

大学课程

护士瑜伽体式技
巧应用与整合



大学课程

护士瑜伽体式技巧应用与整合

- » 模式: 在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表: 自由安排时间
- » 考试模式: 在线

网页链接: www.techitute.com/cn/nursing/postgraduate-certificate/application-asana-techniques-their-integration-nursing

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

18

05

方法

22

06

学位

30

01 介绍

在医学中实施体式是一种越来越多地用于补充各种疾病和病理治疗的方法。它对身体和精神的益处促使医生和护士将这些技术融入到他们的临床实践中。为此，TECH 创建了一个关于体式技术及其护理整合的项目，该项目将允许学生深入研究与体式技术相关的所有内容、其功能、基础知识以及执行这些技术的不同位置。一切都以完全在线的形式进行，无需面对面的课程和预先制定的时间表，为护士提供了最大的灵活性，使其能够履行其日常职责。



“

让自己了解瑜伽和体式如何有助于控制慢性疼痛和减少焦虑”

目前,有各种研究支持瑜伽和体式在护理领域的有效性。总的来说,事实证明,经常练习瑜伽和应用体式有益于患者的身心健康,有助于改善心血管、呼吸系统、肌肉骨骼和神经系统疾病等各种疾病的治疗。

显然,这些新方法促使护理专业人员不断更新知识,并将新的有效的治疗技术付诸实践,作为医学的补充。正是出于这个原因,TECH 创建了护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程,目的是让专业人员了解特定的体式技术及其在日常临床实践中的实施。

此外,瑜伽领域的一位国际知名人士也参与了该节目内容的开发。通过独特而独特的大师班,护士将能够加深世界上最负盛名的教练和治疗师之一的经验。

这是一种适应护士具体要求的学术替代方案,而且不要求他们遵守固定的时间表。这要归功于在线格式的灵活性,

学生可以从任何具有网络访问权限的电子设备访问虚拟校园,甚至可以下载该大学课程的所有可用内容。

这个**护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 瑜伽专家提出的案例研究的发展
- ◆ 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 实践练习,可进行自我评估以改善学习效果其主要特点包括
- ◆ 特别强调创新方法论
- ◆ 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- ◆ 可以在任何连接互联网的固定或便携设备上访问课程内容



通过该领域独特的大师班,深入了解瑜伽和体式的各种练习及其对不同疾病患者的益处”

“

一门在线大学课程, 让你
深入学习在护理领域正
确应用体式技术的技能”

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士, 他们将自己的工作经验带到了这一培训中, 还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容, 专业人士将能够进行情境化学习, 即通过模拟环境进行沉浸式培训, 以应对真实情况。

该计划设计以问题导向的学习为中心, 专业人士将在整个学年中尝试解决各种实践情况。为此, 您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

深入研究如何通过实施体式作为医疗治疗的补充来改善疼痛和心血管疾病。

TECH 为您提供灵活的选择, 让您在专业上更新自己, 同时又不会忽视日常活动。



02 目标

该学术项目的目的是更新护理专业人员对瑜伽作为治疗方法的技术的了解,从而将体式方法及其融合付诸实践。因此,完成本课程后,学生将对身体、其身体力学以及体式的发展和正确应用有一个总体的了解。所有这一切,都处于最前沿,并汇集在100%数字化教材中,有利于不断更新,且不受固定时间表的约束。





“

在生物力学及其与治疗瑜伽
的关系方面实现现代化”



总体目标

- ◆ 从临床角度纳入正确发展和应用瑜伽治疗技术的必要知识和技能
- ◆ 创建一个以科学证据为基础设计的瑜伽方案
- ◆ 根据每个人的特点和受伤情况, 深入学习最合适的体式
- ◆ 深入研究生物力学及其在治疗瑜伽体式中的应用
- ◆ 描述瑜伽体位法如何适应每个人的病症
- ◆ 深化现有冥想和放松技巧的神经生理学基础





具体目标

- ◆ 深入研究不同体式的哲学和生理学贡献
- ◆ 确定最小行动原则: Sthira, Sukham 和 Asanam
- ◆ 深化站立体式概念
- ◆ 描述伸展体式的益处和禁忌
- ◆ 指出旋转和侧弯体式的益处和禁忌
- ◆ 描述反姿势以及何时使用
- ◆ 深化班达拉及其在瑜伽治疗中的应用

“

利用最有效的冥想和放松技巧, 为患者提供更好的身心稳定性”

03 课程管理

为了使护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程得以完美发展, TECH 精心挑选了负责教授该课程的教师。因此, 学生将有保障参加最完整的课程之一, 并得到经验丰富的专业人士的支持, 当然还有能够指导其中所包含的理论实践技术的所有必要经验。该计划还邀请了一位客座国际专家, 他将提供他在实施瑜伽和体式进行治疗方面最深入的知识。



“

TECH 为您提供了瑜伽和体式使用
领域公认的国际专业人士的服务”

国际客座董事

Dianne Galliano是Integral Yoga Institute纽约分部的教授总监兼培训主管，她在国际上是该领域最重要的人物之一她的学术重点主要是治疗瑜伽，教学和继续教育的记录时数超过 6000 小时。

因此，她一直在指导、制定培训协议和标准，并为整体瑜伽学院的导师提供继续教育。她还在其他机构担任治疗师和讲师，如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 或教育联盟：平衡生活中心。

她的工作还包括创建和领导瑜伽课程、开发练习和评估可能出现的挑战。在她的职业生涯中，她接触过不同类型的人群，包括老年和中年男女、产前和产后人群、年轻人，甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾为骨质疏松症患者、心脏手术后或乳腺癌术后恢复期患者、眩晕症患者、背痛患者、肠易激综合征患者和肥胖症患者提供治疗。她拥有多项认证，包括瑜伽联盟颁发的 E-RYT 500 认证、美国健康培训中心颁发的基本生命支持 (BLS) 认证以及体感运动中心颁发的运动教练认证。



Galliano, Dianne 女士

- 美国纽约整体瑜伽学院院长
- 14TH Street Y 的瑜伽治疗教练
- 纽约 Integral Yoga Institute Wellness Spa 的瑜伽治疗师
- 教育联盟的治疗讲师:平衡生活中心
- 纽约州立大学小学教育学士
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士学位

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

管理人员



Escalona García, Zoraida 女士

- 西班牙治疗瑜伽协会副主席
- Air Core 方法 (将 TRX 和功能性训练与瑜伽相结合的课程) 的创始人
- 瑜伽治疗培训师
- 马德里自治大学生物科学学士
- 教师课程: 阿斯汤加渐进瑜伽、FisiomYoga、筋膜瑜伽和瑜伽与癌症
- 普拉提地板普拉提教练课程
- 植物疗法和营养学课程
- 冥想教师课程



教师

Villalba, Vanessa 女士

- ◆ Gimnasios Villalba 教员
- ◆ 塞维利亚欧洲瑜伽学院 (IEY) 流瑜伽和 力量瑜伽 导师
- ◆ 空中瑜伽教练, 塞维利亚
- ◆ 塞维利亚国际青年学院综合瑜伽教练
- ◆ 韦尔瓦 IEY 的身体智能 TM 瑜伽等级课程
- ◆ 塞维利亚国际青年学院孕妇和产后瑜伽教练
- ◆ Nidra 瑜伽、瑜伽疗法和 萨满瑜伽导师
- ◆ FEDA 基础普拉提教练
- ◆ 带器械的地板普拉提教练
- ◆ FEDA 健身与私人教练高级技师
- ◆ 西班牙纺纱联合会的纺纱 入门 I 级教员
- ◆ 有氧健身协会 哑铃力量 教练
- ◆ 脊骨按摩与治疗高级学校脊骨按摩师
- ◆ 塞维利亚 PRAXIS 淋巴排毒培训

04 结构和内容

该计划拥有广泛的课程，将使护理专业人士能够在治疗瑜伽和体式的良好实施领域处于领先地位。这将为为您提供体式姿势的详细方法，包括它们的概念、主要目的、对齐方式和最少动作原则。学习计划还辅以视听材料、补充阅读材料、详细视频和自我认识练习。





“更深入地研究班达法领域, 以及应用专家所使用的这项技术所需的一切”

模块 1. 体式技术的应用及其整合

- 1.1. 体位
 - 1.1.1. 体式的定义
 - 1.1.2. 瑜伽经中的体式
 - 1.1.3. 体式的更深层次目的
 - 1.1.4. 体式和对齐
- 1.2. 最小行动原则
 - 1.2.1. Sthira Sukham Asanam
 - 1.2.2. 如何在实践中应用这一概念?
 - 1.2.3. 古纳理论
 - 1.2.4. 古纳对实践的影响
- 1.3. 站立体式
 - 1.3.1. 站立体式的重要性
 - 1.3.2. 如何操作它们
 - 1.3.3. 益处
 - 1.3.4. 禁忌症和注意事项
- 1.4. 坐式和仰卧式
 - 1.4.1. 坐姿体式的重要性
 - 1.4.2. 冥想坐姿
 - 1.4.3. 仰卧体式: 定义
 - 1.4.4. 仰卧姿势的好处
- 1.5. 体式扩展
 - 1.5.1. 为什么扩展功能很重要?
 - 1.5.2. 如何安全地使用它们
 - 1.5.3. 益处
 - 1.5.4. 禁忌症
- 1.6. 体式弯曲
 - 1.6.1. 脊柱弯曲的重要性
 - 1.6.2. 执行
 - 1.6.3. 益处
 - 1.6.4. 常见错误及如何避免





- 1.7. 体式旋转:扭转
 - 1.7.1. 扭转力学
 - 1.7.2. 如何正确操作
 - 1.7.3. 生理益处
 - 1.7.4. 禁忌症
- 1.8. 侧弯体式
 - 1.8.1. 重要性
 - 1.8.2. 益处
 - 1.8.3. 最常见的错误
 - 1.8.4. 禁忌症
- 1.9. 对柱的重要性
 - 1.9.1. 是什么?
 - 1.9.2. 何时进行
 - 1.9.3. 练习时的好处
 - 1.9.4. 最常用的反向支柱
- 1.10. 班达
 - 1.10.1. 定义
 - 1.10.2. 主要 班达
 - 1.10.3. 何时使用
 - 1.10.4. 收束法和治疗瑜伽



参加体式治疗,了解专业人士使用的最新技术”

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的: **Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用, 并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。



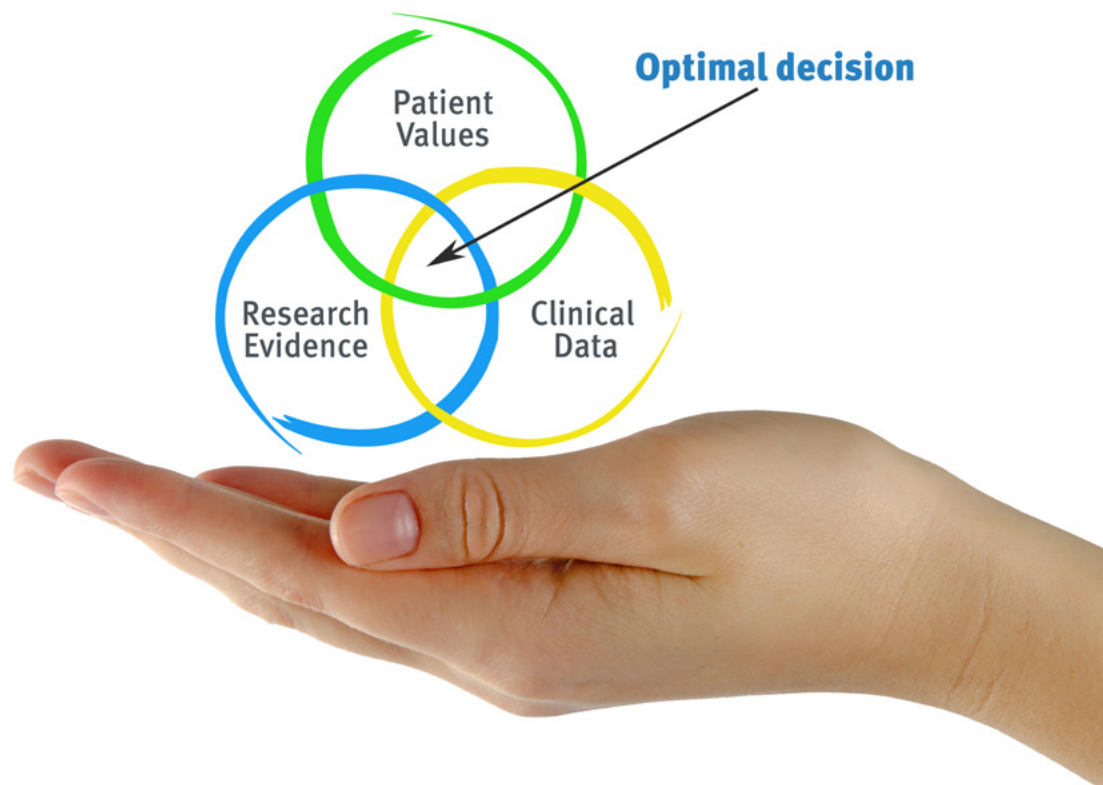
“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

在TECH护理学院,我们使用案例法

在具体特定情况下,专业人士应该怎么做?在整个课程中,你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例,他们必须调查,建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性,有大量的科学证据。护士们随着时间的推移,学习得更好,更快,更持久。

在TECH,护士可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法,临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍,它成为一个“案例”,一个说明某些特殊临床内容的例子或模型,因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是,案例要以当前的职业生活为基础,试图重现护理实践中的实际问题。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的护士不仅实现了对概念的吸收, 而且还, 通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习内容牢固地嵌入到实践技能中, 使护理专业人员能够在医院或初级护理环境中更好地整合知识。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。



护士将通过真实的案例并在模拟学习中解决复杂情况来学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的, 以促进沉浸式学习。

处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,Re-learning 方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过175000名护士,取得了空前的成功在所有的专业实践领域都是如此。所有这些都在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。

该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该大学项目的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



护理技术和程序的视频

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前的护理技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明了,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以随心所欲地观看它们。



互动式总结

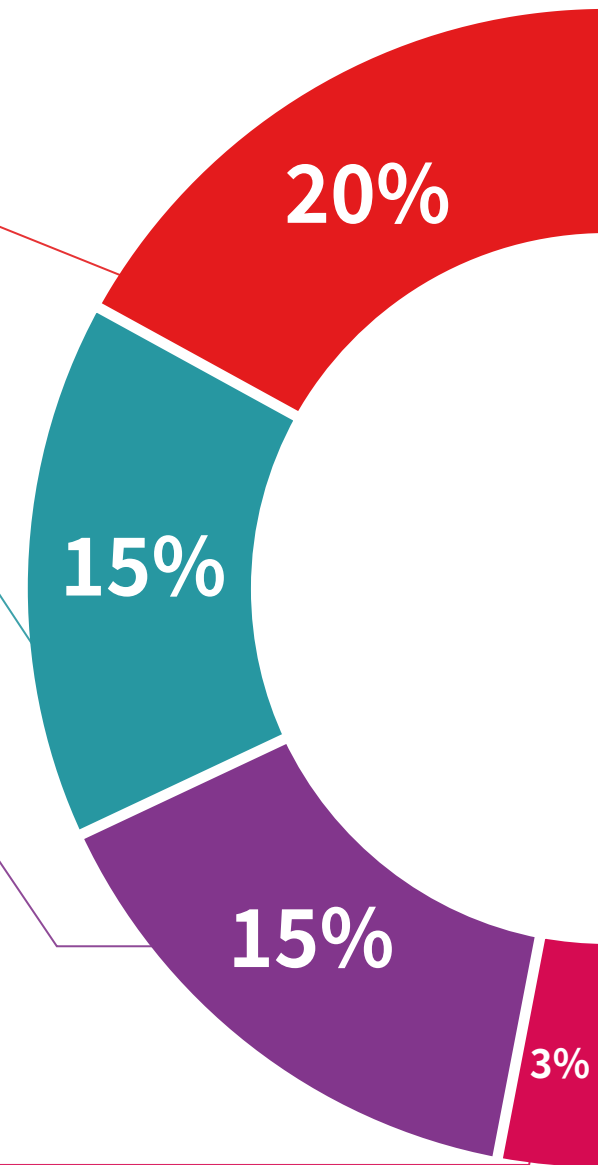
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

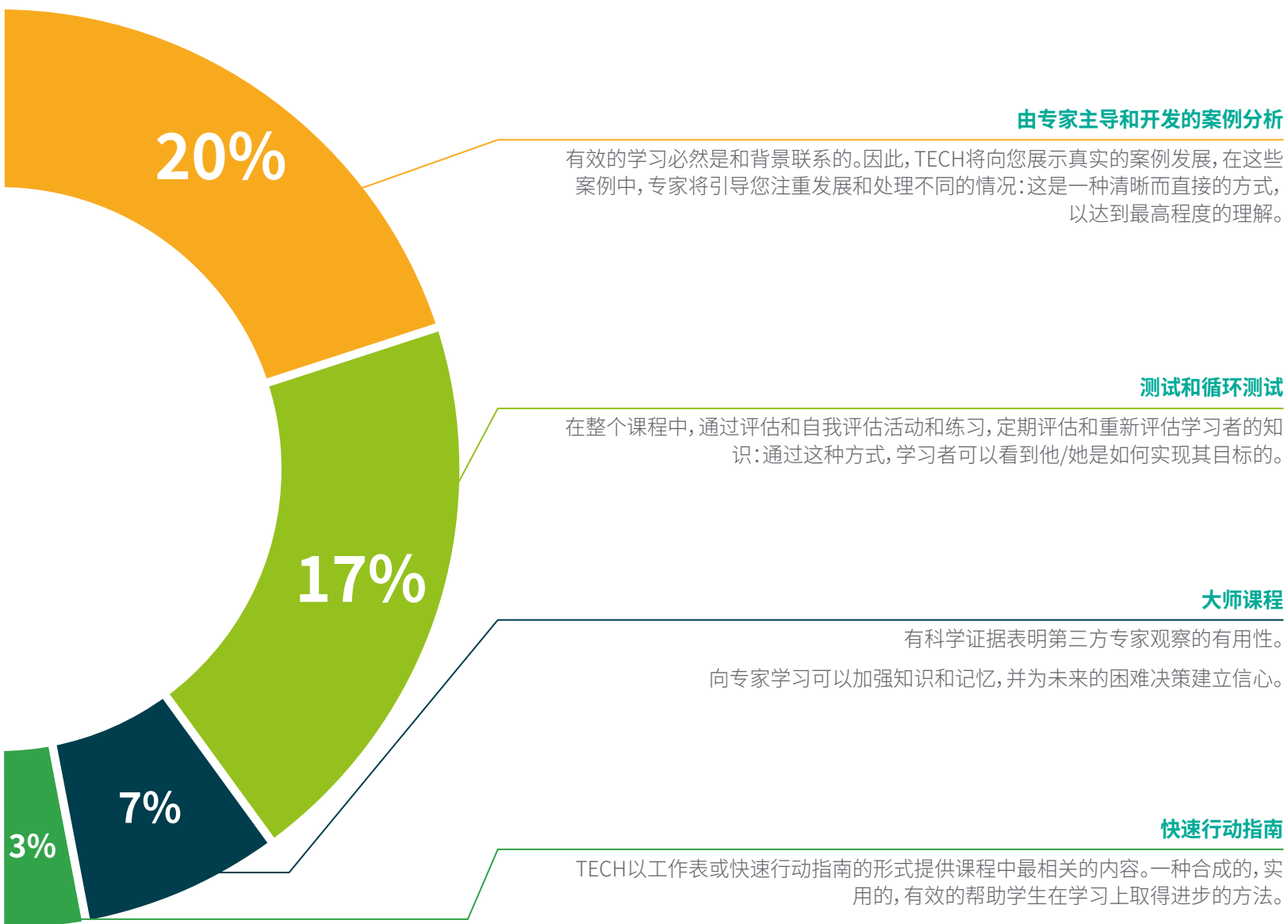
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





06 学位

护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个**护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程**包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**大学课程**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: **护士瑜伽体式技巧应用与整合大学课程**

模式: **在线**

时长: **6周**



健康 信心 未来 人 导师
信息 教育 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在 创新
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
护士瑜伽体式技
巧应用与整合

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

大学课程

护士瑜伽体式技
巧应用与整合