

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΙΔΡΥΜΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΩΝ ΚΑΙ ΒΡΑΔΙΝΩΝ
ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ
ΚΡΑΤΙΚΑ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΑ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

ΤΕΛΙΚΕΣ ΕΝΙΑΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ: 2012-2013

Μάθημα: **Τουρκικά** Επίπεδο: **Ε5** Διάρκεια: **2.30 ώρες** Ημερομηνία: **28 Μαΐου 2013**

ΤΟ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΟ ΔΟΚΙΜΙΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΕΠΤΑ (7) ΣΕΛΙΔΕΣ
ΟΛΕΣ ΟΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΝΑ ΔΟΘΟΥΝ ΣΤΟ ΤΕΤΡΑΔΙΟ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ

BİRİNCİ BÖLÜM: YAZMA (30 PUAN)
Lütfen aşağıdaki konulardan birini seçerek, aşağı yukarı 180-200 kelimelik bir kompozisyon yazınız:

1. İyi, keyifli, mutlu bir hayat sürmek için temel koşullar nelerdir? Niçin?
2. Aşağıdaki resimde gördüğünüz kişilerden kimin yerinde olmak isterdiniz? Niçin?



İKİNCİ BÖLÜM: METİN
BİRİNCİ METİN**(30 PUAN)**
(10 puan)

Aşağıdaki metinleri okuyup ona göre alıştırmaları yapınız.



Vücudumuzla ilgili yanlış bilinen gerçekler
Vücudumuz muazzam bir hazinedir. Hala pek çok noktası gizemini korumaktadır. Ancak toplum arasında yayılan bazı söylentiler hiçbir gerçeklik yaratmamaktadır.

- **Yutulan sakız 7 yıl vücutta kalır**
Sakızın içerisinde hem sindirilebilen hem de sindirilemeyen maddeler bulunur. Ancak yine de yutulan sakızın sindirilemeyen bölümleri kısa sürede vücuttan dışkı yoluyla atılır. 7 yıl gibi bir süre tamamen söylentidir.
- **Karanlıkta okumak gözleri bozar**
Göz doktorlarına göre karanlıkta okumak sadece gözleri baskı altında kalmasına yol açar. Ancak göz sağlığı üzerinde olumsuz bir etkisi olmadığı belirtilmektedir.
- **Havuç gözlere iyi gelir**
Havuç iyi kalitede A vitamini içerir. A vitamini göz sağlığı için gereklidir. Ancak A vitamini eksikliğinden muzdarip değilseniz yediğiniz havuçların zaten iyi derecede olan görme kalitesini artırması söz konusu değildir.
- **Beynimizin % 10'unu kullanıyoruz**
Bilim adamları beyni bir bilgisayar olarak görmektedir. Beynimizin her bir bölümü gerekli olduğu ölçüde kullanılmaktadır. Bir kerede tüm beynimizi kullanmasak bile her bölümü ayrı iş için kullanılmaktadır.
- **Plak temizliği dişleri zayıflatır**
Dişlerdeki plakların temizliği zayıflatmanın aksine dişleri güçlendirir. Çünkü biriken plak tartara dönüşebilir ve temizlenmediği takdirde diş sağlığını tehdit edebilir.
- **Kesilen saç daha çabuk uzar**
Dermatologlara göre kesilen saç normalde olduğundan daha hızlı bir şekilde uzamaz. Saçlarımız, her zamanki gibi normal seyirinde uzamaya devam eder.
- **8'den sonra yemek yerseniz kilo alırsınız**
Beslenme uzmanlarına göre kilo almanın sebebi alınan kalorilerin yakılmamasıdır. Bu nedenle alınan kaloriler yakıldığı sürece ne zaman yemek yediğiniz bir önemi yok.
- **Birini korkutmak hıçkırığı geçirir**
Doktorlar bunun sadece bir teori olduğunu belirtiyor. Korktuğunuz zaman hıçkırığın geçmesinin sebebi spazmın belirgin aralığını sekteye uğratmanız.

A. Doğru cevabı işaretleyiniz.**(4 x 1 = 4 puan)**

1. Yutulmuş sakız _____
 - a. kısa sürede vücuttan dışkı yoluyla atılır.
 - b. 7 yıl vücutta kalır.
 - c. sindirilebilen maddelerde bulunur
 - ç. sindirilemeyen maddelerde bulunur
2. Göz doktorlarına göre, _____
 - a. karanlıkta okumak çok iyi.
 - b. karanlıkta okumak gözleri bozar.
 - c. gözleri baskı altında kalmasına yol açmaz.
 - ç. karanlıkta okumak gözleri bozmaz.
3. Dermatologlara göre kesilen saç _____
 - a. daha çabuk uzamaz.
 - b. daha hızlı uzar.
 - c. daha yavaş uzar.
 - ç. normal seyrinde uzamaya devam etmez.
4. 8'den sonra yemek yerseniz _____
 - a. kilo alırsınız.
 - b. bir önemi yok.
 - c. alınan kalorilerin yakılır.
 - ç. alınan kalorileri yakılmaz.

B. Doğru mu? (D) / Yanlış mı? (Y)**(6 x 1 = 6 puan)**

		Doğru	Yanlış
1.	Havuç iyi kalitede A vitamin içerir.		
2.	Beynimizin her bölümü ayrı iş için kullanılmaktadır.		
3.	Birini korkutmak hıçkırığı geçirir.		
4.	Plak temizliği dişleri zayıflatır.		
5.	Kilo almanın sebebi alınan kalorilerin yakılmasıdır.		
6.	Biriken plak tartara dönüşebilir.		

İKİNCİ METİN

(10 puan)

**Limonun sağlık sırları**

En faydalı meyvelerden biri olan sarı mucize

limonun faydalarına göz atalım.

Araştırmalar limonun yatıştırıcı etkisi olduğunu gösteriyor. Yorgunluğa, bitkinliğe, baş dönmesine ve sinire iyi gelen limon konsantrasyonu da artırıyor.

Antibakteriyel ve antiviral özellikleri kanıtlanmış limon, ağızdaki pamukçukların iyileşmesini sağlıyor.

Soğuk algınlığı ve grip söz konusu olduğunda limon semptomların azalmasını sağlıyor.

Egzama gibi cilt enfeksiyonlarına karşı iyi gelen limon bal ile birlikte enfekte bölgeye sürüldüğünde iyileştirici özellik gösterir.

Limon, uzun mesafe koşucularının mucize meyvesidir. Yorgunluğu yok eden ve canlandıran limon, beyin aktivitesini de hızlandırır.

Domates kemikleri güçlendiriyor

Kemikleri güçlendirmenin lezzetli bir yolu var!



Domatesin antioksidan özelliği içeriğindeki likopenden gelir. Uzmanlar likopenin kemikleri güçlendirdiğine inanıyor. Bu madde ayrıca prostat kanseri ve kalp rahatsızlıklarına karşı da oldukça etkili.

Kanada'da gerçekleştirilen bir araştırmada bilim adamları, menopoz sonrası dönemdeki 60 kadına bir ay boyunca domates tüketmemesini söyledi. Bu sayede kemikler kırıldığında kanda artan N-telopeptid kimyasalının seviyesi artacaktı.

4 ay sonra gönüllülere her gün 15 mg likopen içeren domates suyu ve 35 mg'lık likopen kapsülü verildi. Sonuç olarak N-telopeptid seviyesinin önemli ölçüde düştüğü görüldü.

Kivinin faydaları kanıtlandı!

Atatürk Üniversitesi'nde yapılan bilimsel bir çalışmada, kivinin kanser, kolesterol, tansiyon, kabızlık, gribal enfeksiyon başta olmak üzere çok sayıda hastalığa iyi geldiği tespit edildi.

Kivi Türkiye'de yaygın üretim alanına sahip olduğu için kimyasal özellikleri, gıda değeri ve antioksidan özelliklerinin belirlenmesi için bilimsel bir çalışma yaptıklarını belirterek, şunları söyledi:

"Çalışmamız çok ses getirdi. Food Research International dergisinde yayımlandı ve çok atf aldı. Bu çalışmada elde ettiğimiz bulgulara bakınca, kivinin özellikle C vitamini açısından çok zengin olduğu gözlemlendi. Antioksidan, radikal giderme, indirgeme kapasitesi gibi çok önemli özelliklerin de kivide olduğunu gözlemledik."

"Kivinin çok fazla faydası var. Ama en bariz faydaları kivi kanser türlerinin geciktirilmesi ve yakalanma riskinin azaltılması açısından oldukça faydalı bir meyve. Antioksidan özelliğiyle kansere karşı koruyucu etkisi var. Tansiyon ve kolesterol düşürücü etkileri olduğu mevcut. Grip, nezle, hatta astım hastalığına faydalı. Özellikle gribal enfeksiyonların sık görüldüğü günümüzde bol miktarda kullanılabilir."



Amerikan Klinik Beslenme dergisinde yayınlanan bir araştırmaya göre günde 55 gram civarında ufak bir parça peynir yemek bile diyabete karşı vücudu koruyor.

Danimarkalı ve İngiliz araştırmacılara göre aynı miktarda yoğurt da benzer etki gösteriyor. 30.000 Avrupalı'nın katıldığı araştırmalarda her gün mutlaka peynir veya yoğurt yiyen ve yemeyen iki grup arasında diyabet riskinin %12 arasında değiştiği gözlemlendi.

Genel bilgilere bakıldığında diyabetli kişilere ve risk taşıyanlara yüksek yağ oranına sahipler besin maddelerini tüketmemeleri söylenmektedir. Yeni araştırma ise bu yargıyı sorguluyor. Uzmanlar bu besinlerin içerisinde bulunan probiyotik bakterilerin kandaki kolesterol seviyesini azalttığını ve hastalığa karşı savaşan vitaminlerin üretilmesini sağladığını belirtiyor.



- A. Yukarıdaki metinleri okuyup en uygun yanıtı (limon, domates, kivi, peynir) işaretleyin. (10 x 1 = 10 puan)

		Limon	Domates	Kivi	Peynir
1.	Antioksidant özelliğiyle kansere karşı koruyucu var.				
2.	Diyabete karşı vücudu koruyor.				
3.	Kemik erimesine karşı uzmanlar bu maddenin tercih edilmesini vurguluyor.				
4.	Tansiyon ve kolesterol düşürücü etkileri olduğu mevcut.				
5.	Bu besinlerin içerisinde bulunan probiyotik bakterilerin kandaki kolesterol seviyesini azaltabilir.				
6.	Prostat kanseri ve kalp rahatsızlıklarına karşı oldukça etkili.				
7.	Grip, nezle, hatta astım hastalığına faydalı.				
8.	Kolesterol, kabızlık, ve çok sayıda hastalığa iyi gelebilir.				
9.	Yorgunluğa, bitkinliğe, baş dönmesine ve sinire iyi gelir.				
10.	Antibakteriyel ve antiviral özellikleri kanıtlanmıştır.				

ÜÇÜNCÜ METİN

(10 puan)

Aslan kedigiller ailesinden yırtıcı bir hayvandır. Aslan dünyadaki en büyük dört kediden (aslan, kaplan, panter, leopar) biridir. Afrika'da yaşar.

Erkek Afrika aslanı ortalama 250 kilogramdır. Dişi aslanların kilosu bunun neredeyse varısı kadardır.



Erkek aslanın başının etrafı uzun ve güzel bir yeke vardır. Omuzlarının üzerine kadar dağılan bu yeke kızdığı zaman kabarır.

Aslanların pençeleri ve dişleri çok keskindir. Bir insanı bir vuruşta öldürebilir veya yaralayabilir.

Postu kahverengimsi sarıdır. Erkeğin yelesi kahverengimsi sarıdan siyaha kadar değişir. Geniş alınlı, güçlü çeneli, uzayıp çekilebilen tırnaklı, sarımtırak kısa ve yatık tüylüdür. Kuyruğunun ucu püsküllüdür.

Dişi bir doğuruşunda 2-5 arası yavru dünyaya getirir. Yavrular 1-2 kg kadar ağırlıkta doğarlar. Dişi, 3 aylıkken yavruları süttten keser ve onları avlanma dersleri vermeye başlar. Bir yaşındaki yavrular bunu kendileri başarırlar.

Aslanın hızı saatte 55 km'yi bulabilir. Ancak bu hızını yalnızca kısa bir süre devam ettirebilir. Hız almadan 3,60m yüksekliğe zıplayıp, 12 metre uzaklığa atlayabilir.

Aslanlar gruplar halinde yaşarlar. Grup oluşturmalarının en büyük sebebi kendilerinden daha hızlı avlarını yakalamaktır. Genellikle gece avlanırlar.

(Altın Çocuk Dergisinden, Şubat 2013)

Bir erkek aslanın kükreyişi 8km uzaktan duyulabilir. Aslan kükreyerek ait olduğu sürüyle iletişim kurar.

Aslanların ortalama ömrü 10-15 yıldır. Ancak erkek aslanların ömrü sık sık yaptıkları kavgalar ve mücadeleler yüzünden 10 seneyi geçmez.

A. Lütfen eşleştiriniz.**(5 x 2 = 10 puan)**

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|
| a. Aslanın hızı saatte | 1. çok keşkindir. |
| b. Aslanların pençeleri ve dişleri | 2. 55 km'yi bulabilir. |
| c. Aslan, kedigiller ailesinden | 3. 10-15 yıldır. |
| ç. Aslanların ortalama ömrü | 4. yırtıcı bir hayvandır. |
| d. Aslanlar gruplar halinde yaşayıp | 5. genellikle gece avlanırlar. |

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: DİL KULLANIMI**(40 PUAN)****A. Boşlukları verilen uygunseçenekle tamamlayın Seçeneklerden biri kullanılmayacaktır (10 x 1 = 10 puan)****Hellim Kıbrıs'ta Yenir!**

Akdeniz'in doğusundan Arap Yarımadası'na doğru uzanan Kıbrıs , dört tarafı eşsiz plajlarla (1) _____ bir ada. Berrak denizi ve muhteşem kumsallarıyla tarih boyunca adından söz (2) _____ Kıbrıs, hâlâ el değmemiş halde duran birçok koyuyla cazibesini (3) _____ kadar taşıyor. Bu muhteşem (4) _____ dünyaya kattığı güzelliklerden biri de hellim peyniri . Hellim, Kıbrıs kökenli , sık dokulu , sarımsı beyaz renkte taze bir peynirdir . Genelde ızgarada ya da yağsız tavada (5) _____ sonra (6) _____ .

Kimi uzmanlara göre , kökenleri binlerce yıl eskiye dayanan hellimin içinde başta keçi sütü olmak (7) _____ süt, tuz ve bazen de nane bulunur . İçerisindeki süt , keçi, koyun veya inek sütüdür . Bunların içinde keçi ve koyun sütlerinden yapılanları daha dayanıklı ve lezzetlidir, bunlar bir yıl kadar dayanabilir . İnek sütünden (8) _____ hellim ise birkaç ay içinde bozulur ve daha az lezzetlidir . Bazen, bu üç farklı hayvanın sütü (9) _____ hellim yapımında (10) _____ .

www.kisiselbakim.milliyet.com.tr

- | | | | |
|----------------------|-------------------|-----------------|---------------------|
| 1. a. çevrili | b. çevrilen | c. çevirle | ç. çevrildiği |
| 2. a. ediren | b. ettiren | c. edilen | ç. ettiği |
| 3. a. günümüzün | b. günümüz | c. günümüze | ç. günümüzü |
| 4. a. doğanın | b. doğa | c. doğası | ç. doğanı |
| 5. a. kızartıldıktan | b. kızartıldık | c. kızartıldığı | ç. kızartıldığından |
| 6. a. yiren | b. yenir | c. yenilen | ç. yinir |
| 7. a. ...tan | b.tadır | c. üzere | ç. için |
| 8. a. yapan | b. yapılır | c. yapılarak | ç. yapılan |
| 9. a. karıştırılıp | b. karıştırılarak | c. karıştırılır | ç. karıştırılan |
| | | karıştırılmaz | |
| 10. a. kullanılarak | b. kullanılan | c. kullanılır | ç. kullanılır |

B. Aşağıdaki kelimelerle anlamlarını eşleştiriniz (5 x 2 = 10 puan)

- | | |
|--|--------------------------|
| 1. Çok kafa patlattım , ama çözüm bulamadım . | A. çok az |
| 2. İngilizce biliyor musun? Çat Pat. | B. çok düşündüm |
| 3. On beş dakika daha yürüyeceğiz? Hayır, beni hararet bastı. | C. çok küfürlü konuşuyor |
| 4. Bugün burnumdan soluyor. | Ç. çok sinirliyim |
| 5. Onunla niçin konuşmuyorsun? Ağzı bozuk. | D. çok susadım |

C. Lütfen doğru cevabı işaretleyiniz. (5 x 1 = 5 puan)

1. Kardeşim _____ ben 8 yaşındaydım.
a. doğduktaki b. doğar doğmaz c. doğunca ç. doğduğunda
2. Babam kursa _____ için bana para verdi, ama ben tatile gittim.
a. gittiğim b. gitmek c. gideceğim ç. gitmem
3. Benim _____ çocuklar uyuyordu.
a. geldiğimde b. gelir gelmez c. gelince ç. gelip
4. Çocuğumuzun gelecek yıl özel okula _____ karar verdik.
a. gittiğine b. gitmeye c. gitmesine ç. gideceğine
5. Ankara'da oteli _____ bir arkadaşım var.
a. olan b. olduğu c. olacağı ç. olarak

Ç. Doğru cümle kurmak için kelimeleri düzgün sıraya koyunuz. (5 x 1 = 5 puan)

1. spor- olmazdım - böyle – yapmalıydım - güçsüz
2. az - çocukken - çok - uyurdular - çok - daha – uyumalıydı -ama
3. iki -koşup - saat - yolu - koşmalı - mıydı? - yoruldu –kadar – bu
4. yıllar – beyaz - televizyon - önce - siyah - seyrederdik
5. patlamış - yemeyi - seyrederken - mısır - severim - film

D. Lütfen cümleleri dolaylı anlatıma çeviriniz. (5 x 2 = 10 puan)

1. Genel müdür "Bu işi Mehmet yapacak." demiş.
2. Eşime "Seni çok özledim" dedim.
3. Mahmut, bize "Ne söylediğimi anlıyor musunuz?" diye sordu.
4. O, ona "Sarı gömleğimi yıkadın mı?" diye sormuş.
5. Öğretmen, öğrencilere " Bu kitabı okuyan var mı?" diye sordu.

Başarılar dileriz!