

KÜBRA KARDEŞ

DOKTOR ÖĞRETİM ÜYESİ



E-Posta Adresi : kubra.koce@istinye.edu.tr
Telefon (İş) : -
Telefon (Cep) :
Adres : Maltepe Mah., Edirne Çırpıcı Yolu, No.9 Zeytinburnu, İstanbul

Öğrenim Bilgisi

Doktora 2020 23/Ocak/2025	İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ-CERRAHPAŞA/LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON (DR)/ Tez adı: Torakal hiperkifozlu çocuklarda video temelli oyun tedavisinin skapular kasların aktivasyonu üzerine etkisi (2025) Tez Danışmanı:(Ayşe Zengin Alpözgen)
Yüksek Lisans 2018 15/Aralık/2019	İSTANBUL OKAN ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON (YL) (TEZLİ)/ Tez adı: Omurilik yaralanmalı olgularda fiziksel engelli bireyler için fiziksel aktivite skalası'nın kültürel adaptasyonu ve Türkçe versiyonu: Güvenirlilik ve geçerlik çalışması (2019) Tez Danışmanı:(Emine Atıcı; Yasemin Buran)
Lisans 2013 29/Mayıs/2017	İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR./

Akademik Görevler

DOKTOR ÖĞRETİM ÜYESİ 02.05.2025	İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR. (TAM BURLU)
ÖĞRETİM GÖREVLİSİ 2020	İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR. (TAM BURLU)
ARAŞTIRMA GÖREVLİSİ 2018-2020	İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR. (İNGİLİZCE) (TAM BURLU)

Projelerde Yaptığı Görevler:

1. Tekerlekli Sandalye Basketbol Sporcularında Performansa Etki Eden Faktörlerin Belirlenmesi: Sınıflandırma İçin En İyi Uygulama Modeli Olarak Dijital Fonksiyonel Seviye Sınıflama Sistemi- Dijital Ölçek Geliştirme, -Tübitak 1001, Yürütücü:GÜL DENİZ YILMAZ YELVAR, Araştırmacı:HABİBE SERAP İNAL, , 31/03/2022 (Devam Ediyor) (ULUSAL)
2. Torakal Hiperkifozlu Çocuklarda Video Temelli Oyun Tedavisinin Skapular Kasların Aktivasyonu Üzerine Etkisi, - Tüseb A GRUBU ACİL AR-GE PROJELERİ, Yürütücü:KÜBRA KARDEŞ, Araştırmacı:TURGUT AKGÜL, Danışman:AYŞE ZENGİN ALPÖZGEN, , 01/10/2024 - 22/07/2025 (ULUSAL)

- Sağlıklı Yaşlı Yetişkinlerde Transkraniyal Doğru Akım Uyarımı ve Denge Eğitiminin Yürüyüş ve Denge Parametreleri Üzerindeki Etkisi: Randomize Plasebo Kontrollü Üç Kör Çalışma, -Tübitak 1001, Araştırmacı:NURGÜL DÜRÜSTKAN ELBAŞI, Araştırmacı:KÜBRA KARDEŞ, Araştırmacı:YUNUS EMRE TÜTÜNEKEN, Yürütücü:DİLEK ÇOKAR, Araştırmacı:BERRAK VARHAN, Araştırmacı:GÖKÇER ESKİKURT, , 01/07/2024 (Devam Ediyor) (ULUSAL)
- Tekerlekli Sandalye Basketbol Sporcularında Fonksiyonel Solunum Kas Eğitiminin Gövde Stabilizasyonu, Aerobik Kapasite Ve Performans Üzerine Etkisinin Arastırılması, -Tübitak 1001, Araştırmacı:KÜBRA KARDEŞ, Araştırmacı:YUNUS EMRE TÜTÜNEKEN, Araştırmacı:BURCU IŞIKCI, Yürütücü:YASEMİN BURAN, Araştırmacı:NURGÜL DÜRÜSTKAN ELBAŞI, Araştırmacı:GÜL DENİZ YILMAZ YELVAR, , 01/06/2023 (Devam Ediyor) (ULUSAL)

İdari Görevler

Komisyon Üyeliği 2020	İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR. (TAM BURLU)
Bologna Koordinatörü 2019	İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ/SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON BÖLÜMÜ/FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON PR. (TAM BURLU)

Dersler *

Öğrenim Dili Ders Saati Dönem

2023-2024

Lisans

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon İntörnlük Uygulaması 1	Türkçe	18
Normal Motor Gelişimi	Türkçe	2
Fiziksel Ölçme ve Değerlendirme	Türkçe	5
Physiotherapy and Rehabilitation Internship Practice 2	İngilizce	18
Proje 1	Türkçe	2
Cardiopulmonary Rehabilitation	İngilizce	5
Pediatric Rehabilitation	Türkçe	4

Eserler

Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

- KARDEŞ KÜBRA,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,BURAN YASEMİN,ATICI EMİNE,DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL (2024). The Relationship Between Physical Activity Level and Exercise Capacity and Respiratory Parameters in Individuals With Spinal Cord Injury. Respiratory care, Doi: 10.4187/respcare.12060 (Yayın No: 9223989)
- TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,VAN DER VEER III PINAR,KARDEŞ KÜBRA,BURAN YASEMİN (2024). Reliability and Validity of the Turkish Version of the State Mindfulness Scale for Physical Activity in Young Adult Athletes. Measurement in Physical Education and Exercise Science, Doi: 10.1080/1091367X.2024.2339807 (Yayın No: 8966743)
- TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,BURAN YASEMİN,KARDEŞ KÜBRA,IŞIKCI BURCU,BİNBOĞA RAMAZAN,ÇETREFLİ EMRE,SARİLİ MEHMET,ÖZ RECEP TAYYİP (2024). The Reliability and Validity of the Timed Up & Go Test and the 30-S Sit-To-Stand Test Performed via Tele-Assessment in Ambulatory Patients with Stroke. Measurement in Physical Education and Exercise Science (Yayın No: 8966746)
- ATICI EMİNE,Gül Kenan,KARDEŞ KÜBRA,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL,BURAN YASEMİN (2024). Immediate Effect of Manual Therapy on Respiratory Functions and Respiratory Muscle Strength in Stroke Patients. Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation, Doi: 10.21653/tjpr.1454728 (Yayın No: 9223965)
- Akuzum Funda, ŞENEL AYBİKE, Polat Başak, KARDEŞ KÜBRA, KURAN ASLAN GÖKŞEN (2023). Physiotherapy Interventions On Chest Wall Mobility In Obstructive Lung Diseases: A Systematic Review. Journal of Bodywork and Movement Therapies, Doi: 10.1016/j.jbmt.2023.11.046 (Yayın No: 8754364)

Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

6. KÖÇE KÜBRA, ATICI EMİNE, Buran Çırak Yasemin, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE (2022). Cultural adaptation and Turkish version of Physical Activity Scale for Individuals with Physical Disabilities in individuals with spinal cord injury: a reliability and validity study. Disability and Rehabilitation, 44(21), 6414-6423., Doi: 10.1080/09638288.2021.1964624 (Yayın No: 7158744)
7. ZENGİN ALPÖZGEN AYŞE, KARDEŞ KÜBRA, AÇIKBAŞ ECE, DEMİRHAN FULYA, SAĞIR KÜBRA, AVCIL EREN (2022). The Effectiveness of Synchronous Tele-exercise to Maintain the Physical Fitness, Quality of Life, And Mood of Older People - A Randomized and Controlled Study. European Geriatric Medicine, 13(5), 1177-1185., Doi: 10.1007/s41999-022-00672-y (Yayın No: 7710721)
8. Çırak Yasemin, YURDAIŞIK IŞIL, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, KÖÇE KÜBRA, ÇINAR BETÜL (2021). Effect of Sustained Natural Apophyseal Glides on Stiffness of Lumbar Stabilizer Muscles in Patients With Nonspecific Low Back Pain: Randomized Controlled Trial. Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics, Doi: 10.1016/j.jmpt.2021.06.005 (Yayın No: 7169680)

B. Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında (proceedings) basılan bildiriler :

1. Akuzum Funda, ŞENEL AYBİKE, POLAT BAŞAK, KARDEŞ KÜBRA, KURAN ASLAN GÖKŞEN (2021). Physiotherapy interventions on chest wall mobility in obstructive lung diseases: a systematic review . European Respiratory Society (ERS) International Congress 2021 (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 7303777)
2. KARDEŞ KÜBRA, BURAN YASEMİN (2023). Trapez Kasında Tetik Noktası Olan Myofasiyal Ağrı Sendromlu Bireylerde Üç Farklı Bantlama Yönteminin Etkinliğinin Karşılaştırılması. 2. Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 8369427)
3. KARDEŞ KÜBRA, BURAN YASEMİN, ATICI EMİNE, IŞIKCI BURCU, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL (2023). Determination of parameters associated with physical activity levels in spinal cord injury. ERS International Congress 2023 (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 8657129)
4. ATICI EMİNE, BURAN YASEMİN, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, KARDEŞ KÜBRA, IŞIKCI BURCU, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL (2023). Immediate Effects of Thoracic Manual Therapy on Pulmonary Function in Stroke Patients. ERS International Congress 2023 (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 8657119)
5. KARDEŞ KÜBRA, ZENGİN ALPÖZGEN AYŞE, KAMIŞ GÜLŞAH, ONAT HATİCE SEZEN, KAHRAMAN BERK, ÖZTEMEL ALEYNA (2024). Validity and reliability of the scapular muscular endurance test in adolescents. 3rd Istanbul International Health Sciences Congress, 35(5), 42-42. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 9662042)
6. ÇIRAK YASEMİN, KORKEM DUYGU, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, KÖÇE KÜBRA, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE (2019). Nonspesifik Bel Ağrısı Olan Bireylerde Elastik Bant Uygulamasının Kas Elastikiyeti ve Postural Kontrol Üzerine Etkisi. 2. Uluslararası Sağlık Bilimleri ve Yaşam Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 6156794)
7. KÖÇE KÜBRA, ÖZKESKİN MEHMET (2018). Çocukluk Dönemindeki Beden Kitle İndeksi'nin Normal Motor Gelişime Olan Etkisinin İncelenmesi: Derleme. 1. Uluslararası Sağlık Bilimleri ve Yaşam Kongresi (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 6156702)
8. AKALAN NAZİF EKİN, KÖÇE KÜBRA (2017). Describing the influences of hip abductor muscle weakness on gait parameters in healthy individuals. 26th Annual ESMAC Meeting (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 6156677)

C. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplar veya kitaplardaki bölümler:

C2. Yazılan ulusal/uluslararası kitaplardaki bölümler:

1. Brukner & Khan'ın Klinik Spor Hekimliği Egzersiz Tıbbı, Bölüm adı: (Fiziksel aktivitenin reçetelendirilmesi: klinik değerlendirme) (2024)., TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, KARDEŞ KÜBRA, BURAN YASEMİN, Ankara Nobel Tıp Kitabevleri, Editör: Prof. Dr. H. Serap İnal, Prof. Dr. Feryal Subaşı, Prof. Dr. Gökhan Metin, Basım sayısı: 1, Sayfa Sayısı 660, ISBN: 6256448081, Türkçe (Bilimsel Kitap) (Yayın No: 8785013)
2. Romatolojik Hastalılarda Fizyoterapi ve Rehabilitasyon: Kanıta Dayalı Perspektif, Bölüm adı: (ÇOCUKLUK ÇAĞI ROMATOLOJİK HASTALIKLARDA İCF TABANLI FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON DEĞERLENDİRME YÖNTEMLERİ) (2024)., EMİRZA ÇİĞDEM, YEKDANEH AYŞE ASENA, POYRAZ İŞLEYEN TUĞÇE, Akyürek Elçin, EVRENDİLEK HALENUR, KARDEŞ KÜBRA, İÜC Yayınevi, Editör: Prof. Dr. Ela TARAKCI, Basım sayısı: 1, Sayfa Sayısı 188, ISBN: 978-605-7880-45-1, Türkçe (Bilimsel Kitap) (Yayın No: 8902457)

3. Kronik Hastalıklarda Fiziksel Aktivite ve Egzersiz Kanıta Dayalı Uygulamalar, Bölüm adı:(KEMOTERAPİ/RADYOTERAPİ/İLAÇLARIN/SUPPLEMENT EGZERSİZE ETKİSİ) (2023)., IŞIKCI BURCU, KARDEŞ KÜBRA, BURAN YASEMİN, Hipokrat Yayıncılık, Editör:Doç. Dr. Gül Deniz Yılmaz Yelvar, Prof. Dr. Yasemin Buran Çırak, Basım sayısı:1, Sayfa Sayısı 1, ISBN:9786256429086, Türkçe(Bilimsel Kitap) (Yayın No: 8472797)

D. Ulusal hakemli dergilerde yayımlanan makaleler :

1. KARDEŞ KÜBRA,VAN DER VEER III PINAR,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,AYKAÇ HALE NUR,ARSLAN ESRA,AKSOY AYŞENUR,BURAN YASEMİN (2024). Effects of Different Taping Techniques in Individuals with Myofascial Pain Syndrome with a Trigger Point in the Trapezius Muscle: A Sham-controlled Randomized Study. Medeniyet Medical Journal, Doi: 10.4274/MMJ.galenos.2024.59207 (Kontrol No: 8966763)
2. BURAN YASEMİN,IŞIKCI BURCU,KARDEŞ KÜBRA,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ,İNAL HABİBE SERAP (2023). Video-Based Physical Exercise Effects on Young Adults in Social Isolation During the Coronavirus Pandemic. Istanbul Gelisim University Journal of Health Sciences, Doi: 10.38079/igusabder.1264586 (Kontrol No: 8966749)
3. VAN DER VEER III PINAR,KARDEŞ KÜBRA,BÜYÜK CEMRE,TANRIVERDİ PERVİN,NİDAL LAMIA,ATTAR YOUSSEF (2023). Amatör Erkek Basketbol Oyuncularında Tüm Vücut Vibrasyon Egzersizlerinin Spor Performansı Üzerine Etkisi. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi (Kontrol No: 8966753)
4. BURAN YASEMİN, KARDEŞ KÜBRA, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, İNAL HABİBE SERAP (2022). Staying Physically and Psychologically Healthy in Social Isolation: Video-Based Exercise Program for Adults: A Randomized Controlled Trial. Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi, 7(4), 1049-1059., Doi: 10.5336/healthsci.2021-87773 (Kontrol No: 8516801)
5. BURAN YASEMİN, KARDEŞ KÜBRA, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, İNAL HABİBE SERAP (2022). Staying Physically and Psychologically Healthy in Social Isolation: Video-Based Exercise Program for Adults. Türkiye Klinikleri Sağlık Bilimleri Dergisi, Doi: 10.5336/healthsci.2021-87773 (Kontrol No: 7796240)

E. Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında

1. TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, SEYRAN ZEYNEP, KARDEŞ KÜBRA, YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, BURAN YASEMİN, İNAL HABİBE SERAP (2021). Postmenapozal kadınlarda tele-rehabilitasyon denetimli ve video tabanlı bedensel farkındalık terapisinin etkilerinin karşılaştırılması. 8. Ulusal Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Kongresi, 160-160. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 7896566)
2. KÖÇE KÜBRA, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, BURAN YASEMİN, İNAL HABİBE SERAP (2021). COVID-19 pandemisi nedeniyle sosyal izolasyon sürecinde olan yetişkin bireylere uygulanan video temelli egzersiz programının etkilerinin incelenmesi. 8. Ulusal Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 7206258)
3. BURAN YASEMİN, YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ, DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL, IŞIKCI BURCU, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, KARDEŞ KÜBRA (2023). Effects of manuel therapy and inspiratory muscle training on respirotary functions, fatigue and activities in children with muscular disease. ERS International Congress 2023 (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 8657124)
4. TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, VAN DER VEER III PINAR, KARDEŞ KÜBRA, BURAN YASEMİN (2023). Cultural Adaptation and Turkish Version of The State Mindfulness Scale for Physical Activity in Young Athletes: A Reliability and Validity Study. 9. Ulusal Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Kongresi (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 8783816)
5. KARDEŞ KÜBRA, VAN DER VEER III PINAR, TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE, BURAN YASEMİN (2023). Farklı Germe Türlerinin Gastrocnemius Kası Viskoelastik Özellikleri ve Performans Üzerindeki Etkileri . 9. Ulusal Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 8784591)
6. ÇIRAK YASEMİN,DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL,YURDAIŞIK IŞIL,YILMAZ YELVAR GÜL DENİZ,KORKEM DUYGU,KÖÇE KÜBRA,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE (2019). Median Sinir Nöromobilizasyonunun Median Sinir Elastikiyetine Etkisi. X. Uluslararası Katılımlı Spor Fizyoterapistleri Kongresi, 2019(1), 100-100. (Özet Bildiri/Poster) (Yayın No: 6156860)
7. DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL,KORKEM DUYGU,ÇIRAK YASEMİN,YURDAIŞIK IŞIL,KÖÇE KÜBRA,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,PAMUKÇU BURCU (2019). Nonspesifik Bel Ağrılı Bireylerde Toralumbal Fasya Germe Uygulamasının Lumbal Stabilizatör Kasların Elastikiyeti Üzerine Etkisi. 1. İstanbul Sağlık Bilimleri Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 6156829)
8. KORKEM DUYGU,ÇIRAK YASEMİN,DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL,YURDAIŞIK IŞIL,TÜTÜNEKEN YUNUS EMRE,KÖÇE KÜBRA,SAGIR KÜBRA (2019). Nonspesifik Bel Ağrılı Bireylerde Mulligan Konsepti Sürekli Doğal Apofizyal Kayma Uygulamasının Lumbal Stabilizatör Kasların Elastikiyeti Üzerine Etkisi. 1. İstanbul Sağlık Bilimleri Kongresi (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 6156819)
9. KÖÇE KÜBRA,DUYMAZ TOMRİS (2019). Obstetrik Brakial Pleksus Paralizi Olan Çocuklarda Ayna Terapi Yönteminin Üst Ekstremitte Fonksiyonları Üzerine Etkisi. 7. Ulusal Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Kongresi, 30(3), 78-78. (Özet Bildiri/Sözlü Sunum) (Yayın No: 6156737)
10. ÇIRAK YASEMİN,DÜRÜSTKAN ELBAŞI NURGÜL,KORKEM DUYGU,KÖÇE KÜBRA (2019). Obez Genç Yetişkin Kadınlarda Uygulanan Düşük Eforlu Yüksek Yoğunluklu Aralıklı Egzersiz Eğitimi (REHIT). 7.

Üniversite Dışı Deneyim

30.09.2020-
30.06.2022 **Uzman Fizyoterapist** Özel Dönüşüm Akademi Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, (Diğer)

17.08.2017-
31.10.2019 **Fizyoterapist** Özel Öz İpekyolu Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, (Diğer)