

Sağlık Bilimleri Fakültesi / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Programı (İngilizce)

2021 - 2022 Eğitim Öğretim Yılı

TERAPATİK EGZERSİZ

Ders Tasarımı (Syllabus)

Dersin Tanımı					
Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	Kredi	AKTS
TERAPATİK EGZERSİZ	PTR2256690	Bahar Dönemi	1+4	3	3
Ön Koşul Dersleri					
Önerilen Seçmeli Dersler					
Dersin Dili	İngilizce				
Dersin Seviyesi	Lisans				
Dersin Türü	Zorunlu				
Dersin Koordinatörü	Öğr.Gör. Görkem ATA				
Dersi Verenler	Öğr.Gör. Görkem ATA, Öğr.Gör. Yasin YILDIRIM				
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 Çıktıları			Öğretim Yöntemleri	Ölçme Yöntemleri	
Egzersize genel bakışı tartışabilmesi			1, 12	A	
Wand,Codman ve Williams egzersizlerini tartışabilmesi			1, 10, 11, 12	C, D, F	
İzometrik, izotonik ve izokinetik egzersizleri tartışabilmesi			1, 10, 11, 12	A, B	
Dirençli egzersizleri tartışabilmesi			1, 10, 11, 12	A, B	
Germe ve gevşeme egzersizlerini değerlendirebilecektir.			1, 10, 11, 12	A, B	
Farklı postür bozuklarında egzersiz uygulayabilmesi			1, 10, 11, 12	A, B	
Skolyoz egzersizlerini tanımlayabilmesi			1, 10, 11, 12	A, B	
Öğretim Yöntemleri	1: Anlatım, 10: Beyin Fırtınası, 11: Seminer, 12: Örnek Olay				
Ölçme Yöntemleri	A: Yazılı sınav, B: Sözlü Sınav, C: Ödev, D: Proje / Tasarım, F: Performans Görevi				
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	https://www.youtube.com/watch?v=UrAWAWQm634			
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			
Kaynaklar					
Öğrencilere ders notu verilecektir.					
1-Egzersiz Tedavisinde Temel Prensipler ve Yöntemler, Saadet Otman.2014, Ankara					
2- John Gormly, Julliette 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					