

Certificat

Salle de Pilates en Soins Infirmiers



## Certificat

### Salle de Pilates en Soins Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaine
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/infirmierie/cours/salle-pilates-soins-infirmiers](http://www.techtitute.com/fr/infirmierie/cours/salle-pilates-soins-infirmiers)

# Accueil

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

La promotion de la santé physique et psychologique par le Pilates est devenue une pratique recommandée dans le domaine des soins infirmiers. Il s'agit d'une stratégie clinique grâce à laquelle ces professionnels ont réussi à promouvoir la prévention et la gestion de certaines pathologies, contribuant ainsi à la réduction de la charge de travail dans les services de soins de santé. Cependant, de nombreux exercices peuvent être réalisés, c'est pourquoi TECH a développé ce programme dans le but de permettre aux infirmiers d'adapter leurs plans pratiques aux outils et scénarios de la salle de sport. Il s'agit d'une expérience académique 100% en ligne qui vous permettra de vous familiariser avec les machines et les exercices en seulement 150 heures.





“

*Une formation à la pointe des Soins Infirmiers  
qui vous permettra de mettre en œuvre dans  
votre cabinet les meilleurs exercices à réaliser  
dans la Salle de Pilates"*

Les avantages de la méthode Pilates dans la gestion de diverses pathologies cliniques, ainsi que pour la rééducation et la prévention de la douleur, ont fait de cette pratique l'une des plus recommandées dans le domaine des soins de santé. Dans ce contexte, les professionnels des soins infirmiers ont trouvé dans cette méthode un outil alternatif pour promouvoir la santé et améliorer la qualité de vie de leurs patients à travers une approche de soins holistiques et en travaillant en collaboration avec d'autres spécialistes. Cependant, il s'agit d'une pratique qui comprend un catalogue infini de possibilités en fonction des besoins de la personne et de l'environnement dans lequel l'exercice doit être réalisé.

C'est pourquoi TECH, en collaboration avec les meilleurs experts, a mis au point ce Certificat en Salle de Pilates en Soins Infirmiers. Il s'agit d'une formation innovante, exhaustive et complète qui couvre les derniers développements des exercices les plus efficaces, leurs bénéfices et les erreurs à éviter lorsqu'on les recommande et pendant la pratique. Tout cela est adapté au contexte et aux outils dont vous disposez. Vous pourrez vous plonger dans des techniques telles que la chaise, le tonneau, les modèles combinés, le *Reformer* et bien d'autres encore! En outre, vous apprendrez les stratégies les plus efficaces pour adapter les plans à l'environnement et à ses caractéristiques, en recherchant toujours le confort et l'efficacité pour le patient.

Tout cela à travers de 150 heures du meilleur contenu théorique, pratique et additionnel, présenté sous différents formats: vidéos *In Focus*, images, résumés dynamiques, exercices d'auto-connaissance, articles de recherche, nouvelles, diagrammes... D'autre part, le mode 100% en ligne vous permettra d'accéder aux cours du programme depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion internet, ce qui confère une certaine flexibilité à cette expérience académique. Ainsi, le diplômé qui s'inscrit à ce programme optera pour une mise à jour du plus haut niveau qui s'adapte aux exigences des soins infirmiers, tout en garantissant une formation confortable et adaptée aux besoins de chacun.

Ce **Certificat en Salle de Pilates en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique 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 Kinésiologie et des Spécialiste en Pilates
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Apprenez les bénéfices des différents exercices et mettez à jour votre catalogue de directives avec ce Certificat"*

“

*Le reformer, la chaise, le tonneau... Vous trouverez dans ce programme une liste de techniques recommandées à développer avec vos patients en fonction de leurs besoins cliniques”*

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 Mastère Spécialisé. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Le programme comprend un examen complet des principales erreurs commises dans la pratique de la Méthode Pilates, afin que vous puissiez vous mettre à jour dans leur prévention.*

*Vous aurez accès à 150 heures du meilleur contenu théorique, pratique et additionnel, compacté dans un format pratique 100% en ligne.*



# 02 Objectifs

TECH et son équipe d'experts ont développé ce Certificat en Salle de Pilates en Soins Infirmiers dans le but de fournir aux diplômés les informations les plus innovantes liées à ce domaine d'action. En outre, il vise à faciliter leur mise à jour en leur donnant la possibilité de profiter de tout le contenu 100% en ligne, ainsi qu'en leur fournissant un accès illimité aux 150 heures de contenu pendant les 6 semaines au cours desquelles cette formation est développée.







“

*Vous souhaitez vous mettre à jour sur les derniers éléments mis en œuvre dans la Méthode Pilates? Inscrivez-vous à ce programme et découvrez-les tous"*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices Pilates au sol, sur différentes machines et avec des outils
- ♦ Différencier les applications des exercices de Pilates et les adaptations à faire pour chaque patient
- ♦ Manier en profondeur les appareils utilisés dans la Méthode Pilates
- ♦ Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques et actualisées sur les traitements Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné à l'exercice de cette discipline
- ♦ Exécuter correctement et de manière analytique les exercices basés sur la Méthode Pilates





## Objectifs spécifiques

---

- ◆ Décrire l'espace où le Pilates est pratiqué
- ◆ Connaître les machines permettant de pratiquer le Pilates
- ◆ Décrire les protocoles d'exercices et les progressions

“

*Un Certificat de haut niveau conçu par les meilleurs experts en Pilates et adapté à la méthodologie pédagogique la plus avancée”*

# 03

## Direction de la formation

Pour la conception du corps enseignant de ce programme, TECH a sélectionné les meilleurs professeurs. C'est l'une des priorités de cette université. Ainsi, il offre des expériences académiques du plus haut niveau en termes de contenu et avec l'avantage supplémentaire d'avoir le soutien d'experts dans le domaine sur lequel la formation est axée, dans ce cas, la connaissance de la Salle pour la pratique de la Méthode Pilates. En outre, le diplômé sera en mesure de résoudre tous les doutes qui pourraient surgir au cours du programme.



“

*L'équipe enseignante a été chargée d'élaborer tout le contenu, y compris les cas pratiques, tirés de leur travail quotidien"*

## Direction



### **M. González Arganda, Sergio**

- ♦ Kinésithérapeute de l'Atletico Madrid Club de Football
- ♦ CEO de Fisis Domicilio, Madrid
- ♦ Professeur dans le cadre du Master en Préparation Physique et Rééducation Sportive dans le Football
- ♦ Professeur dans le cadre du Master Universitaire en Pilates Clinique
- ♦ Professeur dans le cadre du Master en Biomécanique et Kinésithérapie Sportive
- ♦ Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ♦ Expert en Pilates et Rééducation auprès de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- ♦ Master Universitaire en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et Techniques Avancées en Kinésithérapie
- ♦ Diplôme en Kinésithérapeute de l'Université Pontificia de Comillas



# 04

## Structure et contenu

Pour la conception et la structuration du contenu de ce programme, l'équipe enseignante a mené une enquête approfondie sur l'environnement actuel, en incluant les informations les plus complètes et les plus avancées. En outre, le programme comprend des heures de matériel supplémentaire varié. Ainsi, le diplômé peut développer chaque section du programme de manière personnalisée, offrant une expérience qui s'adapte aux exigences du milieu infirmier et aux siennes.







“

*Vous pourrez accéder à la plateforme virtuelle de TECH à partir de n'importe quel appareil doté d'une connexion internet, de n'importe où et sans horaires prédéfinis"*

## Module 1. La Salle de Pilates

- 1.1. Le Reformer
  - 1.1.1. Introduction au Reformer
  - 1.1.2. Bénéfices du Reformer
  - 1.1.3. Principaux exercices avec le Reformer
  - 1.1.4. Principales erreurs avec le Reformer
- 1.2. La Cadillac ou Table trapèze
  - 1.2.1. Introduction à la Cadillac
  - 1.2.2. Bénéfices de la Cadillac
  - 1.2.3. Principaux exercices avec la Cadillac
  - 1.2.4. Principales erreurs avec la Cadillac
- 1.3. La Chaise
  - 1.3.1. Introduction à la Chaise
  - 1.3.2. Avantages de la Chaise
  - 1.3.3. Principaux exercices avec la Chaise
  - 1.3.4. Principales erreurs avec la Chaise
- 1.4. Le Tonneau
  - 1.4.1. Introduction au Tonneau
  - 1.4.2. Bénéfices du Tonneau
  - 1.4.3. Principaux exercices avec le Tonneau
  - 1.4.4. Principales erreurs avec le Tonneau
- 1.5. Modèles "combinés"
  - 1.5.1. Introduction au modèle combiné
  - 1.5.2. Bénéfice du modèle combiné
  - 1.5.3. Principaux exercices avec le modèle combiné
  - 1.5.4. Principales erreurs avec le modèle combiné
- 1.6. Le Cerceau Flexible
  - 1.6.1. Introduction au Cerceau Flexible
  - 1.6.2. Bénéfices du Cerceau Flexible
  - 1.6.3. Principaux exercices avec le Cerceau Flexible
  - 1.6.4. Principales erreurs avec le Cerceau Flexible





- 1.7. Le *Spine Corrector*
  - 1.7.1. Introduction au *Spine Corrector*
  - 1.7.2. Bénéfices du *Spine Corrector*
  - 1.7.3. Principaux exercices avec le *Spine Corrector*
  - 1.7.4. Principales erreurs avec le *Spine Corrector*
- 1.8. Les outils adaptés à la méthode
  - 1.8.1. *Foam Roller*
  - 1.8.2. *Fit Ball*
  - 1.8.3. Bandes élastiques
  - 1.8.4. Bosu
- 1.9. Espace
  - 1.9.1. Préférences d'équipement
  - 1.9.2. L'espace Pilates
  - 1.9.3. Instruments de Pilates
  - 1.9.4. Bonnes pratiques quant à l'espace
- 1.10. L'environnement
  - 1.10.1. Concept de l'environnement
  - 1.10.2. Caractéristiques des différents environnements
  - 1.10.3. Choix de l'environnement
  - 1.10.4. Conclusions

“

*Le programme idéal pour se mettre à jour dans la conception d'espaces Pilates dans les salles de sport, en adaptant les instruments disponibles aux besoins du patient”*

# 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***.



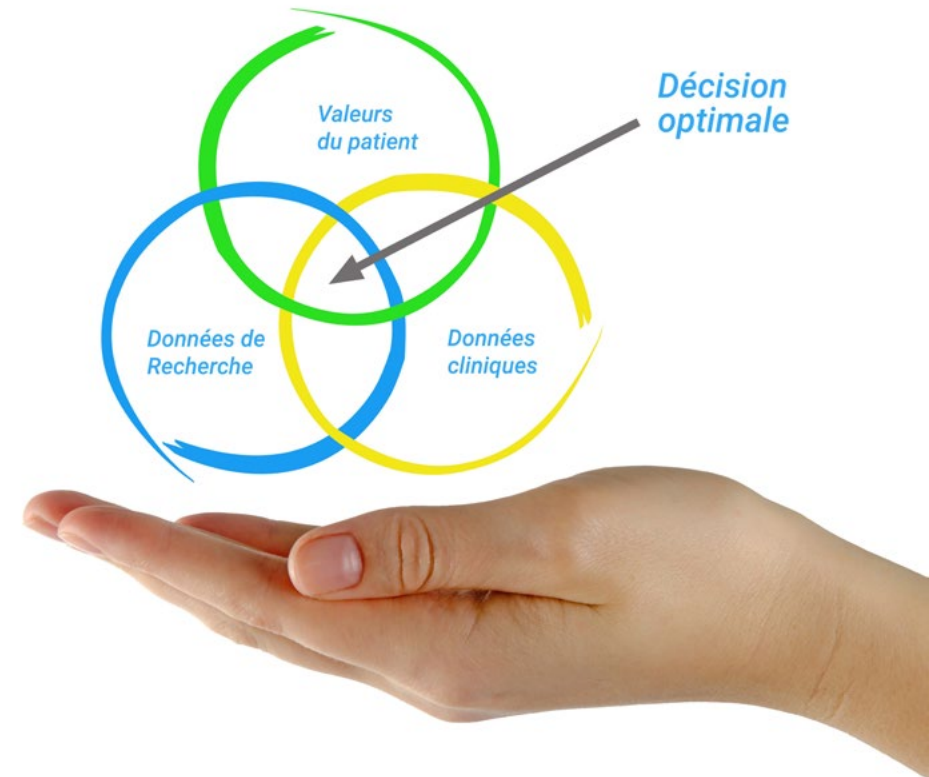
“

*Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"*

## À TECH, School nous utilisons la Méthode des cas

Dans une situation clinique donnée: que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les personnels infirmiers apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, le personnel infirmier fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle réelle, en essayant de recréer les véritables conditions de la pratique professionnelle des soins infirmiers.

“

*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 acquis fondamentaux:

1. Les personnels infirmiers qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques, ce qui permet au professionnel des soins infirmiers une meilleure intégration des connaissances dans le domaine hospitalier ou des soins de santé primaires.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
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.

Notre Université est la première au monde à combiner l'étude de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la pratique et combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque cours. Ceci représente une véritable révolution par rapport à une simple étude et analyse de cas.

*Le personnel infirmier apprendra à travers des études de cas réels ainsi qu'en s'exerçant à résoudre des situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.*





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 175.000 infirmiers avec un succès sans précédent et ce dans toutes les spécialités, quelle que soit la charge pratique. 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 vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les 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 vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. 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 infirmières en vidéo

Nous vous rapprochons des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques à l'avant-garde des techniques actuelles des soins infirmiers. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les visionner 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.





#### Études de cas dirigées 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

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation: vous pouvez ainsi constater vos avancées et savoir si vous avez atteint vos 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 Salle de Pilates en Soins Infirmiers vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire 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 Salle de Pilates en Soins Infirmiers** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré 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 Salle de Pilates en Soins Infirmiers**

N.º d'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

Salle de Pilates en Soins  
Infirmiers

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaine
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Salle de Pilates en Soins Infirmiers

