

EGZERSİZ DANIŞMANLIĞI

FZT-SD409 · Physiotherapy and Rehabilitation

General information

Semester	7
Type	Elective
Theory / Practice / Lab	2 / 0 / 0
ECTS	3
Mode of study	Birinci Öğretim
Instructor	Dr. Öğr. Üyesi Erkin Oğuz SARI
Internship status	Yok

Course objectives

Bu dersin amacı, bir fizyoterapist olarak egzersiz danışmanlığının faydaları, nasıl yapılabileceği ve farklı rehabilitasyon gruplarında uygulanmasının öğretilmesidir.

Course content

Fizyoterapist olarak egzersiz danışmanlığının faydaları, nasıl yapılabileceği ve farklı rehabilitasyon gruplarında uygulanmasının öğretilmesidir.

Learning outcomes

1	Fiziksel aktivite ve egzersiz kavramlarını açıklar.
2	Egzersiz danışmanı olarak sağlıklı ve hasta bireylere planlama yapar.
3	Fiziksel aktivite ve egzersiz düzeyini değerlendirmede kullanılan temel yöntemleri bilir ve yorumlar.
4	Bireyin sağlık durumu, risk faktörleri ve gereksinimlerine uygun egzersiz önerileri geliştirir.

Weekly topics

Week	Subject
1	Fiziksel aktivite ve egzersiz
2	Sedanter davranış ve fiziksel aktivite önerileri
3	Fiziksel aktivite ve egzersiz danışmanlığı
4	Egzersiz danışmanlığının temel prensipleri
5	Egzersiz türleri (germe, kuvvetlendirme, pliometrik, kalistenik)
6	Egzersiz türleri (tai chi, yoga, klinik pilates, güncel yaklaşımlar)
7	Pediyatrik rehabilitasyonda egzersiz danışmanlığı
8	ARA SINAV
9	Kardiyopulmoner rehabilitasyonda egzersiz danışmanlığı
10	Egzersiz danışmanlığında biyopsikososyal yaklaşım
11	Romatolojik rehabilitasyonda egzersiz danışmanlığı
12	Lumbal ve servikal bölge rehabilitasyonunda egzersiz danışmanlığı
13	Kanser rehabilitasyonunda egzersiz danışmanlığı
14	Pelvik taban rehabilitasyonunda egzersiz danışmanlığı
15	Yarıyıl sonu sınavına hazırlık
16	YARIYIL SONU SINAVI

Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri

Event	Number	Percentage
Ara Sınav	1	%100

Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri

Event	Number	Percentage
Yarıyıl Sonu Sınavı	1	%100

Yarıyıl(yıl) içi etkinliklerin ve yarıyıl(yıl) sonu sınavının başarı notuna katkısı

Event	Number	Percentage
Yarıyıl (Yıl) Sonu Etkinlikleri	0	%60
Yarıyıl (Yıl) İçi Etkinlikleri	0	%40