



Университетский курс

Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

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

 $Be \emph{6-достуn:}\ www.techtitute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/pilates-lower-limb-disorders$

Оглавление

 О1
 02

 Презентация
 Цели

 стр. 4
 стр. 8

О3
Руководство курса
Структура и содержание
Методология

стр. 12

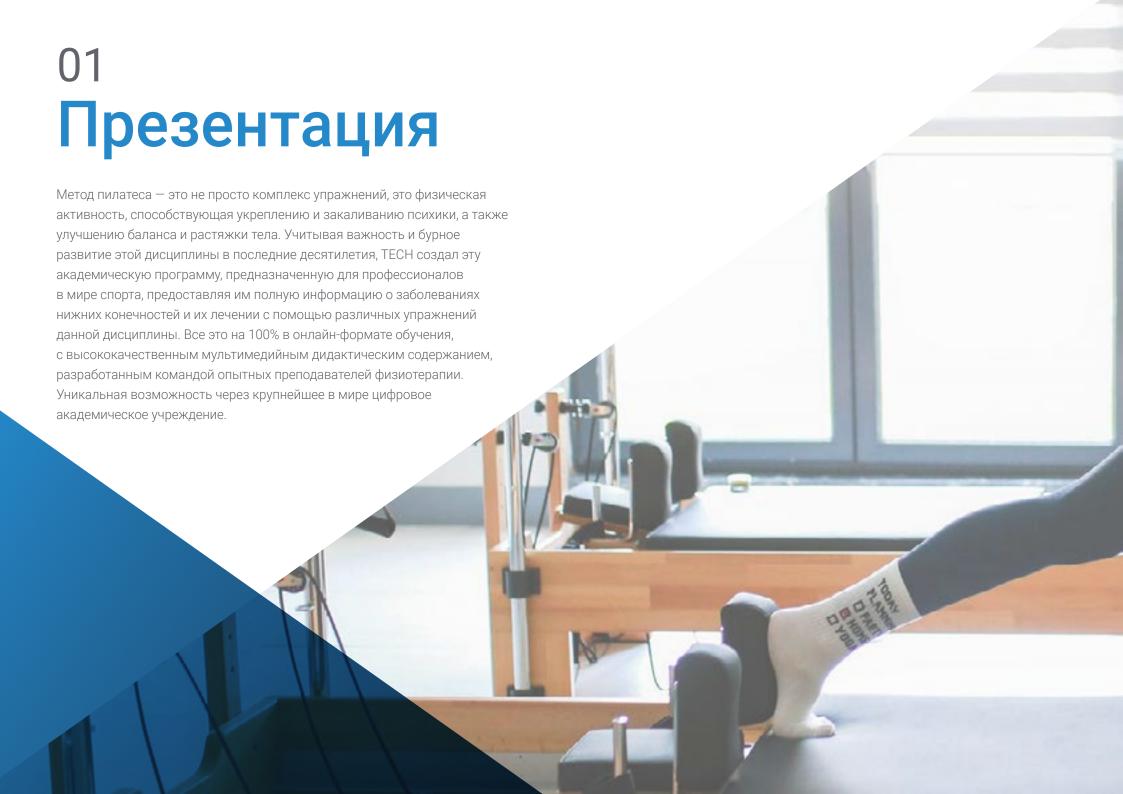
06

стр. 18

Квалификация

стр. 30

стр. 22





tech 06 | Презентация

В спорте нижние конечности — это баланс, стабильность и важнейшая ось для начала и продолжения технического движения, которое должно выполнять тело. Поэтому многочисленные части этой зоны подвергаются повреждениям или травмам в соответствии с ресурсами и усталостью этой области. Таким образом, пилатес и, соответственно, гибкость играют важную роль в профилактике травм. Благодаря включению этой дисциплины в различные виды спортивной деятельности, она имеет большое значение для спортсменов на этапе восстановления и физической реабилитации.

Таким образом, различные исследования, проводимые в этой области, продолжают развиваться, делая метод пилатеса важной частью великих подвигов самых выдающихся спортсменов и спортсменок мира. Учитывая важность этой дисциплины, ТЕСН принял решение о разработке данного Университетского курса, который позволит специалисту получить новые знания в области пилатеса при заболеваниях нижних конечностей.

Студенты смогут усовершенствовать свои навыки, связанные с адекватностью протоколов выполнения конкретных упражнений для восстановительного процесса при травмах, а также упражнений на тренажерах и с инвентарем. Программа, которая поддерживается специализированной командой преподавателей и одновременно сопровождается качественным мультимедийным содержанием, обеспечивающим динамичность и удобство работы в онлайн-режиме.

Кроме того, ТЕСН делает акцент на удобстве и совершенстве, поэтому программа предлагает самые полные и качественные обновления, что делает ее очень гибкой в использовании, так как студентам достаточно иметь устройство с подключением к интернету, чтобы легко получить доступ к виртуальной платформе, не выходя из дома, где бы они ни находились.

Данный **Университетский курс в области пилатеса при заболеваниях нижних конечностей** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области физиотерапии и пилатеса
- Наглядное, схематичное и исключительно практическое 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



Пилатес настолько важен для спортивных дисциплин, что вы будете углубляться в такие понятия, как стабильность, гибкость и укрепление мышц"



Если вы хотите быть в первых рядах специалистов по методу пилатеса, то с ТЕСН вы сможете это сделать, получив самые полные повышение квалификации в этой области"

В преподавательский состав программы входят профессионалы из данного сектора, которые привносят в обучение опыт своей работы, а также признанные специалисты из ведущих научных 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 этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалист должен попытаться разрешить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалистам поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Вы повысите свою компетентность в вопросах, связанных с пережатием нервов в нижней конечности.

ТЕСН обеспечивает комфорт благодаря гибкому расписанию и доступу к своей виртуальной платформе с электронного устройства, имеющего выход в интернет.



02 **Цели**

Данный Университетский курс в области пилатеса при заболеваниях нижних конечностей был разработан, в первую очередь, для того, чтобы ознакомить специалиста с последними достижениями в области спортивной науки. Поэтому ТЕСН предоставляет различные технологические инновационные инструменты, обеспечивающие успех процесса и завершение программы. По окончании этой программы студент получит эффективное обновление на основе конкретных кейсов, что позволит ему интегрировать наиболее подходящие упражнения для каждого заболевания.



tech 10|Цели



Общие цели

- Расширять знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания упражнений метода пилатеса на полу, на различных тренажерах и с инвентарем.
- Дифференцировать применение упражнений пилатеса и адаптацию к каждому пациенту
- Составлять программу упражнений, адаптированную к симптоматике и патологии каждого пациента
- Определять прогрессии и регрессии упражнений в соответствии с различными фазами процесса восстановления после травмы
- Исключать противопоказанные упражнения на основе предварительной оценки пациентов и клиентов
- Углубить знания в области оборудования, используемого в методе пилатеса
- Предоставлять необходимую информацию для поиска научных и обновленных сведений о методах лечения пилатесом, применимых к различным патологиям
- 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





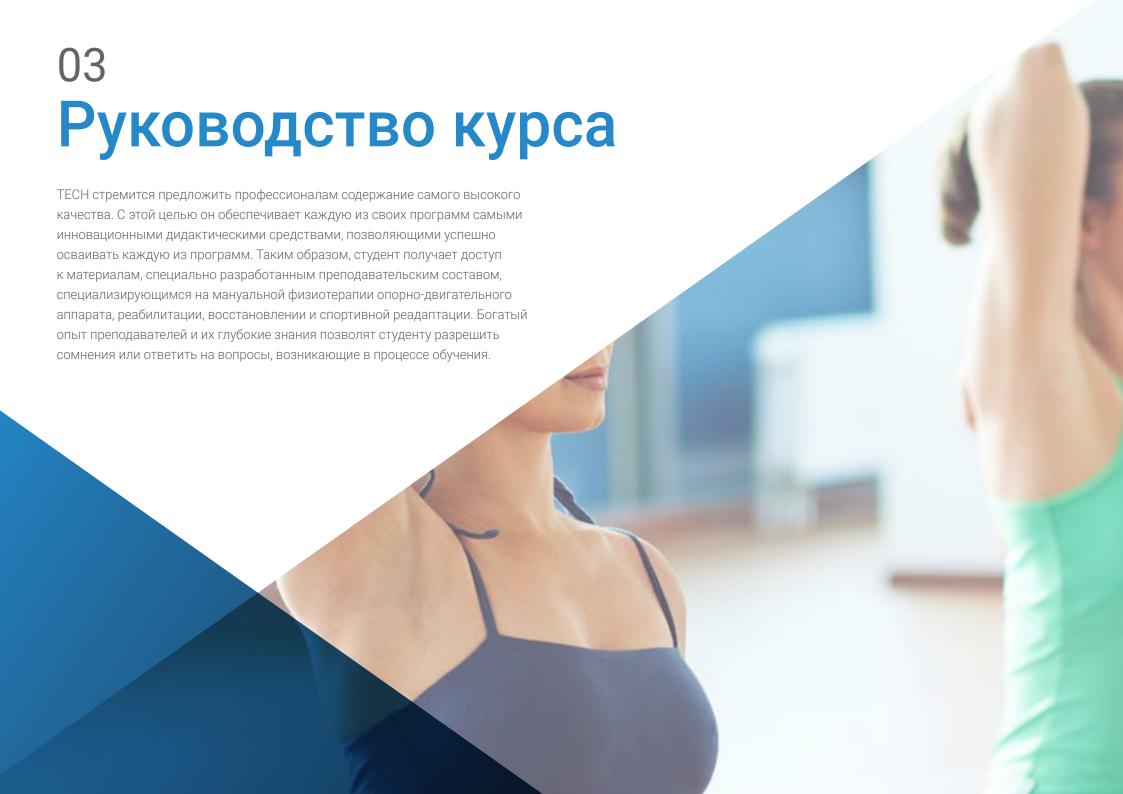


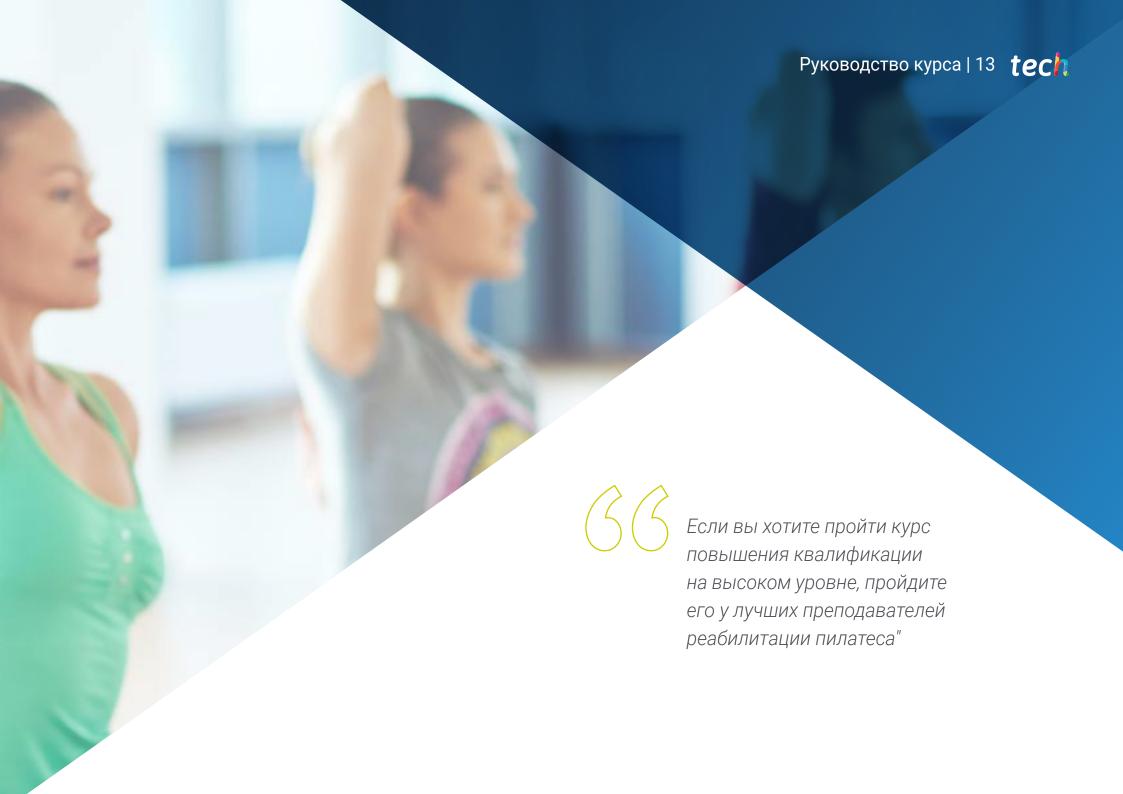
Конкретные цели

- Выявлять характерные особенности каждого повреждения
- Устранять нарушения с помощью упражнений, основанных на методе пилатеса
- Адаптировать конкретные комплексы упражнений к процессу восстановления после травм



При разработке учебной программы вы найдете содержание, связанное с упражнениями, проводимыми на коврике, на тренажерах и с инвентарем"





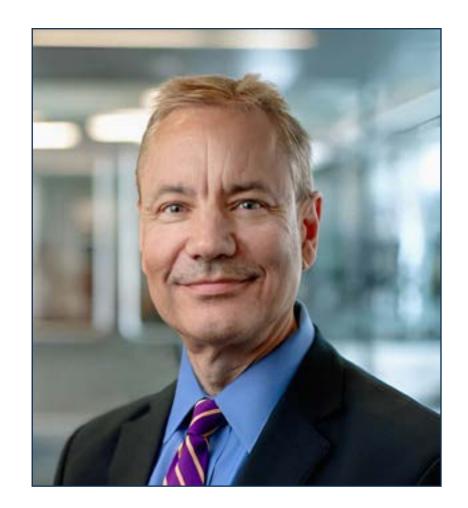
Приглашенный международный руководитель

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 Мауо, 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-p Laskowski, Edward

- 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



Руководство



Г-н Гонсалес Арганда, Серхио

- Физиотерапевт мадридского футбольного клуба Atlético
- CEO Fisio Domicilio Madrid
- Преподаватель магистратуры в области физической подготовки и спортивной реабилитации в футболе
- Преподаватель Курса профессиональной подготовки в области клинического пилатеса
- Преподаватель магистратуры в области биомеханики и спортивной физиотерапии
- Степень магистра в области остеопатии опорно-двигательного аппарата в Мадридской школе остеопатии
- Эксперт в области реабилитации пилатесом Королевской федерации гимнастики Испании
- Степень магистра в области биомеханики, применяемой для оценки травм, и передовых методов физиотерапии
- Степень бакалавра физиотерапии Папского университета Комильяса

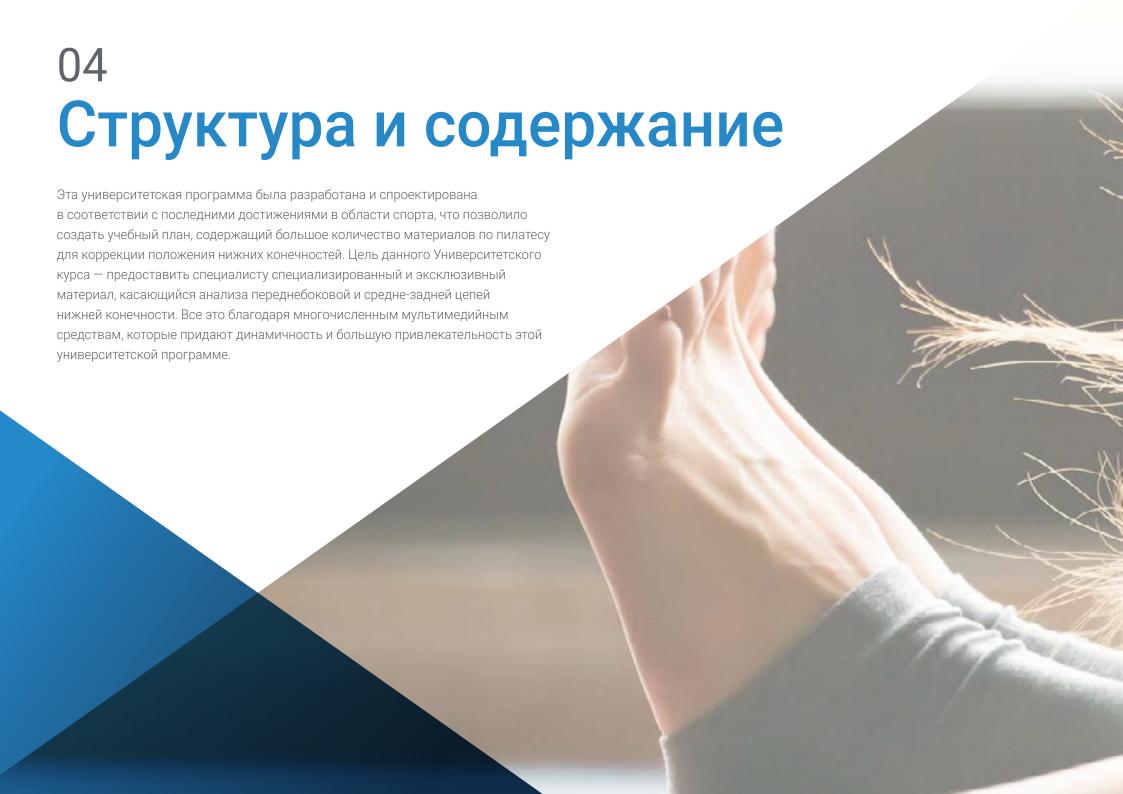




Преподаватели

Г-н Перес Коста, Эдуардо

- Генеральный директор Move2Be физиотерапии и реабилитации
- Внештатный физиотерапевт, частное лечение на дому в Мадриде
- Физиотерапевт в Клинике Наталь-Сан-Себастьян-де-лос-Рейес
- Спортивный тренер баскетбольного клуба Zona Press
- Физиотерапевт в филиале команды UD Sanse
- Физиотерапевт на спортивной площадке в Фонде Marcet
- Физиотерапевт в клинике Pascual & Muñoz
- Физиотерапевт в клинике Fisio Life Plus
- Степень магистра в области мануальной физиотерапии опорно-двигательного аппарата в Университете Алькалы
- Степень бакалавра физиотерапии Университета Алькалы

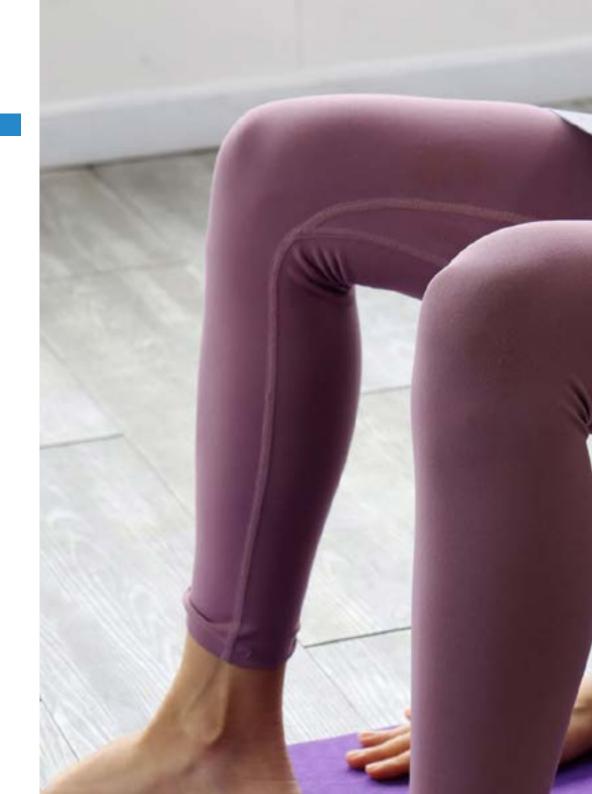




tech 20 | Структура и содержание

Модуль 1. Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

- 1.1. Основные анатомические сведения
 - 1.1.1. Остеология нижних конечностей
 - 1.1.2. Миология нижних конечностей
 - 1.1.3. Биомеханика нижних конечностей
 - 1.1.4. Эффективные практики
- 1.2. Частые патологии, которые можно лечить с помощью пилатеса
 - 1.2.1. Патологии роста
 - 1.2.2. Патологии у спортсменов
 - 1.2.3. Другие типы патологий
 - 1.2.4. Выводы
- 1.3. Упражнения, рекомендуемые для выполнения на коврике, тренажерах и с инвентарем. Общий протокол
 - 1.3.1. Упражнения на диссоциацию
 - 1.3.2. Упражнения на подвижность
 - 1.3.3. Укрепляющие упражнения
 - 1.3.4. Функциональные упражнения
- 1.4. Патология тазобедренного сустава
 - 1.4.1. Патология сустава
 - 1.4.2. Мышечно-сухожильная патология
 - 1.4.3. Хирургическая патология. Протезирование
 - 1.4.4. Упражнения для тазобедренного сустава
- 1.5. Патология коленного сустава
 - 1.5.1. Патология сустава
 - 1.5.2. Мышечно-сухожильная патология
 - 1.5.3. Хирургическая патология. Протезирование
 - 1.5.4. Упражнения для коленного сустава
- 1.6. Патология голеностопа
 - 1.6.1. Патология сустава
 - 1.6.2. Мышечно-сухожильная патология
 - 1.6.3. Хирургическая патология
 - 1.6.4. Упражнения для голеностопа



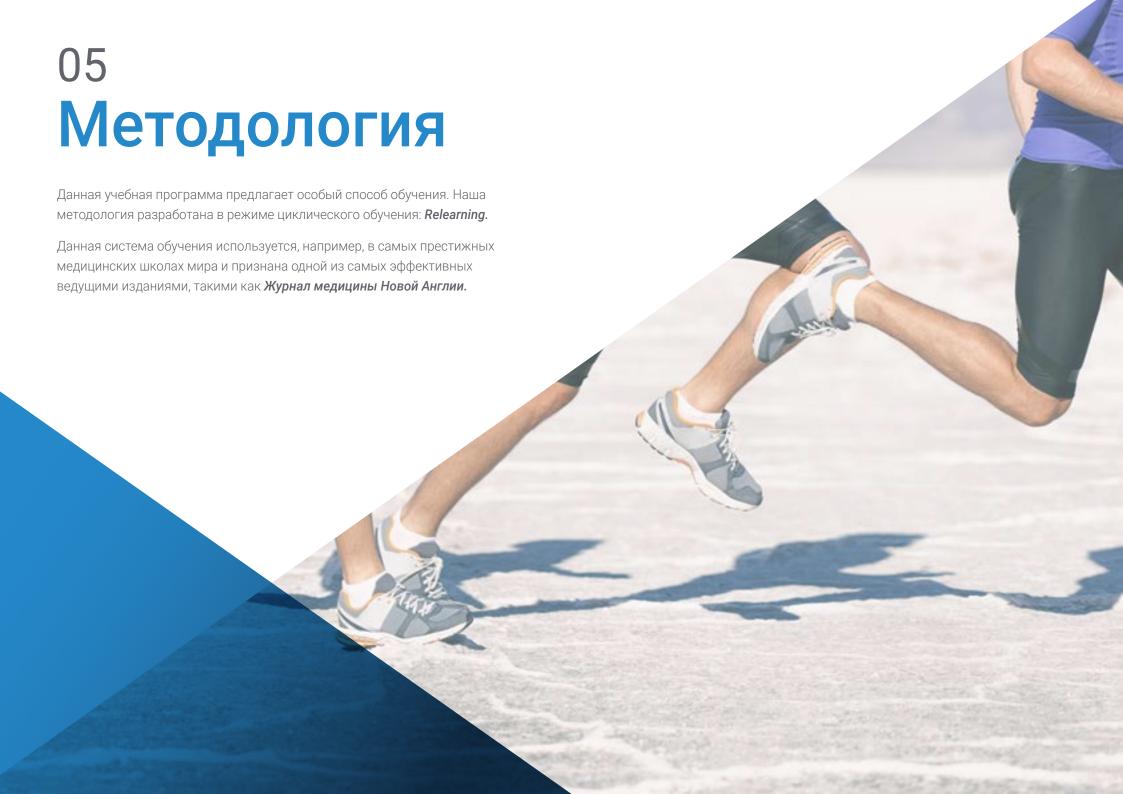


Структура и содержание | 21 tech

- .7. Патология стопы
 - 1.7.1. Суставная и фасциальная патология
 - 1.7.2. Мышечно-сухожильная патология
 - 1.7.3. Хирургическая патология
 - 1.7.4. Упражнения для стопы
- 1.8. Защемление нервов нижней конечности
 - 1.8.1. Крестцовое нервное сплетение
 - 1.8.2. Периферические нервы
 - 1.8.3. Типы патологий
 - 1.8.4. Упражнения при защемлении нервов нижних конечностей
- 1.9. Анализ переднебоковой мышечной цепи нижних конечностей
 - 1.9.1. Что такое переднебоковая мышечная цепь и насколько она важна для пациента
 - 1.9.2. Важные аспекты для проведения оценки
 - 1.9.3. Взаимосвязь цепи с уже описанной патологией
 - 1.9.4. Упражнения для проработки переднебоковой мышечной цепи
- 1.10. Анализ средне-задней мышечной цепи нижних конечностей
 - 1.10.1. Что такое средне-задняя мышечная цепь и насколько она важна для пациента
 - 1.10.2. Важные аспекты для проведения оценки
 - 1.10.3. Связь комплекса с уже описанной патологией
 - 1.10.4. Упражнения для проработки средне-задней мышечной цепи



В ТЕСН вы получите и закрепите навыки выполнения упражнений пилатеса, прорабатывающих крестцовое нервное сплетение и периферические нервы"





tech 24 | Методология

Исследование кейсов для контекстуализации всего содержания

Наша программа предлагает революционный метод развития навыков и знаний. Наша цель - укрепить компетенции в условиях меняющейся среды, конкуренции и высоких требований.



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



Вы получите доступ к системе обучения, основанной на повторении, с естественным и прогрессивным обучением по всему учебному плану.



В ходе совместной деятельности и рассмотрения реальных кейсов студент научится разрешать сложные ситуации в реальной бизнес-среде.

Инновационный и отличный от других метод обучения

Эта программа TECH - интенсивная программа обучения, созданная с нуля, которая предлагает самые сложные задачи и решения в этой области на международном уровне. Благодаря этой методологии ускоряется личностный и профессиональный рост, делая решающий шаг на пути к успеху. Метод кейсов, составляющий основу данного содержания, обеспечивает следование самым современным экономическим, социальным и профессиональным реалиям.



Наша программа готовит вас к решению новых задач в условиях неопределенности и достижению успеха в карьере"

Кейс-метод является наиболее широко используемой системой обучения лучшими преподавателями в мире. Разработанный в 1912 году для того, чтобы студенты-юристы могли изучать право не только на основе теоретического содержания, метод кейсов заключается в том, что им представляются реальные сложные ситуации для принятия обоснованных решений и ценностных суждений о том, как их разрешить. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете.

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? Именно с этим вопросом мы сталкиваемся при использовании метода кейсов - метода обучения, ориентированного на действие. На протяжении всей программы студенты будут сталкиваться с многочисленными реальными случаями из жизни. Им придется интегрировать все свои знания, исследовать, аргументировать и защищать свои идеи и решения.

Методология Relearning

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

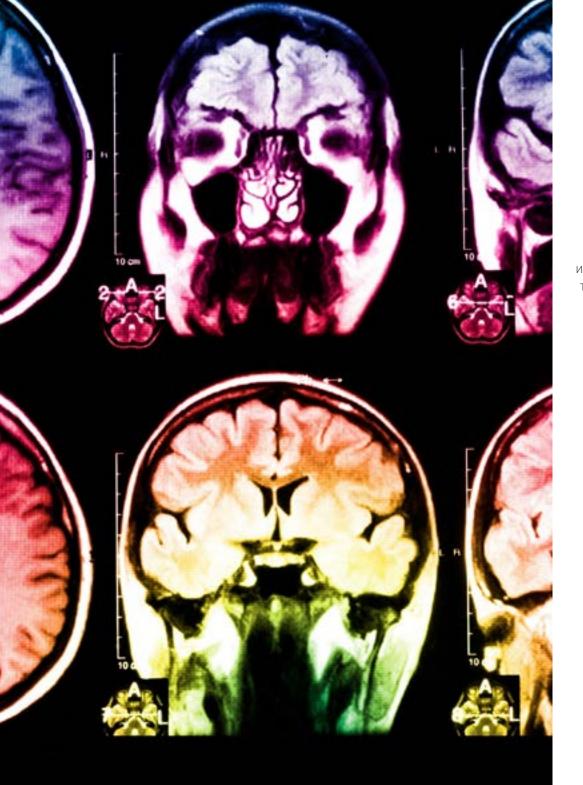
Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.

В 2019 году мы достигли лучших результатов обучения среди всех онлайн-университетов в мире.

В ТЕСН вы будете учитесь по передовой методике, разработанной для подготовки руководителей будущего. Этот метод, играющий ведущую роль в мировой педагогике, называется *Relearning*.

Наш университет - единственный вуз, имеющий лицензию на использование этого успешного метода. В 2019 году нам удалось повысить общий уровень удовлетворенности наших студентов (качество преподавания, качество материалов, структура курса, цели...) по отношению к показателям лучшего онлайн-университета.





Методология | 27 tech

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. Благодаря этой методике более 650 000 выпускников университетов добились беспрецедентного успеха в таких разных областях, как биохимия, генетика, хирургия, международное право, управленческие навыки, спортивная наука, философия, право, инженерия, журналистика, история, финансовые рынки и инструменты. 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.

Согласно последним научным данным в области нейронауки, мы не только знаем, как организовать информацию, идеи, образы и воспоминания, но и знаем, что место и контекст, в котором мы что-то узнали, имеют фундаментальное значение для нашей способности запомнить это и сохранить в гиппокампе, чтобы удержать в долгосрочной памяти.

Таким образом, в рамках так называемого нейрокогнитивного контекстнозависимого электронного обучения, различные элементы нашей программы связаны с контекстом, в котором участник развивает свою профессиональную практику. В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



Учебные материалы

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

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



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.



Практика навыков и компетенций

Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



Дополнительная литература

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





Метод дополнится подборкой лучших кейсов, выбранных специально для этой ситуации. Кейсы представляются, анализируются и преподаются лучшими специалистами на международной арене.



Интерактивные конспекты

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

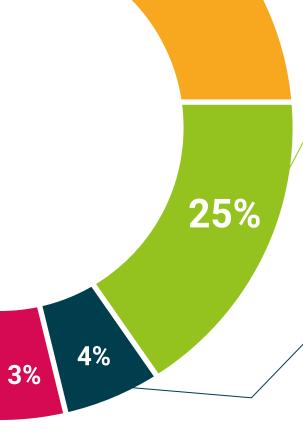
Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Microsoft как "Европейская история успеха".



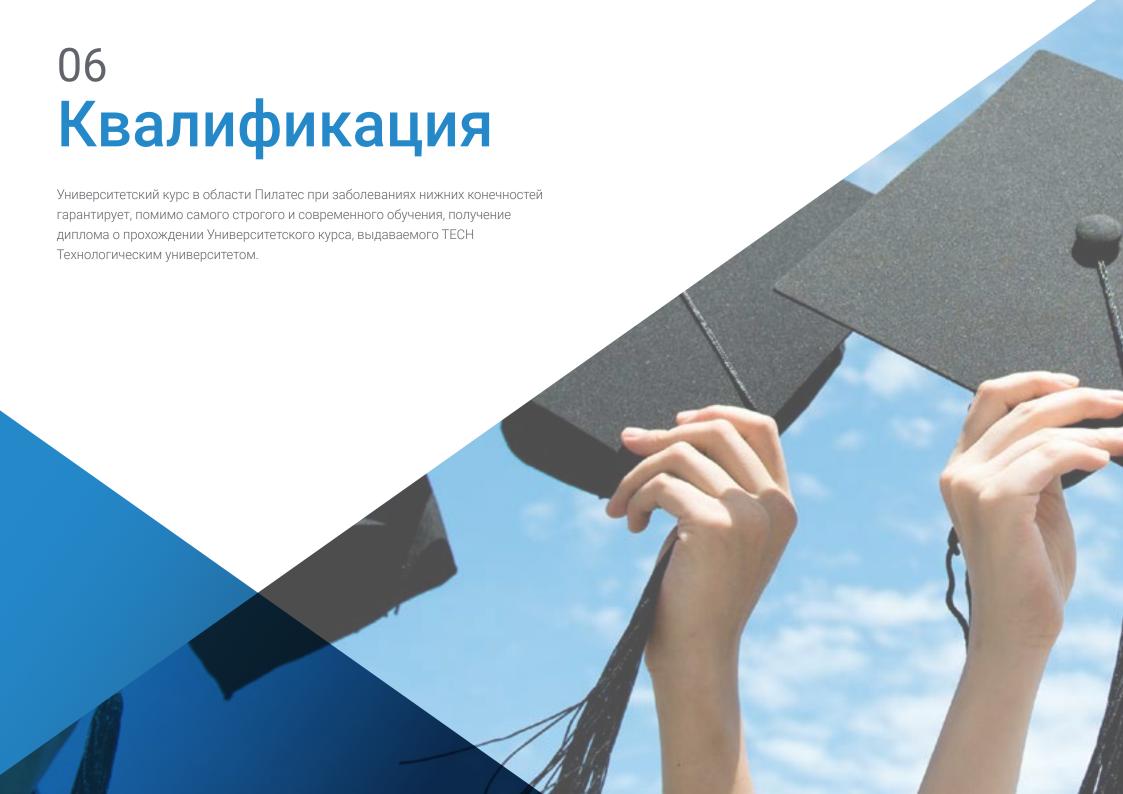
Тестирование и повторное тестирование

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.





20%





tech 32 | Квалификация

Данный **Университетский курс в области Пилатес при заболеваниях нижних конечностей** 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 **ТЕСН 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: **Университетский курс в области Пилатес при заболеваниях нижних конечносте**й

Количество учебных часов: 150 часов



УНИВЕРСИТЕТСКИЙ КУРС

в области

Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

Данный диплом специализированной программы, присуждаемый Университетом, соответствует 150 учебным часам, с датой начала дд/мм/гггг и датой окончания дд/мм/гггг.

TECH является частным высшим учебным заведением, признанным Министерством народного образования Мексики с 28 июня 2018 года.

17 июня 2020 г.

Д-р Tere Guevara Navarro



Университетский курс Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

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

