

Университетский курс

Строение опорно-двигательного аппарата

Одобрено NBA





Университетский курс

Строение опорно-двигательного аппарата

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

Веб-доступ: www.techtitute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/structure-locomotor-system

Оглавление

01

Презентация

стр. 4

02

Цели

стр. 8

03

Руководство курса

стр. 12

04

Структура и содержание

стр. 18

05

Методология

стр. 22

06

Квалификация

стр. 30

01

Презентация

Изучение опорно-двигательного аппарата позволяет специалистам по йоге сформировать прочные знания о том, как движется тело и как позы могут влиять на эту систему. Кроме того, это позволяет им проводить более полные и персонализированные занятия, ориентированные на физические потребности каждого пользователя, что обеспечивает заметное улучшение. Исходя из этого, TECH представляет академическую программу, в рамках которой специалист сможет изучить анатомическое положение, оси и плоскости, а также скелетную мускулатуру. Все это будет проходить 100% онлайн, что позволит студентам лучше контролировать свое время и расширить свои знания в этой области.



“

Это лучший и единственный на рынке
Университетский курс, который вооружит вас
основными элементами функционирования
опорно-двигательного аппарата”

Популярность йоги продолжает расти, и она стала эффективной альтернативой для лечения заболеваний, провоцирующих боль, а также в качестве профилактики травм. Поэтому очень важно, чтобы практикующие профессионалы обладали структурированными знаниями о функциях опорно-двигательного аппарата и его возможностях при выполнении физических упражнений.

В этом смысле целью данного Университетского курса является практическая подготовка специалистов в области строения опорно-двигательного аппарата для того, чтобы они могли выработать более четкое представление о его ограничениях при занятиях. Кроме того, они получают необходимые инструменты для проведения полноценных занятий йогой, в ходе которых отрабатываются позы, избегая при этом любых травм.

Это учебный план, содержащий самые современные представления о функциях костной, мышечной и суставной систем, а также об их особенностях. Также студентов ждет поддержка прекрасного преподавательского состава, включающего лучших специалистов в этой области, которые обеспечат их знаниями, приобретенными за годы профессионального опыта.

Все это благодаря инновационной методике *Relearning*, которая позволит студентам выполнять учебный план на 100% в режиме онлайн, без ограничений по времени и не выходя из дома. Для этого используются мультимедийные ресурсы, которые позволяют дидактически полно представить все темы программы. Кроме того, студенты смогут усовершенствовать свои навыки решения проблем, анализируя конкретные кейсы, имитирующие реальные рабочие ситуации.

Данный **Университетский курс в области строения опорно-двигательного аппарата** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области структуры опорно-двигательного аппарата
- ♦ 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



*Лучшие преподаватели,
самый актуальный материал и
инновационная методология Relearning
— это идеальное сочетание для
дальнейшего развития вашей карьеры"*

“

Воспользуйтесь возможностью учиться, не выходя из дома, а также получить доступ к новейшим материалам благодаря 100% онлайн-формату от TECH"

В преподавательский состав программы входят профессиональные эксперты в данной области, которые привносят в обучение свой профессиональный опыт, 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 студент должен попытаться решить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом студенту поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Благодаря методике, по которой преподается этот Университетский курс, вы сможете распределять учебную нагрузку в соответствии с собственными потребностями и учиться в желаемом темпе.

Узнайте больше о наиболее распространенных травмах сухожилий и связок и научитесь их предотвращать с помощью данной программы TECH.



02

Цели

Цель данного Университетского курса — дать студентам глубокое понимание функционирования элементов, составляющих опорно-двигательный аппарат. Таким образом, вы погрузитесь в анатомию и физиологию человеческого тела, чтобы получить четкое понимание структуры опорно-двигательного аппарата. Кроме того, вы получите аудиовизуальные ресурсы в различных форматах, чтобы усвоение понятий было естественным, эффективным и прогрессивным — это позволяет достичь поставленных целей и профессиональных задач в короткие сроки.





“

Вы поймете взаимосвязь
между мышцами и костями в
осанке и движении и станете
первоклассным профессионалом”



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
- ♦ Углубленно изучить нейрофизиологические основы существующих медитативных и релаксационных техник





Конкретные цели

- ♦ Изучить анатомию и физиологию скелетной, мышечной и суставной систем человеческого тела
- ♦ Определить различные структуры и функции опорно-двигательного аппарата и их взаимосвязь
- ♦ Изучить различные позы и движения человеческого тела и понять, как они влияют на строение опорно-двигательного аппарата
- ♦ Ознакомиться с распространенными травмами опорно-двигательного аппарата и способами их предотвращения



Вы в короткие сроки сможете достигнуть своих профессиональных целей и преуспеть в области йоги благодаря глубокому знанию строения опорно-двигательного аппарата”

03

Руководство курса

ТЕСН предлагает своим студентам качественное образование и поэтому тщательно отбирает команду преподавателей для этой программы. Таким образом, студенты получают целостное представление об элементах, составляющих опорно-двигательный аппарат, так как их будут обучать лучшие специалисты в этой области. Кроме того, студенты укрепят свои навыки в проведении занятий йогой и смогут эффективно решать любые задачи.



“

Обучение у лучших профессионалов
позволит вам стать одним из них.
Начните обучение и узнайте, как
этого добиться”

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

- Директор Института интегральной йоги, Нью-Йорк, США
- Инструктор по йогатерапии 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 TESH вы
сможете учиться у лучших
мировых профессионалов”

Руководство



Г-жа Эскалона Грасиа, Сораида

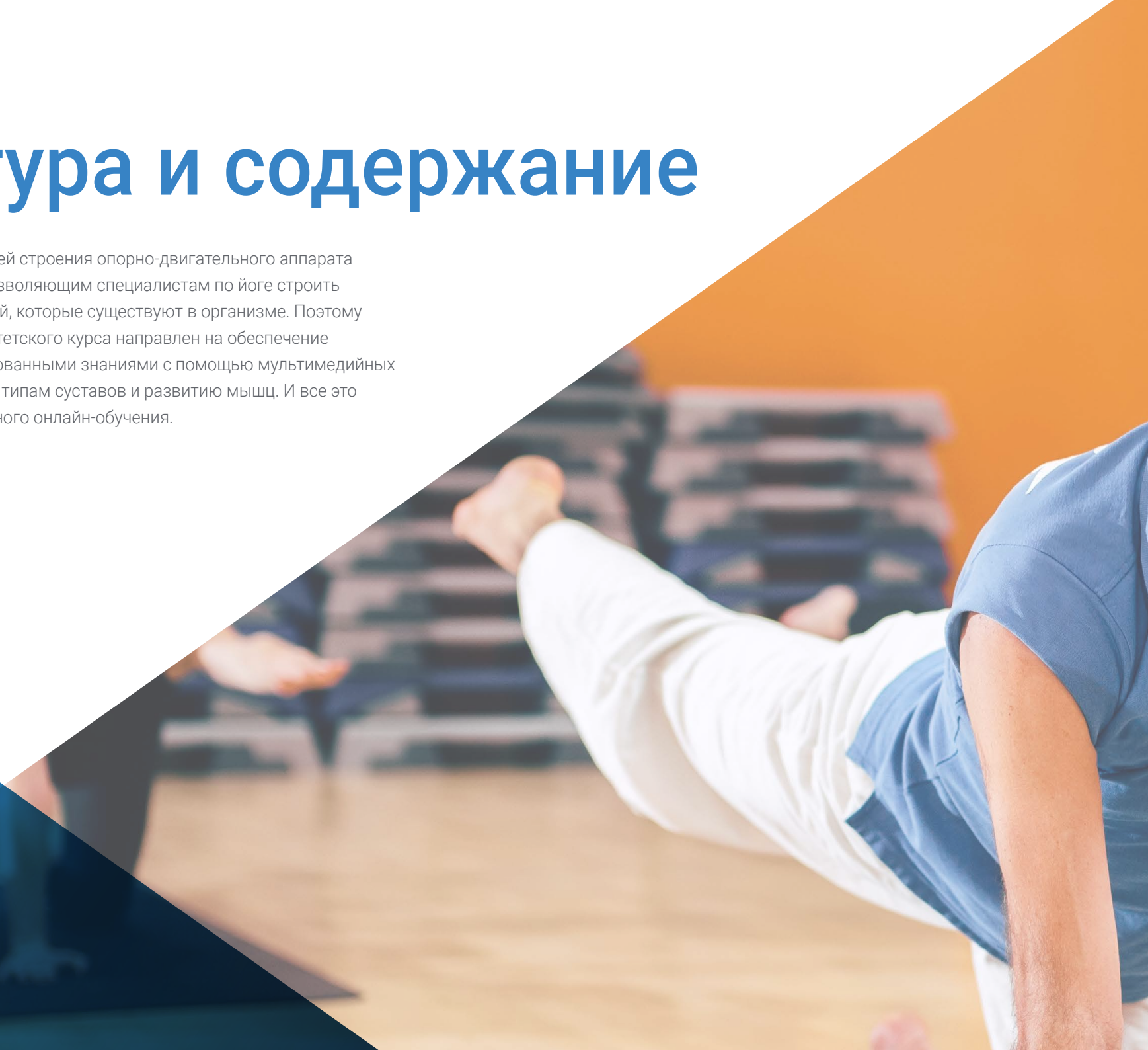
- Вице-президент Испанской ассоциации терапевтической йоги
- Основатель метода *Air Core* (занятия, сочетающие TRX (упражнений на общее сопротивление тела и функциональные тренировки с йогой)
- Тренер по йогатерапии
- Степень бакалавра биологических наук, полученная в Автономном университете Мадрида
- 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



04

Структура и содержание

Глубокое понимание особенностей строения опорно-двигательного аппарата является ценным элементом, позволяющим специалистам по йоге строить занятия с учетом тех ограничений, которые существуют в организме. Поэтому учебный план данного Университетского курса направлен на обеспечение студентов самыми специализированными знаниями с помощью мультимедийных материалов по анатомии костей, типам суставов и развитию мышц. И все это всего за шесть недель интенсивного онлайн-обучения.





“

*Лучшие практикующие специалисты
разработали учебный план этой программы
для того, чтобы дать вам самые
современные прочные знания в области
строения опорно-двигательного аппарата”*

Модуль 1. Строение опорно-двигательного аппарата

- 1.1. Анатомическое положение, оси и плоскости
 - 1.1.1. Анатомия и физиология организма на человека
 - 1.1.2. Анатомическое положение
 - 1.1.3. Определение осей тела
 - 1.1.4. Анатомические плоскости
- 1.2. Кости
 - 1.2.1. Анатомия костей человеческого тела
 - 1.2.2. Структура и функция костей
 - 1.2.3. Различные типы костей и их связь с позой и движением
 - 1.2.4. Взаимосвязь между скелетной и мышечной системами
- 1.3. Суставы
 - 1.3.1. Анатомия и физиология организма на человека
 - 1.3.2. Различные типы суставов
 - 1.3.3. Роль суставов в формировании осанки и движении
 - 1.3.4. Наиболее распространенные повреждения суставов и способы их предотвращения
- 1.4. Хрящ
 - 1.4.1. Анатомия и физиология хряща в организме человека
 - 1.4.2. Различные типы хрящей и их функции в организме
 - 1.4.3. Роль хряща в суставе и подвижность
 - 1.4.4. Наиболее распространенные повреждения суставов и их профилактика
- 1.5. Сухожилия и связки
 - 1.5.1. Анатомия и физиология сухожилий и связок человеческого тела
 - 1.5.2. Различные типы сухожилий и связок и их функции в организме
 - 1.5.3. Роль сухожилий и связок в формировании осанки и движений
 - 1.5.4. Наиболее распространенные повреждения суставов и способы их предотвращения



- 1.6. Скелетная мышца
 - 1.6.1. Анатомия и физиология опорно-двигательного аппарата в организме человека
 - 1.6.2. Взаимосвязь между мышцами и костями в позе и движении
 - 1.6.3. Роль фасций в опорно-двигательном аппарате и их связь с практикой йога-терапии
 - 1.6.4. Наиболее распространенные травмы мышц и способы их предотвращения
- 1.7. Развитие опорно-двигательного аппарата
 - 1.7.1. Эмбриональное и фетальное развитие опорно-двигательного аппарата
 - 1.7.2. Рост и развитие опорно-двигательного аппарата в детском возрасте и подростковом возрасте
 - 1.7.3. Изменения в опорно-двигательном аппарате, связанные со старением
 - 1.7.4. Развитие и адаптация опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам и тренировкам
- 1.8. Компоненты опорно-двигательного аппарата
 - 1.8.1. Анатомия и физиология скелетных мышц и их связь с практикой йога-терапии
 - 1.8.2. Роль костей в опорно-двигательном аппарате и их взаимосвязь с позой и движением
 - 1.8.3. Роль суставов в опорно-двигательном аппарате и способы ухода за ними во время занятий йога-терапии
 - 1.8.4. Роль фасций и других соединительных тканей в опорно-двигательном аппарате и их связь с практикой терапевтической йоги
- 1.9. Нервный контроль скелетных мышц
 - 1.9.1. Анатомия и физиология нервной системы и ее связь с практикой йога-терапии
 - 1.9.2. Роль нервной системы в сокращении мышц и управлении движениями
 - 1.9.3. Взаимосвязь между нервной системой и опорно-двигательным аппаратом в позе и движении во время практики йогатерапии
 - 1.9.4. Важность нервно-мышечного контроля для профилактики травм и повышения спортивных результатов в практике йогатерапии
- 1.10. Мышечное сокращение
 - 1.10.1. Анатомия и физиология мышечного сокращения и его связь с практикой йогатерапии
 - 1.10.2. Различные типы мышечных сокращений и их применение в практике йогатерапии
 - 1.10.3. Роль нервно-мышечной активации в мышечном сокращении и ее связь с практикой йогатерапии
 - 1.10.4. Значение растяжки и укрепления мышц для предотвращения травм и повышения спортивных результатов в практике йогатерапии



TECH является первопроходцем в области внедрения Relearning как эффективной методики обучения, поэтому вы сможете с уверенностью усвоить все содержание этой программы"

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.



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*

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.



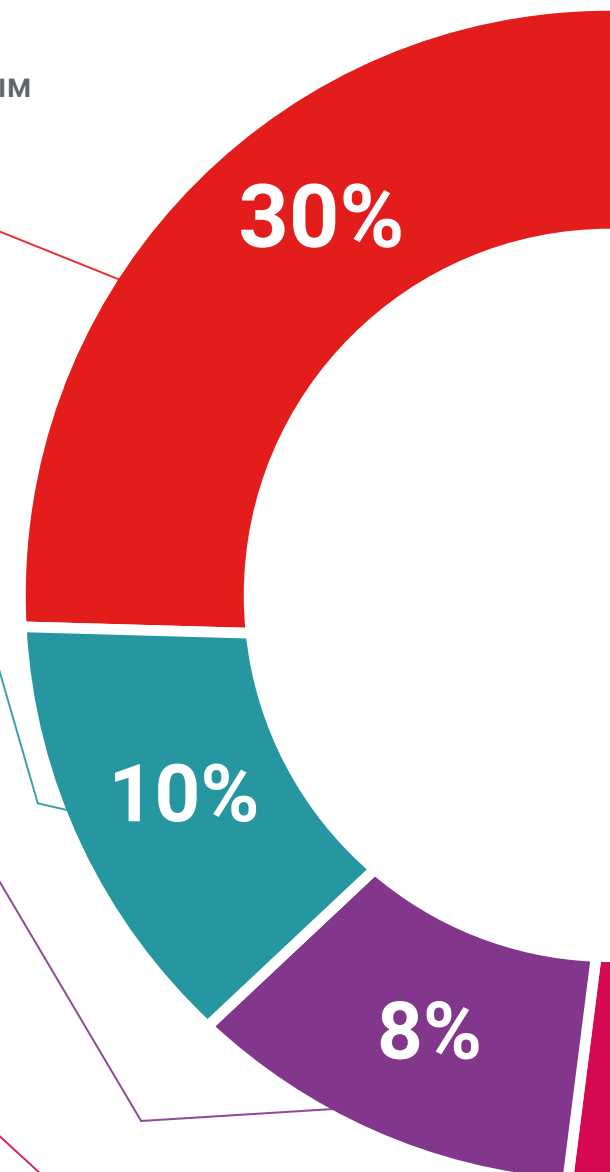
Практика навыков и компетенций

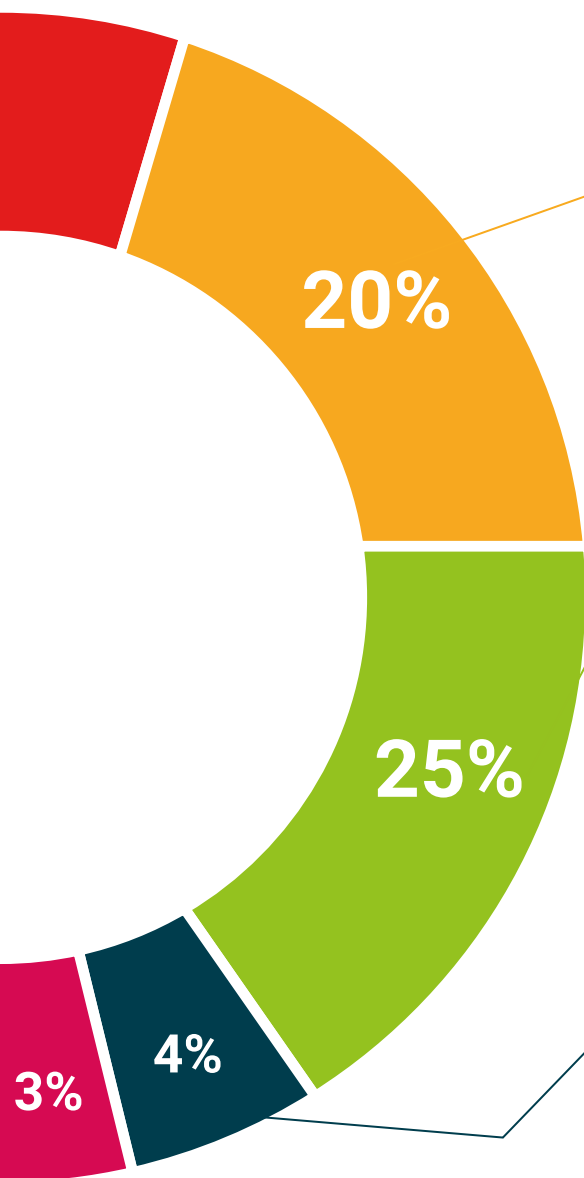
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



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

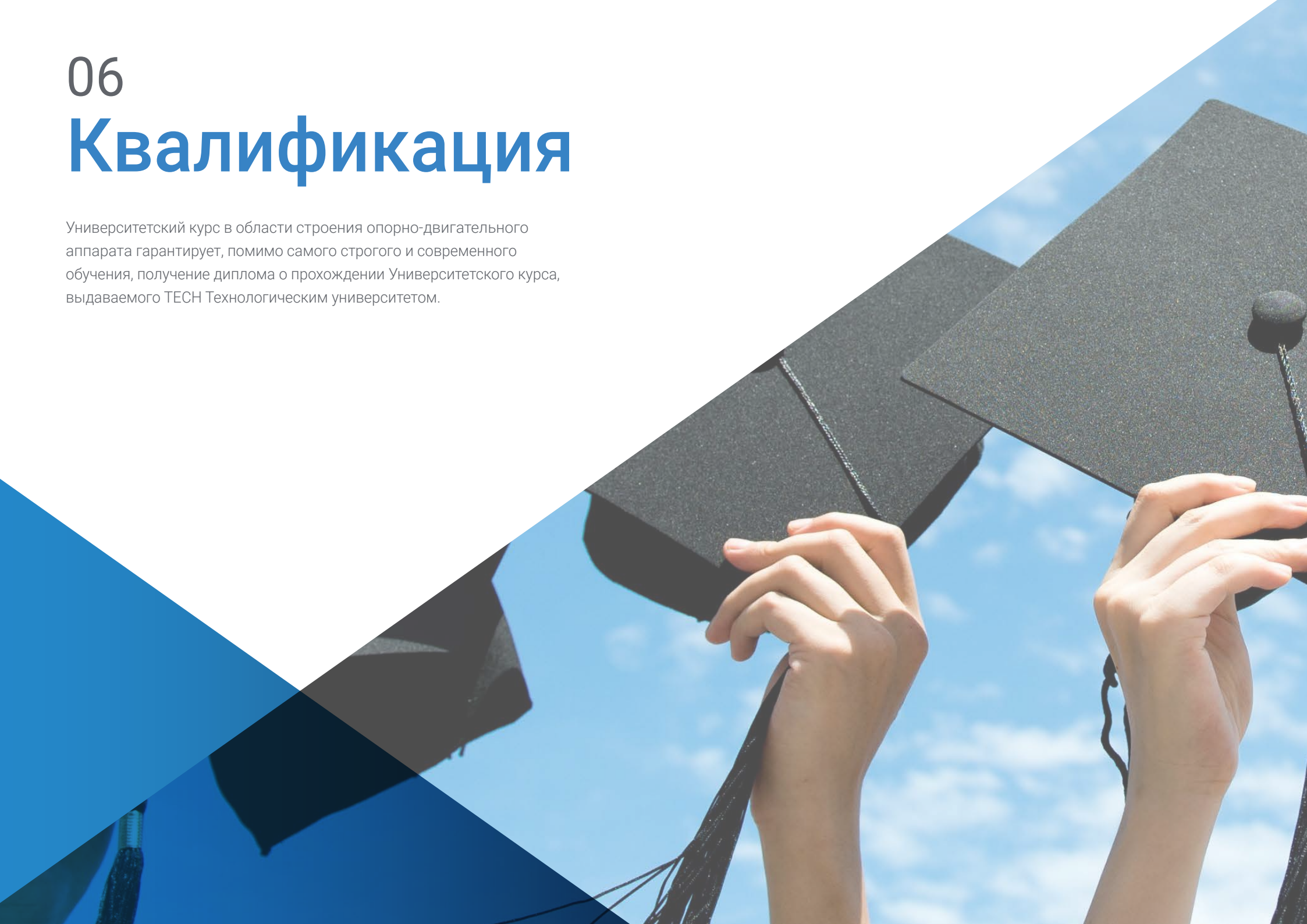
На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



06

Квалификация

Университетский курс в области строения опорно-двигательного аппарата гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Университетского курса, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

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

Данный **Университетский курс в области строения опорно-двигательного аппарата** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

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

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

Диплом: **Университетского курса в области строения опорно-двигательного аппарата**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **6 недель**



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

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

tech технологический университет

Университетский курс

Строение опорно-двигательного аппарата

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

Университетский курс

Строение опорно-двигательного аппарата

Одобрено NBA

