

Sağlık Bilimleri Fakóltesi / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Programı
2023 - 2024 Eęitim Öğretim Yılı
POSTÜR VE FARKINDALIK
Syllabus

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
POSTÜR VE FARKINDALIK	FTR1215157	Bahar Dönemi	2+0	2	2
Ön Koşul Dersleri					
Önerilen Seçmeli Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Seviyesi	Lisans				
Dersin Türü	Programa Bağlı Seçmeli				
Dersin Koordinatörü	Doç.Dr. Pınar KAYA SARIBAŞ				
Dersi Verenler	Öğr.Gör. Sıla YILMAZ				
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Öğrencilere postür, postüral problemler ve postüral problemlerde farkındalığa yönelik değerlendirme ve tedavi yöntemleri hakkında bilgi vermek				
Dersin İçerięi	Bu ders; Postürün Tanımı,Optimal Postüral Dizilim,Postüral Stabilite ve Vücut Salınımı,Temel Subjektif Postüral Değerlendirme,Temel Objektif Postüral Değerlendirme,Postür Tipleri,Postür Tiplerinin Deęerlendirilmesi,Postür Düzeltme Prensipleri,Postür Tipleri ve Düzeltilmesi,Postüral Farkındalık,Postür ve Kas Dengesizlięi,Kas Dengesizlięi ile İlgili Egzersizler,Temel Postür Egzersizleri,İleri Düzey Postür Egzersizleri; konularını içermektedir.				
Dersin Öğrenme Kazanımları				Öğretim Yöntemleri	Ölçme Yöntemleri
Uygun postürü tanımlar.				9	A, G
Temel subjektif ve objektif postüral deęerlendirmeleri uygular.				6, 9	A, G
Farklı postür tiplerini tanıır.				9	A, G
Postür tiplerini düzeltme prensiplerini bilir.				6, 9	A, G
Postür ve kas dengesizlięi egzersizlerini uygular.				6, 9	A, G
Öğretim Yöntemleri	6: Deneyimle Öğrenme Modeli, 9: Anlatım Yöntemi				
Ölçme Yöntemleri	A: Klasik Yazılı Sınav, G: Kısa Sınav				
Ders Akışı					
Sıra	Konular	Ön Hazırlık			
1	Postürün Tanımı	Mebis ders notları			
2	Optimal Postüral Dizilim	Mebis ders notları			
3	Postüral Stabilite ve Vücut Salınımı	Mebis ders notları			
4	Temel Subjektif Postüral Değerlendirme	Mebis ders notları			
5	Temel Objektif Postüral Değerlendirme	Mebis ders notları			
6	Postür Tipleri	Mebis ders notları			
7	Postür Tiplerinin Deęerlendirilmesi	Mebis ders notları			
8	Postür Düzeltme Prensipleri	Mebis ders notları			
9	Postür Tipleri ve Düzeltilmesi	Mebis ders notları			
10	Postüral Farkındalık	Mebis ders notları			
11	Postür ve Kas Dengesizlięi	Mebis ders notları			
12	Kas Dengesizlięi ile İlgili Egzersizler	Mebis ders notları			
13	Temel Postür Egzersizleri	Mebis ders notları			
14	İleri Düzey Postür Egzersizleri	Mebis ders notları			
Değerlendirme Yöntemleri		Sınava Katkısı			
Ara Sınav		40			
Genel Sınav		60			

Kaynaklar	
Mebis ders notları1. Otman S., Köse N.. Tedavi Hareketlerinde Temel Değerlendirme Prensipleri, 2016, Hipokrat Yayınevi	
2. Otman S. Egzersiz Tedavisinde Temel Prensipler ve Yöntemler, 2014, Hipokrat Yayınevi	