

# Курс профессиональной подготовки

## Различные техники йогатерапии

Одобрено NBA





## Курс профессиональной подготовки

### Различные техники йогатерапии

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

Веб-доступ: [www.techitute.com/ru/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-different-therapeutic-yoga-techniques](http://www.techitute.com/ru/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-different-therapeutic-yoga-techniques)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Цели

---

стр. 8

03

Руководство курса

---

стр. 12

04

Структура и содержание

---

стр. 18

05

Методология

---

стр. 24

06

Квалификация

---

стр. 32

# 01

# Презентация

Такие физиологические процессы или этапы, как послеродовой период, менопауза, развитие ребенка в младенчестве и детстве, иногда сопровождаются определенными трудностями для их правильного развития. В этом случае без физической активности не обойтись, как не обойтись и без правильного подбора упражнений и терапевтических программ. В связи с этим все более актуальной дисциплиной становится йога, которая с помощью различных биомеханических техник и методов релаксации предлагает альтернативные способы лечения различных заболеваний. Поэтому инструкторы йоги должны быть в курсе самых современных биомеханических оздоровительных методик, которые в настоящее время применяются в этой дисциплине. Для этого ТЕСН разработал данную образовательную программу в формате 100% онлайн, которая, благодаря методологии *Relearning*, поможет им быстро и гибко обновить свои навыки.





“

*Благодаря этому Курсу профессиональной подготовки вы освоите терапевтические циклы йоги, ее правильную интеграцию в сеансы и научитесь составлять высокоэффективные схемы восстановления”*

Физические травмы порождают стресс и тревогу как у спортсменов, так и у людей, не увлеченных спортом. Процессы восстановления в некоторых случаях бывают очень напряженными и вызывают у человека различные сомнения. Поэтому техники осознанного дыхания или пранаяма стали одним из наиболее популярных и эффективных методов повышения концентрации внимания, ясности ума и улучшения работы легких. Это, как и другие направления йогатерапии, все чаще используется в восстановительных процессах и даже для профилактики возможных нарушений.

При таком развитии событий практикующие специалисты должны быть в курсе самых последних и современных стратегий работы в этой области. Эти знания и компетенции доступны в Курсе профессиональной подготовки в ТЕСН, где студенты смогут усовершенствовать свои навыки в этой междисциплинарной деятельности.

Благодаря комплексному учебному плану вы изучите способы построения сеанса с учетом потребностей каждого человека и проблемы, которую он хочет решить. Кроме того, вы сможете проанализировать наиболее действенные протоколы для улучшения физического состояния пациентов при наличии специфических жалоб, таких как мышечные или поясничные боли. А также вы изучите нейрофизиологические основы медитации и техники релаксации.

В этом процессе обучения специалисту будет помогать *Relearning*, 100% онлайн-методика, разработанная ТЕСН для развития практических навыков наиболее быстрым и гибким способом. В то же время на протяжении всего курса обучения студент будет находиться под руководством экспертов с большим опытом работы в области йогатерапии. Помимо этого, в ходе обучения студенты получат доступ к видеоматериалам, инфографике и другим мультимедийным материалам, которые помогут им разобраться в самых сложных концепциях дисциплины.

Данный **Курс профессиональной подготовки в области различных техник йогатерапии** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области различных техник йогатерапии
- ♦ 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 успеваемости
- ♦ 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 с выходом в интернет



Не упустите возможность стать частью этого Курса профессиональной подготовки и усовершенствовать все свои навыки по ведению йогатерапии у пожилых людей"

“

*С помощью метода Relearning, моделирования реальных случаев и других дидактических методов ТЕСН поможет вам освоить различные схемы и стратегии лечения спортивных травм с помощью йогатерапии”*

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 специалисту 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 разрешать различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалистам поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

*Под руководством ведущих специалистов вы изучите такие передовые техники расслабления, как дыхание пранаяма и медитация кокьюхо.*

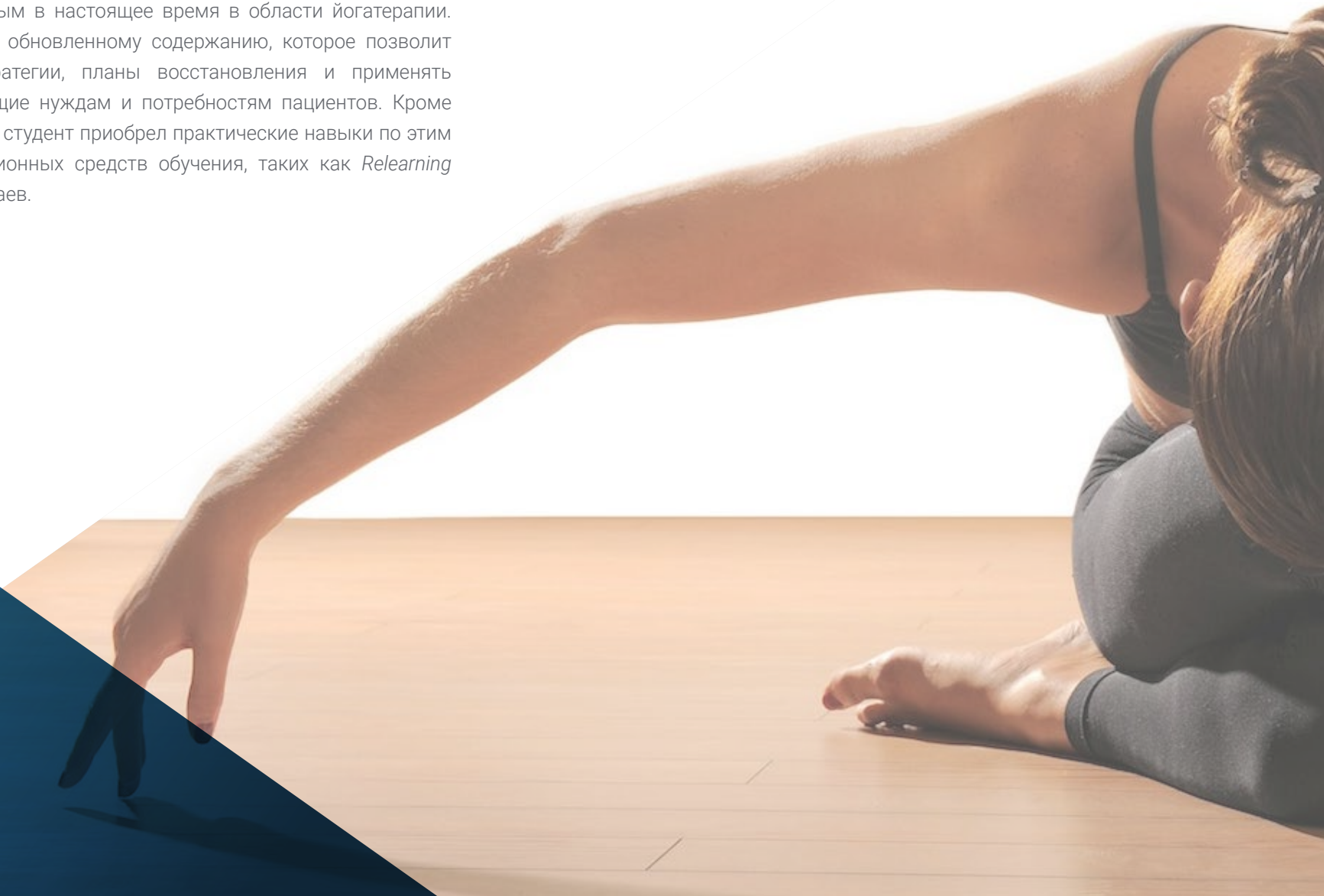
*Йога зарекомендовала себя как очень эффективная альтернатива для лечения болей в теле, и с помощью этой программы вы сможете проводить занятия, достигающие этих целей.*



# 02

## Цели

Основная цель данной программы — предоставить специалисту углубленное обучение техникам, используемым в настоящее время в области йогатерапии. Это будет возможно благодаря обновленному содержанию, которое позволит студентам улучшить свои стратегии, планы восстановления и применять различные позы, соответствующие нуждам и потребностям пациентов. Кроме того, есть задача, чтобы каждый студент приобрел практические навыки по этим вопросам с помощью инновационных средств обучения, таких как *Relearning* и моделирование реальных случаев.







““

*Достигайте своих целей  
в самосовершенствовании  
и будьте в курсе последних  
достижений в области  
йогатерапии с помощью этой  
100% онлайн-программы”*



## Общие цели

- ♦ Воплотить знания и навыки, необходимые для правильного развития и применения техник йогатерапии с клинической точки зрения
- ♦ Создавать программу йоги, разработанную и основанную на научных данных
- ♦ Углубиться в наиболее подходящие асаны в соответствии с особенностями человека и травмами человека и имеющихся у него повреждений
- ♦ Углубиться в изучение биомеханики и ее применение к асанам терапевтической йоги
- ♦ Описать адаптацию асан йоги к патологиям каждого человека
- ♦ Углубляться в нейрофизиологические основы существующих техник медитации и релаксации



*С ТЕСН вы достигнете совершенства и будете позиционировать себя как эксперта с высоким уровнем владения сложнейшими техниками йогатерапии"*





## Конкретные цели

---

### Модуль 1. Йога в различных эволюционных моментах

- ♦ Изучить различные потребности организма и практики йоги в разные периоды жизни, такие как детство, зрелый возраст и старость
- ♦ Изучить, как практика йоги может помочь женщинам в период менструального цикла и менопаузы, и как адаптировать практику к их потребностям
- ♦ Изучить вопросы ухода и практики йоги во время беременности и в послеродовой период, а также способы адаптации практики к потребностям женщин в данный период
- ♦ Определить, насколько уместна практика йоги для людей с особыми физическими и/или сенсорными потребностями, и как адаптировать ее для удовлетворения их потребностей
- ♦ Научиться создавать специальные последовательности йоги для каждого этапа развития и индивидуальных потребностей
- ♦ Определять и применять лучшие практики для обеспечения безопасности и благополучия во время занятий йогой на различных этапах развития и в особых ситуациях

### Модуль 2. Техники дыхания

- ♦ Описать физиологию дыхательной системы и ее связь с практикой пранаямы
- ♦ Изучить различные типы дыхания и их влияние на дыхательную систему и организм в целом
- ♦ Определить различные компоненты дыхания, такие как вдох, выдох и задержка, и то, как каждый из них влияет на физиологию организма
- ♦ Углубить представления об энергетических каналах или нади и их взаимосвязи с физиологией дыхания и практике пранаямы

- ♦ Описать различные виды пранаямы и их влияние на физиологию тела и ума
- ♦ Определить основные понятия мудр и их связь с физиологией дыхания и практикой пранаямы
- ♦ Изучить влияние практики пранаямы на физиологию тела и как эти эффекты могут способствовать улучшению здоровья и самочувствия

### Модуль 3. Медитативные и релаксационные техники

- ♦ Описать нейрофизиологические основы медитативных и релаксационных техник в практике йоги
- ♦ Рассмотреть определение мантры, ее применение и преимущества в практике медитации
- ♦ Определять внутренние аспекты философии йоги, включая пратьяхару, дхарану, дхьяну и самадхи, и их связь с медитацией
- ♦ Исследовать различные типы мозговых волн и то, как они возникают в мозге во время медитации
- ♦ Определить различные виды медитации и техники управляемой медитации и их применение в практике медитации
- ♦ Изучить концепцию *mindfulness* (осознанности), ее методы и отличия от медитации
- ♦ Узнать, что такое савасана, как правильно вести релаксацию, различные виды и адаптации
- ♦ Определять первые шаги в йога-нидре и ее применение в практике йоги

# 03

## Руководство курса

Преподавательский состав этой программы состоит из ведущих специалистов в области йогатерапии. Эта команда преподавателей знает самые современные методики в этой области и их применение для профилактики, лечения и восстановления людей с различными видами травм. Каждый из этих специалистов принимал активное участие в разработке содержания и мультимедийных материалов, которые включены в программу. Опираясь на их знания и опыт, студент получит наиболее полное и актуальное на данный момент педагогическое руководство.





“

*Учитесь у лучших профессионалов в этой области и совершенствуйте свои навыки в применении техник йоги”*

## Приглашенный руководитель международного уровня

Будучи директором по работе с преподавателями и руководителем отдела подготовки инструкторов Института интегральной йоги в Нью-Йорке, Диана Гальяно является одной из наиболее значимых фигур в этой области на международном уровне. В своей научной деятельности она уделяла основное внимание терапевтической йоге, имея за плечами более 6 000 часов преподавания и повышения квалификации.

Таким образом, она занимается наставничеством, разработкой протоколов и критериев обучения, а также повышением квалификации инструкторов Института Интегральной Йоги. Она совмещает эту работу со своей ролью терапевта и инструктора в других учреждениях, таких как The 14TH Street, Integral Yoga Institute Wellness Spa и Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ее работа также включает в себя создание и руководство программами йоги, разработку упражнений и оценку возникающих проблем. За свою карьеру она работала с разными категориями людей, включая мужчин и женщин старшего и среднего возраста, беременных и женщин после родов, молодых людей и даже ветеранов войны с различными проблемами физического и психического здоровья.

Для каждого из них она проводит тщательную и индивидуальную работу: лечила людей с остеопорозом, восстанавливающихся после операции на сердце или после рака груди, головокружением, болями в спине, синдромом раздраженного кишечника и ожирением. Она имеет несколько сертификатов, в том числе E-RYT 500 от Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) от American Health Training и Certified Exercise Instructor от Центра соматического движения.



## Г-жа Гальяно, Диана

---

- CV Директор Института интегральной йоги, Нью-Йорк, США
- Инструктор по йога-терапии в клубе The 14TH Street Y
- Йогатерапевт в оздоровительном спа-центре Integral Yoga Institute в Нью-Йорке
- Инструктор-терапевт в Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Степень бакалавра в области начального образования в Государственном Университете Нью-Йорка
- Степень магистра в области йогатерапии Университета Мэриленда

“

*Благодаря TECH  
вы сможете учиться  
у лучших мировых  
профессионалов"*

## Руководство



### Г-жа Эскалона Грасиа, Сораида

- ♦ Вице-президент Испанской ассоциации терапевтической йоги
- ♦ Основатель метода *Air Core* (занятия, сочетающие TRX (упражнений на общее сопротивление тела и функциональные тренировки с йогой)
- ♦ Тренер по йогатерапии
- ♦ Степень бакалавра биологических наук, полученная в Автономном университете Мадрида
- ♦ Курс для преподавателя: Прогрессивной аштанга-йоги, FisiomYoga, миофасциальной йоги, йоги и рака
- ♦ Университетский курс инструктора по пилатесу на полу
- ♦ Курс "Фитотерапия и питание"
- ♦ Курс преподавателя медитации

## Преподаватели

### Г-жа Сальвадор Креспо, Инмакулада

- ♦ Координатор Европейского института йоги
- ♦ Преподаватель йоги и медитации в IEY
- ♦ Специалист по интегральной йоге и медитации
- ♦ Специалист по виньяса-йоге и силовой йоге
- ♦ Специалист по йогатерапии

### Г-н Феррер, Рикардо

- ♦ Директор школы Centro de Luz
- ♦ Директор Национальной школы эволюционного Рейки
- ♦ Инструктор по *горячей йоге* в центре Centro de Luz
- ♦ Тренер-инструктор по *силовой йоге*
- ♦ Тренер-инструктор по йоге
- ♦ Тренер по аштанга-йоге и прогрессивной йоге
- ♦ Инструктор по тайцзи и цигун
- ♦ Инструктор по *йоге Body Intelligence*
- ♦ Инструктор по *SUP-йоге*





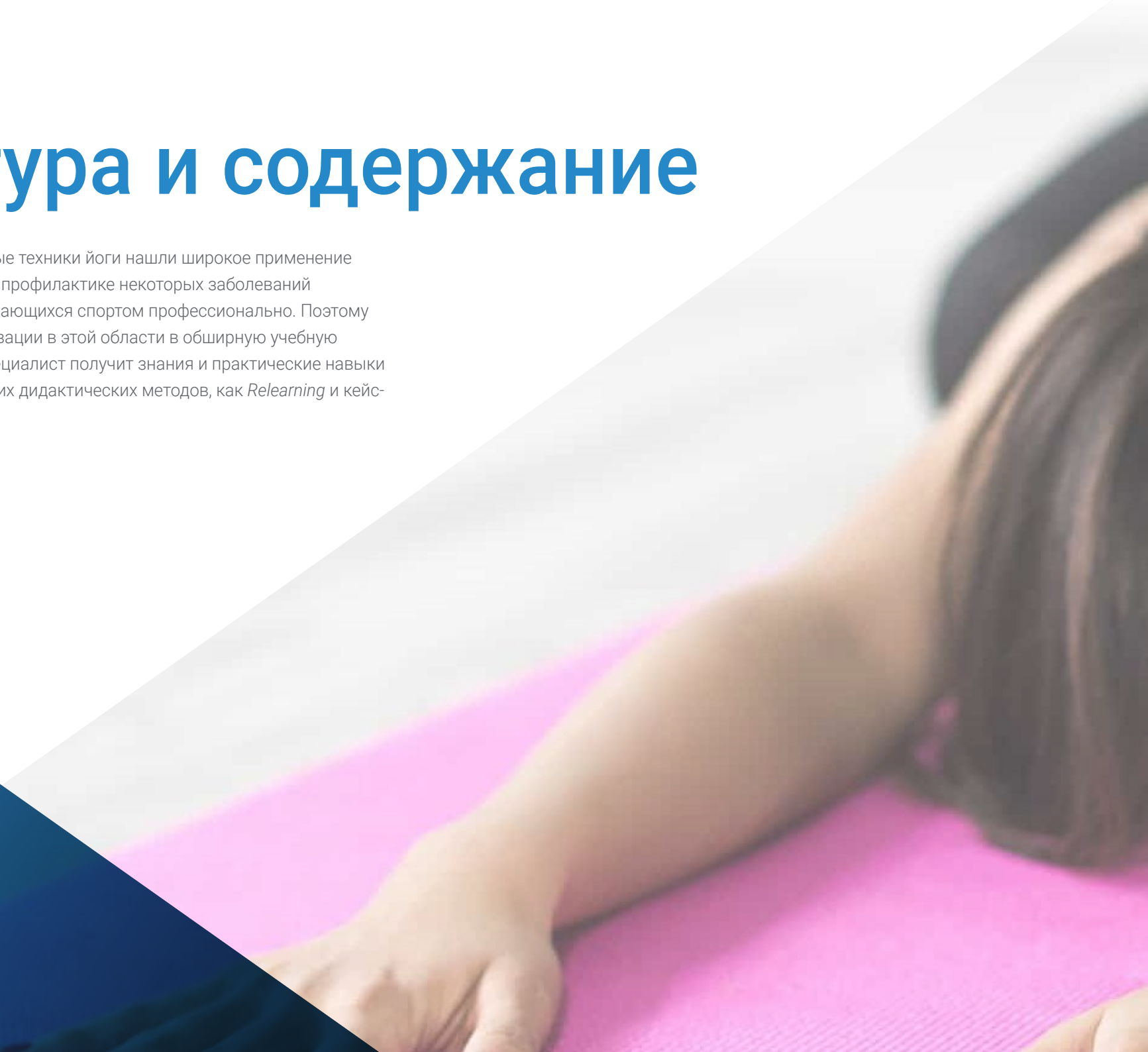
### **Г-жа Бермехо Бусто, Арансасу**

- ♦ Переводчик модуля "Йога для детей с аутизмом и особыми потребностями совместно с Луизой Голдберг"
- ♦ Онлайн-тренер преподавателей Yogaespecial
- ♦ Сотрудник и тренер по йоге испанской ассоциации Yogaespecial, компании Modern Teachings, школы Om Shree Om, центра SatNam, Polideportivo de Cercedilla и других
- ♦ Преподаватель йоги и медитации и координатор оздоровительных курсов
- ♦ Проводит индивидуальные занятия йогой для детей с ограниченными возможностями и особыми потребностями в рамках Ассоциации Respirávila
- ♦ Организатор и создатель йогических поездок в Индию
- ♦ Бывший директор центра Yamunadeva
- ♦ Гештальт- и системный терапевт в Центре Yamunadeva
- ♦ Мастер по осознанному дыханию в IRC
- ♦ Курс Нада Йоги в Nada Yoga School в Бразилии, в сотрудничестве с Nada Yoga School в Ришикеше
- ♦ Курс по методу Playtherapy, терапевтическое сопровождение с Playmobil
- ♦ Онлайн-курс йоги с Луизой Голдберг из Йога-центра в Deerfield Beach, Флорида

# 04

## Структура и содержание

Самые современные и актуальные техники йоги нашли широкое применение в восстановлении после травм и профилактике некоторых заболеваний у спортсменов и людей, не занимающихся спортом профессионально. Поэтому ТЕСН объединил основные инновации в этой области в обширную учебную программу, в рамках которой специалист получит знания и практические навыки высокого уровня с помощью таких дидактических методов, как *Relearning* и кейс-стади Гарвардской школы.



“

*Пройти обучение по Курсу профессиональной подготовки можно не выходя из дома и без необходимости ехать в университет благодаря 100% онлайн-платформе TECH”*



## Модуль 1. Йога в различных эволюционных моментах

- 1.1. Детство
  - 1.1.1. Почему это важно?
  - 1.1.2. Преимущества
  - 1.1.3. Как выглядит занятие
  - 1.1.4. Пример адаптированного приветствия солнцу
- 1.2. Женщина и менструальный цикл
  - 1.2.1. Менструальный цикл
  - 1.2.2. Фолликулярная фаза
  - 1.2.3. Фаза овуляции
  - 1.2.4. Лютеиновая фаза
- 1.3. Йога и менструальный цикл
  - 1.3.1. Последовательность фолликулярной фазы
  - 1.3.2. Последовательность овуляторной фазы
  - 1.3.3. Последовательность лютеиновой фазы
  - 1.3.4. Последовательность во время менструации
- 1.4. Менопауза
  - 1.4.1. Общие сведения
  - 1.4.2. Физические и гормональные изменения
  - 1.4.3. Преимущества практики
  - 1.4.4. Рекомендуемые асаны
- 1.5. Беременность
  - 1.5.1. Зачем практиковать
  - 1.5.2. Асаны на первом триместре беременности
  - 1.5.3. Асана на втором триместре беременности
  - 1.5.4. Асана на третьем триместре беременности
- 1.6. Послеродовой период
  - 1.6.1. Физические преимущества
  - 1.6.2. Психические преимущества
  - 1.6.3. Общие рекомендации
  - 1.6.4. Практика с ребенком

- 1.7. Зрелый возраст
  - 1.7.1. Основные патологии, с которыми мы столкнемся
  - 1.7.2. Преимущества
  - 1.7.3. Общие сведения
  - 1.7.4. Противопоказания
- 1.8. Физическая инвалидность
  - 1.8.1. Повреждение головного мозга
  - 1.8.2. Повреждение спинного мозга
  - 1.8.3. Повреждение мышц
  - 1.8.4. Как разработать занятие
- 1.9. Сенсорные нарушения
  - 1.9.1. Слуховые
  - 1.9.2. Визуальные
  - 1.9.3. Сенсорные
  - 1.9.4. Как разработать последовательность
- 1.10. Общие сведения о наиболее распространенных видах инвалидности
  - 1.10.1. Синдром Дауна
  - 1.10.2. Аутизм
  - 1.10.3. Церебральный паралич
  - 1.10.4. Расстройства интеллектуального развития

## Модуль 2. Техники дыхания

- 2.1. Пранаяма
  - 2.1.1. Определение
  - 2.1.2. Происхождение
  - 2.1.3. Преимущества
  - 2.1.4. Понятие праны
- 2.2. Виды дыхания
  - 2.2.1. Брюшное
  - 2.2.2. Торакальное
  - 2.2.3. Ключичное
  - 2.2.4. Полное йогическое дыхание



- 2.3. Очищение каналов пранической энергии или нади
  - 2.3.1. Что такое нади?
  - 2.3.2. Сушумна
  - 2.3.3. Ида
  - 2.3.4. Пиндала
- 2.4. Вдох: пурака
  - 2.4.1. Вдох через брюшную полость
  - 2.4.2. Диафрагмальный /реберный вдох
  - 2.4.3. Общие соображения и противопоказания
  - 2.4.4. Взаимосвязь с бандхами
- 2.5. Выдох Рехака
  - 2.5.1. Выдох через брюшную полость
  - 2.5.2. Диафрагмальное /реберное дыхание
  - 2.5.3. Общие соображения и противопоказания
  - 2.5.4. Взаимосвязь с бандхами
- 2.6. Удерживание: кумбаха
  - 2.6.1. Антара-кумбхака
  - 2.6.2. Бахья-кумбхака
  - 2.6.3. Общие соображения и противопоказания
  - 2.6.4. Взаимосвязь с бандхами
- 2.7. Очищающие пранаямы
  - 2.7.1. Дути
  - 2.7.2. Анунастика
  - 2.7.3. Нади Шодана
  - 2.7.4. Бхрамари
- 2.8. Стимулирующие и освежающие пранаямы
  - 2.8.1. Капалабхати
  - 2.8.2. Бастрика
  - 2.8.3. Уджджайи
  - 2.8.4. Шитали

- 2.9. Восстанавливающие пранаямы
  - 2.9.1. Сурья бхеда
  - 2.9.2. Кумбака
  - 2.9.3. Самавритти
  - 2.9.4. Мриданга
- 2.10. Мудры
  - 2.10.1. Что они из себя представляют?
  - 2.10.2. Преимущества и время их включения
  - 2.10.3. Значение каждого пальца
  - 2.10.4. Основные мудры, которые следует использовать в практике

### Модуль 3. Медитативные и релаксационные техники

- 3.1. Мантры
  - 3.1.1. Что они из себя представляют?
  - 3.1.2. Преимущества
  - 3.1.3. Открывающие мантры
  - 3.1.4. Закрывающие мантры
- 3.2. Внутренние аспекты йоги
  - 3.2.1. Пратъяхара
  - 3.2.2. Дхарана
  - 3.2.3. Дхьяна
  - 3.2.4. Самадхи
- 3.3. Медитация
  - 3.3.1. Определение
  - 3.3.2. Осанка
  - 3.3.3. Преимущества
  - 3.3.4. Противопоказания
- 3.4. Волны головного мозга
  - 3.4.1. Определение
  - 3.4.2. Классификация
  - 3.4.3. От сна к бодрствованию
  - 3.4.4. Во время медитации

- 3.5. Виды медитации
  - 3.5.1. Духовная
  - 3.5.2. Визуализация
  - 3.5.3. Буддийская
  - 3.5.4. Движение
- 3.6. Техники медитации 1
  - 3.6.1. Медитация для достижения желаемого
  - 3.6.2. Медитация сердца
  - 3.6.3. Медитация Кокьюхо
  - 3.6.4. Медитация внутренней улыбки
- 3.7. Техники медитации 2
  - 3.7.1. Медитация на очищение чакр
  - 3.7.2. Медитация любви-доброты
  - 3.7.3. Медитация дары настоящего
  - 3.7.4. Безмолвная медитация
- 3.8. Mindfulness (осознанность)
  - 3.8.1. Определение
  - 3.8.2. Из чего она состоит?
  - 3.8.3. Как ее применять
  - 3.8.4. Техники
- 3.9. Релаксация/савасаны
  - 3.9.1. Поза закрытия занятия
  - 3.9.2. Как выполнять и корректировки
  - 3.9.3. Преимущества
  - 3.9.4. Как вести релаксацию
- 3.10. Йога-нидра
  - 3.10.1. Что такое йога-нидра?
  - 3.10.2. Как выглядит сеанс?
  - 3.10.3. Стадии
  - 3.10.4. Пример сеанса





“

*С помощью методики Relearning у вас будет возможность более прочно закрепить знания по темам, изучаемым на Курсе профессиональной подготовки”*

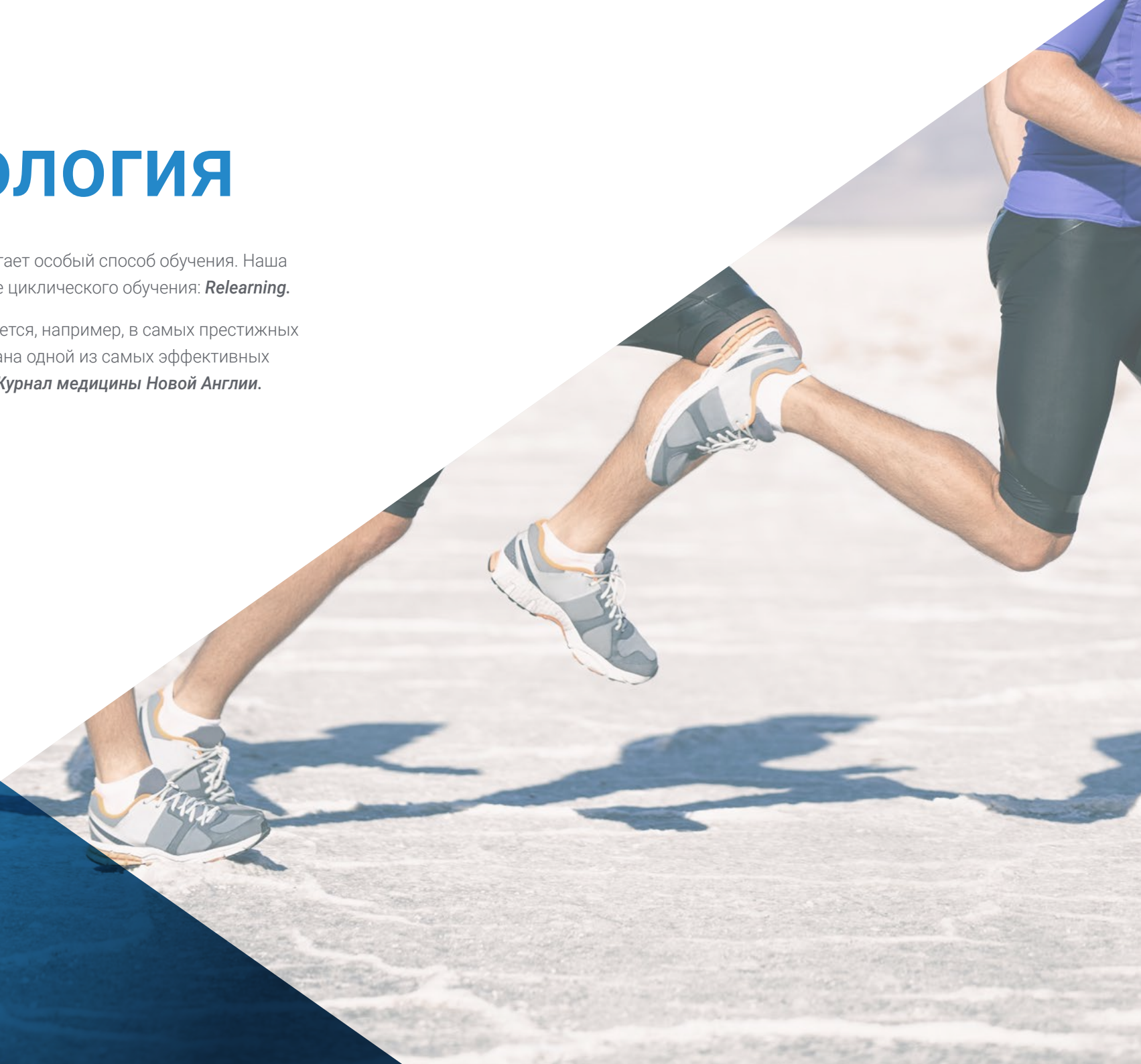


05

# 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”

## 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 TECH 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.*

## 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.



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



## 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*.

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

В TECH вы будете учиться 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.







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 контекстно-зависимого 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 TECH. 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.



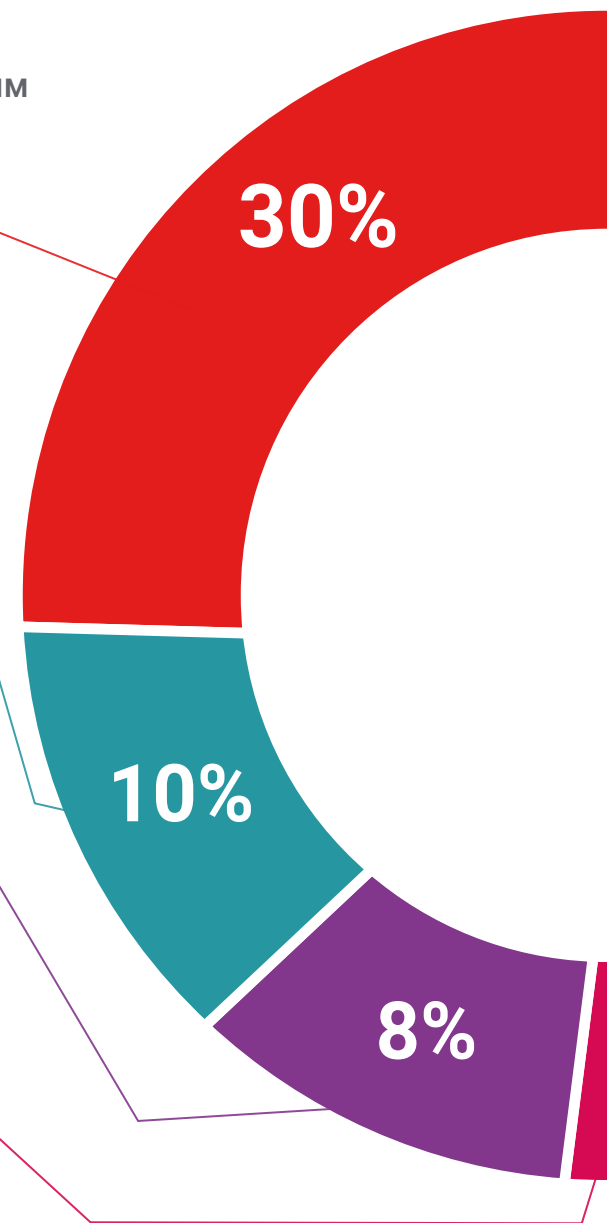
#### Практика навыков и компетенций

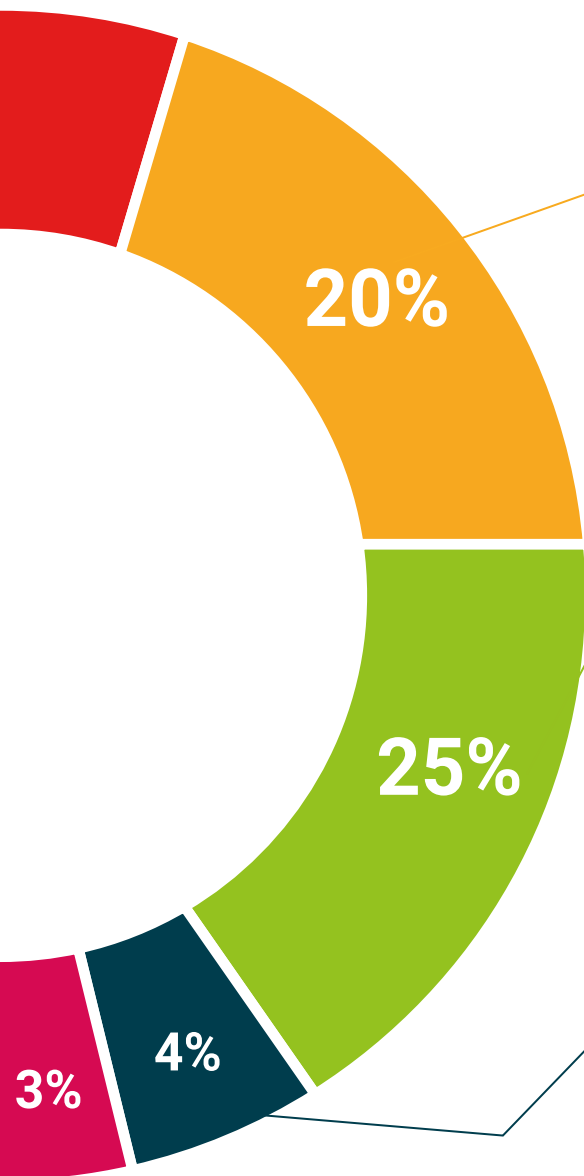
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



#### Дополнительная литература

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





#### Метод кейсов

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.

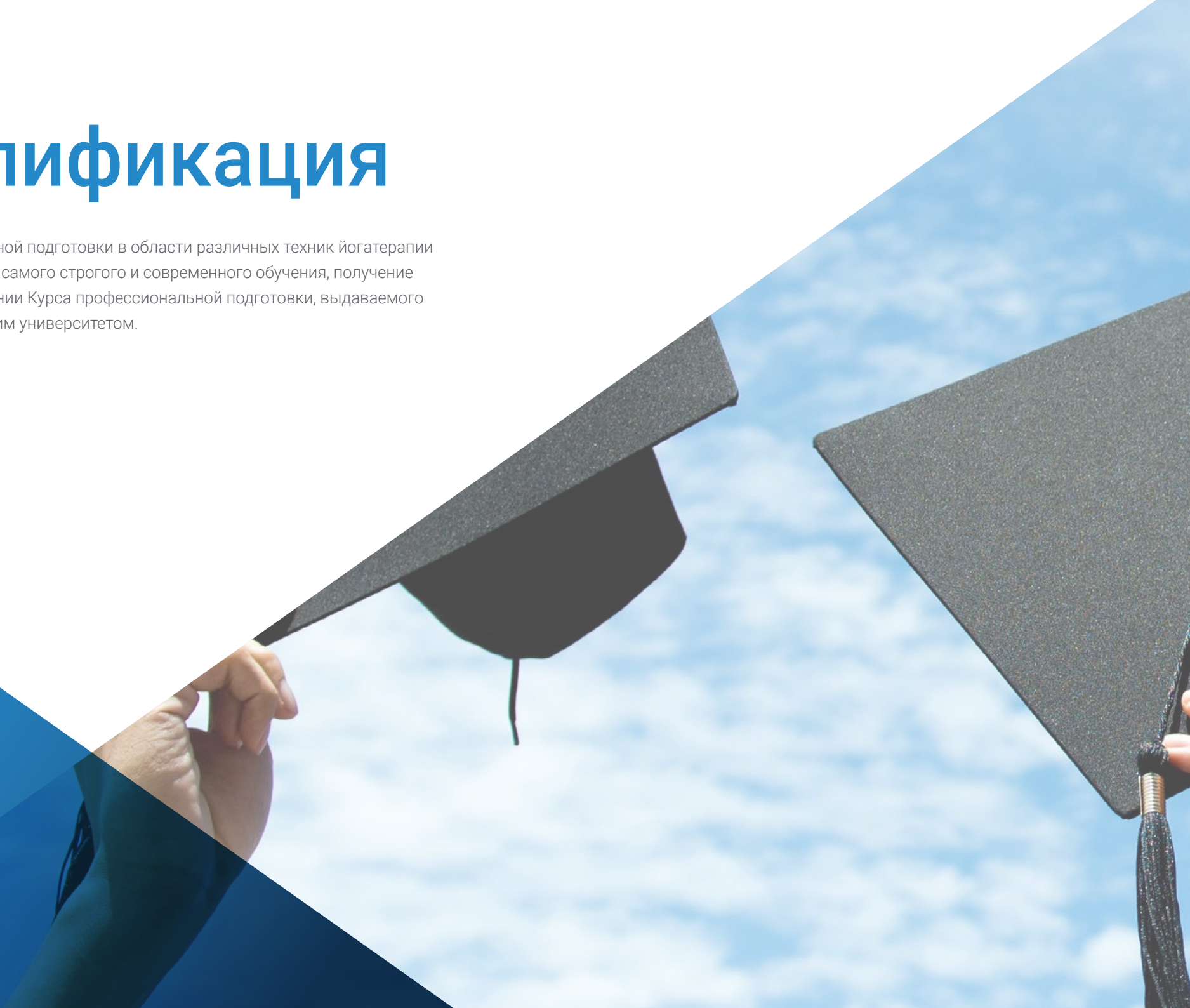




06

# Квалификация

Курс профессиональной подготовки в области различных техник йогатерапии гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Курса профессиональной подготовки, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.







“

*Успешно пройдите эту программу  
и получите университетский диплом  
без хлопот, связанных с поездками  
и бумажной волокитой”*

Данный **Курс профессиональной подготовки в области различных техник йогатерапии** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте\* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Курса профессиональной подготовки**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

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

Диплом: **Курса профессиональной подготовки в области различных техник йогатерапии**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **6 месяцев**



\*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  
йогатерапии

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

**tech** технологический  
университет

**Курс профессиональной  
подготовки**

Различные техники  
йогатерапии

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

# Курс профессиональной подготовки

## Различные техники йогатерапии

Одобрено NBA

