

Certificat

Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports





Certificat

Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/kinesithérapie/cours/biomecanique-asanas-sol-adaptations-supports

Accueil

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 18

05

Méthodologie

page 22

06

Diplôme

page 30

01

Présentation

Il a été prouvé que la pratique du yoga peut améliorer de manière significative la qualité de vie des patients souffrant de douleurs musculaires, de pathologies musculo-squelettiques ou pendant la grossesse. Cependant, afin de l'appliquer correctement en thérapie, il est essentiel que les professionnels de la kinésithérapie aient une connaissance approfondie de la biomécanique et des différents éléments utilisés dans cette discipline. C'est pourquoi il est essentiel que les kinésithérapeutes qui souhaitent intégrer cette discipline dans leur pratique professionnelle aient accès à des informations actualisées et rigoureuses sur les asanas au sol et les supports utilisés, ainsi que les études biomécaniques correspondantes. Pour répondre à ce besoin, TECH a conçu un diplôme 100% en ligne qui offre le contenu le plus actuel et le plus complet dans ce domaine.





“

Un programme qui propose un enseignement avancé de la Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports d'une approche kinésithérapique"

La pratique du yoga s'est avérée bénéfique pour améliorer la posture du corps, prévenir les blessures et accroître la flexibilité des patients. C'est pourquoi de nombreux kinésithérapeutes souhaitent intégrer cette discipline complémentaire à leurs traitements traditionnels. Non seulement pour les avantages qu'elle offre, mais aussi pour sa sécurité.

Afin d'appliquer efficacement ce système thérapeutique, il est essentiel de connaître les Asanas au sol, leurs adaptations et la biomécanique de chaque posture.

Un programme unique et entièrement en ligne a été mis au point, qui fournit des informations actualisées et détaillées sur cette technique.

Ce programme est dirigé par des experts reconnus dans le domaine de la biomécanique des asanas au sol et des adaptations soutenues, afin que les étudiants puissent élargir leurs connaissances et compléter leur pratique avec des techniques éprouvées pour améliorer la santé physique et mentale de leurs patients.

En outre, le mode 100% en ligne permet une plus grande flexibilité, car les professionnels peuvent s'adapter à leur propre emploi du temps et étudier où et quand ils le souhaitent.

Ce **Certificat en Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Yoga
- ◆ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ◆ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder au contenu à partir de n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion Internet



Vous disposerez d'une variété de ressources complémentaires pour accéder à des informations plus détaillées sur les avantages de la pratique des asanas au sol"

“

Un diplôme qui vous permettra d'approfondir vos connaissances des différentes techniques et éléments utilisés dans les variations d'Asanas des postures assises et allongées"

Le programme dispose d'un corps enseignant formé de professionnels du domaine, qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus par de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Vous pourrez télécharger tous les contenus multimédias, y compris les recherches portant sur les différentes aides utilisées dans les variations des postures de yoga.

Vous en apprendrez davantage sur le yoga en tant que technique permettant d'améliorer l'alignement postural, de réduire la probabilité de blessures et d'augmenter la mobilité et la flexibilité du corps.



02

Objectifs

Ce diplôme vise à fournir aux professionnels de la kinésithérapie des connaissances détaillées sur la biomécanique des sols et les adaptations avec supports. Au cours des 6 semaines du cours, les diplômés seront en mesure d'apprendre diverses techniques pour traiter les patients souffrant de stress, de tension musculaire et de pathologies du système musculo-squelettique et de les appliquer dans leurs traitements spécifiques.



“

*TECH s'adapte à votre emploi du temps
et à votre volonté de rester toujours à
la pointe de l'actualité"*



Objectifs généraux

- ♦ Intégrer les connaissances et les compétences nécessaires au développement et à l'application corrects des techniques de thérapie par le yoga d'un point de vue clinique
- ♦ Créer un programme de yoga conçu et basé sur des preuves scientifiques
- ♦ Approfondir les asanas les plus appropriés en fonction des caractéristiques de la personne et des lésions qu'elle présente
- ♦ Études approfondies sur la biomécanique et son application aux asanas de la thérapie par le yoga
- ♦ Décrire l'adaptation des asanas de yoga aux pathologies de chaque personne
- ♦ Approfondir les bases neurophysiologiques des techniques de méditation et de relaxation existantes

“

Les procédures vidéo vous permettront de vous rapprocher de la dernière technique d'exécution des les Asanas au sol en utilisant différents supports"





Objectifs spécifiques

- ◆ Identifier les principaux asanas au sol, leurs variations et comment appliquer correctement la biomécanique pour maximiser leurs bénéfices
- ◆ Approfondir les principes biomécaniques fondamentaux des asanas de verrouillage et la manière de les exécuter en toute sécurité et de manière efficace
- ◆ Mettre à jour les connaissances sur les asanas réparateurs et sur la manière d'appliquer la biomécanique pour détendre et restaurer le corps. biomécanique pour détendre et restaurer le corps
- ◆ Identifier les principaux inversions et comment utiliser la biomécanique pour les réaliser en toute sécurité et de manière efficace
- ◆ Approfondir les différents types de supports (blocs, ceinture et selle) et comment les utiliser pour améliorer la biomécanique des asanas au sol
- ◆ Étudier l'utilisation d'accessoires pour adapter les asanas aux différents besoins et capacités physiques
- ◆ Approfondir les premières étapes du yoga restaurateur et la façon d'appliquer la biomécanique pour détendre le corps et l'esprit

03

Direction de la formation

Ce diplôme est composé d'une équipe exceptionnelle d'enseignants, choisis pour leur expertise et leur expérience professionnelle dans le domaine de la thérapie par le yoga. En outre, un cours de maître sera donné par un instructeur de renommée internationale dans ce domaine à l'échelle internationale. De cette façon, les étudiants pourront être sûrs d'avoir les informations les plus complètes et les plus récentes sur la biomécanique des asanas au sol et des adaptations soutenues et des adaptations soutenues, tout en conservant l'approche rigoureuse offerte par les preuves scientifiques dans cette discipline.





“

Maintenez vos connaissances de cette discipline thérapeutique à jour grâce à un contenu de haute qualité développé par l'un des principaux formateurs d'instructeurs de l'Institut de yoga Intégral de New York"

Directeur invité

En tant que **directrice des enseignants et responsable de la formation** des instructeurs à l'Institut de yoga Intégral de New York, Dianne Galliano s'est positionnée comme l'une des figures les plus importantes dans ce domaine au niveau international. Son parcours académique est principalement axé sur le yoga thérapeutique, avec plus de 6 000 heures documentées d'enseignement et de formation continue.

Ainsi, elle encadre, développe des protocoles et des critères de formation et assure la formation continue des instructeurs de l'Institut de yoga intégral. Elle combine ce travail avec son rôle de thérapeute et d'institutrice dans d'autres institutions telles que le 14TH Street Y, Spa du bien-être de l'Institut de Yoga Intégral ou L'Alliance Éducative: Centre pour la vie équilibrée.

Son travail s'étend également à la **création et à l'animation de programmes de yoga**, à l'élaboration d'exercices et à l'évaluation des défis qui peuvent se présenter. Tout au long de sa carrière, elle a travaillé avec différents profils de personnes, notamment des hommes et des femmes âgés ou d'âge moyen, des personnes en période prénatale et postnatale, de jeunes adultes et même des vétérans de guerre souffrant de divers problèmes de santé physique et mentale.

Pour chacun d'entre eux, elle effectue un travail minutieux et personnalisé, ayant traité des personnes atteintes d'ostéoporose, en voie de guérison après une opération du cœur ou un cancer du sein, souffrant de vertiges, de douleurs dorsales, du syndrome du côlon irritable et d'obésité. Elle est titulaire de plusieurs certifications, dont E-RYT 500 de Alliance Yoga Premiers soins de base (BLS) de Formation en santé américaine

Instructeur d'exercice certifié du Centre du mouvement somatique.



Mme Galliano, Dianne

- Directrice des Enseignants à l'Institut de Yoga Intégral - New York, New York, USA
- Instructrice de Yoga Thérapie au 14TH Street Y
- Thérapeute en Yoga au Spa du bien-être de l'Institut de Yoga Intégral à New York City
- Instructrice Thérapeutique à l'Alliance Educative: Centre pour la vie équilibrée
- Licence en Éducation Élémentaire de l'Université de l'État de New York
- Master en Yoga Thérapeutique de l'Université de Maryland

“

Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”

Direction



Mme Escalona García, Zoraida

- ♦ Vice-présidente de Association espagnole de Yoga Thérapeutique
- ♦ Fondatrice de la méthode Air Core (cours combinant le TRX et/ou l'entraînement fonctionnel avec le yoga)
- ♦ Diplôme d'études Formatrice en Yoga Thérapeutique
- ♦ Diplôme en sciences Biologiques de l'UAM
- ♦ Cours de professeur de yoga ashtanga progressif, Physiomyoga, yoga myofascial, yoga et cancer
- ♦ Cours d'Instructeur Pilates au Sol
- ♦ Cours de Phytothérapie et de nutrition
- ♦ Cours de Professeur de méditation

Professeurs

Mme Villalba, Vanessa

- ♦ Instructrice au Gimnasios Villalba
- ♦ Instructrice de Vinyasa yoga et de power yoga 2017 Seville IEY
- ♦ Instructrice de yoga aérien 2017 Seville
- ♦ Instructrice de yoga intégral à IEY Seville IEY
- ♦ Intelligence corporelle TM yoga. Niveau en IEY Huelva
- ♦ Instructrice de yoga pour la grossesse et le post-partum à IEY Seville IEY
- ♦ Instructrice de yoga nidra, de yoga thérapeutique et de yoga chamanique
- ♦ Instructrice de base en Pilates par la FEDA
- ♦ Instructrice de Pilates au sol avec instruments
- ♦ Technicien supérieur FEDA en fitness et entraînement personnel
- ♦ Spinning Start I Instructrice de la Fédération Espagnole de Spinning
- ♦ Instructrice de Power Dumbell pour une association d'aérobic et de fitness
- ♦ Chiropraticienne en Chiromassage à l'Ecole Supérieure de Quiromasaje et Thérapies
- ♦ Formation au drainage lymphatique par PRAXIS à Séville



04

Structure et contenu

Ce diplôme se distingue par son contenu pédagogique de premier ordre. Grâce à l'utilisation d'outils didactiques avancés, l'étudiant sera en mesure d'apprendre de manière attrayante et dynamique la biomécanique des Asanas au sol et les adaptations soutenues, le tout en seulement 6 semaines. En outre, la bibliothèque virtuelle est accessible 24 heures sur 24, à partir de n'importe quel appareil avec un accès à l'internet.



“

*Un programme 100% en ligne avec
d'excellentes ressources pédagogiques
sur la Biomécanique des Asanas au Sol"*

Module 1. Répartition des asanas du sol principal et adaptations avec supports

- 1.1. Asanas de l'étage principal
- 1.2. Pompes sur le dos
- 1.3. Torsions et inclinaisons latérales
- 1.4. Fermeture des asanas
- 1.5. Inversé
- 1.6. Blocs
- 1.7. Ceinture
- 1.8. Asanas sur une chaise
- 1.9. Yoga sur chaise
- 1.10. Asanas réparatrices





“

Explorez à votre guise, à l'aide d'un appareil électronique avec accès à Internet, les distinctions entre le yoga restaurateur et le yoga thérapeutique”

05

Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **le Relearning**.

Ce système d'enseignement est utilisé, par exemple, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”

À TECH nous utilisons la Méthode des Cas

Dans une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, les étudiants seront confrontés à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels ils devront enquêter, établir des hypothèses et enfin résoudre la situation. Il existe de nombreuses preuves scientifiques de l'efficacité de cette méthode. Les kinésithérapeutes et les kinésiologues apprennent mieux, plus rapidement et de manière plus durable.

Avec TECH, vous pouvez faire l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui ébranle les fondements des universités traditionnelles du monde entier.



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit basé sur la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de l'exercice professionnel de la kinésithérapie.

“

Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour qu'ils prennent des décisions et justifient la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard”

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre réalisations clés:

1. Les kinésithérapeutes/kinésiologues qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques qui permettent au kinésithérapeute ou au kinésiologue de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.



Le kinésithérapeutes/kinésiologue apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter un apprentissage immersif.

À la pointe de la pédagogie mondiale, la méthode Relearning a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels qui terminent leurs études, par rapport aux indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde (Columbia University).

Cette méthodologie a formé plus de 65.000 kinésithérapeutes/kinésiologues avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge manuelle/pratique. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre avec moins d'efforts et plus de performance, en vous impliquant davantage dans votre formation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, le score global de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le support matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui vont enseigner le programme universitaire, spécifiquement pour lui, de sorte que le développement didactique est vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, avec les dernières techniques qui offrent des pièces de haute qualité dans chacun des matériaux qui sont mis à la disposition de l'étudiant.



Techniques et procédures de kinésithérapie en vidéo

TECH apporte les techniques les plus récentes et les dernières avancées éducatives à l'avant-garde des techniques et procédures actuelles de kinésithérapie/kinésiologie. Tout cela, à la première personne, avec la plus grande rigueur, expliqué et détaillé pour contribuer à l'assimilation et à la compréhension de l'étudiant. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



Résumés interactifs

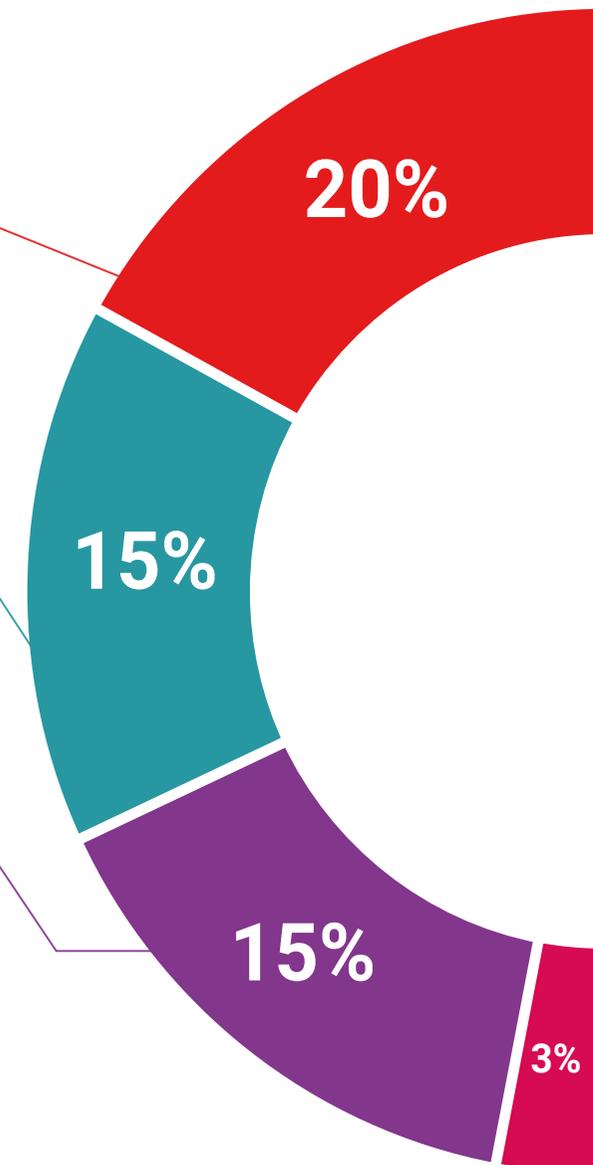
L'équipe TECH présente les contenus de manière attrayante et dynamique dans des pilules multimédia comprenant des audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de renforcer les connaissances.

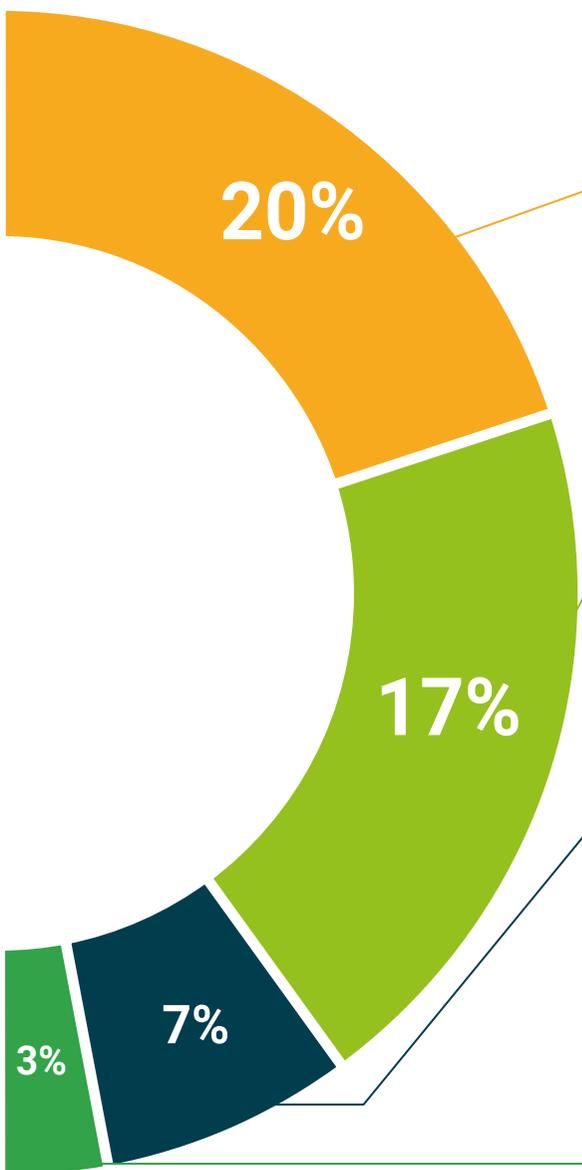
Ce système unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story"



Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Analyses de cas menées et développées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de l'attention et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



Guides d'action rapide

TECH offre les contenus les plus pertinents du cours sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Une manière synthétique, pratique et efficace d'aider les élèves à progresser dans leur apprentissage.



06 Diplôme

Le Certificat en Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

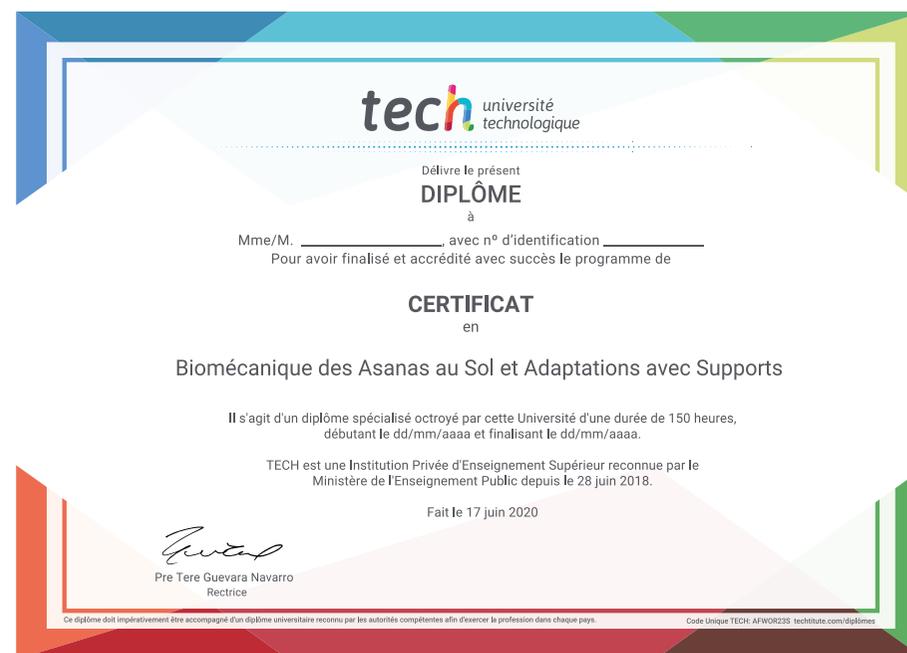
*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
formalités administratives”*

Ce **Certificat en Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports**
N° d'heures officielles: **150 h.**





Certificat

Biomécanique des Asanas
au Sol et Adaptations
avec Supports

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Biomécanique des Asanas au Sol et Adaptations avec Supports

