

Университетский курс

Практическая методология в пилатесе



tech технологический
университет

Университетский курс Практическая методология в пилатесе

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: www.techitute.com/ru/physiotherapy/postgraduate-certificate/practical-methodology-pilates

Оглавление

01

Презентация

стр. 4

02

Цели

стр. 8

03

Руководство курса

стр. 12

04

Структура и содержание

стр. 16

05

Методология

стр. 20

06

Квалификация

стр. 28

01

Презентация

Начало занятий физической культурой предполагает следование инструкции и правилам игры. С пилатесом дело не обстоит иначе, поскольку, будучи дисциплиной с мировым именем, методики тренировок доведены до совершенства. Именно поэтому специалисты в области физиотерапии изучили этот метод физической подготовки, внедряя его в свои методики лечения, способствующие улучшению и восстановлению большого количества патологий. Именно поэтому данная программа рассчитана на углубленное изучение студентами самых известных достижений в области метода пилатеса, разработки занятий, а также основного программного обеспечения, используемого при изучении данной дисциплины. И все это в 100% онлайн-формате и с использованием лучших мультимедийных дидактических материалов.



“*Данный Университетский курс предназначен для повышения уровня знаний специалиста в области практики метода пилатеса*”

Пилатес не ориентирован на чрезмерное сокращение мышц и тем более на повторение бессмысленных упражнений. Поэтому так важно тщательно выполнять план обучения и учитывать рекомендации специалиста по эффективной практике. В этом смысле физиотерапевты стали учитывать назначение этой дисциплины, начиная с контроля дыхания и заканчивая точностью выполнения движений. Пункты, которые необходимы для физической реабилитации спортсмена или человека, ведущего активный образ жизни.

Таким образом, пилатес стал одной из наиболее эффективных альтернатив для профилактики, восстановления и лечения травм. Это утверждение подтверждается научными данными, приведенными в различных научных статьях. По этой причине данная академическая программа направлена на предоставление специалистам наиболее полной информации о практике метода пилатеса с акцентом на процессы начального обучения, уровни подготовки и общий протокол.

Студенты будут совершенствовать свои навыки в конкретных аспектах того, как эта физическая активность произвела революцию в области физиотерапии и стала областью ее изучения. В этом аспекте данная программа позволит студентам углубиться в такие понятия, как прогрессия и регрессия упражнений, шаг за шагом проходя через оптимальное выполнение того или иного движения. Этому способствует высококачественный мультимедийное содержание, доступное в любое время суток с цифрового устройства, подключенного к Интернету.

Таким образом, TECH обеспечивает гибкость и удобство обучения по этой программе, поскольку предлагает 100% онлайн-обучение, без расписания занятий. Именно поэтому данное академическое предложение является идеальным вариантом для тех, кто ищет эффективный способ повышения квалификации.

Данный **Университетский курс в области практической методологии в пилатесе** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области физиотерапии и специалистами с области пилатеса
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практичное содержание курса предоставляет научную и практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для осуществления профессиональной деятельности
- ♦ Практические упражнения для самооценки, контроля и улучшения эффективности процесса обучения
- ♦ Особое внимание уделяется инновационным методологиям
- ♦ Теоретические занятия, вопросы эксперту, дискуссионные форумы по спорным темам и самостоятельная работа
- ♦ Учебные материалы курса доступны с любого стационарного или мобильного устройства, имеющего подключение к Интернету



Обучайтесь, когда и где угодно, в вопросы значимости контроля дыхания для физической реабилитации спортсмена"

“

Данная программа предоставит практикующему специалисту обновленные материалы в области практической методологии в пилатесе”

В преподавательский состав программы входят профессионалы из данного сектора, которые привносят в обучение опыт своей работы, а также признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалистам проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях.

Структура данной программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалисты должны попытаться решить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Узнайте больше о таких понятиях, как прогрессия и регрессия упражнений, используя лучшие мультимедийные дидактические материалы.

TECH обеспечивает гибкость и удобство изучения этой программы в любое время и в любом месте.



02

Цели

Целью данной программы является повышение уровня теоретических знаний и практических навыков физиотерапевтов за счет самого современного содержания. Поэтому ТЕСН предоставляет различные технологические инновационные инструменты, гарантирующие успех этого процесса обучения. По окончании обучения студент будет знать технологические приемы проведения занятий по пилатесу, проводить оценку и правильно планировать занятия в рамках данной методики.



“

По окончании обучения в рамках данного Университетского курса студент получит знания о технологических приложениях к изучению пилатеса”



Общие цели

- ♦ Расширить знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания упражнений пилатеса на полу, на различных тренажерах и с инвентарем
- ♦ Дифференцировать применение упражнений пилатеса и адаптацию к каждому пациенту
- ♦ Составить программу упражнений, адаптированную к симптоматике и патологии каждого пациента
- ♦ Определить прогрессии и регрессии упражнений в соответствии с различными фазами процесса восстановления после травмы
- ♦ Исключить противопоказанные упражнения на основе предварительной оценки пациентов и клиентов
- ♦ Углубленно изучить оборудование, используемое в методе пилатеса
- ♦ Предоставить необходимую информацию для поиска научной и актуальной информации о методах лечения пилатесом при различных патологиях
- ♦ Анализировать потребности и совершенствование оборудования для пилатеса в терапевтическом пространстве для занятий данным методом
- ♦ Разработать мероприятия по повышению эффективности упражнений пилатеса на основе принципов метода
- ♦ Правильно и аналитически выполнять упражнения, основанные на методе пилатеса
- ♦ Проанализировать физиологические и постуральные изменения, происходящие у беременных женщин
- ♦ Разработать упражнения, адаптированные для женщины в период беременности и вплоть до родов
- ♦ Описывать применение метода пилатеса у спортсменов высших достижений





Конкретные цели

- ◆ Систематизировать занятия по методу пилатеса
- ◆ Определить типы занятий по методу пилатеса
- ◆ Углубить знания о противоречиях и эффективном применении метода пилатеса

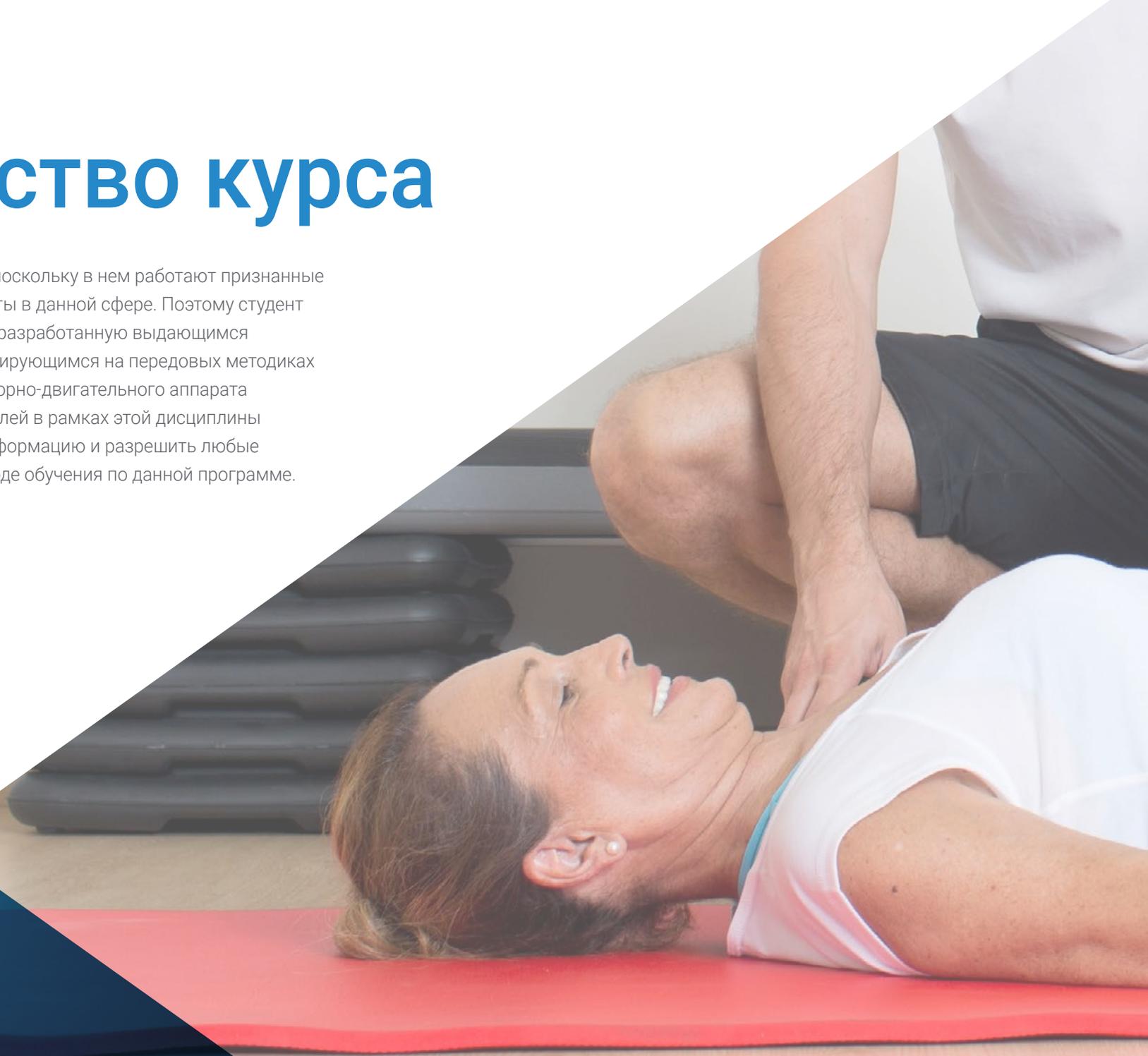
“

Специалист расширит свои теоретические знания и практические навыки в области физиотерапии за счет динамики дидактических средств и самого актуального содержания”

03

Руководство курса

В ТЕСН качество обучения идет дальше, поскольку в нем работают признанные профессионалы с большим опытом работы в данной сфере. Поэтому студент будет иметь в распоряжении программу, разработанную выдающимся преподавательским составом, специализирующимся на передовых методиках в области физиотерапии и остеопатии опорно-двигательного аппарата и пилатеса. Глубокие знания преподавателей в рамках этой дисциплины позволят студентам получить полную информацию и разрешить любые сомнения, которые могут возникнуть в ходе обучения по данной программе.





“

Студент будет обучаться по программе, разработанной преподавательским составом, специализирующимся на передовых методиках физиотерапии и методе пилатеса”

Приглашенный международный руководитель

Доктор Эдвард Ласковски - ведущая международная фигура в области спортивной медицины и физической реабилитации. Сертифицированный Американским советом по физической медицине и реабилитации, он является неотъемлемой частью престижного персонала клиники Mayo, где он занимал должность директора Центра спортивной медицины.

Его опыт охватывает широкий спектр дисциплин, от спортивной медицины до фитнеса и тренировок на силу и устойчивость. Он тесно сотрудничает с многопрофильной командой специалистов в области физической медицины, реабилитации, ортопедии, физиотерапии и спортивной психологии, чтобы обеспечить целостный подход к лечению своих пациентов.

Кроме того, его влияние выходит за рамки клинической практики, поскольку он получил признание на национальном и международном уровне за свой вклад в развитие спорта и здравоохранения. Президент Джордж Буш назначил его членом Президентского совета по физической культуре и спорту, а Министерство здравоохранения и социальных служб наградило его премией "За выдающиеся заслуги", что подчеркивает его приверженность пропаганде здорового образа жизни.

Доктор был ключевым элементом крупных спортивных мероприятий, таких как Зимние Олимпийские игры 2002 года в Солт-Лейк-Сити и Чикагский марафон, обеспечивая качественное медицинское обслуживание. Кроме того, его приверженность просветительской деятельности нашла отражение в его обширной работе по созданию академических ресурсов, включая CD-ROM по спорту, здоровью и фитнесу клиники Майо, а также в его роли сотрудничающего редактора книги "Mayo Clinic Fitness for Everybody". Стремясь к развенчанию мифов и предоставлению точной, актуальной информации, доктор Эдвард Ласковски продолжает оставаться влиятельным экспертом в области спортивной медицины и фитнеса во всем мире.



Д-р. Ласковски, Эдвард

- Директор Центра спортивной медицины клиники Мауо, США
- Врач-консультант, Ассоциация игроков Национальной хоккейной лиги, США
- Врач клиники Мауо, США
- Член Олимпийской поликлиники на зимних Олимпийских играх (2002), Солт-Лейк-Сити, Солт-Лейк-Сити, США
- Специалист в области спортивной медицины, фитнеса, силовых тренировок и тренировок на устойчивость
- Сертифицирован Американским советом по физической медицине и реабилитации
- Сотрудничающий редактор книги "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Награда за выдающиеся заслуги Министерства здравоохранения и социальных служб
- Член: American College of Sports Medicine

“

Благодаря ТЕСН вы сможете учиться у лучших мировых профессионалов”

Руководство



Г-н Гонсалес Арганда, Серхио

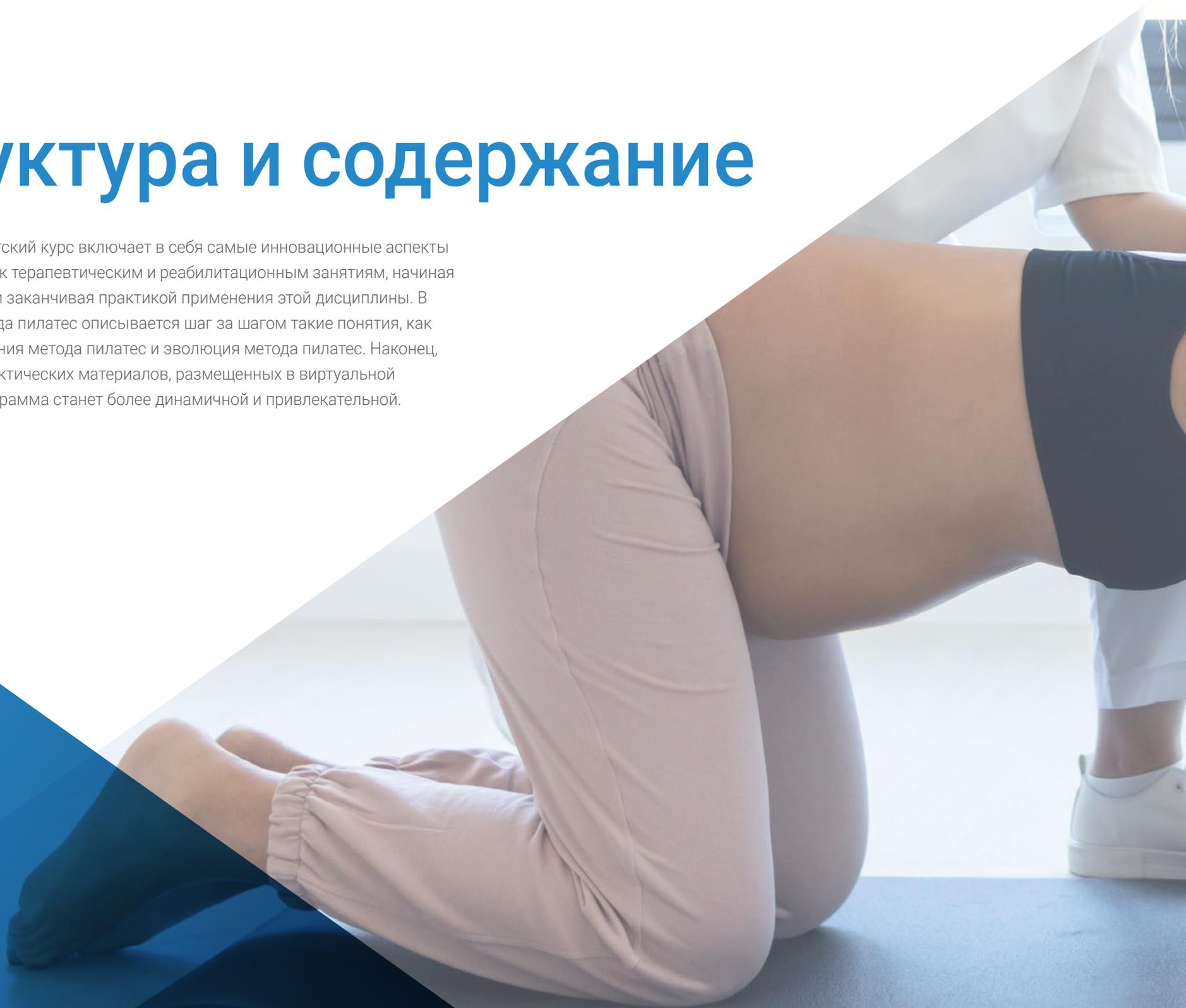
- Физиотерапевт мадридского футбольного клуба Atlético
- Генеральный директор Fisio Domicilio, Мадрид
- Преподаватель в магистратуре в области физической подготовки и спортивной реабилитации в футболе
- Преподаватель Курса профессиональной подготовки в области клинического пилатеса
- Преподаватель в магистратуре в области биомедицины и спортивной физиотерапии
- Степень магистра в области остеопатии локомоторного аппарата Школы остеопатии Мадрида
- Эксперт в области пилатеса и реабилитации Испанской реальной Федерации гимнастики
- Степень магистра в области применения биомеханики к оценке нарушений и передовых техник в физиотерапии
- Степень бакалавра в области физиотерапии Папского университета Комильяс



03

Структура и содержание

Данный Университетский курс включает в себя самые инновационные аспекты адаптации пилатеса к терапевтическим и реабилитационным занятиям, начиная с учебного пособия и заканчивая практикой применения этой дисциплины. В учебном плане метода пилатес описывается шаг за шагом такие понятия, как история возникновения метода пилатес и эволюция метода пилатес. Наконец, при поддержке дидактических материалов, размещенных в виртуальной библиотеке, эта программа станет более динамичной и привлекательной.





“

Этот Университетский курс охватывает наиболее инновационные аспекты адаптации пилатеса к терапевтическим и реабилитационным занятиям”

Модуль 1. Методология в практике метода пилатеса

- 1.1. Первая сессия
 - 1.1.1. Первичная оценка
 - 1.1.2. Информированное согласие
 - 1.1.3. Сопутствующие слова и команды в пилатесе
 - 1.1.4. Начало занятий по методу пилатеса
- 1.2. Первичная оценка
 - 1.2.1. Оценка осанки
 - 1.2.2. Оценка гибкости
 - 1.2.3. Оценка координации
 - 1.2.4. Планирование сессии. Программа пилатеса
- 1.3. Занятие по пилатесу
 - 1.3.1. Начальные упражнения
 - 1.3.2. Группы клиентов
 - 1.3.3. Позиционирование, голос, коррекции
 - 1.3.4. Отдых
- 1.4. Клиенты-пациенты
 - 1.4.1. Типология клиента, занимающегося пилатесом
 - 1.4.2. Индивидуальные обязательства
 - 1.4.3. Цели клиентов
 - 1.4.4. Выбор метода
- 1.5. Прогрессии и регрессии упражнений
 - 1.5.1. Введение в прогрессии и регрессии
 - 1.5.2. Прогрессии
 - 1.5.3. Регрессии
 - 1.5.4. Развитие терапии
- 1.6. Общий протокол
 - 1.6.1. Обобщенный базовый протокол
 - 1.6.2. Соблюдение основ пилатеса
 - 1.6.3. Анализ протокола
 - 1.6.4. Функции протокола





- 1.7. Показания к выполнению упражнений
 - 1.7.1. Характеристика исходного положения
 - 1.7.2. Противопоказания к выполнению упражнений
 - 1.7.3. Вербальные и тактильные средства помощи
 - 1.7.4. Расписание занятий
- 1.8. Преподаватель/инструктор
 - 1.8.1. Анализ клиента
 - 1.8.2. Типы преподавателей
 - 1.8.3. Формирование благоприятной среды
 - 1.8.4. Контроль за работой клиента
- 1.9. Базовая программа
 - 1.9.1. Пилатес для начинающих
 - 1.9.2. Пилатес для среднеподготовленных клиентов
 - 1.9.3. Пилатес для экспертов
 - 1.9.4. Профессиональный пилатес
- 1.10. Программное обеспечение для студии пилатеса
 - 1.10.1. Основное программное обеспечение для студии пилатеса
 - 1.10.2. Приложение для занятий пилатесом
 - 1.10.3. Новейшие технологии в студии пилатеса
 - 1.10.4. Наиболее значимые достижения в области изучения пилатеса



В учебном плане описывается пошаговая методика метода пилатеса, рассматриваются такие понятия, как история возникновения метода пилатеса и эволюция его метода"

05

Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.





“

*Откройте для себя методику *Relearning*, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”*

В TECH мы используем метод запоминания кейсов

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? На протяжении всей программы вы будете сталкиваться с множеством смоделированных клинических случаев, основанных на историях болезни реальных пациентов, когда вам придется проводить исследование, выдвигать гипотезы и в конечном итоге решать ситуацию. Существует множество научных доказательств эффективности этого метода. Физиотерапевты/кинезиологи учатся лучше, быстрее и показывают стабильные результаты с течением времени.

С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру.



По словам доктора Жерваса, клинический случай - это описание диагноза пациента или группы пациентов, которые становятся "случаем", примером или моделью, иллюстрирующей какой-то особый клинический компонент, либо в силу обучающего эффекта, либо в силу своей редкости или необычности. Важно, чтобы кейс был основан на текущей профессиональной ситуации, пытаюсь воссоздать реальные условия в профессиональной врачебной практике в области физиотерапии.

“

Знаете ли вы, что этот метод был разработан в 1912 году, в Гарвардском университете, для студентов-юристов? Метод кейсов заключался в представлении реальных сложных ситуаций, чтобы они принимали решения и обосновывали способы их решения. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете”

Эффективность метода обосновывается четырьмя ключевыми достижениями:

1. Физиотерапевты/кинезиологи, которые следуют этому методу, не только добиваются усвоения знаний, но и развивают свои умственные способности с помощью упражнений по оценке реальных ситуаций и применению своих знаний.
2. Обучение прочно опирается на практические навыки, что позволяет физиотерапевту/кинезиологу лучше интегрироваться в реальный мир.
3. Усвоение идей и концепций становится проще и эффективнее благодаря использованию ситуаций, возникших в реальности.
4. Ощущение эффективности затраченных усилий становится очень важным стимулом для студентов, что приводит к повышению интереса к учебе и увеличению времени, посвященному на работу над курсом.



Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.



Физиотерапевт/кинезиолог учится на основе реальных случаев и разрешения сложных ситуаций в смоделированных учебных условиях. Эти симуляции разработаны с использованием самого современного программного обеспечения для полного погружения в процесс обучения.



Находясь в авангарде мировой педагогики, методика *Relearning* сумела повысить общий уровень удовлетворенности специалистов, завершивших обучение, по отношению к показателям качества лучшего онлайн-университета в мире.

С помощью этой методики мы с беспрецедентным успехом обучили более 65 000 физиотерапевтов/кинезиологов по всем клиническим специальностям, независимо от нагрузки в мануальной терапии. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.

В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу.

Общий балл квалификации по нашей системе обучения составляет 8.01, что соответствует самым высоким международным стандартам.

В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



Учебный материал

Все дидактические материалы создаются преподавателями курса, специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



Техники и процедуры физиотерапии на видео

TECH предоставляет в распоряжение студентов доступ к новейшим методикам и достижениям в области образования и к передовым технологиям в области физиотерапии/кинезиологии. Все с максимальной тщательностью, объяснено и подробно описано самими преподавателями для усовершенствования усвоения и понимания материалов. И самое главное, вы можете смотреть их столько раз, сколько захотите.



Интерактивные конспекты

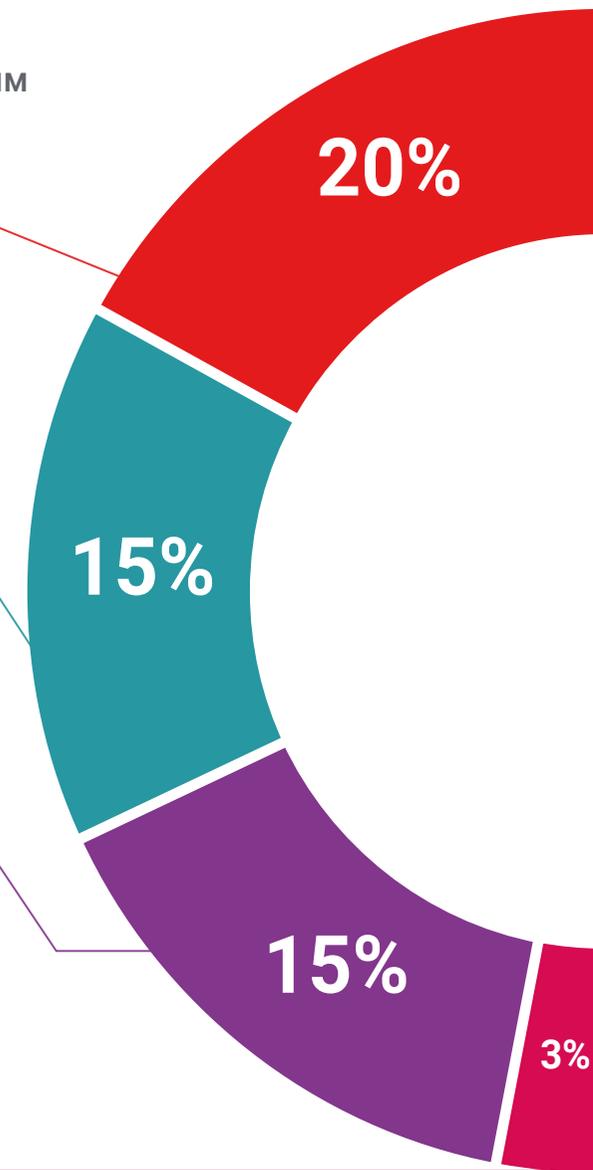
Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

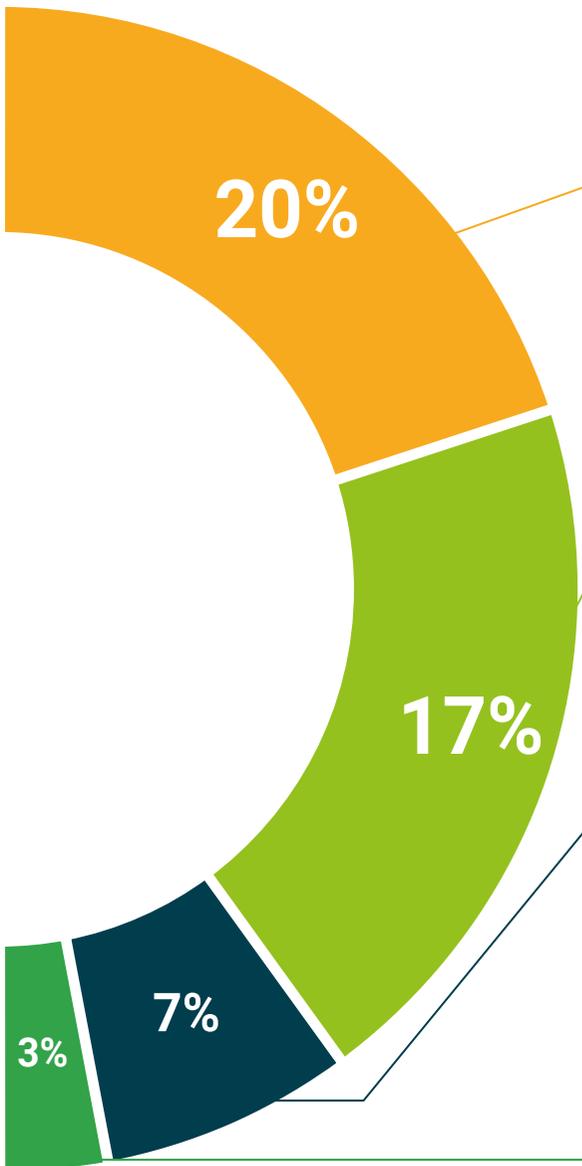
Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Майкрософт как "Европейская история успеха".



Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





Анализ кейсов, разработанных и объясненных экспертами

Эффективное обучение обязательно должно быть контекстным. Поэтому мы представим вам реальные кейсы, в которых эксперт проведет вас от оказания первичного осмотра до разработки схемы лечения: понятный и прямой способ достичь наивысшей степени понимания материала.



Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе экспертного наблюдения третьей стороны. Так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



Краткие руководства к действию

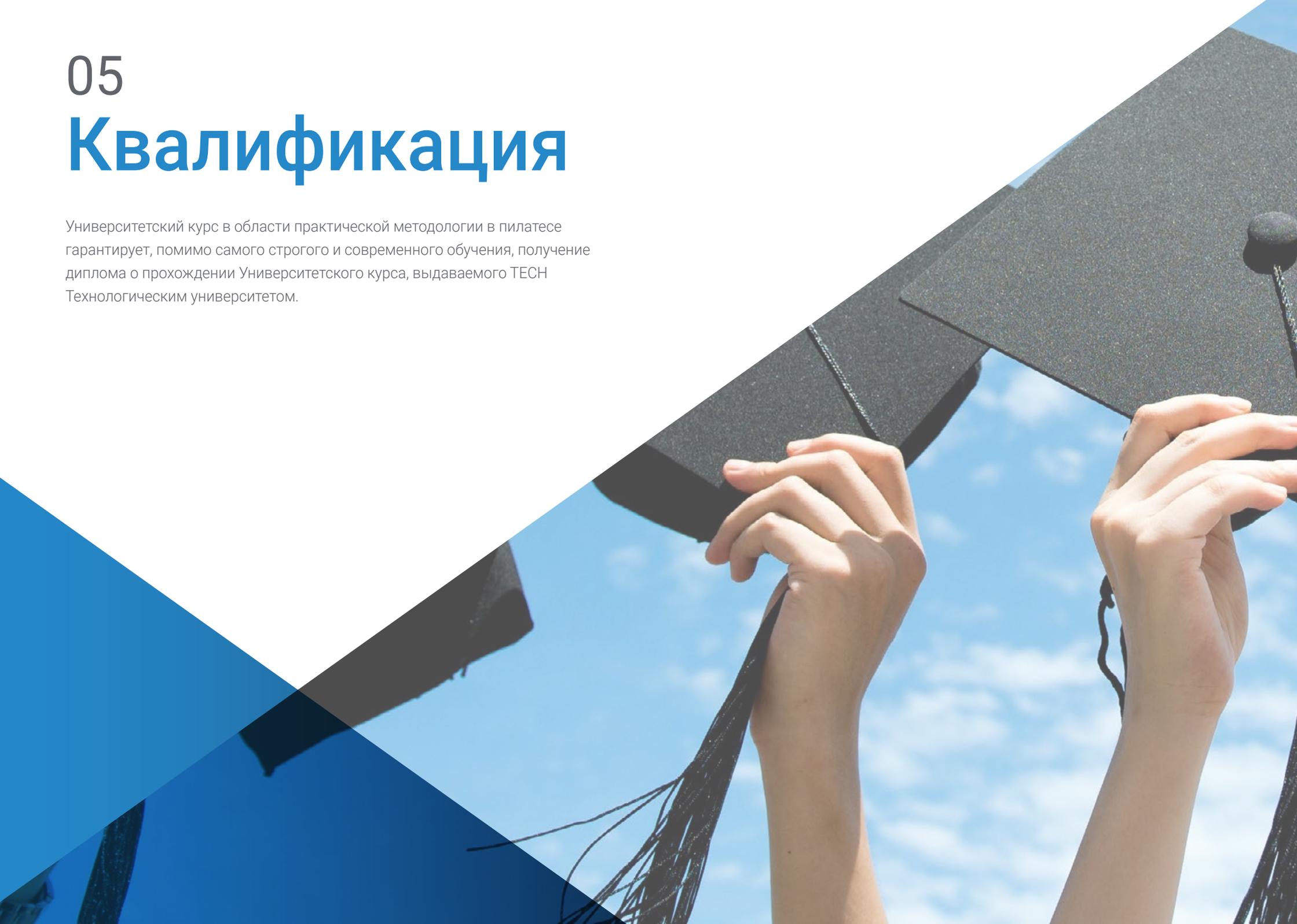
TECH предлагает наиболее актуальное содержание курса в виде рабочих листов или кратких руководств к действию. Обобщенный, практичный и эффективный способ помочь вам продвинуться в обучении.



05

Квалификация

Университетский курс в области практической методологии в пилатесе гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Университетского курса, выдаваемого TECH Технологическим университетом.



“

Успешно пройдите эту программу и получите университетский диплом без хлопот, связанных с поездками и оформлением документов”

Данный **Университетский курс в области практической методологии в пилатесе** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Университетского курса**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **TECH Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную на Университетском курсе, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Университетского курса в области практической методологии в пилатесе**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **6 недель**



*Гаагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гаагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

tech технологический университет

Университетский курс

Практическая методология
в пилатесе

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Университетский курс

Практическая методология в пилатесе

