

Sporda Beceri Öğrenimi

DİKKAT!

Bu testte **20** soru bulunmaktadır.

Cevaplarınızı, cevap kâğıdınızın **Sporda Beceri Öğrenimi** testi için ayrılan kısmına işaretleyiniz.

1. Aşağıdakilerden hangisi antrenörün, sporculara beceri öğrenimi sırasında daha etkin bir öğrenim gerçekleşmesi için yapması gerekenlerden biridir?

A) Becerilerin neden yapıldığını ve önemini açıklama
B) Becerileri birleştirerek yaptırma
C) Öğrenci merkezli anlatımı sağlama
D) Becerileri farklılaştırma
E) Sporcuların görüşlerini alma

Cevap Açıklama: (A) Unite: 2

2. Aşağıdakilerden hangisi literatürde Dinamik Sistemler Teorisi yerine kullanılan terimlerden biri değildir?

A) Koordinasyon Dinamikleri Teorisi
B) Ekolojik Teori
C) Eylem Teorisi
D) Dinamik Model Teorisi
E) Bağlayıcı Hareketler Teorisi

Cevap Açıklama: (E) Unite: 6

3. Aşağıdakilerden hangisi bebeklerin ilk ortaya çıkardığı lokomotor hareketler arasında yer almaktadır?

A) Emekleme-Yürüme
B) Dengeleme-Postural Kontrol
C) Sürünme-Emekleme
D) Yürüme-Dengeleme
E) Emekleme-Dengeleme

Cevap Açıklama: (C) Unite: 10

4. Aşağıdakilerden hangisi becerinin tanımıdır?

A) Kişinin fiziksel ya da bilişsel bir çaba ile bir işi kolaylıkla ve ustaca yapabilmesidir.
B) Belirli türdeki hareketlere yanıt olarak tutarlılıklardan çıkarsaması yapılan, bireyin daha genel bir özelliğini ifade eder.
C) Oyunu veya sporu oynamanın yollarını anlamayı içerir.
D) Hedefe ulaşmak için vücudun veya uzuvların hareketini gerektiren özel bir beceri biçimidir.
E) Bir rakibe karşı bir avantaj elde etmek için verilen kararlar ve eylemlerdir.

Cevap Açıklama: (A) Unite: 1

5. Aşağıdakilerden hangisi fiziksel büyüme kavramının tanımıdır?

A) Deneyim ile bir hareketin öğrenilmesine bağlı olarak performansta meydana gelen ilerleme

B) Organizmanın büyüme, olgunlaşma ve öğrenmenin etkileşimiyle sürekli olarak ilerleme kaydederek değişmesi

C) Vücudun belirli bir bölgesi, organı veya bir parçasının yaşamı devam ettirmek için gerekli olan fonksiyonlarını eksiksiz ve tam olarak yapabilecek kapasiteye ulaşması durumu

D) Vücudun tamamı veya belirli kısımlarında meydana gelen boyut farklılıklarının tümü

E) Vücudun herhangi bir parçasındaki ya da tüm vücudun pozisyonundaki değişme

Cevap Açıklama: (D) Unite: 7

6. Aşağıdakilerden hangisi bir becerinin açık ya da kapalı beceri olduğuna karar verilirken anahtar noktadır?

A) Kullanılan kas grubu
B) Çevre koşulları
C) Becerinin zor veya kolay olması
D) Hareketlerin başlangıç bitiş noktaları
E) Hareketlerin dinamiği

Cevap Açıklama: (B) Unite: 3

7. Aşağıdakilerden hangisi bilişsel becerinin temel beceriler sınıflandırmasının öğelerinden biri değildir?

A) Ayrıştırma

B) Dikkat

C) Depolama

D) Özümseme

E) Kaynaştırma

Cevap Açıklama: (D) Unite: 8

8. Aşağıdakilerden hangisi bilgi işleme hızının yavaşlama nedeni olarak gösterilmektedir?

A) Beyindeki beyaz madde kaybı

B) Fiziksel yetersizlik

C) Vücut kompozisyonunun bozulması

D) Eklem bozuklukları

E) Kasların işlevselliğini yitirmesi

Cevap Açıklama: (A) Unite: 11

9. Nörobiyolojik sistemlerde hareket koordinasyonunu ve kontrolünü anlamak için ilgili bir model sağlayan teori aşağıdakilerden hangisidir?

A) Öğrenme Teorisi
B) İç Gelişim Teorisi
C) Dinamik Sistemler Teorisi
D) İhtiyaca Yönelik Teori
E) Karmaşık Sistemler Teorisi

Cevap Açıklama: (C) Unite: 11 Dinamik sistemler teorisi, nörobiyolojik sistemlerde hareket koordinasyonunu ve kontrolünü anlamak için ilgili bir model sağlamaktadır.

10. Aşağıdakilerden hangisi karmaşık sistemlerin özellikleri arasında yer alır?

A) Desenli kapasite
B) Farklı enerji kaynakları
C) Sinir sisteminde kayıp
D) Davranışın uyuma olasılığı
E) Kararlı ve kararsız desenli kapasite

Cevap Açıklama: (E)

11. Bir basketbol oyunu sırasında oyuncu topu ellerinde hisseder ve havada hareket ettiğini ve başka bir oyuncu tarafından yakalandığını görebildiği, hissedebildiği ve duyabildiği için topun elinden çıktığının farkındadır.

Bu özellik aşağıdakilerden hangisidir?

A) İçsel geri bildirim
B) Zıt geri bildirim
C) Dışsal geri bildirim
D) Negatif geri bildirim
E) Pozitif geri bildirim

Cevap Açıklama: (A) Unite: 12

12. Aşağıdakilerden hangi dönemde “Çocuklar akademik, atletik, sosyal, fiziksel görünüm ve davranış gibi ek yeterlilik alanları arasında ayırım yapabilir.” hâle gelmektedir?

A) Çok erken çocukluk dönemi
B) Geç ergenlik dönemi
C) Erken ergenlik dönemi
D) İleri yetişkinlik dönemi
E) Orta ile son çocukluk dönemi

Cevap Açıklama: (E) Unite: 9

13. I. Çok Geç Çocukluk Dönemi
II. Erken ile Orta Çocukluk Dönemi
III. Orta ile Geç Çocukluk Dönemi
IV. Erken Ergenlik Dönemi

Yukarıdakilerden hangisi ya da hangileri Harter'ın tanımlayıcı dönemlerinden biri değildir?

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

Cevap Açıklama: (B) Unite: 9 Harter'ın altı tanımlayıcı dönemi şunlardır: ☐ Çok Erken Çocukluk Dönemi ☐ Erken ile Orta Çocukluk Dönemi ☐ Orta ile Geç Çocukluk Dönemi ☐ Erken Ergenlik Dönemi ☐ Orta Ergenlik Dönemi ☐ Geç Ergenlik Dönemi

14. Performans gelişiminde transfer ile ilgili olarak aşağıdaki ifadelerden hangisi yanlıştır?

A) Transfer, kabaca daha önce yapılan görevin kriter göreve transferinde kazanç yüzdesi olarak hesaplanır.
B) Transfer bir başka görevdeki deneyim veya alıştırmaların bir sonucu olarak bir görevin yeterliliğindeki kazanç ya da kayıp olarak değerlendirilir.
C) Transfer ölçmenin en basit yolu ve mutlak kalıcılıktır.
D) Transfer yapılan görevlere dayalı olarak ya pozitif ya da negatif olabilir.
E) Transfer yeni bir sportif beceri öğrenirken, geçmişteki öğrenilen bilgi ve deneyimlerin yeni öğrenilen beceriyi etkilemesidir.

Cevap Açıklama: (C)

15. Yetenekli eylemler üretme sürecine ne ad verilir?

A) Adaptasyon
B) Öğretme
C) Öğrenme
D) Performans
E) Davranış

Cevap Açıklama: (C) Unite: 14

16. I. Sözlü
II. Dışsal
III. Hareketten sonra verilmesi

Yukarıdakilerden hangisi ya da hangileri performans ve sonuç bilgisinin benzerlikleri arasında yer alır?

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

Cevap Açıklama: (B) Unite: 12 Performans ve Sonuç Bilgisinin Benzerlikleri ☐ Sözlü ☐ Dışsal ☐ Hareketten sonra verilmesi

17. Aşağıdakilerden hangisi adaptasyon ve öğrenme arasındaki farktır?

- A) Motor öğrenme doğal ortamda çok nadir görülürken, adaptasyon ise çok sık görülür.
- B) Adaptasyon kalıcı bir süreçtir, öğrenme geçici bir süreçtir.
- C) Öğrenme süreci adaptasyonun temelini oluşturmaktadır.
- D) Adaptasyon öğrenmeye göre daha uzun süreç almaktadır.
- E) Adaptasyon geçici bir süreçtir, öğrenme kalıcı bir süreçtir.

Cevap Açıklama: (E) Ünite: 14

18. İki motor beceri birbiri ile ilgisiz olduğunda hangi transfer türü meydana gelir?

- A) Tutma
- B) Sıfır
- C) Tutulma
- D) Olumlu
- E) Olumsuz

Cevap Açıklama: (B) Ünite: 13

19. Vygotsky'e göre "Bebek doğadaki hayvanlara benzer zihinsel süreçlere sahiptir. Yaşamın ilk anından ikinci yılında dil gelişimi başlayana kadar sürer. Bu süreçte bebeğin öğrenmeleri koşullanma yolu ile gerçekleşir." tanımı gelişimin hangi evresinde gerçekleşir?

- A) Benmerkezci Konuşma Dönemi
- B) İçeriye Büyüme Dönemi
- C) Naif Psikoloji Dönemi
- D) İlkel Dönem
- E) Somut İşlem Dönemi

Cevap Açıklama: (D) Ünite: 8 İlkel Dönem (0-2 yaş): Bebek doğadaki hayvanlara benzer zihinsel süreçlere sahiptir. Yaşamın ilk anından ikinci yılında dil gelişimi başlayana kadar sürer. Bu süreçte bebeğin öğrenmeleri koşullanma yolu ile gerçekleşir.

20. I. Yürüme
II. Koşma
III. Yakalama
IV. Hoplama

Yukarıdakilerden hangileri manüplatif beceriler arasında yer almaz?

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

Cevap Açıklama: (D)

CEVAP ANAHTARI

1. A 2. E 3. C 4. A 5. D 6. B 7. D 8. A 9. C 10. E 11. A 12. E 13. B 14. C 15. C 16. B 17. E 18. B 19. D 20. D