

Esperto Universitario

Applicazione del Metodo Pilates





Esperto Universitario Applicazione del Metodo Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Global University
- » Accreditamento: 18 ECTS
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techtute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazione-applicazione-metodo-pilates

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 16

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Grazie agli esercizi di stabilizzazione e rafforzamento dei muscoli profondi eseguiti nel Metodo Pilates, questa tecnica può essere molto efficace nella prevenzione degli infortuni sportivi. Per questo motivo, è importante che il preparatore fisico si tenga aggiornato sulle ultime tecniche di questa disciplina, per offrire un'alternativa ai soliti esercizi. TECH ha sviluppato questo programma 100% online che offre la possibilità di aggiornarsi sulla valutazione posturale e sugli esercizi indicati per ogni patologia, secondo le più recenti evidenze scientifiche. Grazie a una qualifica flessibile, accessibile 24 ore su 24, da qualsiasi dispositivo digitale dotato di connessione a internet.





“

*Implementerai attivamente il Metodo Pilates
nella tua pratica professionale grazie a questo
Esperto Universitario della durata di 6 mesi”*

Il Metodo Pilates ha guadagnato popolarità nel campo del fitness e della riabilitazione grazie ai suoi benefici nel rafforzare e stabilizzare i muscoli, migliorare la postura, la flessibilità e la forza complessiva del corpo. Questi benefici hanno motivato gli istruttori fisici a integrare questa attività nelle loro sessioni.

L'evoluzione del metodo stesso comporta un continuo aggiornamento da parte dei professionisti. TECH ha sviluppato questo Esperto Universitario di 450 ore di insegnamento che porta lo studente a ottenere un aggiornamento completo sull'Applicazione del Metodo Pilates.

Si tratta di un programma che accompagna gli studenti attraverso i livelli di progressione di questa disciplina e un'analisi dei diversi tipi di Pilates esistenti, nonché degli esercizi più adatti per ogni persona. Il tutto grazie al sistema di Relearning, basato sulla reiterazione dei contenuti, che permetterà allo studente di consolidare i concetti più importanti in modo semplice.

Questa qualifica fornisce all'esperto di preparazione fisica una serie di risorse multimediali come video dettagliati e casi di studio reali, presenti in una biblioteca virtuale, accessibile da qualsiasi dispositivo dotato di internet. Senza frequenza in aula o orari fissi, questa qualifica è l'opzione ideale per combinare le responsabilità quotidiane con una proposta accademica di qualità.

Questo **Esperto Universitario in Applicazione del Metodo Pilates** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti in Fisioterapia e Specialisti in Pilates
- ♦ Contenuti grafici, schematici e particolarmente pratici che racchiudono informazioni scientifiche e concrete riguardo alle discipline essenziali per la pratica professionale
- ♦ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Particolare enfasi sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Amplierai la tua conoscenza dell'evoluzione del Metodo Pilates, dei suoi miglioramenti, delle sue modifiche e dei suoi contributi al campo dell'allenamento fisico"

“

Approfondirai le differenze tra Pilates Classico e Moderno acquisendo le competenze necessarie per applicare efficacemente entrambi gli approcci”

Il personale docente del programma comprende professionisti del settore, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Approfondirai, quando e dove vorrai, i principi del Metodo Pilates, la sua evoluzione e i diversi livelli di progressione.

Esplorarai in dettaglio le più recenti evidenze scientifiche a sostegno del Metodo Pilates e i benefici per il miglioramento fisico.



02

Obiettivi

Questo programma è stato progettato con l'obiettivo di fornire all'istruttore di fitness un aggiornamento sull'Applicazione del Metodo Pilates. Lo specialista avrà l'opportunità di incorporare questa forma di esercizio e riabilitazione nella sua pratica quotidiana, sfruttando i benefici che offre nel migliorare la mobilità, la forza muscolare, la postura e la funzione fisica complessiva. Tutto questo sarà possibile grazie a un programma che offre la flessibilità necessaria al professionista per coordinare le sue attività quotidiane con il suo recupero.





“

I casi di studio forniti dal personale docente di questa qualifica ti permetteranno di tenerti aggiornato sui diversi metodi di Pilates disponibili"



Obiettivi generali

- ♦ Migliorare le conoscenze e le competenze professionali nella pratica e nell'insegnamento degli esercizi del metodo Pilates a terra, sulle diverse macchine e con gli attrezzi
- ♦ Differenziare le applicazioni degli esercizi di Pilates e gli adattamenti da apportare a ciascun paziente
- ♦ Stabilire un protocollo di esercizi adattato alla sintomatologia e alla patologia di ogni paziente
- ♦ Definire le progressioni e le regressioni degli esercizi in base alle diverse fasi del processo di recupero di un infortunio
- ♦ Evitare gli esercizi controindicati in base alla precedente valutazione dei pazienti e dei clienti
- ♦ Conoscere in modo approfondito gli attrezzi utilizzati nel Metodo Pilates
- ♦ Fornire le informazioni necessarie per essere in grado di ricercare informazioni scientifiche e aggiornate sui trattamenti Pilates applicabili alle diverse patologie
- ♦ Analizzare le esigenze e i miglioramenti delle attrezzature Pilates in uno spazio terapeutico destinato agli esercizi Pilates
- ♦ Sviluppare azioni che migliorino l'efficacia degli esercizi di Pilates basandosi sui principi del metodo Pilates
- ♦ Eseguire correttamente e analiticamente gli esercizi basati sul Metodo Pilates
- ♦ Analizzare i cambiamenti fisiologici e posturali che interessano le donne in gravidanza
- ♦ Progettare esercizi adatti alla donna nel corso della gravidanza fino al parto
- ♦ Descrivere l'applicazione del Metodo Pilates negli sportivi di alto livello





Obiettivi specifici

Modulo 1. Il Metodo Pilates

- ♦ Approfondire i precedenti del Pilates
- ♦ Approfondire la storia del Pilates
- ♦ Descrivere la metodologia del Pilates

Modulo 2. Fondamenti del Metodo Pilates

- ♦ Approfondire i fondamenti del pilates
- ♦ Individuare gli esercizi più importanti
- ♦ Spiegare le posizioni del Pilates da evitare

Modulo 3. Metodologia nella pratica del Metodo Pilates

- ♦ Sistematizzare le sessioni basate sul Metodo Pilates
- ♦ Definire i tipi di sessioni basate sul Metodo Pilates
- ♦ Approfondire le controversie e la corretta applicazione del Metodo Pilates



Implementerai nelle tue pratiche di allenamento fisico i diversi tipi di respirazione per migliorare la preparazione degli atleti"

03

Direzione del corso

TECH ha rigorosamente selezionato un'equipe di specialisti leader nel campo della Fisioterapia. I professionisti avranno la possibilità di accedere a un programma progettato da esperti del settore e leader del Metodo Pilates. Questa qualifica offrirà al preparatore fisico un'esperienza unica di aggiornamento con i maggiori esperti. Grazie al supporto, gli studenti potranno risolvere qualsiasi dubbio durante il corso di questa qualifica.



“

TECH ha selezionato i migliori specialisti del Metodo Pilates, con i quali potrai approfondire la conoscenza del Core come assistente nei processi di recupero degli infortuni"

Direttrice ospite internazionale

Il Dott. Edward Laskowski è una figura di spicco internazionale nel campo della **Medicina Sportiva** e della **Riabilitazione Fisica**. Certificato dall'**American Board of Physical Medicine and Rehabilitation**, è stato parte integrante del prestigioso staff della **Clinica Mayo**, dove ha ricoperto la carica di **Direttore del Centro di Medicina dello Sport**.

Inoltre, la sua esperienza copre un'ampia gamma di discipline, dalla **Medicina Sportiva** al **Fitness** e all'**Allenamento della Forza e Stabilità**. Ha lavorato a stretto contatto con un team multidisciplinare di specialisti in **Medicina Fisica, Riabilitazione, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia dello Sport**, per fornire un approccio olistico alla cura dei suoi pazienti.

Allo stesso modo, la sua influenza si estende oltre la pratica clinica, in quanto è stato riconosciuto a **livello nazionale e internazionale** per i suoi contributi al mondo dello **sport** e della **salute**. Così, è stato nominato dal presidente **George W. Bush** per il **Consiglio del Presidente sul fitness e lo sport**, e ha ricevuto un **premio di servizio distinto dal Dipartimento della salute e dei servizi umani**, sottolineando il suo impegno per la promozione di **stili di vita sani**.

Inoltre, è stato un elemento chiave in **eventi sportivi** di fama, come le **Olimpiadi invernali** (2002), a **Salt Lake City**, e la **maratona di Chicago**, fornendo **assistenza medica** di qualità. A ciò si aggiunge la sua dedizione alla **divulgazione**, che si è riflessa nel suo ampio lavoro sulla creazione di **risorse accademiche**, tra cui il **CD-ROM della Clinica Mayo su Sport, Salute e Fitness**, e il suo ruolo di **Contributor Editor** del libro "**Clinica Mayo Fitness for EveryBody**". Con una passione per bandire i miti e fornire informazioni accurate e aggiornate, il dottor Edward Laskowski continua ad essere una voce influente nella **Medicina dello Sport** e nel **Fitness globale**.



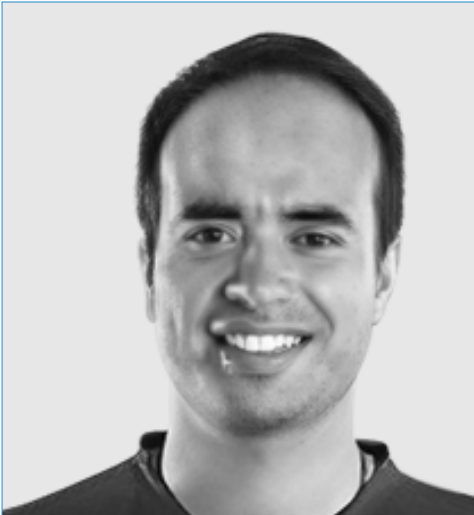
Dott. Laskowski, Edward

- Direttore del Centro di Medicina Sportiva della Clinica Mayo, Stati Uniti
- Consulente medico presso la National Hockey League Association, Stati Uniti
- Medico presso la Clinica Mayo, Stati Uniti
- Membro del Policlinico Olimpico alle Olimpiadi invernali (2002), Salt Lake City
- Specialista in medicina dello sport, fitness, allenamento della forza e allenamento di stabilità
- Certificato dal Consiglio Americano di Medicina Fisica e Riabilitazione
- Contributore del libro "Clinica Mayo Fitness for EveryBody"
- Premio di servizio distinto del Dipartimento di salute e servizi umani
- Membro di: American College of Sports Medicine

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere con i migliori
professionisti del mondo”*

Direzione



Dott. González Arganda, Sergio

- Fisioterapista dell'Atlético de Madrid e CEO di Fisio Domicilio Madrid
- Fisioterapista presso il Club de Fútbol Atlético de Madrid
- CEO di Fisio Domicilio Madrid
- Master in Osteopatia del Sistema Locomotore presso la Scuola di Osteopatia di Madrid
- Master in Biomeccanica applicata alla valutazione degli infortuni e Tecniche avanzate in Fisioterapia
- Esperto in Riabilitazione Pilates della Federazione Reale Spagnola di Ginnastica
- Laurea in Fisioterapia conseguita presso l'Università Pontificia Comillas

Personale docente

Dott.ssa Díaz Águila, Estrella

- Fisioterapista presso H3
- Fisioterapista presso la Clínica de Fisioterapia Castilla
- Fisioterapista presso la Clínica Fisiomagna
- Fisioterapista presso il Centro Médico Salud CEMAJ
- Master in Osteopatia presso l'Università di Alcalá
- Corso di ecografia muscolo-scheletrica per fisioterapisti presso la Clinica MV
- Corso di back school PHL: Pilates terapeutico, esercizio ipopressivo e funzionale presso l'Associazione dei fisioterapisti dell'Andalusia
- Laurea in Fisioterapia presso l'Università di Alcalá



04

Struttura e contenuti

Questo Esperto Universitario in Applicazione del Metodo Pilates è pensato per i preparatori fisici interessati a tenersi aggiornati in questo campo. Nel corso del programma, i professionisti riceveranno un aggiornamento completo sull'organizzazione delle sessioni e sulle varie tipologie esistenti. Impareranno anche a conoscere i diversi tipi di respirazione e l'importanza del Core in relazione alla Pelvi. Grazie a strumenti pedagogici basati su pillole multimediali, letture specializzate e casi di studio.





“

Attraverso il metodo Relearning scoprirai un modo più semplice ed efficiente per assimilare concetti complessi in meno tempo"

Modulo 1. Il Metodo Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Libri e postulati
 - 1.1.3. Eredità
 - 1.1.4. Origine esercizio personalizzato
- 1.2. Antecedenti del Metodo Pilates
 - 1.2.1. Riferimenti
 - 1.2.2. Evoluzione
 - 1.2.3. Situazione attuale
 - 1.2.4. Conclusioni
- 1.3. Evoluzione del Metodo
 - 1.3.1. Miglioramenti e modifiche
 - 1.3.2. Contributi al metodo Pilates
 - 1.3.3. Pilates terapeutico
 - 1.3.4. Pilates e attività fisica
- 1.4. Principi del Metodo Pilates
 - 1.4.1. Definizione dei principi
 - 1.4.2. Evoluzione dei principi
 - 1.4.3. Livelli di progressione
 - 1.4.4. Conclusioni
- 1.5. Pilates Classico vs Pilates Contemporaneo/Moderno
 - 1.5.1. Punti chiave nel Pilates Classico
 - 1.5.2. Analisi Pilates moderno/Classico
 - 1.5.3. Contributi del Pilates Moderno
 - 1.5.4. Conclusioni
- 1.6. Pilates Terra e Pilates Macchina
 - 1.6.1. Fondamenti del Pilates Terra
 - 1.6.2. Evoluzione del pilates terra
 - 1.6.3. Fondamenti del Pilates Macchine
 - 1.6.4. Evoluzione nel pilates Macchine
- 1.7. Evidenze scientifiche
 - 1.7.1. Riviste scientifiche relative al Pilates
 - 1.7.2. Tesi di dottorato sul Pilates
 - 1.7.3. Pubblicazioni di Pilates
 - 1.7.4. Applicazioni per il Pilates
- 1.8. Orientamenti del Metodo Pilates
 - 1.8.1. Tendenze Nazionali
 - 1.8.2. Tendenze internazionali
 - 1.8.3. Analisi delle tendenze
 - 1.8.4. Conclusioni
- 1.9. Le Scuole
 - 1.9.1. Scuole di Formazione di Pilates
 - 1.9.2. Riviste
 - 1.9.3. Evoluzione delle scuole di pilates
 - 1.9.4. Conclusioni
- 1.10. Le Associazioni e le federazioni di Pilates
 - 1.10.1. Definizioni
 - 1.10.2. Contributi
 - 1.10.3. Obiettivi
 - 1.10.4. PMA

Modulo 2. Fondamenti del Metodo Pilates

- 2.1. Concetti differenti sul metodo
 - 2.1.1. I concetti secondo Joseph Pilates
 - 2.1.2. Evoluzione dei concetti
 - 2.1.3. Generazioni successive
 - 2.1.4. Conclusioni
- 2.2. La Respirazione
 - 2.2.1. Differenti tipi di respirazione
 - 2.2.2. Analisi dei tipi di respirazione
 - 2.2.3. Gli effetti della respirazione
 - 2.2.4. Conclusioni
- 2.3. La pelvi come centro di stabilità e movimento
 - 2.3.1. Il Core di Joseph Pilates
 - 2.3.2. Il Core scientifico
 - 2.3.3. Fondamento anatomico
 - 2.3.4. Core nei processi di recupero
- 2.4. L'organizzazione del cingolo scapolare
 - 2.4.1. Revisione anatomica
 - 2.4.2. Biomeccanica del cingolo scapolare
 - 2.4.3. Applicazioni nel Pilates
 - 2.4.4. Conclusioni
- 2.5. L'organizzazione del movimento dell'arto inferiore
 - 2.5.1. Revisione anatomica
 - 2.5.2. Biomeccanica dell'arto inferiore
 - 2.5.3. Applicazioni nel Pilates
 - 2.5.4. Conclusioni
- 2.6. L'articolazione della colonna vertebrale
 - 2.6.1. Revisione anatomica
 - 2.6.2. Biomeccanica della colonna
 - 2.6.3. Applicazioni nel Pilates
 - 2.6.4. Conclusioni
- 2.7. Allineamento dei segmenti del corpo
 - 2.7.1. La postura
 - 2.7.2. La postura nel Pilates
 - 2.7.3. Allineamenti segmentali
 - 2.7.4. La catena muscolare e fasciale
- 2.8. Integrazione funzionale
 - 2.8.1. Concetto di integrazione funzionale
 - 2.8.2. Implicazioni in diverse attività
 - 2.8.3. L'attività
 - 2.8.4. Il contesto
- 2.9. Fondamenti del Pilates Terapeutico
 - 2.9.1. Storia del Pilates Terapeutico
 - 2.9.2. Concetti nel Pilates Terapeutico
 - 2.9.3. Criteri nel Pilates Terapeutico
 - 2.9.4. Esempi di infortuni e patologie
- 2.10. Pilates classico e Pilates terapeutico
 - 2.10.1. Differenza tra i due metodi
 - 2.10.2. Giustificazione
 - 2.10.3. Progressione
 - 2.10.4. Conclusioni

Modulo 3. Metodologia nella pratica del Metodo Pilates

- 3.1. La sessione iniziale
 - 3.1.1. Valutazione iniziale
 - 3.1.2. Consenso informato
 - 3.1.3. Parole e ordini in relazione al Pilates
 - 3.1.4. Inizio nel Metodo Pilates
- 3.2. Valutazione iniziale
 - 3.2.1. Valutazione posturale
 - 3.2.2. Valutazione della flessibilità
 - 3.2.3. Valutazione coordinativa
 - 3.2.4. Pianificazione del programma. Scheda Pilates
- 3.3. La lezione Pilates
 - 3.3.1. Esercizi iniziali
 - 3.3.2. Gruppi di allievi
 - 3.3.3. Posizionamento, voce, correzioni
 - 3.3.4. Il riposo
- 3.4. Gli allievi-pazienti
 - 3.4.1. Tipologia di allievi Pilates
 - 3.4.2. Il compromesso personalizzato
 - 3.4.3. Gli obiettivi dell'allievo
 - 3.4.4. La scelta del metodo
- 3.5. Progressione e regressione degli esercizi
 - 3.5.1. Introduzione alla progressione e regressione
 - 3.5.2. Progressioni
 - 3.5.3. Regressioni
 - 3.5.4. L'evoluzione del trattamento
- 3.6. Protocollo generale
 - 3.6.1. Un protocollo base generalizzato
 - 3.6.2. Rispettare i fondamenti del Pilates
 - 3.6.3. Analisi del protocollo
 - 3.6.4. Funzioni del protocollo





- 3.7. Indicazioni degli esercizi
 - 3.7.1. Caratteristiche della posizione iniziale
 - 3.7.2. Controindicazioni degli esercizi
 - 3.7.3. Aiuti verbali, tattili
 - 3.7.4. Programmazione delle lezioni
- 3.8. L'insegnante/monitor
 - 3.8.1. Analisi dell'allievo
 - 3.8.2. Tipi di insegnanti
 - 3.8.3. Creare l'ambiente giusto
 - 3.8.4. Monitoraggio degli allievi
- 3.9. Il programma base
 - 3.9.1. Pilates per principianti
 - 3.9.2. Pilates per medi
 - 3.9.3. Pilates per esperti
 - 3.9.4. Pilates professionale
- 3.10. Software per lo studio del Pilates
 - 3.10.1. Principali software per lo studio del Pilates
 - 3.10.2. Applicazione del Pilates
 - 3.10.3. Ultima tecnologia nello studio del Pilates
 - 3.10.4. I progressi più significativi nello studio del Pilates

“

*Approfondirai le progressioni
e le regressioni degli esercizi
implementati nel Pilates e
nell'evoluzione del trattamento"*

05 Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***



“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo"



Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.



Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.

Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione?

Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

*Nel 2019 abbiamo ottenuto
i migliori risultati di
apprendimento di tutte le
università online del mondo.*

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiale di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



Pratiche di competenze e competenze

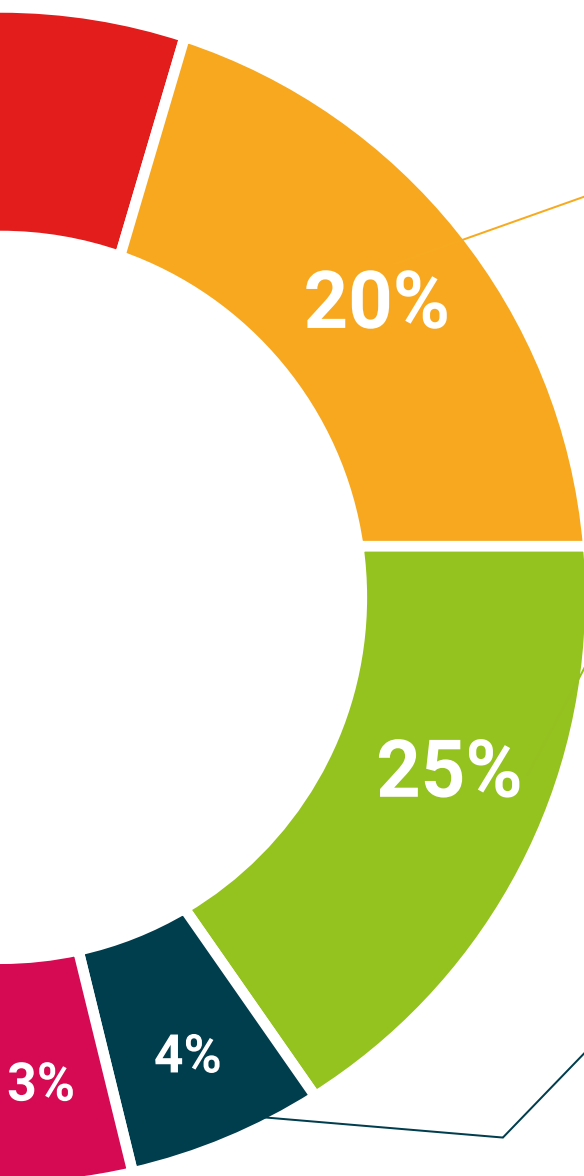
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Lecture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



06 Titolo

L'Esperto Universitario in Applicazione del Metodo Pilates garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Global University.



“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio di **Esperto Universitario in Applicazione del Metodo Pilates** rilasciato da **TECH Global University**, la più grande università digitale del mondo.

TECH Global University è un'Università Ufficiale Europea riconosciuta pubblicamente dal Governo di Andorra ([bollettino ufficiale](#)). Andorra fa parte dello Spazio Europeo dell'Istruzione Superiore (EHEA) dal 2003. L'EHEA è un'iniziativa promossa dall'Unione Europea che mira a organizzare il quadro formativo internazionale e ad armonizzare i sistemi di istruzione superiore dei Paesi membri di questo spazio. Il progetto promuove valori comuni, l'implementazione di strumenti congiunti e il rafforzamento dei meccanismi di garanzia della qualità per migliorare la collaborazione e la mobilità tra studenti, ricercatori e accademici.

Questo titolo privato di **TECH Global University** è un programma europeo di formazione continua e aggiornamento professionale che garantisce l'acquisizione di competenze nella propria area di conoscenza, conferendo allo studente che supera il programma un elevato valore curriculare.

Titolo: **Esperto Universitario in Applicazione del Metodo Pilates**

Modalità: **online**

Durata: **6 mesi**

Accreditamento: **18 ECTS**



futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue



Esperto Universitario
Applicazione del
Metodo Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Global University
- » Accreditamento: 18 ECTS
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Esperto Universitario

Applicazione del Metodo Pilates