

BEDEN EĞİTİMİ VE SPORUN TEMELLERİ (ÇÖZÜMLÜ CEVAPLAR)

1. BÖLÜM - BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR TARİHİ

1- Sümerlerde sportif aktiviteler, savaşa hazırlık hedefiyle yapıldı. Hem yöneticiler hem de halk, beden eğitimi ve sporu kendilerini kuvvetlendirmek için bir vasıta olarak gördü. Sümerler, çok iyi at yetiştiren ve ata çok iyi binen bir uygarlık olarak da bilinmektedir. İki tekerlekli yarış arabalarının ilk olarak bu uygarlık tarafından kullanıldığı bilinir. Millî kahramanları Gılgamış'ın güçlü rakibi Enkidu ile icra ettiği güreş Gılgamış Destanı'nda yer almaktadır. Güreş ile ilgili metin tam olarak açık olmasa da kuşak güreşinin bir emsali olan mücadelede Gılgamış'ın Enkidu'yu kuşağından tutarak başının üstüne aldığı görülmektedir.

Cevap C

2- Başkenti Hattuşaş (Boğazköy-Çorum) olan Hitit Uygarlığında, avcılık günlük yaşamın bir parçası olarak karşımıza çıkmaktadır. Günümüze kadar ulaşan bazı vazo resimleri ve taş kabartmalar üzerinde av sahneleri de mevcuttur.

Cevap B

3- Beden eğitimi ve spor tarihçileri, mızrak fırlatanların ilk sporcular olarak kabul edilmesini gerektiğini belirtmişlerdir. Buna neden olarak da mızrakçıların daha iyi, daha uzağa mızrak fırlatabilmek için hazırlık yapmış olabileceğini düşünerek antrenman kavramının mızrak fırlatma ile beraber insanlık tarihine girmiş olabileceğini ifade etmişlerdir.

Cevap B

4- Asya uygarlıklarından olan Çinliler, Taoizm ve Budizm gibi inanışların etkisinde kalmışlar ve bu inanışların etkisiyle sakin bir yaşamı önemsemişlerdir. Hareketsizliğin pek çok rahatsızlık ve hastalığın nedeni olduğuna inanmışlar ve bu rahatsızlıklardan kurtulabilmek için nefes egzersizleriyle beraber uygulanan bükülme, duruş ve uzanma hareketlerinden oluşan tıbbi jimnastikle ilgilenmişlerdir.

Cevap E

5- Sportif aktiviteleri vücut ve beyin gelişiminin bir aracı olarak gören Hintler, çok sayıda beden eğitimi ve spor aktivitesiyle uğraşmışlardır. Hindistan kültürüne özel olan ve günümüze kadar uzanmayı başaran en önemli aktivitelerden biri de yogadır. Kast sistemi nedeniyle fiziksel hareketlerden çok ruh ile ilgilenen; yoga, meditasyon ve nefes düzenleme çalışmalarını din ile ilişkilendirip beden ve zihni disipline etmek için yapmışlardır.

Cevap D

6- Antik Yunan'da dinî nedenlerle başlayan olimpiyat oyunları yine dinî nedenlerle Roma İmparatorluğu tarafından sona erdirilmiştir. MS 393 yılında Roma İmparatoru I. Theodosius tarafından paganizm ya da çok tanrılı Hristiyan değerlerine aykırı olması nedeniyle olimpiyatlar yasaklanmıştır.

Cevap D

7- Antik Yunan'da zaman içerisinde bazı soylular olimpiyatlarda başarı sağlayabilmek için yalnızca spora ve vücut çalışmalarına yönelmişler ve belirli zamanlarda olimpiyat oyunlarında başarı sağlayan vatandaşları himayeleri altına almışlardır. Böylelikle dünya tarihinde ilk defa "profesyonel sporcu" olgusu ortaya çıkmıştır. Bu vatandaşlar başka bir işle uğraşmayarak tecrübeli antrenörler eşliğinde yalnızca olimpiyat oyunlarına hazırlanırlar ve yarışarak hayatlarını sürdürürlerdi.

Cevap B

8- Çin'de icra edilen "Tsu-Chu", Roma'da icra edilen "Harpastum", Antik Yunan'da icra edilen "Episkyros" gibi futbol benzeri, Homeros'un Yunan'ında el-topunu andıran bazı takım sporları yapılmıştır. Bu takım sporları günümüz futbolunun öncelini oluşturmuştur.

Cevap E

9- Antik Olimpiyatların en önemli niteliklerinden biri de “elini uzak tutmak” anlamında kullanılan ve “Ekecheiria” adı verilen olimpiyat barışı geleneğini beraberinde getirmesidir. Ekecheiria adı verilen olimpiyat barışına göre devamlı savaş durumunda olan Yunan site-devletleri; olimpiyatlara üç ay kala silah bırakır, beş gün sürecek atletik festival için özgür vatandaşları arasından en saygın sporcularını seçer ve Olimpia'ya gönderirlerdi. Olimpiyatlar sona erdikten sonra da olimpiyat barışı, sporcuların site-devletlerine güvenli bir biçimde dönmelerine imkân verecek kadar uzatılırdı.

Cevap D

10- Antik olimpiyat oyunları, demokrasinin beşiği olarak nitelenen Yunanistan'da yalnızca Yunanlılar için düzenlenirdi. Esirler ve yabancılar bu oyunlara katılım sağlayamaz; kadınlar, sahaya izleyici olarak bile giremezdi. Yetkililerin gözünden kaçıp izleyici olarak alana giren kadınlar, yüksek bir tepenin üstünden atılarak öldürülürdü. Oyunlara izleyici olarak katılan tek kadın, Demeter rahibesi olurdu. Bu atletik festivallere katılım sağlamak isteyenler, Yunan vatandaşı olsalar bile cinayet veya hırsızlıktan sabıkası olmadığını hakemlere (hellanodikai) ispat etmek zorundaydı. Yarışmalara kabul edilen sporcuların adlarını ve katılacakları spor dallarını gösteren bir liste, tüm insanların görebileceği bir yere asılır ve oyunlar sonlanana kadar orada kalırdı. Katılımcı sporcular, olimpiyat kurallarına uyacaklarına dair yemin ederlerdi.

Cevap E

11- Olimpiyat oyunları bütün Yunan halklarının katılım sağladığı, Panhellenik oyunlar olarak adlandırılan karşılaşmalardı. Bu oyunlar dört türe ayrılırdı ve çeşitli yıllarda en az biri yapılacak biçimde düzenlenirdi. İki yılda bir Yunan Tanrısı Poseidon adına Korinthos'ta düzenlenen “İstmia” oyunları, Olimpia'da dört yılda bir düzenlenen “Olimpia” oyunları, iki yılda bir Zeus adına Argos'ta düzenlenen “Nemea” oyunları ve dört yılda bir Apollon adına düzenlenen “Pythia” oyunları Yunan halkına açık olmasından dolayı Panhellenik oyunlar olarak adlandırılmıştır. Hera oyunları ise sadece kadınların katılabildiği dört yılda bir düzenlenen oyunlardı.

Cevap C

12- Antik olimpiyatlar sadece Yunan ırkından olan hür ve özgür vatandaşların katılabildiği oyunlardı. Yarışmalara katılım sağlamak isteyenler, Yunan vatandaşı olsalar bile cinayet veya hırsızlıktan sabıkaları olmadığını hakemlere (hellanodikler) ispatlamak zorundaydı. Savaş esirleri ve yabancılar oyunlara katılamaz, kadınlar alana izleyici olarak bile giremezlerdi. Yetkililerin gözünden kaçıp izleyici olarak alana giren kadınlar, yüksek bir dağın üstünden atılarak infaz edilirdi. Oyunlarda izleyici tek kadın Demeter rahibesi olurdu.

Cevap A

13- Yunanlılarda amaç olarak yapılan spor, Romalılarda araç olarak yapılmıştır. Yunanlılarda çıplak olarak icra edilen spor, Romalılarda çıplak olarak icra edilmezdi. Yunanlılarda hür ve özgür vatandaşlar sporcu olabilirken Romalılarda suçlu ve köleler de sporcu olabilmiştir. Yunanlılar kadınları sporcu olarak bile görmezken Romalı kadınlar ülkenin bir parçası olarak kabul edilmiştir. Romalılarda gladyatör dövüşleri ön plandayken Yunanlılarda böyle bir durum söz konusu değildir.

Cevap A

14- Orta Çağ Avrupa'sında beden eğitimi ve sporun önemini ele almadan önce kilisenin durumunu irdelemek gerekir. Beden eğitimi ve spor da dahil olmak üzere kültürün her noktasına işleyen Katolik Kilisesi, sportif aktiviteler ile ilgilenmenin bedeni güzelleştireceğinden ötürü ruhu kirleteceğini ve bozacağını iddia ederek beden eğitimi ve spora karşı olumsuz bir tutum takınmıştır.

Cevap D

15- İsveç Jimnastiği'nin öncüsü Pehr Henrik Ling'in en önemli eseri, jimnastik ilkelerinin yanı sıra doğa felsefesi ve insan bedeninin ilkelerinin öneminden söz ettiği “Jimnastiğin Genel Esasları” adlı eseridir. Ling, bu eserde İsveç Jimnastiğini askeri, pedagojik, tıbbi ve estetik olmak üzere dört kısma ayırmıştır.

Cevap E

16- Çek asıllı eğitimci Johann Amos Comenius, 1650 yılında bir Macar prensinin daveti üzerine Macaristan'ın Sárospatak kurduğu okulda, beden eğitimi derslerini müfredata koyarak beden eğitimi derslerinin öncüsü olma hakkını kazanmıştır. Comenius, kurduğu bu okulda jimnastik ve oyun programlarına yer vermiştir. Çocukların günlerinin üç eşit bölüme ayrılmasını; bu sayede sekiz saat uyku, sekiz saat çalışma, sekiz saat egzersiz ve vücudun bakımına ayrılmasını istemiştir. Egzersizlerin yaş gruplarına uygun hazırlanmasına özen göstermiştir.

Cevap D

17- Johann Bernhard Basedow'un Dessau'da kurduğu "Philanthropinum" adlı okulda din kùltürü ve ahlak bilgisi öğretmeni olarak çalışan Alman pedagog Christian Gotthilf Salzmann (1744–1811), 1784 yılında beden eğitiminin sağlık açısından gelişmesine katkıda bulunması bakımından büyük önem taşıyan Schnepfenthal Eğitim Enstitüsünü kurmuştur. Bu okul, öğrencilerin ailenin eşit haklara sahip bir ferdi gibi kabul edilmeleri dolayısıyla da öne çıkmaktadır.

Cevap E

18- Johann Bernhard Basedow, 1774 yılında Almanya'da "Philanthropinum" adlı bir okul açmış, beden eğitimi ve spor çalışmalarına günde beş saat ayrılması gerektiğini öne sürmüştür. Ayrıca Basedow, öğrencilerine hümanist (insancıl) bir bakış açısı kazandırmayı ve bütün insanlar arasında toplumsal farkındalık oluşturmayı hedeflemiştir.

Cevap C

19- 1785 yılında Schnepfenthal Eğitim Enstitüsünde asistan olarak görev almaya başlayan GutshMuths, 1793 yılında yayınlanan Gymnastik für die Jugend (Gençlik İçin Jimnastik) adlı eserinde jimnastiği bir sistem haline getirmiştir. Ayrıca GuthsMuths, aynı dönemde yaptığı çalışmalarla beden eğitiminin yasal bir zemine oturtmuş, modern beden eğitiminin gerçek kurucusu olarak anılmıştır.

Cevap B

20- Franz Nachteggall, Johann Christoph Friedrich GuthsMuths'un Gençler için Jimnastik (1793) isimli eserini okuduktan sonra Danimarka Kralı'nın desteğiyle GuthsMuths'un jimnastiğini Danimarka'ya tanıtmış, ülkedeki ilk jimnastik kulübünü 1798 yılında kurmuş ve Danimarka'da "jimnastiğin babası" olarak anılmaya başlamıştır.

Cevap E

21- Philanthropinum adlı okulda görev yapmakta olan beden eğitiminin ilk modern öğretmeni sayılan Johann Friedrich Simon, öğrencilerine "Yunan jimnastiği" olarak tabir edilen; koşu, güreş, atma ve atlamaları tanıtmış, denge ve atlama çubuğunu tasarlamış ayrıca öğrencilerine tenis ve badminton gibi oyunlar öğretmiştir.

Cevap A

22- XIX. yüzyılda ortaya çıkan Alman (Turnen) Jimnastiği, Friedrich Ludwig Jahn önderliğinde, askeri amaçlar için tasarlanmıştır. Bu sistem, gençlere ulusunu tanıma ve seçme imkânına sahip güçlü politik imalara sahiptir. Turnen sisteminde denge tahtası, tahta beygir, barfiks, paralel gibi aletlerin yanı sıra sırkılar, merdivenler, tırmanma ağaçları kullanılmıştır. Ayrıca milliyetçi söylem ve geleneksel şiirler ile beraber icra edilmiştir.

Cevap B

23- XIX. yüzyılda Pehr Henrik Ling tarafından geliştiren İsveç Jimnastiği, daha çok sağlık amacıyla ve vücudu güzelleştirme aracı olarak icra edilmiştir. Her yaştan katılımcıyı teşvik eden bu sistem; bedeni ve hareketi, rasyonel ve bilimsel bir yaklaşımla ele almıştır. Ayrıca bu sistemde hareketler bütün vücudu kapsamaktadır. Egzersizler genel hatlarıyla kolaydır. Ancak bireysellik, rekabet, üstün gelme ve rekor kırma asla ön planda değildir.

Cevap A

24- İngiliz Spor Anlayışı, XVIII ve XIX. yüzyıllarda ortaya çıkmıştır. XVIII. Yüzyıldan itibaren avcılık ve binicilik gibi rekreatif aktiviteler üst sınıflar tarafından icra edilmiştir. XIX. Yüzyılın başlangıcından itibaren ise okul müdürleri, futbol ve kriket gibi oyunları toplumsal bir kontrol aracı olarak kullanmıştır. Akabinde spor ve oyunlar, önde gelen okullarda zorunlu hale getirilmiştir. Fair play kavramı, başlangıçta öğrenciler arasındaki barışçıl etkileşimleri teşvik etmek amacıyla sonrasında ise ahlaki bir değer olarak kullanılmıştır. D seçeneğinde verilen ifade İsveç Jimnastiği ile ilgilidir.

Cevap D

25- Gerhard Ulrich Vieth (1763-1836), vücut yapısını mekanik ve hareket yönünden inceleyerek jimnastiğe bilimsel bir özellik kazandırmıştır. Ayrıca Vieth, "Beden Ansiklopedisi Denemesi" adlı eserinde hareketleri vücudun bölgelerine göre sınıflandırmıştır.

Cevap A

26- John Locke (1632-1704), 1693 yılında kaleme aldığı "Eğitime Dair Düşünceler" isimli kitabında, vücudun zihne uyması ve zihnin emirlerini yerine getirebilmesi için sağlam ve zinde tutulması gerektiğini ifade etmiştir. Yine aynı eserinde sağlam bir aklın, sağlam bir vücutta bulunabileceğini ifade etmiştir.

Cevap E

27- XIX. yüzyılda ulusçu kaygılarla birçok jimnastik sistemi ortaya çıkmıştır. XIX. yüzyılın başlarında (1807) Danimarka ve Rusya tarafından işgal edilen İsveç, topraklarının bir bölümünü kaybetmiştir. Aynı dönemde İsveç'te ortaya çıkan Pehr Henrik Ling, Almanya'da "jimnastiğin babası" olarak bilinen Friedrich Ludwig Jahn gibi jimnastiği ve beden eğitimi ulusal güç ve birliğin aracı olarak görmüştür.

Cevap D

28- İsveç Jimnastiği, Alman Jimnastiği ile taban tabana zıt bir anlayış içerisine girmiştir. Alman Jimnastiği aletli olarak icra edilirken İsveç Jimnastiği aletsiz, estetik ve yavaş olarak icra edilmiştir. Alman Jimnastiği, milliyetçi söylemlerle beraber askeri amaçlı ve daha çok savaşa hazırlık amacıyla kullanılmıştır. İsveç Jimnastiği'nde, kas büyütülmesinden çok vücudun estetik ve güzel bir yapıya sahip olmasına çaba gösterilerek jimnastik daha çok fizyolojik argümanlara dayandırılmaya çalışılmıştır. İsveç Jimnastiği'nin, Alman Jimnastiği ile arasındaki en önemli farkları daha çok askeri amaçlı yapılmaması ve İsveç Jimnastiği'nin bedeni rasyonel ve bilimsel bir yaklaşım ile ele almasıdır.

Cevap B

29- Napolyon savaşlarından (1803-1815) hemen sonra Prusya'da (Almanya) "Savaşta başarı ile beden eğitimi arasında doğru orantı vardır" akımını savunan kişi Friedrich Ludwig Jahn'dır. Jahn'ın Alman (Turnen) Jimnastiği, milliyetçi söylemlerle beraber askeri amaçlı ve daha çok savaşa hazırlık amacıyla kullanılmıştır.

Cevap C

30- İngiliz Spor Anlayışı, XVIII ve XIX. yüzyıllarda ortaya çıkmıştır. XVIII. Yüzyıldan itibaren avcılık ve binicilik gibi rekreatif aktiviteler üst sınıflar tarafından icra edilmiştir. XIX. Yüzyılın başlangıcından itibaren ise okul müdürleri, futbol ve kriket gibi sporları toplumsal bir kontrol aracı olarak kullanmıştır. Akabinde spor ve oyunlar, önde gelen okullarda zorunlu hale getirilmiştir. "Fair Play" kavramı, önceleri öğrenciler arasındaki barışçıl etkileşimleri özendirme amacıyla sonraki zamanlarda ise ahlaki bir değer olarak benimsenmiştir.

Cevap C

31- Baron Pierre De Coubertin, kurguladığı duygusal zeminin de katkısıyla 23 Haziran 1894'te modern olimpiyat oyunlarının gerçekleştirilmesi ve Uluslararası Olimpiyat Komitesi'nin (IOC) kurulmasını başarmıştı. Coubertin, bu oyunları beş olimpik ideal için dayandırmıştı:

- Amatörlük ilkesi
- Fair play gayesi
- Kişisel mükemmelleşme ve bireysel tamamlanma
- Barış fikri
- Spor vasıtasıyla fiziksel ve ruhsal açıdan harmonik eğitim

Cevap C

32- Modern Olimpiyat Oyunları'nın kurucusu olarak kabul edilen Baron De Coubertin, kendisinin yakın bir arkadaşı olan Rahip Didon'un öğretmenlik yaptığı okulun bayrağına sırasıyla "Daha hızlı, daha yüksek, daha güçlü" anlamına gelen "CITIUS, ALTIUS, FORTIUS" ifadelerini yazdırmıştır. Bu ifadeler, kısa zamanda Olimpiyat Oyunları'nın simgeleşmiş parolası haline gelmiştir.

Cevap E

33- Evrensel bir sözleşmeyle ortaya çıkan Modern Olimpiyat Oyunları'nın düzenlenmesindeki amaçları şu şekilde sıralayabiliriz:

- Daha iyi ve barışçı bir dünya için gençlerin spor vasıtasıyla birbirlerini anlamaları ve dost olmaları imkanlarını yaratmak
- Spor yapmanın amacının, insanın bedensel olduğu kadar zihinsel gelişimine de katkısı olduğunu anlatmak
- Uluslararası evrensel bir iyi niyet ortamı oluşturmak ve geliştirmek amacı ile Olimpizm prensiplerini dünyaya yaymak
- Dünya'nın dört bir yanındaki sporcu gençleri büyük bir spor şöleninde bir araya getirmek

Antik Çağ'da düzenlenen Olimpiyat Oyunları'nı yeniden canlandırarak modern şartlara adapte etmek gibi bir amaç yoktur. Antik Çağ'daki Olimpiyat Oyunları'nın birçok kuralı değiştirilerek yeni bir ekol yaratılmıştır.

Cevap A

34- Ulu ve temiz bir özlemin simgesi olan olimpiyat ateşi (meşalesi), ilk kez 1928 Amsterdam Yaz Olimpiyatları'nda tanıtılmış ve o zamandan beri Modern Olimpiyat Oyunları'nın bir parçası olmuştur. Olimpiyat meşalesinin Yunanistan'dan yola çıkarak ve muhtelif ülkelerden geçerek oyunların yapıldığı yere aktarılması ise 1936 yılında Berlin'de düzenlenen Yaz Olimpiyatları sırasında gerçekleşmiştir.

Cevap C

35- Olimpiyat bayrağı, beyaz zemin üzerine birbirine geçen ve kenetlenen beş ayrı renkteki olimpiyat halkalarından meydana gelmekte, ayrıca dünyanın beş kıtasının birliğini ifade etmektedir. Katılımcı ülkelerin dürüst rekabetlerini ve dostluklarını simgeleyen bu bayrak Belçika'daki 1920 Anvers Olimpiyatları'ndan beri dalgalanmaktadır.

Cevap B

36- Türkiye, 1932 yılında ABD'nin Los Angeles eyaletinde düzenlenen Olimpiyat Oyunları'na "yolun uzaklığı ve giderlerin fazlalığı" sebebiyle sporcu göndermemiştir.

Cevap B

37- Türkiye, 1960 Roma Olimpiyat Oyunları'nda ülkeler sıralamasında altıncı sırayı elde ederek en başarılı yılını yaşamıştır. (7 altın, 2 gümüş)

Cevap B

38- Modern Olimpiyatlarda kadınların ilklerini şu şekilde sıralayabiliriz:

- Kadınların katıldığı ilk olimpiyat oyunları: 1900 Paris
- Olimpiyat oyunlarına katılan ilk Türk kadın sporcular: Halet Çambel ve Suat Fetgeri Aşeni - Eskrim -1936 Berlin
- Madalya alan ilk Türk kadın sporcu: Hülya Şenyurt - Judo - 1992 Barcelona
- Altın madalya alan ilk Türk kadın sporcu: Nurcan Taylan - Halter - 2004 Atina
- İki olimpiyatta madalya alan tek Türk kadın sporcu: Nur Tatar - 2012 Londra ve 2016 Rio

Cevap A

39- Türkiye, Olimpiyat Oyunları'nda resmi olarak ilk defa Vahram Papazyan ve Mıgırdıç Mıgıryan isimli iki Ermeni asıllı sporcu ile 1912 Stockholm Olimpiyat Oyunları'nda temsil edilmiştir.

Cevap E

40- Türkiye, 1924 Paris Olimpiyatları'nda atletizm, bisiklet, halter, eskrim, güreş ve futbol branşlarında temsil edilmiştir. Dikkat! ÖSYM, "Jimnastik" branşı ile iyi bir çeldirici kullanabilir.

Cevap D

41- 1904 St. Louis Olimpiyat Oyunları altın, gümüş ve bronz madalyaların; birinci, ikinci ve üçüncü sporculara verildiği ilk Oyunlar oldu. Boks, serbest stil güreş, dekatlon ve dumbell (halter) dalları Olimpik Programa ilk kez dahil edildiler.

Cevap B

42- 1936 Berlin Olimpiyat Oyunlarında, ilk kez Olimpia'da yakılan olimpiyat ateşi, yedi ülkeden geçip, 3.075 atlet tarafından taşınarak stada getirilmiştir. Oyunlara 2 kadın, 57 erkek olmak üzere 59 sporcumuz katılmıştır ve Türkiye Cumhuriyeti Olimpiyatlardaki ilk madalyasını bu oyunlarda kazanmıştır. Suat Fetgeri Aşeni ile Halet Çambel Berlin'de, Olimpiyatlara katılan ilk kadın sporcularımız oldular. Bu sporcular eskrim branşında sahne almışlardır. Olimpiyat meşalesinin yakılması ise 1928 Amsterdam oyunlarında gerçekleşmiştir.

Cevap D

43- Karakucak güreşi, Türklerin millî ve öz güreşlerinden biridir. Düğün ve bayramlarda, pehlivanların keçi kılından veya çadır bezinden yapılan ve genelde siyah renk olan "pırpıt" adı verilen bir giysi kullanarak davul-zurna eşliğinde icra ettiği bir güreş formudur. "Serbest Güreş", "Harman Güreşi" veya "Anadolu Güreşi" olarak da adlandırılır. Karakucak, yağlı güreş gibi yavaş yapılmadığından güreşçiler çabuk yorulmaktadır. Dikkat! Eğer soruda "kispet" adı verilen bir deri pantolon giyilmesinde bahsetseydi cevabımız yağlı güreş olurdu.

Cevap B

44- Türklere adını pehlivanların giydiği elbiseden ya da kıyafetten alan güreşler vardır. Antep ve Hatay yöresinde yaygın olarak görülen aba güreşi adını pehlivanların giydikleri abadan almaktadır. Kahramanmaraş ve çevresinde yaygın olarak görülen şalvar güreşi ise adını pehlivanların giydikleri kısa şalvardan almaktadır. Dikkat! Kuşak güreşi, adını pehlivanların kıyafetinden değil, taktığı kuşaktan almıştır.

Cevap A

45- Tarihi, kültürü ve kurallarıyla çok özel bir yapısı olan aba güreşi, judo sporu ile benzerlik içindedir. Mesela aba güreşinin "iç bağda boşa kaldırma" hareketi, judonun "o uchi gari" hareketiyle; "kafakol" hareketi, "koshi guruma" ile; "kalçadan atma" hareketi "tsuri komi goshi" ile; "yandan atma/çipe" adlı hareket "harai goshi" ile neredeyse birebir benzerlik göstermektedir.

Cevap C

46- İstanbul'da atış sahası olarak kullanılan ok meydanı, Sultan II. Mehmed'in emri ile bağımsız bir vakıf olarak tesis edilmişti. Bu meydan, Sultan II. Bayezid Dönemi'nde istimlak edilen yeni arazilerle genişletilmiş, saha temizlenmiş ve etrafı kalın bir duvarla çevrilmişti. II. Bayezid okçuluk faaliyetlerini geliştirmek üzere Okmeydanı'na Kemankeş Tekkesi'ni (Okçular Tekkesi) inşa ettirip Şeyh Hamdullah'ı meydan şeyhi olarak tayin etmiştir.

Cevap E

47- Osmanlı Devleti'nde okçuluk faaliyetleri, hedef vurma (puta atışı), cisim delme (darp vurma) ve mesafeye atma (menzil atışı) gibi çeşitli disiplinlerde icra edilmiştir. Hedef okçuluğu çerçevesinde değerlendirilebilecek olan kabak okçuluğu ise okçuluk becerisinin yanında ayrıca binicilik becerisi de gerektiren bir disiplin olmuştur. Kabak okçuluğu, meydanın ortasına dikilmiş uzun bir sırığın üstündeki hedefe, dörtnala giden at üzerinden geriye doğru dönerek ok atmak esasına dayanmaktadır.

Cevap D

48- Osmanlı Devleti'nde oynanan matrak oyunu, günümüzün modern sporlarından olan eskrimde oldukça benzeyen bir oyundu. Matrak; kılıç, sopa, tahta anlamlarında kullanılırdı. Matrak, iki kişiyle icra edilirdi. Oyuncuların ellerinde şimşir ağacından yapılmış bir matrak ve bir yastık bulunurdu. Oyuncular, ellerindeki matrakla rakibin başına vurmaya çalışırken diğer ellerindeki yastık ile kendilerini korumaya çalışırlardı.

Cevap B

49- Tomak oyunu, Osmanlı Devleti'nde sarayda padişahlarca çok sevilirdi. Kamçı şeklinde bir sapa bağlanan ve kar keçesinden yapılan tomak topuyla oynanırdı. Altışar kişiden oluşan iki takımla oynanırdı. Oyunda hedef, rakibin sırtına tomakla vurmaktı. Her takımında bir tane tomak olurdu. Sırtına vurulan oyuncu oyun dışı kalırdı.

Cevap A

50- Gökbörü: Türklerin ferdî veya takım olarak yaptıkları atlı spordur. Kesilip içi temizlenmiş bir oğlak veya herhangi bir hayvanı eğer ile bacakları arasına sıkıştıran ve dörtnala koşan bir atlının, kendisini kovalayan binicilere yakalanıp avını kaptırmadan, sınırlanmış bir alan içinde, belirtilen hedefe kadar koşması veya alanda turunu tamamlayarak sayı kazanmasıdır.

Cevap C

51- • Er Eniş (Otarış-Atlı Güreş): Orta Asya Türk toplumlarında çoğunlukla şölenlerde icra edilen, at üzerindeki iki oyuncunun kuşaklarından ya da bileklerinden tutarak güreştikleri, rakibini at üstünden düşürmesiyle son bulan oyunda, rakibini düşürmeyi başaran taraf oyunun galibi kabul edilmektedir.

• Beyge (Babiga): Bir kızın birden fazla talibinin çıkması, ailelerinin talipler arasında seçim yapamaması ve kızında gönlünün olduğu tarafı söylememesi üzerine icra edilen bir oyun türüdür.

• Kızkavar (Bike-Esir Alma): En iyi atlar üzerinde erkek ve kız oyuncunun birbirini kovalaması biçiminde icra edilen, ilk temasta bulunan oyuncunun rakibini esir almış sayıldığı ve kaybeden tarafın kazanan tarafa ödül vermesi gerektiği oyun türüdür.

• Yamba Kapma: Oyuncuların yere bırakılmış gümüş bir parayı at sırtından yere eğilerek almaya çalıştığı bir oyun tarzıdır. Oyunda parayı yerden alabilenler toplumun takdirini alır ve gümüş paranın sahibi olur.

• Tıyın Enmey: On iki ve daha fazla sayıdaki erkek oyuncu tarafından icra edilen bu oyun, binicilerin at üzerinden eğilerek yerdeki paraları toplamasına dayanmaktadır.

Cevap E

52- Kızbörü (Kolbörü): En iyi atı tercih etme hakkına sahip olan kız oyuncu, düz bir alanda erkek oyuncuların 50-75 metre önde bekler. Atlı müsabakayı yöneten kişinin, başlama işareti veren kişiye verdiği işaretle yarış başlar. Belirli bir mesafede (500-1000 metre) kız kovalayan erkeklerden birinin kızı yetiştirerek ona değmesiyle yarış biter. Belirlenen mesafede kız oyuncuya ilk dokunan erkek oyuncu oyunun galibi sayılır.

Cevap E

53- Beyge (Babiga): Eski Türklerde evlenme çağına gelen genç kızların birden çok talibinin olduğu ve kız tarafının da kararsız kaldığı durumlarda hem kızı isteyen tarafların incinmesine mâni olmak hem de gelin adayına seçim yapma şansı tanımak amacıyla oynanan atlı spor oyunu beygedir. Bu atlı spor oyununda damat adayları, atlarıyla yine at sırtındaki genç kızı belli bir mesafeye kadar kovalamaya çalışırlar. Burada amaç, gelin adayını kendi atına alabilmektir.

Cevap D

54- Çöğen (Çevgan): At sırtında oynanan bu oyunda amaç, topu aralarında 5-6 metre mesafe olan iki taşın oluşturduğu kaleye atmaktır. Oyuncuların biri sopasıyla topu sürerken rakip de topu ters yöne çevirmek için uğraşır. Günümüz modern sporlarından Polo oyununun öncelidir.

Cevap C

55- Osmanlı ülkesinde modern manada beden eğitimi ve spor öğretimi XIX. yüzyılın ikinci yarısında Tanzimat Fermanı'nın ilanı sonrası Batılı tarzda açılan askerî okullarda başlamıştır. Bazı derslere programında ilk kez yer veren askerî okul Mekteb-i Harbiye'dir. Bu kapsamda Mekteb-i Harbiye'nin programında ilk kez yer alan dersler sırasıyla yüzme (1848), jimnastik (1863) ve eskrimdir.

Cevap A

56- Beden eğitimi ve spor öğretiminde kitap kullanarak da dersi işlemenin iyi olacağı düşünülerek Miralay Mustafa Hami Bey'e Fransızca dilinden "Cimnastik Talimnamesi" adında bir eser tercüme ettirilmiştir. Bu kitap, beden eğitimi ve spor öğretiminde derslerde kullanılan ilk eser olma özelliğini de taşımaktadır. Terbiye ve Oyun adlı eser Selim Sırrı Tarcan'a aittir. Riyaziyatı Bedeniyye adlı eser ise Ali Faik Üstünidman'a aittir.

Cevap B

57- II. Meşrutiyet öncesi dönemde müfredat programında jimnastik dersine yer veren askerî ve sivil okullarda dersin öğretimini yapacak Türk öğretmenlerin olmaması nedeniyle yabancı öğretmenler bu mesuliyetini üstlerine alarak derslerde Alman jimnastiğinin Fransızlar tarafından icra edilen şeklini (Jahn-Amoros Jimnastiği) kullanmışlardır. Daha sonraları Selim Sırrı Tarcan'ın, İsveç jimnastiğinin geçerli ve güvenilir beden eğitimi anlayışı olması yönünde sürdürdüğü çabaları ile aletli jimnastikten bilimsel, fizyolojik ve rasyonel tarafı ağır basan ve kitlelerin çoğunluğu tarafından icra edilebilen İsveç jimnastiğine doğru bir dönüşüm yaşanmıştır.

Cevap C

58- 1848 yılına doğru Batı tarzında açılan askerî okul olan Mekteb-i Harbiye'nin programında yer alan yüzme (ilm-i sabâhat) dersi, okul yakınına bir deniz hamamı inşa edilmesi ve gerekli temel yüzme aletlerinin alınmasıyla işlenmeye başlamıştır.

Cevap D

59- Türkiye'nin ilk futbol ligi, dört yabancı takımlı bir yapıyla kurulmuştur. Bu lig; Moda, Elpis, Imogene ve Kadıköy (Union) kulüplerinin bir araya gelmesiyle kurulan İstanbul Futbol Birliği'dir. 1903 yılında dört takımlı olarak kurulan bu yapıya 1905'de Galatasaray, 1908'de de Fenerbahçe sonradan katılmıştır.

Cevap B

60- Türkiye’de spor örgütlenmesi için büyük bir çaba içerisine giren Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı’nın (TİCİ) kuruluş amaçları şu şekildedir:

- Türk genci ve yurttaşının çevik, yürekli ve sporun her alanında üstün gelecek biçimde yetişmesi için sporun bir eğitim vasıtası olarak kullanılmasını sağlamak
- Türk sporunu yurt içinde ve yurt dışında en iyi şekilde temsil etmek
- Gençlere spor sahaları temin etmek ve onları kötü alışkanlıklardan korumak
- Spor müsabakaları düzenleyerek gençlerin başka yerler görmelerini sağlamak
- Beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin sporcular tarafından bir para kazanma aracı olarak kullanılmasına karşı mücadele etmek

Dikkat! Türk sporunu bir partiye tek merkezden bağlamak, parti potansiyelinden yararlanmak Türk Spor Kurumu (TSK) amaçlarındandır.

Cevap B

61- Türk sporuna yön veren yeni bir ekolün ilk ve en önemli temsilcisi olan Selim Sırrı Tarcan; 19 Mayıs Gençlik ve Spor Bayramı’nın esasını teşkil eden jimnastik şöenlerinin ilk kez yapılmasında, kız okullarına beden eğitimi ve spor dersinin konulmasında, beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirilmesinde, ilk beden terbiyesi okulunun açılmasında ve Gazi Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Bölümünün kurulmasında etkin rol oynamıştır. Ayrıca beden eğitimi alanında gerçekleşen dönüşümün kamuoyuna en etkili biçimde duyurulduğu süreli yayın olan “Terbiye ve Oyun” adlı eseri ortaya çıkarmıştır. Selim Sırrı Tarcan, Osmanlı Millî Olimpiyat Cemiyetini kurmak için çalışmalarına başlamıştır. Ancak kendisi öğretmenlik yaptığı için bu cemiyetin başkanlığına Gazeteci Ahmet İhsan Tokgöz’ü uygun görmüştür. Genel sekreterlik görevini ise kendisi üstlenmiştir.

Dikkat! Türkiye Millî Olimpiyat Komitesinin kurucusu olan Selim Sırrı Tarcan, aynı zamanda Uluslararası Olimpiyat Komitesinin ilk temsilcisidir.

Cevap E

62- 17 Mayıs 1903’te kurulan İstanbul Futbol Birliği, hem futbol maçlarının düzenli ve programlı biçimde oynanmasını sağlayan bir lig sistemi getirmesi, hem ilk çok-kulüplü, tek-sporlu federatif yapı olması bakımından, Türkiye’nin spor tarihinde önemli bir yer tutmaktadır.

Cevap D

63- Selim Sırrı Tarcan’ın II. Meşrutiyetin ilanından sonra (20 Aralık 1908) açtığı Terbiye-i Bedeniye Mektebi’nde boks, atıcılık, kılıç ve jimnastik dersleri verilmiştir.

Cevap A

64- Batılı tarzdaki sporlarla 1870’li yıllarda tanışan; vakıf, tekke gibi geleneksel kurumlarla yürütülemeyecek spor işlerini yürütebilmek için lig, kulüp, birlik gibi Batılı yönetim sistemlerine yönelen Türkiye’de 1913 yılında başlayıp 1920 yılında biten yedi yıllık dönem, spor yönetimi açısından “fetret devri” olarak nitelenmiştir. Bu dönemin “fetret devri” olarak anılmasına 1913 yılında İstanbul Futbol Kulüpleri Ligi bünyesine alınmayan bazı kulüplerin Cuma Ligini kurmaları sebep olmuştur.

Cevap B

65- Sporun ülkemizdeki bilimsel temelleri 1932 yılında Gazi Beden Terbiyesi Mektebinin açılmasıyla atılmıştır. Ülkemizde “spor bilimleri” kavramı ise 1989 yılında Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi bölümünün kurulmasıyla literatürde yer almaya başlamıştır.

Cevap A

66- Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, ilk kurulduğu yıl Başbakanlığa, 1942’de Millî Eğitim Bakanlığına, 1960’ta tekrar Başbakanlığa, 1970’te yeni kurulan Gençlik ve Spor Bakanlığına, 1983’te Millî Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığına ve 1990’da yeniden Başbakanlığa bağlanmıştır.

Cevap C

67- Selim Sırrı Tarcan, II. Meşrutiyet döneminde İsveç Yüksek Beden Eğitimi Enstitüsüne eğitim alması için gönderilmiş, aradan bir buçuk yıl geçtikten sonra 1910 yılında İsveç’teki eğitimini tamamlayıp Türkiye’ye dönmüştür. Tarcan, İsveç’ten döndüğünde “İsveç’e pazularıyla gittim, aklımla geri döndüm.” diyerek aletli jimnastiğe (Alman Jimnastiği) tam olarak karşı olduğunu belirtmiştir.

Cevap D

68- Kadıköy, Elpis, Imogene ve Moda kulüpleri bir araya gelerek 1903 yılında "İstanbul Futbol Birliği" ni kurmuşlardır. Bu kuruluş, 1910 yılında "İstanbul Futbol Kulüpleri Ligi" adıyla ve tabanını daha da yerleştirip genişleterek yeniden örgütlenmiştir. 1913 yılında İstanbul Futbol Kulüpleri Ligi'ne katılma talepleri reddedilen ve çoğunluğu okul kulüplerinden oluşan takımlar bu kuruma karşı "Cuma Ligi" ni kurdular. İlerleyen dönemde Cuma Ligi'nin kulüpleri birer-ikişer kapanırken 1915 yılında yine bazı takımların bir araya gelerek oluşturdukları "Cuma Birliği" İstanbul futboluna egemen oldu. O dönem örgütlenmelerine izin çıkmayan bazı okul ve semt kulüpleri, 1919 yılında Beşiktaş'ın önderliğinde "Türk İdman Birliği" ni kurdular. II. Meşrutiyetle birlikte faaliyetlerine son veren etnik-kökenli (Rum, Ermeni vb.) bazı kulüpler, 1920 yılına gelindiğinde işgallerin etkisiyle "Pazar Ligi" ni kurdular.

İstanbul Futbol Birliği (1903), İstanbul Futbol Kulüpleri Ligi (1910), Cuma Ligi (1913), Cuma Birliği (1915), Türk İdman Birliği (1919), Pazar Ligi (1920)

Cevap C

69- Osmanlı ülkesinde kulüp sayısının gün geçtikçe artmasıyla James La Fontaine ve Henry Pears önderliğinde kurulan İstanbul Futbol Liginde bulunan kulüplerden Kadıköy, Imogene ve Moda İngilizler tarafından; Elpis ise Rumlar tarafından kurulmuştur.

Cevap B

70- Osmanlı vatandaşı olan iki Ermeni sporcu ve Robert Kolej mezunu olan Mıgırdıç Mıgıryan ve Vahram Papazyan, 1912 Stockholm Olimpiyatları'nda atletizm alanında Osmanlı Devleti'ni resmen temsil etmişlerdir.

Cevap E

71- Selim Sırrı Tarcan, İsveç jimnastiği dahilindeki beden eğitimi kamuoyuna tanıtmaya girişimlerini I. Dünya Savaşı esnasında da sürdürmüştür. Nitekim milli eğitim, beden eğitimi ve spor yaşamımızda ehemmiyeti büyük olan ve günümüzde, "19 Mayıs Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı" adıyla kutlanan bayramların ilk uygulamasını 1916 yılında Kadıköy İttihad Spor Kulübü'nün sahasında "Birinci İdman Bayramı" ismi altında düzenlemiştir.

Cevap A

72- Eski totem inanisında dinî bir tören olan, Eski Türkler tarafından "millî spor" olarak kabul edilen ve Anadolu'nun çeşitli bölgelerinde son yıllara kadar "ödül kapmaca" adıyla oynanan atlı spor oyunu Gökbörü oyunudur. Geleneksel atlı sporlarından biri olan Gökbörü; bölgesel deyişlere göre gökbörü, kökperi, kokkeri, oğlak oyunu olarak da isimlendirilmiştir. Gökbörü oyununun özü, at salıp koşarak oğlağı kapabilmektir. Oyun sahası, çizilen geniş daire ile belirlenir. Buna "adalet çemberi" ya da "halkal" denir. Oyundaki oğlağın ayakları ve başı kesilerek içine saman doldurduktan sonra karnından dikilir. Doldurulmuş oğlak, oyun sahasının ortasına bırakılır. Dört nala atlarını koşturan oyuncular eyerden kayarak oğlağı yerden almaya çalışırlar.

Cevap B

73- Gökbörü oyununda kullanılan kesilip içi temizlenmiş oğlak, gelin tarafından kaçırılır. Damat ve diğer delikanlılar, bu oğlağı tekrar ele geçirmeye çalışırken gelin de avını bunlara kaptırmamaya çalışır. Bu atlı spor oyununa kızbörü veya kolbörü denir.

Cevap C

74- Osmanlı Devleti'nde II. Mehmed (Fatih), Ok Meydanı'nı kemankeşlere (ok atıcılarına) vakfetmiş, düzenli bir spor örgütünün kurulmasına olanak sağlamıştır. Okçuların kış aylarını boş geçirmemeleri için İstanbul Unkapanı'nda bir tesis yaptırmış, devletin farklı bölgelerinde okçuluk faaliyetlerinin yapılması için tekkeler kurdurmuştur. Bu kuruluşlara "tirezazlar zaviyesi", "atıcılar dergâhı" gibi adlar verilmiştir. Bu tekkeler günümüzdeki spor kulüpleri gibi faaliyetler göstermiştir.

Cevap A

75- Osmanlı Dönemi'nde Enderun'da atlı cirrit oyunu, hızla koşturulan at üzerinde rakibin attığı cirritlere hedef olmaktan kaçınmak ya da gelen ciridi yakalamak, eldeki çöğen denilen sopayla savunma yapmak biçiminde icra edilirdi. Oyun materyali, kabuğu soyulmuş hurma ya da sert ağaç dalından yapılırdı.

Cevap A

76- Kurtuluş Kulübü (Tatav-la Heraklis) sporcusu Aleko Mulos, Osmanlı Devleti'ni temsil eden ilk sporcu olarak katıldığı 1908 Londra Olimpiyat Oyunları'nda jimnastik branşında yarışmıştır.

Cevap A

77- Türk Spor Kurumu'nun (1936) bütçe planlarını dönemin tek partisi olan CHP'nin Genel Başkanlık Kurulu ve parti genel sekreterliği onaylıyordu. Bu hâliyle Türk Spor Kurumu yarı resmî bir yapıya dönüşmüştü. Ayrıca önemli görülen meselelerde partiden talimat alınırdı. Uzun lafın kısası bu süreçte spor teşkilatı, "parti-devlet" kontrolündeydi.

Cevap C

78- Dünya ve Olimpiyat şampiyonu Bulgaristan göçmeni Türk halterci Halil Mutlu, 52 kg, 54 kg ve 56 kg'da 20'den fazla dünya rekoru kırmıştır. Üst üste kırdığı rekorlar nedeniyle kendisine "Dinamo" lakabı takılmıştır. Mutlu, ilk altın madalyasını 1996 Atlanta, ikincisini 2000 Sydney, üçüncüsünü ise 2004 Atina Olimpiyatları'nda almıştır.

Cevap C

79- Tokyo 1964 Olimpiyat Oyunlarında İsveçli yelkenci kardeşler Lars Gunnar Käll ve Stig Lennart Käll yarış sırasında diğer iki rakip yarışmacının botlarının battığını farkettiler. Yarışı bırakan kardeşler, rakiplerinin yaşamlarını kurtararak büyük bir sportmenlik örneği gösterdiler ve ilk Fair Play Ödülünün sahibi oldular.

Cevap B

80- Yüzmede yedi dünya rekoru kırarak yedi altın madalya alan ABD'li "Mark Spitz'in Olimpiyatı" olarak anılması gereken Münih 1972 Oyunları, "Kara Eylül" örgütünün gerçekleştirdiği eylem sonucu "Kanlı Olimpiyat" adını aldı. İsrail'de tutuklu bulunan arkadaşlarının bırakılmalarını isteyen Filistinli teröristler, 5 Eylül günü Olimpiyat Köyü'ne girerek iki İsrailli sporcuyla öldürüp dokuzunu rehin aldı. Sonuçsuz pazarlıklar ve havaalanındaki çatışma sonucunda sporcuların hepsi öldü. Bir günlük aranın ardından oyunlar yeniden başladı.

Cevap D

81- Selim Sırrı Tarcan, İsveç'e gitmesinin ardından İsveç Kralı V. Gustaf ile tanışmış, daha sonra İsveç Kralını hayatında tanıdığı en kibar birey olarak tanımlamıştır. Kral ile beraber tenis oynayan ve kraliyet davetlerine katılan Tarcan, ülkemize döndükten sonra da İsveç Kralı ile iletişimini bitirmemiş, 1912 senesinde katıldığı Stockholm Olimpiyat Oyunları'nın sonrasında da Kral tarafından "Vasa Nişanı" ile ödüllendirilmiştir.

Cevap E

82- Johann Bernhard Basedow, 1758 yılında "Pratik Felsefe (Practische Philosophie)" adlı kitabını yayımlamış ve bu eserinde ilk defa eğitim konusunda gençlik için beden faaliyetlerini bir tez olarak ortaya koymuştur. 1774 senesinde "Dessau Philanthropinum" ismini taşıyan okulu kurarak öncüsü olduğu akımı yaygınlaştırma girişimlerine başlamıştır.

Cevap A

83- Selim Sırrı Tarcan, 1911 senesinde piyasaya sürmeye başladığı Türkiye'nin ilk pedagojik ve bilimsel spor dergisi olarak kabul edilen "Terbiye ve Oyun"da olimpizm konularını sıkça işlemiş, modern sporlara yönelik taktik ve teknik kavramları ilgililere aktarmıştır. Aynı zamanda kadınlar ve çocukların sosyal rolleri üstünde durarak beden eğitiminin eğitimdeki yerini işaret etmiştir.

Cevap D

84- Osmanlı Dönemi'nde fiziksel eğitim, XIX. yüzyılın ikinci yarısından itibaren başta askerî okullarda, daha sonra sivil okullarda başlayan ve tarihsel süreçte sırasıyla jimnastik, terbiye-i bedeniye, beden terbiyesi ve beden eğitimi gibi çeşitli adlarla devam ettirilen uygulamalar bugünün beden eğitimi felsefesinin oluşmasında güçlü bir miras bırakmıştır.

Cevap C

85- Olimpiyat Oyunları'nın başlangıcı, ilk şampiyon listelerinden yola çıkılarak MÖ 776 yılı kabul edilmektedir. Bu tarih, Arkaik Çağ (MÖ 800 - 480) Dönemi'nin kapsamındadır. Antik Olimpiyat Oyunları, Arkaik Çağ'da soyluların ideal kişiye erişmelerini sergileme platformu olmuştur.

Cevap B

86- Beden eğitimi dersleri II. Meşrutiyet Dönemi'nde pek çok okulun programında bulunmasına karşın yeterli miktarda öğretmen bulunmuyordu. Bu dönemde beden eğitimi öğretmeni yetiştirmek amacıyla yapılan ilk girişim, Maarif Nazırlığı tarafından Süleymaniye'de Terbiye-i Bedeniye Dârümuallim'in adında müstakil bir kurum açılması olmuştur.

Cevap C

2. BÖLÜM - BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR KAVRAMLARI

1- • **Beden Eğitimi:** Bireyin vücut ve ruh sağlığını korumaya, bedensel becerilerini geliştirmeye yönelik, çevresel koşullara ve katılımcıların niteliğine göre değiştirilebilen esnek kurallara dayalı; oyun, jimnastik ve spora dönük araştırma ve çalışmaların tümünü kapsayan geniş tabanlı bir etkinliktir.

• **Spor:** Bireyin belli düzenlemeler içinde fiziksel aktivitelerini ve motorik becerilerini, zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştiren, bu özelliklerin belirli katı kurallar içinde yarıştırmalarını amaçlayan biyolojik, pedagojik ve sosyolojik bir olgudur.

• **Yarışma:** Belirli kurallar içinde bireylerin karşılıklı gerçekleştirdiği mevcut niteliklerinin zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerle değerlendirildiği aktivitelerdir.

• **Müsabaka:** Belirli kurallarla birden fazla bireyin yine birden fazla bireye karşı takım hâlinde gerçekleştirdiği, sonucu zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerin değerlendirilmesi ile belirlenen sportif aktivitelerdir.

• **Egzersiz:** Planlı, yapılandırılmış ve tekrarlayıcı fiziksel uygunluğun bir veya birkaç unsurunu geliştirmeyi amaçlayan sürekli aktivitelerdir.

• **Fiziksel Aktivite:** İskelet kaslarının kasılması sonucunda üretilen, bazal düzeyin üzerinde enerji harcamayı gerektiren bedensel hareketlerdir.

• **Antrenman:** Fiziki gücün ve moral gücünün, teknik ve taktik becerilerin organik ve psikolojik yüklenmelerle düzeltilmesi ve en üst düzeye getirilmesi amaçlarına yönelik bir eğitim sürecidir.

• **Fiziksel Uygunluk:** Günlük işleri canlı ve uyanık, yorgunluk duymaksızın, boş zamanlarını neşeli uğraşlarla geçirebilecek gerekli enerjiye sahip olmaktır.

Cevap B

2- • **Yarışma:** Belirli kurallar içinde bireylerin karşılıklı bireysel olarak gerçekleştirdiği mevcut niteliklerinin zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerle değerlendirildiği aktivitelerdir.

• **Müsabaka:** Belirli kurallarla birden fazla bireyin yine birden fazla bireye karşı takım hâlinde gerçekleştirdiği, sonucu zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerin değerlendirilmesi ile belirlenen sportif aktivitelerdir.

Cevap D

3- • **Beden Eğitimi:** Bireyin vücut ve ruh sağlığını korumaya, bedensel becerilerini geliştirmeye yönelik, çevresel koşullara ve katılımcıların niteliğine göre değiştirilebilen esnek kurallara dayalı; oyun, jimnastik ve spora dönük araştırma ve çalışmaların tümünü kapsayan geniş tabanlı bir etkinliktir.

• **Spor:** Bireyin belli düzenlemeler içinde fiziksel aktivitelerini ve motorik becerilerini, zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştiren, bu özelliklerin belirli katı kurallar içinde yarıştırmalarını amaçlayan biyolojik, pedagojik ve sosyolojik bir olgudur.

Cevap A

4- • **Yarışma:** Belirli kurallar içinde bireylerin karşılıklı bireysel olarak gerçekleştirdiği mevcut niteliklerinin zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerle değerlendirildiği aktivitelerdir.

• **Müsabaka:** Belirli kurallarla birden fazla bireyin yine birden fazla bireye karşı takım hâlinde gerçekleştirdiği, sonucu zaman, ağırlık, mesafe ve teknik beceri gibi ölçülerin değerlendirilmesi ile belirlenen sportif aktivitelerdir.

Cevap E

5- • **Beden Eğitimi:** Müsabaka değildir. Reklam aracı değildir. Üretime yönelik değildir. Seyir aracı değildir. Politika aracı değildir. Meslek değildir.

• **Spor:** Müsabakadır. Reklam aracıdır. Üretimi artırır. Seyir aracıdır. Politika aracıdır. Meslektir.

Beden eğitimi ve sporun ortak özellikleri: Eğitim ve eğlence aracıdır. Teknik ve bilimdir. Zevk ve estetikdir. Fizik ve ruhen güçlenmedir. Kişiler arası ilişkileri artırır.

Cevap D

6- Beden eğitiminin genel amaçlarını şu şekilde sıralayabiliriz:

• Kişinin sağlığının gelişmesine yardım etmek, onu dayanıklı hâle getirmek, sosyal ve kültürel çevresini geliştirmek, beslenme ve beslenmeden kaynaklanan ve doğuştan gelen vücut bozukluklarını önlemeye çalışmak

• Kişiye günlük yaşamın gerektirdiği biyolojik bir duruş ve hareket biçimi kazandırmak

• Beden eğitimi egzersizleri ile kişilerin güzellik duygusunun gelişmesine yardım etmek

• Öğrencilerde kendine güven, kendini kontrol, çabuk karar verme, iş birliği yapma, doğruluk, özgecilik, disiplin gibi kişisel ve toplumsal alışkanlıklar kazandırmak

• Sağlıklı ve mutlu bir yaşam için bir istenç (irade) ve istek uyandırmak

• Hareket etmekten zevk ve haz duymayı istek ve alışkanlık hâline getirmek

• Doğaya sevgi, ülkeye bağlılık ve sevgi duygusunu geliştirmek

• Okul dışı etkinliklere katılmaya teşvik etmek

A seçeneğinde verilen ifade beden eğitiminin özel amaçlarından olan bilişsel amaçlarla ilgilidir.

Cevap A

7- Sporun genel amaçlarını şu şekilde sıralayabiliriz:

- Sporun amatörlik anlamı ve kapsamı içerisinde yayılıp gelişmesini sağlamak
- “Herkes için spor” ilkesinin tüm toplum kesiminde benimsenerek uygulanmasını sağlamak
- Her kesimden çalışan insanların verim gücünü yükseltmek aynı zamanda bu insanların beden ve ruh sağlıklarının korunmasını sağlamak
- Çalışmayan genç, orta yaşlı ve yaşlı insanların boş zamanlarını değerlendirmek ve bu insanların eğitimini sağlayarak sorunlu insan olmalarını önlemek
- Korunmaya muhtaç, engelli ve suçlu insanları topluma kazandırmak

Cevap A

8- • **Oyun:** Belirli bir hedefe yönelik, kendine özel kuralları olan, bireylerin gönüllü olarak katıldıkları, katılanları ve izleyenleri etkisi altına alan, sonucunda maddi çıkar beklenmeyen, zevk için icra edilen etkinliklerdir.

• **Rekreasyon:** Çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan boş zaman içinde, gönüllü olarak ferdi veya grup içinde dinlenmek, eğlenmek ve zevk almak için yapılan etkinliklerdir.

Dikkat! İki tanım içerisinde ayırt edici olan kavram “boş zaman” ve “kural” kavramıdır.

Cevap C

9- • **Oyun:** Belirli bir hedefe yönelik, kendine özel kuralları olan, bireylerin gönüllü olarak katıldıkları, katılanları ve izleyenleri etkisi altına alan, sonucunda maddi çıkar beklenmeyen, zevk için icra edilen etkinliklerdir.

• **Rekreasyon:** Çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan boş zaman içinde, gönüllü olarak ferdi veya grup içinde dinlenmek, eğlenmek ve zevk almak için yapılan etkinliklerdir.

Dikkat! İki tanım içerisinde ayırt edici olan kavram “boş zaman” ve “kural” kavramlarıdır.

Cevap A

10- • **Fiziksel Aktivite:** İskelet kaslarının kasılması sonucunda üretilen, bazal düzeyin üzerinde enerji harcamayı gerektiren bedensel hareketlerdir.

Cevap D

3. BÖLÜM - SPOR FELSEFESİ

1- Spor Felsefesinin Konuları ve Alanları: Hareket oyun ve sporun antropoloji temelleri, hareket felsefesi, oyun felsefesi, sportif performans felsefesi, spor ve felsefesi, spor ve etik, sporun bireysel felsefesi

Cevap E

2- Öğrencilere toplumda görevlerini en iyi şekilde yapan üyeler olmak için yardım etmek pragmatizm akımını benimseyen bir beden eğitimi ve spor öğretmenin en temel hedeflerinden biridir. Öğrencilerin kişiliğini ve aklını geliştirmek idealizm, yaşamın gerçekleri ile bütünleşmek için eğitim vermek realizm, bireysel amaçların yeteneğe dayandırılmasını sağlamak natüralizm, öğrencilere kendini gerçekleştirme ve bağımsız varlık olabilmesi için yardım etmek varoluşçuluk (existentializm) ile ilgilidir.

Cevap B

3- Pragmatizm akımına göre etkinlikler ne kadar çeşitlenirse, öğrenciye o kadar daha anlamlı deneyimler sunulur. Pragmatik beden eğitimi ve spor anlayışında, çeşitlendirilmiş programlar vardır. Etkinlikler sosyalleştirici yapıdadır. Bu yaklaşıma göre beden eğitimi ve spor, bireyin toplum ile entegrasyonunu sağlar. Beden eğitimi öğretmeni liderdir ve öğrenciyi motive eder. Öğrencisine doğru tercihi yapması için yol gösterir ancak bunu direkt olarak söylemez. Öğrencinin kendi kendine tecrübe kazanması ve yaparak-yaşayarak öğrenmesi önem teşkil eder. Spor etkinlikleri öğrenci merkezli olmalıdır ve öğrencilerin ilgi alanına göre düzenlenmelidir. Öğretmen tüm süreçlerde öğrencilere rehber olmalıdır.

Cevap A

4- Realizme göre beden eğitimi ve spor, okul müfredatının önemli bir parçasıdır. Öğrenciler yaşadıkları dünyaya adapte edilmeye çalışılır. Bu anlayışa göre hentbol öğretiminde şut atma becerisi kadar fair play ve sportmenlik de önemlidir. Fiziksel uygunluk öğrenciler için çok önemlidir. Programlar, bilimsel bilgi temeline dayanır. Kondisyonlu kişi üretken olmak zorundadır. Hareketsizlik ve stres, kondisyonlaşma ile önemli ölçüde giderilebilir. Tekrar ve alıştırmalar öğrenmelerde etkili olacaktır.

Cevap D

5- Natüralizm akımına göre bedensel gelişim, yalnızca bedensel yapıda olmaktan çok daha fazlasıdır. Aktivitelerin temel kaynağı bireysel gelişimdir. Oyun, eğitim-öğretim sürecinin en önemli parçasıdır. Oyun, çocukların ilgilerini, isteklerini direkt olarak yönlendirebilir. Beden eğitimi ve spor anlayışı, bireyin bütünü ile ilgilenir. Oyun vasıtasıyla çocuk çevresini tanıır.

Cevap A

6- Varoluşçuluk (Egzistansiyalizm) akımına göre beden eğitimi ve spor dersleri öğrencilere seçme özgürlüğü tanımalıdır. Fakat günümüzde pek çok zorluk yaşanmaktadır. Örneğin bir beden eğitimi ve spor öğretmeni, program gereği öğrencilerini seçme ve karar verme konusunda özgür bırakırsa öğrencilerin aktiviteleri neye göre ve nasıl tercih edecekleri sorusu ortaya çıkmaktadır. Bir sınıfta 30 öğrencinin 30'u da birbirinden farklı aktivite tercih ederse bu durum kullanışlılığa ters düşer.

Cevap C

7- Spor felsefesi geliştirmede birinci aşama kendini tanımaktır, ikinci aşama ilke ve değer belirlemektir, üçüncü aşama hedef belirlemektir, dördüncü aşama harekete geçmektir, beşinci aşama tarz belirlemektir, altıncı aşama değerlendirme yapmaktır.

Cevap B

8- İdealizm akımı, beden zihinle beraber aynı anda gelişme göstereceğini düşünür. Beden eğitimi ve spor faaliyetleri bireyin zihinsel gelişmesine de katkıda bulunmalıdır. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri gülle atma gibi zor bir beceri devinimini anlattıktan sonra öğrencilere "Gülle kavrıldığında elin en doğru açısı ne olmalıdır?" sorusunu yöneltmelidir. Böylelikle öğrencilerin düşünmesine fırsat verebilir.

Cevap E

9- Bu beden eğitimi ve spor anlayışında, çeşitlendirilmiş programlar önemli bir yer tutar. Yaratıcı etkinlikler ile yelken, dans, kampçılık vb. doğa etkinlikleri, diğer tüm spor branşları kadar önemlidir. Bu etkinlikleri sayesinde öğrenci, yalnızca bir etkinliği öğrenmekle kalmaz, aynı zamanda öz sorumluluğu da geliştirir ve disipline eder. Öğrenciler iş birlikli yaşamayı da öğrenir.

Cevap B

10- Öğrencilere toplumda görevlerini en iyi şekilde yapan üyeler olmak için yardım etmek pragmatizm akımını benimseyen bir beden eğitimi ve spor öğretmenin en temel hedeflerinden biridir. Öğrencilerin kişiliğini ve aklını geliştirmek idealizm, yaşamın gerçekleri ile bütünleşmek için eğitim vermek realizm, bireysel amaçların yeteneğe

dayandırılmasını sağlamak natüralizm, öğrencilere kendini gerçekleştirme ve bağımsız varlık olabilmesi için yardım etmek varoluşçuluk (existentializm) ile ilgilidir.

Cevap D

11- Spor felsefesi konusunda bir düşünce meydana getirebilmek için felsefenin temeli olan sorgulama alanlarını ve adımlarını bilmek gerekir. Buna göre "Sporun ortaya çıkışı nasıldır?" sorusu varlık sorunu ile ilgilidir. "Sporun anlam ve önemi nedir?" sorusu bilgi ve mantık sorunu ile ilgilidir. "Sporun ilke ve hedefleri nedir?" etik, estetik ve değerleri sorunu ile ilgilidir.

Cevap C

12- Spor felsefesi; spor bilimlerine üzerine teorik bir çalışmadır, yaşama felsefesinin bir alanıdır, etik sorunlar bağlamında incelenebilecek bir felsefedir, bir oyun felsefesidir, spor yapan insanı ele alan bir felsefi antropolojidir, toplumsal ve sosyal felsefedir, özel ve uygulaması bulunan bir felsefedir.

Cevap E

13- Beden eğitimi ve spor felsefesi geliştirmenin, bu alana ve mensuplarına katkıları şunlardır: Mesleki eğitim için bir zorunluluktur. Eğitimsizlere yön verir. Mesleki çalışmaların gelişmesini sağlar. Sporun değerini ve anlamını ifade eder. Toplum, değerlerine katkıda bulunduğundan haberdar eder. Bütün spor eğitimcileri için bir temeldir. Genel eğitim ile spor eğitimi arasındaki ilişkiyi açıklar. Mesleki yakınlaşmayı sağlar.

Cevap B

14- Spor felsefesi konusunda bir düşünce meydana getirebilmek için felsefenin temeli olan sorgulama alanlarını ve adımlarını bilmek gerekir. Buna göre "Sporun ortaya çıkışı nasıldır?" sorusu varlık sorunu ile ilgilidir. "Sporun anlam ve önemi nedir?" sorusu bilgi ve mantık sorunu ile ilgilidir. "Sporun ilke ve hedefleri nedir?" etik, estetik ve değerleri sorunu ile ilgilidir.

Cevap B

15- Realizm akımına göre beden eğitimi ve spor, okul müfredatının önemli bir parçasıdır. Öğrencileri yaşadıkları dünyaya adapte etmeye çalışır. Örneğin; öğretmen hentbol becerisinde pas becerisi kadar, fair play ve sportmenlik üzerinde de durur. İnsan vücudunun fiziksel uygunluğu önemlidir. Formda bir beden, sosyal hayatta verimliliğin önemli bir kriteridir.

Cevap A

16- Varoluşçuluk (Egzistansiyalizm) akımına göre beden eğitimi ve spor dersleri öğrencilere seçme özgürlüğü tanımlıdır. Öğretmenler, öğrencilerin isteklerine ve ihtiyaçlarına göre programlar uygular. Öğrenciler kendilerini değerlendirir, hedefleri ve becerilerine göre etkinlikler seçer. Burada beden eğitimi ve spor öğretmenin rolü, etkinliği sağlamak ve öğrencinin öğrenebilmesi için gereken atmosferi oluşturmaktır. Fakat öğrenciler, sorumluluk almayı öğrenip bu olgunluğu elde ettiğini gösterdikten sonra bu imtiyazı kazanabilir.

Cevap D

17- İdealist bir beden eğitimi ve spor öğretmeni; mükemmelliği amaçlar, öğrencinin gerçek ve doğrunun ne olduğunun farkında olması gerektiğini düşünür, öğrencinin güçlü ahlaki değerlere sahip olmasını ister. Bunun için öğrencileri için iyi bir rol model olur. Burada önemli olan "ahlaki değer" ifadesidir. Bu ifade bizi doğru cevaba götürecektir. Örneğin idealist bir beden eğitimi öğretmeni için iyi bir fiziki yapı ve karaktere sahip olmak, öğrencilerin başarısı için önemli bir ölçüttür.

Cevap C

18- Pragmatist beden eğitimi öğretmenleri, öğrenmenin problem çözme yöntemiyle daha etkili olduğunu öne sürer. Onlara göre öğrencilerin kendi yeteneklerinin farkında olarak problem çözmeye odaklanması düşünmeyi daha çok teşvik eder. Dans etkinliklerinin tatmin edici olduğunu düşünürler çünkü yaratıcılık öğeleri karmaşıktır.

Cevap E

19- Natüralist beden eğitimi öğretmenleri, derslerinde öğrenmenin kişinin kendi aktiviteleri ile gerçekleşebileceğine sıkça vurgu yaparlar. Buna karşın öğrencilerin kendi kendini sürekli olarak yetiştirmesine özen gösterirler. Onlara göre öğrencilerin performansı yüksek derecede yarıştırmamalıdır. Öğrenciler, kendilerini daha önceki performansıyla kıyaslayarak geliştirmeyi hedeflemelidir. En verimli öğrenmeler için gerçek ortamda fiziksel aktiviteler yapılmalıdır. Oyun, öğrenme sürecinin en önemli parçasıdır.

Cevap A

20- A seçeneğinde verilen ifade doğrudur, çünkü realizm anlayışında fair play ve sportmenlik üzerinde sıkça durulmuştur. B seçeneği yanlıştır, çünkü kendini gerçekleştirme kavramı daha çok varoluşçuluk ile ilgilidir. C seçeneğinde verilen ifade doğrudur, çünkü realizm akımına göre formda bir vücut önemlidir. D seçeneğinde verilen ifade

doğrudur, çünkü tekrar ve alıştırmalar realist öğretmenler için önemlidir. E seçeneğinde verilen ifade doğrudur, çünkü özellikle realist akıma göre okul sporları (okullar arası yapılan yarışma veya müsabakalar) öğrencide istendik okul davranışını meydana getirir.

Cevap B

4. BÖLÜM - SPOR SOSYOLOJİSİ

1- Pek çok sosyolog beden eğitimi ve sporun XIX. yüzyıl İngiltere'sinde, üst tabaka aracılığıyla geliştirilen fiziksel etkinlikler olduğu konusunda hemfikirdir. Ancak günümüzde spor; geniş topluluklara yayılmış, her yaşta insanın ilgi duyduğu ve yöneldiği bir etkinlik hâline gelmiştir. Günümüzde "sporun geniş topluluklara yayılması" ifadesi bizi sporun kitleselleşmesi kavramına götürecektir. A seçeneğinde verilen sporun örgütlenmesi; vakıflar, dernekler, federasyon vb. örgütlenmelerle ilgilidir. B seçeneğinde verilen sporun farklılaşması ise sporun kitle ve elit spor olarak ikiye ayrılır. C seçeneğinde verilen sporun sekülerleşmesi bir şeyin dini referanslardan uzaklaşması, doğaüstü güçlerle bağının kırılması, kısacası 'dünyevileşme' ile ilgilidir. E seçeneğinde verilen sporun siyasileşmesi milli devletler, uluslararası rekabet, güç gösterisi gibi kavramlarla ilgilidir.

Cevap D

2- Elit spor ve kitle sporu, her ikisinin de "spor" olmasının dışında aralarında uyumlu bir durum kalmamış, birbirleriyle takriben temelden kutuplaşan faaliyetler haline gelmiştir. Sporun neden, nasıl, ne zaman ve kimler tarafından icra edildiği sorularına verilecek yanıtlar bu temelden kutuplaşmaya açıkça göstermektedir. Elit sporda "seçmek", kitle sporunda ise "katılmak" esastır. Spor; kitle sporcusu için özgürleştirici, elit sporcuyu için sınırlandırıcı bir faaliyettir. Elit sporcuyu için yaşam, sporun bir fonksiyonu iken; kitle sporcusu için spor, yaşamın bir fonksiyonudur. Spor, elit sporcuyu yorarak yorarken kitle sporcusunu yorarak dinlendirir. Kitle sporu, elit spora göre daha az yarışmacı bir spordur.

Cevap A

3- Çatışmacı sosyolojik kuram, sporu siyasi veya ekonomik gücü elinde tutanların menfaatine, militarizme, milliyetçilik ve ırkçılığa, cinsiyet ayrımcılığına yaptığı katkılar açısından yorumlar. Bu kuramı savunanlara göre spor, kimilerine önemli kârlar sağlayan, sporcuların ise sağlığını ve emniyetini tehlikeye atan majör bir sektördür. Spor, halkı uyutan "afyon" olarak görülür. Ağır çalışmalarla başarıya ulaşılacağı yönündeki algıya karşı çıkarlar.

Cevap B

4- İşlevsel yaklaşım; sporu, toplumsal düzene ve istikrara sağladığı faydalar açısından değerlendirir. Spor olumlu açıdan inceler. Çatışmacı yaklaşım; sporu, siyasi veya ekonomik gücü elinde tutanların menfaatine, militarizme, milliyetçilik ve ırkçılığa, cinsiyet ayrımcılığına yaptığı katkılar açısından inceler. Eleştirel yaklaşıma göre kapitalist düzen, spor da dahil olmak üzere pek çok insanı kimiksizleştirmektedir. Sembolik etkileşim yaklaşımına göre bazı insanlar izleyici olarak sportif faaliyetlere katılırken bazıları ise diğer bir sporcuyu taklit etmek, onunla özdeşim kurmak ve sosyal benliği güçlendirmek amacıyla katılırlar. İnşacı yaklaşım, toplumsal sınıflar ile sportif pratikler arasındaki ilişkinin yanında yeni spor dallarının ortaya çıkma sürecini ve yayılmasını başarıyla açıklar. Figürasyonel yaklaşıma spor; fiziksel efor gerektiren fakat ciddi sakatlıkların riskini de minimuma indirgeyen bir mücadele içerisinde insanların özgürleşmesini sağlayan faaliyetlerdir. Feminist yaklaşıma göre spor, sosyal cinsiyet ilişkilerine dayalı yapılandırılan sosyal bir kurumdur. Bu yaklaşıma göre spor, erkeklerin hâkim olduğu bir alandır.

Cevap E

5- **Sosyal (Toplumsal) Norm:** Bir spor müsabakasında ya da yarışmasında, oyuncuların ve seyircilerin de uymaları gereken belirli kurallar ve kaideler vardır. Bu kaideler bütünü, aynı zamanda norm olarak değerlendirilir. Yani centilmenlik, yazılı olmayan bir kuraldır. Sosyal (Toplumsal) normlar, toplum üyelerini belirli olaylar karşısında belirli tarzda davranmaya zorlar.

Cevap A

6- Spor müsabakaları kültürel unsurları, grupları meydana getiren organizasyonlar içerisinde yer almaktadır. Bilhassa belirli bir zaman devam eden müsabakalar, dünya şampiyonaları, olimpiyatlar, düzenledikleri yerlere has yemekler, halk oyunları, folk müziği, tarihî ve turistik mekanların tanıtılmasına da imkân verdiği için çeşitli kültürlerin de tanınması için önemli şanslardır. Bu durum sosyal bütünleşme ile ilgilidir. Bir toplumu oluşturan, topluluk, grup ve kurumları gibi sosyal yapının çeşitli unsurları arasındaki birbirini tamamlayabilme durumuna sosyal (toplumsal) bütünleşme denir.

- **Toplumsal İş Bölümü (Sosyal Dayanışma):** Grup içerisindeki bireylerin diğer bireylerle uyumlu ilişkilere girmesi ile meydana gelen durumdur.
- **Toplumsal (Sosyal) Tabaka:** Bir toplum içinde şöhret, makam, meslek vb. bakımlardan ayrılan topluluklardan her birini ifade eder.
- **Toplumsal (Sosyal) Kontrol:** İnsanların ya da toplumsal grupların sosyal düzenin gereklerine uygun tarzda davranmalarını sağlamaya yönelik alınan önlemlerin tümünü ifade eder.
- **Toplumsal Değişme (Farklılaşma):** Sosyal hayattaki gruplar, kurumlar ve insanlar arasındaki ilişkiler ağında ortaya çıkan değişimlerdir. Sosyal yapıdaki manevi ve maddi farklılaşmalar toplumsal değişmeye sebep olmaktadır.

Cevap D

7- Spor yalnızca sporcuların değil, aynı zamanda spor dışından bireylerin de dikey sosyal hareketliliğine imkân sağlar. Bilhassa, bir markette kasiyer olarak çalışan eleman aynı zamanda basketbol hakemi de olabilir ve hakemlikteki klasmanı artıktıça dikey sosyal hareketlilik söz konusu olur. Sporda aynı ligde bulunan bir takımdan diğerine transfer olmak yatay sosyal hareketliliğe, bir üst ligde yer alan takıma transfer olmak ise dikey hareketliliğe örnek olarak verilebilir. Dikey sosyal hareketlilikte genellikle maddi açıdan veya toplumsal prestij açısından kazanç söz konusudur. Yatay sosyal hareketlilikte ise aynı toplumsal yapıda, bir grup ya da durumdan benzer bir grup ya da duruma doğru bir geçiştir.

Cevap C

8- Toplumsal değişme; sosyal hayattaki gruplar, kurumlar ve insanlar arasındaki ilişkiler ağında ortaya çıkan değişimlerdir. Sosyal yapıdaki manevi ve maddi farklılaşmalar toplumsal değişmeye sebep olmaktadır. Her sosyal kurum gibi spor kurumu da topluma sıkı sıkıya bağlıdır. Bu nedenle spor, hem toplumu etkilemekte hem de toplumdan etkilenmektedir. Sosyal değişme ile beraber spor kurumlarında da değişiklik zorunlu olarak ortaya çıkmaktadır. Çünkü spor insanlık tarihinin her döneminde icra edilmiş olan bir faaliyettir.

Cevap E

9- Spor geniş kitlelerce tüketilen bir ürün hâline dönüştüğü için bir meslek olarak karşımıza çıkmakta, bu mesleğin sahibi olarak sporcular da mesleğin manevi ve maddi imkanlarından sonuna kadar faydalanabilmek için sporun doğasına ve hedefine aykırı artırım ve davranışlarda bulunmaktadır. Git gide artan şiddet vakaları, performansın limitlerini zorlayarak sporcu sıhhatini tehdit eden doping hadiseleri sporda yabancılaşmanın önemli belirtilerindendir.

Cevap E

10- Spor aktivitelerinde çeşitli roller vardır. Takımdaki her bir oyuncunun sorumluluk ve görevleri bellidir. Bu sorumluluk ve görevler sporcunun bulunduğu alana göre değişir. Örneğin voleybolda pasör, pasör çaprazı, smaçör, orta oyuncu ve libero oyuncusunun görev ve sorumlulukları birbirinden farklıdır. Pasörün parmak pas atması, smaçörün smaç yapmak için uğraşması, liberoların karşı takımdan gelecek hücumları karşılaması gibi kendilerinden beklenen görevleri vardır.

Cevap B

11- Bireyin topluma uyum sağlaması, toplumun kurallarını öğrenmesi, grup içinde yaşamayı öğrenmesi, kendini ve grubunu ifade edebilme yeteneği oluşturabilmesi, toplumsal kültürle bütünleşmesi, sosyal davranışları öğrenmesi, bireyin kendisini ve toplumu anlaması sosyalleşmenin önemli fonksiyonlarından.

Cevap C

12- Spor herkes içindir. Yaşı, dini, dili, ırkı ve cinsiyeti ne olursa olsun insanların kaynaşması, eğlenmesi, kendilerini iyi hissetmesi ve sağlıklı hissetmeleri için gereklidir. Bunun için özel girişimciler kendi imkânları ile spor altyapıları ve tesisler oluşturmalıdır. Bu hizmetler belirli bir yaş grubuna ya da belirli bir statüye ait bireylere sunulmamalı, fırsat eşitliği sağlanmalıdır. Spor yatırımlarında herkes için spor tüm kitlelerin zekâ ve yeteneklerini kapsamalıdır.

Cevap B

13- Eleştirel yaklaşıma göre kapitalist düzen spor da dahil olmak üzere pek çok insanı kimliksizleştirmektedir. Ayrıca bu yaklaşım sporu, bireylerin bastırılmış özlemlerinin kanalize edildiği avutucu bir etkinlik olarak değerlendirir. Diğer yaklaşımlar dördüncü soruda açıklanmıştır.

Cevap A

14- İnşacı yaklaşım, toplumsal sınıflar ile sportif pratikler arasındaki ilişkinin yanında yeni spor dallarının ortaya çıkma sürecini ve yayılmasını başarıyla açıklar. Diğer yaklaşımlar dördüncü soruda açıklanmıştır.

Cevap E

15- Sporun; eşitsizlikleri yansıtan, siyasal hâkimiyete sahip olanların alanlarını genişletmeye yönelik bir faaliyet ve halkı uyutan bir "afyon" olarak karşımıza çıktığı sosyoloji kuramı çatışmacı kuramdır. Diğer yaklaşımlar dördüncü soruda açıklanmıştır.

Cevap D

16- Feminist yaklaşıma göre spor, sosyal cinsiyet ilişkilerine dayalı yapılandırılan sosyal bir kurumdur. Bu yaklaşıma göre spor, erkeklerin hâkim olduğu bir alandır. Diğer yaklaşımlar dördüncü soruda açıklanmıştır.

Cevap B

17- Toplumsal değişme; sosyal hayattaki gruplar, kurumlar ve insanlar arasındaki ilişkiler ağında ortaya çıkan değişimlerdir. Büyük kitlelere hitap eden sporların potansiyelini gelire dönüştürmek için dev spor sahaları inşa edilmesi, spor araç-gereç yapıcılığının bir sanayi şubesi hâline gelmesi toplumsal değişme ile ilgilidir.

Cevap C

18- Sportif aktivitelerde başarılı olan ülkelerin sporcuları, ülkelerinin tanıtımlarına katkı sağladıkları, kazanma duygusunu o toplumun insanlarına hissettirdikleri ve yaşattıkları için ulusal kaynaşmaya etki ederler. Sporcu kültür elçisi olarak hem ulusal hem de uluslararası kaynaşmaya yardımcı olur.

Cevap E

19- Toplumsal olay; toplum içinde meydana gelen, duyulan ve görülen, başlangıç ve bitiş noktaları belirli olan değişimlerdir. Toplumsal olgu ise başlangıç ve bitiş süresi ile yeri kesin olarak belirlenemeyen, süreç içerisinde ortaya çıkan olayların genel adıdır. 2012 Yaz Olimpiyatları'nın başlangıç ve bitiş noktaları belirli olduğu için bu durum toplumsal olay ile açıklanır.

Cevap A

20- İnşacı kurama göre vücudun alt ve üst tabakalar (sınıflar) için çeşitli anlamları vardır. Üst tabaka "haz" unsuru ön planda olan sporlara ilgi duyarken alt tabaka ise vücuduna eziyet etme pahasına da olsa kuvvetli olmasını sağlayacak sporları yapar. İnşacı yaklaşım, toplumsal sınıflar ile sportif pratikler arasındaki ilişkinin yanında yeni spor dallarının ortaya çıkma sürecini ve yayılmasını başarıyla açıklar. Diğer yaklaşımlar dördüncü soruda açıklanmıştır.

Cevap A

5. BÖLÜM - SPOR PSİKOLOJİSİ

1- Performans artırıcı uygulamalar, sporcuların en yüksek düzeyde performans sağlayabilmelerine yönelik hazırlanan psikolojik-zihinsel antrenman programlarıdır. Bir voleybolcunun hareketlerini zihninde canlandıracağı imgeleme çalışmalarıyla daha güzel yapması bu durumla açıklanır. Teknik öğretimi hızlandırıcı uygulamalar, sporcuların uğraştıkları spor branşına özgü hareketlerin öğretiminde kullanılan zihinsel ve fiziksel antrenman teknikleri incelenir. Misal tenise yeni başlayanların ana vuruş tekniklerini öğrenmesinde en uygun ve en kolay antrenman tekniklerinin neler olduğu araştırılır. Performansın önündeki ruhsal engellemeleri kaldırmaya yönelik uygulamalarda, bireylerin sporsal faaliyetlere katılımını engelleyebilecek korku, kaygı ve stres gibi duyuşsal faktörler araştırılır. Misal, sporcunun sakatlık anında ve sonrasında yaşayabileceği duyuşsal sorunlarla başa çıkabilmesi için çalışmalar yapılır. Sportif etkinlikte sosyal psikolojik etkenler, sporcunun sportif performansının en yüksek seviyeye çıkmasında çalıştırıcısıyla ya da farklı sporcularla kurduğu ilişkileri ele alır. Sportif etkinliklerin yapıldığı ortamdaki tüm koşulların yarattığı psikolojik etkenler, spor yapılacak ortamın iklim, zemin, çevre ve seyirci etkileri gibi koşullarının sportif performans etkilerini ele alır. Misal, bir stadyumda taraftar tezahüratıyla oluşturulan görsel şölen ve ses şiddeti takımların ve oyuncuların performansını etkileyebilir.

Cevap A

2- Hedef gerçekleştirme kuramı, sporcuların başarılarını nitelendirme stillerinin, sporcu başarısını tahmin etmede önemli bir durum olduğunu vurgular. Örneğin, bir turnuvada şampiyon olan ancak bu duruma birbirinden farklı tepkiler veren iki sporcudan, ilk sporcu birinci olmasına rağmen şampiyonluktan dolayı mutlu olmayabilir. Diğer sporcu ise verimli bir performans göstermeyip rakiplerinin durumlarını bekleyebilir. Bu sporcu, rakipleri kendisini geçemeyip birinci olursa aşırı derecede sevinir.

Cevap B

3- Kaygılanan insanlar, gerçek ile bağı olmayan; anlatılması, anlaşılması zor, sıkıntı yaratan bir duygu karmaşası yaşarlar. Bir hentbol müsabakasında, sonucu belirleyecek yedi metre atışını yapacak oyuncunun yaşadığı endişeli olma durumu; Sınava girecek bir öğrencinin sınav öncesi yaşadığı kaygıya durumluk kaygı denilmektedir. Bazı bireyler çevrelerinde gelişen olayları sanki her zaman başlarına kötü bir olay gelecekmış gibi algılama eğilimindedirler. Bu davranış onların bir kişilik özelliği hâline gelmiştir. Bir oyuncunun sürekli sakatlanacağına ilişkin kaygı duyması durumu sürekli kaygıya örnektir.

Cevap C

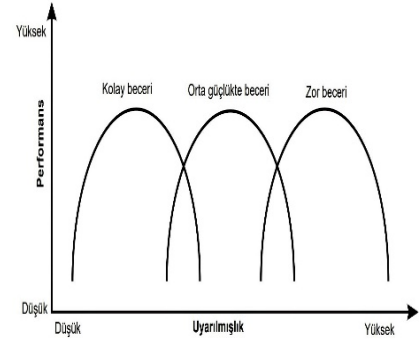
4- Uyarılmışlık, insanın dış dünyadan gelen uyarıcılara ne düzeyde açık olduğu manasına gelir. Kısaca organizmanın uyanık olma derecesidir. İnsanın uyku hâli (en sakin durumu) ile en heyecanlı durumu arasındaki dağılımına işaret eder. Bu süreçte insanın kas gerilimi artar. Her çeşit uyarana cevap verme durumunda olan insan tetiktedir ve uyanıktır. Bu durumların yoğunluk seviyesi, uyarılmışlığın boyutunu gösterir. Stres ve kaygı durumlarının oluşumuna bilhassa uyarılmışlığın seviyesi yüksek olan bireylerde rastlanmaktadır. Birçok birey tarafından birbiri yerine kullanılan stres ve kaygı, çok benzeşmesine karşın birbirlerinden farklı kavramlardır. Kaygı; sebebi belli olmayan korku, güvensizlik hissiyatı ya da bir gereksinimin karşılanamaması düşüncesi ile ortaya çıkan gerginlik ve rahatsızlık yaratan duygu durumu olarak tanımlanır. Stres; kişinin üstesinden gelmesi gereken ve onu zorlayan durumlar karşısında gösterdiği psikolojik ve fiziksel tepkilerdir. Stres yaşayan birey, hem psikolojik hem de fiziksel zorlanmalar yaşayabilir.

Cevap D

5- Stres; kişinin üstesinden gelmesi gereken ve onu zorlayan durumlar karşısında gösterdiği psikolojik ve fiziksel tepkilerdir. Stres yaşayan birey, hem psikolojik hem de fiziksel zorlanmalar yaşayabilir. Strese sebep olan olay, beyinde hipotalamusu uyararak sempatik sinir sistemini aktif eder. Örneğin, öğrencilerine überşlak hareketini ilk kez öğreten ve bir öğrencisinden arkadaşlarına örnek olsun diye hareketi göstermesini isteyen öğretmen, öğrencinin stres yaşamasına istemeden sebep olabilir. Böyle bir durumda öğrenci, aşırı genel uyarılmışlık durumuna geçip kalp atımının hızlanması, hızlı nefes alıp verme, terleme, kas gerginliğinin artması ve tuvalete gitme isteği gibi fizyolojik semptomlar gösterebilir.

Cevap B

6- Ters U kuramına göre genel uyarılmışlık ne düşük düzeyde ne de yüksek düzeyde olduğunda, yani optimum durumda olduğunda performans en üst seviyede olmaktadır. Uyarılmışlık; ters U hipotezinde performansın yüksek ya da düşük olmasına sebep olan tek faktör olarak görülür. Ters U hipotezinin spordaki açıklaması şu şekilde yapılabilir: Bir beceri; voleybolda parmak pas, futbolda ayak içi vuruş, hentbolda bilek pas gibi kolay bir beceri ise bu becerinin uygulanabilmesi için uyarılmışlık seviyesinin düşük olması sportif performansı olumlu olarak etkileyecektir. Eğer bir beceri; voleybolda plonjon, güreşte çırpma, futbolda röveşata gibi zor bir beceri ise bu becerinin uygulanabilmesi için uyarılmışlık seviyesinin yüksek olması performansı olumlu yönde etkileyecektir.



Cevap A

7- İmgeleme, bellekte depolanan duyuşal yaşantıların içsel olarak hatırlanması ve dışsal bir uyarı olmadan tekrarlanması anlamına gelir. Yani, daha önce yaşanmış bir olayın ya da hareketin sporcunun zihninde hayal edilmesi ve canlandırılmasıdır. Etkin bir imgeleme için bazı unsurlara dikkat etmek gerekmektedir: Bireyin ihtiyaçlarını analiz etmek, imgelelenecek hedef davranışı belirlemek, imgelemeye ilişkin öğretim basamaklamalarını belirlemek, her bir basamaktaki imgeleme hızını belirlemek, uygulamayla ilgili olarak sporcuyla eğitim, içsel olumlu pekiştireçleri öğretmek ve geliştirmek (yani sporcu beceriyi başarıyla zihninde canlandırdığında kendi kendisini pekiştirmesi, örneğin ben yetenekli bir sporcuym, başardım gibi), sporcunun zihinsel ve fiziksel olarak ortaya koyabileceği en yüksek performansını değerlendirmek.

Cevap B

8- Spor ve egzersiz psikoloğu; eğitici, araştırmacı ve danışman (uygulayıcı) olarak üç ana rol üstlenmektedir. Uygulayıcı spor psikologları, eğitici (öğretici) ve klinik spor psikoloğu olarak farklı roller üstlenirler. Bu rollerin farklı çalışma alanları vardır. Eğitici spor psikologları olumlu düşünce kontrolü, psiko-enerji yönetimi, uyarılma düzenlemesi, imgeleme becerileri, gevşeme çalışmaları, stresle başa çıkma çalışmaları, hedef belirleme programları, kendine güven yapılandırılmaları gibi alanlar ile ilgilendirler. Klinik spor psikologları ise uyku

problemleri, psiko-patolojik sıkıntılar, ciddi seviyede depresyon, kişilik bazındaki problemler, ilaç kullanımı, doping maddelerinin kullanımı, yeme-içme bozuklukları gibi alanlar ile ilgilendirir.

Cevap C

9- Spor ve egzersiz psikolojisi iki temel amaçla ilgilenirler. Spor psikolojisi, psikolojik nedenlerin motor performansa etkisini anlamayı amaçlarken egzersiz psikolojisi ise fiziksel aktivitenin psikolojik gelişime etkisini anlamayı amaçlar. Bu iki kavramın kapsamı birbirinden farklı olmakla beraber psikolojinin ilkelerinden yararlanarak psikoloji ve sporcu ilişkisini anlama noktasında aynı amaca hizmet ederler. Stres kontrolü, benlik kavramı gelişimi, egzersiz bağımlılığı, fiziksel aktivite ve duygu durumundaki değişim, psikolojik zindelik, kendine yetme gibi konular egzersiz psikolojisinin temel konularını oluşturur. Sporcuların üst seviyede performans sergilemesi için psikolojik destek sağlamak, zihinsel antrenman ve imgeleme çalışmaları tasarlamak ve bu programlar vasıtasıyla sporcunun en üst düzeyde performansa ulaşmasına yardım etmek, hedef belirleme programları, optimal uyarılmışlık düzeyi kontrolü gibi konular spor psikolojisinin temel konuları arasında yer alır.

Cevap D

10- Carron (Karon), grup sargınlığını (bütünlüğünü) "ortak hedefe ulaşmada grubu bir bütün olarak bir arada tutan dinamik süreç" olarak tanımlamıştır. Bu tanımın dışında da farklı pek çok tanım vardır. Grup sargınlığı (bütünlüğü), kişilerin üyesi oldukları grupların içinde kalmalarını sağlayan güçlerin toplamı olarak tanımlanır. Bunun dışında grup dinamiği, grup içinde ortaya çıkan değişimlerin grup üzerinde ve yapısında meydana getirdiği etki ve tepkiler olarak tanımlanır. Grup sinerjisi ise grup üyelerinin ayrı ayrı çalışmaları yerine iş birliği ile çalışmalarını ifade eder.

Cevap C

6. BÖLÜM - SPORUN BİLİMSEL TEMELLERİ

1- Spor bilimlerinin gelişimi üç aşamada ele alınmıştır:

- **Ana Bilimlerden Ayrılma (1. Aşama):** Bilim insanları vasıtasıyla spor, farklı açılardan ele alınır. Bilhassa psikoloji, tıp, sosyoloji gibi alanlarda spor hakkında yapılan çalışmalar ve araştırmalar bilim insanları tarafından titizlikle incelenir.
- **Toplanma (2. Aşama):** Spor bilimleri ile ilgili yayın organlarının çıkması ve araştırmaların yoğunlaşmasıyla temel dallardan uzaklaşma başlamıştır. Spor koşullarında gelecek için önsezilerde bulunmak, bilinçli gelişim sağlamak amaçlanmıştır.
- **Bütünleşme (3. Aşama):** Disiplinler arası ilişkiler ile kuram meydana getirme aşaması olarak değerlendirilir. Özel spor kuramları geliştirilir, sporun özel konularının çözümlenmesi sağlanır. Spor kavramından "spor bilimi" kavramına doğru dönüşüm bu aşamada gerçekleşir ve spor, bilim evreninde yerini alır.

Cevap C

2- XX. yüzyılın başlarında "Büyük Eğitim Reformu" paralelinde meydana gelen gelişmelerle 1940'lı yıllarda "Beden Eğitimi" kavramının yaygın bir şekilde kullanıldığı görülmektedir. Ancak ülkemizde ilk ve ortaöğretim programlarımıza "Beden Eğitimi" kavramının bilimsel olarak yansımaları 1960'lı yıllarda gerçekleşmiştir. Bu yıllarda programlarımıza yansıyan beden eğitimi kavramının prensipleri şunlardır:

- Beden eğitimi, vücut yoluyla yapılan bir eğitimidir.
- Sportif aktiviteler ve egzersiz çeşitleri, çevrenin koşulları ile uyumlu olmalıdır.
- Öğrenme ve öğretme sürecinde "yaparak-yaşayarak" öğrenme ilkesine uyulmalıdır.
- İnsanın doğasına uygun olmayan hiçbir egzersiz ve hareket türünün eğitimsel bir değeri yoktur.
- Bedensel hareketler ve yapılan alıştırmalar insanın doğasına dayanmalı ve eylem biçimine dönük olmalıdır.

B seçeneğinde verilen "Spor, kültürel hastalıklar karşısında kendini iyileştirme olayıdır." cümlesi Spranger'ın 1928'de spor için yaptığı tanımdır.

Cevap B

3- Beden eğitimi hakkında ortaya atılan fikirler ışığında 1970'li senelerden başlayarak sanayi topluluklarında "Spor Eğitimi" görüşü kullanılmaya başlamış ve literatürdeki yerini almıştır. Spor bilimlerindeki etkin gelişmelerle beraber eğitim yaşantısında da spor eğitimi görüşü yer almıştır. 1970'li senelerden bugüne doğru ağırlık kazanan "Spor İçin Eğitim" ve "Sporla Eğitim" öğretim sistemlerinin prensipleri şunlardır:

- Spor, bireyin kültürel performansının ifadesidir.
- Sporun esasını rekabet, performans ve yarışma oluşturur.
- Spor, uluslararası değerleri içeren kültürel bir olgu ve sosyal bir eylemdir.
- Spor, çocuğun kendi öğrenmesini ve eylemini bir geri bildirimle kontrol etmesine imkân sağlar.
- Spor eylemi etkin ve çeşitli bireylerle iletişim kurmaya uygun bir alandır.

Cevap A

4- Spor öğretimi için taze bir anlayış olan hareket eğitimi; bir yandan çocuk ve gençlere çok yönlü oynama, hareket etme, performans ortaya koyma ve kendini ifade etme imkânları sağlarken bir taraftan da onları yoğun endüstrileşme ve kentleşmenin negatif baskılarından kurtararak daha sağlıklı hayat alışkanlıkları kazandırmaktadır. Hareket eğitiminin özellikleri şunlardır:

- Hareketlerin uygulanması esnasında tatmin duygusunun yaşanmasını sağlar.
- Hareket eğitiminin yapısında problem çözme vardır.
- Geleneksel beden eğitimine göre daha az formal yapısı vardır.
- Hareket eğitimi, uygun materyal ve araç-gereç gerektirir.
- Hareket eğitimi, kişisel bir keşiftir.
- Psikomotor becerilerin öğrenilmesini basitleştirir.
- Öğrenci merkezli bir yapısı vardır.
- Hareket eğitimindeki gelişmeler, belirli sıklıklarda tespit edilmelidir.
- Hareket analizini ve tahlilini destekler.

Cevap C

5- Türkiye’de sporun bilimsel temelleri 1932 yılında Gazi Beden Terbiyesi Mektebinin kurulması ile atılmıştır. Bunun yanında “spor bilimleri” kavramı ise Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi bölümünün (1989) kurulmasıyla literatürde kendine yer bulmuştur.

Cevap E