

KPSS-ÖABT 2022

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLİĞİ

TAMAMI ÇÖZÜMLÜ

SORU BANKASI



PEGEM AKADEMİ



Komisyon

**ÖABT BEDEN EĞİTİMİ
TAMAMI ÇÖZÜMLÜ SORU BANKASI**

ISBN 978-0-2021-0054-8

Kitapta yer alan bölümlerin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© Pegem Akademi

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. A.Ş.'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten uluslararası akademik bir yayınevidir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan WorldCat ve ayrıca Türkiye'de kurulan Turcademy.com tarafından yayınları taranmaktadır, indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 1000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilir.

5. Baskı: Eylül 2021, Ankara

Proje-Yayın: Ümit Dilaver
Dizgi-Grafik Tasarım: Gülnur Öcalan
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Vadi Grup Basım A.Ş.
Saray Mah. 126. Cad. No: 20/A
Kazan/ANKARA
(0312 394 55 91)
Yayıncı Sertifika No: 36306
Matbaa Sertifika No: 49180

İletişim

Shira Ticaret Merkezi, Macun Mahallesi 204 Cad.
No: 141/33, Yenimahalle/Ankara
Yayınevi: 0312 430 67 50 - 430 67 51
Dağıtım: 0312 434 54 24 - 434 54 08
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60
İnternet: www.pegem.net
E-ileti: pegem@pegem.net
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

Sevgili Okuyucularımız,

Bu kitap, Kamu Personeli Seçme Sınavı (KPSS) Beden Eğitimi Öğretmenliği Alan Bilgisi Testi (ÖABT-Beden Eğitimi) kapsamındaki soruları çözmek için gerekli bilgi, beceri ve teknikleri edinmeniz ve soruları kolaylıkla çözebilmeniz amacıyla farklı soru çeşitleri ile kendinizi geliştirmeniz sürecinde siz değerli okuyucularımıza kılavuzluk etmek için hazırlanmıştır.

Kitabın hazırlık aşamasında, sınav kapsamındaki temel alanlarda kapsamlı alanyazın taraması yapılmış, bu kitabın gerek ÖABT’de gerekse gelecekteki meslek hayatınızda ihtiyacınızı maksimum derecede karşılayacak şekilde ve ÖABT’de çıkan ve çıkacak sorularla paralel sorular içerecek nitelikte olması hedeflenmiştir.

On yedi bölümden oluşan kitabımızda, her biri ayrı konu başlıklarından oluşan testler bulunmaktadır. Detaylı, güncel ve anlaşılır bir dilde yazılan çözümlü anlatımları ve açıklamaları ile bu özgün sorular, ÖABT’de çıkacak sorularla konu ve tarz itibarıyla birebir örtüşmektedir. Ayrıca kitabımızda, testlerin karışık değil de konu başlıklarıyla ayrı ayrı verilmiş olması, hangi konuda eksikliğiniz olduğunu görmenizi ve konu anlatımlı kitabımıza başvurarak bu eksikliklerinizi tamamlamanızı sağlayacak ve size yol gösterecektir.

Pegem Akademi’nin Beden Eğitimi Öğretmenliği Soru Bankası kitabının hazırlanmasında değerli öğretmenimiz Mehmet Soylu’ya teşekkürü bir borç biliriz.

Yoğun bir araştırma ve çalışma süreci ile hazırlanmış olan bu kitaba ilişkin sorularınızı **pegem@pegem.net** adresine e-posta yoluyla ya da **0538 594 92 40** numarasına WhatsApp üzerinden iletmeniz yeterli olacaktır.

Geleceğimizi güvenle emanet ettiğimiz siz değerli öğretmenlerimizin hizmet öncesi ve hizmet içi eğitimlerinde katkıda bulunabilmek ümidiyle...

Başarılar...

Beden Eğitimi ve Sporun Temelleri.....	I
Anatomi.....	32
Sağlık ve İlk Yardım.....	53
Fizyoloji.....	67
Antrenman Bilgisi.....	81
Fiziksel Uygunluk.....	101
Egzersiz ve Beslenme.....	116
Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Sporun Temelleri.....	135
Psikomotor Gelişim.....	145
Spor Yönetimi.....	164
Beceri Öğrenimi.....	184
Atletizm.....	199
Takım Sporları.....	217
Ritim, Eğitim ve Dans.....	239
Jimnastik.....	247
Eğitsel Oyunlar.....	265
Alan Eğitimi.....	273
Cevap Anahtarı.....	313

TEST I

1. Beden eğitimi ve spor ile ilgili olarak,

- I. Yarışma ve rekabet duygusu ön plandadır.
- II. Teknik ve bilimsel bir disiplindir.
- III. Profesyonel bir meslek alanıdır.

verilenlerden hangileri beden eğitimi ile spor arasındaki ortak özelliklerden biridir?

- A) Yalnız II B) Yalnız III C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

2. Bir sporcunun hareket esnasında birim zamanda katettiği mesafe aşağıdakilerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?

- A) Hareketlilik
- B) Hız
- C) Sürat
- D) Dayanıklılık
- E) Çabukluk

3.

- I. Sıçrama
- II. Koşma
- III. Eğilme

Yukarıda verilenlerden hangileri lokomotor beceriler arasında gösterilemez?

- A) Yalnız I B) Yalnız III C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

4. Amaca yönelik bir hareket sırasında o harekete katılan kaslar ile merkezi sinir sistemi arasında gösterilen uyum aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Yetenek
- B) Olgunlaşma
- C) Gelişim
- D) Beceri
- E) Koordinasyon

5. Antik Yunan Olimpiyatları ile ilgili olarak,

- I. Dinsel bir anlamı yoktur.
- II. MÖ 776 ve MÖ 393 yılları arasında yapılmıştır.
- III. Yarışmalar Atina'da düzenlenmekteydi.

verilenlerden hangileri doğru değildir?

- A) Yalnız I B) Yalnız III C) I ve III
D) II ve III E) I, II ve III

6. Antik Yunan Olimpiyatları ile ilgili olarak,

- I. Kazanan sporcuya en değerli ödül olarak altın verilirdi.
- II. Olimpiyatların bitiminde diğer oyunlara kadarki süre stadyum koşularını kazanan sporcuların adı ile anılırdı.
- III. 20 yaşından küçükler gençler kategorisinde yarışarlardı.

verilenlerden hangileri doğru olarak gösterilebilir?

- A) Yalnız I B) Yalnız II C) I ve III
D) II ve III E) I, II ve III

7.

- I. Oyunlara herkes katılabilir.
- II. Oyunlar dört yılda bir yapılır.
- III. İlk Yunanistan'da yapılmıştır.

Verilenlerden hangileri Antik Olimpiyatlar ile Modern Olimpiyatlar arasındaki ortak özelliklerden biri olarak gösterilebilir?

- A) Yalnız II B) Yalnız III C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

8. Modern Olimpiyatlar ile ilgili olarak,

- I. İlk 1896 yılında yapılmıştır.
- II. İlk olimpiyatlara Osmanlı Devleti katılamamıştır.
- III. Kurucusu Baron de Coubertin'dir.

verilenlerden hangileri doğrudur?

- A) Yalnız I B) Yalnız II C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

9. Aşağıdakilerden hangisi Modern Olimpiyatların simgelerinden biri olarak gösterilemez?

- A) Olimpiyat Sloganı
- B) Olimpiyat Marşı
- C) Olimpiyat Madalyası
- D) Olimpiyat Ateşi
- E) Olimpiyat Yemini

10. Modern Olimpiyatlar ile ilgili olarak;

- I. 1916,
- II. 1940,
- III. 1944

verilenlerden hangileri Osmanlı Devleti ve Türkiye Cumhuriyeti'nin katılamadığı Olimpiyatlar arasında gösterilebilir?

- A) Yalnız I B) Yalnız II C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

11. Modern Olimpiyatlar ile ilgili olarak,

- I. Olimpiyatları düzenleyen ülke, oyunları tekrar düzenleyemez.
- II. İlk oyunlara bayan sporcular katılmamıştır.
- III. Ara Olimpiyat oyunları bir defa 1910 yılında düzenlenmiştir.

verilenlerden hangileri doğrudur?

- A) Yalnız II B) Yalnız III C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

12. "Eski Türklerde savaş ve avlanma, bazı spor branşlarının gelişmesine zemin hazırlamıştır."

Buna göre, aşağıda verilen spor branşlarından hangisinin Eski Türklerde geliştiği söylenemez?

- A) Cirit Atma B) Güreş C) Okçuluk
D) Futbol E) Binicilik

13.

- I. Bilinen ilk futbol takımı Galatasaray'dır.
- II. Cuma ligi adı altında müsabakalar düzenlenmiştir.
- III. İngiliz ve Rumlar tarafından da takımlar kurulmuştur.

Verilenlerden hangileri Osmanlı Dönemi'nde Futbol ile ilgili doğru bir bilgidir?

- A) Yalnız I B) Yalnız II C) I ve II
D) II ve III E) I, II ve III

14. Aşağıdakilerden hangisinde Türk Spor Kurumunun görev yaptığı yıllar doğru olarak verilmiştir?

- A) 1923-1928
- B) 1925-1931
- C) 1930-1933
- D) 1933-1936
- E) 1936-1938

15. Kuruculuğunu Selim Sırrı Tarcan'ın yaptığı kurum aşağıdakilerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?

- A) Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı
- B) Türkiye Millî Olimpiyat Komitesi
- C) Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü
- D) Türk Spor Kurumu
- E) Gençlik Spor Genel Müdürlüğü

16. Ülkemizin ilk spor kitabı olarak kabul edilen Riyazat-ı Bedeniyye'nin yazarı aşağıdakilerden hangisinde doğru olarak verilmiştir?

- A) Faik Üstünidman
- B) Selim Sırrı Tarcan
- C) Ali Sami Yen
- D) Yaşar Erkan
- E) Burhan Felek

17. Devlet, Cumhuriyet'in ilk yıllarında aşağıdaki kurumlardan hangisini kamu yararı gözetken bir dernek statüsünde görerek, ülkeyi yurt dışında temsil etmeye yetkili tek kurum olarak belirlemiş ve destek sağlamıştır?

- A) Türkiye Olimpiyat Komitesi
- B) Türk Spor Kurumu
- C) Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı
- D) Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü
- E) Gençlik Spor Genel Müdürlüğü

18. Aşağıda verilenlerden hangisinde spor ilk kez Anayasa ile teminat altına alınmıştır?

- A) 1921 Teşkilat-ı Esasiye
- B) 1924 Anayasası
- C) 1960 Anayasası
- D) 1971 Anayasası
- E) 1982 Anayasası

19.

- Bükülme, uzanma ve duruş gibi hareketlerden oluşan tıbbi jimnastikle ilgilenmişlerdir.
- Hastalıklardan kurtulmak için nefes çalışmalarına önem vermişlerdir.

Yukarıda bilgileri verilen uygarlık aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Sümerler
- B) Çinliler
- C) Yunanlar
- D) Asurlular
- E) Saksonlar

20.

- I. Tepük
- II. Tomak
- III. Matrak

Verilen sporlardan hangileri Türklerde oynanan oyunlardan biri olarak gösterilebilir?

- A) Yalnız I
- B) I ve II
- C) I ve III
- D) II ve III
- E) I, II ve III

ÇÖZÜMLER

1. Beden eğitimi ve spor, teknik ve bilimsel bir disiplindir. Yarışma ve rekabet duygusunun ön planda olması ile profesyonel bir meslek alanı olması yalnızca sporun özellikleri arasında yer alır.

Cevap A

2. Hareket esnasında birim zamanda katedilen mesafe sürettir. Hız ise bir hareketlinin birim zamanda yaptığı yer değiştirmeyi ifade eder.

Cevap C

3. Lokomotor beceriler; sıçrama, koşma, yürüme ve tırmanma gibi becerilerdir. Eğilmek, bükülmek, sallanmak ve dönmek non-lokomotor beceriler olarak adlandırılır.

Cevap B

4. Koordinasyon, sportif etkinlikler sırasında gereken farklı bir ya da birden fazla hareketin hızlı, akıcı ve uyumlu şekilde yapılmasıdır. Yapılacak harekete katılacak tüm vücut organlarının uyum içinde çalışmasını gerektirmektedir.

Cevap E

5. Antik Yunan Olimpiyatları tanrı Zeus'a adanmış ve sportif amacın yanı sıra dinsel amaç da güdüldü. Yarışmalar Atina'da değil Olympia şehrinde yapılırdı.

Cevap C

6. Antik Yunan Olimpiyatlarında kazanan sporculara en değerli ödül olarak zeytin dalından yapılan çelenk verilirdi.

Cevap D

7. Antik Olimpiyatlara yalnızca erkekler katılabilirdi. Hem Modern hem de Antik Olimpiyatlar ilk Yunanistan'da yapılmıştır. Her iki organizasyonda da oyunlar dört yılda bir düzenlenirdi.

Cevap D

8. İlki 1896 yılında Baron de Coubertin önderliğinde yapılan Modern Olimpiyatlara Osmanlı Devleti katılamamıştır.

Cevap E

9. Modern Olimpiyatların simgeleri; Olimpiyat sloganı, Olimpiyat madalyası, Olimpiyat ateşi (meşale), Olimpiyat yemini ve Olimpiyat bayrağıdır. Olimpiyat marşı Olimpiyatların simgelerinden biri değildir.

Cevap B

10. 1916, 1940 ve 1944 Olimpiyat Oyunları savaş nedeni ile yapılamayan Olimpiyat oyunlarıdır. Yalnızca Osmanlı Devleti ve Türkiye Cumhuriyeti değil hiçbir ülke bu oyunlara katılamamıştır.

Cevap E

11. Oyunları düzenleyen ülkeler tekrar bu hakka sahip olabilirler. ABD, İngiltere ve Yunanistan birçok kez oyunları düzenlemişlerdir. Ara Olimpiyat Oyunları 1906 yılında düzenlenmiştir. İlk oyunlara katılmayan bayan sporcular, yapılan ikinci olimpiyata katılmışlardır.

Cevap A

12. Eski Türklerde Tepük adı ile oynanan oyun günümüz futbolu ile benzerlik göstermektedir. Ancak soruda verilen bilgiler doğrultusunda futbol avlanma ve savaş ile gelişen bir spor dalı değildir.

Cevap D

13. Bilinen ilk futbol takımı, 1899 yılında kurulan Siyah Çoraplılardır (black stockings).

Cevap D

14. Türk Spor Kurumu 1936-1938 yılları arasında görev yapmıştır. Kısa sürede etkili olamayan kurum, siyasi faktörlerden dolayı kapatılarak Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü kurulmuştur.

Cevap E

15. Türkiye Millî Olimpiyat Komitesi, Selim Sırrı Tarcan önderliğinde 1908 yılında kurulmuştur.

Cevap B

16. Ülkemizin ilk spor kitabı olarak kabul edilen ve Avrupai tarzda gerçekleştirilen jimnastik etkinliklerinin yer aldığı Riyazat-ı bedeniyye kitabı Faik Üstünlü tarafından yazılmıştır.

Cevap A

17. Cumhuriyetin ilk yıllarında görev yapan Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı (TİCİ) Devlet tarafından sporda yetkili tek kurum olarak belirlenerek maddi destek sağlanmıştır.

Cevap C

18. 7 Kasım 1982 tarihli yeni Anayasa'da ilk kez spora yer verildi. Böylece ülkemizde ilk kez spor ve sporcu Anayasa'nın teminatı altına alındı.

Cevap E

19. Çinliler hareketsiz yaşamın sağlığın en büyük düşmanı olduğunu düşünüyorlardı ve nefes çalışmaları ile birlikte bükülme, uzanma ve duruş gibi hareketlerden oluşan tıbbi jimnastik ile ilgilenmişlerdir.

Cevap B

20. Tepük, tomak ve matrak eski Türklerde eğlence ve savaşa hazırlık amaçlarıyla oynanan oyunlar arasındadır.

Cevap E