**T.C.**

**HARRAN ÜNİVERSİTESİ**

**SAĞLIK HİZMETLERİ MESLEK YÜKSEKOKULU**

**YAŞLI BAKIMI PROGRAMI**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dersin Adı** | **Kodu** | **Yarıyılı** | **T+ U** | **Kredisi** | **AKTS** |
| **Yaşlılarda Fiziksel Rehabilitasyon**  | 331302 | III | 2+0 | 2 | 3 |
| Ön Koşul Dersler | Yok |
| Dersin Dili | Türkçe |
| Dersin Türü | Zorunlu |
| Dersin Koordinatörü |  |
| Dersi Veren  |  |
| Dersin Yardımcıları |  |
| Dersin Amacı | Bu dersin genel amacı; yaşlılık ve fiziksel egzersiz/aktivite arasında ilişki kurmak, yaşlının fiziksel, el ve kognitif fonksiyonlarını en pratik şekilde kullanmasına yardımcı olmak ve yasam kalıtasınız artırmak. |
| Dersin Öğrenme Çıktıları  | **Bu dersin sonunda öğrenci;**1. Yaşlının var olan fiziksel potansiyelini öğrenir.
2. Rehabilitasyon yöntemlerini kullanarak yaşlının yasama daha aktif tutunmasına yardımcı olur.
3. Yaşlılık ve fiziksel egzersiz/aktivite arasındaki ilışkıyı anlamlandırır.
 |
| Dersin İçeriği | Yaşlının fiziksel, anatomik ve kognitif fonksiyonlarının güçlendirilmesi. |
| **Haftalar** | **Konular** |
| 1 | Yaşlılık fizyolojisi ve yaşlanmanın sistemlere etkisi |
| 2 | Egzersizin sistemler üzerine etkisi |
| 3 | Yürüme yardımcıları ve diğer yardımcı cihazların tanıtılması ve kullanımı |
| 4 | Yaşlıda düzenli fiziksel aktivitenin etkileri ve dikkat edilmesi gereken özel durumlar |
| 5 | Fiziksel aktivite ve kas –iskelet sistemi hastalıkları |
| 6 | Yaşlıda uygulanacak egzersiz programlarını düzenleme ilkeleri ve teknikleri |
| 7 | Vücut mekanikleri |
| 8 | Vücut mekanikleri |
| 9 | Üst ekstremite egzersizleri  |
| 10 | Alt ekstremite egzersizleri |
| 11 | Solunum sistemi ve egzersizler |
| 12 | Solunum sistemi ve egzersizler |
| 13 | Kireçlenme ve önleme jimnastiği |
| 14 | Kireçlenme ve önleme jimnastiği |
| **Genel Yeterlilik** |
| 1. Yaşlının var olan fızıksel ve mental potansıyelını kullanarak yasama daha aktıf tutunmasına yardımcı olur.
2. Yaşlılık ve fızıksel egzersız/aktıvıte arasındakı ılışkıyı anlamlandırır.
 |
| **Kaynaklar** |
| *Yaşlılarda Fiziksel Sağlık Sorunları ve Rehabilitasyonu*. İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.*Hasta Ve Yaşlı Hizmetleri* (2016). Millî Eğitim Bakanlığı, Ankara. |
| **Değerlendirme Sistemi** |
| Harran Üniversitesi Ön lisans ve Lisans yönetmeliği gereği akademik dönem başında ilan edilen ders izlencelerinde belirtilecektir. |

|  |
| --- |
| **PROGRAM ÇIKTILARI İLE DERS ÖĞRENİM ÇIKTILARI İLİŞKİSİ TABLOSU**  |
|  | PÇ1 | PÇ2 | PÇ3  | PÇ4  | PÇ5  | PÇ6  | PÇ7  | PÇ8  | PÇ9  | PÇ10  | PÇ11  | PÇ12  |
| ÖÇ1  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| ÖÇ2  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| ÖÇ3  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| **ÖÇ: Öğrenme Çıktıları PÇ: Program Çıktıları**  |
| **Katkı Düzeyi**  | 1 Çok Düşük  | 2 Düşük  | 3 Orta  | 4 Yüksek  | 5 Çok Yüksek  |

 **Program öğrenme çıktıları ile ders öğrenim kazanımları ilişkisi tablosu**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ders**  | PÇ1  | PÇ2  | PÇ3  | PÇ4  | PÇ5  | PÇ6  | PÇ7  | PÇ8  | PÇ9  | PÇ1  | PÇ11  | PÇ12  |
| **Yaşlılarda Fiziksel Rehabilitasyon**  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |