

# Certificat Avancé

## Méthode Pilates au Sol



**tech** université  
technologique

## Certificat Avancé Méthode Pilates au Sol

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

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/medecine/diplome-universite/diplome-universite-methode-pilates-sol](http://www.techtitute.com/fr/medecine/diplome-universite/diplome-universite-methode-pilates-sol)

# 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 22

06

Diplôme

---

Page 30

# 01 Présentation

Le manque de sensibilisation des patients aux avantages des traitements complémentaires de Pilates peut être attribué à une diffusion insuffisante de ses avantages par les professionnels de la santé. C'est pourquoi il est crucial pour les médecins de se tenir au courant et d'inclure cette option thérapeutique dans le traitement des problèmes de la Colonne Vertébrale, des Membres Supérieurs et Inférieurs. En réponse à ce besoin, TECH a développé cette qualification conçue pour offrir aux professionnels une mise à jour de l'adaptation des exercices de Pilates à chaque pathologie, de la pratique au sol, ainsi que des techniques de stabilisation centrale et articulaire. En outre, le programme est enseigné à 100%, ce qui permet de s'y connecter à tout moment et en tout lieu.



“

*Vous actualiserez vos connaissances  
sur les Méthodes Pilates au Sol grâce  
à ce programme TECH 100% en ligne”*

Souvent, les patients ont tendance à opter pour des traitements plus conventionnels parce qu'ils ne savent pas qu'il existe des thérapies complémentaires efficaces pour traiter les problèmes de la Colonne Vertébrale, des Membres Supérieurs et Inférieurs. Dans ce cas, la méconnaissance par les patients des pouvoirs de la thérapie Pilates peut être liée à un manque d'information. C'est pourquoi les cliniciens doivent connaître les dernières preuves scientifiques, les techniques et les modèles de ce type d'exercice.

Dans ce contexte, TECH a développé ce Certificat Avancé, qui offre aux cliniciens une mise à jour complète sur la façon dont les techniques Pilates peuvent améliorer les altérations de la Colonne Vertébrale, des Membres Supérieurs et Inférieurs et des diverses pathologies existantes.

Il s'agit d'un programme qui permettra aux étudiants d'élargir leurs compétences en matière d'adaptation des positions et des exercices à ce type de thérapie, d'évaluation des capacités des patients souffrant de diverses affections et de leur adaptation aux exercices de Pilates. Tout cela est complété par une grande variété de matériel multimédia disponible dans une bibliothèque virtuelle, à laquelle il est possible d'accéder de manière illimitée au cours de ce programme spécialisé.

En outre, cette option académique offre une grande flexibilité au professionnel, puisqu'elle est accessible à tout moment et de n'importe où. En outre, ce diplôme intègre le système *Relearning* dans sa méthodologie, ce qui permet au diplômé de mémoriser les concepts les plus pertinents plus efficacement et en moins de temps.

Ce **Certificat Avancé en Méthode Pilates au Sol** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Le développement d'études de cas pratiques présentées par des experts en Kinésithérapie et des spécialistes 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
- Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'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



*Incorporez dans votre pratique clinique les techniques de Pilates qui favorisent le plus la récupération des troubles du Membre Supérieur et inférieur"*

“

*Vous apprendrez en profondeur, avec le meilleur matériel didactique, la polyvalence des exercices Pilates sur machines et comment les adapter à chaque pathologie”*

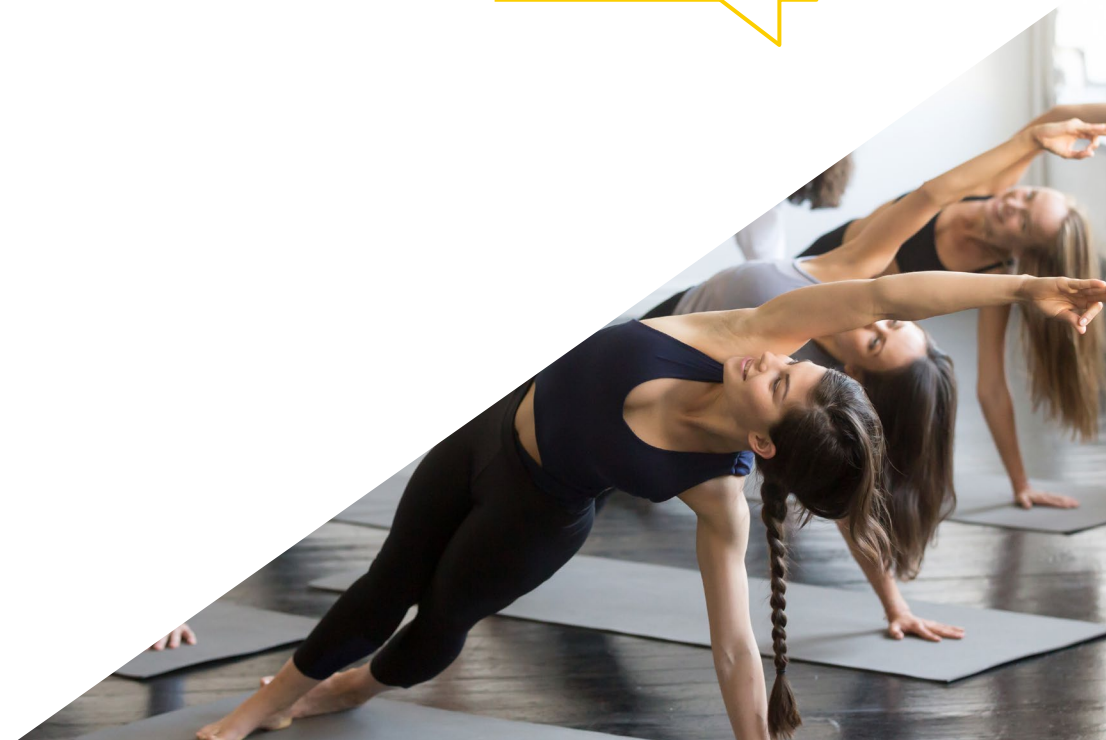
*Vous proposerez des solutions personnalisées à vos patients et appliquerez les techniques les plus innovantes de la thérapie Pilates.*

*Vous traiterez les douleurs de l'Épaule, du Coude, du Poignet, du Genou et de la Cheville à l'aide de protocoles Pilates spécifiques.*

Le corps enseignant du programme comprend des professionnels du secteur qui apportent l'expérience de leur travail à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus issus de grandes entreprises et d'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, il sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.



# 02 Objectifs

L'objectif principal de ce programme est de fournir aux médecins les informations les plus récentes sur les Méthodes de Pilates au Sol, leur permettant d'utiliser cette discipline comme un outil thérapeutique efficace dans le traitement de diverses pathologies. Ainsi, en intégrant les principes et les techniques de cette activité physique dans leur pratique clinique, les professionnels pourront offrir à leurs patients une option de traitement complémentaire qui favorise la santé et le bien-être. De plus, ce diplôme utilise des ressources multimédias innovantes, telles que des vidéos avec des images de haute qualité.







“

*Vous acquerez une compréhension plus approfondie des conditions neurologiques traitées par le Pilates, telles que la Sclérose en Plaques, l'Accident Vasculaire Cérébral, la maladie de Parkinson et la Paralyse Cérébrale”*



## 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. 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 2. 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 3. 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 4. Pathologie 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

03

# Direction de la formation

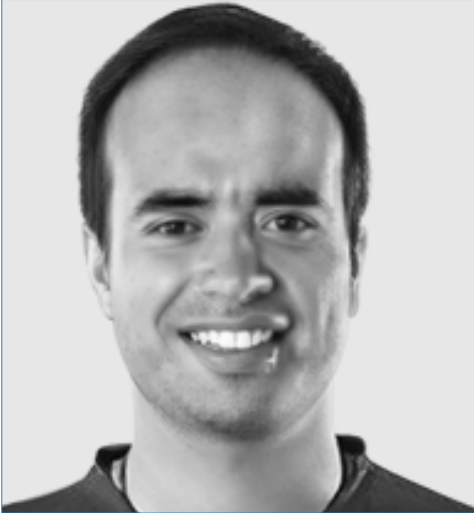
TECH se distingue par l'importance qu'il accorde à la production d'un contenu de pointe et de qualité supérieure. Pour atteindre cet objectif, elle a réuni des professionnels renommés ayant une grande expérience de la kinésithérapie et de la méthode Pilates. Les médecins ont ainsi accès à un programme avancé créé par de véritables experts de cette méthode populaire. Cette opportunité offre aux diplômés une expérience exceptionnelle de remise à niveau avec des spécialistes de premier plan dans ce domaine.



“

*Vous découvrirez comment le Pilates peut être un outil efficace dans le traitement de l'Ostéoporose et des problèmes de Plancher Pelvien, grâce à des experts renommés dans le domaine de la Kinésithérapie”*

## Direction



### M. González Arganda, Sergio

- ◆ Directeur Général de Fisio Domicilio Madrid
- ◆ Chargé de cours dans le cadre du Master en Préparation Physique et Réadaptation Sportive dans le Football
- ◆ Chargé de cours du Certificat en Pilates Clinique
- ◆ Professeur du Master en Biomécanique et Kinésithérapie du Sport
- ◆ Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ◆ Certificat en Rééducation Pilates auprès 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

### Mme Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Kinésithérapeute à la Clinique Fiosiomon et à la Fédération de Hockey de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à la Clinique Fiosiomon
- ♦ Kinésithérapeute au Centre de Technification de la Fédération de Hockey de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute dans des entreprises par l'Intermédiaire de Fisiowork S.L
- ♦ Kinésithérapeute en Traumatologie à la Clinique Artros
- ♦ Kinésithérapeute au Club SPV51 et au Club Valdeluz de Hockey Hierba (Club de Hockey sur gazon)
- ♦ Diplôme de kinésithérapie à l'Université Complutense de Madrid

### 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 García Ibáñez, Marina

- ♦ Kinésithérapeute à la Fondation de la Sclérose en Plaques à Madrid et consultation privée à domicile
- ♦ Kinésithérapeute pour les Traitements à Domicile en Pédiatrie et chez les Adultes atteints de Pathologies Neurologiques
- ♦ Kinésithérapeute à la Fondation Sclérose en Plaques de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute et Psychologue à la Clinique Kinés
- ♦ Kinésithérapeute à la Clinique San Nicolás
- ♦ Master Universitaire en Kinésithérapie Neurologique: Techniques d'Évaluation et de Traitement à l'Université Européenne de Madrid
- ♦ Certificat en Kinésithérapie Neurologique de l'Université Européenne de Madrid
- ♦ Grade en Psychologie de l'Université Nationale d'Éducation à Distance (UNED)

# 04

## Structure et contenu

Ce Certificat Avancé propose une mise à jour dans le domaine de la Méthode Pilates au Sol, offrant au spécialiste l'opportunité d'élargir ses connaissances et d'approfondir sa compréhension de la biomécanique de la colonne vertébrale, des exercices de stabilisation centrale et des syndromes discaux. En outre, vous explorerez des exercices spécifiques pour les troubles nerveux du Membre Supérieur et Inférieur et la dissociation. Tout cela, avec la flexibilité d'un programme 100% en ligne, permettant aux professionnels de la Médecine de participer à cette activité sans avoir à adhérer à un horaire préétabli et sans interférer avec leurs responsabilités quotidiennes.





“

*Un programme académique développé avec la méthodologie pédagogique la plus efficace, la méthode Relearning”*

## 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
  - 1.8.2. 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. Pilates dans les Troubles du Membre Supérieur

- 2.1. Recueil anatomique de base
  - 2.1.1. Ostéologie du Membre Supérieur
  - 2.1.2. Myologie du Membre Supérieur
  - 2.1.3. Biomécanique du Membre Supérieur
  - 2.1.4. Bonnes pratiques
- 2.2. Exercices de stabilisation
  - 2.2.1. Introduction aux exercices de stabilisation
  - 2.2.2. Exercices de stabilisation MATT
  - 2.2.3. Exercices de stabilisation sur machine
  - 2.2.4. Les meilleurs exercices de stabilisation



- 2.3. Exercices de mobilisation articulaire
  - 2.3.1. Introduction aux exercices de mobilité articulaire
  - 2.3.2. Exercices de mobilité articulaire MATT
  - 2.3.3. Exercices de mobilité articulaire sur une machine
  - 2.3.4. Meilleurs exercices de mobilité articulaire
- 2.4. Exercices de renforcement
  - 2.4.1. Introduction aux exercices de renforcement
  - 2.4.2. Exercices de renforcement MATT
  - 2.4.3. Exercices de renforcement sur machine
  - 2.4.4. Meilleurs exercices de renforcement
- 2.5. Exercices fonctionnels
  - 2.5.1. Introduction aux exercices fonctionnels
  - 2.5.2. Exercices fonctionnels MATT
  - 2.5.3. Exercices fonctionnels sur machines
  - 2.5.4. Meilleurs exercices fonctionnels
- 2.6. Pathologie de l'Épaule Protocoles spécifiques
  - 2.6.1. Épaule douloureuse
  - 2.6.2. Épaule gelée
  - 2.6.3. Épaule hypomobile
  - 2.6.4. Exercices pour l'épaule
- 2.7. Pathologie du Coude. Protocoles spécifiques
  - 2.7.1. Pathologie des articulations
  - 2.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 2.7.3. Coude post-traumatique ou post-chirurgical
  - 2.7.4. Exercices pour le Coude
- 2.8. Pathologie du Poignet
  - 2.8.1. Principaux syndromes
  - 2.8.2. Type de pathologie du Poignet
  - 2.8.3. Exercices pour le Poignet
  - 2.8.4. Conclusions

- 2.9. Pathologie de la Main
  - 2.9.1. Principaux syndromes
  - 2.9.2. Type de pathologie de la Main
  - 2.9.3. Exercices pour la Main
  - 2.9.4. Conclusions
- 2.10. Piégeage des nerfs du Membre Supérieur
  - 2.10.1. Plexus brachial
  - 2.10.2. Nerfs périphériques
  - 2.10.3. Type de pathologie
  - 2.10.4. Exercices pour le piégeage nerveux dans le Membre Supérieur

### Module 3. Pilates dans les Troubles du Membre Inférieur

- 3.1. Recueil anatomique de base
  - 3.1.1. Ostéologie du Membre Inférieur
  - 3.1.2. Myologie du Membre Inférieur
  - 3.1.3. Biomécanique du Membre Inférieur
  - 3.1.4. Bonnes pratiques
- 3.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par la méthode Pilates
  - 3.2.1. Pathologies de croissance
  - 3.2.2. Pathologies chez le sportif
  - 3.2.3. Autres types de pathologies
  - 3.2.4. Conclusions
- 3.3. Exercices indiqués en Mat, sur Machines et avec Outils. Protocole général
  - 3.3.1. Exercices de dissociation
  - 3.3.2. Exercices de mobilisation
  - 3.3.3. Exercices de renforcement
  - 3.3.4. Exercices fonctionnels
- 3.4. Pathologie de la hanche
  - 3.4.1. Pathologie des articulations
  - 3.4.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 3.4.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
  - 3.4.4. Exercices pour la Hanche

- 3.5. Pathologie du Genou
  - 3.5.1. Pathologie des articulations
  - 3.5.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 3.5.3. Pathologie chirurgicale Prothèse
  - 3.5.4. Exercices du Genou
- 3.6. Pathologie de la Cheville
  - 3.6.1. Pathologie des articulations
  - 3.6.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 3.6.3. Pathologies Chirurgicale
  - 3.6.4. Exercices pour la Cheville
- 3.7. Pathologie du Pied
  - 3.7.1. Pathologie articulaire et fasciale
  - 3.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
  - 3.7.3. Pathologie chirurgicale
  - 3.7.4. Exercices du Pied
- 3.8. Piégeage des nerfs du Membre Inférieur
  - 3.8.1. Plexus brachial
  - 3.8.2. Nerfs périphériques
  - 3.8.3. Types de pathologies
  - 3.8.4. Exercices pour le piégeage nerveux dans le Membre Inférieur
- 3.9. Analyse de la chaîne antéro-latérale du Membre Inférieur
  - 3.9.1. Qu'est-ce que la chaîne antéro-latérale et quelle est son importance pour le patient?
  - 3.9.2. Aspects importants pour l'évaluation
  - 3.9.3. Relation entre la chaîne et la pathologie déjà décrite
  - 3.9.4. Exercices pour travailler la chaîne antérolatérale
- 3.10. Analyse de la chaîne antéro-médiale du Membre Inférieur
  - 3.10.1. Qu'est-ce que la chaîne postéro-médiale et quelle est son importance pour le patient?
  - 3.10.2. Aspects importants pour l'évaluation
  - 3.10.3. Relation du complexe avec la pathologie déjà décrite
  - 3.10.4. Exercices pour travailler la chaîne antérolatérale

**Module 4. Pathologie générale et son traitement par le Pilates**

- 4.1. Système nerveux
  - 4.1.1. Système nerveux central
  - 4.1.2. Système nerveux périphérique
  - 4.1.3. Brève description des voies neuronales
  - 4.1.4. Bénéfices de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
- 4.2. Évaluation neurologique axée sur la méthode Pilates
  - 4.2.1. Anamnèse
  - 4.2.2. Évaluation de la force et du tonus
  - 4.2.3. Évaluation de la sensibilité
  - 4.2.4. Tests et échelles
- 4.3. Pathologies neurologiques dont la prévalence et les preuves scientifiques sont plus importantes dans la méthode Pilates
  - 4.3.1. Brève description des pathologies
  - 4.3.2. Principes de base de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
  - 4.3.3. Adaptation des positions de Pilates
  - 4.3.4. Adaptation des exercices de Pilates
- 4.4. Sclérose en plaques
  - 4.4.1. Description de la pathologie
  - 4.4.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.4.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
  - 4.4.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 4.5. Accident vasculaire cérébral
  - 4.5.1. Description de la pathologie
  - 4.5.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.5.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
  - 4.5.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 4.6. La maladie de Parkinson
  - 4.6.1. Description de la pathologie
  - 4.6.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.6.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
  - 4.6.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 4.7. Paralyse cérébrale
  - 4.7.1. Description de la pathologie
  - 4.7.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.7.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
  - 4.7.4. Adaptation des exercices Pilates avec éléments
- 4.8. Personnes âgées
  - 4.8.1. Pathologies associées à l'âge
  - 4.8.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.8.3. Exercices indiqués
  - 4.8.4. Exercices contre-indiqués
- 4.9. Ostéoporose
  - 4.9.1. Description de la pathologie
  - 4.9.2. Évaluation des capacités du patient
  - 4.9.3. Exercices indiqués
  - 4.9.4. Exercices contre-indiqués
- 4.10. Problèmes du Plancher Pelvien: incontinence urinaire
  - 4.10.1. Description de la pathologie
  - 4.10.2. Incidence et prévalence
  - 4.10.3. Exercices indiqués
  - 4.10.4. Exercices contre-indiqués



*Vous bénéficierez d'un accès illimité à une bibliothèque virtuelle de matériel multimédia qui vous permettra de vous tenir au courant à tout moment et en tout lieu"*

# 05

# Méthodologie

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



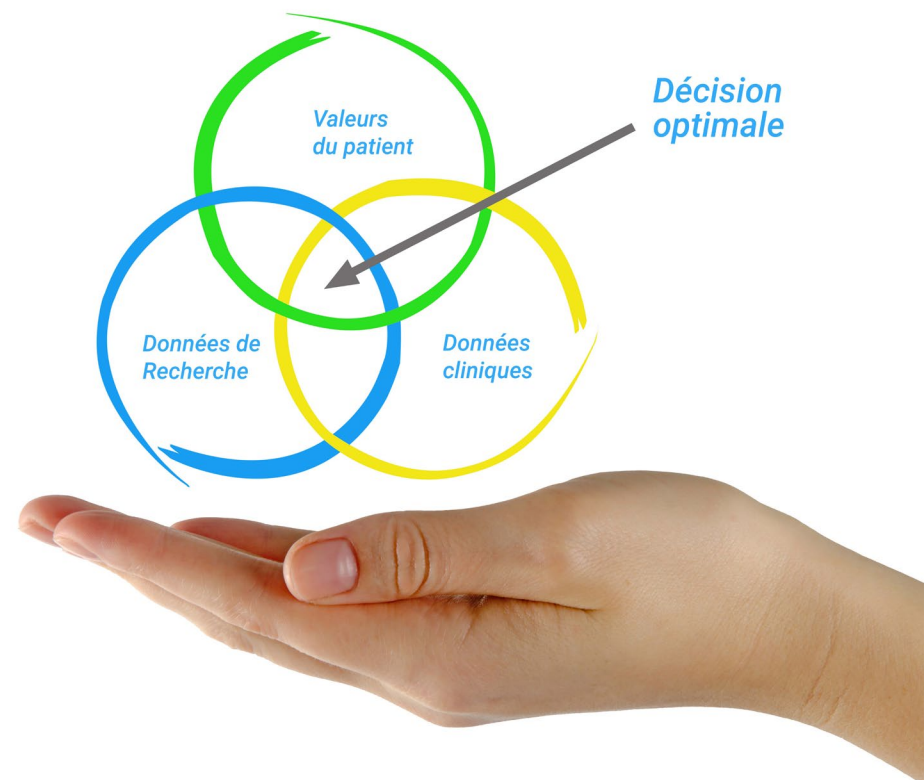
“

*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, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation 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 spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, vous ferez 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 actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de la pratique professionnelle du médecin.



“

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

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

1. Les 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. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort fourni devient un stimulus très important pour l'étudiant, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps consacré à travailler les cours.



## Relearning Methodology

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

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

*Le professionnel apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe qui facilitent l'apprentissage immersif.*



À la pointe de la pédagogie mondiale, la méthode Relearning a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels qui terminent leurs études, par rapport aux indicateurs de qualité de la meilleure université en (Columbia University).

Grâce à cette méthodologie, nous, formation plus de 250.000 médecins avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. 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.



Dans ce programme, vous aurez accès aux meilleurs supports pédagogiques élaborés spécialement pour vous:



#### Support d'étude

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

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



#### Techniques et procédures chirurgicales en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques médicales actuelles. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



#### Résumés interactifs

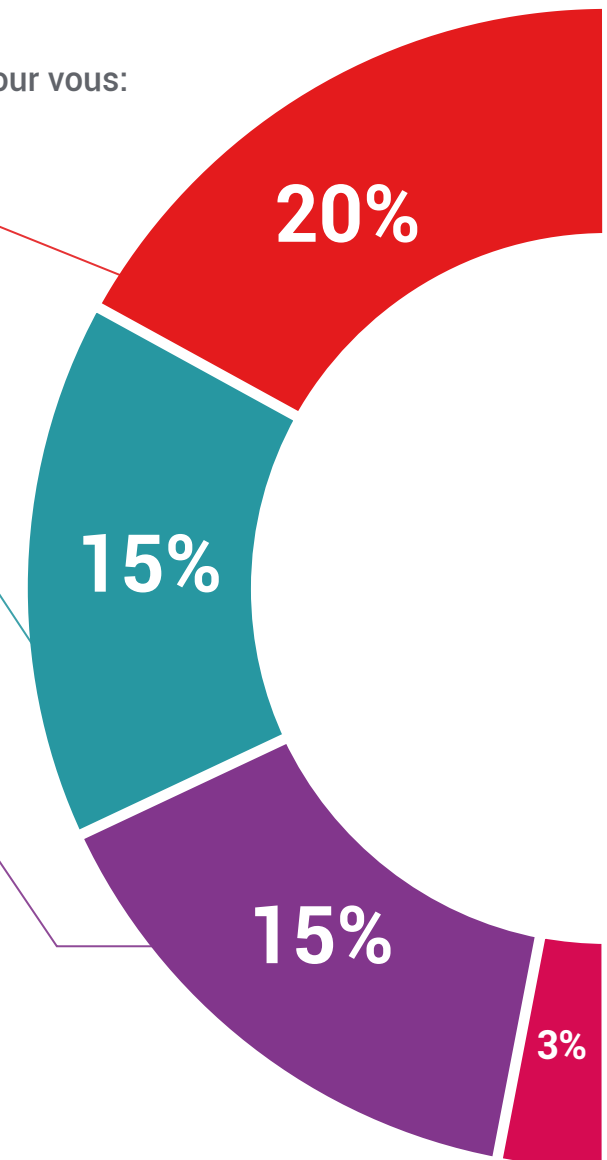
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

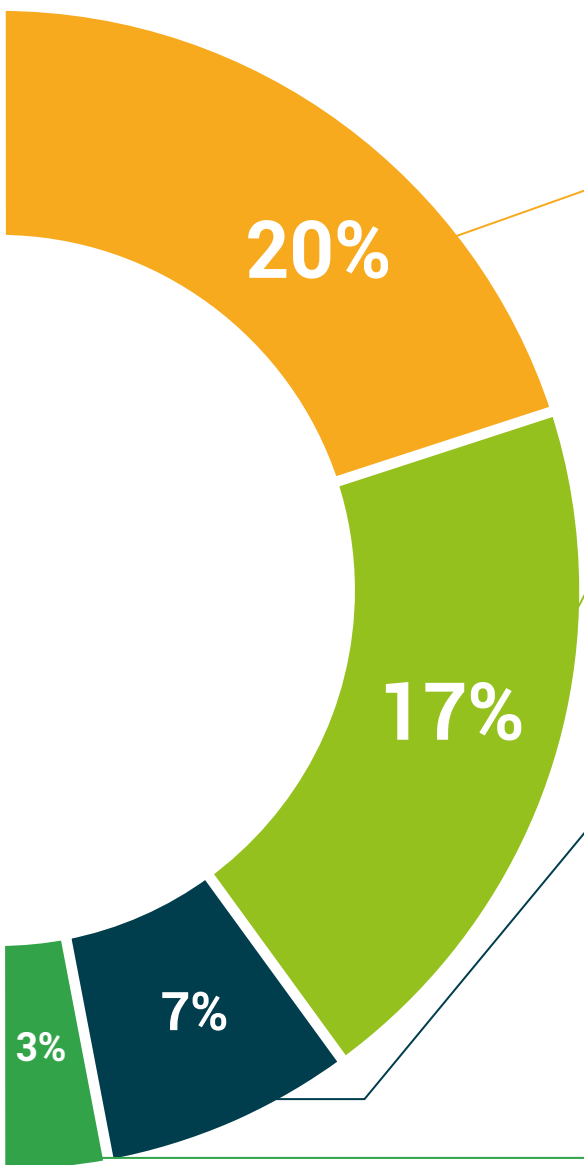
Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



#### Bibliographie complémentaire

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





#### 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

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



#### Cours magistraux

Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant 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

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 Avancé en Méthode Pilates au Sol vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat Avancé délivré par TECH Université Technologique.





“

*Réussissez ce programme et recevez  
votre diplôme sans déplacements ni  
formalités administratives”*

Ce **Certificat Avancé en Méthode Pilates au Sol** 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 Avancé** délivré par **TECH Université Technologique**.

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

Diplôme: **Certificat Avancé en Méthode Pilates au Sol**

N° d'heures officielles: **600 h.**



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION 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** université  
technologique

**Certificat Avancé**

Méthode Pilates au Sol

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

# Certificat Avancé

## Méthode Pilates au Sol

