

Certificat

Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement

Approuvé par la NBA





Certificat

Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement

- » 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/kinesitherapie/cours/entrainement-force-amelioration-capacites-mouvement

Sommaire

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 16

05

Méthodologie

page 22

06

Diplôme

page 30

01 Présentation

De nombreux sports impliquent *sprints* en ligne droite, mais il est plus courant de répéter des *sprints* courts avec des changements de direction. La capacité à courir de manière répétée et à changer de direction pendant la course est un facteur déterminant de la performance dans de nombreux sports. Par conséquent, l'athlète a souvent besoin de la reconnaissance et des compétences des physiothérapeutes pour renforcer la musculature et prévenir d'éventuelles blessures.

Tout au long de ce programme, un accent particulier sera mis sur l'identification des principales *skills* et l'amélioration des compétences du kinésithérapeute.



“Approfondissez vos connaissances en matière d'Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement grâce à ce programme de haut niveau destiné aux Physiothérapeutes”

Le paradigme actuel des sports de terrain subit des changements dans la communauté scientifique, où l'on met davantage l'accent non seulement sur les *skills* linéaires, mais aussi *skills* qui permettent aux athlètes de se déplacer à 360°. Cela représente un accent sur la spécificité de l'entraînement avec des schémas de mouvement spécifiques, car l'entraînement traditionnel axé sur les mouvements dans le plan sagittal semble avoir peu ou pas d'influence sur l'amélioration des performances sportives.

L'entraînement musculaire des athlètes est un élément fondamental de la prévention et du traitement des maladies chroniques non transmissibles. L'entraînement clinique supervisé par un physiothérapeute réduit la faiblesse musculaire et le risque de blessure, et constitue une méthode efficace pour augmenter la masse et la force musculaires.

L'équipe d'enseignants de ce Certificat en Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement a fait une sélection minutieuse de chacun des sujets de ce programme, afin d'offrir à l'étudiant l'opportunité d'étude la plus complète possible et toujours liée à l'actualité.

Ainsi, TECH, nous nous sommes engagés à créer des contenus d'enseignement et d'éducation de haute qualité qui transforment nos élèves en professionnels à succès, en suivant les plus hauts standards de qualité dans l'enseignement au niveau international. Pour cette raison, nous présentons ce programme avec un contenu riche qui vous aidera à atteindre l'élite de la Physiothérapie. En tant que Certificat en ligne, l'étudiant n'est pas conditionné par des horaires fixes ou la nécessité de se déplacer dans un autre lieu physique, mais peut accéder aux contenus à tout moment de la journée, en conciliant sa vie professionnelle ou personnelle avec sa vie académique.

Ce **Certificat en Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement** contient le programme scientifique le plus complet et le plus à jour disponible sur le marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement de nombreuses études de cas présentées par des spécialistes du coaching personnel
- ◆ Son contenu graphique, schématique et éminemment pratique est destiné à fournir des informations disciplines médicales indispensables à la pratique professionnelle
- ◆ Des exercices où le processus d'auto-évaluation peut être réalisé pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Le système d'apprentissage interactif, basé sur des algorithmes, pour la prise de décision
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes en physiothérapie
- ◆ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Plongez dans l'étude de ce Certificat d'une grande rigueur scientifique et améliorez vos compétences en matière d'entraînement de la force pour les sports de haut niveau"

“

Ce Certificat est le meilleur investissement que vous pouvez faire dans la sélection d'un programme de mise à niveau pour deux raisons: en plus de mettre à jour vos connaissances en tant qu'entraîneur personnel, vous obtiendrez un diplôme de TECH Université Technologique”

Son corps enseignant comprend des professionnels qui apportent l'expérience de leur travail à ce programme, ainsi que des spécialistes reconnus issus 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 Certificat. Pour ce faire, le professionnel sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts d' le domaine renommés et expérimentés.

Se spécialiser et se démarquer dans un secteur où la demande professionnelle est forte.

Ce Certificat 100% en ligne vous permettra de combiner vos études avec votre travail professionnel tout en améliorant vos connaissances dans ce domaine.



02 Objectifs

L'objectif principal de ce programme est le développement des apprentissages théoriques et pratiques, afin que le kinésithérapeute puisse maîtriser de manière pratique et rigoureuse d'Entraînement en Force pour Améliorer la de Capacités de Mouvement.



“

Notre objectif est d'atteindre l'excellence académique et de vous aider à réussir professionnellement. N'hésitez plus et rejoignez-nous”



Objectifs généraux

- ◆ Approfondir les connaissances sur la base des dernières preuves scientifiques, avec une pleine applicabilité dans le domaine pratique de la musculation
- ◆ Maîtriser toutes les méthodes les plus avancées en matière de gestion des entités sportives
- ◆ Appliquer avec certitude les méthodes d'entraînement les plus actuelles pour améliorer les performances sportives en termes de force
- ◆ Maîtriser efficacement l'entraînement de la force pour améliorer les performances dans les sports de marque et de temps ainsi que dans les sports de situation
- ◆ Maîtriser les principes de la physiologie et de la biochimie de l'exercice
- ◆ Approfondir les principes régissant la théorie des systèmes dynamiques complexes en relation avec l'entraînement de la force
- ◆ Intégrer avec succès l'entraînement de la force pour l'amélioration des capacités motrices immergées dans le sport
- ◆ Maîtriser avec succès toutes les connaissances acquises dans les différents modules dans la pratique réelle





Objectifs spécifiques

- ◆ Comprendre en profondeur la relation entre la force et skills
- ◆ Identifier les principales skills sportives, afin de les analyser, de les comprendre, puis de les améliorer par l'entraînement
- ◆ Organiser et systématiser le processus de développement des skills
- ◆ Établir un lien et une relation entre le travail sur le terrain et le travail en salle afin d'améliorer les skills

“

Le domaine du sport a besoin de professionnels formés et nous vous donnons les clés pour vous placer dans l'élite professionnelle”

03

Direction de la formation

Notre équipe d'enseignants jouit d'un grand prestige dans les secteurs et sont des professionnels ayant des années d'expérience dans l'enseignement qui se sont réunis pour vous aider à donner un coup de pouce à votre profession. Pour ce faire, ils ont développé ce Certificat avec des mises à jour récentes dans le domaine qui vous permettront de vous former et d'accroître vos compétences dans le domaine de.





“

Apprenez des meilleurs professionnels et devenez un professionnel accompli”

Direction



M. Rubina, Dardo

- ◆ CEO de Test and Training
- ◆ Coordinateur de la Préparation physique EDM
- ◆ Préparateur physique de la Première Équipe EDM
- ◆ Master en (ARD) COE
- ◆ EXOS CERTIFICATION
- ◆ Spécialiste d'entraînement de Force pour la Prévention des Blessures, la Réadaptation Fonctionnelle et Physique-Sportive
- ◆ Spécialiste de l'Entraînement de la Force Appliquée aux Performances Physiques et Sportives
- ◆ Spécialiste en Biomécanique Appliquée et en Évaluation Fonctionnelle
- ◆ Certification en Technologies pour le Contrôle du Poids et la Performance Physique
- ◆ Études supérieures en Activité Physique dans les Populations atteintes de Pathologies
- ◆ Diplôme d'Études Supérieures en Prévention des Blessures et en Réadaptation
- ◆ Certification en Évaluation Fonctionnelle et Exercice Correctif
- ◆ Certification en Neurologie Fonctionnelle
- ◆ Diplôme d'études Avancées (DEA) université de Castilla-La-Mancha
- ◆ Doctorat en (ARD)

Professeurs

M. Gizzarelli, Matías Bruno

- ◆ Diplômé en Éducation Physique
- ◆ Formation en Neurosciences Appliquées
- ◆ EXOS Performance Specialist
- ◆ Auteur du Livre "Formative Basketball: Préparation Physique"



04

Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par une équipe de professionnels connaissant les implications de la formation dans la pratique quotidienne, conscients de la pertinence de l'actualité de qualité dans le domaine de la physiothérapie, et engagés dans l'enseignement par le biais des nouvelles technologies éducatives.





“

Nous disposons du programme scientifique le plus complet et le plus récent du marché. Nous voulons vous offrir la meilleure formation possible”

Module 1. Entraînement en force pour l'amélioration des capacités de mouvement

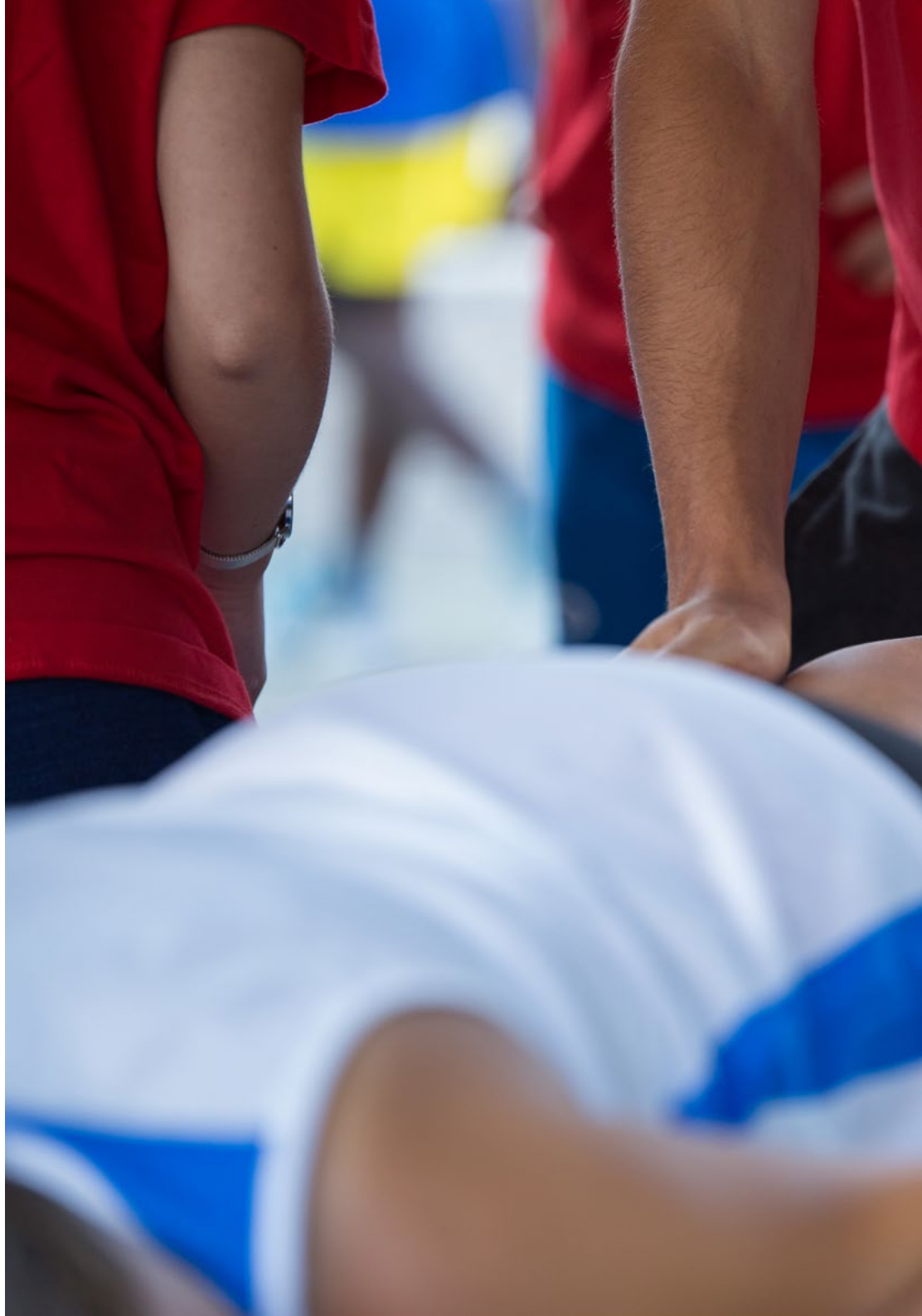
- 1.1. Force dans le développement des compétences
 - 1.1.1. Importance de la force dans le développement des *skills*
 - 1.1.2. Avantages de l'entraînement musculaire axé sur les *skills*
 - 1.1.3. Types de force présents dans les *skills*
 - 1.1.4. La formation est un moyen nécessaire au développement de la force des *skills*
- 1.2. *Skills* en matière de sports d'équipe
 - 1.2.1. Concepts généraux
 - 1.2.2. *Skills* en matière de développement des performances
 - 1.2.3. Classification des *Skills*
 - 1.2.3.1. *Locomotive skills*
 - 1.2.3.2. *Manipulative skills*
- 1.3. Agilité et mouvement
 - 1.3.1. Concepts de base
 - 1.3.2. Importance dans les sports
 - 1.3.3. Les composantes de l'agilité
 - 1.3.3.1. Classification des aptitudes au mouvement
 - 1.3.3.2. Facteurs physiques: force
 - 1.3.3.3. Facteurs anthropométriques
 - 1.3.3.4. Composantes perceptuelles et cognitives
- 1.4. Posture
 - 1.4.1. Importance de la posture des *skills*
 - 1.4.2. Posture et mobilité
 - 1.4.3. Posture et noyau
 - 1.4.4. Posture et centre de pression
 - 1.4.5. Analyse biomécanique de la posture efficace
 - 1.4.6. Ressources méthodologiques





- 1.5. *Skills* linéaires (compétences linéaires)
 - 1.5.1. Caractéristiques des *skills* linéaires
 - 1.5.1.1. Plans et vecteurs principaux
 - 1.5.2. Classification
 - 1.5.2.1. Démarrage, freinage et décélération
 - 1.5.2.1.1. Définitions et contexte d'utilisation
 - 1.5.2.1.2. Analyse biomécanique
 - 1.5.2.1.3. Ressources méthodologiques
 - 1.5.2.2. Accélération
 - 1.5.2.2.1. Définitions et contexte d'utilisation
 - 1.5.2.2.2. Analyse biomécanique
 - 1.5.2.2.3. Ressources méthodologiques
 - 1.5.2.3. Backpedal
 - 1.5.2.3.1. Définitions et contexte d'utilisation
 - 1.5.2.3.2. Analyse biomécanique
 - 1.5.2.3.3. Ressources méthodologiques
- 1.6. *Skills* multidirectionnelles: *Shuffle*
 - 1.6.1. Classification des *skills* multidirectionnelles
 - 1.6.2. *Shuffle*: définitions et contexte d'utilisation
 - 1.6.3. Analyse biomécanique
 - 1.6.4. Ressources méthodologiques
- 1.7. *Skills* multidirectionnelles: crossover
 - 1.7.1. Le crossover comme changement de direction
 - 1.7.2. Le crossover comme mouvement de transition
 - 1.7.3. Définitions et contexte d'utilisation
 - 1.7.4. Analyse biomécanique
 - 1.7.5. Ressources méthodologiques

- 1.8. *Jump Skills I* (compétences de saut)
 - 1.8.1. Importance du saut dans les *skills*
 - 1.8.2. Concepts de base
 - 1.8.2.1. Biomécanique du saut
 - 1.8.2.2. CEA
 - 1.8.2.3. *Stiffness*
 - 1.8.3. Classification des sauts
 - 1.8.4. Ressources méthodologiques
- 1.9. *Jump Skills II* (compétences de saut)
 - 1.9.1. Méthodologie
 - 1.9.2. Accélération et sauts
 - 1.9.3. *Shuffle* et sauts
 - 1.9.4. Crossover et sauts
 - 1.9.5. Ressources méthodologiques
- 1.10. Variables de programmation





“

*Une expérience de formation unique,
clé et décisive pour stimuler votre
développement professionnel”*

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***.



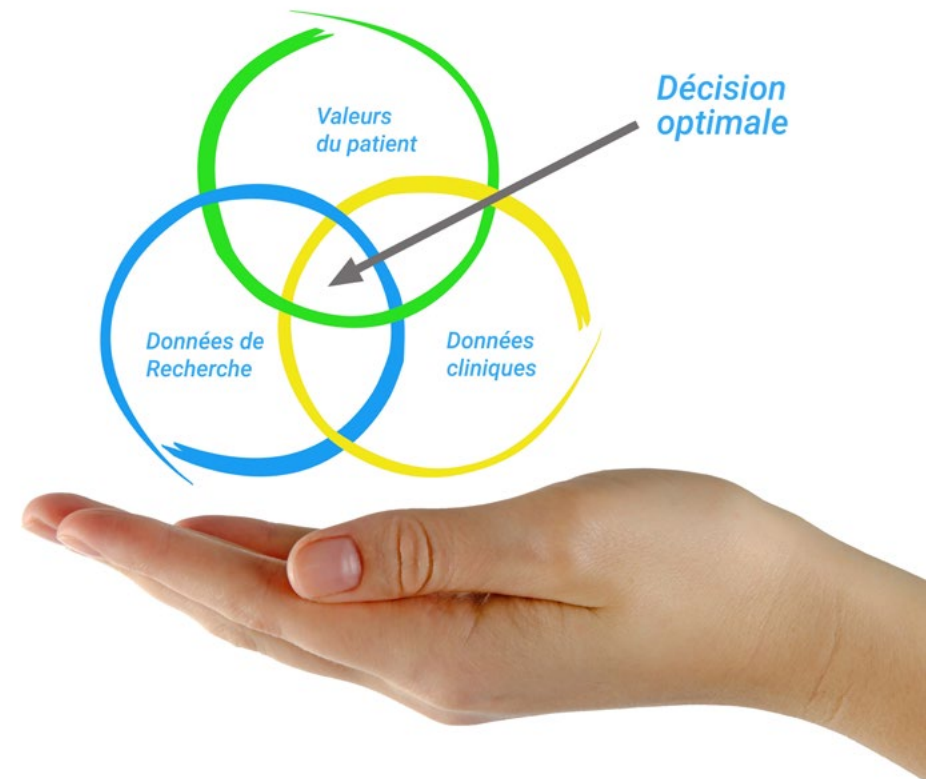
“

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

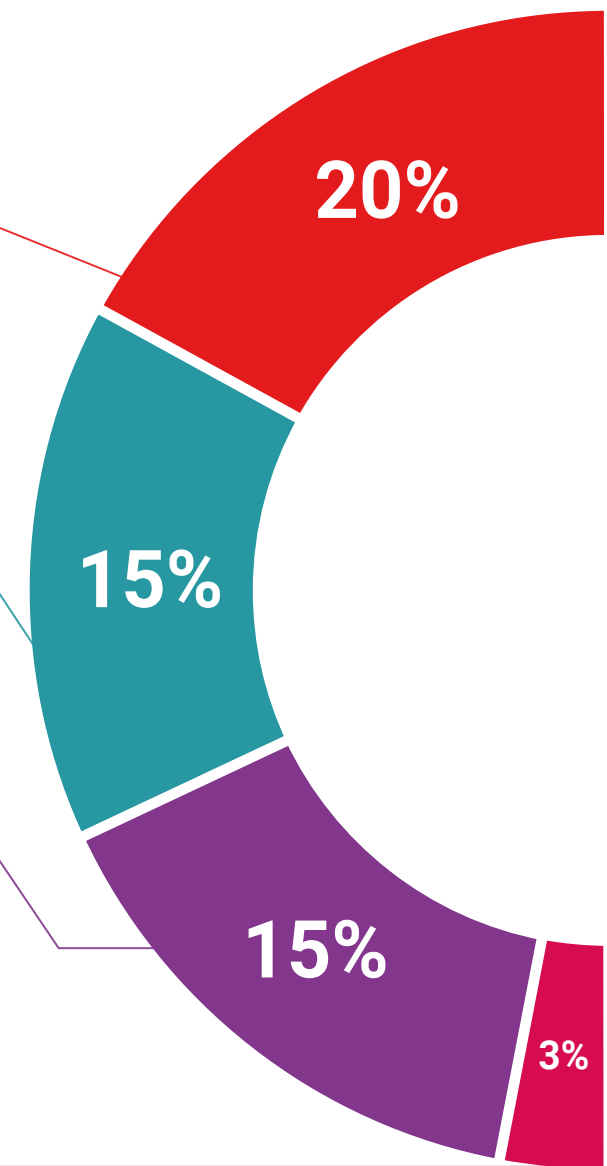
L'équipe TECH présente les contenus de manière attrayante et dynamique dans des pilules multimédia comprenant des audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de renforcer les connaissances.

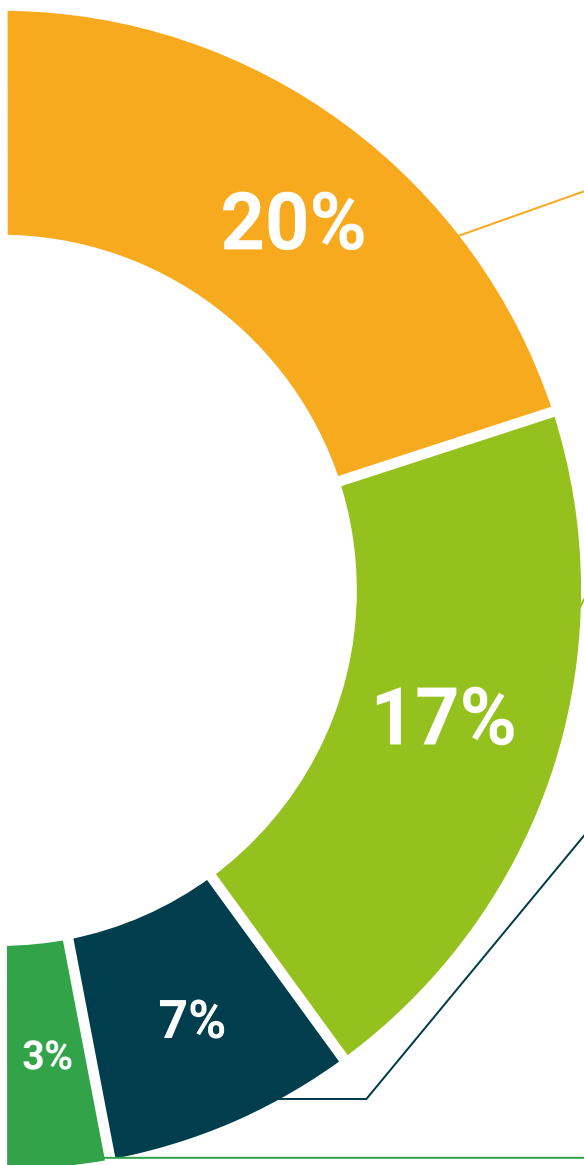
Ce système unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story"



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 Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement, 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.



“

*Finalisez ce programme avec succès
et recevez votre Certificat sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
démarches administratives”*

Ce **Certificat en Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi les évaluations, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception le diplôme de **Certificat 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 Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement**

N.° d'Heures Officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langues

tech université
technologique

Certificat

Entraînement de la Force
pour l'Amélioration des
Capacités de Mouvement

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

Certificat

Entraînement de la Force pour l'Amélioration des Capacités de Mouvement

Approuvé par la NBA

