



AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

Dersin Adı		Masaj							
Ders Kodu		REKB216		Ders Düzeyi		Lisans			
AKTS Kredi	4	İş Yüğü	98 (Saat)	Teori	2	Uygulama	1	Laboratuvar	0
Dersin Amacı		Öğrenciler, masaj dersine ilişkin genel kuramsal bilgiye sahip olacak, masaj temel tekniklerini uygulama becerisini edinmiş olacaktır.							
Özet İçeriği		insan anatomisi, masaj hareketleri, uygulama şekilleri ve yöntemleri öğrenimi							
Staj Durum		Yok							
Öğretim Yöntemleri		Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Bireysel Çalışma							
Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları)			Öğr. Gör. Necmettin PARLAK, Öğr. Gör. Nermin GÜRBÜZ						

Ders Koşulları

Denk Ders	REKB316
AKTS Kredi Koşulu	45

Ölçme ve Değerlendirme Araçları

Araç	Adet	Oran (%)
Ara Sınav (Vize)	1	40
Dönem Sonu Sınavı (Final)	1	70

Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

1	Ders notları
2	Kanbir, O.: Klasik masaj, Ekin Kitapevi, Bursa 1998 - Hazır, M.: spor masajı, Bağırgan Yayımevi, Ankara 2001 - Tuna, N.: masaj, Nobel Tıp Kitabevi, 3. Baskı, İstanbul 1986

Hafta	Haftalara Göre Ders Konuları	
1	Uygulama	Masajın tarihsel geçmişi, klasik masaj nedir, sınıflandırılması Partnerin yatış pozisyonları, masörün duruş pozisyonları
2	Uygulama	Duyu organları, Sinir sistemi Sindirim sistemi, Dolaşım sistemi Solunum sistemi, Üro genital sistem Hareket sistemi Hareketlerin uygulama yöntemleri, etkileri ve kullanım alanları
3	Uygulama	Masajın anatomisi Hareketlerin uygulama yöntemleri, etkileri ve kullanım alanları
4	Uygulama	Klasik masajda temel hareketler Hareketlerin uygulama yöntemleri, etkileri ve kullanım alanları
5	Uygulama	ıvazlama – Effleurage (stroking), Baskı - Compression A- Yoğurma – Kneading (Petrissage) *Çimdikleme-Pinching *Sıkıştırma-Wringing *Yuvarlama-Rolling B- Friction Hareketlerin uygulama yöntemleri, etkileri ve kullanım alanları
6	Uygulama	Vurma-Percussion A-Darbeleme-Tapotement *Hacking (kesme) *Clapping (el içi kubbe) *Slapping (pamak ve el içi ile şaplatma) *Tapping (parmak ucu ile) *Beating (yarım yumruk) *Pounding (tam yumruk) B-Titreşim-Vibrasyon *Sallama-Shaking Hareketlerin uygulama yöntemleri, etkileri ve kullanım alanları
7	Uygulama	Klasik masajın ilkeleri
8	Ara Sınav (Vize)	ara sınav
9	Uygulama	Klasik masajın organizmaya etkileri bacak masajı
10	Teorik	Masajla ağrı tedavisi kol masajı
11	Uygulama	Masajın kullanıldığı durumlar karın masajı
12	Uygulama	Masajın kullanılmadığı durumlar yüz masajı
13	Uygulama	Derin doku masajı masajın uygulanışı
14	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Konu tekrarı
15	Dönem Sonu Sınavı (Final)	Final sınavı



Dersin Öğrenme, Öğretme ve Değerlendirme Etkinlikleri Çerçevesinde İş Yüğü Hesabı (Ortalama Saat)

Etkinlik	Adet	Ön Hazırlık	Etkinlik Süresi	Toplam İş Yüğü
Kuramsal Ders	14	2	2	56
Uygulamalı Ders	14	1	2	42
Toplam İş Yüğü (Saat)				98
Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi				4

*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.

Dersin Öğrenme Çıktıları

1	Masajın tarihsel gelişimini açıklayabilme
2	Masajın sınıflandırılmasını kavrayabilme
3	Masajın anatomisini kavrayabilme
4	Klasik masajın temel tekniklerini uygulayabilme
5	Derin doku masajı ve spor masajı tekniklerini kavrayabilme

Program Çıktıları (Rekreasyon Programı)

1	Rekreasyon alanındaki Rekreasyonla ilişkili disiplinlerdeki kavramlar, kuramlar, ilkeler, olgular ile ilgili kapsamlı ve sistemli bilgi sahibi olur, bu bilgileri iş ortamında kullanır ve yorumlar
2	Rekreasyon ile ilişkili mesleğin belirli çalışmalarında uzmanlaşarak alanda planlama ve kontrol fonksiyonlarını yerine getirir.
3	Rekreasyon alanı ile ilgili sahip olduğu bilgi birikimini kullanarak diğer meslek gruplarıyla işbirliği içerisinde sorumlulukları yerine getirir.
4	Rekreasyon alanı ile ilgili faaliyetleri planlayabilme, öğütme ve koordinasyon fonksiyonlarını yerine getirir
5	Rekreasyon alanı hak ve sorumlulukları ile ilgili yasa ve yönetmeliklere, etik kurallara uygun olarak davranır
6	Rekreasyonla ilgili bilinen teknikleri kullanarak analiz eder
7	Rekreasyon alanı ile ilgili bilimsel bilgi sorumluluğunu yerine getirir ve araştırma yapar
8	Sağlıklı yaşam boyu spor yapma yönünde olumlu tutum ve davranış geliştirir
9	Rekreasyon alanı ile ilgili profesyonel kimliği ile meslektaşlarına ve topluma model ve örnek olur
10	Birkaç yabancı dilde yazılı ve sözlü iletişim kurabilecek düzeyde olmalıdır

