

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique





Mastère Spécialisé Pilates Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Euromed University
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtute.com/fr/kinesithérapie/mastere-specialise/mastere-specialise-pilates-therapeutique

Accueil

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Compétences

page 12

04

Direction de la formation

page 16

05

Structure et contenu

page 20

06

Méthodologie d'étude

page 32

07

Diplôme

page 42

01 Présentation

Parmi les différentes techniques de soins que les kinésithérapeutes ont intégrées dans leur travail, le Pilates est l'une des plus efficaces en termes de récupération globale des patients. Cet ensemble de méthodologies à visée thérapeutique a démontré son efficacité dans la rééducation de diverses lésions des extrémités, de la Colonne Vertébrale et dans la prise en charge de pathologies neurologiques telles que la maladie de Parkinson. Cependant, se plonger dans ces innovations peut s'avérer difficile pour les professionnels du secteur qui ont besoin du contenu le plus récent pour optimiser leur pratique. C'est pourquoi TECH a mis au point ce programme d'étude dans lequel les étudiants se pencheront sur les derniers exercices, instruments et contre-indications de cette pratique. Ce programme sera soutenu par *Relearning*, la méthodologie 100% en ligne la plus complète.



A woman in grey athletic wear is performing a Pilates exercise on a reformer machine. The image is split diagonally, with the top right portion being a solid blue background. The woman is in a dynamic pose, with one leg extended forward and the other bent, demonstrating a Pilates movement.

“

Avec ce Mastère Spécialisé, vous aurez à portée de main les principales innovations du Pilates Thérapeutique dans un format d'étude 100% en ligne, dont le matériel pourra être consulté sans difficulté 24 heures sur 24"

La pratique intensive et mal programmée de certains sports peut engendrer diverses blessures et gênes chez les athlètes. Le processus de réhabilitation de ces altérations, qui se produisent souvent dans la section locomotrice, peut être complexe et nécessite les mains les plus qualifiées. En ce sens, les kinésithérapeutes maîtrisant les méthodes de récupération avancées sont devenus des professionnels très recherchés. En même temps, on attend d'eux qu'ils gèrent les soins et les techniques de récupération les plus innovants du moment.

La méthode Pilates est devenue l'une des alternatives les plus efficaces contre ce type d'altérations. Les preuves scientifiques qui soutiennent cette affirmation sont rassemblées dans différents articles académiques et dans le travail d'experts qui ont promu son incorporation dans différents protocoles thérapeutiques. Cependant, pour les kinésithérapeutes, il peut être difficile de se tenir au courant des critères les plus récents pour travailler avec cette discipline et des stratégies pour l'intégrer dans l'activité de soins. C'est pour cette raison que TECH a conçu ce programme d'études en tenant compte de la mise à jour de ces professionnels.

La qualification se compose de 10 modules académiques dans lesquels les étudiants étudieront les avantages de la méthode Pilates pour traiter les altérations des parties du Membre Supérieur telles que l'Épaule, le Poignet ou le Coude. Ils étudieront également les principales affections de la Colonne Vertébrale qui peuvent être traitées à l'aide de cette méthode. D'autre part, il aborde de manière exhaustive ses contre-indications les plus fréquentes et la manière de prévenir l'apparition de lésions sous-jacentes et comment prévenir l'apparition de lésions sous-jacentes.

Ce Mastère Spécialisé sera enseigné à 100% en ligne, à partir d'une plateforme virtuelle dotée de différentes fonctionnalités interactives. Il comprend des ressources multimédias avancées telles que des vidéos et des infographies. Pour accéder au matériel d'étude, les étudiants n'auront besoin que d'un appareil connecté à Internet, ce qui leur évitera de se rendre inutilement dans un centre d'études. En outre, la méthodologie très complète du *Relearning* à distance renforcera le processus didactique, permettant aux étudiants de développer des compétences pratiques tout au long de l'itinéraire académique.

Ce **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** 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 la pratique du Pilates Thérapeutique
- ♦ 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



100% en ligne et sans horaires d'études hermétiques: c'est la formation en Pilates Thérapeutique que TECH propose pour mettre à jour vos connaissances"

“

Grâce à la méthode Relearning, vous deviendrez un physiothérapeute hautement spécialisé dans l'intégration du Pilates dans vos routines thérapeutiques"

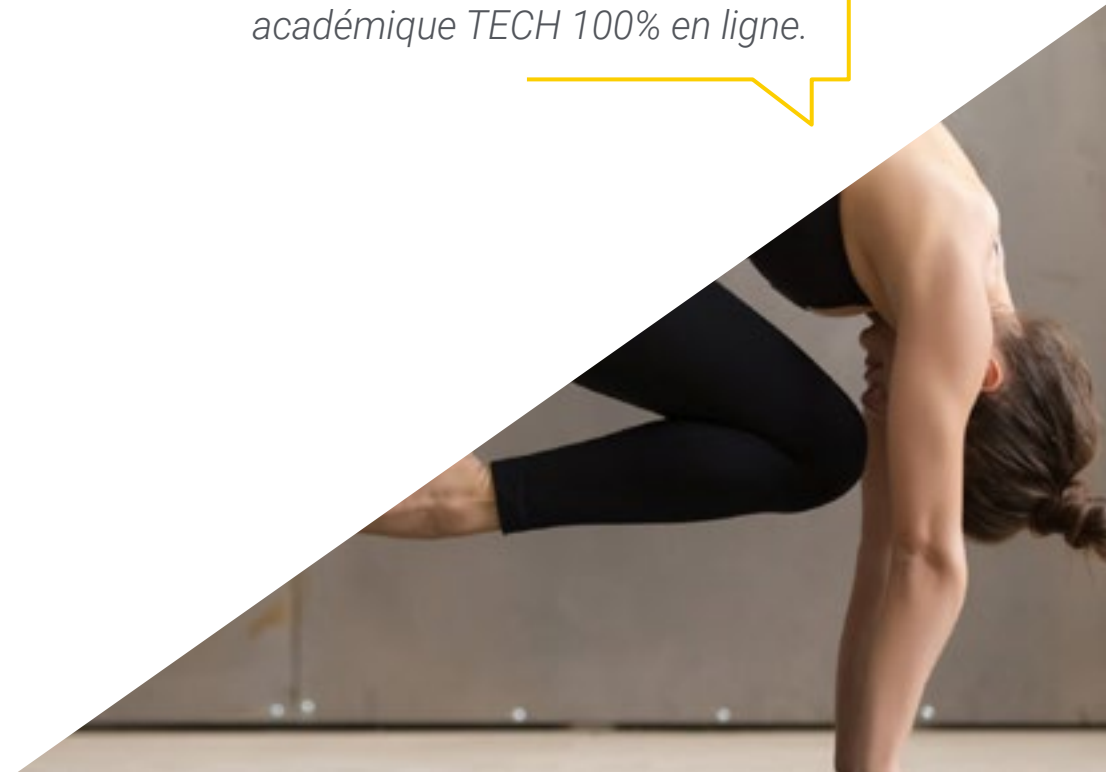
Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

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

Mettez à jour vos compétences théoriques et pratiques dans la gestion des lésions neurologiques par le biais du Pilates Thérapeutique avec un programme complet et perturbant.

Vous approfondirez votre connaissance des protocoles d'exercices avancés et des progressions grâce à ce parcours académique TECH 100% en ligne.



02 Objectifs

TECH Euromed University a pour objectif de promouvoir les connaissances théoriques et les compétences pratiques des professionnels grâce aux programmes les plus complets et les plus récents du panorama académique. Ce programme de Pilates Thérapeutique ne fait pas exception et, pour cette raison, il intègre les critères d'intervention, les exercices et les instruments de travail les plus innovants de cette discipline. Grâce à cette qualification, les étudiants atteindront un niveau supérieur de formation et de performance professionnelle, en ayant entre les mains des objectifs éducatifs rigoureux qui, en même temps, peuvent être concrétisés avec rapidité et flexibilité.





“

L'un des objectifs de ce Mastère Spécialisé est de vous apporter les connaissances nécessaires pour appliquer le Pilates Thérapeutique de manière disruptive dans la prise en charge des personnes atteintes de pathologies neurodégénératives"



Objectifs généraux

- ♦ Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la méthode 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
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque patient
- ♦ Délimiter les progressions et régressions des exercices en fonction des différentes phases du processus de récupération d'une blessure
- ♦ Éviter les exercices contre-indiqués selon l'évaluation préalable des patients et des clients
- ♦ Manipuler 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 Pilates
- ♦ Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates en se basant sur les principes de la méthode
- ♦ Exécuter correctement et analytiquement les exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- ♦ Concevoir des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement
- ♦ Décrire l'application de la Méthode Pilates chez les sportifs de haut niveau





Objectifs spécifiques

Module 1. Méthode Pilates

- ♦ Découvrir l'histoire de la méthode Pilates
- ♦ Approfondir l'histoire de la méthode Pilates
- ♦ Décrire la méthodologie du Pilates

Module 2. Principes fondamentaux de la Méthode Pilates

- ♦ Approfondir les fondamentaux du Pilates
- ♦ Identifier les exercices les plus pertinents
- ♦ Expliquer les positions Pilates à éviter

Module 3. Gymnase Pilates

- ♦ Décrire l'espace où se pratique le Pilates
- ♦ Connaître les machines pour le Pilates
- ♦ Exposer les protocoles d'exercices et les progressions

Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

- ♦ Systématiser les séances basées sur la Méthode Pilates
- ♦ Définir les types de séances basées sur la Méthode Pilates
- ♦ Plongez dans les controverses et la méthode Pilates bien appliquée

Module 5. Pilates dans les Troubles de la Colonne Vertébrale

- ♦ S'informer sur les principaux problèmes de la Colonne Vertébrale et leur approche
- ♦ Actualiser les connaissances sur les principaux problèmes du Dos et leur approche
- ♦ Appliquer des protocoles d'exercices spécifiques pour le processus de récupération des blessures

Module 6. Pilates dans les Troubles du Membre Supérieur

- ♦ Identifier les pathologies de l'Épaule et leur prise en charge
- ♦ Développer la connaissance de la pathologie du Coude et sa prise en charge
- ♦ Approfondir la pathologie du Poignet et son approche

Module 7. Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

- ♦ Détecter les caractéristiques distinctives de chaque blessure
- ♦ Traiter les altérations au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Adapter des protocoles d'exercices spécifiques au processus de récupération des lésions

Module 8. Pathologies générale et son traitement par le Pilates

- ♦ Maîtriser les caractéristiques de chaque pathologie
- ♦ Identifier les principales altérations de chaque pathologie
- ♦ Traiter les altérations au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum

- ♦ Différencier les différentes phases de la grossesse
- ♦ Déterminer les exercices spécifiques à chaque phase
- ♦ Guider la femme pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum

Module 10. Pilates dans le sport

- ♦ Identifier les blessures les plus courantes dans chaque sport
- ♦ Indiquer les facteurs de risque prédisposant aux blessures
- ♦ Sélectionner des exercices basés sur la Méthode Pilates adaptés à chaque sport

03

Compétences

Ce Mastère Spécialisé de TECH Euromed University rassemble les contenus les plus innovants dans le domaine du Pilates Thérapeutique et de son application pour le bénéfice et la récupération des personnes souffrant de différents troubles musculo-squelettiques. En plus de son syllabus actualisé, le programme utilise des méthodes d'enseignement perturbatrices telles que le *Relearning* et les études de cas de l'École de Harvard afin que chaque diplômé puisse mettre à jour ses connaissances en incorporant une vision théorique et pratique de cette discipline. Ainsi, à l'issue de ce programme, les étudiants auront atteint un niveau de spécialisation superlatif et seront capables d'appliquer des compétences d'excellence dans leur pratique professionnelle quotidienne.





“

Grâce aux compétences acquises dans le cadre de cette qualification, vous favoriserez le bien-être et les soins de Santé spécifiques, en utilisant les exercices de Pilates les plus innovants”



Compétences générales

- ♦ Actualiser connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la méthode Pilates sur tapis, sur différentes machines et avec des instruments
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque situation personnelle
- ♦ Faire une distinction claire entre un bon et un mauvais exercice de Pilates
- ♦ Prendre en compte et prévenir le burn out chez les instructeurs de Pilates
- ♦ Élargir les capacités de prise en charge des professionnels qui se sont surentraînés en Pilates
- ♦ Promouvoir les soins de santé en appliquant correctement les exercices de Pilates

“

Optimisez vos compétences pratiques, en intégrant les exercices de Pilates les plus innovants dans la préparation à l'accouchement, grâce à ce programme rigoureux”





Compétences spécifiques

- ♦ Adapter les charges des machines à l'objectif poursuivi avec un exercice donné chez un patient spécifique
- ♦ Appliquer les techniques Pilates de musculation et d'étirement pour traiter diverses blessures
- ♦ Identifier les principales blessures causées par une pratique incorrecte de la méthode Pilates chez les non-professionnels
- ♦ Fournir des lignes directrices en matière d'exercices pour les personnes souffrant d'ostéoporose ou de problèmes d'incontinence
- ♦ Poursuivre les recherches visant à approfondir la connaissance de la méthode Pilates
- ♦ Établir des protocoles pour l'exécution des exercices indiqués dans la MATT
- ♦ Aborder les problèmes des membres supérieurs et inférieurs par le Pilates
- ♦ Recommander certains exercices de Pilates pour prévenir les pathologies musculaires

04

Direction de la formation

Les enseignants de cette filière académique sont hautement spécialisés dans l'utilisation du Pilates Thérapeutique pour traiter différentes pathologies. Ces experts ont suivi une trajectoire intensive en tant que kinésithérapeutes, appliquant ces connaissances dans différents secteurs tels que la récupération des patients souffrant de blessures dérivées des activités quotidiennes ou de pathologies musculo-squelettiques sous-jacentes. Grâce à leur pratique quotidienne, la faculté a intégré un programme qui rassemble les outils, les techniques et les combinaisons de stratégies interventionnelles avancées. Grâce à ces compétences, intégrées dans le programme, les diplômés de ce programme seront en mesure de mettre à jour leurs compétences et de stimuler leur carrière professionnelle.



“

*Les meilleurs experts en Pilates thérapeutique
font partie du corps enseignant de ce diplôme
très complet de TECH Euromed University"*

Directeur invité international

Le Docteur Edward Laskowski est une figure internationale de premier plan dans le domaine de la **Médecine Sportive** et de la **Réadaptation Physique**. Certifié par le **Conseil Américain de Médecine Physique et de Réadaptation**, il a fait partie intégrante de la prestigieuse équipe de la **Clinique Mayo**, où il a occupé le poste de **Directeur du Centre de Médecine Sportive**.

Son expertise couvre un large éventail de disciplines, de la **Médecine Sportive** au **Fitness** et à l'**Entraînement de la Force et de la Stabilité**. Il a travaillé en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire de spécialistes en **Médecine Physique**, **Réadaptation**, **Orthopédie**, **Kinésithérapie** et **Psychologie du Sport** afin d'apporter une approche holistique aux soins de ses patients.

De même, son influence s'étend au-delà de la **pratique clinique**, puisqu'il a été reconnu au **niveau national et international** pour ses contributions au monde du **sport** et de la **santé**. Ainsi, il a été nommé par le président **George W. Bush** au **Conseil Présidentiel sur la Condition Physique et les Sports**, et a reçu le **Prix de Service Distingué du Département de la Santé et des Services Humains**, soulignant son engagement pour la promotion de **modes de vie sains**.

En outre, il a joué un rôle clé dans des **événements sportifs** majeurs tels que les **Jeux Olympiques d'Hiver de 2002 à Salt Lake City** et le **Marathon de Chicago**, en fournissant des **soins médicaux** de qualité. En outre, son dévouement à la sensibilisation s'est traduit par un travail considérable dans la création de **ressources universitaires**, notamment le **CD-ROM** de la **Clinique Mayo** sur le **Sport**, la **Santé** et le **Fitness**, ainsi que par son rôle de **Rédacteur en Chef Adjoint** du livre *"Mayo Clinic Fitness for Everybody"*. Passionné par la lutte contre les mythes et la fourniture d'informations précises et actualisées, le Docteur Edward Laskowski continue d'être une voix influente dans le domaine de la **Médecine du Sport** et de **Fitness** dans le monde entier.



Dr. Laskowski, Edward

- Directeur du Centre de Médecine du Sport de la Clinique Mayo, États-Unis
- Médecin Consultant auprès de l'Association des Joueurs de la Ligue Nationale de Hockey, États-Unis
- Médecin à la Clinique Mayo, États-Unis
- Membre de la Polyclinique Olympique aux Jeux Olympiques d'hiver (2002), Salt Lake City, Salt Lake City
- Spécialiste de la Médecine du Sport, du Fitness, de la Musculation et de l'Entraînement à la Stabilité
- Certifié par le Conseil Américain de la Médecine Physique et de la Réadaptation
- Rédacteur Collaborateur du livre "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prix du Service distingué du Département de la Santé et des Services Humains
- Membre de: American College of Sports Medicine

“

*Grâce à TECH, vous pourrez
apprendre avec les meilleurs
professionnels du monde”*

Direction



M. González Arganda, Sergio

- ♦ Kinésithérapeute à l'Atlético de Madrid Club de Football
- ♦ Directeur Général de Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Chargé de cours dans le cadre du Master en Préparation Physique et Réadaptation Sportive dans le Football
- ♦ Conférencier du cours de Certificat Avancé en Pilates Clinical Pilates
- ♦ Professeur du Master en Biomécanique et Kinésithérapie du Sport
- ♦ Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ♦ Certificat Avancé en Réhabilitation Pilates de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- ♦ Master en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de kinésithérapie
- ♦ Diplôme en Kinésithérapie à l'Université Pontificale de Comillas

Professeurs

M. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ CEO de Move2Be Kinésithérapie et Réadaptation
- ♦ Kinésithérapeute indépendant, Traitement à domicile à Madrid
- ♦ Kinésithérapeute Clinique Natal San Sebastian de los Reyes
- ♦ Rééducateur sportif du Club de Basket-ball Zona Press
- ♦ Kinésithérapeute dans l'équipe filiale de l'UD Sanse
- ♦ Kinésithérapeute sur le terrain de la Fondation Marcet
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Pascual & Muñoz
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fisio Life Plus
- ♦ Master en Kinésithérapie Manuelle de l'Appareil Locomoteur de l'Université d'Alcalá
- ♦ Diplôme de Kinésithérapie de l'Université d'Alcalá

Mme. Parra Nebreda, Virginia

- ♦ Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Fondation de la Sclérose en Plaques de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Clinique Letfisio
- ♦ Kinésithérapeute à la Résidence pour Personnes Âgées d'Orpea
- ♦ Master en Kinésithérapie Pelvipérinéologique à l'Université de Castilla-la Mancha
- ♦ Formation à l'Échographie Fonctionnelle en Physiothérapie du Plancher Pelvien chez l'homme et la femme à FISIOMEDIT Training
- ♦ Formation en Hypopressifs chez LOW PRESSURE FITNES
- ♦ Diplôme de kinésithérapie de l'Université Complutense de Madrid



Mme. García Ibáñez, Marina

- ♦ Kinésithérapeute pour les traitements à domicile en pédiatrie et chez les adultes atteints de pathologies neurologiques
- ♦ Kinésithérapeute à la Fondation de la Sclérose en Plaques de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute et Psychologue à la Clinique Kinés
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique San Nicolás
- ♦ Master en Kinésithérapie Neurologique : Techniques d'évaluation et de traitement à l'Université Européenne de Madrid
- ♦ Expert en Kinésithérapie Neurologique à l'Université Européenne de Madrid
- ♦ Diplôme de Psychologie de l'Université Nationale d'Education à Distance (UNED)

Mme. Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fiosiomon
- ♦ Kinésithérapeute au Centre de Technification de la Fédération de Hockey de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute en traumatologie à la Clinique Artros
- ♦ Kinésithérapeute au Club SPV51 et au Club Valdeluz de Hockey Hierba
- ♦ Diplôme en Kinésithérapie. Université Complutense de Madrid

Mme. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à Keiki Fisioterapia
- ♦ Kinésithérapeute à Jemed Importaciones

M. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Lagasca
- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute au Club de Rugby Veterinaria

05

Structure et contenu

Ce programme académique rassemble les approches les plus innovantes de l'utilisation de la méthode Pilates en tant que stratégie thérapeutique et de rééducation pour diverses affections et blessures musculo-squelettiques. La qualification de 10 modules décrit les fondements de la méthode, son évolution et les principaux outils ou instruments qui facilitent sa mise en œuvre. En même temps, les étudiants pourront approfondir différents exercices spécifiques qui sont mis en œuvre à partir de cette discipline pour contrer les pathologies et les altérations de la Colonne Vertébrale, des membres inférieurs et supérieurs, entre autres. Tout cela grâce à des ressources didactiques multimédias et à la méthodologie innovante *Relearning*.





“

Grâce à des ressources multimédias, telles que des vidéos et des infographies, vous approfondirez l'assimilation de compétences pratiques avec une approche récupératrice basée sur le Pilates Thérapeutique"

Module 1. Méthode Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Livres et postulats
 - 1.1.3. Héritage
 - 1.1.4. Origine de l'exercice personnalisé
- 1.2. Historique de la Méthode Pilates
 - 1.2.1. Références
 - 1.2.2. Évolution
 - 1.2.3. Situation actuelle
 - 1.2.4. Conclusions
- 1.3. Évolution de la Méthode
 - 1.3.1. Améliorations et modifications
 - 1.3.2. Contributions à la méthode Pilates
 - 1.3.3. Pilates Thérapeutique
 - 1.3.4. Pilates et Activité Physique
- 1.4. Principes de la Méthode Pilates
 - 1.4.1. Définition des principes
 - 1.4.2. Évolution des principes
 - 1.4.3. Niveaux et progression
 - 1.4.4. Conclusions
- 1.5. Pilates Classique contre Pilates Contemporain/Moderne
 - 1.5.1. Points clés du Pilates Classique
 - 1.5.2. Analyse de la méthode Pilates Moderne/Classique
 - 1.5.3. Apports de la méthode Pilates Moderne
 - 1.5.4. Conclusions
- 1.6. Pilates Floor et Pilates Machines
 - 1.6.1. Principes de base du Pilates Floor
 - 1.6.2. Évolution du Pilates Floor
 - 1.6.3. Principes de base du Pilates Machine
 - 1.6.4. Evolution du Pilates Machine





- 1.7. Preuves scientifiques
 - 1.7.1. Revues scientifiques relatives à la méthode Pilates
 - 1.7.2. Thèses de doctorat sur la méthode Pilates
 - 1.7.3. La publicité studio de Pilates
 - 1.7.4. Applications pour la méthode Pilates
- 1.8. Orientations de la Méthode Pilates
 - 1.8.1. Tendances Nationales
 - 1.8.2. Tendances internationales
 - 1.8.3. Analyse des tendances
 - 1.8.4. Conclusions
- 1.9. Les Écoles
 - 1.9.1. Écoles de Formation à la méthode Pilates
 - 1.9.2. Magazines
 - 1.9.3. Évolution des écoles de Pilates
 - 1.9.4. Conclusions
- 1.10. Associations et fédérations de Pilates
 - 1.10.1. Définitions
 - 1.10.2. Apports
 - 1.10.3. Objectifs
 - 1.10.4. PMA

Module 2. Principes fondamentaux de la Méthode Pilates

- 2.1. Les différents concepts de la méthode
 - 2.1.1. Les concepts selon Joseph Pilates
 - 2.1.2. Évolution des concepts
 - 2.1.3. Les générations suivantes
 - 2.1.4. Conclusions
- 2.2. La Respiration
 - 2.2.1. Les différents types de respiration
 - 2.2.2. Analyse des types de respiration
 - 2.2.3. Les effets de la respiration
 - 2.2.4. Conclusions

- 2.3. Le bassin comme centre de stabilité et de mouvement
 - 2.3.1. Le concept de "Core" de Joseph Pilates
 - 2.3.2. Le Core scientifique
 - 2.3.3. Base anatomique
 - 2.3.4. Le Core dans les processus de récupération
- 2.4. L'organisation de la ceinture scapulaire
 - 2.4.1. Revue anatomique
 - 2.4.2. Biomécanique de la ceinture scapulaire
 - 2.4.3. Applications dans la méthode Pilates
 - 2.4.4. Conclusions
- 2.5. L'organisation du mouvement du membre inférieur
 - 2.5.1. Revue anatomique
 - 2.5.2. Biomécanique du membre inférieur
 - 2.5.3. Applications dans la méthode Pilates
 - 2.5.4. Conclusions
- 2.6. Articulation de la colonne vertébrale
 - 2.6.1. Revue anatomique
 - 2.6.2. Biomécanique de la colonne vertébrale
 - 2.6.3. Applications dans la méthode Pilates
 - 2.6.4. Conclusions
- 2.7. Alignement des segments du corps
 - 2.7.1. La posture
 - 2.7.2. La posture dans la méthode Pilates
 - 2.7.3. Alignement des segments
 - 2.7.4. Chaînes musculaires et fasciales
- 2.8. Intégration fonctionnelle
 - 2.8.1. Concept d'intégration fonctionnelle
 - 2.8.2. Implications pour les différentes activités
 - 2.8.3. La tâche
 - 2.8.4. Le contexte
- 2.9. Principes fondamentaux du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.1. Histoire du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.2. Concepts du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.3. Critères du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.4. Exemples de blessures ou de pathologies

- 2.10. Pilates classique et Pilates thérapeutique
 - 2.10.1. Différences entre les deux méthodes
 - 2.10.2. Justification
 - 2.10.3. Progressions
 - 2.10.4. Conclusions

Module 3. La salle de sport/le studio de Pilates

- 3.1. Le Reformer
 - 3.1.1. Présentation du Reformer
 - 3.1.2. Avantages du Reformer
 - 3.1.3. Principaux exercices sur le Reformer
 - 3.1.4. Principales erreurs sur le Reformer
- 3.2. La table Cadillac ou Trapèze
 - 3.2.1. Introduction au Cadillac
 - 3.2.2. Avantages de la table Cadillac
 - 3.2.3. Principaux exercices de la Cadillac
 - 3.2.4. Principales erreurs dans la Cadillac
- 3.3. La chaise
 - 3.3.1. Introduction à la chaise
 - 3.3.2. Avantages de la chaise
 - 3.3.3. Principaux exercices sur la chaise
 - 3.3.4. Principales erreurs de la chaise
- 3.4. Le Tonneau
 - 3.4.1. Introduction au Tonneau
 - 3.4.2. Avantages du Tonneau
 - 3.4.3. Principaux exercices du Tonneau
 - 3.4.4. Principales erreurs dans le Tonneau
- 3.5. Modèles "Combo"
 - 3.5.1. Introduction au modèle combo
 - 3.5.2. Avantages du modèle combo
 - 3.5.3. Principaux exercices du modèle combo
 - 3.5.4. Principales erreurs du modèle Combo

- 3.6. L'Anneau flexible
 - 3.6.1. Introduction à l'anneau flexible
 - 3.6.2. Avantages de l'anneau flexible
 - 3.6.3. Principaux exercices de l'anneau flexible
 - 3.6.4. Principales erreurs de l'anneau flexible
- 3.7. Le *Spine Corrector* (correcteur de la colonne vertébrale)
 - 3.7.1. Introduction au *spine correctif* (correcteur de la colonne vertébrale)
 - 3.7.2. Avantages de la *spine correctif*
 - 3.7.3. Principaux exercices de la *spine correctif*
 - 3.7.4. Principales erreurs dans la *spine correctif*
- 3.8. Outils adaptés à la méthode
 - 3.8.1. *Foam roller*
 - 3.8.2. *Fit Ball*
 - 3.8.4. Bandes élastiques
 - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Espace
 - 3.9.1. Préférences en matière d'équipement
 - 3.9.2. Espace pour la méthode Pilates
 - 3.9.3. L'équipement de Pilates
 - 3.9.4. Bonnes pratiques en matière d'espace
- 3.10. L'environnement
 - 3.10.1. Concept d'environnement
 - 3.10.2. Caractéristiques des différents environnements
 - 3.10.3. Choix de l'environnement
 - 3.10.4. Conclusions

Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

- 4.1. La séance initiale
 - 4.1.1. Évaluation initiale
 - 4.1.2. Consentement éclairé
 - 4.1.3. Mots et commandes liés à la Méthode Pilates
 - 4.1.4. Début de la Méthode Pilates

- 4.2. Évaluation initiale
 - 4.2.1. L'évaluation posturale
 - 4.2.2. Évaluation de la flexibilité
 - 4.2.3. Évaluation de la coordination
 - 4.2.4. Planification de la séance. Fiche Pilates
- 4.3. Le cours de Pilates
 - 4.3.1. Exercices initiaux
 - 4.3.2. Regroupement des élèves
 - 4.3.3. Positionnement, voix, corrections
 - 4.3.4. La pause
- 4.4. Les élèves-patients
 - 4.4.1. Typologie de l'élève Pilates
 - 4.4.2. L'engagement personnalisé
 - 4.4.3. Les objectifs de l'élève
 - 4.4.4. Le choix de la méthode
- 4.5. Progressions et régression des exercices
 - 4.5.1. Introduction aux progressions et régressions
 - 4.5.2. Les progressions
 - 4.5.3. Les régressions
 - 4.5.4. L'évolution du traitement
- 4.6. Protocole général
 - 4.6.1. Un protocole de base généralisé
 - 4.6.2. Respecter les fondamentaux de la méthode Pilates
 - 4.6.3. Analyse du protocole
 - 4.6.4. Fonctions du protocole
- 4.7. Indications des exercices
 - 4.7.1. Caractéristiques de la position de départ
 - 4.7.2. Contre-indications des exercices
 - 4.7.3. Aides verbales, tactiles
 - 4.7.4. Programmation des cours

- 4.8. L'enseignant/le moniteur
 - 4.8.1. Analyse de l'apprenant
 - 4.8.2. Types d'enseignants
 - 4.8.3. Créer l'environnement adéquat
 - 4.8.4. Suivi de l'apprenant
- 4.9. Le programme de base
 - 4.9.1. Pilates pour débutants
 - 4.9.2. Pilates pour niveau moyen
 - 4.9.3. Pilates pour experts
 - 4.9.4. Pilates professionnel
- 4.10. Logiciel de studio de Pilates
 - 4.10.1. Principaux logiciels de studio de Pilates
 - 4.10.2. Application Pilates
 - 4.10.3. Les dernières technologies dans le studio de Pilates
 - 4.10.4. Progrès les plus significatifs dans le studio de Pilates

Module 5. Pilates dans les Troubles de la Colonne Vertébrale

- 5.1. Recueil anatomique de base
 - 5.1.1. Ostéologie de la colonne vertébrale
 - 5.1.2. Myologie de la colonne vertébrale
 - 5.1.3. Biomécanique de la colonne vertébrale
 - 5.1.4. Conclusions
- 5.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par la méthode Pilates
 - 5.2.1. Pathologies de croissance
 - 5.2.2. Pathologies chez le patient âgé
 - 5.2.3. Pathologies du patient sédentaire
 - 5.2.4. Pathologies chez le sportif
- 5.3. Exercices indiqués en MATT, sur Machines et avec Outils. Protocole général
 - 5.3.1. Exercices d'allongement
 - 5.3.2. Exercices de stabilisation centrale
 - 5.3.3. Exercices de mobilisation articulaire
 - 5.3.4. Exercices de renforcement
 - 5.3.5. Exercices fonctionnels

- 5.4. Pathologie discale
 - 5.4.1. Pathomécanique
 - 5.4.2. Syndromes discaux
 - 5.4.3. Différences entre les types de pathologies
 - 5.4.4. Bonnes pratiques
- 5.5. Pathologie des articulations
 - 5.5.1. Pathomécanique
 - 5.5.2. Syndromes articulaires
 - 5.5.3. Types de pathologies
 - 5.5.4. Conclusions
- 5.6. Pathologie musculaire
 - 5.6.1. Pathomécanique
 - 5.6.2. Syndromes musculaires
 - 5.6.3. Types de pathologies
 - 5.6.4. Conclusions
- 5.7. Pathologie de la Colonne Cervicale
 - 5.7.1. Symptomatologie
 - 5.7.2. Syndromes cervicaux
 - 5.7.3. Protocoles spécifiques
 - 5.7.4. Conclusions
- 5.8. Pathologie de la Colonne Vertébrale Dorsale
 - 5.8.1. Symptomatologie
 - 5.8.2. Syndromes dorsaux
 - 5.8.3. Protocoles spécifiques
 - 5.8.4. Conclusions
- 5.9. Pathologie de la Colonne Lombaire
 - 5.9.1. Symptomatologie
 - 5.9.2. Syndromes lombaires
 - 5.9.3. Protocoles spécifiques
 - 5.9.4. Conclusions
- 5.10. Pathologie Sacro-iliaque
 - 5.10.1. Symptomatologie
 - 5.10.2. Syndromes lombaires
 - 5.10.3. Protocoles spécifiques
 - 5.10.4. Conclusions

Module 6. Pilates dans les Troubles du Membre Supérieur

- 6.1. Recueil anatomique de base
 - 6.1.1. Ostéologie du Membre Supérieur
 - 6.1.2. Myologie du Membre Supérieur
 - 6.1.3. Biomécanique du Membre Supérieur
 - 6.1.4. Bonnes pratiques
- 6.2. Exercices de stabilisation
 - 6.2.1. Introduction aux exercices de stabilisation
 - 6.2.2. Exercices de stabilisation MATT
 - 6.2.3. Exercices de stabilisation sur machine
 - 6.2.4. Les meilleurs exercices de stabilisation
- 6.3. Exercices de mobilisation articulaire
 - 6.3.1. Introduction aux exercices de mobilité articulaire
 - 6.3.2. Exercices de mobilité articulaire MATT
 - 6.3.3. Exercices de mobilité articulaire sur une machine
 - 6.3.4. Meilleurs exercices de mobilité articulaire
- 6.4. Exercices de renforcement
 - 6.4.1. Introduction aux exercices de renforcement
 - 6.4.2. Exercices de renforcement MATT
 - 6.4.3. Exercices de renforcement sur machine
 - 6.4.4. Meilleurs exercices de renforcement
- 6.5. Exercices fonctionnels
 - 6.5.1. Introduction aux exercices fonctionnels
 - 6.5.2. Exercices fonctionnels MATT
 - 6.5.3. Exercices fonctionnels sur machines
 - 6.5.4. Meilleurs exercices fonctionnels
- 6.6. Pathologie de l'Épaule Protocoles spécifiques
 - 6.6.1. Épaule douloureuse
 - 6.6.2. Épaule gelée
 - 6.6.3. Épaule hypomobile
 - 6.6.4. Exercices pour l'épaule

- 6.7. Pathologie du Coude. Protocoles spécifiques
 - 6.7.1. Pathologie des articulations
 - 6.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 6.7.3. Coude post-traumatique ou post-chirurgical
 - 6.7.4. Exercices pour le Coude
- 6.8. Pathologie du Poignet
 - 6.8.1. Principaux syndromes
 - 6.8.2. Type de pathologie du Poignet
 - 6.8.3. Exercices pour le Poignet
 - 6.8.4. Conclusions
- 6.9. Pathologie de la Main
 - 6.9.1. Principaux syndromes
 - 6.9.2. Types de pathologie de la Main
 - 6.9.3. Exercices pour la Main
 - 6.9.4. Conclusions
- 6.10. Piégeage des nerfs du Membre Supérieur
 - 6.10.1. Plexus brachial
 - 6.10.2. Nerfs périphériques
 - 6.10.3. Types de pathologies
 - 6.10.4. Exercices pour le piégeage nerveux dans le Membre Supérieur

Module 7. Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

- 7.1. Recueil anatomique de base
 - 7.1.1. Ostéologie du Membre Inférieur
 - 7.1.2. Myologie du Membre Inférieur
 - 7.1.3. Biomécanique du Membre Inférieur
 - 7.1.4. Bonnes pratiques
- 7.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par la méthode Pilates
 - 7.2.1. Pathologies de croissance
 - 7.2.2. Pathologies chez le sportif
 - 7.2.3. Autres types de pathologies
 - 7.2.4. Conclusions

- 7.3. Exercices indiqués en Mat, sur Machines et avec Outils. Protocole général
 - 7.3.1. Exercices de dissociation
 - 7.3.2. Exercices de mobilisation
 - 7.3.3. Exercices de renforcement
 - 7.3.4. Exercices fonctionnels
- 7.4. Pathologie de la hanche
 - 7.4.1. Pathologie des articulations
 - 7.4.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.4.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
 - 7.4.4. Exercices pour la Hanche
- 7.5. Pathologie du Genou
 - 7.5.1. Pathologie des articulations
 - 7.5.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.5.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
 - 7.5.4. Exercices du Genou
- 7.6. Pathologie de la Cheville
 - 7.6.1. Pathologie des articulations
 - 7.6.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.6.3. Pathologie chirurgicale
 - 7.6.4. Exercices pour la Cheville
- 7.7. Pathologie du Pied
 - 7.7.1. Pathologie articulaire et fasciale
 - 7.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.7.3. Pathologie chirurgicale
 - 7.7.4. Exercices du Pied
- 7.8. Piégeage des nerfs du Membre Inférieur
 - 7.8.1. Plexus brachial
 - 7.8.2. Nerfs périphériques
 - 7.8.3. Types de pathologies
 - 7.8.4. Exercices pour le piégeage nerveux dans le Membre Inférieur

- 7.9. Analyse de la chaîne antéro-latérale du Membre Inférieur
 - 7.9.1. Qu'est-ce que la chaîne antéro-latérale et quelle est son importance pour le patient
 - 7.9.2. Aspects importants pour l'évaluation
 - 7.9.3. Relation entre la chaîne et la pathologie déjà décrite
 - 7.9.4. Exercices pour travailler la chaîne antérolatérale
- 7.10. Analyse de la chaîne postéro-médiale du Membre Inférieur
 - 7.10.1. Qu'est-ce que la chaîne postéro- médiale et quelle est son importance pour le patient
 - 7.10.2. Aspects importants pour l'évaluation
 - 7.10.3. Relation du complexe avec la pathologie déjà décrite
 - 7.10.4. Exercices pour travailler la chaîne postéro-médiale

Module 8. Pathologies générale et son traitement par le Pilates

- 8.1. Système nerveux
 - 8.1.1. Système nerveux central
 - 8.1.2. Système nerveux périphérique
 - 8.1.3. Brève description des voies neuronales
 - 8.1.4. Bénéfices de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
- 8.2. Évaluation neurologique axée sur la méthode Pilates
 - 8.2.1. Anamnèse
 - 8.2.2. Évaluation de la force et du tonus
 - 8.2.3. Évaluation de la sensibilité
 - 8.2.4. Tests et échelles
- 8.3. Pathologies neurologiques dont la prévalence et les preuves scientifiques sont plus importantes dans la méthode Pilates
 - 8.3.1. Brève description des pathologies
 - 8.3.2. Principes de base de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
 - 8.3.3. Adaptation des positions de Pilates
 - 8.3.4. Adaptation des exercices de Pilates
- 8.4. Sclérose en plaques
 - 8.4.1. Description de la pathologie
 - 8.4.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.4.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.4.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments

- 8.5. Accident vasculaire cérébral
 - 8.5.1. Description de la pathologie
 - 8.5.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.5.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.5.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 8.6. La maladie de Parkinson
 - 8.6.1. Description de la pathologie
 - 8.6.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.6.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.6.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 8.7. Paralyse cérébrale
 - 8.7.1. Description de la pathologie
 - 8.7.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.7.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.7.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 8.8. Personnes âgées
 - 8.8.1. Pathologies associées à l'âge
 - 8.8.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.8.3. Exercices indiqués
 - 8.8.4. Exercices contre-indiqués
- 8.9. Ostéoporose
 - 8.9.1. Description de la pathologie
 - 8.9.2. Évaluation des capacités du patient
 - 8.9.3. Exercices indiqués
 - 8.9.4. Exercices contre-indiqués
- 8.10. Problèmes du Plancher Pelvien: incontinence urinaire
 - 8.10.1. Description de pathologies
 - 8.10.2. Incidence et prévalence
 - 8.10.3. Exercices indiqués
 - 8.10.4. Exercices contre-indiqués

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum

- 9.1. Premier trimestre
 - 9.1.1. Changements au cours du premier trimestre
 - 9.1.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.1.3. Exercices indiqués
 - 9.1.4. Contre-indications
- 9.2. Deuxième trimestre
 - 9.2.1. Changements au cours du deuxième trimestre
 - 9.2.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.2.3. Exercices indiqués
 - 9.2.4. Contre-indications
- 9.3. Troisième trimestre
 - 9.3.1. Changements au cours du troisième trimestre
 - 9.3.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.3.3. Exercices indiqués
 - 9.3.4. Contre-indications
- 9.4. Accouchement
 - 9.4.1. Dilatation et deuxième phase du travail
 - 9.4.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.4.3. Recommandations
 - 9.4.4. Contre-indications
- 9.5. Post-partum Immédiat
 - 9.5.1. Récupération et puerpéralité
 - 9.5.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.5.3. Exercices indiqués
 - 9.5.4. Contre-indications
- 9.6. Incontinence Urinaire et Plancher Pelvien
 - 9.6.1. Anatomie concernée
 - 9.6.2. Physiopathologie
 - 9.6.3. Exercices indiqués
 - 9.6.4. Contre-indications

- 9.7. Problèmes liés à la grossesse et à l'approche de la Méthode Pilates
 - 9.7.1. Changement statique du corps
 - 9.7.2. Les problèmes les plus courants
 - 9.7.3. Exercices indiqués
 - 9.7.4. Contre-indications
- 9.8. Préparation à la grossesse
 - 9.8.1. Avantages de la préparation physique pendant la grossesse
 - 9.8.2. Activité physique recommandée
 - 9.8.3. Exercices indiqués en début de grossesse
 - 9.8.4. Préparation pendant la recherche de la deuxième grossesse et des grossesses suivantes
- 9.9. Le post-partum Tardif
 - 9.9.1. Modifications anatomiques à long terme
 - 9.9.2. Préparation à la reprise de l'activité physique
 - 9.9.3. Exercices indiqués
 - 9.9.4. Contre-indications
- 9.10. Altérations post-partum
 - 9.10.1. Diastase abdominale
 - 9.10.2. Modification statique du bassin - prolapsus
 - 9.10.3. Altérations de la musculature abdominale profonde
 - 9.10.4. Indications et contre-indications de la césarienne

Module 10. Pilates dans le sport

- 10.1. Football
 - 10.1.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.1.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.1.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.1.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.2. Sports de raquette
 - 10.2.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.2.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.2.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.2.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

- 10.3. Basket-ball
 - 10.3.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.3.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.3.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.3.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.4. Handball
 - 10.4.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.4.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.4.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.4.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.5. Le golf
 - 10.5.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.5.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.5.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.5.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.6. Natation
 - 10.6.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.6.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.6.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.6.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.7. Athlétisme
 - 10.7.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.7.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.7.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.7.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.8. Danse et arts du spectacle
 - 10.8.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.8.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.8.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.8.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau



- 10.9. Roller Hockey
 - 10.9.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.9.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.9.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.9.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.10. Rugby
 - 10.10.1. Blessures les plus fréquentes
 - 10.10.2. La méthode Pilates en tant que traitement et prévention
 - 10.10.3. Bénéfices et objectifs
 - 10.10.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

“ *Ce Mastère Spécialisé est une occasion unique de mettre à jour vos connaissances théoriques et pratiques sur l'utilisation du Pilates Thérapeutique comme méthode de rééducation des blessures sportives* ”

06

Méthodologie d'étude

TECH Euromed University est la première au monde à combiner la méthodologie des **case studies** avec **Relearning**, un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition guidée.

Cette stratégie d'enseignement innovante est conçue pour offrir aux professionnels la possibilité d'actualiser leurs connaissances et de développer leurs compétences de manière intensive et rigoureuse. Un modèle d'apprentissage qui place l'étudiant au centre du processus académique et lui donne le rôle principal, en s'adaptant à ses besoins et en laissant de côté les méthodologies plus conventionnelles.



“

*TECH Euromed University vous prépare
à relever de nouveaux défis dans des
environnements incertains et à réussir
votre carrière”*

L'étudiant: la priorité de tous les programmes de TECH Euromed University

Dans la méthodologie d'étude de TECH Euromed University, l'étudiant est le protagoniste absolu.

Les outils pédagogiques de chaque programme ont été sélectionnés en tenant compte des exigences de temps, de disponibilité et de rigueur académique que demandent les étudiants d'aujourd'hui et les emplois les plus compétitifs du marché.

Avec le modèle éducatif asynchrone de TECH Euromed University, c'est l'étudiant qui choisit le temps qu'il consacre à l'étude, la manière dont il décide d'établir ses routines et tout cela dans le confort de l'appareil électronique de son choix. L'étudiant n'a pas besoin d'assister à des cours en direct, auxquels il ne peut souvent pas assister. Les activités d'apprentissage se dérouleront à votre convenance. Vous pouvez toujours décider quand et où étudier.

“

À TECH Euromed University, vous n'aurez PAS de cours en direct (auxquelles vous ne pourrez jamais assister)”



Les programmes d'études les plus complets au niveau international

TECH Euromed University se caractérise par l'offre des itinéraires académiques les plus complets dans l'environnement universitaire. Cette exhaustivité est obtenue grâce à la création de programmes d'études qui couvrent non seulement les connaissances essentielles, mais aussi les dernières innovations dans chaque domaine.

Grâce à une mise à jour constante, ces programmes permettent aux étudiants de suivre les évolutions du marché et d'acquérir les compétences les plus appréciées par les employeurs. Ainsi, les diplômés de TECH Euromed University reçoivent une préparation complète qui leur donne un avantage concurrentiel significatif pour progresser dans leur carrière.

De plus, ils peuvent le faire à partir de n'importe quel appareil, PC, tablette ou smartphone.

“

Le modèle de TECH Euromed University est asynchrone, de sorte que vous pouvez étudier sur votre PC, votre tablette ou votre smartphone où vous voulez, quand vous voulez et aussi longtemps que vous le voulez”

Case studies ou Méthode des cas

La méthode des cas est le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures écoles de commerce du monde. Développée en 1912 pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas seulement le droit sur la base d'un contenu théorique, sa fonction était également de leur présenter des situations réelles et complexes. De cette manière, ils pouvaient prendre des décisions en connaissance de cause et porter des jugements de valeur sur la manière de les résoudre. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Avec ce modèle d'enseignement, ce sont les étudiants eux-mêmes qui construisent leurs compétences professionnelles grâce à des stratégies telles que *Learning by doing* ou le *Design Thinking*, utilisées par d'autres institutions renommées telles que Yale ou Stanford.

Cette méthode orientée vers l'action sera appliquée tout au long du parcours académique de l'étudiant avec TECH Euromed University. Vous serez ainsi confronté à de multiples situations de la vie réelle et devrez intégrer des connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre vos idées et vos décisions. Il s'agissait de répondre à la question de savoir comment ils agiraient lorsqu'ils seraient confrontés à des événements spécifiques complexes dans le cadre de leur travail quotidien.



Méthode Relearning

À TECH Euromed University, les *case studies* sont complétées par la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le *Relearning*.

Cette méthode s'écarte des techniques d'enseignement traditionnelles pour placer l'apprenant au centre de l'équation, en lui fournissant le meilleur contenu sous différents formats. De cette façon, il est en mesure de revoir et de répéter les concepts clés de chaque matière et d'apprendre à les appliquer dans un environnement réel.

Dans le même ordre d'idées, et selon de multiples recherches scientifiques, la répétition est le meilleur moyen d'apprendre. C'est pourquoi TECH Euromed University propose entre 8 et 16 répétitions de chaque concept clé au sein d'une même leçon, présentées d'une manière différente, afin de garantir que les connaissances sont pleinement intégrées au cours du processus d'étude.

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.



Un Campus Virtuel 100% en ligne avec les meilleures ressources didactiques

Pour appliquer efficacement sa méthodologie, TECH Euromed University se concentre à fournir aux diplômés du matériel pédagogique sous différents formats: textes, vidéos interactives, illustrations et cartes de connaissances, entre autres. Tous ces supports sont conçus par des enseignants qualifiés qui axent leur travail sur la combinaison de cas réels avec la résolution de situations complexes par la simulation, l'étude de contextes appliqués à chaque carrière professionnelle et l'apprentissage basé sur la répétition, par le biais d'audios, de présentations, d'animations, d'images, etc.

Les dernières données scientifiques dans le domaine des Neurosciences soulignent l'importance de prendre en compte le lieu et le contexte d'accès au contenu avant d'entamer un nouveau processus d'apprentissage. La possibilité d'ajuster ces variables de manière personnalisée aide les gens à se souvenir et à stocker les connaissances dans l'hippocampe pour une rétention à long terme. Il s'agit d'un modèle intitulé *Neurocognitive context-dependent e-learning* qui est sciemment appliqué dans le cadre de ce diplôme d'université.

D'autre part, toujours dans le but de favoriser au maximum les contacts entre mentors et mentorés, un large éventail de possibilités de communication est offert, en temps réel et en différé (messagerie interne, forums de discussion, service téléphonique, contact par courrier électronique avec le secrétariat technique, chat et vidéoconférence).

De même, ce Campus Virtuel très complet permettra aux étudiants TECH Euromed University d'organiser leurs horaires d'études en fonction de leurs disponibilités personnelles ou de leurs obligations professionnelles. De cette manière, ils auront un contrôle global des contenus académiques et de leurs outils didactiques, mis en fonction de leur mise à jour professionnelle accélérée.



Le mode d'étude en ligne de ce programme vous permettra d'organiser votre temps et votre rythme d'apprentissage, en l'adaptant à votre emploi du temps"

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les étudiants 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 à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
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.

La méthodologie universitaire la mieux évaluée par ses étudiants

Les résultats de ce modèle académique innovant sont visibles dans les niveaux de satisfaction générale des diplômés de TECH Euromed University.

L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure du cours et des objectifs est excellente. Il n'est pas surprenant que l'institution soit devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants selon l'indice global score, obtenant une note de 4,9 sur 5.

Accédez aux contenus de l'étude depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion Internet (ordinateur, tablette, smartphone) grâce au fait que TECH Euromed University est à la pointe de la technologie et de l'enseignement.

Vous pourrez apprendre grâce aux avantages offerts par les environnements d'apprentissage simulés et à l'approche de l'apprentissage par observation: le Learning from an expert.



Ainsi, le meilleur matériel pédagogique, minutieusement préparé, sera disponible dans le cadre de ce programme:



Matériel didactique

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

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel afin de mettre en place notre mode de travail en ligne, avec les dernières techniques qui nous permettent de vous offrir une grande qualité dans chacune des pièces que nous mettrons à votre service.



Pratique des aptitudes et des compétences

Vous effectuerez des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques permettant d'acquérir et de développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit acquérir dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



Résumés interactifs

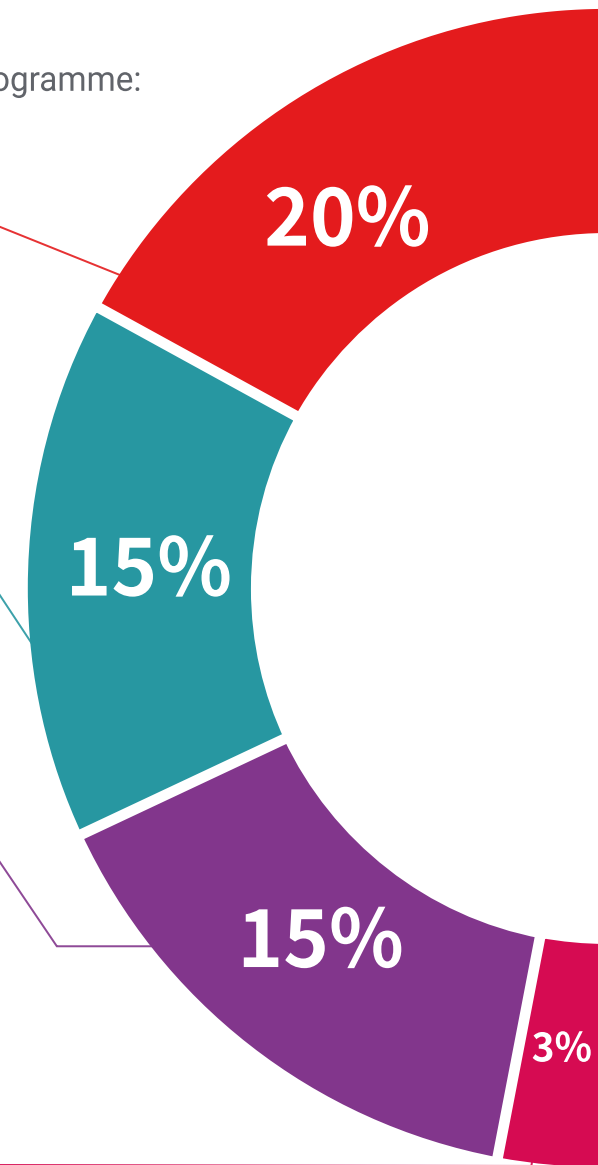
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

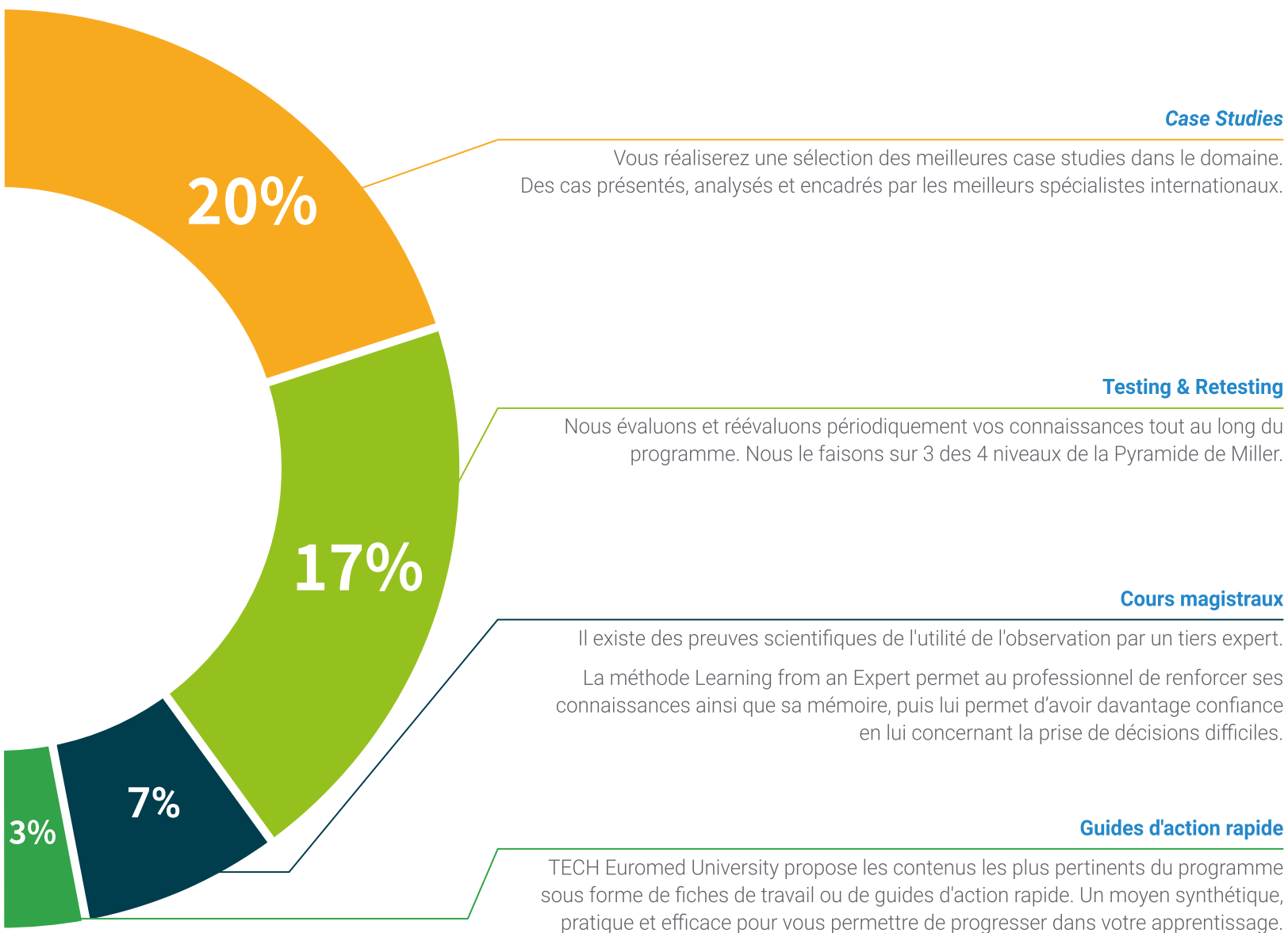
Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que «European Success Story».



Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus, guides internationaux, etc... Dans notre bibliothèque virtuelle, vous aurez accès à tout ce dont vous avez besoin pour compléter votre formation.





Case Studies

Vous réaliserez une sélection des meilleures case studies dans le domaine. Des cas présentés, analysés et encadrés par les meilleurs spécialistes internationaux.



Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme. Nous le faisons sur 3 des 4 niveaux de la Pyramide de Miller.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode Learning from an Expert permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire, puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



Guides d'action rapide

TECH Euromed University propose les contenus les plus pertinents du programme sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



07 Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Mastère Spécialisé délivré par TECH Global University, et un autre par Euromed University of Fes.



“

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

Le programme du **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** est le programme le plus complet sur la scène académique actuelle. Après avoir obtenu leur diplôme, les étudiants recevront un diplôme d'université délivré par TECH Global University et un autre par Université Euromed de Fès.

Ces diplômes de formation continue et d'actualisation professionnelle de TECH Global University et d'Université Euromed de Fès garantissent l'acquisition de compétences dans le domaine de la connaissance, en accordant une grande valeur curriculaire à l'étudiant qui réussit les évaluations et accrédite le programme après l'avoir suivi dans son intégralité.

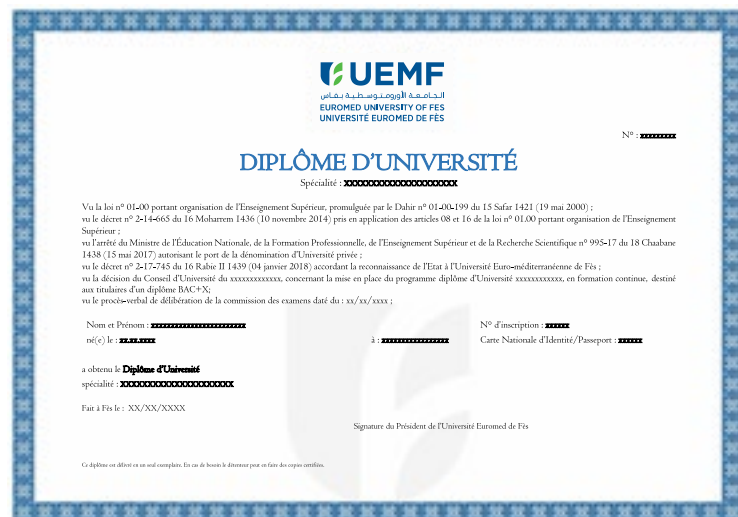
Ce double certificat, de la part de deux institutions universitaires de premier plan, représente une double récompense pour une formation complète et de qualité, assurant à l'étudiant l'obtention d'une certification reconnue au niveau national et international. Ce mérite académique vous positionnera comme un professionnel hautement qualifié, prêt à relever les défis et à répondre aux exigences de votre secteur professionnel.

Diplôme: **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique**

Modalité: **en ligne**

Durée: **12 mois**

Accréditation: **60 ECTS**



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH Euromed University fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

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 Euromed
University

Mastère Spécialisé Pilates Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Euromed University
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique

