

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü Başkanlığı / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü Başkanlığı / Fizyoterapi ve Rehabilitasyon						
Ders Kodu	Ders Adı	Teorik	Uygulama	Laboratuvar	Yerel Kredi	AKTS
0901003192011	Terapatik Egzersiz Yaklaşımları	2,00	2,00	0,00	3,00	3,00
Ders Detayı						
Dersin Dili	: Türkçe					
Dersin Seviyesi	: Lisans					
Dersin Tipi	: Zorunlu					
Ön Koşullar	: Yok					
Dersin Amacı	: Dersin amacı; hastayı değerlendirmek ve program geliştirmek için gerekli yaklaşımları, egzersiz tedavisinin amaçlarını, egzersiz sınıflandırmasını ve egzersiz programının planlanmasını öğrenciye öğretmek; normal eklem hareketine etki eden faktörleri belirleyerek uygun egzersiz programı hazırlama yetisini öğrenciye kazandırmak; temel ölçme ve değerlendirme yöntemleri doğrultusunda belirlenen postural bozukluklarda problem çözme ve egzersiz programını oluşturma becerisini öğrencide geliştirmektir.					
Dersin İçeriği	: Hastayı değerlendirme ve fizyoterapi programı geliştirmek için yaklaşımlar; egzersiz tedavisinin amaçları, etkileri ve prensipleri; egzersizin sınıflandırılması ve egzersiz programının planlanması; normal eklem hareketindeki problemleri belirleyerek problemlere yönelik egzersiz programının planlanması ve uygulanması; farklı postural problemlerde egzersiz programlarının planlanması ve uygulamaların öğretilmesi					
Dersin Kitabı / Malzemesi / Önerilen Kaynaklar	: Egzersiz Tedavisinde Temel Prensipler ve Yöntemler, A.Saadet Otman, Pelikan/Hipokrat Yayınevi Tedavi Hareketlerinde Temel Değerlendirme Prensipleri, A.Saadet Otman, Nezire Köse, Pelikan/Hipokrat Yayınevi					
Planlanan Öğrenme Etkinlikleri ve Öğretme Yöntemleri	: Sunuş yöntemi, buluş yöntemi, tartışma, soru-cevap, vaka çalışmaları, pratik uygulama					
Ders İçin Önerilen Diğer Hususlar	: Yok					
Dersi Veren Öğretim Elemanları	: Öğr. Gör. Özlem Özer Öğr. Gör. Serkan Sevim					
Dersin Verilişi:	Yüz yüze					

Ders Öğrenme Çıktıları
Bu dersi tamamladığında öğrenci :
1 Hastayı değerlendirmek ve program geliştirmek için gerekli yaklaşımları, egzersiz sınıflandırmasını, egzersizlerin amaçlarını ve etkilerini öğrenir
2 Temel egzersiz programlarını planlar
3 Normal eklem hareketine etki eden faktörleri belirleyerek uygun egzersiz programı hazırlama ve uygulama yetisi kazanır
4 Postural bozukluklarda ortaya çıkan problemleri ve özelliklerini öğrenir
5 Farklı postural bozukluklarda problem çözme, egzersiz programı planlama ve uygulama becerisi kazanır

Haftalık Konular ve Hazırlıklar					
	Teorik	Uygulama	Laboratuvar	Hazırlık Bilgileri	Öğretim Metodları
1.Hafta	Tedavi hareketlerine giriş, egzersizin sınıflandırılması ve egzersiz programı planlama				Sunuş yöntemi, soru-cevap
2.Hafta	Normal eklem hareketi: pasif, aktif yardımcı, aktif NEH	Normal eklem hareketi: pasif, aktif yardımcı, aktif NEH			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
3.Hafta	Dirençli egzersizler, el ile uygulanan dirençli egzersizler, mekanik dirençli egzersizler	Dirençli egzersizler, el ile uygulanan dirençli egzersizler, mekanik dirençli egzersizler			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
4.Hafta	Normal eklem hareketini artırmak için germe egzersizleri	Normal eklem hareketini artırmak için germe egzersizleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
5.Hafta	Postural problemler ve egzersiz örnekleri: Pelvik ve lumbal bölge	Postural problemler ve egzersiz örnekleri: Pelvik ve lumbal bölge			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
6.Hafta	Postural problemler ve egzersiz örnekleri: Torakal bölge	Postural problemler ve egzersiz örnekleri: Torakal bölge			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
7.Hafta	Postür al problemler ve egzersiz örnekleri: Alt ekstremite problemleri	Postür al problemler ve egzersiz örnekleri: Alt ekstremite problemleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
8.Hafta	Postür al problemler ve egzersiz örnekleri: Alt ekstremite problemleri	Postür al problemler ve egzersiz örnekleri: Alt ekstremite problemleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
9.Hafta	Ara Sınav	Ara Sınav			
10.Hafta	Spinal Stabilizasyon	Spinal Stabilizasyon			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
11.Hafta	Postural problemler ve egzersiz örnekleri	Postural problemler ve egzersiz örnekleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
12.Hafta	Postural problemler ve egzersiz örnekleri	Postural problemler ve egzersiz örnekleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
13.Hafta	Gevşeme egzersizleri	Gevşeme egzersizleri			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma
14.Hafta	Grup egzersizleri,Traksiyon	Grup egzersizleri,Traksiyon			Sunuş yöntemi, pratik uygulama, vaka çalışmaları, soru-cevap, tartışma

Değerlendirme Sistemi %
Vize 40,00
Final 60,00

AKTS İş Yüğü

Aktiviteler	Sayı	Süresi(Saat)	Toplam İş Yüğü
Final	1	8,00	8,00
Derse Katılım	13	2,00	26,00
Uygulama / Pratik	10	1,00	10,00
Ara Sınav Hazırlık	1	10,00	10,00
Final Sınavı Hazırlık	1	14,00	14,00
Ara Sınav (Bütünlemede Kullanılan)	1	8,00	8,00
Bireysel Çalışma	14	1,00	14,00
		Toplam :	90,00
		Toplam İş Yüğü / 30 (Saat)	3
		AKTS :	3,00

Program Öğrenme Çıktısı İlişkisi

	P.Ç. 1	P.Ç. 2	P.Ç. 3	P.Ç. 4	P.Ç. 5	P.Ç. 6	P.Ç. 7	P.Ç. 8	P.Ç. 9	P.Ç. 10	P.Ç. 11	P.Ç. 12	P.Ç. 13	P.Ç. 14
Ö.Ç. 1	4	4	5	4	5	5	4	1	2	2	3	3	5	4
Ö.Ç. 2	4	4	5	4	5	5	4	1	2	2	3	3	5	4
Ö.Ç. 3	4	4	5	4	5	5	4	1	2	2	3	3	5	4
Ö.Ç. 4	4	4	5	4	5	5	4	1	2	2	3	3	5	4
Ö.Ç. 5	4	4	5	4	5	5	4	1	2	2	3	3	5	4