

Certificat

Entraînement Invisible du Développement Cérébral





Certificat

Entraînement Invisible du Développement Cérébral

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/education/cours/entrainement-invisible-developpement-cerebral

Sommaire

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 16

05

Méthodologie

page 20

06

Diplôme

page 28

01

Présentation

Les bienfaits de l'activité physique sur le corps et l'esprit sont indéniables. Cependant, peu de professionnels prennent en compte l'importance des habitudes de sommeil, de la nutrition ou de l'hygiène sportive. Des recherches scientifiques récentes ont montré que ce que l'on appelle l'entraînement invisible est aussi important que l'exercice physique lui-même. C'est pourquoi TECH a créé cette qualification 100% en ligne, qui offre aux enseignants un programme avancé sur l'importance de l'entraînement invisible et l'amélioration des performances des élèves. Tout cela, grâce à un contenu multimédia de haute qualité, développé par une équipe spécialisée en Neuroéducation et en Sciences de l'Activité Physique et Sportive.





“

Un diplôme universitaire qui vous amènera à améliorer la qualité cognitive et physique des étudiants par le biais de programmes et de stratégies axés sur l'entraînement actif et invisible"

Ces dernières années, grâce au soutien de la recherche scientifique en Neuroéducation, la connaissance de ce que l'on appelle "l'entraînement invisible" a été promue parmi les enseignants. Ainsi, la relation entre l'activité physique et la santé a franchi une étape supplémentaire, en prenant en compte l'importance de la nutrition, du repos actif et de l'importance du sommeil dans l'apprentissage.

Ces preuves scientifiques amènent les professionnels de l'enseignement à transmettre, par le biais de leurs méthodes d'enseignement, des habitudes saines qui préviennent les maladies, améliorent la posture du corps et connaissent les effets de l'action motrice sur la santé. C'est dans cette optique que TECH a créé ce programme 100% en ligne, qui offre aux enseignants un programme intensif et avancé sur l'entraînement invisible dans le développement du cerveau.

Ainsi, grâce à des résumés vidéo, des vidéos détaillées, des lectures essentielles et des études de cas, les étudiants pourront apprendre les principaux programmes et outils utilisés pour améliorer la qualité de vie des personnes, prévenir les maladies et favoriser l'apprentissage. Un ensemble de concepts que vous assimilerez beaucoup plus efficacement, grâce à la méthode du *Relearning*, utilisée par cette institution.

Une excellente occasion de progresser professionnellement grâce à un diplôme flexible auquel vous pourrez accéder confortablement, où et quand vous le souhaitez. Les étudiants auront seulement besoin d'un appareil électronique doté d'une connexion internet pour pouvoir consulter le contenu hébergé sur la plateforme virtuelle à tout moment. Une option académique unique compatible avec les responsabilités les plus exigeantes.

Ce **Certificat en Entraînement Invisible du Développement Cérébral** contient le programme académique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Neuroéducation et Éducation Physique
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur des méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ Il est possible d'accéder aux contenus depuis tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion à internet



Un Certificat 100% en ligne qui vous permettra d'approfondir vos connaissances sur la façon dont le cerveau organise la posture du corps et influence la façon dont nous nous sentons et pensons"

“

Une option académique qui vous donnera les clés pour apporter dans votre classe les différentes stratégies de mise en œuvre du repos actif

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Pendant 150 heures d'enseignement, vous apprendrez les derniers postulats scientifiques qui soulignent l'importance du sommeil et de la nutrition dans les performances des élèves.

Promouvez des actions éducatives qui encouragent des habitudes saines chez vos élèves grâce à l'entraînement invisible.



02

Objectifs

L'objectif de ce Certificat est de fournir aux professionnels de l'enseignement les informations les plus importantes sur l'entraînement invisible et le développement du cerveau d'un point de vue neuroscientifique. Ils seront ainsi en mesure de mettre en œuvre des méthodologies d'enseignement qui promeuvent des habitudes saines grâce à la relation entre l'action physique et la santé mentale. De plus, pour y parvenir, les étudiants disposeront d'une équipe d'enseignants qui les guideront pendant les 6 semaines du programme.



“

Capsules multimédias, lectures ou études de cas constituent le matériel pédagogique auquel vous aurez accès 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7"



Objectifs généraux

- ♦ Connaître les bases et les principaux éléments de la Neuroéducation
- ♦ Intégrer les nouvelles contributions de la Science du Cerveau dans les processus d'enseignement et d'apprentissage
- ♦ Découvrir comment favoriser le développement du cerveau par l'action motrice
- ♦ Mettre en place les innovations de la Neuroéducation dans le domaine de l'Éducation Physique
- ♦ Obtenir une formation spécialisée en tant que professionnels de la Neuroéducation dans le domaine de l'action motrice





Objectifs spécifiques

- Comprendre le rôle des principales myokines en relation avec l'exercice et la santé
- Identifier de nouvelles approches pour la prévention des maladies et l'amélioration de la qualité de vie en termes de maladies à risque cardiovasculaire (obésité, diabète ou syndrome métabolique)
- Analyser la pertinence de la posture corporelle d'un point de vue neuroscientifique

“

Découvrez grâce à ce Certificat l'importance des myokines et leur relation avec l'exercice et le bien-être de la personne"

03

Direction de la formation

TECH a réuni dans ce Certificat un personnel de gestion et d'enseignement spécialisé dans la Neuroéducation et les Sciences de l'Activité Physique et Sportive, qui transfère sa vaste expérience professionnelle au plan d'étude de ce programme. De plus, grâce à leurs qualités humaines, ils sauront dissiper les doutes qui pourraient surgir quant au développement cérébral des élèves et à l'amélioration de leurs résultats scolaires.



“

TECH a sélectionné, au terme d'un processus rigoureux, une excellente équipe pédagogique pluridisciplinaire qui vous accompagnera dans l'amélioration de vos méthodologies d'enseignement par le biais des activités physiques"

Direction



Mme Pellicer Royo, Irene

- ♦ Experte en Éducation Émotionnelle à la Jesuites-Caspe School, Barcelone
- ♦ Master en Sciences Médicales Appliquées à l'Activité Physique et au Sport par l'Université de Barcelone
- ♦ Master en Éducation Émotionnelle et Bien-être de l'Université de Barcelone
- ♦ Licence en Sciences de l'Activité Physique et du Sport, Université de Grenade

Professeurs

Dr De la Serna, Juan Moisés

- ♦ Psychologue et Rédacteur Expert en Neurosciences
- ♦ Rédacteur Spécialisé en Psychologie et en Neurosciences
- ♦ Auteur de la Chaire en Psychologie et Neurosciences
- ♦ Diffuseur Scientifique
- ♦ Docteur en Psychologie
- ♦ Licence en Psychologie. Université de Séville
- ♦ Master en Neurosciences et Biologie du Comportement Université Pablo de Olavide, Séville

- ♦ Expert en Méthodologie d'Enseignement. Université La Salle
- ♦ Expert Universitaire en Hypnose Clinique, Hypnothérapie Université Nationale d'Enseignement à Distance
- ♦ Diplôme en Travail Social, Gestion des Ressources Humaines, Administration du Personnel Université de Séville
- ♦ Expert en Gestion de Projets, Administration et Gestion des Affaires Fédération des Services U.G.T.
- ♦ Formateur de Formateurs Collège Officiel des Psychologues d'Andalousie



Dr Navarro Ardoy, Daniel

- ◆ CEO Principal de Teacher MBA
- ◆ Groupe de Recherche PROFITH (PROmoting FITness and Health)
- ◆ Groupe de Recherche SAFE
- ◆ Groupe de Recherche AFFECTS 262
- ◆ Professeur d'Éducation Physique
- ◆ Docteur en Éducation Physique Appliquée à la Santé du Programme d'Activité Physique et Santé de l'Université de Grenade
- ◆ Docteur en Éducation Physique Appliquée à la Santé avec Stage en Recherche à l'Institut Karolinska de Stockholm
- ◆ Licence en Sciences de l'Activité Physique et du Sport de l'Université de Grenade

Mme Rodríguez Ruiz, Celia

- ◆ Psychologue Clinique au Centre EVEL
- ◆ Responsable du Secteur de Psychopédagogie du Centre d'Étude Atenea
- ◆ Conseiller Pédagogique chez Cuadernos Rubios
- ◆ Rédactrice pour le Revue Hacer Familia
- ◆ Rédactrice de l'Équipe de Consultations Web Healthcare
- ◆ Collaboratrice de la Fondation Eduardo Punset
- ◆ Licence en Psychologie de l'UNED
- ◆ Licence en Pédagogie de l'Université Complutense de Madrid
- ◆ Spécialiste Universitaire en Thérapie Cognitivo-comportementale dans l'Enfance et l'Adolescence de l'UNED
- ◆ Spécialiste en Psychologie Clinique et Psychothérapie de l'Enfant de INUPSI
- ◆ Formée en Intelligence Émotionnelle, Neuropsychologie, Dyslexie, TDAH, Émotions Positives et Communication

04

Structure et contenu

TECH utilise un système d'enseignement unique, la méthode du *Relearning*. Une stratégie pédagogique qui consiste à réitérer les concepts clés tout au long du programme, ce qui vous permettra de consolider les connaissances acquises et de réduire les longues heures d'étude. De plus, grâce au matériel pédagogique innovant, vous pourrez apprendre de manière plus attrayante et dynamique la pertinence de la formation invisible pour l'amélioration des performances des étudiants. Toutes ces ressources sont disponibles 24 heures sur 24, à partir de n'importe quel appareil électronique doté d'une connexion internet.

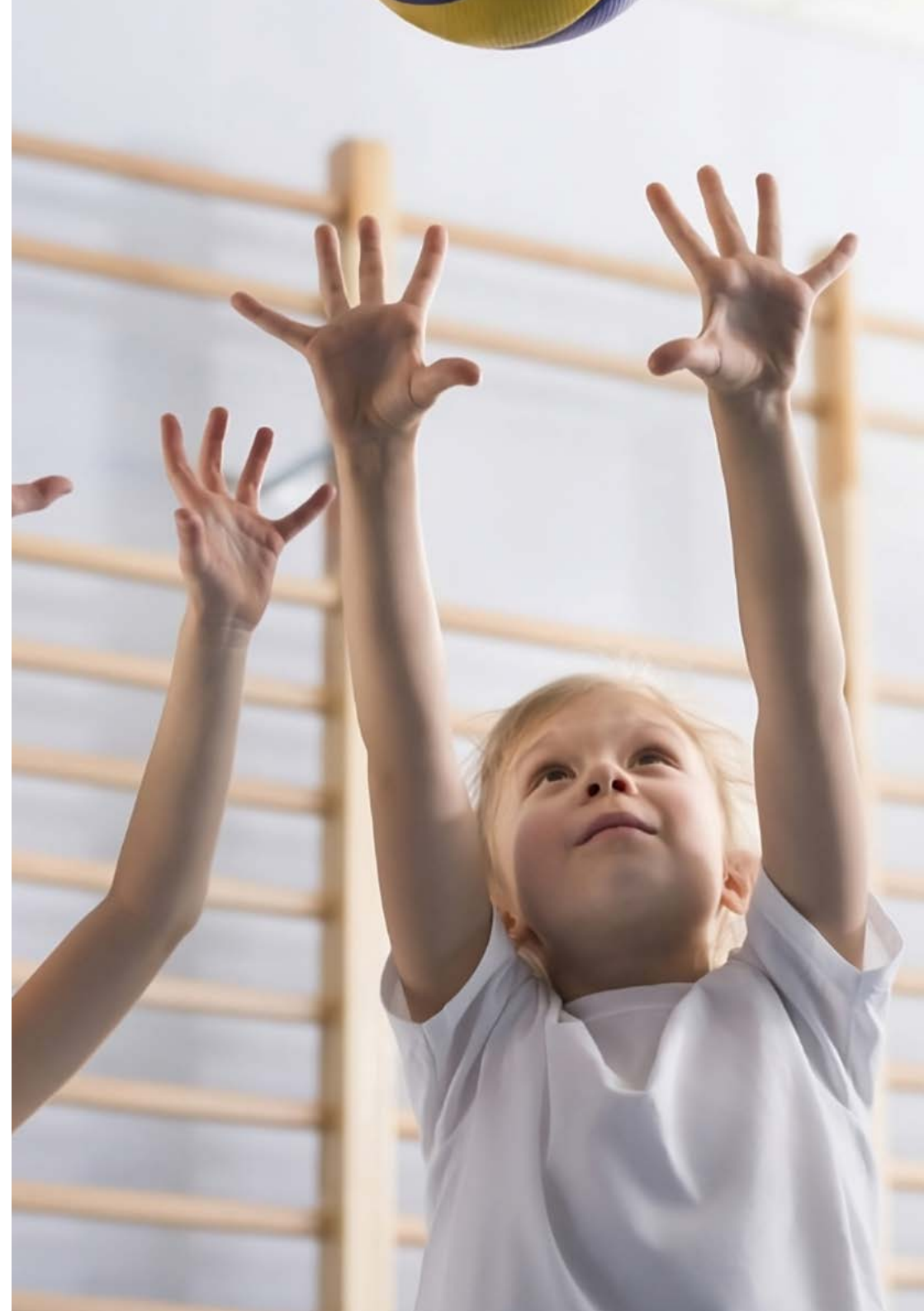


“

Grâce à une approche théorique et pratique, vous pourrez acquérir des connaissances avancées sur la formation invisible et les transmettre à vos élèves”

Module 1. Entraînement Invisible du Développement Cérébral

- 1.1. Concept d'entraînement invisible
 - 1.1.1. L'entraînement invisible
 - 1.1.2. La pertinence de la formation invisible pour l'amélioration des performances
 - 1.1.3. Les attitudes de base dans la vie quotidienne
 - 1.1.4. Hygiène sportive
 - 1.1.5. Disposition mentale positive
 - 1.1.6. Le principe de la supercompensation
 - 1.1.7. Facteurs clés de la formation invisible
 - 1.1.8. La discipline pour promouvoir la formation invisible
- 1.2. Le rôle des principales myokines en relation avec l'exercice et la santé
 - 1.2.1. Que sont les myokines ? Quelle importance ont-ils?
 - 1.2.2. Inactivité physique, inflammation et syndrome métabolique
 - 1.2.3. Les principales myokines et leur rôle
 - 1.2.4. Conclusions myokines
- 1.3. L'alimentation
- 1.4. L'importance du sommeil pour l'apprentissage
 - 1.4.1. Les fonctions du sommeil
 - 1.4.2. Quel est le substrat anatomique du sommeil
 - 1.4.3. Quel est le rôle du sommeil dans l'apprentissage et la mémoire
 - 1.4.4. Phases du sommeil et consolidation de la mémoire
 - 1.4.5. Le sommeil favorise l'intelligence ou la pensée créative
 - 1.4.6. Hygiène du sommeil
 - 1.4.7. Les conséquences d'un mauvais sommeil
 - 1.4.8. Le sommeil et les substances nocives



- 1.5. Pauses actives
 - 1.5.1. Qu'est-ce que le repos actif?
 - 1.5.2. Différence entre le repos actif et le repos passif
 - 1.5.3. L'importance du repos actif pour la récupération musculaire
 - 1.5.4. Maintenir la circulation sanguine pour récupérer plus vite
 - 1.5.5. Intensité décroissante
 - 1.5.6. Repos actif dans le cadre de la routine d'exercice
 - 1.5.7. Les moyens de pratiquer le repos actif
 - 1.5.8. Les avantages du repos actif
- 1.6. Prévention des habitudes néfastes
 - 1.6.1. Habitudes nuisibles à la santé
 - 1.6.2. L'importance de la prévention
 - 1.6.3. Le développement d'habitudes saines
 - 1.6.4. Hygiène physique
 - 1.6.5. Attitude mentale positive
 - 1.6.6. Adopter des habitudes saines
 - 1.6.7. Prévenir les habitudes malsaines
 - 1.6.8. Alliés technologiques
- 1.7. La posture corporelle d'un point de vue neuroscientifique
 - 1.7.1. Notre posture corporelle
 - 1.7.2. La posture de notre corps est organisée par le cerveau
 - 1.7.3. La posture corporelle influence la façon dont nous nous sentons et pensons
 - 1.7.4. Posture corporelle et performance
 - 1.7.5. Outils pour une bonne posture corporelle
- 1.8. Prévention des maladies et amélioration de la qualité de vie
 - 1.8.1. Relation entre l'action physique et la santé mentale
 - 1.8.2. La condition physique comme facteur de prévention des maladies mentales
 - 1.8.3. Comment la forme physique améliore-t-elle notre qualité cognitive?
 - 1.8.4. Programmes et outils pour la prévention des maladies mentales par l'activité physique
- 1.9. Prévention des maladies et l'amélioration de la qualité de vie en termes de maladies à risque cardiovasculaire (obésité, diabète ou syndrome métabolique)
 - 1.9.1. La condition physique comme facteur majeur de prévention
 - 1.9.2. Effet de la condition physique sur les maladies cardiovasculaires et le cerveau
 - 1.9.3. Programmes visant à augmenter le niveau d'activité physique et à réduire le risque de maladies cardiovasculaires chez les enfants et les adolescents
- 1.10. Prévention et amélioration des processus cancérigènes dus à l'action motrice
 - 1.10.1. L'action motrice comme facteur de santé
 - 1.10.2. La condition physique comme éléments de prévention des processus cancérigènes
 - 1.10.3. La condition physique et l'amélioration des processus cancérigènes
 - 1.10.4. La forme physique, le système immunitaire et ses effets sur la santé
 - 1.10.5. Programmes d'activité physique pour les personnes atteintes de cancer



Ce Certificat vous permettra de connaître les programmes et les outils les plus efficaces pour la prévention des maladies mentales par l'activité physique"

05

Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.





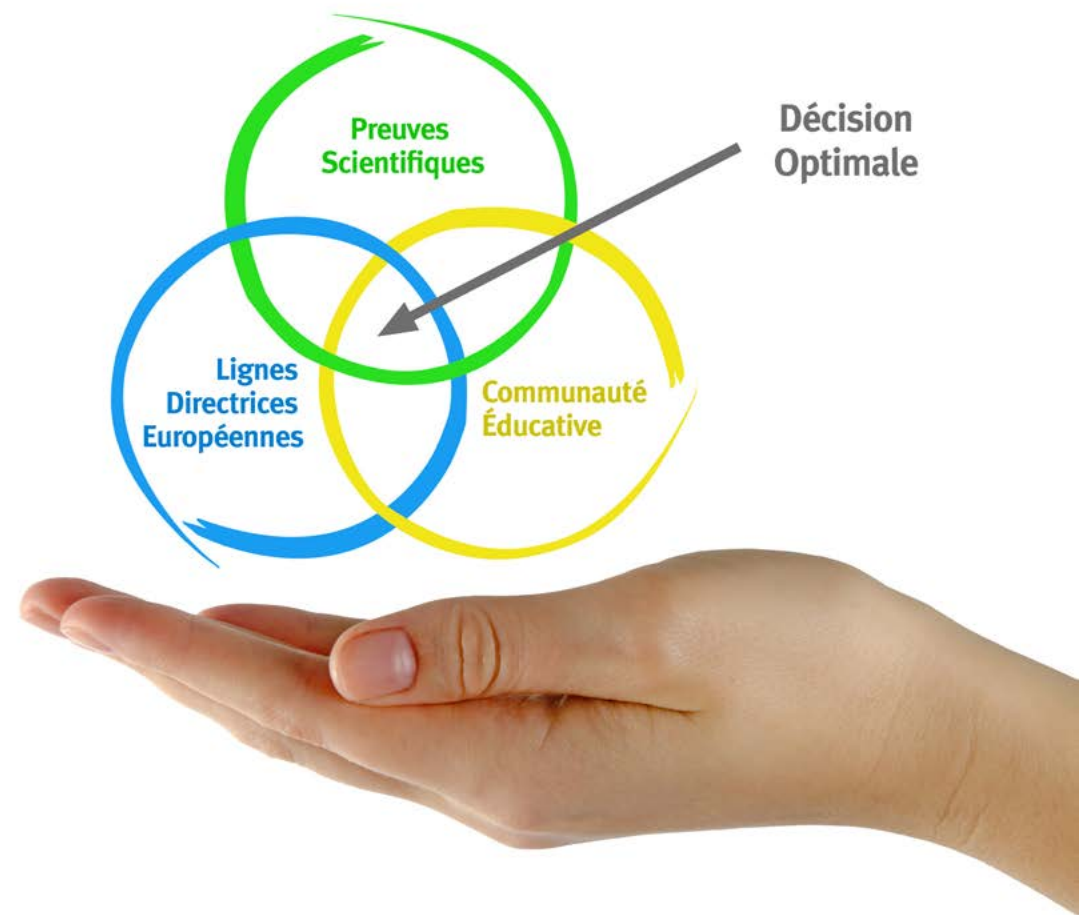
“

Découvrez Relearning, un système qui abandonne l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui nécessitent une mémorisation"

À TECH, School nous utilisons la Méthode des cas

Dans une situation donnée, que feriez-vous? Tout au long du programme, les étudiants seront confrontés à de multiples cas simulés, basés sur des situations réelles, dans lesquels ils devront enquêter, établir des hypothèses et, enfin, résoudre la situation. Il existe de nombreuses preuves scientifiques de l'efficacité de cette méthode.

Avec TECH, le professeur, l'enseignant ou le conférencier fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui ébranle les fondements des universités traditionnelles du monde entier.



C'est une technique qui développe l'esprit critique et prépare l'éducateur à prendre des décisions, à défendre des arguments et à confronter des opinions.

“

Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912, à Harvard, pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard”

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre réalisations clés:

1. Les professeurs qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale, grâce à des exercices d'évaluation de situations réelles et à l'application des connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques qui permettent à l'éducateur de mieux intégrer ses connaissances dans sa pratique quotidienne.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de l'enseignement réel.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



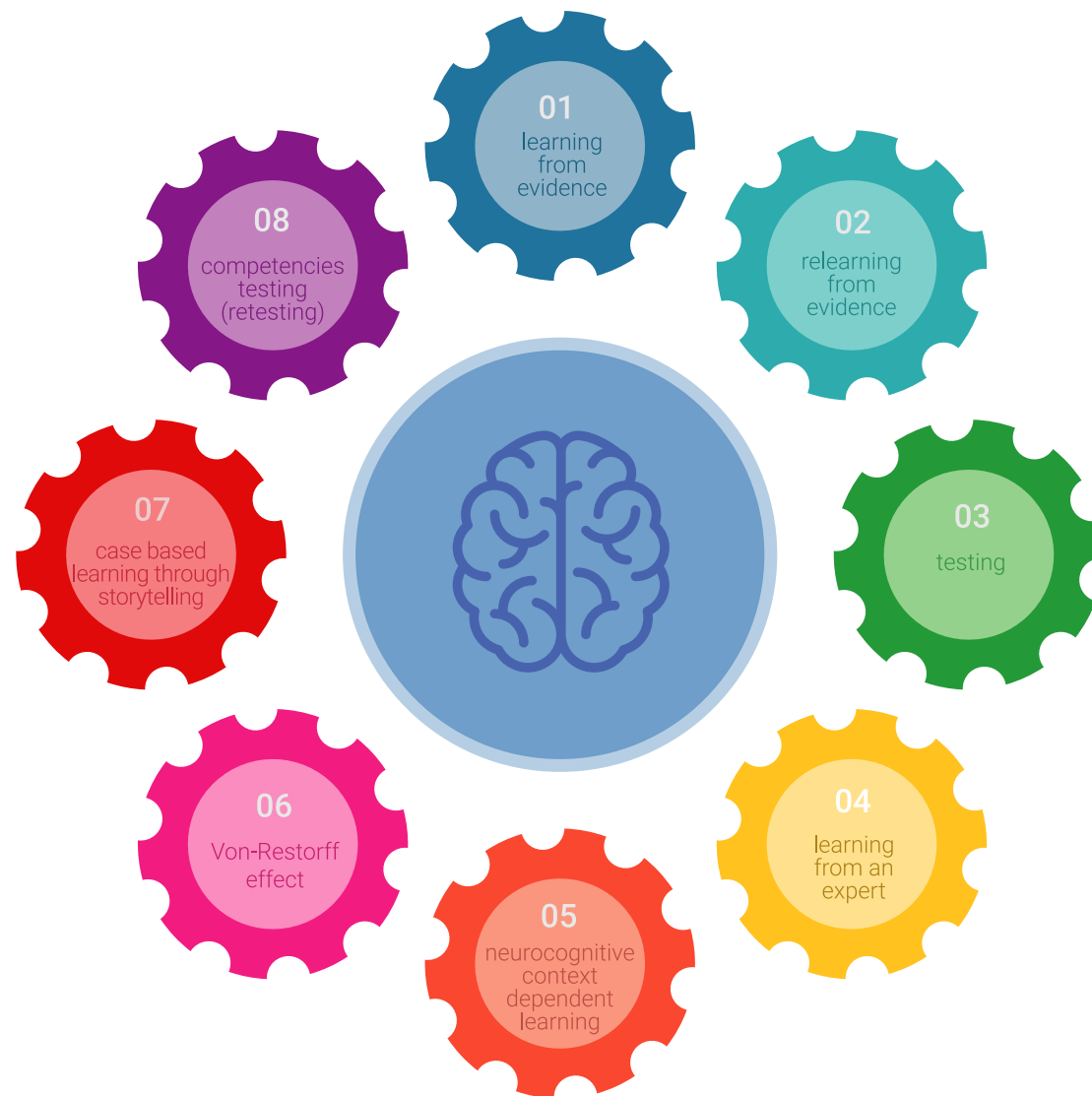
Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Cette université est la première au monde à combiner des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport à la simple étude et analyse de cas.

L'éducateur apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés.

Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage immersif.



Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Grâce à cette méthodologie, nous avons formé plus de 85.000 éducateurs avec un succès sans précédent et ce dans toutes les spécialisations. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Techniques et procédures éducateurs en vidéo

TECH met les techniques les plus innovantes, avec les dernières avancées pédagogiques, au premier plan de l'actualité de l'Éducation. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



Résumés interactifs

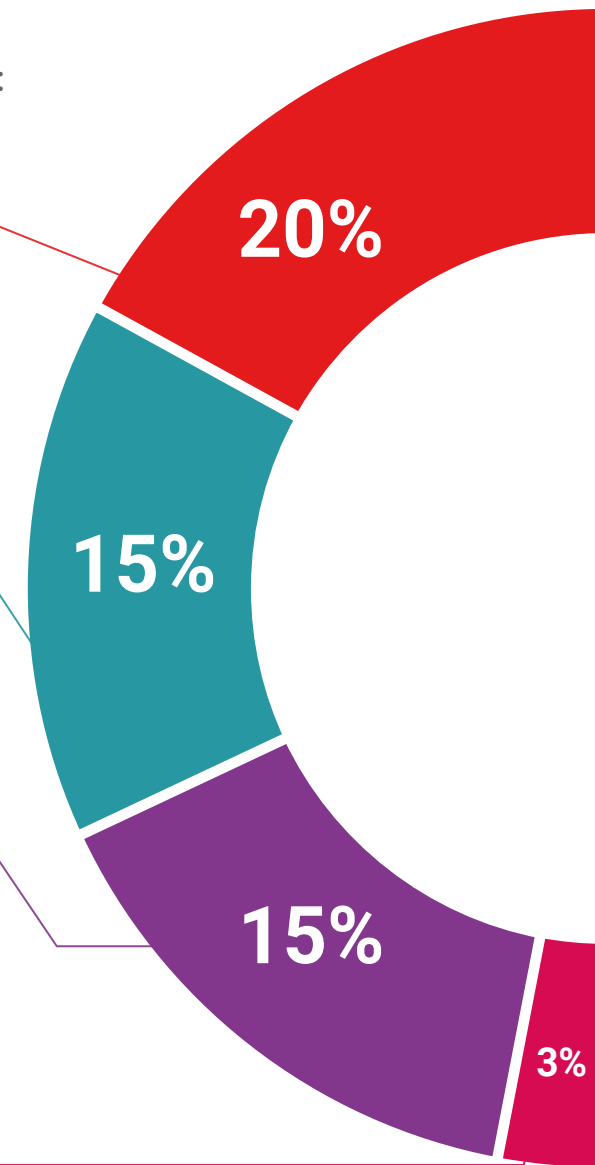
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

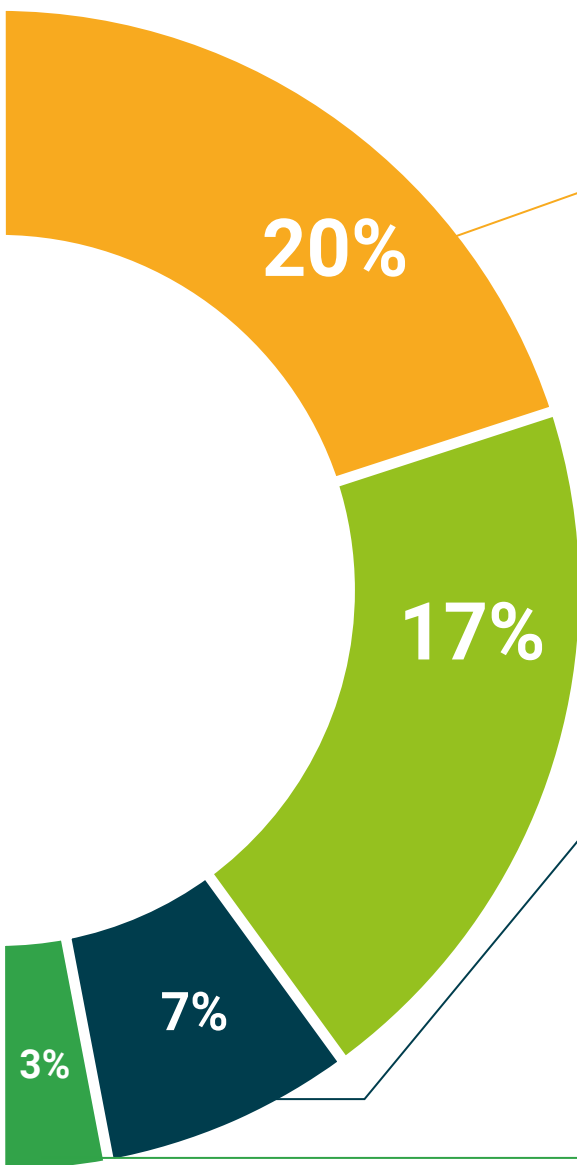
Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Analyses de cas menées et développées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



06 Diplôme

Le Certificat en Entraînement Invisible du Développement Cérébral garanti, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Entraînement Invisible du Développement Cérébral** contient le programme le plus complet et actualisé du marché.

Après avoir passé l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier* avec accusé de réception son diplôme de **Certificat** délivrée par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Entraînement Invisible du Développement Cérébral**

Heures Officielles: **150 h.**



future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech université
technologique

Certificat

**Entraînement Invisible du
Développement Cérébral**

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Entraînement Invisible du Développement Cérébral

