

大学课程

瑜伽体式技巧应用与整合课程



大学课程 瑜伽体式技巧应 用与整合课程

- » 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.techtitute.com/cn/physiotherapy/postgraduate-certificate/application-asana-techniques-integration

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

缓解压力、减轻肌肉紧张、增强力量和促进消化只是瑜伽对人们身心健康的部分益处。这些好处在临床领域具有高度相关性，因为它们可以具体应用于不同的疾病和病症。因此，物理治疗师掌握技术知识至关重要体式及其整合采用多学科方法来促进患者的健康和福祉。因此，TECH 科技大学开发了一个100%在线的项目，旨在更新毕业生的知识并提升他们在该领域的能力。所有这些都通过一个详尽的课程进行，学员可以全天24小时访问。





“

100% 在线学位可以让您随时了解最新情况, 并获得必要的技能来改善患者的福祉”

大量研究支持瑜伽的有效性以及该学科中使用的各种姿势在物理治疗中的应用。总的来说,事实证明,定期练习这一学科和姿势的应用可以改善患者的身心健康,从而有助于改善各种疾病和病症的治疗,包括与心血管系统相关的疾病和病症、呼吸系统、肌肉骨骼系统和神经系统。

这些新方法向专业人士展示了留下来的重要性 更新为能够应用新的有效的治疗技术 作为治疗的补充。因此,TECH 科技大学开发了关于体式技术应用及其整合的校级硕士课程,旨在让物理治疗师了解特定体式技术及其在日常临床实践中的实施。

这个学术选择完美地适应了那些希望通过灵活便捷的课程保持知识更新的物理治疗师的实际需求。在这方面,学生们只需拥有一个连接互联网的设备,就可以随时从任何地方访问课程内容。因此,这是一种理想的学术资格,可以将繁忙的日常活动与创新的提案相协调。

此外,大学课程中包含该主题的国际知名专家对于希望更深入地研究体式技术的应用及其整合的专家来说是一个显著的优势。学生将在 大师班中受益于他们丰富的经验和先进的知识 科技独家。

这个**瑜伽体式技巧应用与整合课程**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
- ◆ 这个书的内容图文并茂、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
- ◆ 可以进行自我评估过程的实践,以推进学习
- ◆ 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
- ◆ 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容



通过使用屈曲姿势及其在胃肠道疾病患者中的应用,您将能够优化消化”

“

您将获得由不同视听媒体的知名专业人士创建的独家教学大纲, 而且, 您还可以下载它!”

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。

这个课程的设计重点是基于问题的学习, 通过这种学习, 专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。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。

您面前有独特的机会成为一名更新的物理治疗师, 将体式技术的应用及其整合提升到一个新的水平。

TECH 为您提供灵活的选择, 让您可以在不忽视日常活动的情况下进行专业更新。



02 目标

该资格的目标是向物理治疗师提供有关瑜伽治疗技术的更新,以便他们能够将体式技术及其整合应用于临床实践中。因此,完成该课程后,学生将对适当应用体式技术有深入的理解。所有内容都包含在一个100%在线的教材中,这样就可以进行持续不断的更新,而无需适应预定的时间表。





“

使用优秀的教材, 深入探索侧向倾斜体式对脊柱异常患者的好处”



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, 深入学习最适合的体式
- ◆ 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
- ◆ 确定最低限度行动的原则："shira"、"sukham"和 "asanam"
- ◆ 深化站立体式的概念
- ◆ 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



你将掌握最有效的冥想和放松技巧, 利用这个项目提供的工具, 为患者提供更大的心身稳定”

03 课程管理

在致力于精英教育和技术学位课程开发的过程中, 学校精心挑选了负责设计课程的教师。因此, 他们根据多年的专业经验创建了一个详尽的课程大纲, 并将其压缩为仅为期6周的校级硕士课程。此外, 他们在不同的视听支持下准备了不同的教学资源, 以方便学习, 最大限度地提高学习效率。毕业生的学习时间。





“

TECH 让您有机会与国际知名的
瑜伽和体式应用专家进行交流”

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

“

借此机会了解这个领域的最新发展, 并将其应用到你的日常工作中”

04 结构和内容

该资格包括一个高级学习计划，涵盖主要体式技术及其整合，以及它们的优点和局限性。所有这一切，在短短 6 周内，并以不同的视听支持呈现教材，以便学生更好地吸收。此外，毕业生将能够 随时免费访问可下载的教学资源库。随时随地。



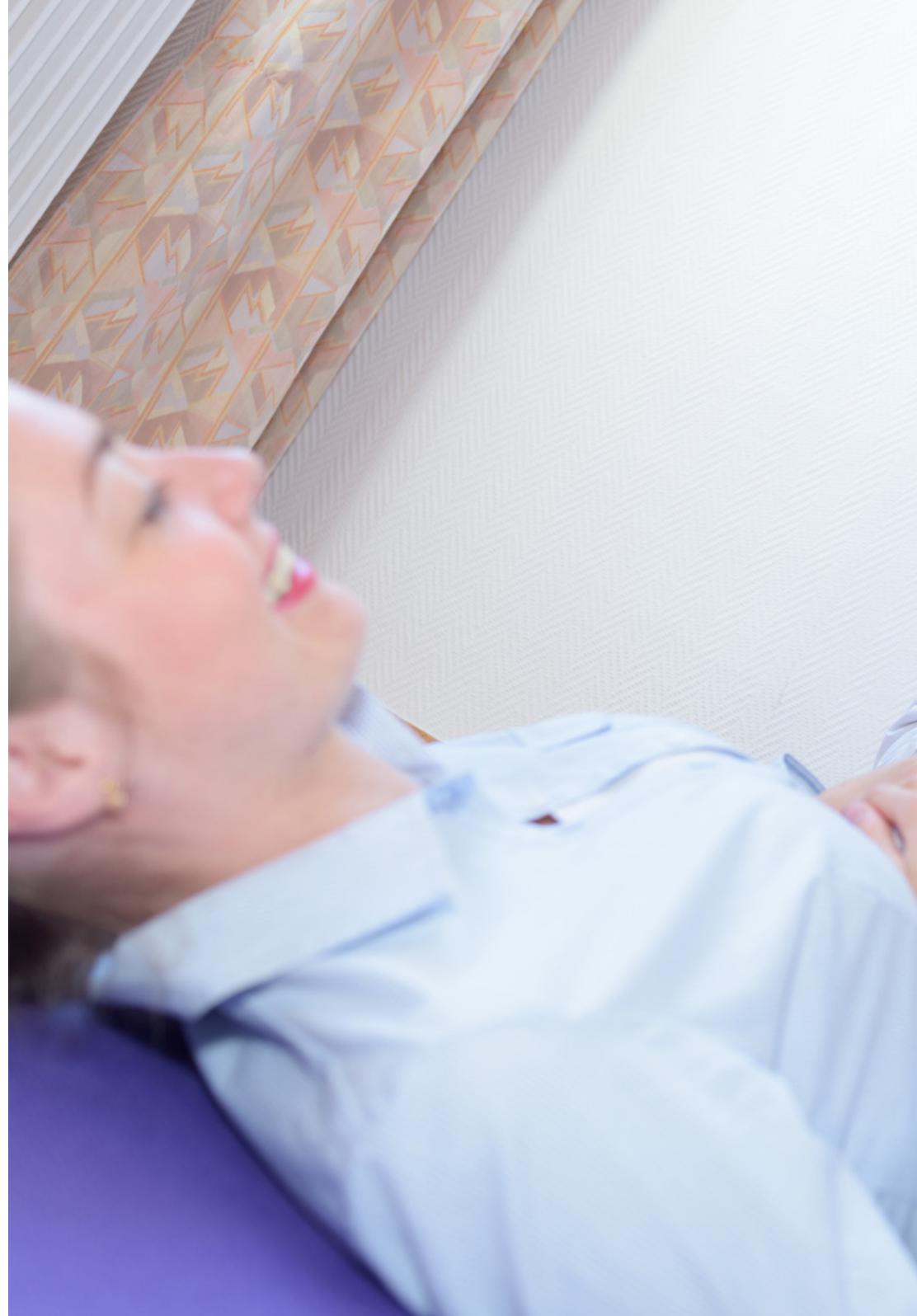


“

您将通过知名专业人士编写的独特
教学大纲深入研究最小行动原则”

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 Asanasm
 - 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. 主要戒律
 - 1.10.3. 何时使用
 - 1.10.4. Bandhas 和治疗瑜伽

“一种灵活的学术选择, 适应你个人
和工作需求, 让你保持行业的前沿”

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, 我们使用案例法

在特定情况下, 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。物理治疗师/运动学家随着时间的推移学习得更好, 更快, 更持久。

和TECH, 你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Gérvas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, 努力再现物理治疗专业实践中的真实状况。

“

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. 遵循这种方法的物理治疗师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. 学习内容扎实地转化为实践技能, 使物理治疗师/运动学家能够更好地融入现实世界。
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与基于循环的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。



物理治疗师/运动学家将通过真实案例和在模拟学习环境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。

这种方法已经培训了超过65,000名物理治疗师/运动学家,在所有的临床专业领域取得了前所未有的成功,在所有的作业/实践中都是如此。所有这些都是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。



物理治疗技术和程序的视频

TECH将最新的技术和最新的教育进展带到了当前物理治疗/运动学技术和程序的最前沿。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的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以想看几次就看几次。



互动式总结

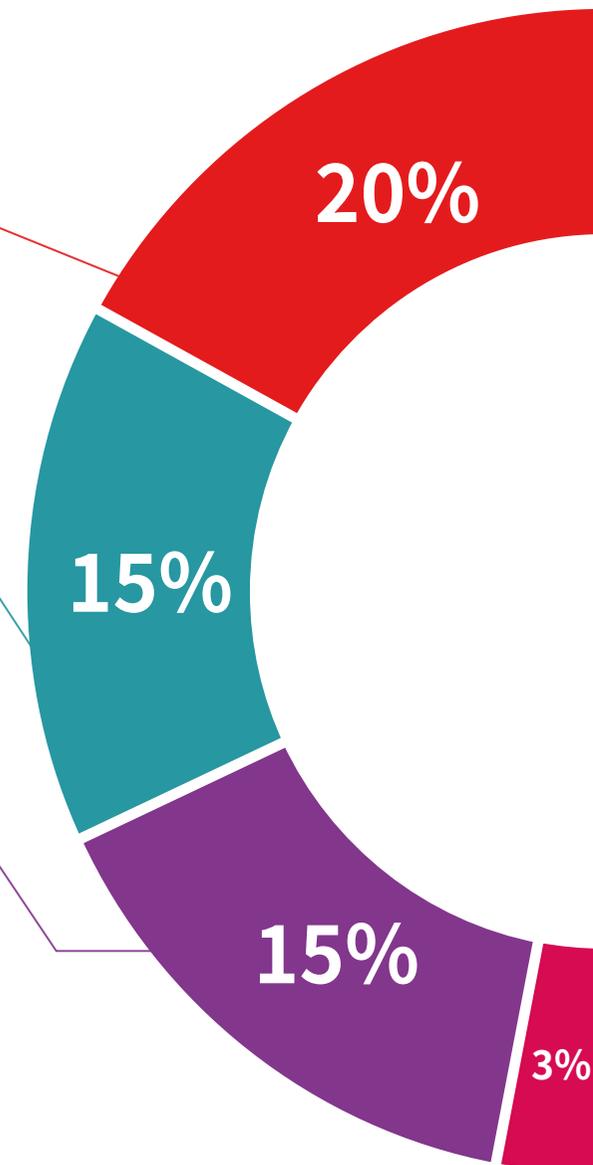
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

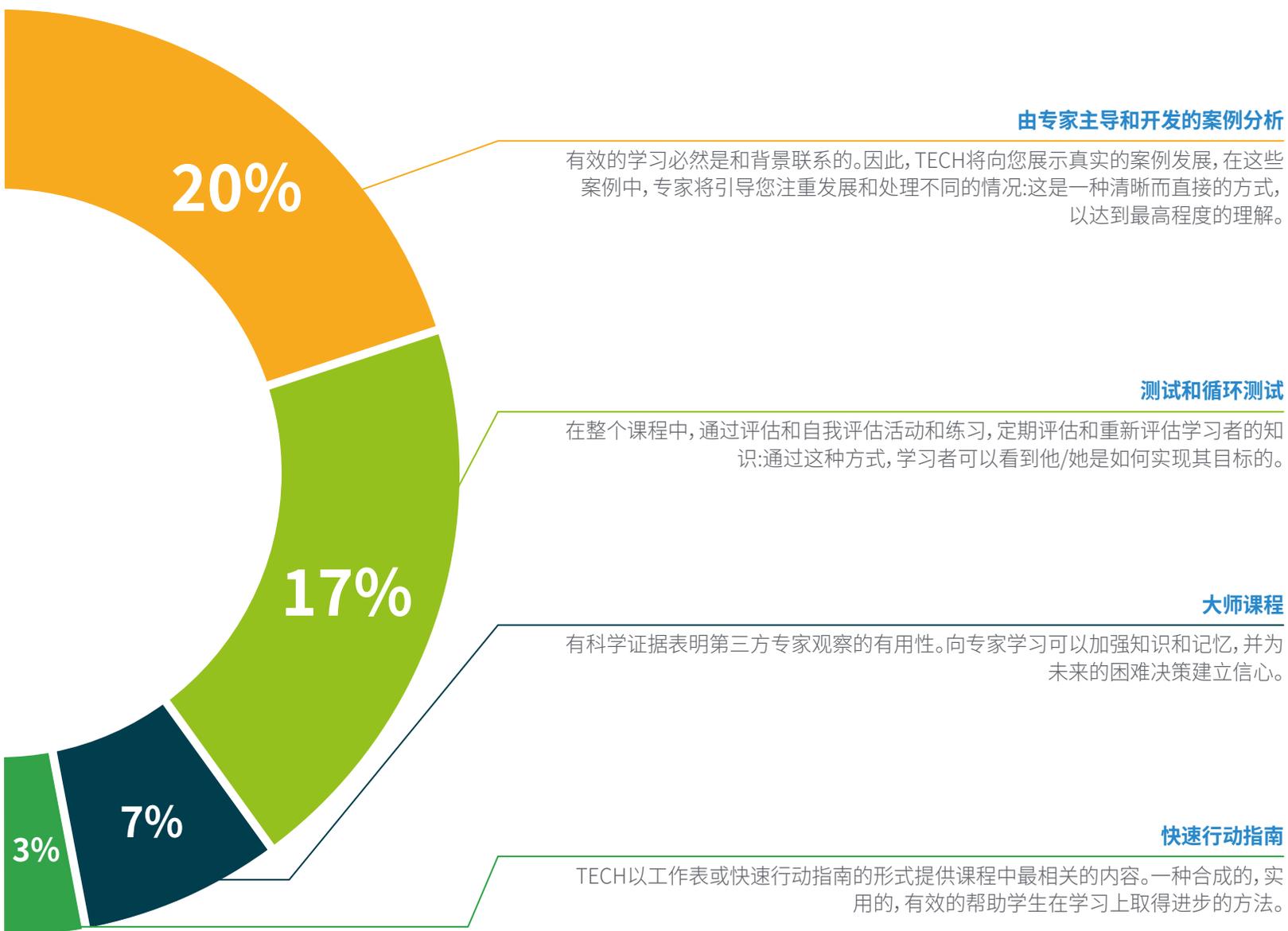
这个用于展示多媒体内容的独特系统被微软授予“欧洲成功案例”。



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

瑜伽体式技巧应用与整合课程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”

这个瑜伽体式技巧应用与整合课程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: 瑜伽体式技巧应用与整合课程大学课程

模式: 在线

时长: 6周



健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 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
瑜伽体式技巧应用与整合课程

- » 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

瑜伽体式技巧应用与整合课程



tech 科学技术大学