**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 |