



OMURGA BİYOMEKANİĞİ

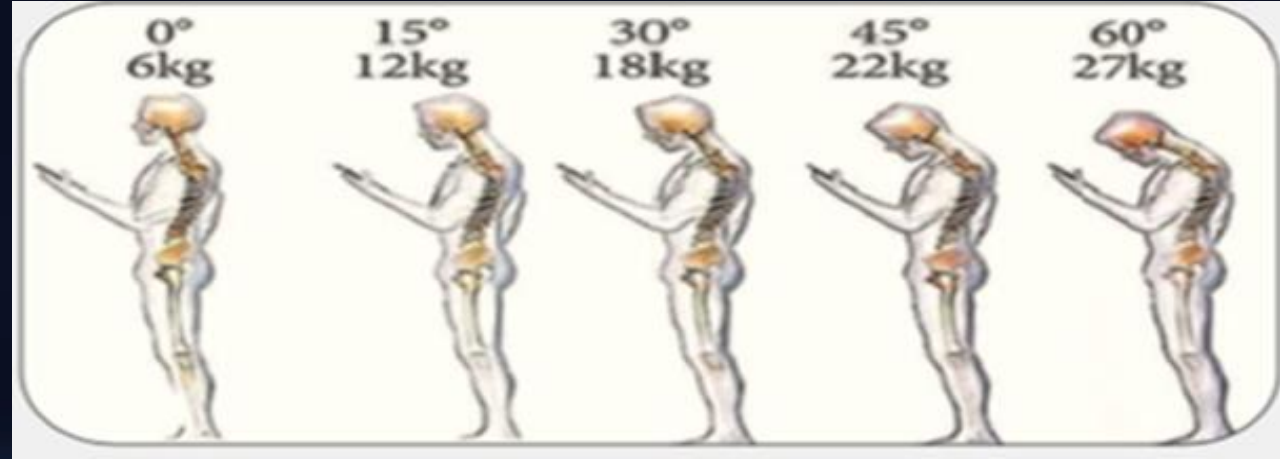
(Dik Durma)

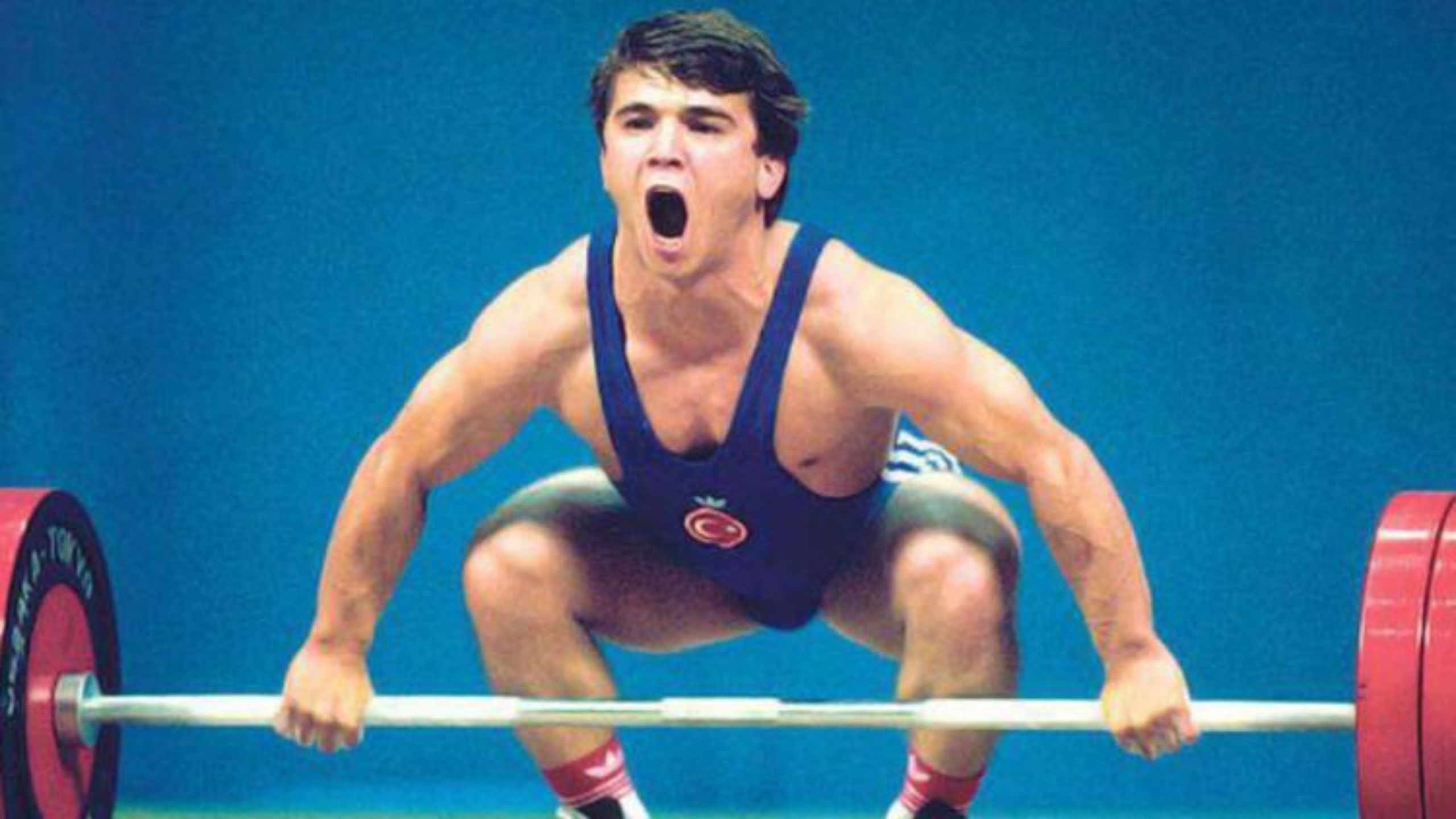
TODUP E2



D
i
K
K
A
T

SORUN: OMURGANIN TAŞIDIĞI YÜKLER





AMAÇ:HEDEF KİTLEYE OMURGANIN SAVAŞTIĞI GÜÇLER HAKKINDA FARKINDALIK SAĞLAMAK

HEDEF KİTLEYE NE KAZANDIRMAK İSTEDİK?

- Omurga **sağlığına** dikkat çekmek,
- İlerde oluşabilecek **hastalıklar** hakkında bilgi vermek,
- Oluşabilecek hastalıkların nasıl **engellenebileceğini** öğretmek,



- Omurgalarına **gereksiz yere yük** bindirdiklerinin farkında olmalarını sağlamak,
- Bunu yaparken de omurga ile ilgili **bilinmeyen bilgiler** ile onları **şaşırtmak** istedik





MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- Anket 1 doldurtuldu. **Amaç:İlk bilgi düzeyi ölçülmesi.**

ANKET 1

1- Aşağıdaki terimlerden bildiklerinizi işaretleyiniz.

☐Korse ☐Skolyoz ☐Kifoz ☐Fıtık

2- Sizce kafamızı taşımak kolay mıdır?

☐ Evet ☐ Hayır

3- Öne doğru eğilmek kolay mıdır?

☐ Evet ☐ Hayır

4- Gün içinde boy nasıl değişir?

☐ Kısalır ☐ Uzar ☐ Değişmez

5- Sırt çantanızın ipinin uzunluğu nasıl olmalıdır?

☐ Kısa ☐ Uzun

6- Ayak başparmağınızın siniri belinizde sıkışırsa ağrı nerede oluşur?

☐ Baş ☐ Bel ☐ Ayak ☐ Boyun ☐ Kol

7- Yetişkin bir bireyin baş ağırlığı ortalama ne kadardır?

☐ 0-4 ☐ 5-9 ☐ 10-14 ☐ 15-19

ANKET 2

1- Aşağıdaki terimlerden bildiklerinizi işaretleyiniz.

☐Korse ☐Skolyoz ☐Kifoz ☐Fıtık

2- Sizce kafamızı taşımak kolay mıdır?

☐ Evet ☐ Hayır

3- Öne doğru eğilmek kolay mıdır?

☐ Evet ☐ Hayır

4- Gün içinde boy nasıl değişir?

☐ Kısalır ☐ Uzar ☐ Değişmez

5- Sırt çantanızın ipinin uzunluğu nasıl olmalıdır?

☐ Kısa ☐ Uzun

6- Ayak başparmağınızın siniri belinizde sıkışırsa ağrı nerede oluşur?

☐ Baş ☐ Bel ☐ Ayak ☐ Boyun ☐ Kol

7- Yetişkin bir bireyin baş ağırlığı ortalama ne kadardır?

☐ 0-4 ☐ 5-9 ☐ 10-14 ☐ 15-19



GENEL BİLGİLENDİRME



MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- İstasyon 1: Boyun omurlarının gücü. **Amaç:**
Boyun mu daha güçlüdür bilek mi ?

BİLEK Mİ DAHA GÜÇLÜDÜR BOYUN MU ?





MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- İstasyon 2: Boyun kaslarının gücü. Amaç: Kafamızı eğik tutmak kolay mıdır?

KAFAMIZI TAŞIMAK KOLAY MIDIR?



MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- İstasyon 3: Bel kaslarımızın gücü. **Amaç:Gövdemizi eğik tutmak kolay mıdır? Eğilmek kolay mıdır?**

EĞİLMEK KOLAY MIDIR?

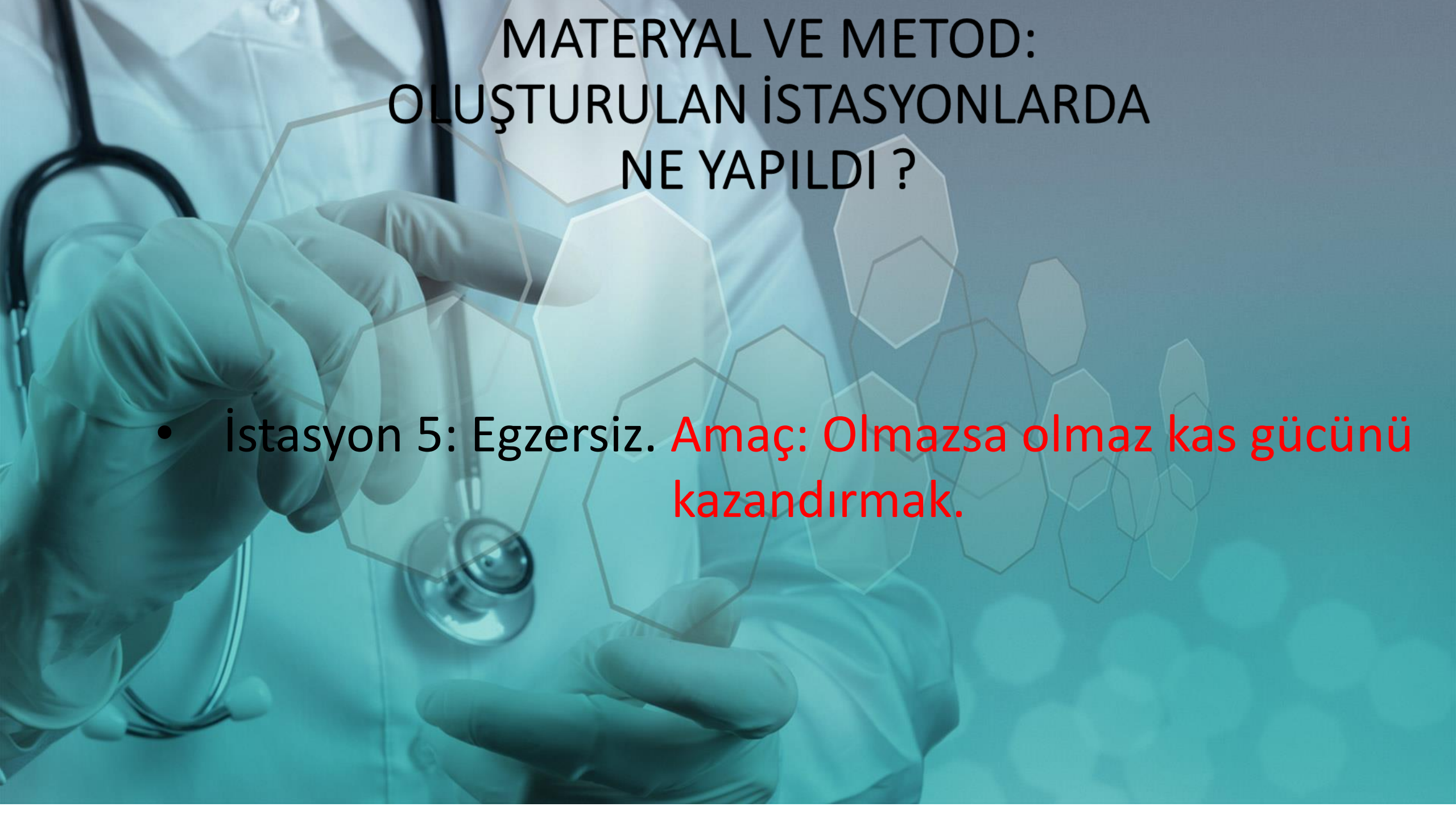


MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- İstasyon 4: Maketler ile hastalıkların tanıtılması.
Amaç: Omurga patoanatomisi hakkında fikir vermek.

HASTALIKLAR STANDI





MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

- İstasyon 5: Egzersiz. **Amaç: Olmazsa olmaz kas gücünü kazandırmak.**

EGZERSİZ

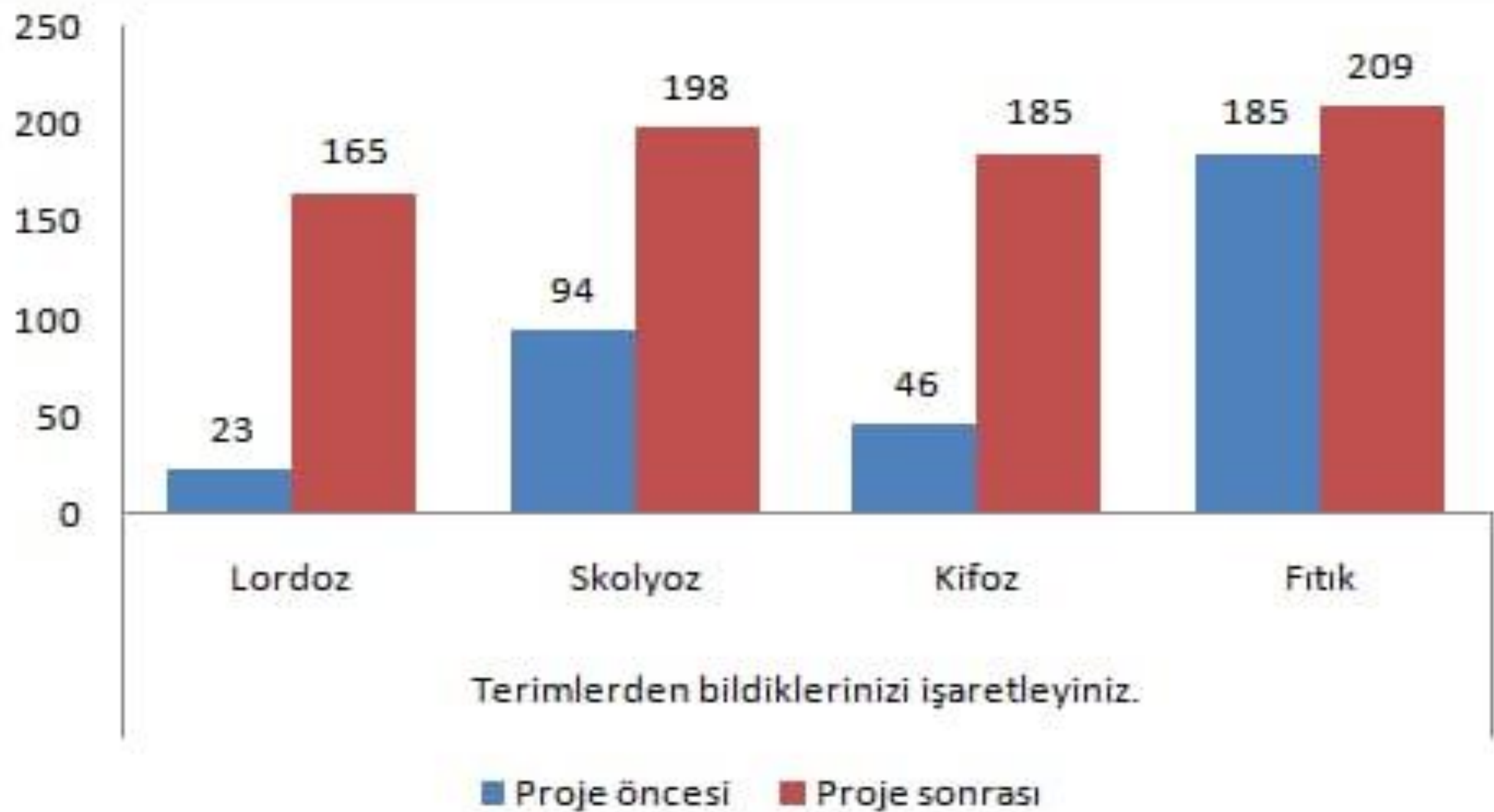


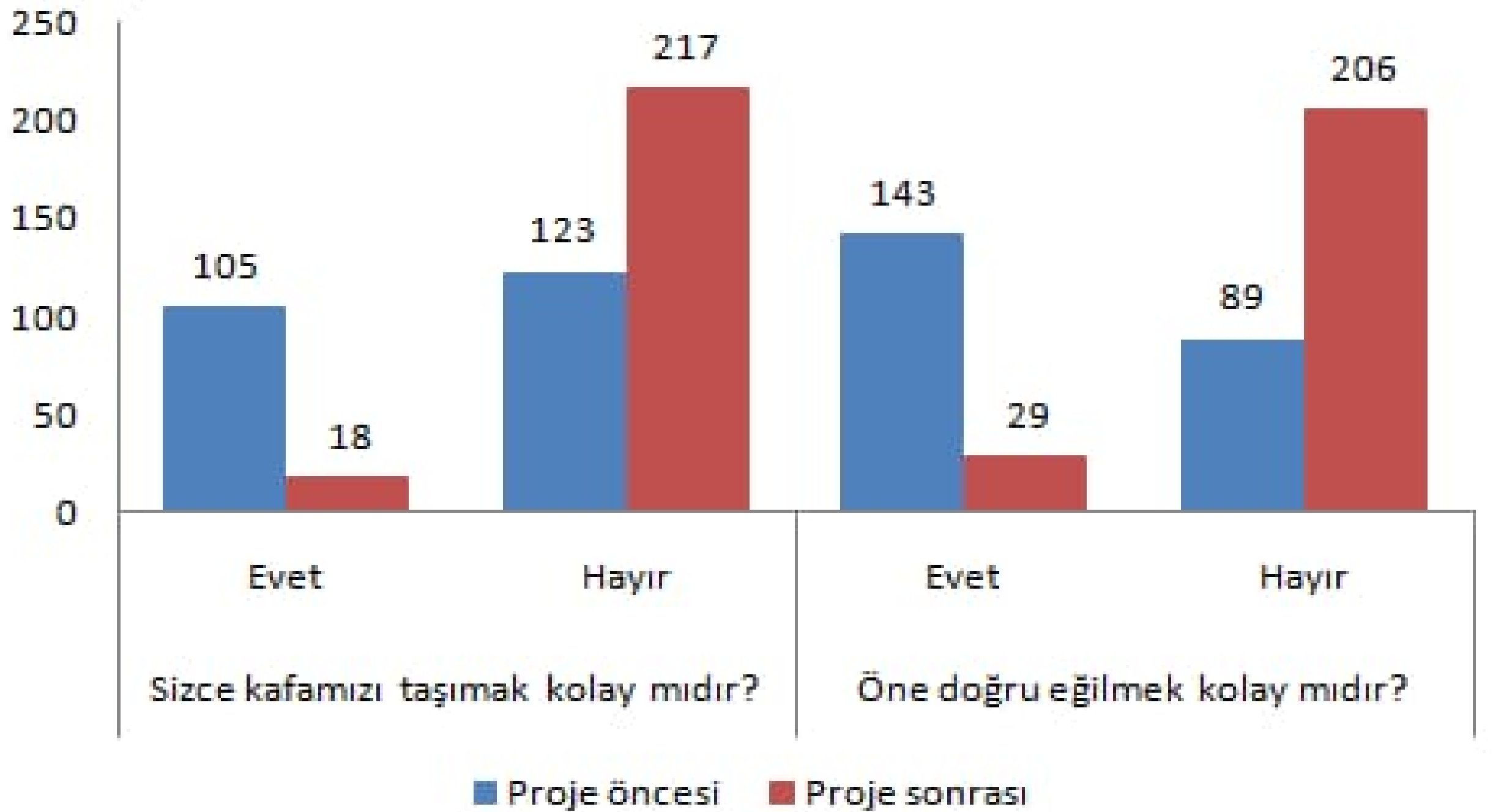
MATERYAL VE METOD: OLUŐTURULAN İSTASYONLARDA NE YAPILDI ?

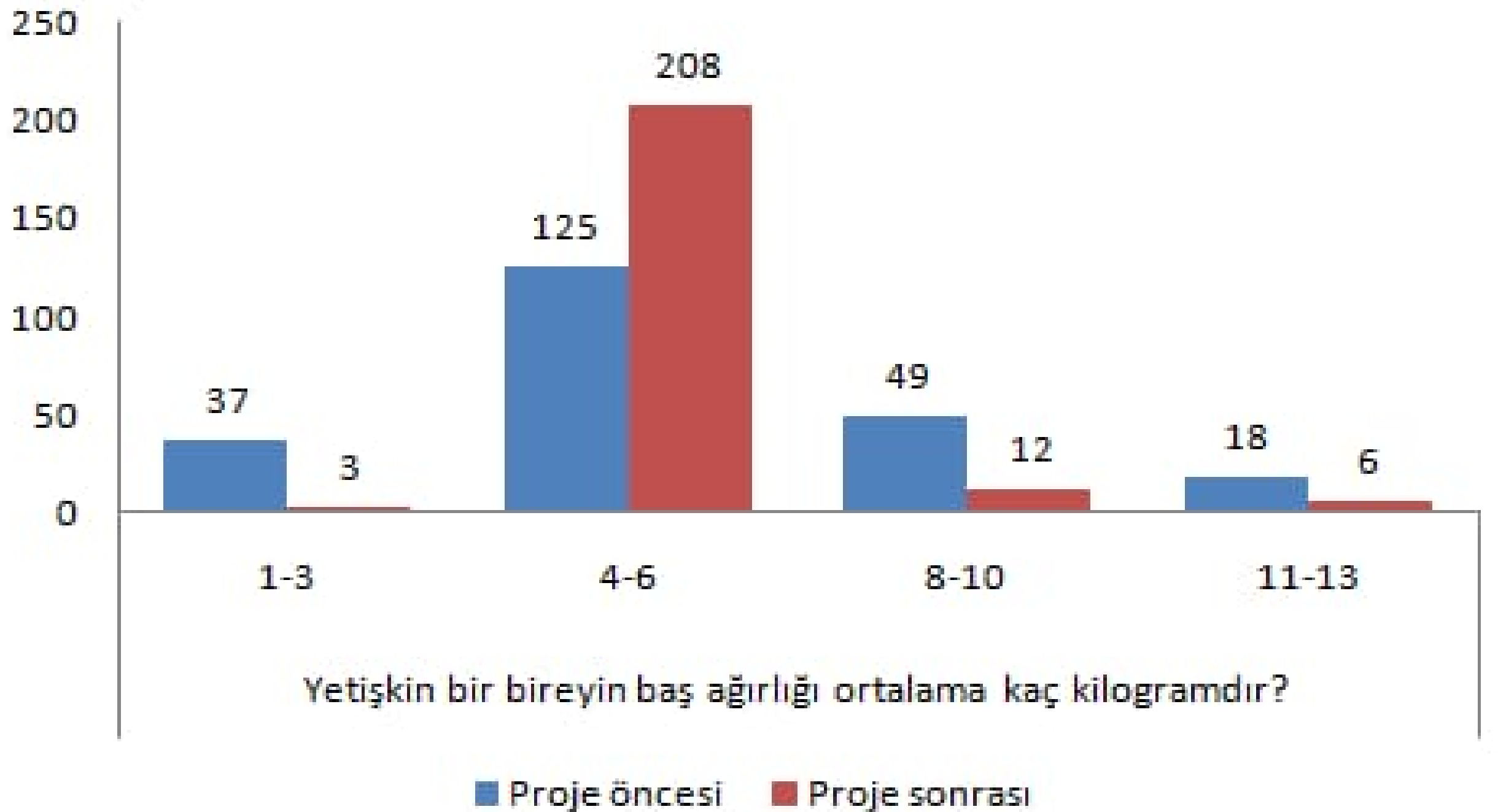
- Anket 2 doldurtuldu. **Amaç: Çıkış bilgi düzeyi ölçülmesi.**

SONUÇ

- Toplamda **237** kişi istasyonlarımızı ziyaret etti.
- Ziyaretçilerimizi iyi bir şekilde bilgilendirdik.
- Ziyaretçilerimizden iyi dönütler aldık.







KAZANANLAR

1.TOPLUM: Halk, omurga sağlığı hakkında bilinçlendirildi.

2.BİZLER: Takım bilinci ve organizasyon yeteneği kazandık. Bunu yaparken eğlendik...

3.ÜNİVERSİTE: Toplum sağlığı için var olduğunu gösterdi.

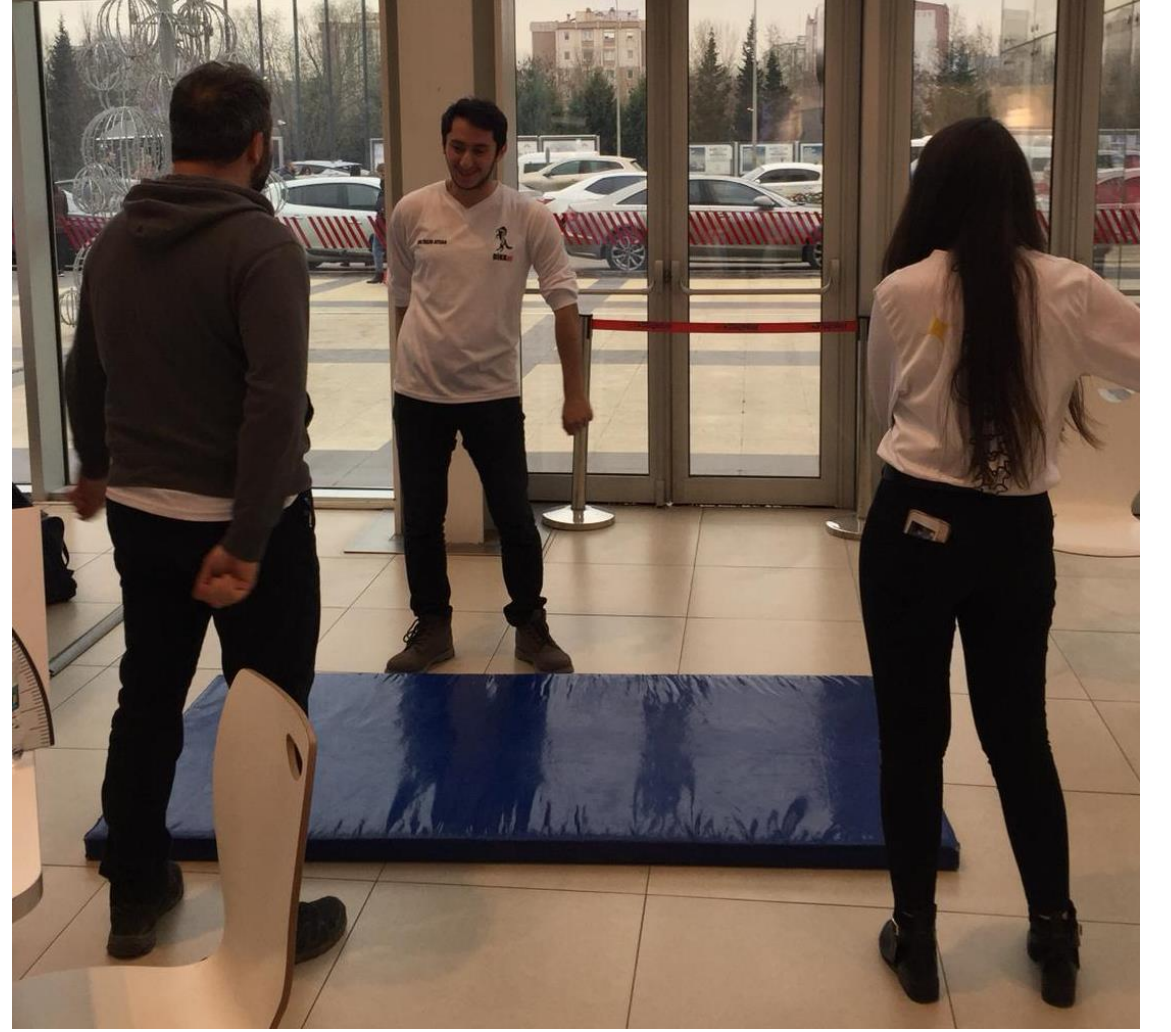




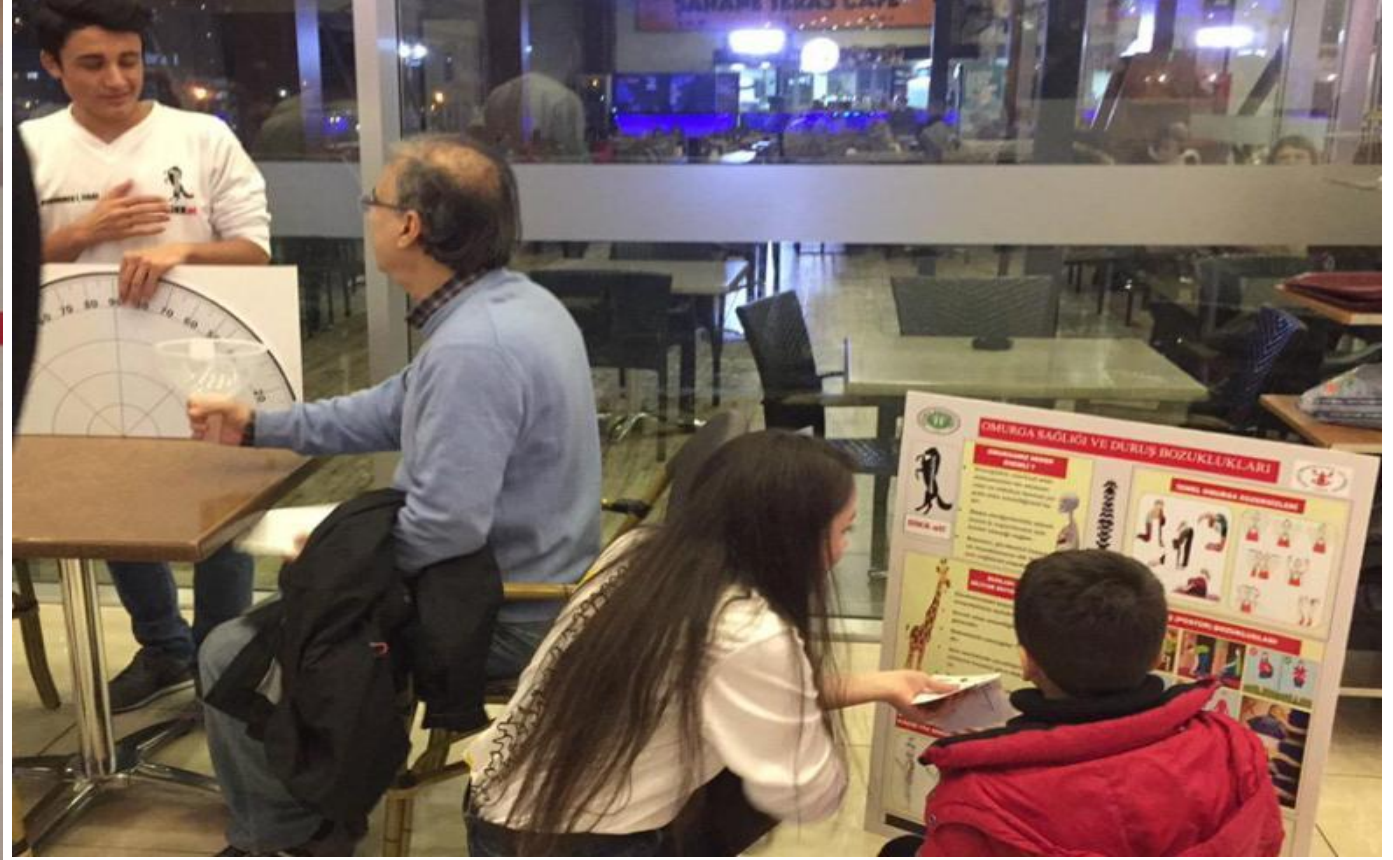




değişir? Sizdektir? etleyiniz.
baş ağırlığı ortalama kaç kg
8-10 kg
Değişmez
Tebrik ediyoruz
cani gönlü daim
başarılarınız daim
olsun. Tıp fak. kerr
mire sahip
Gıtarlımı

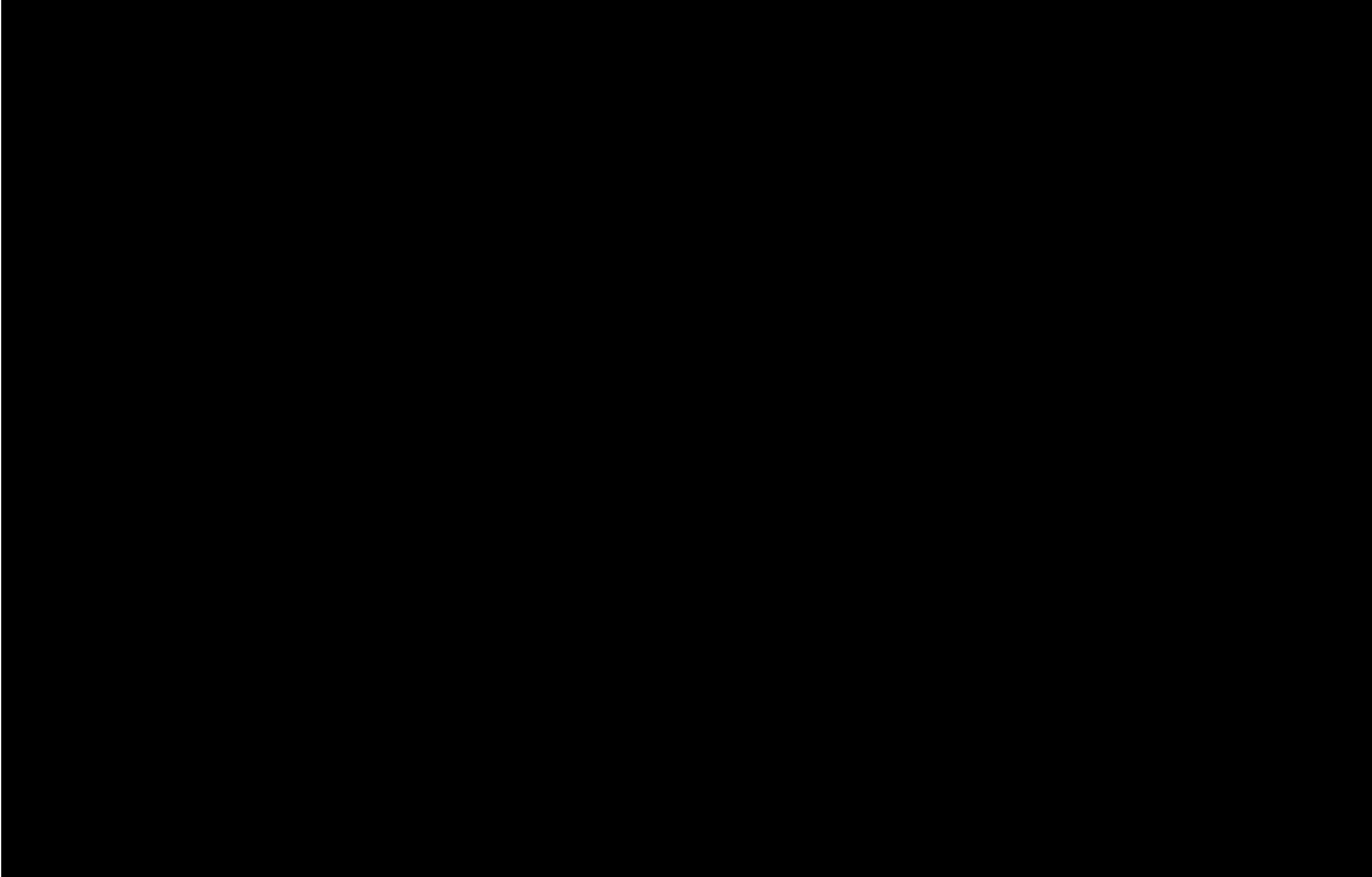


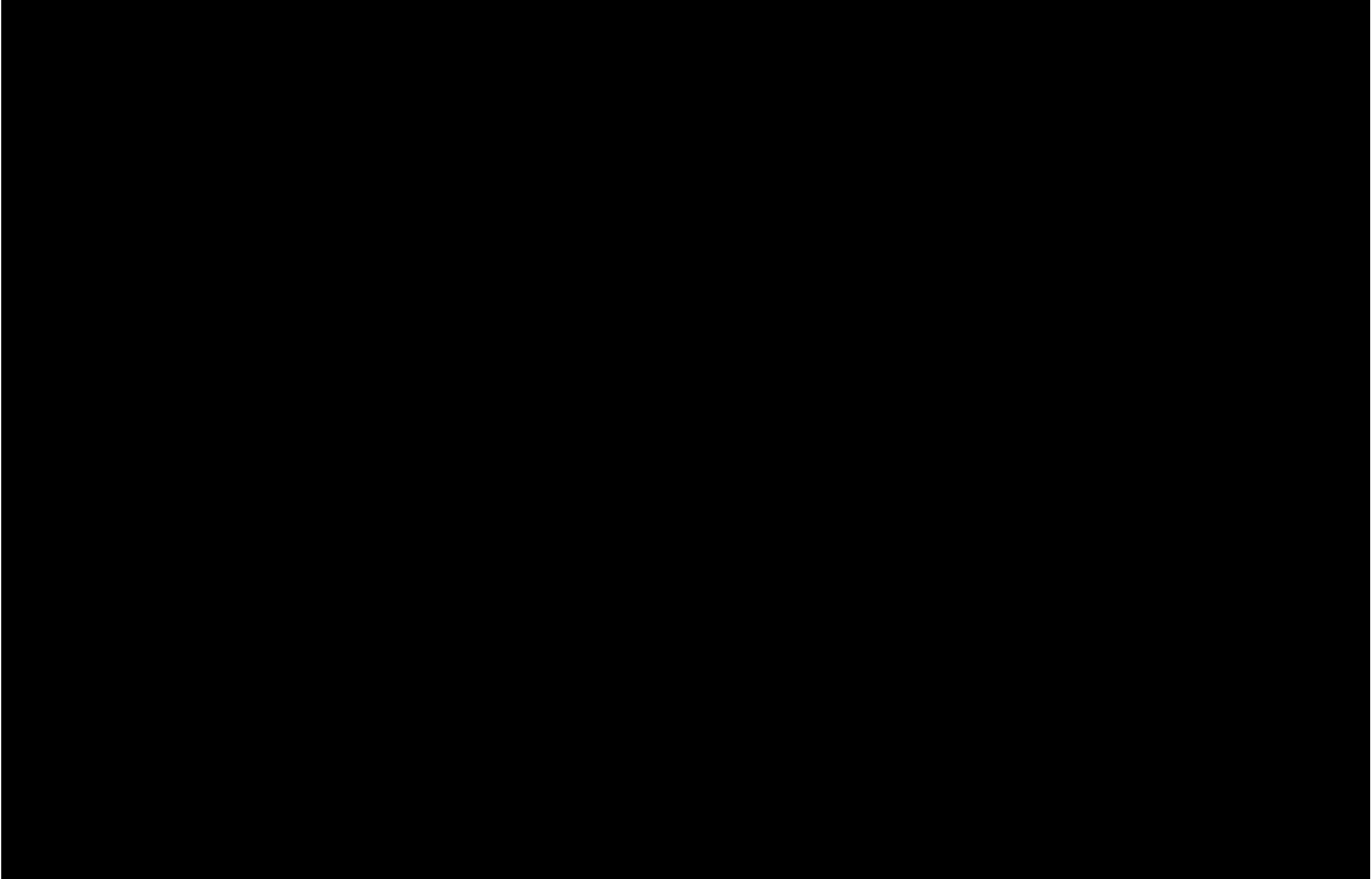
EĞLENDİK DE



**7'DEN 70'E HERKESLE
İLETİŞİM**









TEŞEKKÜR EDERİZ

