

Corso Universitario

Basi Neurofisiologiche nelle
Tecniche di Meditazione e
di Rilassamento



Corso Universitario Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento

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

Accesso al sito web: www.techtute.com/it/fisioterapia/corso-universitario/basi-neurofisiologiche-tecniche-meditazione-rilassamento

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

La pratica costante dello Yoga aiuta a prevenire gli infortuni e ad evitare le disfunzioni fasciali, un beneficio che ha condotto i fisioterapisti a raccomandarlo e persino ad applicarlo sempre di più come complemento al trattamento terapeutico tradizionale. Per tale ragione, TECH ha progettato un programma accademico in modalità 100% online, che consente ai fisioterapisti di aggiornare le proprie conoscenze in materia di Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento con il massimo rigore scientifico e utilizzando il materiale didattico più avanzato, al quale sarà possibile accedere da qualsiasi dispositivo elettronico dotato di connessione Internet per vederlo dove e come si vuole.





“

*Un percorso accademico che ripercorre
le diverse posizioni dello Yoga e la loro
applicazione alle Basi Neurofisiologiche nelle
Tecniche di Meditazione e di Rilassamento”*

Lo stile di vita malsano di oggi porta ad un aumento di lesioni alla Base Neurofisiologica del Rilassamento e della Meditazione. Tuttavia, la pratica di attività fisiche come lo Yoga contribuisce in modo significativo alla riduzione del dolore e alla correzione della postura. Si tratta di un'alternativa alle terapie tradizionali e integra perfettamente i trattamenti per alcune patologie. Per tale ragione, molti fisioterapisti incorporano questa disciplina nel proprio lavoro con alcuni pazienti.

Per rispondere a questa esigenza, è stato creato questo corso di 6 settimane in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento, con i contenuti didattici più innovativi dell'attuale panorama accademico. Il programma comprende un piano di studi avanzato e una Master class tenuta da uno degli istruttori più importanti del mondo dello Yoga. Inoltre, grazie alle risorse didattiche multimediali, alle letture specializzate e ai casi di studio, gli studenti potranno approfondire con maggiore facilità la Fascia, le Catene Miofasciali, le posture attive e passive e i principali squilibri.

Questa qualifica universitaria di qualità offre un'eccellente opportunità per aggiornare le conoscenze del fisioterapista. Inoltre, è compatibile con le più alte responsabilità, in quanto gli studenti hanno bisogno solo di un dispositivo elettronico e di una connessione a Internet per accedere all'ampia gamma di contenuti offerti da TECH.

Questo **Corso Universitario in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento** 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 Yoga
- ◆ 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 e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Un'opportunità accademica che aumenterà le tue competenze per la diagnosi e il trattamento delle malattie che colpiscono la Fascia"

“

Approfondisci in qualsiasi momento le varietà di meccanorecettori e la loro rilevanza nei vari tipi di Yoga”

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

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

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

Ridurrai il tempo di studio e consoliderai i concetti essenziali con facilità grazie alla metodologia Relearning, il sistema pionieristico di TECH.

Un'alternativa che ti offre la possibilità di potenziare le tue competenze diagnostiche di guarigione dei disturbi del sistema muscolo-scheletrico attraverso l'uso dello Yoga.



02

Obiettivi

TECH offre le risorse didattiche più innovative, che dispongono della più recente tecnologia applicata in ambito accademico, al fine di portare in primo piano le conoscenze in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento, nonché di approfondire la storia, il concetto e la rilevanza nella pratica di questa disciplina. Inoltre, l'approccio teorico-pratico di questo Corso Universitario permetterà al fisioterapista di includere la Yoga Terapeutico come trattamento complementare nell'approccio a varie patologie, soprattutto nel campo delle Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento.



“

Espandi le tue conoscenze riguardo ai disordini posturali più rilevanti e al modo in cui la pratica dello Yoga e la Biomeccanica della Fascia possono favorire il loro raddrizzamento"



Obiettivi generali

- ♦ Incorporare le conoscenze e le competenze necessarie per il corretto sviluppo e l'applicazione delle tecniche di Yoga Terapeutico da un punto di vista clinico
- ♦ Creare un programma di Yoga progettato e basato su prove scientifiche
- ♦ Approfondire le Asana più appropriate in base alle caratteristiche della persona e alle lesioni che presenta
- ♦ Approfondire gli studi sulla biomeccanica e la sua applicazione alle asana dello Yoga terapeutico
- ♦ Descrivere l'adattamento delle asana dello Yoga alle patologie di ogni persona
- ♦ Approfondire le basi neurofisiologiche delle tecniche meditative e di Rilassamento esistenti



Un programma che integra le evidenze scientifiche relative alle Basi Neurofisiologiche del Rilassamento e della Meditazione e il loro uso nello Yoga Terapeutico"





Obiettivi specifici

- ♦ Approfondire la storia e il concetto di Fascia e la sua importanza nella pratica dello Yoga
- ♦ Approfondire i diversi tipi di meccanocettori della Fascia e come applicarli nei diversi stili di Yoga
- ♦ Sottolineare la necessità di applicare il termine Fascia nelle lezioni di Yoga per una pratica più efficace e consapevole
- ♦ Esplorare l'origine e lo sviluppo del termine tensegrità e la sua applicazione nella pratica dello Yoga
- ♦ Identificare i diversi percorsi Miofasciali e le posture specifiche per ciascuna delle catene
- ♦ Applicare la Biomeccanica della Fascia nella pratica dello Yoga per migliorare la mobilità, la forza e la flessibilità
- ♦ Identificare i principali squilibri posturali e come correggerli attraverso la pratica dello Yoga e della Biomeccanica della Fascia

03

Direzione del corso

Un fattore che contraddistingue questa specializzazione è il suo eccezionale personale docente, composto da esperti di fama internazionale nell'area dello Yoga Terapeutico. In questo modo, TECH ha unito un gruppo di alto livello che metterà a disposizione le sue vaste conoscenze in questa disciplina e garantisce un programma d'eccellenza, basato sulle ultime ricerche scientifiche. Inoltre, la vicinanza degli insegnanti offre agli studenti l'opportunità di chiarire qualsiasi dubbio possa sorgere sul contenuto del programma.



“

Un'accreditazione che comprende una Master class tenuta dalla direttrice dei docenti e capo della specializzazione degli istruttori dell'Integral Yoga Institute di New York"

Direttrice Ospite Internazionale

Come direttrice degli insegnanti e responsabile dell'istruzione degli istruttori presso l'Integral Yoga Institute di New York, Dianne Galliano è una delle figure più importanti del settore a livello internazionale. La sua attenzione accademica si è concentrata principalmente sullo **yoga terapeutico**, con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e formazione continua.

Pertanto, ha svolto un ruolo di mentore, sviluppando protocolli e criteri di educazione e fornendo un'istruzione continua agli istruttori dell'Integral Yoga Institute. Combina questo lavoro con il suo ruolo di terapeuta e istruttrice presso altre istituzioni come il 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa o l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Il suo lavoro si estende anche alla **creazione e alla conduzione di programmi di yoga**, allo sviluppo di esercizi e alla valutazione delle sfide che possono presentarsi. Nel corso della sua carriera ha lavorato con diversi profili di persone, tra cui uomini e donne anziani e di mezza età, individui in fase prenatale e postnatale, giovani adulti e persino veterani di guerra con una serie di problemi di salute fisica e mentale.

Per ognuno di loro svolge un lavoro attento e personalizzato, avendo trattato persone con osteoporosi, in fase di recupero da un intervento al cuore o dopo un tumore al seno, vertigini, mal di schiena, Sindrome dell'Intestino Irritabile e Obesità. Possiede diverse certificazioni, tra cui E-RYT 500 di Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) di American Health Training e Certified Exercise Instructor del Somatic Movement Center.



Dott.ssa Galliano, Dianne

- Direttrice degli Insegnanti presso l'Integral Yoga Institute - New York, USA
- Istruttrice di Yoga Terapeutico presso il 14TH Street Y
- Terapista Yoga presso l'Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York City
- Istruttrice Terapeutica presso l'Alleanza Educativa: Center for Balanced Living
- Laurea in Educazione Primaria presso la State University di New York
- Master in Yoga Terapeutico presso l'Università del Maryland

“

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

Direzione



Dott.ssa Escalona García, Zoraida

- Vicepresidentessa dell'Associazione Spagnola di Yoga Terapeutico
- Fondatrice del metodo *Air Core* (corsi che combinano TRX e Allenamento Funzionale con lo Yoga)
- Insegnante di Yoga Terapeutico
- Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- Corso di Insegnante di: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofasciale e Yoga e Cancro
- Corso di Istruttore di Pilates al Pavimento
- Corso di Fitoterapia e Nutrizione
- Corso di Insegnante di Meditazione



04

Struttura e contenuti

Il programma immergerà lo studente nello studio delle Basi Neurofisiologiche del Rilassamento e della Meditazione e nella sua applicazione nello Yoga Terapeutico. Si tratta di un percorso accademico di 6 settimane, che offre agli studenti strumenti pedagogici di alta qualità, come pillole multimediali, letture specializzate e casi di studio. Tutto ciò sarà disponibile 24 ore su 24, da qualsiasi dispositivo digitale dotato di connessione internet.





“

Avrai accesso alla vasta biblioteca digitale e avrai a disposizione risorse didattiche di alto livello per mantenerti aggiornato”

Modulo 1. Sistema fasciale

- 1.1. Fascia
 - 1.1.1. Historia
 - 1.1.2. Fascia vs. Aponeurosi
 - 1.1.3. Tipologie
 - 1.1.4. Funzioni
- 1.2. Tipi di meccanorecettori e la loro importanza nei vari stili di Yoga
 - 1.2.1. Importanza
 - 1.2.2. Golgi
 - 1.2.3. Paccini
 - 1.2.4. Ruffini
- 1.3. Catene Miofasciali
 - 1.3.1. Definizione
 - 1.3.2. Importanza nello Yoga
 - 1.3.3. Concetto di tensegrità
 - 1.3.4. I tre diaframmi
- 1.4. LPS: Linea Posteriore Superficiale
 - 1.4.1. Definizione
 - 1.4.2. Vie anatomiche
 - 1.4.3. Posture passive
 - 1.4.4. Posture attive
- 1.5. LFS: Linea Frontale Superficiale
 - 1.5.1. Definizione
 - 1.5.2. Vie anatomiche
 - 1.5.1. Posture passive
 - 1.5.2. Posture attive
- 1.6. LL: Linea Laterale
 - 1.6.1. Definizione
 - 1.6.2. Vie anatomiche
 - 1.6.3. Posture passive
 - 1.6.4. Posture attive
- 1.7. LS: Linea Spirale
 - 1.7.1. Definizione
 - 1.7.2. Vie anatomiche
 - 1.7.3. Posture passive
 - 1.7.4. Posture attive
- 1.8. Linee funzionali
 - 1.8.1. Definizione
 - 1.8.2. Vie anatomiche
 - 1.8.3. Posture passive
 - 1.8.4. Posture attive
- 1.9. Linee braccia
 - 1.9.1. Definizione
 - 1.9.2. Vie anatomiche
 - 1.9.3. Posture passive
 - 1.9.4. Posture attive
- 1.10. Principali squilibri
 - 1.10.1. Schema ideale
 - 1.10.2. Gruppo di flessione ed estensione
 - 1.10.3. Gruppo di apertura e chiusura
 - 1.10.4. Schema inspiratorio ed espiratorio



“

Grazie a questo Corso Universitario in modalità 100% online, potrai aggiornarti sulle Basi Neurofisiologiche del Rilassamento e della Meditazione e sulla loro applicazione nel mondo dello Yoga Terapeutico"

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”

In TECH applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. I fisioterapisti/chinesiologi imparano meglio e in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gervas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica del fisioterapista.

“

Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare agli studenti situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard”

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

1. I fisioterapisti/chinesiologi che seguono questo metodo, non solo assimilano i concetti, ma sviluppano anche la capacità mentale, grazie a esercizi che valutano situazioni reali e richiedono l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente fondato su competenze pratiche, che permettono al fisioterapista/chinesiologo di integrarsi meglio nel mondo reale.
3. L'approccio a situazioni nate dalla realtà rende più facile ed efficace l'assimilazione delle idee e dei concetti.
4. La sensazione di efficienza degli sforzi compiuti diventa uno stimolo molto importante per gli studenti e si traduce in un maggiore interesse per l'apprendimento e in un aumento del tempo dedicato al corso.



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.



Il medico imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate utilizzando software all'avanguardia per facilitare un apprendimento coinvolgente.

All'avanguardia della pedagogia mondiale, il metodo Relearning è riuscito a migliorare i livelli di soddisfazione generale dei professionisti che completano i propri studi, rispetto agli indicatori di qualità della migliore università online del mondo (Columbia University).

Mediante questa metodologia abbiamo formato oltre 65.000 fisioterapisti/chinesiologi con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni cliniche indipendentemente dalla carica manuale/pratica. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di 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.

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.

Il punteggio complessivo del nostro sistema di apprendimento è 8.01, secondo i più alti standard internazionali.



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



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati da specialisti che insegneranno nel programma universitario, appositamente per esso, in modo che lo sviluppo didattico sia realmente 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.



Tecniche e procedure di fisioterapia in video

TECH introduce le ultime tecniche, gli ultimi progressi educativi e l'avanguardia delle tecniche attuali della fisioterapia/chinesiologia. Il tutto in prima persona, con il massimo rigore, spiegato e dettagliato affinché tu lo possa assimilare e comprendere. E la cosa migliore è che puoi guardarli tutte le volte che vuoi.



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.

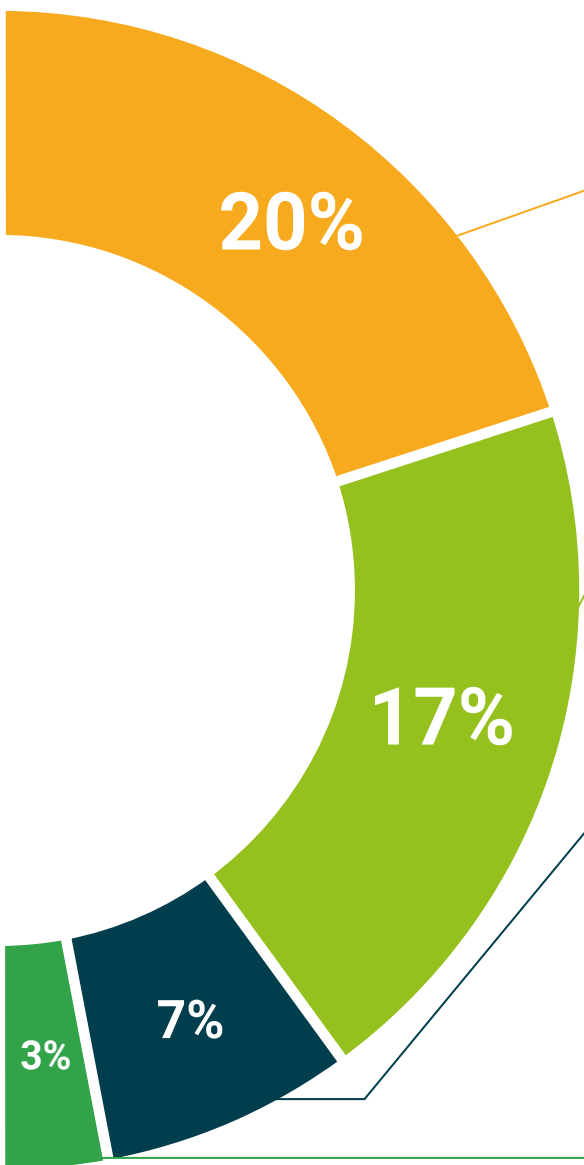
Questo sistema di specializzazione unico per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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.





Analisi di casi elaborati e condotti da esperti

Un apprendimento efficace deve necessariamente essere contestuale. Per questa ragione, TECH ti presenta il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo dell'attenzione e della risoluzione di diverse situazioni: un modo chiaro e diretto per raggiungere il massimo grado di comprensione.



Testing & Retesting

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



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi: la denominazione "Learning from an Expert" rafforza le conoscenze e i ricordi e genera sicurezza nel futuro processo decisionale.



Guide di consultazione veloce

TECH ti offre i contenuti più rilevanti del corso in formato schede o guide di consultazione veloce. Un modo sintetico, pratico ed efficace per aiutare lo studente a progredire nel suo apprendimento.



06 Titolo

Il Corso Universitario in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

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

Questo **Corso Universitario in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento** possiede il programma scientifico 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 **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

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

Titolo: **Corso Universitario in Basi Neurofisiologiche nelle Tecniche di Meditazione e di Rilassamento**

Modalità: **online**

Durata: **6 settimane**



*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 lingue

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Basi Neurofisiologiche
nelle Tecniche di
Meditazione e di
Rilassamento

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

Corso Universitario

Basi Neurofisiologiche nelle
Tecniche di Meditazione e
di Rilassamento

