

Sağlık Bilimleri Fakültesi / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Programı
2023 - 2024 Eğitim Öğretim Yılı
TERAPATİK EGZERSİZ
Syllabus

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
TERAPATİK EGZERSİZ	FTR2219800	Bahar Dönemi	1+4	3	3
Ön Koşul Dersleri					
Önerilen Seçmeli Dersler					
Dersin Dili	Türkçe				
Dersin Seviyesi	Lisans				
Dersin Türü	Zorunlu				
Dersin Koordinatörü	Öğr.Gör. Pelin VURAL				
Dersi Verenler	Öğr.Gör. Pelin VURAL, Öğr.Gör. Sıla YILMAZ				
Dersin Yardımcıları					
Dersin Amacı	Fizyoterapi ve rehabilitasyonda uygulanan egzersizlerin planlamaktır.				
Dersin İçeriği	Bu ders; Egzersizin genel prensipleri,Aktif egzersizler,Pasif egzersizler,Yardımlı ve diğer yöntemler,Wand,Codman, alternatif yöntemler,İzometrik egzersizler,Dirençli egzersizler ve diğer yöntemler,Genel Tekrar, Dirençli egzersizler ve diğer rezistif yöntemler,Germe ve gevşeme egzersizleri,Postür egzersizleri, Postür egzersizleri,Skolyoz egzersizleri,Skolyoz Egzersizleri,Spinal stabilizasyon; konularını içermektedir.				
Dersin Öğrenme Kazanımları			Öğretim Yöntemleri	Ölçme Yöntemleri	
Egzersize genel bakışı kavrar.			9	A, D	
Wand, Codman ve Williams egzersizlerini uygular.			9	A, D	
İzometrik, izotonik ve izokinetik egzersizleri uygular.			9	A, D	
Dirençli egzersizleri uygular.			9	A, D	
Germe ve gevşeme egzersizlerini değerlendirir.			9	A, D	
Farklı postür bozuklarında uygun egzersizi uygular.			9	A, D	
Skolyoz egzersizlerini yorumlar.			9	A, D	
Öğretim Yöntemleri	9: Anlatım Yöntemi				
Ölçme Yöntemleri	A: Klasik Yazılı Sınav, D: Sözlü Sınav				
Ders Akışı					
Sıra	Konular	Ön Hazırlık			
1	Egzersizin genel prensipleri	1. kaynak sf 1-7			
2	Aktif egzersizler	1. kaynak sf 10-16			
3	Pasif egzersizler,Yardımlı ve diğer yöntemler	1. kaynak sf 21-32			
4	Wand,Codman, alternatif yöntemler	1. kaynak sf 33-51			
5	İzometrik egzersizler	1. kaynak sf 83-87			
6	Dirençli egzersizler ve diğer yöntemler	1. kaynak sf 56-89			
7	Genel Tekrar	1. kaynak sf 1-89			
8	Dirençli egzersizler ve diğer rezistif yöntemler	1. kaynak sf 80-89			
9	Germe ve gevşeme egzersizleri	1. kaynak sf 93-123			
10	Postür egzersizleri	1. kaynak sf 127-148			
11	Postür egzersizleri	1. kaynak sf 148-206			
12	Skolyoz egzersizleri	1. kaynak sf 160-176			
13	Skolyoz Egzersizleri	1. kaynak sf 176-190			
14	Spinal stabilizasyon	1. kaynak sf 212-238			
Değerlendirme Yöntemleri		Sınava Katkısı			
Ara Sınav		40			
Genel Sınav		60			

Kaynaklar
MEBİS ders notu verilecektir.
1-Egzersiz Tedavisinde Temel Prensipler ve Yöntemler, Saadet Otman.2014, Ankara 2- John Gormly, Juliette Hussey, Exercise therapy prevention and treatment of disease, 2004, Blackwell publishing 3-Lori thein Brady,Carrie M. Hall,Therapeutic Exercise moving toward function,2011, Lippincott williams&Wilkins