

**LanguageCert AÜ TÖMER**  
**B2**  
**TürkYet (Dinleme, Okuma, Yazma)**  
**Örnek Sınav 1**

---

**Adayın Adı Soyadı** (Lütfen BÜYÜK HARF kullanın)

---

**Merkez Numarası**

**Tarih**

---

**Sınav Süresi**

- Dinleme Yaklaşık 30 dakika
- Okuma ve Yazma 2 saat 10 dakika

**Adaylar İçin Açıklamalar**

- Cevap kâğıdı verilecektir.
- Bütün cevaplar cevap kağıdına aktarılmalıdır.
- Lütfen yumuşak uçlu bir kalem kullanınız (2B, HB).

**Dinleme / Birinci Bölüm**

Birazdan bazı diyaloglar dinleyeceksiniz. Her diyalogu iki defa dinledikten sonra doğru cevabi işaretleyiniz.

1. a) Henüz onlara sormadım.  
b) Telefonumun kablosu yok.  
c) Elektrikler ile ilgili bir problem bence.
2. a) Güzel bir film yok.  
b) Benim işe gitmem lazım.  
c) Hatta pizza da söyleriz.
3. a) Bence hiç yıkama.  
b) Sonrasında bakım da mı yapsak?  
c) Dün yıkamıştım zaten.
4. a) Çok yüksek bir bütçe ayırmadım.  
b) Pamuklu kumaşları tercih ediyorum.  
c) Fiyatları araştırmadım.
5. a) Size nasıl yardım edebilirim?  
b) Gözlüğünü ben kaybetmedim ki.  
c) Çok haklısın bundan sonra daha özenli olacağım.
6. a) O maç için biletiniz bile yoktu.  
b) Hakem bizim gollerimizi saymadı da kazandınız.  
c) Peki, maçtan sonra ne yapacağız?
7. a) Oysa ödevlerimi tam zamanında yapıyorum.  
b) Herkes biliyor, ben sınıfın en çalışkanıyım.  
c) Konuşmamız gerektiğinin farkındayım ancak o beni dinlemez.

## Dinleme / İkinci Bölüm

Birazdan bazı diyaloglar dinleyeceksiniz. Her diyalogu iki defa dinledikten sonra doğru cevabi işaretleyiniz.

### Birinci diyalog

1. Kadın yılbaşında \_\_\_\_\_.

- a) kendi ailesi ile olmak istiyor.
- b) eşiyile baş başa olmak istiyor
- c) eşinin ailesiyle olmak istiyor

2. Kadın neden şikâyet ediyor?

- a) Her zaman eşinin ailesiyle olmaktan.
- b) Tatile gidememekten.
- c) Evde yalnız olmaktan.

### İkinci diyalog

1. Müşteri nasıl bir elbise istiyor?

- a) Kendisini zayıf gösterecek bir elbise.
- b) Özel zamanlarda giyebileceği bir elbise.
- c) Boyunu daha uzun gösterecek bir elbise.

2. Elbise \_\_\_\_\_

- a) Kadının boynunu uzun gösteriyor.
- b) kadının tam istediği gibi.
- c) göbeğini gizleyemiyor.

### Üçüncü diyalog

1. Öğretmen öğrenciye nasıl bir tepki veriyor?

- a) Kızıyor.
- b) anlayışla karşılıyor.
- c) önemsemiyor.

2. Bu konuşma nerede geçiyor?

- a) Evde
- b) sınıfta
- c) koridorda

**Dinleme / Üçüncü Bölüm**

Birazdan bir konuşma dinleyeceksiniz. Konuşmayı iki defa dinledikten sonra soruları en fazla beş sözcük ile cevaplayınız.

**FETHİYE PAZARINDA KAR ŞERBETİ**

1. Bir seyahate çıktığınızda yöresel lezzetleri bulabileceğiniz en iyi mekân neresidir?

2. Yazarı pazarda en çok etkileyen lezzet nedir?

3. Meşhur kar şerbeti tatlısı neyle servis ediliyormuş?

4. Tanıştıkları kadının köyünde kar şerbetine ne derlermiş?

5. Karga beyni tatlısı neyle yapılmış?

6. Akdenizliler sorbe tatlısını ne zaman keşfetmiş?

7. Neron gladyatör dövüşlerini izlerken en çok neden şikayetçi oluyormuş?

**Dinleme / Dördüncü Bölüm**

Birazdan bir diyalog dinleyeceksiniz. Diyaloğu iki defa dinledikten sonra doğru cevabı işaretleyiniz.

1. 1989 yılında onaylanan Çocuk Haklarına Dair Sözleşme 'ye Türkiye ne zaman katılmıştır?

- a) Sözleşmenin kabulünden bir yıl sonra.
- b) Sözleşmenin kabulünden on yıl sonra.
- c) Sözleşmenin kabulüyle aynı yıl.

2. Çocukların hakları nasıl koruma altına alınmıştır?

- a) Yetişkinler tarafından koruma altına alınmıştır.
- b) Kanunlar tarafından koruma altına alınmıştır.
- c) Anne-babalar tarafından koruma altına alınmıştır.

3. Çocuk haklarına dair sözleşme'nin amacı nedir?

- a) Tüm dünya çocuklarının istediği hayatı yaşamasını sağlamak.
- b) Tüm dünya çocuklarının temel hak ve özgürlüklerinin korunması.
- c) Tüm dünya çocuklarının zenginlik ve refah içinde yaşaması.

4. Çocuk haklarına dair sözleşme \_\_\_\_\_.

- a) sadece küçük çocukların haklarını savunur.
- b) en geniş insan hakları bildirisi.
- c) ailesi olmayan çocukları korumak için oluşturulmuştur.

5. Çocuk haklarına dair sözleşmeye göre çocuk kimdir?

- a) 8 yaşın altındaki her birey çocuktur.
- b) Kendi ihtiyaçlarını kendi karşılayamayan her birey çocuktur.
- c) 18 yaşın altındaki her birey çocuktur.

6. Erkek konuşucuya göre neden çocukların mutluluğu için yetişkinlerin elinden geleni yapması gerekiyor?

- a) Çocuklar savunmasız ve masumlar.
- b) Çocuklar haklarını bilmiyorlar.
- c) Bugünün çocukları dünyamızın gelecekteki sahipleri.

### **BABA, BENİMLE OYNAR MISIN?**

Hayvanlar dünyasında babalık duygusunun var olup olmadığı uzun zamandır tartışılıyordu. Son bilimsel araştırmalar böyle bir duygunun olduğunu açıkça ortaya koyuyor.

Günümüzde baba, anne ve onların çocuklarıyla olan ilişkileri yepyeni boyutlar kazanıyor. Peki, ama hayvanlar dünyasında babanın görevi nedir? Düne kadar bilim adamları erkeğin babalık görevi üstlenmediğini savunuyor hatta 1970'li yıllarda bilim adamları erkeklerin yavrularının bakımı, beslenmesi ya da eğitimiyle ilgilenmediğini öne sürüyordu. Oysa ki son zamanlarda gerçekleştirilen bazı araştırmalar durumun hiç de böyle olmadığını gösteriyor. Özellikle memeliler dünyasında, çok sayıda duygusal, şefkatli, ilgili ve süper-koruyucu baba örneği var.

Erkek kurtlar eşlerini ve yavrularını beslemek için sürekli ava çıkmakla yetinmiyorlar, çocuklarının eğitimine de katkı sağlıyorlar. Onlara, nasıl avlanmaları ve grup içinde hangi kurallara uymaları gerektiğini öğretiyorlar. Genetik olarak kurtlara çok yakın olan köpeklerin kendi yavrularına karşı ilgisizliği, onların tamamen ehlileştirilmiş olmalarından kaynaklanıyor. Ancak, bazen çok ilginç bir davranışla, kendi yavrularına karşı çok duyarsız davranan erkek köpekler, insan yavrularına karşı olağanüstü şefkatli olabiliyorlar.

Erkek aslanların yavru aslanları öldürmesine gelince... Bu, tamamen doğanın dengesini korumakla ilgili bir davranış biçimi. Ayrıca, hemen belirtelim ki, erkek aslanlar kendi yavrularını değil, başka erkek aslanların erkek yavrularını öldürüyorlar. Erkek aslanlar çevredeki erkek yavruları öldürerek, erkek nüfusu azaltıp eşini, yavrularını ve bulunduğu bölgedeki hâkimiyetini koruyabiliyor.

Susamurlarının ebeveyn davranışları ise insanlara çok benziyor. Öncelikle, bu hayvanların ömürleri boyunca eşlerine sadık kaldıklarını belirtelim. Yavruları hem anne hem de baba eğitiyor. Yavrularını sırtlarında ortaklaşa taşıyorlar. Ancak anne ve babanın davranışlarında küçük bir farklılık söz konusu. Anne, yavrularıyla zorunluluk ve analık çerçevesinde ilgileniyor. Örneğin, onları sırtında bir yere gidilmesi gerekiyorsa taşıyor. Baba ise, çocuklarıyla zaman zaman, sadece ve sadece onları eğlendirmek için oyunlar oynuyor.

Memelilerle karşılaştırıldığında, kuşlar dünyasında daha mükemmel baba örneklerine rastlıyoruz. Çünkü birçok kuş türünde kuluçkaya erkekler yatıyor. Söz gelimi, imparator penguen, kış aylarının en soğuk günlerinde bile hiç kıvıldamadan dengede durarak yumurtaları koruyor.

Hayvanlar dünyasında en ilgisiz baba tiplmesi ise erkek ayılar... Doğumdan sonra yavrularını kesinlikle tanımıyorlar. Bilim adamları, hayvanlardaki anne ve baba davranışlarının tamamen genetik olduğunu söylüyorlar.

1. Kurtlarda yavruların eğitiminden \_\_\_\_\_ sorumludur.

- a) anne kurt
- b) baba kurt
- c) anne ve baba kurt

2. Erkek köpeklerin kendi yavrularına duyarsız kalmalarının temel sebebi

- a) evcilleştirilmiş olmalarıdır.
- b) kendi yavrularına yakınlık hissetmiyor olmalarıdır.
- c) insan yavrularını kendi yavrularından çok sevmeleridir.

3. Baba susamurlarının anne susamurlarından farkı,

- a) Temel içgüdüleri sebebiyle yavrularıyla ilgilenmeleridir.
- b) Anne susamurunun görevlerini de yapıyor olmasıdır.
- c) Yavrularıyla oyun oynayarak onları eğlendirmesidir.

4. Susamurları \_\_\_\_\_ bakımından insanlara çok benzer.

- a) tek eşlilik ve yavruların sorumluluğunu alma
- b) yavruları besleme ve büyütme
- c) yavruların korunması ve ihtiyaçlarının giderilmesi

5. Hayvanlarda en ilgisiz baba

- a) erkek kurtlar.
- b) erkek susamurları.
- c) erkek ayılar.

6. Bilim adamlarına göre,

- a) hayvanlardaki ebeveyn davranışları tesadüfidir.
- b) hayvanlardaki ebeveyn davranışları zamanla şekillenir.
- c) hayvanlardaki ebeveyn davranışları kalıtsaldır

### **Cep Telefonu Kamburlaştırıyor mu?**

Cep telefonlarının kullanımı giderek artarken kullanım yaşı da giderek düşüyor. Artık hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelen cep telefonlarının bize sağladığı kolaylıklar dışında yarattığı bazı olumsuz sonuçları hepimiz biliyoruz. Peki, bilmediğiniz bir rahatsızlığa yol açtığını ve bunun ciddi bir problem olduğunu söylersek...

Uzun süre yanlış pozisyonda ve hareketsiz biçimde kullandığımız cep telefonlarının skolyoza ya da bilinen adıyla omurga eğriline sebep olduğunu biliyor musunuz?

Hareketsizlik, oturma pozisyonları ve yük taşıma şeklinin omurga sağlığıyla doğrudan ilişkili olduğu bilinen bir gerçek. \_\_\_\_\_ (1) Şöyle düşünün, en çok hareketsiz durduğumuz anlar cep telefonlarıyla uğraştığımız anlar oluyor. Öyle ki saatlerce cep telefonlarından kafamızı kaldıramıyor ya da bilgisayar başından bir türlü kalkamıyoruz. Sonuç ne oluyor? \_\_\_\_\_ (2)

Peki, bu konuda ne yapılmalı? Bu konuda küçük önlemlerin bile çok etkili olduğunu söyleyebiliriz. \_\_\_\_\_ (3)

Dikkat edilmesi gerekenler;

**Otururken:** Sert sandalyede omurga dik olarak, bir veya iki diz kalçadan yukarıda olacak şekilde oturulmalıdır.

**Ayakta dururken:** \_\_\_\_\_ (4) Ayakta çalışırken beldeki çöküklüğü hafifletmek için ayak taburesi kullanılmalıdır.

**Yatarken:** Sert yatakta yatılması gerekmektedir. Yüz üstü yatılmamalıdır. Sırt üstü yatarken dizlerin altına yastık konulmalıdır.

**Çalışırken:** Ağır iş kesinlikle yapılmamalıdır. Eğer bütün gün ofiste çalışıyorsanız fırsat buldukça kalkıp dolaşın.

Spor yapmak sizleri korkutmasın. Doktorunuzun tavsiyeleri doğrultusunda spor yapmanız mümkün.

**Egzersiz:** \_\_\_\_\_ (5) Ancak egzersize başlanmadan önce mutlaka ısınma ve gevşeme hareketleri uygulanmalıdır.

**Yüzme:** Bu hastalık için en iyi spor yüzmektir. Çünkü \_\_\_\_\_ (6)

**Yürüyüş:** Duruş bozukluğunu giderme konusunda basit ama oldukça etkilidir. Her gün rahat ayakkabılarla yapacağınız bu spor kendinizi hem daha zinde hem de daha sağlıklı hissetmenize yardımcı olacaktır.



A. Şiddetli ağrılarla beraber gelen skolyoz!

B. İzleyebileceğiniz küçük adımlar var.

C. Düzenli egzersiz yapılmalıdır.

D. suyun hem kaldırma kuvveti hem de masaj tesiri bulunmaktadır.

E. Öncelikle kendimizi yormaktan kaçınmalıyız.

F. Bel düz olacak şekilde ayakta durmak gerekmektedir.

G. Özellikle uzun süre yanlış pozisyonda hareketsiz durduğumuzda skolyoza davetiye çıkarıyoruz.

**A**

**Bozcaada**

Antikçağ adı Tenedos olan Bozcaada, 36 kilometrekare yüzölçümüyle Gökçeada ve Marmara Adası'ndan sonra Türkiye'nin üçüncü büyük adası. Çanakkale-Geyikli kıyısından altı kilometre açıkta yer alıyor. Konumu nedeniyle tarih boyu paylaşılamayan Bozcaada, özellikle de son yıllarda ada tatilcilerinin popüler adreslerinden. Bozcaada'nın dar sokaklarında dolaşmak, dik ve kayalık falezler arasına gizlenmiş koylarını keşfetmek, limanda balıkçı restoranlarında keyif yapmak, Çamlık'tan günbatımını izlemek ada tatilini tercih edenlerin aktivitelerinden.

**B**

**Marmara Adası**

Yoğun yapılaşmanın etkisi altına henüz girmemeyi başarmış olan Marmara Adası, toprak yollu patikaları ve köyleri ile bakir bir yapı sergiliyor denilebilir. Berrak suya sahip koyları, küçük balıkçı lokantaları, ev pansiyonları, çay bahçeleri, doğal sebze meyve yetiştiren köyleri, topraklarının yarısını kaplayan ormanları Marmara Adası'nı tarif edecek tanımlamalar... Adaya gelip, koruk suyu ve karadut şurubunun tadına bakmadan; adaya özgü dağ çileği, ahududu, böğürtlen ve kızılıcık dondurmalarını denemeden; adaçayı, saf zeytin ve zeytinyağı almadan dönmeyiniz.

**C**

**Avşa**

Balıkesir'e bağlı, Türkiye'nin en küçük ama adı en çok duyulan adası Avşa. Yaklaşık 28 kilometreyi bulan kıyılarında yer alan geniş ve uzun kumsallarıyla herkesi kucaklayabiliyor. Okulların kapanmasıyla bir çekim ve cazibe merkezine dönüşen Avşa'da Türkeli beldesi ve Yiğitler köyü olmak üzere iki yerleşim yeri bulunuyor. Her noktasından denize girme olanağı sunan Avşa'nın ince taneli kumuyla ilgi çeken plajları ise şunlar: Mavi Koy, Manastır mevkiinde konumlanan Çınaraltı Koyu, Çiftlik Koyu, Yiğitler köyündeki Altinkum Plajı ve Beyazsaray mevki.

**D**

**Gökçeada**

Ege'nin açık sularında el değmemiş koyları, göz alabildiğince uzanan kalabalıktan uzak plajları, eski Rum köyleri, zeytinlikleri ve şelaleleri ile Gökçeada, ada tatili yapmak isteyenler için her açıdan zengin bir tercih. Terk edilmiş taş evlerin süslediği Gökçeada'nın birbirinden güzel köylerini gezmek, enfes doğa gezileri yapmak ve eşsiz fotoğraflar çekmek yerli ve yabancı tatilcilerin sevdiği aktivitelerden. Ayrıca ada elverişli doğa koşulları sebebiyle rüzgâr sörfü veya kite sörfü yapma imkânı da sunuyor. Gökçeada'da ağustos şenlik ayı; Eorti Dispenagies Meryem Ana Günleri yurtiçi ve yurtdışından pek çok insanı bir araya getiriyor.

**Hangi metinde**

1. adaya özgü yiyeceklerden bahsedilmiştir?
2. adada yer alan festivallerden bahsedilmiştir?
3. adanın coğrafi konumu hakkında bilgi verilmiştir?


**Hangi metin aşağıdaki sorulara uygun cevabı içermektedir. İşaretleyiniz (A-D)**

4. Hangi adanın tamamı denize girmek için elverişlidir?
5. Türkiye'nin en küçük adası hangi şehre bağlıdır?
6. Pek çok yerli ve yabancı turisti hangi aktivite adaya çekiyor?
7. Adada sportif aktivitelerin yanında neler yapılabilir?


### **“FAZLA KAHVE”NİN 40 YIL HATIRI YOK!**

Geçmiş 6. yüzyıla kadar uzanan kahvenin son yıllarda Türkiye’de de popülerliği arttı. Bu önemli içeceğin doğru tüketimi hakkında Diyetisyen Sibel Mumcu, önerilerde bulundu.

Kahve, beslenme alışkanlıklarımız içerisinde yer edinen, ruhen kendimizi iyi hissetmemize destek olan, sağlık üzerindeki faydaları çeşitli araştırmalar ile de kanıtlanmış bir içecektir. Daha çok, gençler ve orta yaşta bireyler tarafından tüketilen kahve, yaş gruplarına göre farklı şekillerde tercih edilebiliyor. Gençler aromalı kahveleri tercih ederken, orta yaşlı tüketiciler ise sade kahveyi tercih ediyor. Diyetisyen Sibel Mumcu “Kahvenin, bağışıklık sistemini güçlendirici ve hastalıklara karşı koruyucu etkisi var. Ancak yüksek miktarda tüketilen kahvenin zararlı etkileri de olabiliyor” diye konuştu. Sibel Mumcu, kahve tüketimi hakkında önerilerini şu şekilde sıraladı;

#### **Günde 2-3 Fincan Kahve**

Kahve denince akla ilk gelen bileşen kafeindir. Kafein kahve dışında birçok yiyecek ve içekte (çay, kolalı içecekler, çeşitli enerji içecekleri, kakao ve kakaolu besinler) de bulunur. Kafein idrar söktürücüdür, dikkati artıran ve yorgunluğu gideren, kas, sinirler ve mide salgısını uyaran ve metabolik hızı arttıran etkiler gösterir. Çalışmalarda orta düzeyde alınan kafeinin (200-300mg) iştah arttırıcı, uyuşukluk ve zihin yorgunluğunu giderici etkileri saptanmıştır. Önerilenden fazla alındığında ise uyarıcı etkisi arttığı için kalp çarpıntısına, kulakların uğuldamasına sebep olabilir. Günlük alınabilecek maksimum kafein için; kahve tüketiminizi günlük 2-3 fincanla sınırlı tutmakta yarar var.

#### **Tip 2 Diyabet Gelişimini Önlüyor**

Kahvenin şeker hastalığı ile ilişkisi de incelenmiş ve düzenli olarak kahve tüketenlerde Tip2 diyabet görülme sıklığının azaldığı saptanmış. Bu etkinin kahvenin içeriğindeki kafein, klorojenik asit ve magnezyumdan kaynaklandığı ortaya çıkmıştır.

#### **Kahve Yoğunlaşma Ve Dikkat Yeteneği İle Zihinsel Fonksiyonları Artırıyor**

Yapılan çalışmalarda kahvenin, daha hızlı düşünme, hatırlama yeteneği, yoğunlaşma gibi zihinsel performans konusunda etkili olduğu görülmüştür. Düzenli olarak tüketildiğinde bilişsel faaliyetlerdeki azalmayı geciktirdiği böylece Alzheimer hastalığı oluşma riskini % 60 oranında azalttığı belirlenmiştir.

#### **Kahve Metabolizmayı Hızlandırıyor**

Yapılan çalışmalarda 200-300mg kafeinin (ortalama 3 fincan kahve) metabolik hızı % 2-11 oranında artırdığı gözlemlenmiştir. Enerji harcanmasını ve yağların yakılmasını hızlandıran etkiler gösteren kahve, bu etkileri ile kilo vermede yardımcı olabilir.

#### **Kahve Kilo Aldırır Mı?**

Günümüzde içilen kahveler çok farklı içerik ve çeşitte hazırlandığı için kilo kontrolü yapanların, içtikleri kahvelerin içeriğine dikkat etmeleri gerekir. Kahve çekirdeğinde enerji veren karbonhidrat türleri ve yağlar çok az miktardadır. Dolayısıyla sadece kahve çekirdeği kullanılarak yapılan kahveler, neredeyse hiç enerji içermez. Burada dikkat edilmesi gereken, kahvenin içine eklenen diğer lezzet veren maddelerdir. Eğer bireyde kilo sorunu varsa, kahveye yüksek enerji içeren katkıları (aromalı şuruplar, şeker, krema vb.) ekletilmemelidir. Kahveyi sade içmekte zorlananlar ise içine yağı azaltılmış süt ekleyebilirler.

1. Fazla miktarda kafein alımı ne gibi sonuçlar yaratır?

.....

2. Metne göre kişilerin kahveyi nasıl içeceğini belirleyen etkenlerden birini yazınız.

.....

3.Kahve kilo aldırır mı?

.....

4. Kahve tiryakilerinin formlarını korumak için alması gereken önlemler nelerdir?

.....

5. Kafeinin olumsuz etkilerinin gözlemlenebilmesi için tüketilmesi gereken ortalama miktar nedir?

.....

6. Kahve ve Alzheimer hastalığı arasında nasıl bir ilişki vardır?

.....

7. Diyabet hastalığını önlemeye yardımcı olabilmek için kahveden nasıl faydalanabiliriz?

.....









