

Curso Universitario

Método Pilates





Curso Universitario Método Pilates

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 12 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/fisioterapia/curso-universitario/metodo-pilates

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología de estudio

pág. 22

06

Titulación

pág. 32

01 Presentación

En la actualidad, el Pilates es una práctica que cuenta con más de 300 ejercicios, que redundan positivamente en la salud de aquellos que los realizan. En este sentido favorece la corrección de postura, mejora la flexibilidad y la coordinación, además de la reducción de peso. Y aunque es una disciplina no propiamente nueva, los profesionales a fisioterapia lo integran con más frecuencia en sus pacientes. Por esta razón, nace este programa 100% online que llevará al egresado a obtener una completa puesta al día sobre este método a través de un valioso contenido actualizado en torno a la evolución terapéutica y las últimas tendencias. Una oportunidad única de estar al día con recursos didácticos de alta calidad, elaborado por especialistas en este campo.



“

En este programa encontrará un valioso contenido actualizado en torno a la evolución terapéutica y las tendencias del Pilates en el campo sanitario”

El método Pilates ha demostrado ser un método efectivo para el abordaje determinadas patologías como la Osteoporosis, la disminución del estrés o el fortalecimiento de músculos en mujeres embarazadas. Dados sus múltiples beneficios, la popularidad de esta actividad física se ha extendido entre la ciudadanía y los profesionales sanitarios, entre ellos los fisioterapeutas.

Ante esta realidad, son muchos los especialistas que han integrado en su praxis los diferentes ejercicios para tratar patologías desde las más comunes hasta las más complejas. Por esta razón, TECH ha creado este programa con el fin de aportar al profesional las mejores actualizaciones en el trabajo de Pilates de suelo guiado a las mejoras y modificaciones del método.

Este Curso Universitario, el alumnado podrá desarrollarlo con el apoyo multimedia y las herramientas didácticas que ofrece esta institución académica, logrando ahondar en la evolución, los cambios históricos y los fundamentos del Pilates de manera óptima. Detrás de este contenido exhaustivo se encuentra un equipo de docentes y profesionales especializados en el área de la fisioterapia que han volcado en su temario su amplio conocimiento y experiencia en este campo.

Asimismo, para cursar el programa no es necesario pensar en acudir presencialmente a un centro, ya que el especialista podrá acceder al contenido desde la comodidad de su hogar y en cualquier momento del día. Para ello tan solo necesita de un dispositivo electrónico con conexión a internet, con el que podrá acceder al contenido alojado en la plataforma virtual.

A esto hay que sumarle la opción de acceder a una *Masterclass* única y adicional, implementada por un prestigioso experto de gran fama internacional, un especialista en Medicina Deportiva y Rehabilitación Física. De esta forma, los egresados podrán actualizar sus habilidades y conocimientos de la mano de un profesional con una amplia trayectoria a sus espaldas.

Este **Curso Universitario en Método Pilates** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Fisioterapia y especialistas en Pilates
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Con este programa de TECH, tendrás acceso a una exclusiva Masterclass complementaria, impartida por un docente de gran reconocimiento internacional en el campo de la Medicina Deportiva y Rehabilitación Física

“

En este Curso Universitario contarás con un gran equipo de profesionales especializados que te guiarán con éxito en tu proceso de actualización académica”

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

La metodología online le ofrece al profesional la flexibilidad horaria que precisa para compatibilizar este programa con sus actividades diarias.

Indaga a través del mejor material didáctico en la evolución de Pilates Suelo y Pilates Máquinas.



02

Objetivos

Este programa potenciará las habilidades prácticas del fisioterapeuta a través de las actualizaciones académicas que ofrece este Curso Universitario en Método Pilates. Así, al concluir este recorrido académico de 12 semanas, el egresado habrá ampliado sus competencias en torno a la realización de este tipo de ejercicios en función de la patología u objetivo de bienestar y salud del paciente. Para ello, el alumnado dispone de múltiples herramientas pedagógicas y un equipo docente especializado con el que podrá resolver cualquier duda.



“

Este Curso Universitario en Método Pilates te ayudará a profundizar en los fundamentos del Pilates y su evolución terapéutica”



Objetivos generales

- ♦ Potenciar el conocimiento y las competencias profesionales de la práctica y la enseñanza de los ejercicios del método Pilates en suelo, en las diferentes máquinas y con implementos
- ♦ Diferenciar las aplicaciones de los ejercicios Pilates y las adaptaciones a realizar para cada paciente
- ♦ Establecer un protocolo de ejercicios adaptados a la sintomatología y patología de cada paciente
- ♦ Delimitar las progresiones y regresiones de los ejercicios en función de las distintas fases en el proceso de recuperación de una lesión
- ♦ Evitar los ejercicios contraindicados en función de la valoración previa realizada a los pacientes y clientes
- ♦ Manejar en profundidad los aparatos utilizados en el Método Pilates
- ♦ Aportar la información necesaria para ser capaz buscar información científica y actualizada de los tratamientos con Pilates aplicables a las diferentes patologías
- ♦ Analizar las necesidades y mejoras de equipamiento Pilates en un espacio terapéutico destinado al ejercicio Pilates
- ♦ Desarrollar acciones que mejoren la efectividad de los ejercicios Pilates basados en los principios del método
- ♦ Realizar de manera correcta y analítica los ejercicios basados en el Método Pilates
- ♦ Analizar los cambios fisiológicos y posturales que afectan a la mujer embarazada
- ♦ Diseñar ejercicios adaptados a la mujer en el transcurso del embarazo hasta el parto
- ♦ Describir la aplicación del Método Pilates en deportistas de alto nivel





Objetivos específicos

- ♦ Ahondar en los antecedentes del pilates
- ♦ Profundizar en la historia del Pilates
- ♦ Describir la metodología del Pilates
- ♦ Profundizar en los fundamentos del pilates
- ♦ Identificar los ejercicios más relevantes
- ♦ Explicar las posiciones de Pilates a evitar



Cuentas con casos de estudio sobre el Pilates Clásico y sus aplicaciones en el campo sanitario"

03

Dirección del curso

En su compromiso por ofrecer una actualización de calidad, TECH ha llevado a cabo un proceso minucioso de selección de todos los docentes que conforman sus programas. En este sentido, el alumnado cuenta con la garantía de acceder a un temario elaborado por expertos en Fisioterapia y Método Pilates. Además, dada su cercanía, el egresado tendrá la posibilidad de resolver cualquier duda que tenga sobre el contenido de este Curso Universitario.



“

El profesional tendrá acceso exclusivo a un temario diseñado por especialistas del área de la Fisioterapia y el Método Pilates”

Director Invitado Internacional

El Doctor Edward Laskowski es una figura destacada internacional en el campo de la **Medicina Deportiva** y la **Rehabilitación Física**. Certificado por la **Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación**, ha sido una parte integral del prestigioso personal de la **Clínica Mayo**, donde se ha desempeñado como **Director del Centro de Medicina Deportiva**.

Asimismo, su experiencia abarca una amplia gama de disciplinas, desde la **Medicina Deportiva**, hasta el **Fitness** y el **Entrenamiento de Fuerza y Estabilidad**. Así, ha trabajado en estrecha colaboración con un equipo multidisciplinario de especialistas en **Medicina Física**, **Rehabilitación**, **Ortopedia**, **Fisioterapia** y **Psicología Deportiva**, para proporcionar un enfoque integral en el cuidado de sus pacientes.

Igualmente, su influencia se extiende más allá de la **práctica clínica**, ya que ha sido reconocido **nacional e internacionalmente** por sus contribuciones al mundo del **deporte** y la **salud**. De esta forma, fue nombrado por el presidente **George W. Bush** para el **Consejo del Presidente** sobre **Aptitud Física y Deportes**, y galardonado con un **Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos**, subrayando su compromiso con la promoción de **estilos de vida saludables**.

Además, ha sido un elemento clave en **eventos deportivos** de renombre, como los **Juegos Olímpicos de Invierno (2002)**, en **Salt Lake City**, y el **Maratón de Chicago**, proporcionando **atención médica** de calidad. A esto hay que sumar su dedicación a la **divulgación**, que ha quedado reflejada en su extenso trabajo en la creación de **recursos académicos**, incluido el **CD-ROM** de la **Clínica Mayo** sobre **Deportes, Salud y Fitness**, así como su papel como **Editor Contribuyente** del libro *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*. Con una pasión por desterrar mitos y proporcionar información precisa y actualizada, el Doctor Edward Laskowski continúa siendo una voz influyente en la **Medicina Deportiva** y el **Fitness** mundial.



Dr. Laskowski, Edward

- Director del Centro de Medicina Deportiva de la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Médico Consultor en la Asociación de Jugadores de la Liga Nacional de Hockey, Estados Unidos
- Médico en la Clínica Mayo, Estados Unidos
- Miembro del Policlínico Olímpico en los Juegos Olímpicos de Invierno (2002), Salt Lake City
- Especialista en Medicina Deportiva, Fitness, Entrenamiento de Fuerza y Entrenamiento de Estabilidad
- Certificado por la Junta Estadounidense de Medicina Física y Rehabilitación
- Editor Contribuyente del libro *"Mayo Clinic Fitness for EveryBody"*
- Premio de Servicio Distinguido del Departamento de Salud y Servicios Humanos
- Miembro de: *American College of Sports Medicine*



Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo"

Dirección



D. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapeuta del Atlético de Madrid Club de Fútbol
- ♦ CEO Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Docente en el Máster de Preparación Física y Readaptación Deportiva en Fútbol
- ♦ Docente en el Experto Universitario Pilates Clínico
- ♦ Docente en el Máster de Biomecánica y Fisioterapia Deportiva
- ♦ Máster en Osteopatía del Aparato Locomotor por la Escuela de Osteopatía de Madrid
- ♦ Máster Universitario en Biomecánica Aplicada a la Valoración del Daño y Técnicas Avanzadas en Fisioterapia
- ♦ Experto en Pilates y Rehabilitación por la Real Federación Española de Gimnasia
- ♦ Graduado en Fisioterapia por la Universidad Pontificia de Comillas

Profesores

Dña. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Fisioterapeuta en Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapeuta en Jemed Importaciones

D. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapeuta en clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta en Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria



04

Estructura y contenido

El profesional que se adentre en este recorrido académico obtendrá una completa actualización sobre Método Pilates y las últimas evidencias científicas en torno a sus indicaciones para pacientes con diversas patologías. Un itinerario que mostrará en profundidad y de forma dinámica, los diferentes tipos de métodos, así como las escuelas y federaciones existentes en diferentes partes del mundo. Todo ello a través de recursos didácticos multimedia y la innovadora metodología *Relearning*, del cual TECH es pionero.





“

Un plan de estudios creado a través de recursos didácticos multimedia y apoyado con eficaz metodología Relearning”

Módulo 1. Método Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Libros y postulados
 - 1.1.3. Legado
 - 1.1.4. Origen ejercicio personalizado
- 1.2. Antecedentes del Método Pilates
 - 1.2.1. Referencias
 - 1.2.2. Evolución
 - 1.2.3. Situación actual
 - 1.2.4. Conclusiones
- 1.3. Evolución del Método
 - 1.3.1. Mejoras y modificaciones
 - 1.3.2. Aportaciones al método Pilates
 - 1.3.3. Pilates Terapéutico
 - 1.3.4. Pilates y Actividad Física
- 1.4. Principios Método Pilates
 - 1.4.1. Definición de los principios
 - 1.4.2. Evolución de los principios
 - 1.4.3. Niveles de progresión
 - 1.4.4. Conclusiones
- 1.5. Pilates Clásico versus Contemporáneo/Moderno
 - 1.5.1. Puntos clave en el Pilates Clásico
 - 1.5.2. Análisis Pilates moderno/ Clásico
 - 1.5.3. Aportaciones del Pilates Moderno
 - 1.5.4. Conclusiones
- 1.6. Pilates Suelo y Pilates Máquinas
 - 1.6.1. Fundamentos en Pilates Suelo
 - 1.6.2. Evolución Pilates Suelo
 - 1.6.3. Fundamentos en Pilates Máquinas
 - 1.6.4. Evolución en Pilates Máquinas

- 1.7. Evidencias científicas
 - 1.7.1. Revistas científicas relacionadas con Pilates
 - 1.7.2. Tesis doctorales sobre Pilates
 - 1.7.3. Publicaciones de Pilates
 - 1.7.4. Aplicaciones para Pilates
- 1.8. Orientaciones del Método Pilates
 - 1.8.1. Tendencias nacionales
 - 1.8.2. Tendencias internacionales
 - 1.8.3. Análisis de las tendencias
 - 1.8.4. Conclusiones
- 1.9. Las Escuelas
 - 1.9.1. Escuelas de Formación de Pilates
 - 1.9.2. Revistas
 - 1.9.3. Evolución escuelas pilates
 - 1.9.4. Conclusiones
- 1.10. Las Asociaciones y federaciones de Pilates
 - 1.10.1. Definiciones
 - 1.10.2. Aportaciones
 - 1.10.3. Objetivos
 - 1.10.4. PMA

Módulo 2. Fundamentos del Método Pilates

- 2.1. Los diferentes conceptos sobre el método
 - 2.1.1. Los conceptos según Joseph Pilates
 - 2.1.2. Evolución de los conceptos
 - 2.1.3. Generaciones posteriores
 - 2.1.4. Conclusiones
- 2.2. La Respiración
 - 2.2.1. Los diferentes tipos de respiración
 - 2.2.2. Análisis tipos de respiración
 - 2.2.3. Los efectos de la respiración
 - 2.2.4. Conclusiones

- 2.3. La pelvis como centro de estabilidad y del movimiento
 - 2.3.1. El Core de Joseph Pilates
 - 2.3.2. El Core científico
 - 2.3.3. Fundamento anatómico
 - 2.3.4. Core en los procesos de recuperación
- 2.4. La organización de la cintura escapular
 - 2.4.1. Repaso anatómico
 - 2.4.2. Biomecánica de la cintura escapular
 - 2.4.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.4.4. Conclusiones
- 2.5. La organización del movimiento del miembro inferior
 - 2.5.1. Repaso anatómico
 - 2.5.2. Biomecánica del miembro inferior
 - 2.5.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.5.4. Conclusiones
- 2.6. La articulación de la columna vertebral
 - 2.6.1. Repaso anatómico
 - 2.6.2. Biomecánica de la columna
 - 2.6.3. Aplicaciones en Pilates
 - 2.6.4. Conclusiones
- 2.7. Los alineamientos de los segmentos corporales
 - 2.7.1. La postura
 - 2.7.2. La postura en Pilates
 - 2.7.3. Los alineamientos segmentarios
 - 2.7.4. Las cadenas musculares y fasciales
- 2.8. La integración funcional
 - 2.8.1. Concepto de integración funcional
 - 2.8.2. Implicaciones en diferentes actividades
 - 2.8.3. La tarea
 - 2.8.4. El contexto

- 2.9. Fundamentos del Pilates Terapéutico
 - 2.9.1. Historia del Pilates Terapéutico
 - 2.9.2. Conceptos en el Pilates Terapéutico
 - 2.9.3. Criterios en Pilates Terapéutico
 - 2.9.4. Ejemplos de lesiones o patologías
- 2.10. Pilates clásico y Pilates terapéutico
 - 2.10.1. Diferencias entre ambos métodos
 - 2.10.2. Justificación
 - 2.10.3. Progresiones
 - 2.10.4. Conclusiones



Los casos de estudio facilitados por el equipo docente especializado en Pilates te acercarán a situaciones clínicas donde este método es efectivo para tratar patologías"

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios"

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice Global Score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

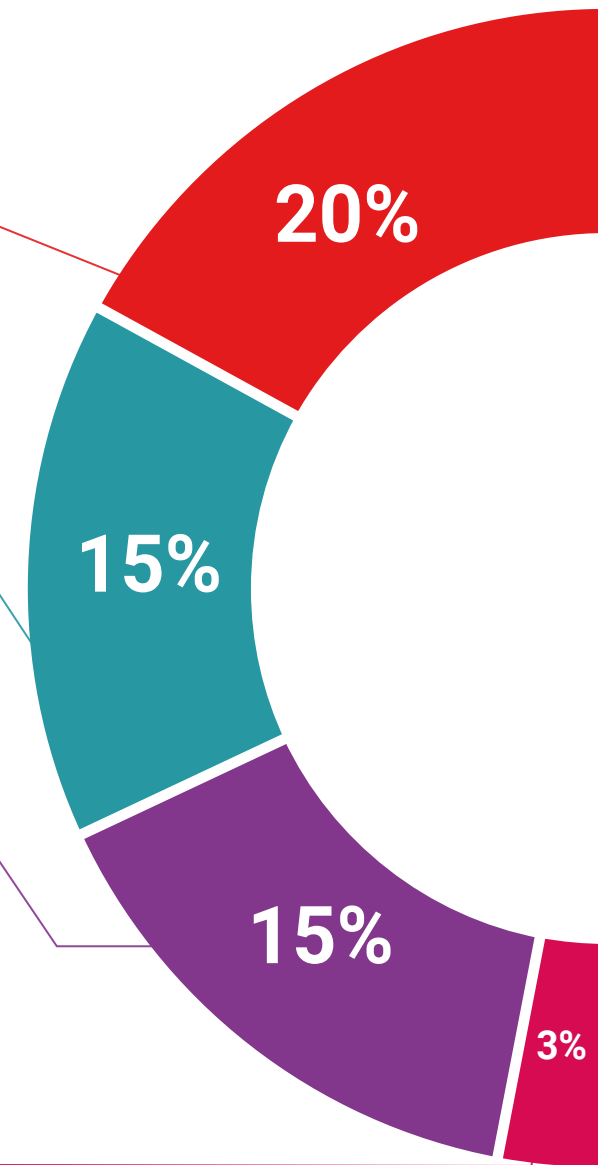
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

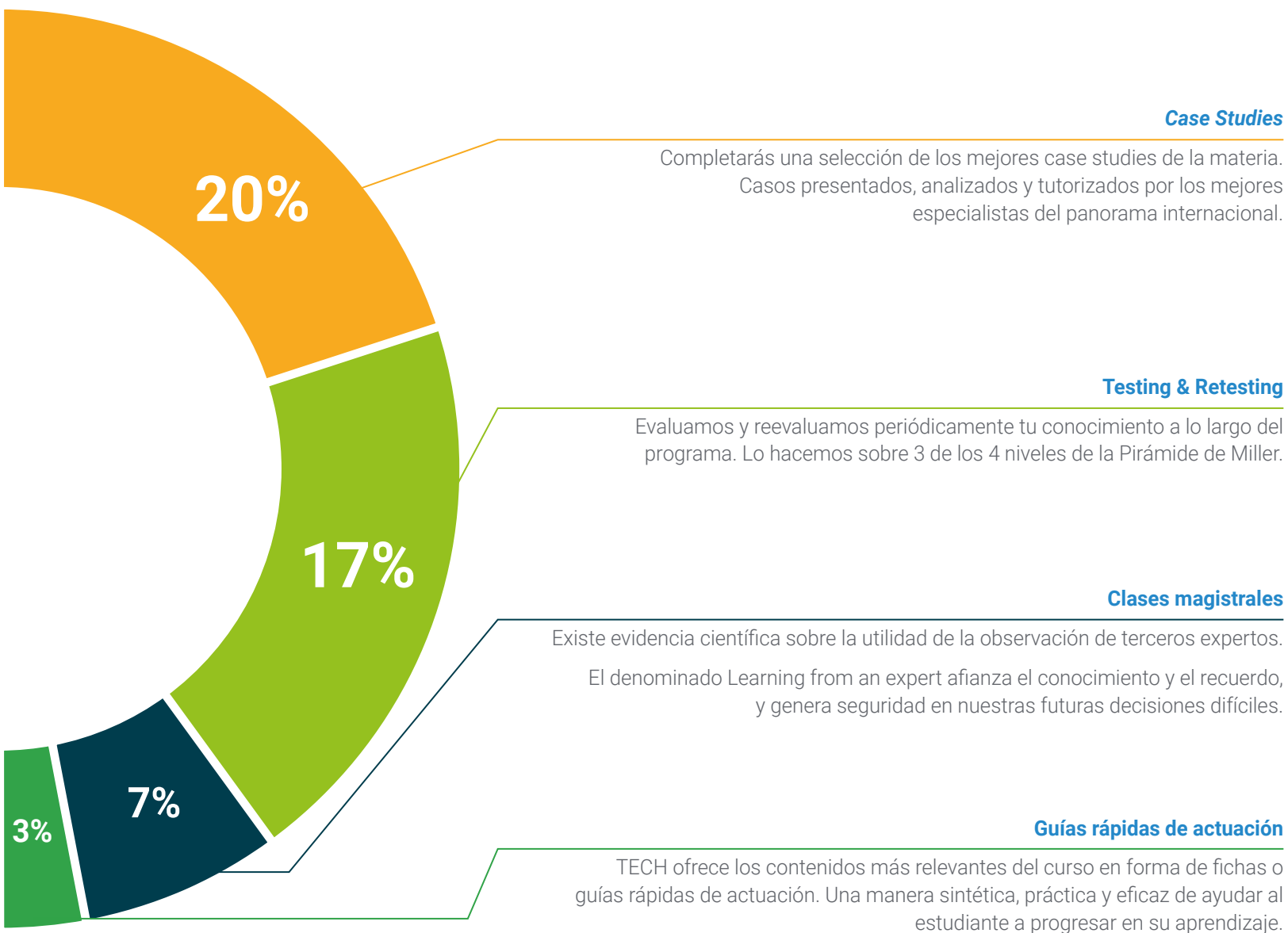
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores case studies de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06 Titulación

Este programa en Método Pilates garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este programa te permitirá obtener el título de **Curso Universitario en Método Pilates** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Curso Universitario en Método Pilates**

Modalidad: **online**

Duración: **12 semanas**

Acreditación: **12 ECTS**





Curso Universitario Método Pilates

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 12 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Método Pilates

