

Fizyoterapi (iÖ)			
Önlisans	TYYÇ: 5. Düzey	QF-EHEA: Kısa Düzey	EQF-LLL: 5. Düzey

Ders Genel Tanıtım Bilgileri

Ders Kodu:	FIZ106				
Ders İsmi:	Temel Egzersiz Yaklaşımları				
Ders Yarıyılı:	Bahar				
Ders Kredileri:	<table><tr><td>AKTS</td></tr><tr><td>6</td></tr></table>	AKTS	6		
AKTS					
6					
Öğretim Dili:	Türkçe				
Ders Koşulu:					
Ders İş Deneyimini Gerektiriyor mu?:	Hayır				
Dersin Türü:	Zorunlu				
Dersin Seviyesi:	<table><tr><td>Önlisans</td><td>TYYÇ:5. Düzey</td><td>QF-EHEA:Kısa Düzey</td><td>EQF-LLL:5. Düzey</td></tr></table>	Önlisans	TYYÇ:5. Düzey	QF-EHEA:Kısa Düzey	EQF-LLL:5. Düzey
Önlisans	TYYÇ:5. Düzey	QF-EHEA:Kısa Düzey	EQF-LLL:5. Düzey		
Dersin Veriliş Şekli:	Yüz yüze				
Dersin Koordinatörü:	Dr. Öğr. Üy. VEDAT GÖKEN				
Dersi Veren(ler):	Dr.Öğr.üyesi Vedat GÖKEN				
Dersin Yardımcıları:					

Dersin Amaç ve İçeriği

Dersin Amacı:	Kas iskelet sisteminin hareket ve güçlenme yeteneklerini artırmaya yönelik tedavi edici egzersizleri öğretmektir.
Dersin İçeriği:	Egzersizlerin sınıflandırması ve egzersiz programının hazırlanması, normal eklem hareketleri, germe egzersizleri, kuvvetlendirmeye yönelik egzersizler, aktif-pasif-aktif asistif ve dirençli egzersizler, postür, skolyoz egzersizleri, spinal stabilizasyon yaklaşımları, ev programı planlama, eklemlere yönelik spesifik egzersizler

Öğrenme Kazanımları

Bu dersi başarıyla tamamlayabilen öğrenciler;

- 1) Hasta hikayesi hakkında genel bilgi sahibi olunması gerektiğini kavrar.
- 2) Terapatatik egzersizlerden klinik sonuç çıkarmayı kavrar.
- 3) Donanımsal tedavi yaklaşımlarını tanımlar.
- 4) Egzersiz tekniklerini açıklar.
- 5) Egzersiz reçetesini rapor etmeyi tanımlar.
- 6) Egzersizin önemini ifade eder.

Ders Akış Planı

Hafta	Konu	Ön Hazırlık
1)	Derse Giriş, Dersin Amacı ve Öğrenim Hedefleri	
2)	Tedavi hareketlerine giriş	
3)	Egzersizin sınıflandırılması ve egzersiz programı planlama	
4)	NEH(pasif,aktif ve mekanik yardımcı egzersiz uygulaması)	
5)	Sürekli pasif hareketler, Dirençli egzersizler	
6)	Mekanik dirençli egzersizler, izometrik uygulamalar, izokinetik egzersiz aletleri	
7)	Germe egzersizleri Gevşeme egzersizleri	
9)	Postüral problemler ve tedavide kullanılan egzersiz örnekleri	
10)	Postural problemler ve egzersiz örnekleri: Skolyoz	
11)	Denge egzersizleri	
12)	Grup egzersizleri	
13)	Traksiyon	
14)	Spinal stabilizasyon	

Kaynaklar

Ders Notları / Kitaplar:	Tedavi Hareketlerinde Temel Değerlendirme Prensipleri - A. Saadet Otman, Nezire Köse Öğretim elemanının ders notları.- Instructor`s lecture notes.
Diğer Kaynaklar:	Tedavi Hareketlerinde Temel Değerlendirme Prensipleri - A. Saadet Otman, Nezire Köse Öğretim elemanının ders notları.- Instructor`s lecture notes.

Ders - Program Öğrenme Kazanım İlişkisi

Ders Öğrenme Kazanımları	1	2	3	4	5	6
Program Kazanımları						
1) Bilişim teknolojilerini ve özel ihtisas gerektiren cihazları etkin kullanabilme becerisine sahiptir.	1	1	1	1	1	
2) Bilimin temel ilkelerini teknoloji ile birleştirerek, fizik tedavi ve rehabilitasyon alanında etkili bir uygulama becerisine sahiptir.	2	2	2	2	2	
3) Kas ve iskelet sistemlerine yönelik tedavi yöntemleri hakkında bilgi sahibidir.	2	3	3	3	3	
4) Bilişim teknolojilerini ve özel ihtisas gerektiren cihazları etkin kullanma becerisine sahiptir.	1	1	1	1	1	
5) Bilim ve teknolojiye meydana gelen yenilik, değişim ve gelişimleri takip ederek bunları bütünlük bir yaklaşımla analiz edebilir.	1	1	1	1	1	
6) Fizik tedaviyi uygulamak için gerekli teknik ve yöntemlerin bilgisine, etik ilke ve kurallara ilişkin bilgiye sahiptir.	3	3	3	3	3	
7) Bir yabancı dili en az Avrupa Dil Portföyü A2 Genel Düzeyinde kullanarak alanındaki bilgileri izler.	1	1	1	1	1	
8) Alanının gerektirdiği en az Avrupa Bilgisayar Kullanma Lisansı temel düzeyinde bilgisayar yazılımı ile birlikte bilişim ve iletişim teknolojilerini kullanır.	2	2	2	1	1	
9) Yaşam boyu öğrenme bilincine sahiptir ve öğrenimini aynı alanda bir ileri eğitim düzeyine veya aynı düzeydeki bir mesleğe yönlendirir.	2	1	1	2	1	
10) Toplumsal sorumluluk bilinci ile yaşadığı sosyal çevre için proje ve etkinliklere katkı verir. Dış görünüm, tavır, tutum ve davranışları ile topluma örnek olur.	1	1	1	1	1	
11) Birey ve halk sağlığı, çevre koruma ve iş güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir.	1	1	1	1	1	
12) Alanı ile ilişkili olabilecek diğer alanlar ile çalışabilme deneyimine sahiptir.	1	1	1	1	1	
13) İş sağlığı ve güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir.	1	1	1	1	1	
14) Alanı ile ilgili olan konularda öngörülme bir durumla karşılaşması halinde sorumluluk alarak çözüm önerileri geliştirir.	1	1	1	1	1	

15) Fizyoterapi ile ilgili sahip olduğu temel bilgi birikimini kullanarak verilen bir görevi bağımsız olarak yürütür.

1 2 3 4 5 6

Ders - Öğrenme Kazanımı İlişkisi

Etkisi Yok	1 En Düşük	2 Orta	3 En Yüksek

	Dersin Program Kazanımlarına Etkisi	Katkı Payı
1)	Bilişim teknolojilerini ve özel ihtisas gerektiren cihazları etkin kullanabilme becerisine sahiptir.	
2)	Bilimin temel ilkelerini teknoloji ile birleştirerek, fizik tedavi ve rehabilitasyon alanında etkili bir uygulama becerisine sahiptir.	
3)	Kas ve iskelet sistemlerine yönelik tedavi yöntemleri hakkında bilgi sahibidir.	
4)	Bilişim teknolojilerini ve özel ihtisas gerektiren cihazları etkin kullanma becerisine sahiptir.	
5)	Bilim ve teknolojide meydana gelen yenilik, değişim ve gelişimleri takip ederek bunları bütünlük bir yaklaşımla analiz edebilir.	
6)	Fizik tedaviyi uygulamak için gerekli teknik ve yöntemlerin bilgisine, etik ilke ve kurallara ilişkin bilgiye sahiptir.	
7)	Bir yabancı dili en az Avrupa Dil Portföyü A2 Genel Düzeyinde kullanarak alanındaki bilgileri izler.	
8)	Alanının gerektirdiği en az Avrupa Bilgisayar Kullanma Lisansı temel düzeyinde bilgisayar yazılımı ile birlikte bilişim ve iletişim teknolojilerini kullanır.	
9)	Yaşam boyu öğrenme bilincine sahiptir ve öğrenimini aynı alanda bir ileri eğitim düzeyine veya aynı düzeydeki bir mesleğe yönlendirir.	
10)	Toplumsal sorumluluk bilinci ile yaşadığı sosyal çevre için proje ve etkinliklere katkı verir. Dış görünüm, tavır, tutum ve davranışları ile topluma örnek olur.	
11)	Birey ve halk sağlığı, çevre koruma ve iş güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir.	
12)	Alanı ile ilişkili olabilecek diğer alanlar ile çalışabilme deneyimine sahiptir.	
13)	İş sağlığı ve güvenliği konularında yeterli bilince sahiptir.	
14)	Alanı ile ilgili olan konularda öngörülmeyen bir durumla karşılaşması halinde sorumluluk alarak çözüm önerileri geliştirir.	
15)	Fizyoterapi ile ilgili sahip olduğu temel bilgi birikimini kullanarak verilen bir görevi bağımsız olarak	

yürütür.

Ölçme ve Değerlendirme

Değerlendirme Yöntemleri ve Kriterleri	Aktivite Sayısı	Katkı Payı
Uygulama	1	% 30
Ara Sınavlar	1	% 30
Final	1	% 40
Toplam		% 100

İş Yüğü ve AKTS Kredisi Hesaplaması

Aktiviteler	Aktivite Sayısı	Aktiviteye Hazırlık	Aktivitede Harcanan Süre	Aktivite Gereksinimi İçin Süre	İş Yüğü
Ders Saati	2	2			4
Laboratuvar	2	2			4
Uygulama	28	4			112
Sınıf Dışı Ders Çalışması	14	1	1		28
Ara Sınavlar	2	2			4
Final	3	1			3
Toplam İş Yüğü					155