



TRABZON ÜNİVERSİTESİ
TONYA MESLEK YÜKSEKOKULU
TERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ
FİZYOTERAPİ PROGRAMI
KALÇA FLEKSÖR
KASLARINA KISALIK ÖLÇÜMÜ
DEĞERLENDİRME FORMU

1-Yetersiz: Basamağın hiç uygulanmaması ya da sırasında, doğru uygulanmaması.

2-Geliştirilmesi Gerekir: Basamağın doğru ve sırasında uygulanması, fakat eksikliklerin olması, eğitiminin hatırlatmasına gerek duyulması.

3-Yeterli: Basamağın duraklamadan ve yardıma gerek kalmadan doğru olarak ve sırasında uygulanması.

Öğrenci Adı-Soyadı:

Öğrenci No:

Uygulama Tarihleri:

Tanım : Kaslar iskelet yapıyı desteklemede önemli bir rol oynar. Böyle bir desteği mobiliteye zarar vermeden sağlamaları gerekir. Bir kasın eklemlerde normal mobilitayı sağlaması için yeterli uzunlukta olması ve eklemden etkili bir stabilite için de kısalmaması gerekir.

Kısalık testleri, eklem mobilitasının yeterli düzeyde sağlanabilmesi için kasların yeterli uzunlukta olup olmadığını değerlendirmek amacıyla yapılır.

Amaç: Ölçüm yapılan eklem, yeterli eklem hareket açıklığının olup olmaması ya da kısıtlı olup olmadığının gösterilmesi

Değerlendirme; normal, kısa veya aşırı kısa şeklinde yapılır.

Kullanılan araç ve gereçler: Yatak

Dikkat edilmesi gerekenler: Bu teste kişi, sırt üstü pozisyonda yatırılır. Bir bacak masadan sarkıtılır, diğer bacağa ise kalça ve diz fleksiyonu yaptırılır. Bu pozisyonda, diz ve kalça fleksiyonu yapan bacak göğse doğru itildiğinde kalça fleksörlerinde kısalık var ise; test edilen bacak masadan kalkacaktır.

Test uygulanırken, kişinin bel bölgesinin yatakla teması devam etmelidir.

Uygulama basamakları	Uyguladı	Uygulamadı
1. Hastanın pozisyonlanması		
2. Test edilecek bacağın masadan sarkıtılması		
3. Diğer bacağa kalça ve diz fleksiyonu yaptırılması		
4. Test esnasında bel düzgünlüğünün kontrol edilmesi		

Değerlendirme :	Toplam puan:
Sorumlu öğretim elemanı/elemanları:	
Kaynak: Tedavi Hareketlerinde Temel Değerlendirme Prensipleri - A. Saadet Otman, Nezire Köse , Hipokrat Kitapevi, 2019 , Ankara	



TRABZON ÜNİVERSİTESİ
TONYA MESLEK YÜKSEKOKULU
TERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ
FİZYOTERAPİ PROGRAMI
ÖĞRENCİ ÖZ DEĞERLENDİRME VE GERİ BİLDİRİM FORMU

Bu form, beceri uygulaması sonrasında öğrencinin kendi uygulamasını değerlendirmesi ve eğitimden tarafından yapılan gözlemler doğrultusunda bireysel gelişim sürecine katkı sağlaması amacıyla hazırlanmıştır.

1. Öğrenci Öz Değerlendirme

Değerlendirme Kriteri	Evet / Hayır	Açıklama (Varsa)
Uygulama adımlarını sırasıyla ve doğru biçimde gerçekleştirdim.		
Hasta güvenliğini sağlayacak önlemleri aldım.		
Kendi eksikliklerimin farkındayım.		
Bu uygulamaya yönelik teorik bilgim yeterliydi.		
Uygulama esnasında heyecanımı kontrol edebildim.		

2. Eğitimden Geri Bildirimi

Eğitimden, öğrencinin uygulama sırasında gözlenen güçlü yönleri ve geliştirilmesi gereken alanları buraya yazmalıdır.

--