 2019 YILINDAN İTİBAREN OYUNLARIN GERÇEKLEŞTİRME DÜZENİ VE YERİ

Abaza halkının 2019 yılı Oyunlarına sadece 5 takım katılacak: KÇC, Stavropol, Moskova, Abhazya, Türkiye.

Karaçay-Çerkesya'nın tüm Abaza köyleri birtek Abazaşta takımı halinde yarışmaya katılacak. Abaza halkı Oyunlarının belirli bir süre öncesinden tüm Abaza köylerinde en iyi sporcuları belirleme ve milli takımı şekillendirilmesi için seçme yarışmaları düzenlenecektir.

Benzeri şekilde Türkiye ve Abhazya'da da takımlar şekillenecek. Abhazya'da seçme yarışmaları bölgeler arası, Türkiye'de ise Abaza halkının temsilcilerinin toplu olarak yaşadığı yerleşim birimlerinde gerçekleştirilecektir.

Stavropol ve Moskova takımları ise oralarda yaşayan sporculardan şekillenecektir.

Yakın 3 sene içerisinde Oyunların düzenleneceği yerler:

2019 y. – Abhazya,

2020 y. – Türkiye,

2021 y. – Rusya, KÇC.

### YARIŞMA PROGRAMI:

№	Oyun Türleri	Oyuncu Sayısı	Yarışmaların Şekli
1	Bilek güreşi		
	Ağırlık sikleti: 75 kg kadar	erkekler –1	bireysel
	Ağırlık sikleti: + 75 kg	erkekler –1	bireysel
2	Triatlon (taş atışı: omuzdan, kendi üzerinden arkaya, kendi üzeri alttan)	erkekler –1	bireysel
3	İki elle vezni iteleme (24 kg):		
	Ağırlık sikleti: 75 kg kadar	erkekler –1	bireysel
	Ağırlık sikleti: + 75 kg	erkekler –1	bireysel
4	Pnömatik tüfek atışı	bayanlar - 1 erkekler –1	bireysel
5	Yay ile ok atışı	bayanlar - 1 erkekler –1	bireysel
6	Koşarak uzunluğa atlama	bayanlar - 1 erkekler –1	bireysel
7	Koşu (100 m.)	bayanlar - 1 erkekler –1	bireysel
8	Direğe zamanlamasına tırmanma (4 m.)	erkekler –1	bireysel
9	Halatı karşılıklı olarak çekme	erkekler –5	takımsal
10	Mini futbol	erkekler – 9	takımsal
11	Voleybol	bayanlar – 9	takımsal

### BİLEK GÜREŞİ

Yarışmalar bireyseldir. Herbir takımdan katılımcı sayısı – 2 (erkek). 75 kg kadar ağırlık sikletinde 1 kişi, 75 kg üzerinde – 1 kişi. Yarışma dönemeçli sistemde ikinci mağlubiyetten sonra terketme şeklinde gerçekleştiriliyor (sağ el).

Bireysel birincilik bilek güreşi kuralları gereği gerçekleştirilen yarışmalardaki gibi belirleniyor.

Not: Yarışma öncesi katılımcıların ağırlıkları kantarla belirlenecektir. 1 kg. kadar fazlalığa izin veriliyor.

## **TRİATLON**

### **(taş atışı: omuzdan, kendi üzerinden arkaya, kendi üzeri alttan)**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan katılımcı sayısı – 1 (erkek).

Triatlon programı

- taşın omuzdan atışı;
- taşın kendi üzerinden arkaya atışı;
- taşın kendi üzeri alttan atışı;

Taşın ağırlığı

Atış olduğu yerden yapılıyor (hızlandırmamız);

Herbir yarışmacıya iki adet deneme hakkı verilir (en iyi derecesi sayılır).

Çizginin geçilmesi durumunda netice iptal ediliyor.

Galip taşın en fazla ilerleyişin olduğu en iyi atışlarının toplamında belirleniyor.

## **İKİ ADET VEZNİ KALDIRMA (24 KG)**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 2 (erkek). 75 kg kadar ağırlık sikletinde 1 kişi, 75 kg üzerinde – 1 kişi. Veznin itelemesi omuzdan gerçekleştirecek. Vezni en fazla sayıda kaldıran kişi galip sayılacak. Yarışmacıların vezni eşit sayıda kaldırması durumunda ağırlığı daha düşük olan kişi galip olarak seçilecek.

Not: Yarışma öncesi katılımcıların ağırlıkları kantarla belirlenecektir. 1 kg. kadar fazlalığa izin veriliyor.

Соревнования личные. Количество участников от каждой команды – 2 (мужчины). В весовой категории до 75 кг – 1 мужчина, свыше 75 кг – 1 мужчина. Толчок гирь будет осуществляться от плеча. Победителем становится участник, поднявший гирю большее количество раз. При одинаковом количестве толчков гирь у двух или более участников, преимущество получает участник, вес которого меньше остальных.

## **PNÖMATİK TÜFEKTEN ATIŞIN YAPILMASI**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 2 (1 erkek, 1 bayan). Yarışmacılara 10 m. uzaklıktan 3 deneme ve 5 sayılı atış hakkı veriliyor. Kesin isabet toplamından en fazla puan alan kişi galip oluyor. Puanların eşit olması halinde en fazla 10-luk, 9-luk vs. puanlı isabetlerin olduğu kişi kazanmış olarak seçiliyor.

Bireysel birincilik erkekler ve bayanlar için ayrı ayrı olarak belirleniyor.

## **YAY İLE OK ATIŞI**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 2 (1 erkek, 1 bayan). Atış 80 cm. çaplı klasik yay ile gerçekleştiriliyor. Yarışmacılara 5 atış hakkı veriliyor, 3 en iyi atışı sayılı olarak seçiliyor, nişana kadar uzaklık 10 m. Nişan 5 adet renkli ilelmerkezi bölge olup, nişanın merkezinden kenara doğru şu sıradaki renklere sahiptir: sarı, kırmızı, mavi, siyah, beyaz.

Puanların sayılması sıradaki gibidir: merkezi daireye isabet – 5 puan (sarı bölge), daha sonra azalma şeklinde – 4 (kırmızı bölge), 3 (mavi bölge), 2 (siyah bölge), 1 puan (beyaz bölge). En fazla puanı elde eden yarışmacı galip oluyor. İki veya daha fazla yarışmacının puanlarını eşitliği halinde daha fazla 5 puanlı, 4 puanlı vs. atışlarının olduğu kişiye birincilik veriliyor.

Bireysel birincilik erkekler ve bayanlar için ayrı ayrı olarak belirleniyor.

## **KOŞARAK UZUNLUĞA ATLAMA**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 2 (1 erkek, 1 bayan). Uzaklığa atlarken, sporcu belirlenmiş bölgede, itelenme onun için özel direktten ve iniş de özel toprağa gerçekleştiriliyor. Sonucun ölçülmesi itelenme direğine en yakın çukurdan (“ölçü çizgisi”) söz konusu ölçü çizgisine atlayıcının toprakta bıraktığı ize kadar yapılıyor. Herbir yarışma katılımcısına üçer deneme hakkı veriliyor ve onları kurallarla belirlenen sırada gerçekleştiriyorlar. Yarışmanın sonucunda en iyi deneme atlamasına göre dereceler belirleniyor. Çizgiye basılması veya onun geçilmesi halinde sonuç sayılmıyor.

## **KOŞU – 100 m**

Yarışma bireyseldir, erkekler ve bayanların kendi aralarında. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 2 (1 erkek, 1 bayan). Yarışma 2 aşamada gerçekleştiriliyor: yarı final ve final kısımları. Yarı final aşamasında dört koşu yapılıyor. Onların sonucunda en iyi koşu zamanını gösteren 4 koşucu seçiliyor. Onlar finale geçiyor.

Final kısmında 100 metrelik mesafeyi en hızlı geçen (finiş çizgisini ilk geçen) sporcu galip oluyor.

### **DİREĞE TIRMANMA**

Yarışma bireyseldir. Herbir takımdan yarışmacı sayısı – 1 (erkek). Yarışmacı özel “Marş” emrinden sonra özel direğe el ve ayaklarının yardımıyla tırmanmaya başlıyor. Amaç – özel çizgiye en yüksek hızda ulaşma. Ne zaman ki yarışmacı belirlenen özel çizgiye eliyle dokunursa, ölçen kişi zamanı kaydediyor. En kısa süreyi gösteren kişi galip oluyor.

### **HALATI KARŞILIKLI OLARAK ÇEKME**

Yarışma takımsaldır. Takımdaki kişi sayısı – 5 kişi (erkek), yararlanma durumunda katılımcının değiştirilmesine izin veriliyor.

Takımlar 4 gruba ayrılıyor ve onlarda seçim dönemeçli sisteme göre yapılıyor.

Takımlar arası karşılaşma 3 denemeden oluşuyor. İki deneme sonucu bir takımın galibiyeti durumunda, üçüncü deneme yapılmıyor. Herbir deneme sonucunda takımlar yerlerini değiştiriyor ve dinleniyor (2 dakikadan daha az). Giyim şekli – isteğe bağlı, ayakkabı spor ayakkabısı veya krampon (çim saha için) olmalı.

Galipler yarı finalde çapraz şeklinde karşılaşılıyor. Kazananlar finale geçiyor, mağluplar üçüncülük için kendi aralarında yarışıyor.

Diğer sıralar şu şekilde belirleniyor: gruplarda ikinciliği elde eden takımlar dönemeçli sisteme göre birbirleriyle karşılaşılıyor ve 5’cilikten 8’ğe kadar sıralar için yarışılıyor; gruplarda üçüncülüğü elde eden takımlar da dönemeçli sisteme göre birbiriyle karşılaşılıyor ve 9’dan 12’ğe kadar sıralar için yarışılıyor. 5-12 kadar sıralar için karşılaşmalar tek seferde gerçekleştiriliyor.

### **MİNİ FUTBOL (ERKEKLER)**

Yarışmalar takım halindedir. Takımın kadrosu – 9 kişi (5 asıl ve 4 yedek). Sahada aynı zamanda 5 kişi bulunuyor (1 kaleci ve 4 saha oyuncusu).

Takımlar arası karşılaşmalar 10 dakikalık iki timedan (zaman dilimi) oluşuyor.

Takımlar 4 gruba ayrılıyor. Geçen seneki Abaza oyunlarının yarıfinaline geçenler farklı gruplara yönlendiriliyor. Gruplardaki oyunlar dönemeçli sisteme göre yapılıyor. Kendi gruplarında 1’ciliği elden takımlar yarıfinaline geçiyor. Yarıfinalde oynayanlar: ilk grubun galibi – üçüncü grubun galibiyle, ikinci grubun galibi – dördüncü grubun galibiyle. Yarıfinalerin galipleri finalde, yenilenleri ise üçüncülük için karşılaşılıyor.

### **VOLEYBOL (BAYANLAR)**

Yarışmalar takım halindedir. Takımın kadrosu – 9 kişi (6 asıl ve 3 yedek). Sahada aynı zamanda 6 kişi bulunuyor.

Takımlar arası karşılaşmalar 15 puana kadar 4 setten oluşuyor. Üç setten ikisini kazanan takım karşılaşmanın gaibi oluyor. Geçen seneki oyunların finalcileri otomatik olarak farklı alt gruplarda bulunuyor, diğer takımlar alt gruplara kura ile seçiliyor. Alt gruplar arası karşılaşmalar dönemeçli şekilde gerçekleşiyor. Kendi alt grubunda 1’ci sırayı elde edenler yarıfinaline çapraz olarak geçiyor. Ödüllü sıralar için karşılaşmalar üç setten oluşuyor, ilkleri – 25 puana kadar, setlerde eşitliğin olması durumunda, son set 15 puana kadar oynanıyor. Turnike çizelgesinde diğer sıralar kazanılmış ve kaybedilmiş set sayısına göre belirleniyor, setlere göre eşitliğin olduğu durumdaysa, elde edilen ve kaçırılan puanlara bakılacaktır.

**Not: spor çeşidine göre yarışmacı veya takımın sunulmaması durumunda puanların eklenmesi şu şekilde gerçekleştiriliyor:**

**Yarışmacı veya takımın spor çeşidine göre katılmaması durumunda katılan takımların sayısı kadar sırası veriliyor. Примечание: в случае не выставления участника или команды по видам спорта начисления очков производится следующим образом:**

**за не выставление участника или команды по видам присваивается место, равное количеству участвующих команд.**

Takımlardan talep:

10.07.2018y. kadar katılımcıların isim ve soyadlarının olduğu katılım dilekçesini belirtilen email adrese gönderin.

Ek bilgi için sıradaki tel. numaralarını arayın:

8-878-2-20-81-17 (iş)

8-969-009-37-40 (cep)

E-mail: rchukov177@mail.ru

**Söz konusu belge “Abaza Halkı Oyunları – 2018” için resmi davettir.**