



## AYDIN ADNAN MENDERES ÜNİVERSİTESİ DERS BİLGİ FORMU

|                                   |   |                                                                                                                                |            |             |   |               |   |             |   |
|-----------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------|---|---------------|---|-------------|---|
| Dersin Adı                        |   | Temel Egzersiz Uygulamaları                                                                                                    |            |             |   |               |   |             |   |
| Ders Kodu                         |   | STU515                                                                                                                         |            | Ders Düzeyi |   | Yüksek Lisans |   |             |   |
| AKTS Kredi                        | 6 | İş Yüğü                                                                                                                        | 154 (Saat) | Teori       | 3 | Uygulama      | 0 | Laboratuvar | 0 |
| Dersin Amacı                      |   | Dersin amacı; egzersiz tedavisinin amaçlarını, egzersizin sınıflandırılması ve egzersiz programının planlanmasını öğretmektir. |            |             |   |               |   |             |   |
| Özet İçeriğı                      |   | Egzersiz tedavisinin amaçları, egzersizin sınıflandırılması ve egzersiz programının planlanması                                |            |             |   |               |   |             |   |
| Staj Durum                        |   | Yok                                                                                                                            |            |             |   |               |   |             |   |
| Öğretim Yöntemleri                |   | Anlatım (Takrir), Gösterip Yaptırma, Örnek Olay, Bireysel Çalışma                                                              |            |             |   |               |   |             |   |
| Dersi Veren Öğretim Elemanı(ları) |   |                                                                                                                                |            |             |   |               |   |             |   |

### Ölçme ve Değerlendirme Araçları

| Araç                      | Adet | Oran (%) |
|---------------------------|------|----------|
| Ara Sınav (Vize)          | 1    | 40       |
| Dönem Sonu Sınavı (Final) | 1    | 60       |

### Ders Kitabı / Önerilen Kaynaklar

|   |                                                                                                                                                                |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Bandy WD, Sanders B. Therapeutic Exercise: Techniques for Intervention. Lippincott Williams and Wilkins. 2001. Hacettepe Üniversitesi, kaynaklar (Pubmed, WOS) |
| 2 | Basmajian JV, Wolf SL. Therapeutic Exercise. 5th Ed. Williams and Wilkins, Baltimore.1990.                                                                     |
| 3 | Kisner C, Colby LA. Therapeutic Exercise Foundations and Techniques. 4 th ed. FA Davis, Philadelphia, 2002.                                                    |
| 4 | Otman AS, Köse N. Egzersiz Tedavisinde Temel Prensipler ve Yöntemler. Meteksan, Ankara, 2006.                                                                  |

| Hafta | Haftalara Göre Ders Konuları |                                    |
|-------|------------------------------|------------------------------------|
| 1     | Teorik                       | Research methods                   |
| 2     | Teorik                       | Research methods                   |
| 3     | Teorik                       | Problem definition                 |
| 4     | Teorik                       | Problem definition                 |
| 5     | Teorik                       | Planning research design           |
| 6     | Teorik                       | Planning research design           |
| 7     | Teorik                       | Determining sampling group         |
| 8     | Ara Sınav (Vize)             | Midterm Exam                       |
| 9     | Teorik                       | Determining sampling group         |
| 10    | Teorik                       | Data collection                    |
| 11    | Teorik                       | Data collection                    |
| 12    | Teorik                       | Data analysis                      |
| 13    | Teorik                       | Data analysis                      |
| 14    | Teorik                       | Defining result and writing report |
| 15    | Dönem Sonu Sınavı (Final)    | Final Exam                         |

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

| Etkinlik                                             | Adet | Ön Hazırlık | Etkinlik Süresi | Toplam İş Yüğü |
|------------------------------------------------------|------|-------------|-----------------|----------------|
| Kuramsal Ders                                        | 14   | 5           | 3               | 112            |
| Ara Sınav                                            | 1    | 10          | 11              | 21             |
| Dönem Sonu Sınavı                                    | 1    | 10          | 11              | 21             |
| Toplam İş Yüğü (Saat)                                |      |             |                 | 154            |
| Yuvarla [Toplam İş Yüğü (saat) / 25*] = AKTS Kredisi |      |             |                 | 6              |

\*25 saatlik iş yüğü 1 AKTS olarak kabul edilmektedir.



**Dersin Öğrenme Çıktıları**

|   |                                                       |
|---|-------------------------------------------------------|
| 1 | Egzersiz sınıflandırmasını öğrenir.                   |
| 2 | Normal eklem hareketine etki eden faktörleri öğrenir. |
| 3 | Temel egzersiz programını planlar.                    |
| 4 | Egzersiz egzersizlerin amaçlarını öğrenir.            |
| 5 | Egzersiz sınıflandırmasını etkilerini öğrenir.        |

**Program Çıktıları (Sağlık Turizmi Disiplinlerarası Tezsiz Yüksek Lisans (İÖ) Programı)**

|    |                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Sağlık turizmi alanında uzmanlık düzeyinde kuramsal ve uygulamalı güncel bilgilere sahip olabilmek,                                                                                                                                   |
| 2  | Teknolojinin güncel yöntemlerini, tekniklerini, cihazlarını kullanarak, tedavi etme hakkında bilgi sahibi olabilmek,                                                                                                                  |
| 3  | Termal, dental, medikal, üçüncü yaş ve engelli turizm organizasyonu ve yönetiminde etkin görev üstlenebilmek,                                                                                                                         |
| 4  | Sağlık turizmi ile ilgili sorunları bilimsel yöntemlerle çözümleyebilmek ve eleştirel bir yaklaşımla değerlendirebilmek, ,                                                                                                            |
| 5  | Bilimsel araştırmalar için yeni projeler üretme, yürütme ve sonuçlandırma becerilerine sahip olabilmek,                                                                                                                               |
| 6  | Araştırmaları uygun istatistiksel yöntemler kullanarak yorumlayabilmek, yaptığı/katıldığı araştırmanın raporunu yazabilmek ve ulusal/uluslararası kabul görmüş hakemli bir dergide yayınlatabilmek/bilimsel toplantılarda sunabilmek, |
| 7  | Sağlık turizmi, sağlık turizminin tarihsel gelişimi ve ekonomik boyutu hakkında teorik ve pratik bilgi sahibi olur                                                                                                                    |
| 8  | Sağlık turizmi alanında hizmet veren kuruluşlarda stratejik yönetim, pazarlama, performans yönetimi, kalite yönetimi ve insan kaynakları yönetimi konularında uygulamaya yönelik bilgi ve beceri sahibi olur.                         |
| 9  | Kültürler arası farklılıkları, uluslararası sağlık mevzuatını ve hasta haklarını bilir, yorumlar ve uygulamaya aktarma becerisi kazanır.                                                                                              |
| 10 | Sağlık turizminde etik, politika ve planlama, bilişim sistemleri, mesleki yabancı dil, finansman ve aracı kuruluşlar konusunda teorik ve pratik bilgi edinir                                                                          |
| 11 | Sağlık alanında temel kavram, terminoloji ve tamamlayıcı tıp (TAT) hakkında bilgi sahibi olur.                                                                                                                                        |

**Program ve Öğrenme Çıktıları İlişkisi 1:Çok Düşük, 2:Düşük, 3:Orta, 4:Yüksek, 5:Çok Yüksek**

|      | ÖÇ1 | ÖÇ2 | ÖÇ3 | ÖÇ4 | ÖÇ5 |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| PÇ11 | 4   | 4   | 4   | 4   | 4   |

