

Esperto Universitario

Metodo Pilates a Terra

Approvato dall'NBA





tech università
tecnologica

Esperto Universitario Metodo Pilates a Terra

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

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

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

Nel corso del tempo, il Pilates a Terra si è imposto come un metodo efficace per la riabilitazione degli infortuni sportivi, migliorando la forza muscolare, la flessibilità e la stabilità di diversi gruppi muscolari. È quindi importante che il preparatore fisico sia all'avanguardia in questo settore. TECH ha sviluppato un programma che offrirà al professionista un aggiornamento sull'adattamento degli esercizi di Pilates a Terra e sui benefici nel trattamento e nella prevenzione di varie patologie muscolo-scheletriche e neurologiche. Il tutto, in un formato didattico 100% online e senza lezioni frontali, che consente allo studente l'alternativa di combinare il suo aggiornamento con le attività quotidiane che svolge.





“

Aggiorna completamente le tue competenze nel Metodo Pilates a Terra grazie a questo Esperto Universitario 100% online di TECH”

Diversi studi sostengono l'efficacia del Pilates nella riabilitazione delle lesioni sportive. È stato dimostrato che la pratica regolare di questa disciplina a terra migliora la forza muscolare, la flessibilità e la stabilità di persone con lesioni muscolo-scheletriche. Per questo motivo, molti allenatori fisici stanno integrando le più recenti tecniche di questo metodo nelle loro sessioni.

Si tratta di una tendenza in crescita che ha portato TECH a creare questo Esperto Universitario in Metodo Pilates a Terra. Si tratta di un programma che fornirà all'istruttore di fitness un aggiornamento completo per un periodo di 6 mesi.

Il professionista sarà aggiornato sulla struttura del corpo umano per poter progettare ed eseguire programmi di Pilates efficaci e sicuri. Imparerà a conoscere gli esercizi di stabilizzazione e di mobilizzazione articolare, le diverse patologie e i rispettivi esercizi di Pilates applicabili a questi problemi.

Grazie a un programma con una prospettiva teorico-pratica, il professionista otterrà un aggiornamento attraverso una metodologia esclusivamente online. In questo modo, potrà combinare perfettamente le sue responsabilità quotidiane con una qualifica all'avanguardia. Sarà sufficiente un dispositivo dotato di connessione internet per consultare, in qualsiasi momento della giornata, il contenuto di studio presente sulla piattaforma virtuale.

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

- ◆ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti in Medicina, Scienze Motori 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 mobile dotato di connessione a internet



Analizzerai, attraverso contenuti di alta qualità, il Pilates classico e moderno, i punti chiave e i contributi che ciascuno ha apportato alle tecniche di allenamento fisico"

“ *Approfondisci quando e dove vuoi,
la Biomeccanica dell'arto superiore
e le buone pratiche nel Pilates”*

Il personale docente del programma comprende prestigiosi 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

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

Grazie a TECH potrai incorporare nella tua pratica quotidiana esercizi di stabilizzazione a terra applicati al condizionamento fisico.

Dalla comodità di casa tua, imparerai in modo approfondito gli esercizi di mobilizzazione articolare più appropriati per la pratica del Pilates.



02 Obiettivi

L'obiettivo principale di questa qualifica è fornire agli istruttori di fitness le informazioni più aggiornate sulle tecniche del Metodo Pilates a Terra. Sarai in grado di usare questa disciplina come efficace strumento terapeutico nel trattamento di diverse lesioni. Incorporando i principi e le tecniche di questa attività fisica nel loro lavoro, i professionisti saranno in grado di offrire agli sportivi un'attività complementare che promuove il benessere e la salute. Inoltre, il programma offre una varietà di risorse multimediali presenti in una biblioteca virtuale a cui si può accedere da qualsiasi dispositivo dotato di connessione a internet.





“

*Vedrai come la pratica del Pilates
è efficace per il trattamento delle
patologie di Spalla, Gomito e Mano”*



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. I Pilates nelle alterazioni della Colonna Vertebrale

- ◆ Approfondire i principali problemi della Colonna e il loro approccio
- ◆ Aggiornare le conoscenze sui principali problemi della schiena e sul loro approccio
- ◆ Applicare protocolli di esercizio specifici per il processo di recupero degli infortuni

Modulo 2. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Superiore

- ◆ Identificare le patologie della Spalla e la relativa gestione
- ◆ Sviluppare la conoscenza della patologia del Gomito e del suo approccio
- ◆ Approfondire la patologia del Polso e del suo approccio

Modulo 3. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Inferiore

- ◆ Individuare le caratteristiche distintive di ogni lesione
- ◆ Affrontare le alterazioni attraverso esercizi basati sul Metodo Pilates
- ◆ Adattare i protocolli di esercizio specifici per il processo di recupero delle lesioni

Modulo 4. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates

- ◆ Padroneggiare le caratteristiche di ogni patologia
- ◆ Identificare le principali alterazioni di ogni patologia
- ◆ Affrontare le alterazioni attraverso esercizi basati sul Metodo Pilates

03

Direzione del corso

TECH, che si caratterizza per lo sviluppo di programmi di qualità accademica, ha progettato questo Esperto Universitario che incorpora rinomati professionisti con una vasta esperienza in Fisioterapia e Pilates. Il preparatore fisico avrà accesso a un programma all'avanguardia, elaborato da veri esperti di questo metodo. Questo garantisce che l'aggiornamento sarà un'esperienza unica da parte di rinomati specialisti. Grazie al supporto del personale docente, lo studente avrà la possibilità di risolvere qualsiasi dubbio possa sorgere durante il corso del programma.





“Potrai beneficiare di un programma aggiornato, elaborato da specialisti con una vasta esperienza nel Metodo Pilates”

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 presso il Club Calcistico Atlético de Madrid
- CEO di Fizio Domicilio Madrid
- Docente del Master in Preparazione Fisica e Riadattamento Sportivo nel Calcio
- Docente nel Master Universitario Esperto in Pilates Clinico
- Docente nel Master in Biomeccanica e Fisioterapia dello Sport
- Master in Osteopatia del Sistema Locomotore della Scuola di Osteopatia di Madrid
- Esperto in Pilates e Riabilitazione dalla Federazione Reale Spagnola di Ginnastica
- Master in Biomeccanica Applicata alla Valutazione delle Lesioni e Tecniche Avanzate in Fisioterapia
- Laurea in Fisioterapia presso l'Università Pontificia di Comillas

Personale docente

Dott.ssa Cortés Lorenzo, Laura

- ◆ Fisioterapista presso la clinica Fisiomon e la Federazione Hockey di Madrid
- ◆ Fisioterapista presso la Clínica Fisiomon
- ◆ Fisioterapista presso il centro di Tecnologizzazione della Federazione Hockey di Madrid
- ◆ Fisioterapista in aziende attraverso Fisiowork S.L.
- ◆ Fisioterapia traumatologica nella Clinica Artros
- ◆ Fisioterapista nel Club SPV51 e nel Club Valdeluz di Hockey Hierba
- ◆ Laurea in Fisioterapia presso l'Università Complutense di Madrid

Dott. Pérez Costa, Eduardo

- ◆ Amministratore delegato di Move2Be Fisioterapia e riadattamento
- ◆ Fisioterapista autonomo, trattamento a domicilio a Madrid
- ◆ Fisioterapista Clinica Natal San Sebastian de los Reyes
- ◆ Riabilitatore sportivo per il Club di Pallacanestro Zona Press
- ◆ Fisioterapista nella squadra affiliata UD Sanse
- ◆ Fisioterapista sul campo con la Fondazione Marcet
- ◆ Fisioterapista presso la Clinica Pascual & Muñoz
- ◆ Fisioterapista presso la clinica Fisi Life Plus
- ◆ Master in Fisioterapia Manuale dell'Apparato locomotore presso l'Università di Alcalá
- ◆ Laurea in Fisioterapia presso l'Università di Alcalá

Dott.ssa García Ibáñez, Marina

- ◆ Fisioterapista presso la Fondazione per la Sclerosi Multipla di Madrid e consulenze private a domicilio
- ◆ Fisioterapista per il trattamento domiciliare in pediatria e adulti con patologia neurologica
- ◆ Fisioterapista presso la Fondazione Sclerosi Multipla di Madrid
- ◆ Fisioterapista e Psicologo presso la Clínica Kinés
- ◆ Fisioterapista presso la Clínica San Nicolás
- ◆ Master in Fisioterapia Neurologica: Tecniche di valutazione e trattamento presso l'Università Europea di Madrid
- ◆ Esperto in Fisioterapia dell'Università Europea di Madrid
- ◆ Laurea in Psicologia presso l'Università Nazionale di Educazione a Distanza (UNED)

04

Struttura e contenuti

Questo programma offre un aggiornamento nel campo del Metodo Pilates a Terra, dando ai professionisti l'opportunità di ampliare le proprie conoscenze in questo campo. Nel corso di questo itinerario accademico explorerai i diversi esercizi specifici per le diverse patologie, studierai in modo approfondito la biomeccanica e l'evoluzione di questa disciplina. Tutto questo viene svolto attraverso un programma 100% online e completamente flessibile, che consente agli istruttori di fitness di tenersi aggiornati in combinazione con le loro attività quotidiane.





“

Grazie al metodo Relearning ricorderai concetti complessi in modo più efficiente e otterrai prestazioni ottimali 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. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Superiore

- 2.1. Richiamo anatomico di base
 - 2.1.1. Osteologia dell'Arto Superiore
 - 2.1.2. Miologia dell'Arto Superiore
 - 2.1.3. Biomeccanica dell'Arto Superiore
 - 2.1.4. Pratica corretta
- 2.2. Esercizi di stabilizzazione
 - 2.2.1. Introduzione agli esercizi di stabilizzazione
 - 2.2.2. Esercizi di stabilizzazione MATT
 - 2.2.3. Esercizi di stabilizzazione sulla macchina
 - 2.2.4. I migliori esercizi di stabilizzazione

- 2.3. Esercizi di mobilità articolare
 - 2.3.1. Introduzione agli esercizi di mobilità articolare
 - 2.3.2. Esercizi di mobilità articolare MATT
 - 2.3.3. Esercizi di mobilità articolare sulla macchina
 - 2.3.4. I migliori esercizi di mobilità articolare
- 2.4. Esercizi di rafforzamento
 - 2.4.1. Introduzione agli esercizi di rafforzamento
 - 2.4.2. Esercizi di rafforzamento MATT
 - 2.4.3. Esercizi di rafforzamento sulla macchina
 - 2.4.4. I migliori esercizi di rafforzamento
- 2.5. Esercizi funzionali
 - 2.5.1. Introduzione agli esercizi Funzionale
 - 2.5.2. Esercizi funzionali MATT
 - 2.5.3. Esercizi funzionali sulla macchina
 - 2.5.4. I migliori esercizi funzionali
- 2.6. Patologia della Spalla. Protocolli specifici
 - 2.6.1. Spalla dolorante
 - 2.6.2. Spalla congelata
 - 2.6.3. Spalla ipomobile
 - 2.6.4. Esercizi della spalla
- 2.7. Patologia del Gomito. Protocolli specifici
 - 2.7.1. Patologia articolare
 - 2.7.2. Patologia ai muscolo-tendinosa
 - 2.7.3. Gomito post-traumatico o post-chirurgico
 - 2.7.4. Esercizi del Gomito
- 2.8. Patologia del Polso
 - 2.8.1. Principali sindromi
 - 2.8.2. Tipi di patologie del Polso
 - 2.8.3. Esercizi del Polso
 - 2.8.4. Conclusioni

- 2.9. Patologia della Mano
 - 2.9.1. Principali sindromi
 - 2.9.2. Tipi di patologie della Mano
 - 2.9.3. Esercizi della Mano
 - 2.9.4. Conclusioni
- 2.10. Intrappolamento nervoso nell'Arto Superiore
 - 2.10.1. Plesso brachiale
 - 2.10.2. Nervi periferici
 - 2.10.3. Tipi di patologie
 - 2.10.4. Esercizi per l'intrappolamento nervoso nell'Arto Superiore

Modulo 3. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Inferiore

- 3.1. Richiamo anatomico di base
 - 3.1.1. Osteologia dell'Arto Inferiore
 - 3.1.2. Miologia dell'Arto Inferiore
 - 3.1.3. Biomeccanica dell'Arto Inferiore
 - 3.1.4. Pratica corretta
- 3.2. Patologia suscettibili di trattamento con il Pilates
 - 3.2.1. Patologie della crescita
 - 3.2.2. Patologie negli atleti
 - 3.2.3. Altre patologie
 - 3.2.4. Conclusioni
- 3.3. Esercizi indicati su Mat, Macchine e Attrezzi. Protocollo generale
 - 3.3.1. Esercizi di dissociazione
 - 3.3.2. Esercizi di mobilità
 - 3.3.3. Esercizi di rafforzamento
 - 3.3.4. Esercizi funzionali
- 3.4. Patologia dell'Anca
 - 3.4.1. Patologia articolare
 - 3.4.2. Patologia muscolo tendinosa
 - 3.4.3. Patologia chirurgica. Protesi
 - 3.4.4. Esercizi dell'Anca

- 3.5. Patologia del Ginocchio
 - 3.5.1. Patologia articolare
 - 3.5.2. Patologia muscolo tendinosa
 - 3.5.3. Patologia chirurgica. Protesi
 - 3.5.4. Esercizi del Ginocchio
- 3.6. Patologia della Caviglia
 - 3.6.1. Patologia articolare
 - 3.6.2. Patologia muscolo tendinosa
 - 3.6.3. Patologia chirurgica
 - 3.6.4. Esercizi della Caviglia
- 3.7. Patologia del Piede
 - 3.7.1. Patologia articolare e fasciale
 - 3.7.2. Patologia muscolo tendinosa
 - 3.7.3. Patologia chirurgica
 - 3.7.4. Esercizi del Piede
- 3.8. Intrappolamento nervoso nell'Arto Inferiore
 - 3.8.1. Plesso brachiale
 - 3.8.2. Nervi periferici
 - 3.8.3. Tipi di patologie
 - 3.8.4. Esercizi per l'intrappolamento nervoso nell'Arto Inferiore
- 3.9. Analisi della catena antero-laterale dell'Arto Inferiore
 - 3.9.1. Che cos'è la catena antero-laterale e quanto è importante per il paziente
 - 3.9.2. Aspetti importanti per la valutazione
 - 3.9.3. Relazione della catena con la patologia già descritta
 - 3.9.4. Esercizi per lavorare sulla catena anterolaterale
- 3.10. Analisi della catena poster-mediale dell'Arto Inferiore
 - 3.10.1. Che cos'è la catena poster-mediale e quanto è importante per il paziente
 - 3.10.2. Aspetti importanti per la valutazione
 - 3.10.3. Relazione del complesso con la patologia già descritta
 - 3.10.4. Esercizi per lavorare sulla catena anterolaterale



Modulo 4. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates

- 4.1. Sistema nervoso
 - 4.1.1. Sistema nervoso centrale
 - 4.1.2. Sistema nervoso periferico
 - 4.1.3. Breve descrizione delle vie neurali
 - 4.1.4. Benefici del Pilates nella patologia neurologica
- 4.2. Valutazione neurologica con particolare attenzione al Pilates
 - 4.2.1. Anamnesi
 - 4.2.2. Valutazione della forza e del tono
 - 4.2.3. Valutazione della sensibilità
 - 4.2.4. Test e scale
- 4.3. Le patologie neurologiche più diffuse e le evidenze scientifiche del Pilates
 - 4.3.1. Breve descrizione delle patologie
 - 4.3.2. Principi di base del Pilates nella patologia neurologica
 - 4.3.3. Adattamento delle posizioni del Pilates
 - 4.3.4. Adattamento degli esercizi del Pilates
- 4.4. Sclerosi multipla
 - 4.4.1. Descrizione della patologia
 - 4.4.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.4.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
 - 4.4.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 4.5. Ictus
 - 4.5.1. Descrizione della patologia
 - 4.5.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.5.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
 - 4.5.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 4.6. Parkinson
 - 4.6.1. Descrizione della patologia
 - 4.6.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.6.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
 - 4.6.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 4.7. Paralisi cerebrale
 - 4.7.1. Descrizione della patologia
 - 4.7.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.7.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
 - 4.7.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 4.8. Adulti anziani
 - 4.8.1. Patologie associate all'età
 - 4.8.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.8.3. Esercizi indicati
 - 4.8.4. Esercizi controindicati
- 4.9. Osteoporosi
 - 4.9.1. Descrizione della patologia
 - 4.9.2. Valutazione delle capacità del paziente
 - 4.9.3. Esercizi indicati
 - 4.9.4. Esercizi controindicati
- 4.10. Problema del Pavimento Pelvico: incontinenza urinaria
 - 4.10.1. Descrizione della patologia
 - 4.10.2. Incidenza e prevalenza
 - 4.10.3. Esercizi indicati
 - 4.10.4. Esercizi controindicati



Grazie a questa qualifica, potrai sviluppare un adattamento adeguato degli esercizi di Pilates a Terra per patologie come la Sclerosi Multipla"

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

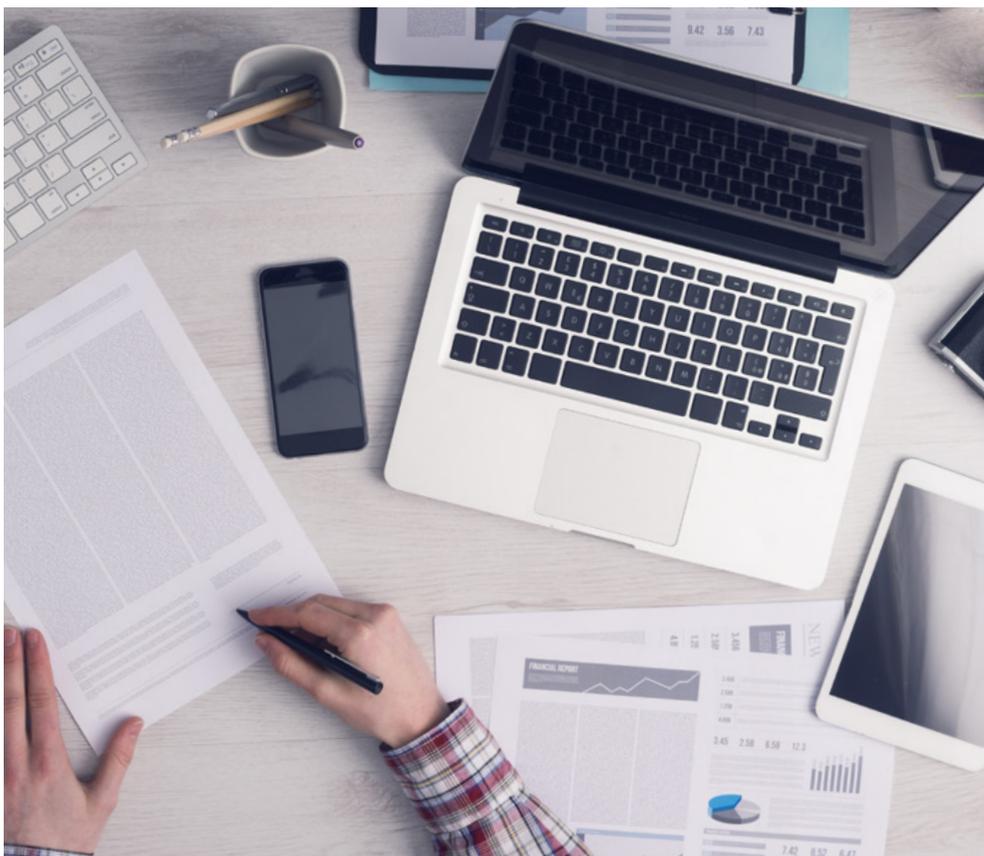
Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

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:



Materiali 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

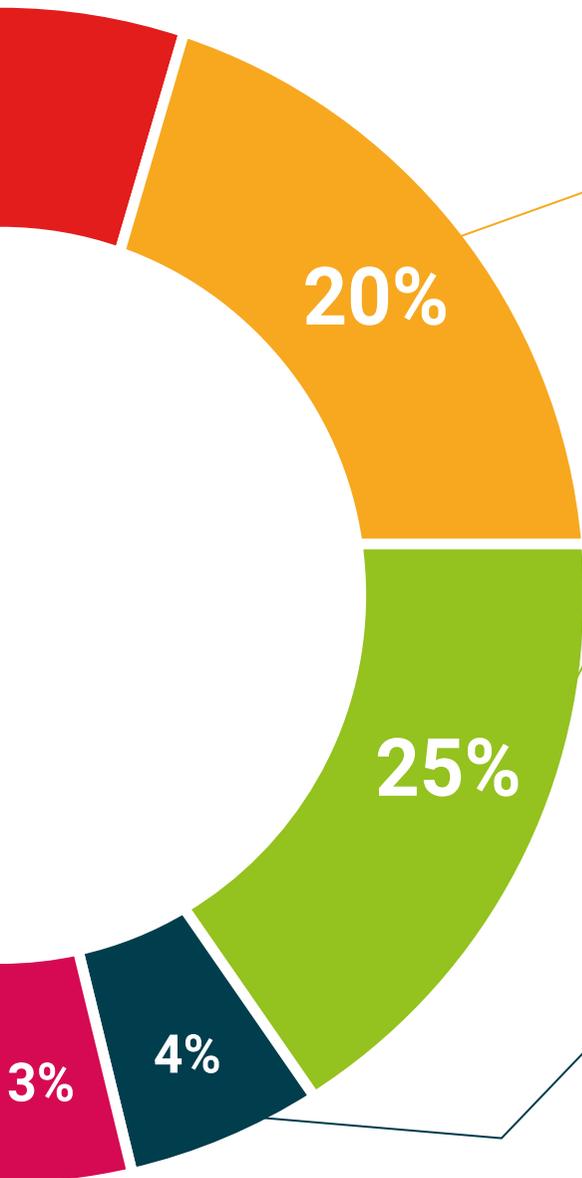
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Letture 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 Metodo Pilates a Terra garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

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

Questo **Esperto Universitario in Metodo Pilates a Terra** possiede il programma più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Esperto Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nell'Esperto Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Esperto Universitario in Metodo Pilates a Terra**

N° Ore Ufficiali: **600 o.**

Approvato dall'NBA



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

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 lingu

tech università
tecnologica

Esperto Universitario
Metodo Pilates a Terra

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

Esperto Universitario

Metodo Pilates a Terra

Approvato dall'NBA

