

KLASİK SORULAR

1. Alıkoma nedir? Nasıl yapılır?
2. Doğru üzengi boyu nasıl ayarlanır?
3. Atı ısıtma ve soğutmanın önemi nedir?
4. Atı ısınırken ve soğuturken nelere dikkat edilmel?
5. Atlardaki tiklere örnekler veriniz.
6. Kavaletto çalışmasının faydaları nelerdir?
7. Süratli ile kavaletto geçerken sırtıkların arasındaki mesafe ne olmalıdır?
8. Süratlide binicinin dış ayak yükselirken/iç ayak basarken kalkmasının sebebi nedir?
9. Tanzim sırığı nedir? Ve ne için kullanılır?
10. Temel dresaj biniciler için neden önemlidir?
11. Dairede atı düzeltmek ne demektir?
12. Rolkür nedir?
13. Canter ve gallop farkı nedir?
14. At malzemelerinin bakımı nasıl yapılır?
15. Temel uyarı ve yardımları yazınız.
16. Dizgin uyarı ve yardımlarını yazınız.
17. Ağırılık uyarı ve yardımlarını yazınız.
18. Baldır uyarı ve yardımlarını yazınız.
19. Kullandığımız yapay yardımlar nelerdir?
20. Doğru oturuşu tanımlayınız.
21. Atlamanın beş evresini yazınız.
22. Dış dizginin önemi ve işlevini tarif ediniz.
23. Vaziyet nedir?
24. Bükülüş nedir?
25. Vaziyet ve bükülüşün farkı nedir?
26. Kolik nedir?
27. Atlarda kolik olma sebepleri nelerdir?
28. 20X40 bir manejde bulunan at terbiyesi harflerin yazınız.
29. 20X60 bir manejde bulunan at terbiyesi harflerini yazınız.
30. 20X40 bir dresaj manejinde hakem kuleleri nerede durur, çizerek gösteriniz.
31. 20X60 bir dresaj manejinde hakem kuleleri nerede durur, çizerek gösteriniz.
32. 3 adet iki izli hareket yazınız.
33. Yan değiştirme çeşitleri nelerdir?
34. Geriye doğru çark ne demektir?
35. Omuz içeri nasıl yapılır tarif ediniz.
36. Baldıra yumuşatma yapılırken yardımlar nasıl kullanılır tarif ediniz.
37. Manej kurallarından 5 örnek yazınız.
38. Eyerin parçalarını yazınız.
39. Başlığın parçalarının yazınız.
40. At dış görünümüne göre kaç bölümden oluşur?
41. Atın dış bölümleri nelerdir?

42. Manejde atları etkileyen iç ve dış etkenler nelerdir?
43. Atların donlarını yazınız.
44. Seki nedir?
45. Akıtma nedir?
46. Atlarda hamilelik kaç ay sürer?
47. Atların dinlenme halinde vücut ısısı nedir?
48. Atların dinlenme anında nabızı nedir?
49. Atların dinlenme anında solunumu nedir?
50. Sağlıklı ve mutlu atın belirtilerini yazınız.
51. Parkur izi gezerken uyulması gereken kurallar nelerdir?
52. Parkur izi gezerken nelere dikkat edilir?
53. Müsabakalarda hangi meslekler görev alır?
54. Isınma manejindeki engellerin üzerindeki kırmızı ve beyaz bayraklar ne anlam taşır?
55. Jimnastik egzersizinin at için faydaları nelerdir?
56. Jimnastik egzersizinin binici için faydaları nelerdir?
57. Basit bir jimnastik egzersizi çiziniz, mesafelerini yazınız.
58. Lonj/çılbr ne için yapılır?
59. Lonjda çalışmanın binici için faydaları nelerdir?
60. Lonj çalışmasının at için faydaları nelerdir?
61. Kombine engel ne demektir? Örnek veriniz.
62. Atın doğru duruşu nasıl tarif edilir?
63. Kararlar arası geçişler nelerdir?
64. Adeta kaç zamanlı bir yürüyüştür?
65. Süratli kaç zamanlı bir yürüyüştür?
66. Dörttnal kaç zamanlı bir yürüyüştür?
67. Karar içi geçişlere bir örnek veriniz.
68. Serbest atlayışın faydaları nelerdir?
69. Tırnak bakımı nasıl yapılır?
70. Tırnağın bölümleri nelerdir?
71. Tırnak bakımının at sağlığı açısından önemi nedir?
72. Nal ne için kullanılır?
73. Çalışma esnasında atın bacaklarını korumak için kullanılan malzemelerden 2 tane örnek veriniz.
74. Bulaşıcı hastalık şüphesinde almamız gereken tedbirler nelerdir?
75. Sabah yaptığımız ahır kontrolünde atın rahat bir gece geçirdiğini ve sağlıklı olduğunu nasıl anlarız?
76. Atımız verilen yemini yemediyse bu bize neyi işaret eder?
77. Binicilik sporunda olan branşlardan 4 örnek veriniz.
78. Tımar malzemelerinden 5 adedinin ismini yazınız.
79. Tımar ne için yapılır?
80. İstenen yanda doğru dörttnal yapmak tabirinden ne anlıyorsunuz.
81. Ters dörttnal ile karışık dörttnalın farkı nedir?
82. Ata binerken giyilen koruyucu malzemeleri yazınız.
83. At binerken kullanılan binici malzemelerini yazınız.

84. At ile Midilli arasındaki fark nedir?
85. Müsabakada belirli zaman ne demektir?
86. Müsabakada en fazla zaman ne demektir?
87. Müsabakada belirli zamanın aşımında ne olur?
88. Müsabakada en fazla zamanın aşımında ne olur?
89. Yular nedir, ne işe yarar?
90. Yarışmacı, hakem başlama zilini çaldıktan sonra başlama fanyonundan geçer, hazırlık amacı ile bir tur daha atar sonra fanyondan tekrar geçerek birinci engeli atlarsa ne olur?
91. Yarışmacı, hakem başlama zilini çaldıktan en fazla kaç saniye içinde parkura başlamak üzere start fanyonundan geçmelidir? Geçmezse ne olur?
92. Bir ata verilmesi gereken yem miktarı neye göre ayarlanmalıdır?
93. Atın kulaklarının geriye doğru yatık olması ne anlama gelir?
94. Atları sağlıklı tutmak için temel kurallar nelerdir?
95. Hakem heyeti hangi durumlarda yarışmacıyı diskalifiye edebilir?
96. Diskalifiye ile elemine farkı nedir?
97. A baremine göre aşağıdaki hususlar hangi ceza ile cezalandırılır?
 - A) Engel devirme
 - B) Atınve/veya binicinin düşüşü
 - C) Belirli zamanı aşma
 - D) En fazla zamanı aşma
 - E) Barajda belirli zamanı aşma
98. Atlarda yele ve kuyruk bakımı nasıl yapılır?
99. Atlar kuyruğunu sürekli duvara sürüyorsa bu ne anlama gelebilir?
100. Sağlıklı bir atın nal çakım süresi ne kadardır?
101. Tırnak lastiği ne amaçla kullanılır?
102. Topuk çalma ne demektir?
103. At yürüyüşünde ve engel atlama esnasında “yetiştirmek” ne anlama gelir?
104. Atlarda kullanılan çatal martingal ayarını yazınız.
105. El martingalı ile engel atlamının atlara olan sakıncası nedir?
106. El martingalı kullanımına müsabakalarda izin verilir mi?
107. Laminitis (arpalama/furbür) nedir?

ÇOKTAN SEÇMELİ SORULAR

1. Eyer üzerine üzenge tokalarının atı ve biniciyi yaralamasını engellemek amacıyla konulan bölüm hangisidir?
 - a) Ön kaş
 - b) Kolan yatağı
 - c) Tepindirikler
 - d) Kolan
 - e) Göğüslük
2. Atın boyu hangi referans noktaları vasıtasıyla ölçülür?
 - a) Cidago ile ön tırnağı arasındaki uzunluk
 - b) Kulakları ile yer arasındaki uzunluk
 - c) Cidago ile yer arasındaki uzunluk
 - d) Kulakları ile ön ayakları arasındaki uzunluk
 - e) Beli ile ön ayakları arasındaki uzunluk
3. Atın dörtlü yürüyüşünde bir adımda havada aldığı mesafeye ne ad verilir?
 - a) Hiza
 - b) Aralık
 - c) Mesafe
 - d) İstinat
 - e) Fule
4. Eyeri geri kayan atlarda, buna engel olmak için kullanılan kayıştan yapılan malzemeye ne ad verilir?
 - a) Göğüslük
 - b) Haşe
 - c) Silikon ped
 - d) Kolan
 - e) Getr
5. Ata başlık takma ve ayarlama ile ilgili aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?
 - a) Binici ata sol tarafından yaklaşır.
 - b) Sağ el atın kafasını kavrar.
 - c) Kahkül alınsallığın üzerinden aşırılır.
 - d) Çene altı kayışı ile çene altı çukurluğuna el rahatlıkla girebilmelidir.
 - e) Boğazaltı kayışı bağlandığı zaman arasından bir yumruk rahatça geçebilmelidir.
6. Aşağıdakilerden hangisi yardımcı donatım DEĞİLDİR?
 - a) Dizgin kolu
 - b) Şambon
 - c) Gog
 - d) Yan kayışı
 - e) Çatal martingal

7. Aşağıdakilerden hangisi yardımcı donatım DEĞİLDİR?

- a) Şambon
- b) Getr
- c) Gog
- d) El martingalı
- e) Göğüslük

8. Aşağıdakilerden hangisi koruyucu donatımlardan biridir?

- a) Şambon
- b) Getr
- c) Gog
- d) El martingalı
- e) Göğüslük

9. Aşağıdakilerden hangisi koruyucu donatımlardan biridir?

- a) Tırnak Lastiği
- b) El martingalı
- c) Yan kayışı
- d) Çatal martingal
- e) Şambon

10. Ata binmeden önce binicinin yapması gereken öncelikli faaliyet aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Esnetme hareketleri yapmak.
- b) Gerdirme hareketleri yapmak.
- c) At donatımının ata, üzengi kayışlarının biniciye uygunluğunu denetlemek.
- d) Ata şeker vermek.
- e) Hava ve arazi durumunun değerlendirmek.

11. Biniş ve iniş atın ne tarafından yapılır?

- a) Her iki tarafından da olabilir.
- b) Arkasından
- c) Sağ yanından
- d) Biniş sol, iniş sağ yanından.
- e) Sol yanından

12. Üzengi kayışının uzunluk ayarı ile ilgili doğru ifade hangisidir?

- a) Binicinin isteğine
- b) Eyerin büyüklüğüne göre
- c) Atın sırtı ile karnı arasındaki uzunluğa göre
- d) Baldır kolan kayışı ve atın gövdesiyle temasta bulunduğu durumda ayakucunun üzengi demirine girmesi için yalnızca kaldırılması yeterliyse
- e) Binicinin temel eğitimdeki alışkanlığına.

13. Ata binerken yapılan hareketlerden YANLIŞ olanı hangisidir?

- a) Binişten önce yerde üzengi ayarı kontrol edilir.
- b) Üzengi ayarı atın üzerine çıkınca tekrar kontrol edilir.
- c) Ata binmeden önce atın dört ayağının üzerinde ve dizginde olması sağlanır.
- d) Sağ elle eyerin orta hanesinden tutularak binilir.
- e) Sol elle üzengi kayışı tutulur, sağ ayak çukur yerine kadar üzengeye sokulur. Sağ ayak burnu ile atın karnına vurmadan binilir.

14. Attan inerken yapılan hareketlerden YANLIŞ olanı hangisidir?

- a) Sol üzengi çıkarılır.
- b) Dizginler sol elde toplanır.
- c) Sağ ayak atın sağrısına dokunmadan sol yana aşırılır.
- d) Sol üzengi üzerine inilirken sol ayakucu atın karnına dokunmaz.
- e) Üzengiler toplanır ve kolan bir delik gevşetilir.

15. Ata binmeden önce yapılan üzengi ayarı nasıl olur? Ata binmeden önce yapılan üzengi ayarı nasıl olur?

- a) Üzengi ve kayışlar 1,5m. uzunluğunda olmalıdır.
- b) Üzengi ve kayışlar yaklaşık bir kol (binicinin) uzunluğu kadar olmalıdır.
- c) Üzengi kayışını ayarlamak çok önemli değildir.
- d) Sağ ve sol üzengilerin aynı uzunlukta olması yeterlidir.
- e) Hepsi yanlıştır.

16. Ata binme konusunda doğru ifade hangisidir?

- a) Ata sağdan yaklaşılır.
- b) Sol dizgin sağa nazaran daha kısa tutulur.
- c) Dizgin ucu boynun soluna atılır.
- d) Sağ el eyerin arka hanesinden asılır.
- e) Hepsi yanlıştır.

17. “..... değişik koşullarda atın hareketlerini kolaylaştıran binicinin karakteridir. At içinse, binicinin isteklerine itaat etmede hazırlık ölçüsünü gösterir.” cümlesini en uygun şekilde tamamlayınız.

- a) Denge
- b) Yumuşaklık
- c) Uyum
- d) At ile olan iletişim
- e) Oturuş

18. “..... binicinin zorlanmaksızın, kol ve eklemlerini sertleştirmeden atın üzerinde oturabilmesi demektir. Bu tanım aşağıdakilerden hangisine aittir.” cümlesini en uygun şekilde tamamlayınız.

- a) Denge
- b) Yumuşaklık
- c) Uyum
- d) At ile olan iletişim
- e) Oturuş

19. Aşağıdakilerden hangisi yapılarına göre baldır yardımlarından değildir?

- a) Temas
- b) Sıkma
- c) Çarpma
- d) İtme
- e) Ani sert çarpma

20. Binicinin atını ileriye sevk etmek maksadıyla, baldırlarını kolanın üstünde tutarak sıkmalar veya çarpmalar şeklinde yaptığı etkilerdir. Bu tanım hangi baldır türünü anlatmaktadır?

- a) Bükücü baldır
- b) Sürücü baldır
- c) Sınırlayıcı (tahdit edici) baldır
- d) Yana sürücü baldır
- e) Atlama baldır

21. Binicinin elleri, bilekleri, dirsekleri, yumrukları ata yapılan hangi uyarı ve yardımlarla kullanılmaktadır?

- a) Ağırlık yardımı
- b) Dizgin uyarı ve yardımları
- c) Kamçı yardımı
- d) Kaynak yardımı
- e) Baldır uyarı ve yardımları

22. “Binici tempoyu azaltmak, atı bükmek ve ön ayakların yükünü azaltarak arka ayaklara daha fazla ağırlık bindirmek için dizginleri.....” cümlesini en uygun şekilde tamamlayınız.

- a) Koyuverir
- b) Sertçe çeker
- c) Alıkoyar
- d) Tamamen bırakır
- e) Kısaltır

23. Uyarı ve yardımlarla ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

- a) Yumruklarını doğru yerde taşıyan bir binicinin tam ve etkili olarak yapacağı alıkoyucu veya ileri sürücü dizgin yardımını dışarıdan gözlemlemek zordur.
- b) Herhangi etkinin başarı ile yapılabilmesi için binicinin, elleri, baldırları ve ağırlığı ile eş zamanlı olarak uygulaması gereken uyarı ve yardımları mutlaka birlikte kullanması gerekmektedir.
- c) Ağırlığın alıkoyucu etkisi ileri doğru gitmekte olan atın denge noktasında bulunan büstün hafifçe arkaya doğru kaydırılması suretiyle dengenin geriye doğru kaymasını sağlamasıdır.
- d) Alıkoyucu dizgin yardımı yapılırken atın ağzı geriye doğru abanarak ve sertçe asılarak atın durması sağlanmalıdır.
- e) Dizginlerin alıkoyucu etkisi, Yumruklar ile asla geriye doğru çekmeden (buldukları yerden biraz yukarı doğru kaldırılmaları atın ağzında daha fazla etkili olacaktır)sertçe parmaklar ile dizginleri sıkıp bırakmak, yetmedi ise tekrar sıkıp bırakmak suretiyle yapılır.

24. Kısa yolun orta noktasından diğer kısa yolun orta noktasına doğru yapılan yan değiştirme aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Tam Manejde Yan Değiştirme
- b) Yarım Manejde Yan Değiştirme
- c) Yarım Dairede Yan Değiştirme
- d) Toulen Yan Değiştirme
- e) Dairede Yan Değiştirme

25. Aşağıdakilerden manej trafiği ve kurallarından hangisi yanlıştır?

- a) Manej düzeni, binicilerin manej içerisinde birbirlerini engellemeden çalışmalarını sağlayacak biçimde olmalıdır.
- b) Maneje girmeden önce veya manej kapısını açmadan önce, “ Kapıya dikkat ”diyerek manej içerisindekiler ikaz edilir ve “ Kapı serbest ” veya “Giriniz ” cevabı duyulmadan içeri girilmez veya kapı açılmaz.
- c) Çalışmalarda atlar arasındaki güvenlik mesafesi (en az 2,5 m) devamlı korunur.
- d) Binme – inme veya donanım ayarlama vb. faaliyetler devamlı olarak daire merkezlerinde veya orta hatta (A – X – C) yapılır.
- e) Manej yolunda binenler dairede binenlere daima öncelik vermelidir.

26. Aşağıdakilerden manej trafiği ve kurallarından hangisi yanlıştır?

- a) Engel atlama çalışma saatleri dışında, engeller veya engel malzemeleri manej yollarına konulmaz, zorunlu durumlarda orta hatta konulur.
- b) Sağ yan çalışanlar, sol yan çalışanlara göre sürekli manej yolunu öncelikli kullanma üstünlüğüne sahiptir.
- c) Dairede binenler manej yolundaki binicilere öncelik tanır. Manej yolunda çalışanlar dairede çalışanlara göre geçiş hakkı üstünlüğüne sahiptir.
- d) Adeta yürüyüşler ve duruşlar yapan veya yapacak olan biniciler manej yollarını süratli ve dörtlal yapmakta olanlara terk ederler. Bu çalışmalara geçiş için, süratli ile manej yolu uygun yerden terk edilmeli, sonrasında adetaya veya duruşa geçilmelidir.
- e) Çılbır çalışması, binicilik derslerinin (toplu çalışmalar) yapıldığı veya manejde 3 biniciden fazla binicinin çalıştığı zamanlarda yapılmaz.

27. Aşağıdakilerden manej trafiği ve kurallarından hangisi yanlıştır?

- a) Adeta yürüyüşler ve duruşlar yapan veya yapacak olan biniciler manej yollarını süratli ve dörtlal yapmakta olanlara terk ederler. Bu çalışmalara geçiş için, süratli ile manej yolu uygun yerden terk edilmeli, sonrasında adetaya veya duruşa geçilmelidir.
- b) Çılbır çalışması, binicilik derslerinin (toplu çalışmalar) yapıldığı veya manejde 5 biniciden fazla binicinin çalıştığı zamanlarda yapılmaz.
- c) Dairede binenler manej yolundaki binicilere öncelik tanır. Manej yolunda çalışanlar dairede çalışanlara göre geçiş hakkı üstünlüğüne sahiptir.
- d) Engel atlama çalışma saatleri dışında, engeller veya engel malzemeleri manej yollarına konulmaz, zorunlu durumlarda orta hatta konulur.
- e) Çalışmalarda atlar arasındaki güvenlik mesafesi (en az 2,5 m) devamlı korunur.

28. Atın daire kavisi üzerinde uzun veya kısa yolda vaziyet ve bükülüş değiştirerek yan değiştirmesidir. Bu tanım aşağıdakilerden hangisine aittir?

- a) Yılkavisi
- b) Daire
- c) Çark
- d) Parabol
- e) Volt

29. Aşağıdakilerden manej trafiği ve kurallarından hangisi yanlıştır?

- a) Çalışmalarda atlar arasındaki güvenlik mesafesi (en az 2,5 m) devamlı korunur.
- b) Adeta yürüyüşler ve duruşlar yapan veya yapacak olan biniciler manej yollarını süratli ve dörtnal yapmakta olanlara terk ederler.
- c) Binme – inme veya donanım ayarlama vb. faaliyetler manejin kenarındaki herhangi bir noktada yapılır.
- d) Dairede binenler manej yolundaki binicilere öncelik tanır.
- e) Engel atlama çalışma saatleri dışında, engeller veya engel malzemeleri manej yollarına konulmaz, zorunlu durumlarda orta hatta konulur.

30. Binici doğru olarak duran atının kulakları arasından baktığında atın kuyruk sokumunu görürse öndeki at ile arasındaki mesafe ne kadar olur?

- a) 2 adım
- b) 1 adım
- c) 3 adım
- d) 1 at boyu
- e) 2 at boyu

31. Doğru oturuşla ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi YANLIŞTIR?

- a) İyi binicilerin oturuşlarını taklit etmek zamanla bizim oturuşumuzun da çok iyi olmasını sağlar.
- b) Oturuş uyluklarla beraber dizlerle desteklenen binicinin at sırtında olan temasıdır.
- c) Oturuş; binicinin at üzerindeki yumuşaklığı, yalnız dengeyle eyerde tutunması ve atın hareketlerine uyum sağlamasına yarayan bir araçtır.
- d) Binicilik sporuna merak salan insanların her şeyden önce ata oturmasını öğrenmesi, bilmesi ve uygulaması gerekir.
- e) Ata istenen hareketin yaptırılması oturuşun sağlam olmasıyla en iyi şekilde öğretileceğine ve yaptırılacağına inanılmalıdır.

32. Aşağıdakilerden hangisi binicinin ata tutunma noktalarından DEĞİLDİR?

- a) Uyluk
- b) Eller
- c) Diz
- d) Baldır
- e) Topuklar

33. Aşağıdakilerden hangisi alt uzuvlardan DEĞİLDİR?

- a) Dizler
- b) Uyluklar
- c) Bel
- d) Baldırlar
- e) Ayaklar

34. Oturuşta uylukların dışarı döndürülmesi aşağıdakilerden hangisine sebep olur?

- a) Kavrama yüzeyini arttırır.
- b) Eyeye daha fazla girmeyi sağlar.
- c) Dizler eyerden dışarı döner ve baldırlar etkisini kaybeder.
- d) Topukların aşağı basmasını sağlar.
- e) Piyaf hareketinin ilk başlatma anını sağlar.

35. Doğru oturuşta ellerin pozisyonu ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi YANLIŞTIR?

- a) Eller cidagonun bir yumruk üzerinde tutulur.
- b) Eller bileklerden kırılmadan tutulur.
- c) Başparmak hafif kıvrık, tırnakları havayı gösterir.
- d) Avuç içleri birbirine bakar.
- e) Avuç içleri yere bakar.

36. Aşağıdaki yumuşaklıkla ilgili ifadelerden hangisi YANLIŞTIR?

- a) Yumuşaklık binici zorlanmaksızın, kol ve eklemlerini sertleştirmeden, atın üzerinde oturabilmesidir.
- b) At üzerinde yapılan beden eğitimi hareketleri yumuşaklığı olumlu yönde etkiler.
- c) Binicinin yumuşaklık belirtileri; Oturuşunda biraz rahatsızlık hissetmesi, belirli bir şekil alma gereksinimi veya ata yapışma durumudur.
- d) Hem atın hem de binicinin eğitiminde yumuşaklığın oluşması en önemli öğedir.
- e) At için yumuşaklık; binicinin isteklerine itaat etmede hazırlık ve istek ölçüsünü gösterir.

37. Aşağıdakilerden hangisinde doğru oturuşun tanımı tam olarak yapılmıştır?

- a) Binicinin at üzerindeki sabit durumudur.
- b) Binicinin kas grubunu en iyi uyaran pozisyonudur.
- c) Binicinin atı isteklerini yapmak için zorlayabildiği en rahat oturuştur.
- d) Uzuvların at üzerinde ki değişmeyen pozisyonudur.
- e) Binicinin at üzerinde isteklerini ata kabul ettirmek ve ata hükmetmek maksadı ile dengeli, yumuşak, estetik olarak bulunduğu pozisyonudur.

38. Binicinin ata isteklerini kabul ettirebilmesinde en etkili üç faktör aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Ağırlık, kamçı, mahmuz
- b) Baldır yardımı, dizgin istinadı, sürüş
- c) Bel, omuz, eller
- d) Denge, uyum, yumuşaklık
- e) Kamçı, mahmuz, ses

39. Denge – uyum ve yumuşaklığın sağlanması için ilk ve temel şart aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Yarışma tecrübesi
- b) Yumuşak bir at
- c) Doğru oturuş
- d) Sukunet
- e) İleri gidicilik

40. Aşağıdakilerden hangisi oturuş hatalarından DEĞİLDİR?

- a) Omuzlar yüksek, el aşağı itilmiş ve diz kapakları sert (kapalı oturuş).
- b) Büst dik, alt uzuvlar kapalı, ökçeler aşağıda.
- c) Dizler yukarı çekilmiş, uyluklar yatay durumda, ökçe yukarı kaldırılmış ve oturuş geri kaymış.
- d) Bel çukur, baldırlar çok geri alınmış ve ökçe yukarı kaldırılmış.
- e) Dizler ve uyluklar açık.

41. Doğru oturuşta ellerin pozisyonu ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi DOĞRUDUR?

- a) Avuç içleri yere bakar.
- b) Eller cidagonun iki yumruk üzerinde tutulur.
- c) Eller bileklerden kırılarak tutulur.
- d) Başparmak dümdüz havayı gösterir.
- e) Avuç içleri birbirine bakar.

42. Aşağıdaki yumuşaklıkla ilgili ifadelerden hangisi DOĞRUDUR?

- a) Yumuşaklık binici zorlanmaksızın, kol ve eklemlerini sertleştirmeden, atın üzerinde oturabilmesidir.
- b) Binicinin yumuşaklık belirtileri; Oturuşunda biraz rahatsızlık hissetmesi, belirli bir şekil alma gereksinimi veya ata yapışma durumudur.
- c) At üzerinde yapılan beden eğitimi hareketleri yumuşaklığı olumsuz yönde etkiler.
- d) Yumuşaklık sadece atın yumuşaklığı anlamındadır.
- e) At için yumuşaklık; kolay ve keskin dönüşlerinden anlaşılır.

43. Aşağıdakilerden hangisi iyi bir binici için mutlaka gereklidir?

- I. Denge
- II. Yarışma tecrübesi
- III. At sevgisi
- IV. Uyum
- V. Uzun boylu olmak

- a) I – II – III – IV
- b) I – II – III – V
- c) I – III – IV – VI
- d) I – II – III – VI
- e) II – III – IV – V

44. Aşağıdakilerden hangisi yardımcı yardımlardan değildir?

- a) Mahmuz
- b) Ceza
- c) Ağırlık
- d) Ses
- e) Kamçı

45. Aşağıdakilerden hangisi yardımcı yardımlardan değildir?

- a) Ceza
- b) Dizgin
- c) Mahmuz
- d) Ses
- e) Kamçı

46. Aşağıdakilerden hangisi yardımcı yardımlardan değildir?

- a) Ses
- b) Kamçı
- c) Mahmuz
- d) Baldır
- e) Ödül

47. Atın herhangi bir yürüyüş şeklinde attığı her bir adımın, eşit zaman aralığında, yükseklikte, mesafede ve sürekli olmasıdır. Bu tanım aşağıdakilerden hangisine aittir?

- a) İçtepi
- b) Ritm
- c) Yumuşaklık
- d) Doğruluk
- e) Topluluk

48. Atın bütün eklem ve kaslarının elastik ve serbest bir şekilde, fakat hareket disiplinine uygun olarak hareket etmesidir. Bu tanım aşağıdakilerden hangisine aittir?

- a) Ritm
- b) İçtepi
- c) Yumuşaklık
- d) Doğruluk
- e) Topluluk

49. Adeta kaç zamanlı bir yürüyüştür?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5

50. Süratli kaç zamanlı bir yürüyüştür?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5

51. Dörtlül kaç zamanlı bir yürüyüştür?

- a) 1
- b) 2
- c) 3
- d) 4
- e) 5

52. Aşağıdakilerden hangisi duruş ile ilgili olarak YANLIŞ bir ifadedir?

- a) At baş boyunda olup geri yürüyüşe hazır olmalıdır.
- b) At dikkatli, artları sürülmüş, hareketsiz ve doğru olmalıdır.
- c) Kantarmayı sakın bir şekilde gevelemeli ve binicinin en ufak bir uyarısı ile harekete hazır olmalıdır.
- d) Boyun yukarıda, tepe noktası en yüksekte ve dikeyin az ilerisinde olmalıdır.
- e) Dizginde ve binicinin elleri ile istinatta olmalıdır.

53., altı, sekiz veya on metre çapındaki dairelerdir. Aşağıdaki şıklardan hangisi boşluğu DOĞRU olarak doldurmaktadır?

- a) Yılankavi
- b) Sekiz şekli
- c) Volt
- d) Çember
- e) Baldıra yumuşatma

54. Bir atın yapabileceği en küçük volt kaç metredir?

- a) 4
- b) 6
- c) 8
- d) 10
- e) 15

55. Aşağıdakilerden hangisi baldıra yumuşatmanın faydalarından değildir?

- a) Atı yumuşatır.
- b) Binicinin uyarı ve yardımları iletme yeteneğini artırır.
- c) Topluluk artar.
- d) İleri gidicilik azalır.
- e) Daha zor olan yanıl hareketlere hazırlar.

56. Aşağıdakilerden hangisi at terbiyesi hareketlerinden değildir?

- a) Ters Süratli
- b) Duruş
- c) Piruet
- d) Pasaj
- e) Piaffe

57. Aşağıdakilerden hangisi at terbiyesi hareketlerinden değildir?

- a) Baldıra Yumuşatma
- b) Omuz İçeri
- c) Sağrı İçeri – Sağrı Dışarı
- d) Yanaşma
- e) Ters Süratli

58. Aşağıdakilerden hangisi atlama oturuşu ile ilgili olarak YANLIŞ bir ifadedir?

- a) At terbiyesi eğitiminin temelini oluşturur.
- b) Biniciye azami bir sabitlik sağlar.
- c) Biniciye azami bir tutunma sağlar.
- d) Atın; hız, baş boyun ve diğer hareketlerine; binicinin uyma ve dengesini koruma olanağı verir.
- e) Atın her çeşit yürüyüş şekillerinde, ayrıca arazi ve atlayışlarda binicinin istekleri çerçevesinde bulunmasını kolaylaştırır.

59. Aşağıdakilerden hangisi atlama oturuşu ile ilgili olarak YANLIŞ bir ifadedir?

- a) Eller asla yele tarağına yada boyna dayanmamalıdır.
- b) Üzengiler at terbiyesi oturuşuna göre daha uzun olmalıdır.
- c) Binici ağırlığı atın ağırlık merkezinden ve üzengi kayışlarından dik geçer.
- d) Dizlerin eyeri hafif kavraması ile binicinin ileri hareketi, dengesini ve atın ağızını rahatsız etmeden gerçekleşir.
- e) Atlayış tamamlanana kadar uçuş ve yere iniş süresi boyunca kaynaklar eyere dokunmamalıdır.

60. Aşağıdakilerden hangisi engel atlamaya hazırlık çalışmalarından değildir?

- a) Hafif Oturuş ve Sportif Pozisyonun Öğrenilmesi
- b) Atlama Pozisyonunun Öğrenilmesi
- c) Tek Mani Atlayışları
- d) Sırık ve Kaveleto Çalışmaları
- e) Atlayış Temposu Çalışmaları

61. Atın yürürken arka ayağını ön ayağına vurmasına ne denir?

- a) Ayak direme
- b) Yetiştirme
- c) Ayak döndürme
- d) Tökezleme
- e) Topuk çalma

62. Yetiştirmeden dolayı ortaya çıkan ve zor iyileşen yaralanmaları önlemek maksadıyla, atın dört ayağının zih başı bölgelerini (tırnağa giden damar şeridi) koruyan plastik malzemelere ne ad verilir?

- a) Getr
- b) Tırnak lastikleri
- c) Topukluk
- d) Martingal
- e) Gog

63. İskemle oturuşuna neden olan başlıca hususlardan biri değildir?

- a) Çok kısa üzengi ile ata binmek
- b) Devamlı atlama eyeri ile çalışma yapmak
- c) En derin noktası çok geride olan eyer kullanmak
- d) Topukları aşağı bastırmak
- e) Uyluk ve dizleri yukarı çekmek

64. Hafif süratli biniş şekli ile aşağıda verilen bilgilerden hangisi YANLIŞTIR?

- a) Binici manejdeki hareket yanına uyum sağlamak için, dış ön ayak yere bastığında kalkarak hafif süratli yapar.
- b) Binici hiç bir zaman eyeri gereğinden fazla terk ederek binişin yumuşaklığını ve atın sırt esnekliğini bozmamalıdır.
- c) Oturuş ve kalkışlar atın adımları ile uyumlu bir tempoda ve kontrollü olmalıdır.
- d) Binicinin ayaklarının ağırlık merkezi hattı üzerinde olması gerekir.
- e) Topuklara en derin vaziyette basılmalıdır.

65. Binicinin atın iki zamanlı yürüyüşüne büstünü hiç kaldırmadan, sürekli eyere oturarak uyduğu süratli şekline ne ad verilir?

- a) Hafif süratli
- b) Adi süratli
- c) Sportif pozisyon
- d) Anavan
- e) Hafif oturuş

66. Binicinin, atın süratli yürüyüşündeki temposuna eyere oturup kalkarak uyması şeklinde icra ettiği biniş şeklinin adı nedir?

- a) Adi süratli
- b) Sportif pozisyon
- c) Anavan
- d) Hafif oturuş
- e) Hafif süratli

67. Sportif pozisyon ile ilgili olarak aşağıda verilen şıklardan hangisi YANLIŞTIR?

- a) Binici, eyerin içinde değil, dört-beş parmak kadar üzerindedir.
- b) Üzengiler normal derin oturuş ayarlarından 4-8 delik kısaltılır.
- c) Eyerden ayrılmamak ve atın sevk idaresini sürdürmek için binici topuklarını olabildiğince aşağı basar.
- d) Dizgin tutuşları da derin oturuştan farklı olarak bir karış kadar uzatılır.
- e) Binici belini çukurlaştırarak dizleri ve baldırları ile sıkıca ata tutunur.

68. Aşağıdakilerden hangisi çark (volt) ile ilgili yanlış bir ifadedir?

- a) Çark (volt) atın en fazla bükülüş yaptığı harekettir.
- b) Ön ve art ayak aynı iz üzerindedir.
- c) Çark elips biçiminde olmalıdır.
- d) At ile binicinin dönüş ve bükülüşleri daha uyumlu yapmasını sağlar.
- e) Çarklar sayesinde daire içerisi hareketler ve manej içindeki temel hareketlere hazırlık daha kolay olur.

69. Aşağıdakilerden hangisi manej trafiği ve kuralları ile ilgili YANLIŞTIR?

- a) Dairede çalışanlar manej yolunda çalışanlara göre geçiş hakkı üstünlüğüne sahiptir.
- b) Maneje girmeden önce veya manej kapısını açmadan önce, "Kapıya dikkat" diyerek manej içerisindekiler ikaz edilir.
- c) Binme – inme veya donanım ayarlama vb. faaliyetler devamlı olarak daire merkezlerinde veya orta hatta (A – X – C) yapılır.
- d) Çalışmalarda atlar arasındaki güvenlik mesafesi (en az 2,5 m) devamlı korunur.
- e) Adeta yürüyüşler ve duruşlar yapan veya yapacak olan biniciler manej yollarını süratli ve dörtlal yapmakta olanlara terk ederler.

70. Aşağıdakilerden hangisi manej trafiği ve kuralları ile ilgili YANLIŞTIR?

- a) Engel atlama çalışma saatleri dışında, engeller veya engel malzemeleri manej yollarına konulmaz, zorunlu durumlarda orta hatta konulur.
- b) Sağ yan çalışanlar, sol yan çalışanlara göre sürekli manej yolunu öncelikli kullanma üstünlüğüne sahiptir.
- c) Çılbır çalışması, binicilik derslerinin (toplu çalışmalar) yapıldığı veya manejde 3 biniciden fazla binicinin çalıştığı zamanlarda yapılmaz.
- d) Yan değiştirmeyi tamamlayamadan veya henüz yan değiştirme bitiş noktasında iken, tam manejde hareket eden bir binici ile karşılaşanlar, geçiş hakkı üstünlüğünü manej yolundaki biniciye terk ederek, uygun yerde manej yoluna girerler.
- e) Adeta yürüyüşler ve duruşlar yapan veya yapacak olan biniciler manej yollarını süratli ve dörtlal yapmakta olanlara terk ederler.