

# Master Privato

## Pilates Terapeutico





**tech** *universidad  
tecnológica*

## Master Privato Pilates Terapeutico

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techitute.com/it/fisioterapia/master-privato/master-pilates-terapeutico](http://www.techitute.com/it/fisioterapia/master-privato/master-pilates-terapeutico)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Competenze

---

*pag. 12*

04

Direzione del corso

---

*pag. 16*

05

Struttura e contenuti

---

*pag. 20*

06

Metodologia

---

*pag. 32*

07

Titolo

---

*pag. 40*

# 01

# Presentazione

Tra le diverse tecniche di cura che i fisioterapisti hanno incorporato nel loro lavoro, il Pilates è una delle più efficaci in termini di recupero globale dei pazienti. Questo insieme di metodologie con un approccio terapeutico ha dimostrato la sua efficacia nella riabilitazione di varie lesioni alle estremità, alla Colonna Vertebrale e per la gestione di patologie neurologiche come il morbo di Parkinson. Tuttavia, approfondire queste innovazioni può essere impegnativo per i professionisti che hanno bisogno dei contenuti più aggiornati per ottimizzare la loro pratica. Per questo motivo, TECH ha sviluppato questo programma di studio in cui gli studenti approfondiranno gli esercizi più recenti, gli strumenti e le controindicazioni di questa pratica. Questo sarà supportato dal *Relearning*, la metodologia più completa al 100% online.



“

*Con questo Master Privato avrai a portata di mano le principali innovazioni del Pilates Terapeutico in un formato di studio 100% online, i cui materiali potrai consultare senza difficoltà 24 ore su 24"*

La pratica intensiva e non adeguatamente programmata di alcuni sport può portare a vari infortuni e disagi negli atleti. Il processo di riabilitazione per questi disturbi, che spesso si manifestano nell'area locomotoria, può essere complesso e richiede le mani più esperte. In questo senso, i fisioterapisti con un'elevata padronanza delle metodologie di recupero avanzate sono diventati professionisti molto richiesti. Allo stesso tempo, ci si aspetta che padroneggino le più innovative tecniche di cura e recupero disponibili.

Il Pilates è diventato una delle alternative più efficaci contro questo tipo di alterazioni. Le prove scientifiche a sostegno di questa affermazione sono contenute in diversi articoli accademici e nel lavoro di esperti che ne hanno promosso l'integrazione in vari protocolli terapeutici. Tuttavia, tenersi aggiornati sui più recenti approcci al lavoro con questa disciplina e sulle strategie per integrarla nell'attività assistenziale può essere complicato per i fisioterapisti. Per questo motivo, TECH ha progettato questo programma di studio pensando all'aggiornamento di questi professionisti.

Il corso è composto da 10 moduli accademici in cui gli studenti approfondiscono i vantaggi del Pilates per affrontare le alterazioni di parti dell'Arto Superiore come spalle, Polsi o Gomiti. Approfondirà inoltre i principali disturbi della Colonna Vertebrale che possono essere trattati con questo metodo. D'altra parte, copre in modo esauriente le controindicazioni più comuni e come prevenire lo sviluppo di lesioni sottostanti.

Questo Master Privato sarà insegnato al 100% online, da una piattaforma virtuale con diverse funzionalità interattive. Riunisce risorse multimediali avanzate come video e infografiche. Per accedere ai materiali di studio, gli studenti hanno bisogno solo di un dispositivo collegato a Internet e possono così evitare di recarsi inutilmente in un centro di studio. Inoltre, la metodologia completa del *Relearnings* sarà alla base del processo didattico, consentendo di sviluppare competenze pratiche in modo approfondito durante l'intero percorso accademico.

Questo **Master Privato in Pilates Terapeutico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti nella pratica del Pilates Terapeutico.
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Particolare enfasi speciale 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



*100% online e senza orari di studio ermetici: è la qualifica in Pilates Terapeutico che TECH offre per aggiornare le tue conoscenze"*

“

*Grazie al metodo Relearning diventerai un fisioterapista altamente specializzato nell'integrazione del Pilates nelle tue routine terapeutiche"*

Il personale docente del programma comprende esperti del settore con una vasta esperienza professionale e rinomati specialisti appartenenti a società di rilievo e a università di prestigio.

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 lo specialista 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.

*Aggiorna le tue competenze teoriche e pratiche nella gestione delle lesioni neurologiche attraverso il Pilates Terapeutico con un programma completo e dirompente.*

*Approfondirai la conoscenza di protocolli e progressioni di esercizi avanzati attraverso questo percorso accademico di TECH 100% online.*



# 02

## Obiettivi

TECH Università Tecnologica si propone di migliorare le conoscenze teoriche e le competenze pratiche dei professionisti attraverso il programma di studi più completo e aggiornato del panorama accademico. Questo programma di Pilates Terapeutico non fa eccezione e integra quindi i criteri di intervento, gli esercizi e gli strumenti di lavoro più innovativi di questa disciplina. Grazie a questo titolo, gli studenti raggiungeranno un livello più elevato di preparazione e di prestazioni professionali, avendo tra le mani obiettivi didattici rigorosi e, allo stesso tempo, potendoli raggiungere in modo rapido e flessibile.







“

*Uno degli obiettivi di questo Master Privato è quello di fornire le conoscenze necessarie per applicare il Pilates Terapeutico in modo dirompente nella cura di persone con patologie neurodegenerative"*



## Obiettivi generali

---

- ♦ Migliorare le conoscenze e le competenze professionali nella pratica e nell'insegnamento degli esercizi del metodo Pilates a terra, sulle diverse macchine e con gli attrezzi
- ♦ Differenziare le applicazioni degli esercizi di Pilates e gli adattamenti da apportare a ciascun paziente
- ♦ Stabilire un protocollo di esercizi adattato alla sintomatologia e alla patologia di ogni paziente
- ♦ Definire le progressioni e le regressioni degli esercizi in base alle diverse fasi del processo di recupero di un infortunio
- ♦ Evitare gli esercizi controindicati in base alla precedente valutazione dei pazienti e dei clienti
- ♦ Conoscere in modo approfondito gli attrezzi utilizzati nel Metodo Pilates
- ♦ Fornire le informazioni necessarie per essere in grado di ricercare informazioni scientifiche e aggiornate sui trattamenti Pilates applicabili alle diverse patologie
- ♦ Analizzare le esigenze e i miglioramenti delle attrezzature Pilates in uno spazio terapeutico destinato agli esercizi Pilates
- ♦ Sviluppare azioni che migliorino l'efficacia degli esercizi di Pilates basandosi sui principi del metodo Pilates
- ♦ Eseguire correttamente e analiticamente gli esercizi basati sul Metodo Pilates
- ♦ Analizzare i cambiamenti fisiologici e posturali che interessano le donne in gravidanza
- ♦ Progettare esercizi adatti alla donna nel corso della gravidanza fino al parto
- ♦ Descrivere l'applicazione del Metodo Pilates negli sportivi di alto livello





## Obiettivi specifici

---

### **Modulo 1. Il Metodo Pilates**

- ♦ Approfondire i precedenti del Pilates
- ♦ Approfondire la storia del Pilates
- ♦ Descrivere la metodologia del Pilates

### **Modulo 2. Fondamenti del metodo Pilates**

- ♦ Approfondire i fondamenti del pilates
- ♦ Individuare gli esercizi più importanti
- ♦ Spiegare le posizioni del Pilates da evitare

### **Modulo 3. La palestra di Pilates**

- ♦ Descrivere lo spazio in cui si pratica il Pilates
- ♦ Conoscere le macchine utilizzate per il Pilates
- ♦ Illustrare i protocolli e le progressioni degli esercizi

### **Modulo 4. Metodologia nella pratica del Metodo Pilates**

- ♦ Sistematizzare le sessioni basate sul Metodo Pilates
- ♦ Definire i tipi di sessioni basate sul Metodo Pilates
- ♦ Approfondire le controversie e la corretta applicazione del Metodo Pilates

### **Modulo 5. I Pilates nelle alterazioni della Colonna Vertebrale**

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

### **Modulo 6. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Superiore**

- ♦ Identificare le patologie della Spalla e la relativa gestione
- ♦ Sviluppare la conoscenza della patologia del Gomito e del suo approccio
- ♦ Studio approfondito della patologia del Polso e del suo approccio

### **Modulo 7. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Inferiore**

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

### **Modulo 8. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates**

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

### **Modulo 9. Pilates durante la Gravidanza, Parto e Postparto**

- ♦ Differenziare le diverse fasi della gravidanza
- ♦ Stabilire esercizi specifici per ciascuna fase
- ♦ Indirizzare la donna durante la gravidanza, il parto e il postparto

### **Modulo 10. Pilates nello sport**

- ♦ Identificare gli infortuni più frequenti in ogni sport
- ♦ Indicare i fattori di rischio nelle predisposizione alle lesioni
- ♦ Selezionare esercizi basati sul Metodo Pilates adattati a ogni sport

# 03

## Competenze

Questo Master Privato di TECH Università Tecnologica riunisce i contenuti più innovativi nel campo del Pilates Terapeutico e della sua applicazione per il beneficio e il recupero di persone con diversi disturbi muscolo-scheletrici. Oltre al suo programma aggiornato, il programma utilizza metodi di insegnamento dirompenti come il *Relearning* e i casi di studio della Harvard School, in modo che ogni studente possa aggiornare le proprie conoscenze incorporando una visione teorica e pratica di questa disciplina. Pertanto, al termine di questo programma, gli studenti avranno raggiunto un livello di specializzazione superlativo e saranno in grado di applicare competenze eccellenti nella loro pratica professionale quotidiana.





“

*Grazie alle competenze acquisite in questa qualifica, potrai promuovere il benessere e la cura specifica della Salute, avvalendoti dei più innovativi esercizi di Pilates"*



## Competenze generali

---

- ♦ Migliorare le conoscenze e le competenze professionali nella pratica e nell'insegnamento degli esercizi del metodo Pilates a terra, diverse macchine e con gli attrezzi
- ♦ Stabilire un protocollo di esercizi adattato alla sintomatologia e alla patologia di ogni situazione personale
- ♦ Distinguere chiaramente tra un esercizio di Pilates fatto bene e un esercizio di Pilates fatto male
- ♦ Affrontare e prevenire il burn out negli istruttori di Pilates
- ♦ Ampliare le competenze per la cura dei professionisti che hanno subito un sovrallenamento da Pilates
- ♦ Promuovere la Salute, applicando correttamente gli esercizi di Pilates



*Ottimizza le tue capacità pratiche, incorporando i più innovativi esercizi di Pilates in preparazione al parto, attraverso questo programma rigoroso"*





## Competenze specifiche

---

- ♦ Adattare i carichi delle macchine all'obiettivo perseguito con un determinato esercizio in un paziente specifico
- ♦ Applicare le tecniche Pilates di forza e di allungamento per affrontare vari infortuni
- ♦ Identificare le principali lesioni causate da una pratica scorretta del Pilates in persone non professioniste
- ♦ Fornire linee guida di esercizio per persone con problemi di osteoporosi o incontinenza
- ♦ Continuare la ricerca per approfondire la conoscenza del Pilates
- ♦ Stabilire protocolli per l'esecuzione degli esercizi indicati nel MATT
- ♦ Affrontare i problemi degli arti superiori e inferiori attraverso il Pilates
- ♦ Raccomandare alcuni esercizi di Pilates per prevenire patologie muscolari

# 04

## Direzione del corso

Gli insegnanti di questo percorso accademico sono altamente specializzati nell'uso del Pilates Terapeutico per affrontare diverse patologie. Questi esperti hanno sostenuto un intenso percorso come fisioterapisti, applicando queste conoscenze in diversi settori, come il recupero di pazienti con lesioni derivanti dalle attività quotidiane o da patologie muscolo-scheletriche sottostanti. Attraverso la pratica quotidiana, il personale docente ha integrato un programma che riunisce strumenti, tecniche e combinazioni di strategie interventistiche avanzate. Grazie a queste competenze, integrate nel programma di studi, gli studenti di questo programma saranno in grado di aggiornare le proprie competenze e di dare impulso alla propria carriera professionale.







“

*I migliori esperti di Pilates Terapeutico fanno parte del personale docente di questo titolo molto completo di TECH Università Tecnologica"*

## Direttore ospite internazionale

Il Dott. Edward Laskowski è una figura di spicco internazionale nel campo della Medicina Sportiva e della Riabilitazione Fisica. Certificato dall'American Board of Physical Medicine and Rehabilitation, è stato parte integrante del prestigioso staff della Clinica Mayo, dove ha ricoperto la carica di Direttore del Centro di Medicina dello Sport.

Inoltre, la sua esperienza copre un'ampia gamma di discipline, dalla Medicina Sportiva al Fitness e all'Allenamento della Forza e Stabilità. Ha lavorato a stretto contatto con un team multidisciplinare di specialisti in Medicina Fisica, Riabilitazione, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia dello Sport, per fornire un approccio olistico alla cura dei suoi pazienti.

Allo stesso modo, la sua influenza si estende oltre la pratica clinica, in quanto è stato riconosciuto a livello nazionale e internazionale per i suoi contributi al mondo dello sport e della salute. Così, è stato nominato dal presidente George W. Bush per il Consiglio del Presidente sul fitness e lo sport, e ha ricevuto un premio di servizio distinto dal Dipartimento della salute e dei servizi umani, sottolineando il suo impegno per la promozione di stili di vita sani.

Inoltre, è stato un elemento chiave in eventi sportivi di fama, come le Olimpiadi invernali (2002), a Salt Lake City, e la maratona di Chicago, fornendo assistenza medica di qualità. A ciò si aggiunge la sua dedizione alla divulgazione, che si è riflessa nel suo ampio lavoro sulla creazione di risorse accademiche, tra cui il CD-ROM della Clinica Mayo su Sport, Salute e Fitness, e il suo ruolo di Contributor Editor del libro "Clinica Mayo Fitness for EveryBody". Con una passione per bandire i miti e fornire informazioni accurate e aggiornate, il dottor Edward Laskowski continua ad essere una voce influente nella Medicina dello Sport e nel Fitness globale.



## Dott. Laskowski, Edward

---

- Direttore del Centro di Medicina Sportiva della Clinica Mayo, Stati Uniti
- Consulente medico presso la National Hockey League Association, Stati Uniti
- Medico presso la Clinica Mayo, Stati Uniti
- Membro del Policlinico Olimpico alle Olimpiadi invernali (2002), Salt Lake City
- Specialista in medicina dello sport, fitness, allenamento della forza e allenamento di stabilità
- Certificato dal Consiglio Americano di Medicina Fisica e Riabilitazione
- Contributore del libro "Clinica Mayo Fitness for EveryBody"
- Premio di servizio distinto del Dipartimento di salute e servizi umani
- Membro di:
- American College of Sports Medicine

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

## Direzione



### **Dott. González Arganda, Sergio**

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

## Personale docente

### Dott. Pérez Costa, Eduardo

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

### Dott.ssa Parra Nebreda, Virginia

- ♦ Fisioterapista di Pavimento Pelvico presso la Fondazione di Sclerosi Multipla di Madrid
- ♦ Fisioterapista del Pavimento Pelvico presso la Clínica Letfisio
- ♦ Fisioterapista presso la Casa di Cura di Ancianos Orpea
- ♦ Master in Fisioterapia Pelvipereineologia presso l'Università di Castilla-la Mancha
- ♦ Corso di formazione in ecografia funzionale nella fisioterapia del pavimento pelvico maschile e femminile presso FISIOMEDIT Formación
- ♦ Allenamento Ipopressivo in LOW PRESSURE FITNES
- ♦ Laurea in Fisioterapia presso l'Università Complutense di Madrid

### Dott.ssa García Ibáñez, Marina

- ♦ Fisioterapista in trattamenti domiciliari per pazienti pediatrici e adulti affetti da patologia neurologica
- ♦ Fisioterapista presso la Fondazione Sclerosi Multipla di Madrid
- ♦ Fisioterapista e Psicologa presso la Clínica Kinés
- ♦ Fisioterapista presso l'Università Clínica San Nicolás
- ♦ Master in Fisioterapia Neurologica: Tecniche di valutazione e trattamento presso l'Università Europea di Madrid
- ♦ Esperta in Fisioterapia Neurologica presso l'Università Europea di Madrid
- ♦ Laurea in Psicologia presso l'Università Nazionale di Educazione a Distanza (UNED)

### Dott.ssa Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Fisioterapista presso la clinica Fiosiomon
- ♦ Fisioterapista presso il Centro Tecnico della Federazione Madrilenana di Hockey
- ♦ Fisioterapista a Fizio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapia traumatologica in Clinica Artros
- ♦ Fisioterapista al Club SPV51 e Valdeluz Hockey Club
- ♦ Laurea in Fisioterapia presso l'Università Complutense di Madrid

### Dott.ssa Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Fisioterapista presso Fizio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapista presso Keiki Fisioterapia
- ♦ Fisioterapista presso Jemed Importaciones

### Dott. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Fisioterapista presso la clínica Lagasca
- ♦ Fisioterapista a Fizio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapista al Club di Rugby Veterinaria

# 05

## Struttura e contenuti

Questo programma accademico riunisce i criteri più innovativi sull'uso del Pilates come strategia terapeutica e riabilitativa contro diversi disturbi o lesioni muscoloscheletriche. La qualifica in 10 moduli descrive i fondamenti del metodo, la sua evoluzione e i principali strumenti che ne facilitano l'attuazione. Allo stesso tempo, gli studenti potranno approfondire diversi esercizi specifici che vengono attuati da questa disciplina per contrastare patologie e alterazioni della Colonna Vertebrale, degli arti inferiori e superiori, ecc. Tutto questo attraverso risorse didattiche multimediali e l'innovativa metodologia *Relearning*.





“

*Attraverso risorse multimediali, come video e infografiche, approfondirai l'assimilazione di competenze pratiche con un approccio di recupero basato sul Pilates Terapeutico"*

## Modulo 1. Il Metodo Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.1. Joseph Pilates
  - 1.1.2. Libri e postulati
  - 1.1.3. Eredità
  - 1.1.4. Origine esercizio personalizzato
- 1.2. Antecedenti del Metodo Pilates
  - 1.2.1. Riferimenti
  - 1.2.2. Evoluzione
  - 1.2.3. Situazione attuale
  - 1.2.4. Conclusioni
- 1.3. Evoluzione del Metodo
  - 1.3.1. Miglioramenti e modifiche
  - 1.3.2. Contributi al metodo Pilates
  - 1.3.3. Pilates Terapeutico
  - 1.3.4. Pilates e attività fisica
- 1.4. Principi del Metodo Pilates
  - 1.4.1. Definizione dei principi
  - 1.4.2. Evoluzione dei principi
  - 1.4.3. Livelli di progressione
  - 1.4.4. Conclusioni
- 1.5. Pilates Classico vs Pilates Contemporaneo/Moderno
  - 1.5.1. Punti chiave nel Pilates Classico
  - 1.5.2. Analisi Pilates moderno/ Classico
  - 1.5.3. Contributi del Pilates Moderno
  - 1.5.4. Conclusioni
- 1.6. Pilates Terra e Pilates Macchina
  - 1.6.1. Fondamenti del Pilates Terra
  - 1.6.2. Evoluzione del pilates terra
  - 1.6.3. Fondamenti del Pilates Macchine
  - 1.6.4. Evoluzione nel pilates Macchine







- 1.7. Evidenze scientifiche
  - 1.7.1. Riviste scientifiche relative al Pilates
  - 1.7.2. Tesi di dottorato sul Pilates
  - 1.7.3. Pubblicazioni di Pilates
  - 1.7.4. Applicazioni per il Pilates
- 1.8. Orientamenti del Metodo Pilates
  - 1.8.1. Tendenze Nazionali
  - 1.8.2. Tendenze internazionali
  - 1.8.3. Analisi delle tendenze
  - 1.8.4. Conclusioni
- 1.9. Le Scuole
  - 1.9.1. Scuole di Formazione di Pilates
  - 1.9.2. Riviste
  - 1.9.3. Evoluzione delle scuole di pilates
  - 1.9.4. Conclusioni
- 1.10. Le Associazioni e le federazioni di Pilates
  - 1.10.1. Definizioni
  - 1.10.2. Contributi
  - 1.10.3. Obiettivi
  - 1.10.4. PMA

## Modulo 2. Fondamenti del Metodo Pilates

- 2.1. Concetti differenti sul metodo
  - 2.1.1. I concetti secondo Joseph Pilates
  - 2.1.2. Evoluzione dei concetti
  - 2.1.3. Generazioni successive
  - 2.1.4. Conclusioni
- 2.2. La Respirazione
  - 2.2.1. Differenti tipi di respirazione
  - 2.2.2. Analisi dei tipi di respirazione
  - 2.2.3. Gli effetti della respirazione
  - 2.2.4. Conclusioni

- 2.3. La pelvi come centro di stabilità e movimento
  - 2.3.1. Il Core di Joseph Pilates
  - 2.3.2. Il Core scientifico
  - 2.3.3. Fondamento anatomico
  - 2.3.4. Core nei processi di recupero
- 2.4. L'organizzazione del cingolo scapolare
  - 2.4.1. Revisione anatomica
  - 2.4.2. Biomeccanica del cingolo scapolare
  - 2.4.3. Applicazioni nel Pilates
  - 2.4.4. Conclusioni
- 2.5. L'organizzazione del movimento dell'arto inferiore
  - 2.5.1. Revisione anatomica
  - 2.5.2. Biomeccanica dell'arto inferiore
  - 2.5.3. Applicazioni nel Pilates
  - 2.5.4. Conclusioni
- 2.6. L'articolazione della colonna vertebrale
  - 2.6.1. Revisione anatomica
  - 2.6.2. Biomeccanica della colonna
  - 2.6.3. Applicazioni nel Pilates
  - 2.6.4. Conclusioni
- 2.7. Allineamento dei segmenti del corpo
  - 2.7.1. La postura
  - 2.7.2. La postura nel Pilates
  - 2.7.3. Allineamenti segmentali
  - 2.7.4. La catena muscolare e fasciale
- 2.8. Integrazione funzionale
  - 2.8.1. Concetto di integrazione funzionale
  - 2.8.2. Implicazioni in diverse attività
  - 2.8.3. L'attività
  - 2.8.4. Il contesto

- 2.9. Fondamenti del Pilates Terapeutico
  - 2.9.1. Storia del Pilates Terapeutico
  - 2.9.2. Concetti nel Pilates Terapeutico
  - 2.9.3. Criteri nel Pilates Terapeutico
  - 2.9.4. Esempi di infortuni e patologie
- 2.10. Pilates classico e Pilates terapeutico
  - 2.10.1. Differenza tra i due metodi
  - 2.10.2. Giustificazione
  - 2.10.3. Progressione
  - 2.10.4. Conclusioni

### Modulo 3. La palestra/studio di Pilates

- 3.1. Il Reformer
  - 3.1.1. Introduzione al Reformer
  - 3.1.2. Benefici del Reformer
  - 3.1.3. Principali esercizi sul Reformer
  - 3.1.4. Principali Errori sul Reformer
- 3.2. Il Cadillac o tavolo da Trapezio
  - 3.2.1. Introduzione al Cadillac
  - 3.2.2. Benefici del Cadillac
  - 3.2.3. Principali esercizi sul Cadillac
  - 3.2.4. Principali errori sul Cadillac
- 3.3. La chair
  - 3.3.1. Introduzione alla chair
  - 3.3.2. Vantaggi della chair
  - 3.3.3. Principali esercizi sulla chair
  - 3.3.4. Principali errori sulla chair
- 3.4. La Barrel
  - 3.4.1. Introduzione al barile
  - 3.4.2. Vantaggi del barile
  - 3.4.3. Principali esercizi nel barile
  - 3.4.4. Principali errori in barile

- 3.5. Modelli “Combo”
  - 3.5.1. Introduzione al modello Combo
  - 3.5.2. Benefici del modello Combo
  - 3.5.3. Principali esercizi sul modello Combo
  - 3.5.4. Principali errori sul modello Combo
- 3.6. L’anello flessibile
  - 3.6.1. Introduzione all’anello flessibile
  - 3.6.2. Benefici dell’anello flessibile
  - 3.6.3. Principali esercizi con l’anello flessibile
  - 3.6.4. Principali errori con l’anello flessibile
- 3.7. Il *Spine Corrector*
  - 3.7.1. Introduzione allo *Spine corrector*
  - 3.7.2. Benefici dello *Spine corrector*
  - 3.7.3. Principali esercizi con lo *Spine corrector*
  - 3.7.4. Principali errori con lo *Spine corrector*
- 3.8. Attrezzi adatti al metodo
  - 3.8.1. *Foam roller*
  - 3.8.2. *Fit Ball*
  - 3.8.4. Elastici
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Lo spazio
  - 3.9.1. Preferenze di 'attrezzatura
  - 3.9.2. Lo spazio Pilates
  - 3.9.3. Strumenti del Pilates
  - 3.9.4. Buone pratiche di spazio
- 3.10. Ambiente circostante
  - 3.10.1. Concetto di ambiente
  - 3.10.2. Caratteristiche di ambienti diversi
  - 3.10.3. Scelta dell’ambiente
  - 3.10.4. Conclusioni

## Modulo 4. Metodologia nella pratica del Metodo Pilates

- 4.1. La sessione iniziale
  - 4.1.1. Valutazione iniziale
  - 4.1.2. Consenso informato
  - 4.1.3. Parole e ordini in relazione al Pilates
  - 4.1.4. Inizio nel Metodo Pilates
- 4.2. Valutazione iniziale
  - 4.2.1. Valutazione posturale
  - 4.2.2. Valutazione della flessibilità
  - 4.2.3. Valutazione coordinativa
  - 4.2.4. Pianificazione del programma. Scheda Pilates
- 4.3. La lezione Pilates
  - 4.3.1. Esercizi iniziali
  - 4.3.2. Gruppi di allievi
  - 4.3.3. Posizionamento, voce, correzioni
  - 4.3.4. Il riposo
- 4.4. Gli allievi-pazienti
  - 4.4.1. Tipologia di allievi Pilates
  - 4.4.2. Il compromesso personalizzato
  - 4.4.3. Gli obiettivi dell’allievo
  - 4.4.4. La scelta del metodo
- 4.5. Progressione e regressione degli esercizi
  - 4.5.1. Introduzione alla progressione e regressione
  - 4.5.2. Progressioni
  - 4.5.3. Regressioni
  - 4.5.4. L’evoluzione del trattamento
- 4.6. Protocollo generale
  - 4.6.1. Un protocollo base generalizzato
  - 4.6.2. Rispettare i fondamentali del Pilates
  - 4.6.3. Analisi del protocollo
  - 4.6.4. Funzioni del protocollo

- 4.7. Indicazioni degli esercizi
  - 4.7.1. Caratteristiche della posizione iniziale
  - 4.7.2. Controindicazioni degli esercizi
  - 4.7.3. Aiuti verbali, tattili
  - 4.7.4. Programmazione delle lezioni
- 4.8. L'insegnante/monitor
  - 4.8.1. Analisi dell'allievo
  - 4.8.2. Tipi di insegnanti
  - 4.8.3. Creare l'ambiente giusto
  - 4.8.4. Monitoraggio degli allievi
- 4.9. Il programma base
  - 4.9.1. Pilates per principianti
  - 4.9.2. Pilates per medi
  - 4.9.3. Pilates per esperti
  - 4.9.4. Pilates professionale
- 4.10. Software per lo studio del Pilates
  - 4.10.1. Principali software per lo studio del Pilates
  - 4.10.2. Applicazione del Pilates
  - 4.10.3. Ultima tecnologia nello studio del Pilates
  - 4.10.4. I progressi più significativi nello studio del Pilates

## Modulo 5. I Pilates nelle alterazioni della Colonna Vertebrale

- 5.1. Richiamo anatomico di base
  - 5.1.1. Osteologia della colonna
  - 5.1.2. Miologia della colonna
  - 5.1.3. Biomeccanica della colonna
  - 5.1.4. Conclusioni
- 5.2. Patologia suscettibili di trattamento con il Pilates
  - 5.2.1. Patologie della crescita
  - 5.2.2. Patologie nei pazienti anziani
  - 5.2.3. Patologie nel sedentario
  - 5.2.4. Patologie negli atleti
- 5.3. Esercizi indicati su MATT, Macchine e Attrezzi. Protocollo generale
  - 5.3.1. Esercizi di allungamento
  - 5.3.2. Esercizi di stabilizzazione centrale
  - 5.3.3. Esercizi di mobilità articolare
  - 5.3.4. Esercizi di rafforzamento
  - 5.3.5. Esercizi funzionali
- 5.4. Patologie del disco
  - 5.4.1. Patomeccanica
  - 5.4.2. Sindromi discali
  - 5.4.3. Differenze tra tipi di patologie
  - 5.4.4. Buone pratiche
- 5.5. Patologia articolare
  - 5.5.1. Patomeccanica
  - 5.5.2. Sindromi articolari
  - 5.5.3. Tipi di patologia
  - 5.5.4. Conclusioni
- 5.6. Patologia muscolare
  - 5.6.1. Patomeccanica
  - 5.6.2. Sindromi muscolari
  - 5.6.3. Tipi di patologie
  - 5.6.4. Conclusioni
- 5.7. Patologia della Colonna Cervicale
  - 5.7.1. Sintomatologia
  - 5.7.2. Sindrome cervicale
  - 5.7.3. Protocolli specifici
  - 5.7.4. Conclusioni
- 5.8. Patologia della Colonna Dorsale
  - 5.8.1. Sintomatologia
  - 5.8.2. Sindromi dorsali
  - 5.8.3. Protocolli specifici
  - 5.8.4. Conclusioni

- 5.9. Patologia Colonna Lombare
  - 5.9.1. Sintomatologia
  - 5.9.2. Sindromi lombari
  - 5.9.3. Protocolli specifici
  - 5.9.4. Conclusioni
- 5.10. Patologia Sacroiliaca
  - 5.10.1. Sintomatologia
  - 5.10.2. Sindromi lombari
  - 5.10.3. Protocolli specifici
  - 5.10.4. Conclusioni

## Modulo 6. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Superiore

- 6.1. Richiamo anatomico di base
  - 6.1.1. Osteologia dell'Arto Superiore
  - 6.1.2. Miologia dell'Arto Superiore
  - 6.1.3. Biomeccanica dell'Arto Superiore
  - 6.1.4. Buone pratiche
- 6.2. Esercizi di stabilizzazione
  - 6.2.1. Introduzione agli esercizi di stabilizzazione
  - 6.2.2. Esercizi di stabilizzazione MATT
  - 6.2.3. Esercizi di stabilizzazione sulla macchina
  - 6.2.4. I migliori esercizi di stabilizzazione
- 6.3. Esercizi di mobilità articolare
  - 6.3.1. Introduzione agli esercizi di mobilità articolare
  - 6.3.2. Esercizi di mobilità articolare MATT
  - 6.3.3. Esercizi di mobilità articolare sulla macchina
  - 6.3.4. I migliori esercizi di mobilità articolare
- 6.4. Esercizi di rafforzamento
  - 6.4.1. Introduzione agli esercizi di rafforzamento
  - 6.4.2. Esercizi di rafforzamento MATT
  - 6.4.3. Esercizi di rafforzamento sulla macchina
  - 6.4.4. I migliori esercizi di rafforzamento

- 6.5. Esercizi funzionali
  - 6.5.1. Introduzione agli esercizi Funzionale
  - 6.5.2. Esercizi funzionali MATT
  - 6.5.3. Esercizi funzionali sulla macchina
  - 6.5.4. I migliori esercizi funzionali
- 6.6. Patologia della Spalla. Protocolli specifici
  - 6.6.1. Spalla dolorante
  - 6.6.2. Spalla congelata
  - 6.6.3. Spalla ipomobile
  - 6.6.4. Esercizi della spalla
- 6.7. Patologia del Gomito. Protocolli specifici
  - 6.7.1. Patologia articolare
  - 6.7.2. Patologia ai muscolo-tendinosa
  - 6.7.3. Gomito post-traumatico o post-chirurgico
  - 6.7.4. Esercizi del Gomito
- 6.8. Patologia del Polso
  - 6.8.1. Principali sindromi
  - 6.8.2. Tipi di patologie del Polso
  - 6.8.3. Esercizi del Polso
  - 6.8.4. Conclusioni
- 6.9. Patologia della Mano
  - 6.9.1. Principali sindromi
  - 6.9.2. Tipi di patologie della Mano
  - 6.9.3. Esercizi della Mano
  - 6.9.4. Conclusioni
- 6.10. Intrappolamento nervoso nell'Arto Superiore
  - 6.10.1. Plesso brachiale
  - 6.10.2. Nervi periferici
  - 6.10.3. Tipi di patologie
  - 6.10.4. Esercizi per l'intrappolamento nervoso nell'Arto Superiore

## Modulo 7. Il Pilates nei disturbi dell'Arto Inferiore

- 7.1. Richiamo anatomico di base
  - 7.1.1. Osteologia dell'Arto Inferiore
  - 7.1.2. Miologia dell'Arto Inferiore
  - 7.1.3. Biomeccanica dell'Arto Inferiore
  - 7.1.4. Buone pratiche
- 7.2. Patologia suscettibili di trattamento con il Pilates
  - 7.2.1. Patologie della crescita
  - 7.2.2. Patologie negli atleti
  - 7.2.3. Altre patologie
  - 7.2.4. Conclusioni
- 7.3. Esercizi indicati su Mat, Macchine e Attrezzi. Protocollo generale
  - 7.3.1. Esercizi di dissociazione
  - 7.3.2. Esercizi di mobilità
  - 7.3.3. Esercizi di rafforzamento
  - 7.3.4. Esercizi funzionali
- 7.4. Patologia dell'Anca
  - 7.4.1. Patologia articolare
  - 7.4.2. Patologia muscolo tendinosa
  - 7.4.3. Patologia chirurgica. Protesi
  - 7.4.4. Esercizi dell'Anca
- 7.5. Patologia del Ginocchio
  - 7.5.1. Patologia articolare
  - 7.5.2. Patologia muscolo tendinosa
  - 7.5.3. Patologia chirurgica. Protesi
  - 7.5.4. Esercizi del Ginocchio
- 7.6. Patologia della Caviglia
  - 7.6.1. Patologia articolare
  - 7.6.2. Patologia muscolo tendinosa
  - 7.6.3. Patologia chirurgica
  - 7.6.4. Esercizi della Caviglia

- 7.7. Patologia del Piede
  - 7.7.1. Patologia articolare e fasciale
  - 7.7.2. Patologia muscolo tendinosa
  - 7.7.3. Patologia chirurgica
  - 7.7.4. Esercizi del Piede
- 7.8. Intrappolamento nervoso nell'Arto Inferiore
  - 7.8.1. Plesso brachiale
  - 7.8.2. Nervi periferici
  - 7.8.3. Tipi di patologie
  - 7.8.4. Esercizi per l'intrappolamento nervoso nell'Arto Inferiore
- 7.9. Analisi della catena antero-laterale dell'Arto Inferiore
  - 7.9.1. Che cos'è la catena antero-laterale e quanto è importante per il paziente
  - 7.9.2. Aspetti importanti per la valutazione
  - 7.9.3. Relazione della catena con la patologia già descritta
  - 7.9.4. Esercizi per lavorare sulla catena anterolaterale
- 7.10. Analisi della catena poster- mediale dell'Arto Inferiore
  - 7.10.1. Che cos'è la catena poster- mediale e quanto è importante per il paziente.
  - 7.10.2. Aspetti importanti per la valutazione
  - 7.10.3. Relazione del complesso con la patologia già descritta
  - 7.10.4. Esercizi per lavorare sulla catena anterolaterale

## Modulo 8. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates

- 8.1. Sistema nervoso
  - 8.1.1. Sistema nervoso centrale
  - 8.1.2. Sistema nervoso periferico
  - 8.1.3. Breve descrizione delle vie neurali
  - 8.1.4. Benefici del Pilates nella patologia neurologica
- 8.2. Valutazione neurologica con particolare attenzione al Pilates
  - 8.2.1. Anamnesi
  - 8.2.2. Valutazione della forza e del tono
  - 8.2.3. Valutazione della sensibilità
  - 8.2.4. Test e scale

- 8.3. Le patologie neurologiche più diffuse e le evidenze scientifiche del Pilates
  - 8.3.1. Breve descrizione delle patologie
  - 8.3.2. Principi di base del Pilates nella patologia neurologica
  - 8.3.3. Adattamento delle posizioni del Pilates
  - 8.3.4. Adattamento degli esercizi del Pilates
- 8.4. Sclerosi multipla
  - 8.4.1. Descrizione della patologia
  - 8.4.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.4.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 8.4.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 8.5. Ictus
  - 8.5.1. Descrizione della patologia
  - 8.5.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.5.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 8.5.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 8.6. Parkinson
  - 8.6.1. Descrizione della patologia
  - 8.6.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.6.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 8.6.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 8.7. Paralisi cerebrale
  - 8.7.1. Descrizione della patologia
  - 8.7.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.7.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 8.7.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 8.8. Adulti anziani
  - 8.8.1. Patologie associate all'età
  - 8.8.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.8.3. Esercizi indicati
  - 8.8.4. Esercizi controindicati

- 8.9. Osteoporosi
  - 8.9.1. Descrizione della patologia
  - 8.9.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 8.9.3. Esercizi indicati
  - 8.9.4. Esercizi controindicati
- 8.10. Problema del Pavimento Pelvico: incontinenza urinaria
  - 8.10.1. Descrizione della patologia
  - 8.10.2. Incidenza e prevalenza
  - 8.10.3. Esercizi indicati
  - 8.10.4. Esercizi controindicati

## Modulo 9. Pilastrini durante la Gravidanza, Parto e Postparto

- 9.1. Il primo trimestre
  - 9.1.1. Cambiamenti nel primo trimestre
  - 9.1.2. Benefici e obiettivi
  - 9.1.3. Esercizi indicati
  - 9.1.4. Controindicazioni
- 9.2. Il secondo trimestre
  - 9.2.1. Cambiamenti nel secondo trimestre
  - 9.2.2. Benefici e obiettivi
  - 9.2.3. Esercizi indicati
  - 9.2.4. Controindicazioni
- 9.3. Il terzo trimestre
  - 9.3.1. Cambiamenti nel terzo trimestre
  - 9.3.2. Benefici e obiettivi
  - 9.3.3. Esercizi indicati
  - 9.3.4. Controindicazioni
- 9.4. Parto
  - 9.4.1. Fase di dilatazione ed espulsione
  - 9.4.2. Benefici e obiettivi
  - 9.4.3. Raccomandazioni
  - 9.4.4. Controindicazioni

- 9.5. Postparto Immediato
  - 9.5.1. Recupero e puerperio
  - 9.5.2. Benefici e obiettivi
  - 9.5.3. Esercizi indicati
  - 9.5.4. Controindicazioni
- 9.6. Incontinenza urinaria e pavimento pelvico
  - 9.6.1. Anatomia coinvolta
  - 9.6.2. Fisiopatologia
  - 9.6.3. Esercizi indicati
  - 9.6.4. Controindicazioni
- 9.7. Problemi in gravidanza e approccio con il Metodo Pilates
  - 9.7.1. Cambiamento nella statica del corpo
  - 9.7.2. Problemi più frequenti
  - 9.7.3. Esercizi indicati
  - 9.7.4. Controindicazioni
- 9.8. Preparazione alla gravidanza
  - 9.8.1. Benefici della forma fisica in gravidanza
  - 9.8.2. Attività fisica raccomandata
  - 9.8.3. Esercizi indicati nella prima gravidanza
  - 9.8.4. Preparazione durante la ricerca della seconda e delle successive
- 9.9. Postpartum tardivo
  - 9.9.1. Cambiamenti anatomici a lungo termine
  - 9.9.2. Preparazione al ritorno all'attività fisica
  - 9.9.3. Esercizi indicati
  - 9.9.4. Controindicazioni
- 9.10. Alterazioni post-partito
  - 9.10.1. Diastasi addominale
  - 9.10.2. Spostamento statico del pelvi-prolasso
  - 9.10.3. Disturbi della muscolatura addominale profonda
  - 9.10.4. Indicazioni e controindicazioni del cesareo

## Modulo 10. Pilates nello sport

- 10.1. Calcio
  - 10.1.1. Lesioni più frequenti
  - 10.1.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.1.3. Benefici e obiettivi
  - 10.1.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.2. Sport con racchette
  - 10.2.1. Lesioni più frequenti
  - 10.2.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.2.3. Benefici e Obiettivi
  - 10.2.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.3. Pallacanestro
  - 10.3.1. Lesioni più frequenti
  - 10.3.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.3.3. Benefici e obiettivi
  - 10.3.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.4. Pallamano
  - 10.4.1. Lesioni più frequenti
  - 10.4.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.4.3. Benefici e obiettivi
  - 10.4.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.5. Golf
  - 10.5.1. Lesioni più frequenti
  - 10.5.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.5.3. Benefici e obiettivi
  - 10.5.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.6. Nuoto
  - 10.6.1. Lesioni più frequenti
  - 10.6.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.6.3. Benefici e obiettivi
  - 10.6.4. Esempi in sportivi d'élite





- 10.7. Atletica leggera
  - 10.7.1. Lesioni più frequenti
  - 10.7.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.7.3. Benefici e obiettivi
  - 10.7.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.8. Danza e arti sceniche
  - 10.8.1. Lesioni più frequenti
  - 10.8.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.8.3. Benefici e obiettivi
  - 10.8.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.9. Hockey su rotelle
  - 10.9.1. Lesioni più frequenti
  - 10.9.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.9.3. Benefici e obiettivi
  - 10.9.4. Esempi in sportivi d'élite
- 10.10. Rugby
  - 10.10.1. Lesioni più frequenti
  - 10.10.2. Pilates come trattamento e prevenzione
  - 10.10.3. Benefici e obiettivi
  - 10.10.4. Esempi in sportivi d'élite

“

*Questo Master Privato rappresenta un'opportunità unica per aggiornare le tue conoscenze teoriche e pratiche sull'uso del Pilates Terapeutico come metodo di riabilitazione per gli infortuni sportivi"*

# 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

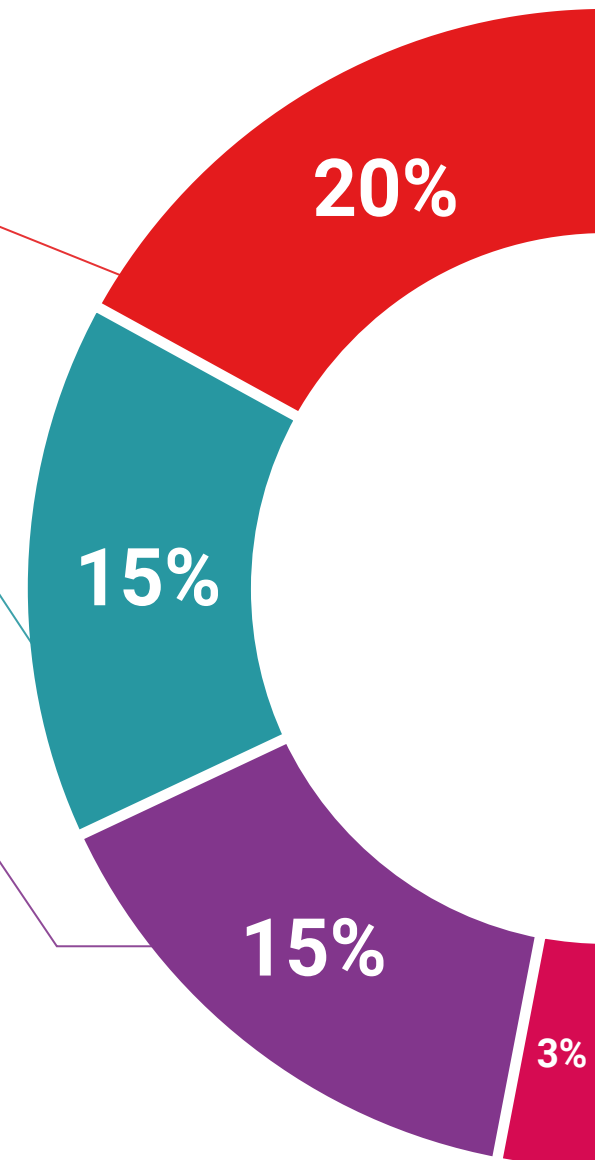
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

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

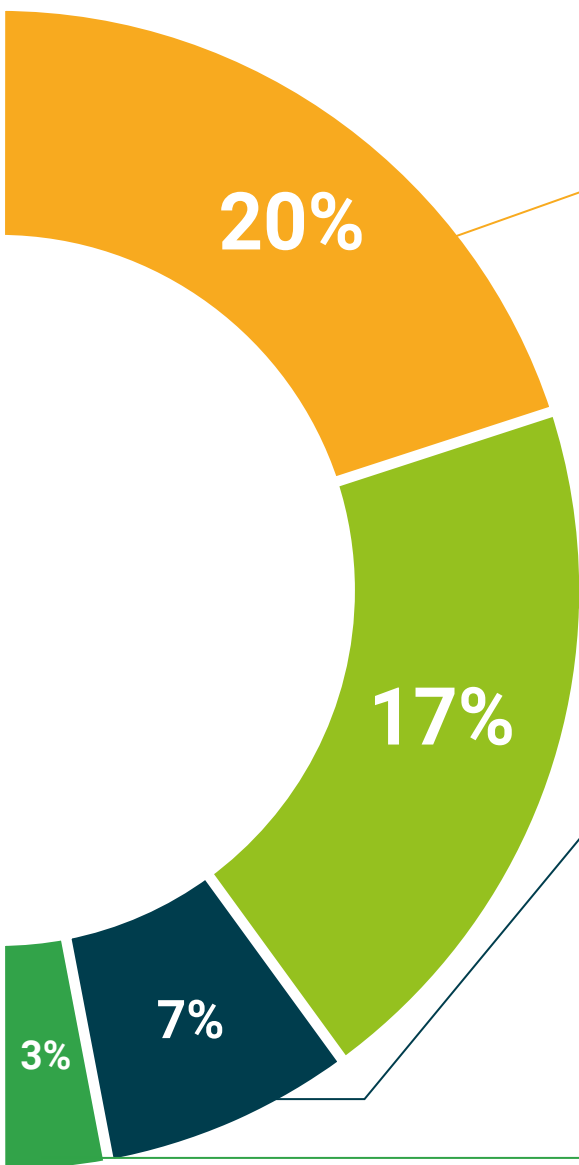


#### Letture complementari

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.



# 07 Titolo

Il Master Privato in Pilates Terapeutico garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Master Privato rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

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

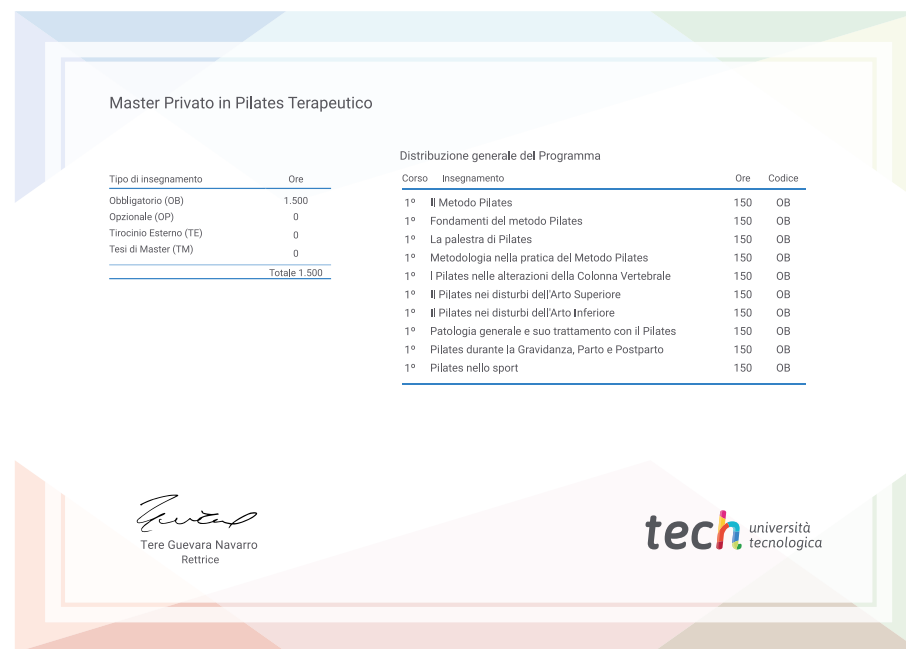
Questo **Master Privato in Pilates Terapeutico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

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

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

Titolo: **Master Privato in Pilates Terapeutico**

N° Ore Ufficiali: **1.500 o.**



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

futuro  
salute fiducia persone  
educazione informazione tutor  
garanzia accreditamento insegnamento  
istituzioni tecnologia apprendimento  
comunità impegno  
attenzione personalizzata innovazione  
conoscenza presente qualità  
formazione online  
sviluppo istituzioni  
classe virtuale lingu

**tech** università  
tecnologica

**Master Privato**

Pilates Terapeutico

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

# Master Privato

## Pilates Terapeutico

