

Privater Masterstudiengang Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege





Privater Masterstudiengang Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 12 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtitude.com/de/krankenpflege/masterstudiengang/masterstudiengang-therapeutisches-pilates-krankenpflege

Index

01

Präsentation

Seite 4

02

Ziele

Seite 8

03

Kompetenzen

Seite 12

04

Kursleitung

Seite 16

05

Struktur und Inhalt

Seite 22

06

Methodik

Seite 34

07

Qualifizierung

Seite 42

01

Präsentation

Die Wirksamkeit der Pilates-Methode hat dazu geführt, dass sie zunehmend in die Gesundheitsfürsorge integriert wird. Das Interesse im therapeutischen Bereich ist auf die große Bandbreite der behandelbaren Pathologien sowie auf die Anpassung der Techniken an schwangere Patientinnen zurückzuführen. Ein breites Spektrum, aus dem das Pflegepersonal schöpfen kann. Aus diesem Grund hat TECH diese 100%ige Online-Weiterbildung entwickelt, die einen umfassenden Überblick über die Entwicklung und die verschiedenen Arten der bestehenden Methoden, die Indikationen und Kontraindikationen bestimmter Übungen und die technologischen Fortschritte in diesem Bereich bietet. All dies dank fortschrittlicher und qualitativ hochwertiger Inhalte, die von einem hervorragenden Team von Dozenten, Experten auf diesem Gebiet, entwickelt wurden.





“

Dies ist ein privater Masterstudiengang, der Sie durch eine 100%ige Online-Methode auf den neuesten Stand des therapeutischen Pilates bringt"

Die wissenschaftliche Erforschung der Pilates-Methode hat dazu geführt, dass sie aufgrund ihrer Vorteile bei der Arbeit mit bestimmten Patienten zur Stärkung der Muskeln, der Flexibilität und der Beweglichkeit in verschiedene Bereiche des Gesundheitswesens integriert wurde. Es handelt sich um eine Therapie zur Verbesserung von Muskel-Skelett-Erkrankungen, neurologischen Erkrankungen oder bei Schwangeren und Frauen mit postpartalen Beschwerden.

In diesem Zusammenhang trägt die Pflegefachkraft, die die verschiedenen Übungen dieser Disziplin beherrscht, wesentlich zur Genesung des Patienten bei. Aus diesem Grund hat TECH den Abschluss in therapeutischem Pilates mit einer reinen Online-Methode und den besten didaktischen Materialien des aktuellen akademischen Panoramas entwickelt.

Es handelt sich um ein Programm, das es den Studenten ermöglicht, mit der Entwicklung dieser körperlichen Aktivität Schritt zu halten, mit den modernsten Geräten, die heute verwendet werden, und mit der Integration neuer Technologien zur Überwachung der vom Patienten eingenommenen Positionen. All dies wird durch Videozusammenfassungen zu jedem Thema, detaillierte Videos, Fachliteratur und Fallstudien unterstützt.

Dank der *Relearning*-Methode, die auf der ständigen Wiederholung von Kernkonzepten basiert, müssen die Studenten nicht viele Stunden in das Lernen und Auswendiglernen investieren, da sie mit diesem System viel leichter in der Lage sind, diese zu konsolidieren.

Ein Abschluss, der noch attraktiver ist, weil er den Zugang zu den Inhalten erleichtert, wann und wo immer die Studenten es wünschen. Sie benötigen lediglich ein digitales Gerät mit Internetzugang (Mobiltelefon, Tablet oder Computer), um den auf der virtuellen Plattform gehosteten Lehrplan abzurufen. Zweifellos eine einzigartige akademische Erfahrung, die darauf abzielt, eine echte Antwort auf die Bedürfnisse der Pflegekräfte zu geben.

Dieser **Privater Masterstudiengang in Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt.

Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten aus dem Bereich der Physiotherapie und Spezialisten in Pilates vorgestellt werden
- ♦ Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- ♦ Er enthält praktische Übungen, in denen der Selbstbewertungsprozess durchgeführt werden kann, um das Lernen zu verbessern
- ♦ Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- ♦ Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- ♦ Die Verfügbarkeit des Zugriffs auf die Inhalte von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



TECH passt sich an Sie und Ihren Zeitplan an. Deshalb wurde ein flexibles Programm mit Inhalten erstellt, die 24 Stunden am Tag zugänglich sind"



Erfahren Sie mehr über die Perfektionierung der Ausrüstung bei Pilates mit Geräten in dieser Weiterbildung"

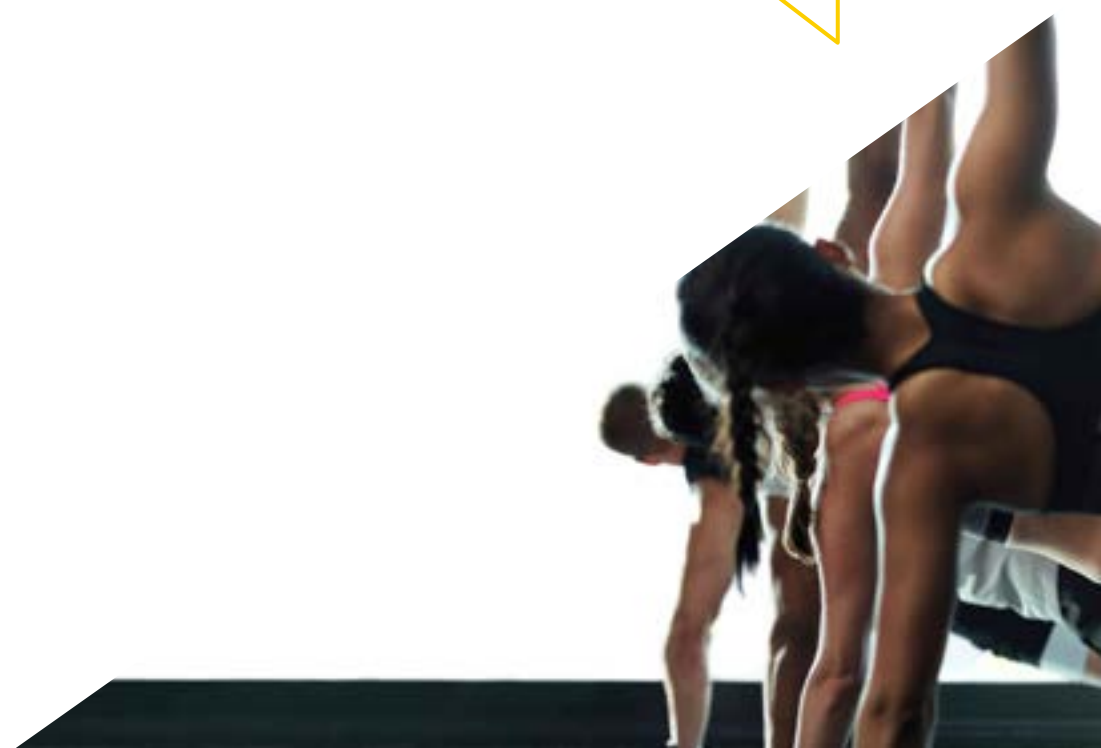
Zu den Dozenten des Programms gehören Experten aus der Branche, die ihre Erfahrungen in diese Fortbildung einbringen, sowie anerkannte Spezialisten aus führenden Unternehmen und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

Dank der Fachlektüre werden Sie in der Lage sein, sich über die wissenschaftlichen Erkenntnisse über Pilates bei neurologischen Patienten auf dem Laufenden zu halten.

Sie werden die Entwicklung der Pilates-Methode von der klassischen zur therapeutischen und rehabilitativen Methode kennenlernen.



02 Ziele

Dieses akademische Angebot wurde entwickelt, um Pflegefachkräften die aktuellsten und wissenschaftlich fundierten Informationen über therapeutisches Pilates zu bieten. Am Ende der 12 Monate dieses Studiums werden die Studenten ein aktuelles Wissen über den Umgang mit verschiedenen Pathologien durch diese Disziplin erlangt haben. Sie werden somit in der Lage sein, ihre Fähigkeit zu verbessern, Patienten zu betreuen, die eine Rehabilitation oder eine Vorbereitung ihres Körpers für sportliche Wettkämpfe oder eine Geburt benötigen.





“

In nur 12 Monaten erreichen Sie Ihr Ziel, Ihre Kenntnisse in therapeutischem Pilates zu aktualisieren, dank der hochwertigen didaktischen Inhalte, die von TECH angeboten werden"



Allgemeine Ziele

- ♦ Erweitern der Kenntnisse und professionellen Fähigkeiten in der Ausübung und Vermittlung von Pilates-Übungen am Boden, an verschiedenen Geräten und mit Hilfsmitteln
- ♦ Unterscheiden der Anwendungen von Pilates-Übungen und der Anpassungen, die für jeden Patienten vorgenommen werden müssen
- ♦ Erstellen eines Protokolls mit Übungen, die an die Symptomatik und Pathologie des jeweiligen Patienten angepasst sind
- ♦ Definieren der Progressionen und Regressionen der Übungen entsprechend den verschiedenen Phasen im Genesungsprozess einer Verletzung
- ♦ Vermeiden von Übungen, die nach der vorherigen Beurteilung der Patienten und Klienten kontraindiziert sind
- ♦ Vertieftes Arbeiten mit den Geräten, die in der Pilates-Methode verwendet werden
- ♦ Vermitteln der notwendigen Informationen, um nach wissenschaftlichen und aktuellen Informationen über Pilates-Behandlungen bei verschiedenen Krankheitsbildern suchen zu können
- ♦ Analysieren der Bedürfnisse und Verbesserungen von Pilates-Geräten in einem therapeutischen Raum, der für Pilates-Übungen bestimmt ist
- ♦ Entwickeln von Maßnahmen zur Verbesserung der Wirksamkeit von Pilates-Übungen auf der Grundlage der Prinzipien der Methode
- ♦ Korrektes und analytisches Ausführen der Übungen, die auf der Pilates-Methode basieren
- ♦ Analysieren der physiologischen und posturalen Veränderungen, die schwangere Frauen betreffen
- ♦ Entwickeln von Übungen, die an die Frau im Verlauf der Schwangerschaft bis zur Entbindung angepasst sind
- ♦ Beschreiben der Anwendung der Pilates-Methode bei Spitzensportlern





Spezifische Ziele

Modul 1. Die Pilates-Methode

- ♦ Entdecken des Hintergrunds von Pilates
- ♦ Eintauchen in die Geschichte von Pilates
- ♦ Beschreiben der Methodik von Pilates

Modul 2. Grundlagen der Pilates-Methode

- ♦ Eintauchen in die Grundlagen von Pilates
- ♦ Identifizieren der wichtigsten Übungen
- ♦ Erklären der zu vermeidenden Pilates-Positionen

Modul 3. Das Pilates-Studio

- ♦ Beschreiben des Raums, in dem Pilates ausgeführt wird
- ♦ Kennen der Geräte, die für Pilates verwendet werden
- ♦ Skizzieren von Übungsprotokollen und Progressionen

Modul 4. Methodik in der Praxis der Pilates-Methode

- ♦ Systematisieren von Trainingseinheiten auf der Grundlage der Pilates-Methode
- ♦ Definieren der Arten von Trainingseinheiten auf der Grundlage der Pilates-Methode
- ♦ Eingehen auf die Kontroversen und die korrekt angewendete Pilates-Methode

Modul 5. Pilates bei Wirbelsäulenverletzungen

- ♦ Untersuchen der wichtigsten Probleme der Wirbelsäule und deren Behandlung
- ♦ Auffrischen der Kenntnisse über die Hauptprobleme des Rückens und deren Behandlung
- ♦ Anwenden von spezifischen Übungsprotokollen für den Genesungsprozess von Verletzungen

Modul 6. Pilates bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen

- ♦ Erkennen der Pathologien der Schulter und deren Behandlung
- ♦ Erarbeiten von Kenntnissen über die Pathologie des Ellenbogens und ihre Behandlung
- ♦ Untersuchen der Pathologie des Handgelenks und deren Behandlung

Modul 7. Pilates bei Verletzungen der unteren Gliedmaßen

- ♦ Feststellen der besonderen Charakteristika der einzelnen Läsionen
- ♦ Behandeln von Beschwerden mit Hilfe von Übungen nach der Pilates-Methode
- ♦ Anwenden spezifischer Übungsprotokolle für den Genesungsprozess von Verletzungen

Modul 8. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates

- ♦ Beherrschen der Charakteristika der einzelnen Pathologien
- ♦ Erkennen der wichtigsten Symptome jeder Pathologie
- ♦ Behandeln von Beschwerden mit Hilfe von Übungen nach der Pilates-Methode

Modul 9. Pilates während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett

- ♦ Unterscheiden der verschiedenen Phasen der Schwangerschaft
- ♦ Bestimmen spezifischer Übungen für jede Phase
- ♦ Beraten der Frauen während der Schwangerschaft, bei der Geburt und im Wochenbett

Modul 10. Pilates im Sport

- ♦ Identifizieren der häufigsten Verletzungen in jeder Sportart
- ♦ Benennen von Risikofaktoren, die eine Verletzung begünstigen
- ♦ Auswählen von Übungen, die auf der Pilates-Methode basieren und an die jeweilige Sportart angepasst sind

03

Kompetenzen

Diese Hochschulqualifikation wurde mit dem Ziel geschaffen, die Kompetenzen und Kapazitäten von Angehörigen der Gesundheitsberufe bei der Einbeziehung von therapeutischem Pilates in die klinische Versorgung zu erhöhen. Zu diesem Zweck haben die spezialisierten Dozenten, die dieses Programm unterrichten, einen Inhalt mit einer theoretisch-praktischen Perspektive geschaffen, der die Verbesserung der medizinischen Praxis bei Patienten, die eine Rehabilitation benötigen, fördert. In diesem Sinne stellt TECH zahlreiche pädagogische Instrumente zur Verfügung, darunter klinische Fallstudien, die den Studenten in eine Situation versetzen, in der er oder sie mit verschiedenen Fällen konfrontiert wird.



“

*Verbessern Sie Ihre Fähigkeiten, um
Pilates-Übungen für schwangere
Frauen optimal zu bewältigen"*

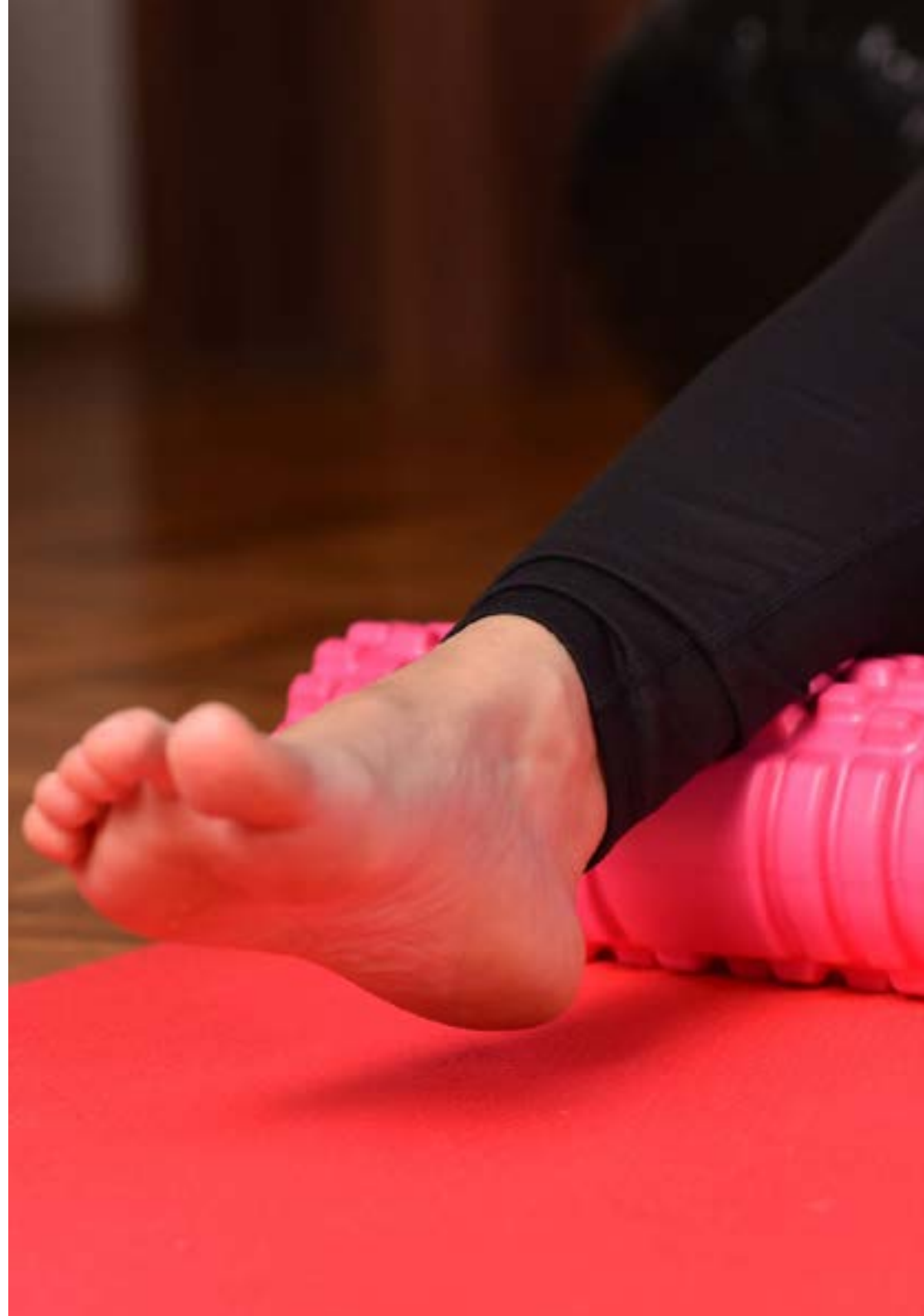


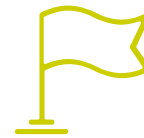
Allgemeine Kompetenzen

- ♦ Erweitern der Kenntnisse und professionellen Fähigkeiten in aktuelle und Vermittlung von Pilates-Übungen am Boden, an verschiedenen Geräten und mit Hilfsmitteln
- ♦ Erstellen eines Übungsprotokolls, das an die Symptomatik und Pathologie jeder persönlichen Situation angepasst ist
- ♦ Deutliches Unterscheiden zwischen einer gut oder schlecht ausgeführten Pilates-Übung
- ♦ Behandeln und Vorbeugen von *Burnout* bei Pilates-Trainern
- ♦ Erweitern der Kompetenzen für die Betreuung von Fachkräften, die ein Pilates-Übertraining durchgemacht haben
- ♦ Fördern der Gesundheit durch korrekte Anwendung der Pilates-Übungen



Die Fallstudien geben Ihnen einen Einblick in Situationen, in denen Sie Pilates-Techniken in der Patientenversorgung anwenden können





Spezifische Kompetenzen

- ♦ Anpassen der Auslastung der Geräte an das Ziel, das mit einer bestimmten Übung bei einem bestimmten Patienten verfolgt wird
- ♦ Anwenden von Pilates-Techniken zur Kräftigung und Dehnung, um verschiedene Verletzungen zu behandeln
- ♦ Erkennen der wichtigsten Verletzungen, die durch falsche Pilates-Übungen bei Amateuren verursacht werden
- ♦ Erarbeiten von Übungen für Menschen mit Osteoporose oder Inkontinenzproblemen
- ♦ Weiterführen der Forschung zur Vertiefung von Pilates
- ♦ Erstellen von Protokollen für die Durchführung der Übungen des Mattenprogramms
- ♦ Bewältigen von Problemen der oberen und unteren Gliedmaßen durch Pilates
- ♦ Empfehlen bestimmter Pilates-Übungen zur Vorbeugung von Muskelpathologien

04

Kursleitung

Eines der Elemente, die diese Weiterbildung auszeichnen, sind die Dozenten, die für die Entwicklung der fortgeschrittenen Inhalte verantwortlich sind. Auf diese Weise garantiert TECH den Studenten den Zugang zu erschöpfenden und präzisen Informationen, die von Experten für Physiotherapie und die Pilates-Methode entwickelt wurden. Dank der räumlichen Nähe können die Studenten während der 12 Monate, die der Kurs dauert, auch alle Fragen zu den Inhalten des Programms klären.



“

*Hervorragende professionelle
Physiotherapeuten werden Sie
auf den neuesten Stand des
therapeutischen Pilates bringen”*

Internationaler Gastregisseur

Dr. Edward Laskowski ist eine international führende Persönlichkeit auf dem Gebiet der Sportmedizin und der physischen Rehabilitation. Er ist vom American Board of Physical Medicine and Rehabilitation zertifiziert und war ein fester Bestandteil des renommierten Personals der Mayo-Klinik, wo er als Direktor des Zentrums für Sportmedizin tätig war.

Darüber hinaus umfasst sein Fachwissen ein breites Spektrum an Disziplinen, von Sportmedizin über Fitness bis hin zu Kraft- und Stabilitätsübungen. Er arbeitet eng mit einem multidisziplinären Team von Spezialisten aus den Bereichen Physikalische Medizin, Rehabilitation, Orthopädie, Physiotherapie und Sportpsychologie zusammen, um einen ganzheitlichen Ansatz für die Betreuung seiner Patienten zu bieten.

Sein Einfluss geht auch über die klinische Praxis hinaus, da er auf nationaler und internationaler Ebene für seine Beiträge zur Welt des Sports und der Gesundheit anerkannt wurde. Als solcher wurde er von Präsident George W. Bush in den President's Council für körperliche Fitness und Sport berufen und mit dem Distinguished Service Award des Gesundheitsministeriums ausgezeichnet, was sein Engagement für die Förderung eines gesunden Lebensstils unterstreicht.

Darüber hinaus hat er bei großen Sportereignissen wie den Olympischen Winterspielen 2002 in Salt Lake City und dem Chicago-Marathon mitgewirkt und für eine hochwertige medizinische Versorgung gesorgt. Darüber hinaus spiegelt sich sein Engagement für die Öffentlichkeitsarbeit in seiner umfangreichen Arbeit bei der Erstellung von akademischen Ressourcen wider, einschließlich der Mayo-Klinik CD-ROM über Sport, Gesundheit und Fitness, sowie in seiner Rolle als mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for EveryBody“. Mit seiner Leidenschaft für die Entlarvung von Mythen und die Bereitstellung präziser, aktueller Informationen ist Dr. Edward Laskowski weiterhin eine einflussreiche Stimme in der Sportmedizin und im Fitnessbereich weltweit.



Dr. Edward, Laskowski

- Direktor des Zentrums für Sportmedizin der Mayo-Klinik, USA
- Beratungsarzt, National Hockey League Players' Association, USA
- Arzt an der Mayo-Klinik, USA
- Mitglied der Olympischen Poliklinik bei den Olympischen Winterspielen (2002), Salt Lake City
- Facharzt für Sportmedizin, Fitness, Krafttraining und Stabilitätsschulung
- Zertifiziert durch das American Board of Physical Medicine and Rehabilitation
- Mitwirkender Herausgeber des Buches „Mayo Clinic Fitness for EveryBody“
- Preis für besondere Verdienste des Ministeriums für Gesundheit und menschliche Dienste
- Mitglied von:
- American College of Sports Medicine

“

Dank TECH können Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen“

Leitung



Hr. González Arganda, Sergio

- ◆ Physiotherapeut des Fußballclubs Atlético von Madrid
- ◆ CEO von Físio Domicilio Madrid
- ◆ Dozent im Masterstudiengang Physikalische Vorbereitung und Sportanpassung im Fußball
- ◆ Dozent im Universitätsexperten für klinisches Pilates
- ◆ Dozent im Masterstudiengang Biomechanik und Sportphysiotherapie
- ◆ Masterstudiengang in Osteopathie des Bewegungsapparates an der Schule für Osteopathie von Madrid
- ◆ Experte für Pilates und Rehabilitation des Königlichen Spanischen Turnverbands
- ◆ Masterstudiengang in Biomechanik, angewandt auf die Bewertung von Verletzungen und fortgeschrittene Techniken in der Physiotherapie
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie von der Päpstlichen Universität Comillas

Professoren

Fr. Cortés Lorenzo, Laura

- ◆ Physiotherapeutin beim Hockeyverband von Madrid
- ◆ Physiotherapeutin in der Fiosiomon Klinik
- ◆ Physiotherapeutin im Technischen Zentrum des Hockeyverbandes von Madrid
- ◆ Physiotherapeutin in Unternehmen auf Vermittlung von Fisiowork SL
- ◆ Traumatologische Physiotherapie an der Artros Klinik
- ◆ Physiotherapeutin beim Club SPV1 und Feldhockey-Club Valdeluz
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie, Universität Complutense von Madrid

Fr. Díaz Águila, Estrella

- ◆ Physiotherapeutin für H3
- ◆ Physiotherapeutin in der Klinik für Physiotherapie Castilla
- ◆ Physiotherapeutin in der Klinik Fisiomagna
- ◆ Physiotherapeutin im Gesundheitszentrum CEMAJ
- ◆ Masterstudiengang in Osteopathie an der Universität von Alcalá
- ◆ Kurs in Muskuloskelettaler Ultraschall für Physiotherapeuten an der Klinik MV
- ◆ Kurs in der Rückenschule PHL: Therapeutisches Pilates, hHypopressive und Funktionelle Übungen an der Hochschule für Physiotherapeuten in Andalusien
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Universität von Oviedo

Hr. Pérez Costa, Eduardo

- ◆ CEO von Move2Be Physiotherapie und Readaptation
- ◆ Selbstständiger Physiotherapeut, Heimtherapie in Madrid
- ◆ Physiotherapeut an der Geburtsklinik San Sebastián de los Reyes
- ◆ Sporttrainer des Zona Press Basketball Clubs
- ◆ Physiotherapeut in der Filiale von UD Sanse
- ◆ Physiotherapeut vor Ort in der Stiftung Marcet
- ◆ Physiotherapeut in der Pascual & Muñoz Klinik
- ◆ Physiotherapeut in der Fisio Life Plus Klinik
- ◆ Masterstudiengang in Manuelle Physiotherapie des Bewegungsapparats an der Universität von Alcalá
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Universität von Alcalá

Fr. García Ibáñez, Marina

- ◆ Physiotherapeutin in Privatpraxis zu Hause
- ◆ Physiotherapeutin für die häusliche Behandlung von Kindern und Erwachsenen mit neurologischer Pathologie
- ◆ Physiotherapeutin bei der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- ◆ Physiotherapeutin und Psychologin in der Kinés Klinik
- ◆ Physiotherapeutin in der San Nicolás Klinik
- ◆ Masterstudiengang in Neurologische Physiotherapie: Bewertungs- und Behandlungstechniken an der Europäischen Universität von Madrid
- ◆ Experte in Neurologische Physiotherapie an der Europäischen Universität von Madrid
- ◆ Hochschulabschluss in Psychologie an der Nationalen Universität für Fernunterricht

Fr. Parra Nebreda, Virginia

- ◆ Physiotherapeutin für Beckenboden bei der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- ◆ Physiotherapeutin für Beckenboden in der Letfisio Klinik
- ◆ Physiotherapeutin im Pflegeheim Orpea
- ◆ Masterstudiengang in Physiotherapie in Pelvis-Perineologie an der Universität von Castilla La Mancha
- ◆ Fortbildung in Funktioneller Ultraschall in der Physiotherapie des Beckenbodens bei Männern und Frauen bei FISIOMEDIT
- ◆ Hypopressives Training bei LOW PRESSURE FITNES
- ◆ Hochschulabschluss in Physiotherapie an der Universität Complutense von Madrid



Nutzen Sie die Gelegenheit, sich über die neuesten Fortschritte auf diesem Gebiet zu informieren und diese in Ihrer täglichen Praxis anzuwenden"

05

Struktur und Inhalt

Dank der zahlreichen didaktischen Inhalte, die diesen privaten Masterstudiengang ausmachen, erhält die Pflegefachkraft ein komplettes Update über die Evolution und Entwicklung der Pilates-Methode und ihre Anwendung auf den Umgang mit Patienten mit verschiedenen Pathologien. All dies anhand eines Lehrplans, der von Gesundheitsspezialisten mit umfangreicher Erfahrung auf diesem Gebiet erstellt wurde. Darüber hinaus ist die Verfügbarkeit dieses Materials über die virtuelle Plattform von TECH, die 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche zugänglich ist, absolut gewährleistet.





“

*Ein kompletter Lehrplan von 1.500
Intensivstunden mit den aktuellsten
Inhalten zu Therapeutisches Pilates
für die Krankenpflege"*

Modul 1. Die Pilates-Methode

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Fachbücher und Postulate
 - 1.1.3. Vermächtnis
 - 1.1.4. Ursprüngliche Übung nach Maß
- 1.2. Hintergrund der Pilates-Methode
 - 1.2.1. Referenzen
 - 1.2.2. Evolution
 - 1.2.3. Derzeitige Situation
 - 1.2.4. Schlussfolgerungen
- 1.3. Evolution der Methode
 - 1.3.1. Verbesserungen und Modifikationen
 - 1.3.2. Beiträge zur Pilates-Methode
 - 1.3.3. Therapeutisches Pilates
 - 1.3.4. Pilates und körperliche Betätigung
- 1.4. Prinzipien Pilates-Methode
 - 1.4.1. Definition der Prinzipien
 - 1.4.2. Evolution der Prinzipien
 - 1.4.3. Ebenen der Progression
 - 1.4.4. Schlussfolgerungen
- 1.5. Klassisches versus Modernes Pilates
 - 1.5.1. Kernpunkte des Klassischen Pilates
 - 1.5.2. Analyse des modernen/klassischen Pilates
 - 1.5.3. Leistungen des modernen Pilates
 - 1.5.4. Schlussfolgerungen
- 1.6. Boden- und Geräte-Pilates
 - 1.6.1. Grundlagen des Boden-Pilates
 - 1.6.2. Evolution des Boden-Pilates
 - 1.6.3. Grundlagen des Geräte-Pilates
 - 1.6.4. Evolution des Geräte-Pilates



- 1.7. Wissenschaftlicher Nachweis
 - 1.7.1. Wissenschaftliche Fachzeitschriften zu Pilates
 - 1.7.2. Doktorarbeiten zum Thema Pilates
 - 1.7.3. Pilates-Veröffentlichungen
 - 1.7.4. Applikationen für Pilates
 - 1.8. Leitlinien der Pilates-Methode
 - 1.8.1. Nationale Trends
 - 1.8.2. Internationale Trends
 - 1.8.3. Analyse der Trends
 - 1.8.4. Schlussfolgerungen
 - 1.9. Schulen
 - 1.9.1. Schulen für die Ausbildung in Pilates
 - 1.9.2. Zeitschriften
 - 1.9.3. Entwicklung der Pilates-Schulen
 - 1.9.4. Schlussfolgerungen
 - 1.10. Pilates Vereinigungen und Verbände
 - 1.10.1. Definitionen
 - 1.10.2. Beiträge
 - 1.10.3. Ziele
 - 1.10.4. MA (Pilates Method Alliance)
-
- Modul 2. Grundlagen der Pilates-Methode**
- 2.1. Die verschiedenen Konzepte der Methode
 - 2.1.1. Die Konzepte nach Joseph Pilates
 - 2.1.2. Entwicklung der Konzepte
 - 2.1.3. Nachfolgende Generationen
 - 2.1.4. Schlussfolgerungen
 - 2.2. Die Atmung
 - 2.2.1. Die verschiedenen Arten der Atmung
 - 2.2.2. Analyse der Arten der Atmung
 - 2.2.3. Die Auswirkungen der Atmung
 - 2.2.4. Schlussfolgerungen
 - 2.3. Das Becken als Zentrum von Stabilität und Bewegung
 - 2.3.1. Der Core von Joseph Pilates
 - 2.3.2. Der wissenschaftliche Core
 - 2.3.3. Die anatomische Grundlage
 - 2.3.4. Core im Genesungsprozess
 - 2.4. Der Aufbau des Schultergürtels
 - 2.4.1. Anatomischer Überblick
 - 2.4.2. Biomechanik des Schultergürtels
 - 2.4.3. Anwendungen in Pilates
 - 2.4.4. Schlussfolgerungen
 - 2.5. Die Funktionsweise der Bewegung der unteren Gliedmaßen
 - 2.5.1. Anatomischer Überblick
 - 2.5.2. Biomechanik der unteren Gliedmaßen
 - 2.5.3. Anwendungen in Pilates
 - 2.5.4. Schlussfolgerungen
 - 2.6. Die Artikulation der Wirbelsäule
 - 2.6.1. Anatomischer Überblick
 - 2.6.2. Biomechanik der Wirbelsäule
 - 2.6.3. Anwendungen in Pilates
 - 2.6.4. Schlussfolgerungen
 - 2.7. Angleichungen der Körpersegmente
 - 2.7.1. Die Haltung
 - 2.7.2. Die Haltung in Pilates
 - 2.7.3. Segmentale Angleichungen
 - 2.7.4. Die Muskel- und Faszienstränge
 - 2.8. Die funktionale Integration
 - 2.8.1. Konzept der funktionalen Integration
 - 2.8.2. Auswirkungen auf verschiedene Aktivitäten
 - 2.8.3. Die Aufgabe
 - 2.8.4. Der Kontext

- 2.9. Grundlagen des therapeutischen Pilates
 - 2.9.1. Geschichte des therapeutischen Pilates
 - 2.9.2. Konzepte des therapeutischen Pilates
 - 2.9.3. Kriterien des therapeutischen Pilates
 - 2.9.4. Beispiele für Verletzung und Pathologien
- 2.10. Klassisches und therapeutisches Pilates
 - 2.10.1. Unterschiede der beiden Methoden
 - 2.10.2. Begründung
 - 2.10.3. Progressionen
 - 2.10.4. Schlussfolgerungen

Modul 3. Das Pilates-Studio

- 3.1. Der Reformer
 - 3.1.1. Einführung zum Reformer
 - 3.1.2. Vorzüge des Reformer
 - 3.1.3. Wichtigste Übungen am Reformer
 - 3.1.4. Häufigste Übungsfehler am Refomer
- 3.2. Der Cadillac oder Trapez Tisch
 - 3.2.1. Einführung zum Cadillac
 - 3.2.2. Vorzüge des Cadillac
 - 3.2.3. Wichtigste Übungen am Cadillac
 - 3.2.4. Häufigste Übungsfehler am Cadillac
- 3.3. Der Pilates-Stuhl
 - 3.3.1. Einführung in den Pilates-Stuhl
 - 3.3.2. Vorzüge des Pilates-Stuhls
 - 3.3.3. Wichtigste Übungen mit dem Pilates-Stuhl
 - 3.3.4. Häufigste Übungsfehler mit dem Pilates-Stuhl
- 3.4. Das Barrel
 - 3.4.1. Einführung in das Barrel
 - 3.4.2. Vorzüge des Barrel
 - 3.4.3. Wichtigste Übungen mit dem Barrel
 - 3.4.4. Häufigste Übungsfehler am Barrel

- 3.5. "Combo" Modelle
 - 3.5.1. Einführung in das Combo Modell
 - 3.5.2. Vorzüge des Combo Modells
 - 3.5.3. Wichtigste Übungen mit dem Combo Modell
 - 3.5.4. Häufigste Übungsfehler mit dem Combo Modell
- 3.6. Der flexible Ring
 - 3.6.1. Einführung in den Flexiblen Ring
 - 3.6.2. Vorzüge des flexiblen Ringes
 - 3.6.3. Wichtigste Übungen mit dem flexiblen Ring
 - 3.6.4. Häufigste Übungsfehler mit dem flexiblen Ring
- 3.7. Der *Spine Corrector*
 - 3.7.1. Einführung in den *Spine Corrector*
 - 3.7.2. Vorzüge des *Spine Correctors*
 - 3.7.3. Wichtigste Übungen mit dem *Spine Corrector*
 - 3.7.4. Häufigste Übungsfehler mit dem *Spine Corrector*
- 3.8. An die Methode angepasste Hilfsmittel
 - 3.8.1. *Foam Roller*
 - 3.8.2. *Fit Ball*
 - 3.8.3. Stretchbänder
 - 3.8.4. Bosu
- 3.9. Der Raum
 - 3.9.1. Präferenzen für die Ausrüstung
 - 3.9.2. Der Pilates-Übungsraum
 - 3.9.3. Pilates Hilfsmittel
 - 3.9.4. Bewährte Praktiken im Übungsraum
- 3.10. Das Umfeld
 - 3.10.1. Das Konzept des Umfeldes
 - 3.10.2. Charakteristika verschiedener Umfeldler
 - 3.10.3. Auswahl des Umfeldes
 - 3.10.4. Schlussfolgerungen

Modul 4. Methodik in der Praxis der Pilates-Methode

- 4.1. Die erste Trainingseinheit
 - 4.1.1. Erste Bewertung
 - 4.1.2. Zustimmung nach Inkenntnissetzung
 - 4.1.3. Begriffe und Anweisungen in Pilates
 - 4.1.4. Einstieg in die Pilates-Methode
- 4.2. Die erste Beurteilung
 - 4.2.1. Beurteilung der Körperhaltung
 - 4.2.2. Beurteilung der Beweglichkeit
 - 4.2.3. Koordinative Beurteilung
 - 4.2.4. Planung der Trainingseinheit. Pilates Kartei
- 4.3. Der Pilates-Unterricht
 - 4.3.1. Anfängliche Übungen
 - 4.3.2. Gruppierungen von Schülern
 - 4.3.3. Positionierung, Stimme, Korrekturen
 - 4.3.4. Die Pause
- 4.4. Die Schüler/Patienten
 - 4.4.1. Klassifizierung von Pilates-Schülern
 - 4.4.2. Der persönliche Einsatz
 - 4.4.3. Die Ziele des Schülers
 - 4.4.4. Die Wahl der Methode
- 4.5. Progressionen und Regressionen der Übungen
 - 4.5.1. Einführung in die Progressionen und Regressionen
 - 4.5.2. Die Progressionen
 - 4.5.3. Die Regressionen
 - 4.5.4. Die Evolution der Behandlung
- 4.6. Allgemeines Protokoll
 - 4.6.1. Ein allgemeines Basisprotokoll
 - 4.6.2. Die Grundlagen der Pilates-Methode respektieren
 - 4.6.3. Protokoll-Analyse
 - 4.6.4. Protokoll-Funktionen

- 4.7. Anleitungen der Übungen
 - 4.7.1. Charakteristiken der ersten Übung
 - 4.7.2. Kontraindikationen der Übungen
 - 4.7.3. Verbale, taktile Hilfen
 - 4.7.4. Planung des Unterrichts
- 4.8. Der Trainer/Betreuer
 - 4.8.1. Analyse des Schülers
 - 4.8.2. Arten von Lehrkräften
 - 4.8.3. Schaffung der richtigen Atmosphäre
 - 4.8.4. Betreuung des Schülers
- 4.9. Das Basisprogramm
 - 4.9.1. Pilates für Anfänger
 - 4.9.2. Pilates für die mittlere Stufe
 - 4.9.3. Pilates für Experten
 - 4.9.4. Professionelles Pilates
- 4.10. Software für das Pilates-Studio
 - 4.10.1. Wichtigste Software für das Pilates-Studio
 - 4.10.2. Applikation für Pilates
 - 4.10.3. Neueste Technik im Pilates-Studio
 - 4.10.4. Wichtigste Fortschritte in der Pilates-Methode

Modul 5. Pilates bei Wirbelsäulenverletzungen

- 5.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
 - 5.1.1. Knochenkunde der Wirbelsäule
 - 5.1.2. Myologie der Wirbelsäule
 - 5.1.3. Biomechanik der Wirbelsäule
 - 5.1.4. Schlussfolgerungen
- 5.2. Häufige Pathologien, die mit Pilates behandelt werden können
 - 5.2.1. Pathologien des Wachstums
 - 5.2.2. Pathologien bei älteren Patienten
 - 5.2.3. Pathologien bei sitzender Tätigkeit
 - 5.2.4. Sportpathologien

- 5.3. Übungen der MATT, an Maschinen und mit Geräten. Allgemeines Protokoll
 - 5.3.1. Dehnungsübungen
 - 5.3.2. Übungen zur zentralen Stabilisierung
 - 5.3.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
 - 5.3.4. Kräftigungsübungen
 - 5.3.5. Funktionelle Übungen
- 5.4. Bandscheibenpathologie
 - 5.4.1. Pathomechanik
 - 5.4.2. Bandscheiben-Syndrome
 - 5.4.3. Unterschiede zwischen den Arten von Pathologien
 - 5.4.4. Bewährte Verfahren
- 5.5. Pathologie der Gelenke
 - 5.5.1. Pathomechanik
 - 5.5.2. Gelenk-Syndrome
 - 5.5.3. Arten von Pathologien
 - 5.5.4. Schlussfolgerungen
- 5.6. Pathologie der Muskeln
 - 5.6.1. Pathomechanik
 - 5.6.2. Muskel-Syndrome
 - 5.6.3. Arten von Pathologien
 - 5.6.4. Schlussfolgerungen
- 5.7. Pathologie der Halswirbelsäule
 - 5.7.1. Symptomatologie
 - 5.7.2. Zervikal-Syndrome
 - 5.7.3. Spezifische Protokolle
 - 5.7.4. Schlussfolgerungen
- 5.8. Pathologie der Rückenwirbelsäule
 - 5.8.1. Symptomatologie
 - 5.8.2. Rücken-Syndrome
 - 5.8.3. Spezifische Protokolle
 - 5.8.4. Schlussfolgerungen

- 5.9. Pathologie der Lendenwirbelsäule
 - 5.9.1. Symptomatologie
 - 5.9.2. Lendenwirbel-Syndrome
 - 5.9.3. Spezifische Protokolle
 - 5.9.4. Schlussfolgerungen
- 5.10. Pathologie des Iliosakralgelenks
 - 5.10.1. Symptomatologie
 - 5.10.2. Lendenwirbel-Syndrome
 - 5.10.3. Spezifische Protokolle
 - 5.10.4. Schlussfolgerungen

Modul 6. Pilates bei Verletzungen der oberen Gliedmaßen

- 6.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
 - 6.1.1. Knochenkunde der oberen Gliedmaßen
 - 6.1.2. Myologie der oberen Gliedmaßen
 - 6.1.3. Biomechanik der oberen Gliedmaßen
 - 6.1.4. Bewährte Verfahren
- 6.2. Übungen zur Stabilisierung
 - 6.2.1. Einführung in die Stabilisierungsübungen
 - 6.2.2. MATT-Stabilisierungsübungen
 - 6.2.3. Stabilisierungsübungen mit Geräten
 - 6.2.4. Beste Stabilisierungsübungen
- 6.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
 - 6.3.1. Einführung in die Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
 - 6.3.2. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke MATT
 - 6.3.3. Übungen zur Mobilisierung der Gelenke mit Geräten
 - 6.3.4. Beste Übungen zur Mobilisierung der Gelenke
- 6.4. Kräftigungsübungen
 - 6.4.1. Einführung in die Kräftigungsübungen
 - 6.4.2. Kräftigungsübungen MATT
 - 6.4.3. Kräftigungsübungen mit Geräten
 - 6.4.4. Beste Kräftigungsübungen

- 6.5. Funktionelle Übungen
 - 6.5.1. Einführung in die funktionellen Übungen
 - 6.5.2. Funktionelle Übungen MATT
 - 6.5.3. Funktionelle Übungen mit Geräten
 - 6.5.4. Beste funktionelle Übungen
- 6.6. Pathologie der Schultern. Spezifische Protokolle
 - 6.6.1. Schmerzhaftes Schulter
 - 6.6.2. Adhäsive Kapsulitis
 - 6.6.3. Hypomobile Schulter
 - 6.6.4. Schulterübungen
- 6.7. Pathologie des Ellenbogens. Spezifische Protokolle
 - 6.7.1. Pathologie der Gelenke
 - 6.7.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
 - 6.7.3. Posttraumatischer oder postoperativer Ellenbogen
 - 6.7.4. Ellenbogenübungen
- 6.8. Pathologie des Handgelenks
 - 6.8.1. Wichtigste Syndrome
 - 6.8.2. Art der Handgelenkspathologie
 - 6.8.3. Handgelenksübungen
 - 6.8.4. Schlussfolgerungen
- 6.9. Pathologie der Hand
 - 6.9.1. Wichtigste Syndrome
 - 6.9.2. Art der Handpathologie
 - 6.9.3. Handübungen
 - 6.9.4. Schlussfolgerungen
- 6.10. Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen
 - 6.10.1. Plexus brachialis
 - 6.10.2. Periphere Nerven
 - 6.10.3. Art der Pathologie
 - 6.10.4. Übungen für Nerveneinklemmungen in den oberen Gliedmaßen

Modul 7. Pilates bei Verletzungen der unteren Gliedmaßen

- 7.1. Grundlegendes anatomisches Wissen
 - 7.1.1. Knochenkunde der unteren Gliedmaßen
 - 7.1.2. Myologie der unteren Gliedmaßen
 - 7.1.3. Biomechanik der unteren Gliedmaßen
 - 7.1.4. Bewährte Verfahren
- 7.2. Häufige Pathologien, die mit Pilates behandelt werden können
 - 7.2.1. Pathologien des Wachstums
 - 7.2.2. Sportpathologien
 - 7.2.3. Andere Art von Pathologien
 - 7.2.4. Schlussfolgerungen
- 7.3. Übungen nach MATT, an Geräten und mit Hilfsmitteln. Allgemeines Protokoll
 - 7.3.1. Dissoziationsübungen
 - 7.3.2. Mobilisierungsübungen
 - 7.3.3. Kräftigungsübungen
 - 7.3.4. Funktionelle Übungen
- 7.4. Pathologie der Hüfte
 - 7.4.1. Pathologie der Gelenke
 - 7.4.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
 - 7.4.3. Chirurgische Pathologie. Prothese
 - 7.4.4. Hüftübungen
- 7.5. Pathologie des Knies
 - 7.5.1. Pathologie der Gelenke
 - 7.5.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
 - 7.5.3. Chirurgische Pathologie. Prothese
 - 7.5.4. Knieübungen
- 7.6. Pathologie des Knöchels
 - 7.6.1. Pathologie der Gelenke
 - 7.6.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
 - 7.6.3. Chirurgische Pathologie
 - 7.6.4. Knöchelübungen

- 7.7. Pathologie des Fußes
 - 7.7.1. Pathologie der Faszien und Gelenke
 - 7.7.2. Pathologie von Muskeln und Sehnen
 - 7.7.3. Chirurgische Pathologie.
 - 7.7.4. Fußübungen
 - 7.8. Nerveneinklemmungen in den unteren Gliedmaßen
 - 7.8.1. Plexus brachialis
 - 7.8.2. Periphere Nerven
 - 7.8.3. Art der Pathologie
 - 7.8.4. Übungen für Nerveneinklemmungen in den unteren Gliedmaßen
 - 7.9. Analyse der anterolateralen Muskelkette der unteren Gliedmaßen
 - 7.9.1. Was ist die anterolaterale Muskelkette und wie wichtig ist sie für den Patienten
 - 7.9.2. Wichtige Aspekte bei der Bewertung
 - 7.9.3. Beziehung dieser Muskelkette zu der beschriebenen Pathologie
 - 7.9.4. Übungen für die anterolaterale Muskelkette
 - 7.10. Analyse der posterolateralen Muskelkette der unteren Gliedmaßen
 - 7.10.1. Was ist die posteromediale Muskelkette und wie wichtig ist sie für den Patienten
 - 7.10.2. Wichtige Aspekte bei der Bewertung
 - 7.10.3. Beziehung des Komplexes zu der beschriebenen Pathologie
 - 7.10.4. Übungen zur Behandlung der posteromedialen Muskelkette
- Modul 8. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates**
- 8.1. Nervensystem
 - 8.1.1. Zentrales Nervensystem
 - 8.1.2. Peripheres Nervensystem
 - 8.1.3. Kurzbeschreibung der neuronalen Bahnen
 - 8.1.4. Positive Auswirkungen von Pilates auf die neurologische Pathologie
 - 8.2. Neurologische Beurteilung mit Fokus auf Pilates
 - 8.2.1. Anamnese
 - 8.2.2. Bewertung von Stärke und Tonus
 - 8.2.3. Bewertung der Sensibilität
 - 8.2.4. Tests und Skalen
 - 8.3. Die häufigsten neurologischen Pathologien und wissenschaftliche Erkenntnisse über Pilates
 - 8.3.1. Kurze Beschreibung der Pathologien
 - 8.3.2. Grundprinzipien von Pilates in der neurologischen Pathologie
 - 8.3.3. Anpassung von Pilates-Stellungen
 - 8.3.4. Anpassung von Pilates-Übungen
 - 8.4. Multiple Sklerose
 - 8.4.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.4.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.4.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
 - 8.4.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
 - 8.5. Schlaganfall
 - 8.5.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.5.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.5.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
 - 8.5.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
 - 8.6. Parkinson
 - 8.6.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.6.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.6.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
 - 8.6.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
 - 8.7. Zerebrale Lähmung
 - 8.7.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.7.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.7.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
 - 8.7.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
 - 8.8. Senioren
 - 8.8.1. Pathologien im Zusammenhang mit Alter
 - 8.8.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.8.3. Geeignete Übungen
 - 8.8.4. Kontraindizierte Übungen

- 8.9. Osteoporose
 - 8.9.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.9.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
 - 8.9.3. Geeignete Übungen
 - 8.9.4. Kontraindizierte Übungen
- 8.10. Probleme des Beckenbodens: Harninkontinenz
 - 8.10.1. Beschreibung der Pathologie
 - 8.10.2. Inzidenz und Prävalenz
 - 8.10.3. Geeignete Übungen
 - 8.10.4. Kontraindizierte Übungen

Modul 9. Pilates während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett

- 9.1. Erstes Trimester
 - 9.1.1. Entwicklung im ersten Trimester
 - 9.1.2. Nutzen und Ziele
 - 9.1.3. Geeignete Übungen
 - 9.1.4. Kontraindikationen
- 9.2. Zweites Trimester
 - 9.2.1. Entwicklung im zweiten Trimester
 - 9.2.2. Nutzen und Ziele
 - 9.2.3. Geeignete Übungen
 - 9.2.4. Kontraindikationen
- 9.3. Drittes Trimester
 - 9.3.1. Entwicklung im dritten Trimester
 - 9.3.2. Nutzen und Ziele
 - 9.3.3. Geeignete Übungen
 - 9.3.4. Kontraindikationen
- 9.4. Entbindung
 - 9.4.1. Dilatations- und Entbindungsphase
 - 9.4.2. Nutzen und Ziele
 - 9.4.3. Empfehlungen
 - 9.4.4. Kontraindikationen
- 9.5. Unmittelbar nach der Entbindung
 - 9.5.1. Erholung und Wochenbett
 - 9.5.2. Nutzen und Ziele
 - 9.5.3. Geeignete Übungen
 - 9.5.4. Kontraindikationen
- 9.6. Harninkontinenz und Beckenbodenchirurgie
 - 9.6.1. Betroffene Anatomie
 - 9.6.2. Pathophysiologie
 - 9.6.3. Geeignete Übungen
 - 9.6.4. Kontraindikationen
- 9.7. Probleme in der Schwangerschaft und Annäherung mit der Pilates-Methode
 - 9.7.1. Veränderung der Körperstatik
 - 9.7.2. Häufigste Probleme
 - 9.7.3. Geeignete Übungen
 - 9.7.4. Kontraindikationen
- 9.8. Vorbereitung auf die Schwangerschaft
 - 9.8.1. Vorteile der körperlichen Betätigung während der Schwangerschaft
 - 9.8.2. Empfohlene körperliche Betätigung
 - 9.8.3. Empfohlene Übungen bei der ersten Schwangerschaft
 - 9.8.4. Vorbereitung für eine zweite und weitere Schwangerschaft
- 9.9. Spätes Wochenbett
 - 9.9.1. Langfristige anatomische Veränderungen
 - 9.9.2. Vorbereitung auf die Rückkehr zu körperlicher Aktivität
 - 9.9.3. Geeignete Übungen
 - 9.9.4. Kontraindikationen
- 9.10. Postnatale Störungen
 - 9.10.1. Abdominale Diastase
 - 9.10.2. Statische Verschiebung des Beckenvorfalls
 - 9.10.3. Störungen der tiefen Bauchmuskulatur
 - 9.10.4. Indikationen und Kontraindikationen beim Kaiserschnitt

Modul 10. Pilates im Sport

- 10.1. Fußball
 - 10.1.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.1.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.1.3. Nutzen und Ziele
 - 10.1.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.2. Schlägersport
 - 10.2.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.2.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.2.3. Nutzen und Ziele
 - 10.2.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.3. Basketball
 - 10.3.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.3.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.3.3. Nutzen und Ziele
 - 10.3.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.4. Handball
 - 10.4.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.4.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.4.3. Nutzen und Ziele
 - 10.4.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.5. Golf
 - 10.5.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.5.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.5.3. Nutzen und Ziele
 - 10.5.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.6. Schwimmen
 - 10.6.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.6.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.6.3. Nutzen und Ziele
 - 10.6.4. Beispiel bei Spitzensportlern





- 10.7. Leichtathletik
 - 10.7.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.7.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.7.3. Nutzen und Ziele
 - 10.7.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.8. Tanz und darstellende Kunst
 - 10.8.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.8.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.8.3. Nutzen und Ziele
 - 10.8.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.9. Eishockey
 - 10.9.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.9.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.9.3. Nutzen und Ziele
 - 10.9.4. Beispiel bei Spitzensportlern
- 10.10. Rugby
 - 10.10.1. Häufigste Verletzungen
 - 10.10.2. Pilates als Behandlung und Prävention
 - 10.10.3. Nutzen und Ziele
 - 10.10.4. Beispiel bei Spitzensportlern

“ Dank dieser Weiterbildung sind Sie auf dem neuesten Stand in Bezug auf die Indikationen und Kontraindikationen bestimmter Pilates-Übungen für Patienten mit Osteoporose ”

06

Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.





Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"

An der TECH Nursing School wenden wir die Fallmethode an

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Die Pflegekräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

Mit TECH erleben die Krankenpflegekräfte eine Art des Lernens, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Pflegepraxis nachzustellen.

“

Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Pflegekräfte, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen ist fest in praktische Fertigkeiten eingebettet die es den Pflegekräften ermöglichen, ihr Wissen im Krankenhaus oder in der Primärversorgung besser zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

Die Pflegekraft lernt anhand realer Fälle und der Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methode wurden mehr als 175.000 Krankenpflegekräfte mit beispiellosem Erfolg in allen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der praktischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die das Hochschulprogramm unterrichten werden, speziell für dieses Programm erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



Pflegetechniken und -verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten Pflegetechniken näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie sie so oft anschauen können, wie Sie wollen.



Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





Von Experten entwickelte und geleitete Fallstudien

Effektives Lernen muss notwendigerweise kontextabhängig sein. Aus diesem Grund stellt TECH die Entwicklung von realen Fällen vor, in denen der Experte den Studenten durch die Entwicklung der Aufmerksamkeit und die Lösung verschiedener Situationen führt: ein klarer und direkter Weg, um den höchsten Grad an Verständnis zu erreichen.



Testing & Retesting

Die Kenntnisse der Studenten werden während des gesamten Programms durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen regelmäßig bewertet und neu bewertet. Auf diese Weise kann der Student sehen, wie er seine Ziele erreicht.



Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt. Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



Kurzanleitungen zum Vorgehen

TECH bietet die wichtigsten Inhalte des Kurses in Form von Arbeitsblättern oder Kurzanleitungen an. Ein synthetischer, praktischer und effektiver Weg, um dem Studenten zu helfen, in seinem Lernen voranzukommen.



07

Qualifizierung

Der Privater Masterstudiengang in Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss
ohne lästige Reisen oder Formalitäten"*

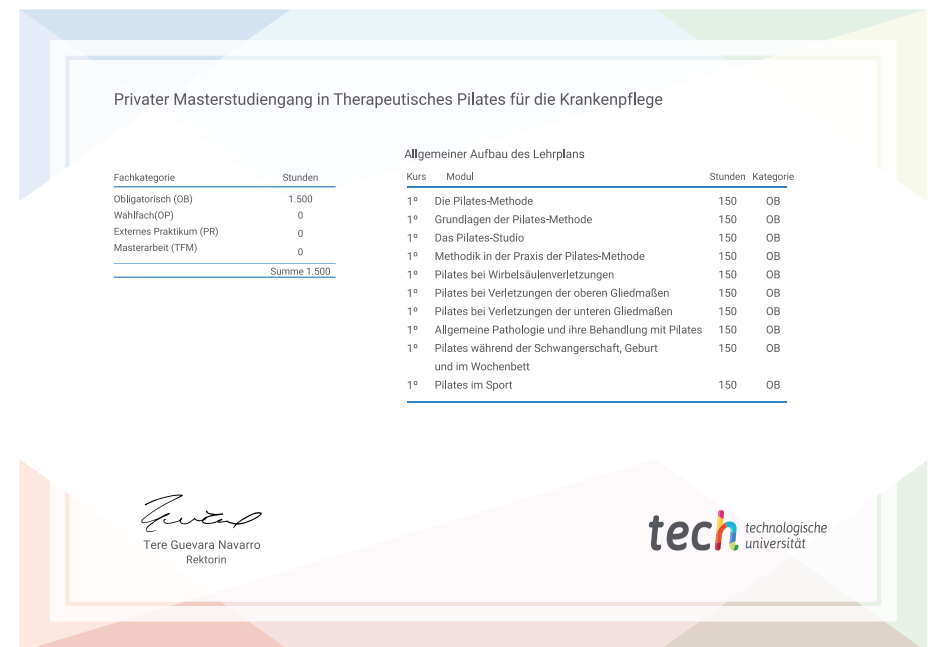
Dieser **Privater Masterstudiengang in Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Privater Masterstudiengang in Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **1.500 Std.**



*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen
erziehung information tutoren
garantie akkreditierung unterricht
institutionen technologie lernen
gemeinschaft verpflichtung
persönliche betreuung innovationen
wissen gegenwart qualität
online-Ausbildung
entwicklung institutionen
virtuelles Klassenzimmer

tech technologische
universität

Privater Masterstudiengang
Therapeutisches Pilates
für die Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 12 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Privater Masterstudiengang

Therapeutisches Pilates für die Krankenpflege

