

# Universitätsexperte

Anatomie und Physiologie  
in der Yoga-Therapie für  
die Krankenpflege





## Universitätsexperte

### Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie für die Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitute.com/de/krankenpflege/spezialisierung/spezialisierung-anatomie-physiologie-yoga-therapie-krankenpflege](http://www.techtitute.com/de/krankenpflege/spezialisierung/spezialisierung-anatomie-physiologie-yoga-therapie-krankenpflege)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 18

05

Methodik

---

Seite 24

06

Qualifizierung

---

Seite 32

# 01 Präsentation

Als Reaktion auf die wachsende Nachfrage nach gesunden und weniger invasiven Alternativen für die Behandlung von chronischen Krankheiten und Muskelverletzungen wurde dieses Programm der TECH Global University entwickelt, um Fachleute in diesem Bereich auf den neuesten Stand zu bringen. So bietet dieser akademische Abschluss eine solide Fortbildung zur Anatomie und Physiologie des Körpers bei der Ausübung verschiedener Körperhaltungen sowie die Ausführung von Atemtechniken, die den aktuellen Bedürfnissen von Krankenschwestern und -pflegern entsprechen. Mit einem umfassenden Ansatz wird der Lehrplan in einem 100%igen Online-Format präsentiert, das den Teilnehmern Flexibilität und Zugänglichkeit bietet. Außerdem wird er nach der *Relearning*-Methode unterrichtet, die auf multimedialen Ressourcen von großem didaktischen Wert basiert und ein tiefes Verständnis der wichtigsten Faktoren in diesem Bereich ermöglicht.





“

*Sie werden Zugang zu einer Bibliothek mit wertvollen Inhalten haben und außerdem können Sie die Materialien herunterladen und jederzeit und überall abrufen"*

In der heutigen Zeit gibt es eine Vielzahl von Erkrankungen, die mit Hilfe der Physiotherapie behandelt werden können, die es dem Einzelnen ermöglicht, an seinem Körper zu arbeiten, seine Gesundheit zu verbessern und körperliche Schmerzen zu lindern. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass die Fachleute in diesem Bereich über eine umfassende Ausbildung in Anatomie verfügen, da dies ihnen ermöglicht, Yoga-Sitzungen mit einem vorherigen Verständnis für die Grenzen des Körpers und das Alter des Patienten durchzuführen.

Aus diesem Grund bietet die TECH Global University Fachleuten, die sich in diesem Bereich spezialisieren möchten, diesen Universitätsexperten an, der es ihnen ermöglicht, sich über die neuesten Entwicklungen in diesem Bereich auf dem Laufenden zu halten. Sie werden auch ein fortgeschrittenes Wissen über Physiologie erwerben, das ihnen helfen wird, individuellere Therapiesitzungen zu planen und zu leiten. Darüber hinaus werden sie ihre Fähigkeiten in diesem Bereich auf den neuesten Stand bringen, indem sie sich mit dem Faszien-System und den Vorteilen von Yoga für den Körper vertraut machen.

Dies ist dank des akademischen Programms möglich, das von den Dozenten dieses Studiengangs entwickelt wurde, die sich aus den besten Fachleuten auf dem Gebiet des Yoga zusammensetzen und den Studenten das aktuelle Panorama dieses Berufs vermitteln, indem sie die physischen und biologischen Aspekte des Körpers in jeder Lebensphase untersuchen.

Die innovative *Relearning*-Methode wird es den Studenten ermöglichen, ihren Lehrplan zu 100% online zu absolvieren, so dass sie von überall auf der Welt über ein mit dem Internet verbundenes Gerät auf die Inhalte zugreifen können. Darüber hinaus werden sie ihre Fortbildung mit Multimedia-Ressourcen ergänzen, die alle Themen des Programms auf didaktische Weise präsentieren. Die Studenten werden auch die Möglichkeit haben, ihre Problemlösungsfähigkeiten durch die Analyse von Fallstudien zu verbessern, die reale Arbeitssituationen simulieren.

Dieser **Universitätsexperte in Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie für die Krankenpflege** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten für Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie für die Krankenpflege 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 Lektionen, 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 Global University bietet Ihnen die einzigartige Möglichkeit, sich auf Yoga-Therapie zu spezialisieren, was Ihre Leistungsfähigkeit in diesem Bereich erheblich steigert"*

“

*Die Beherrschung der neuesten Praktiken in der Physiologie wird es Ihnen ermöglichen, umfassendere und persönlichere Sitzungen zu leiten und die spezifischen Fähigkeiten jedes Ihrer Patienten zu verstehen"*

Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Fachleuten von 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 Studiengangs gestellt werden.

Dabei wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

*Halten Sie sich auf dem Laufenden über die neuesten Entwicklungen in der Yoga-Therapie und aktualisieren Sie Ihre Fähigkeiten in einem Sektor, der sich ständig weiterentwickelt.*

*Sie können studieren, wann und wo Sie wollen. Keine Stundenpläne, kein Pendeln. Bei der TECH Global University gibt es nur Vorteile.*



# 02 Ziele

Dieser Universitäts­experte ermöglicht es den Studenten, ihr technisches Wissen über Yoga-Therapie und die Anatomie des menschlichen Körpers zu erweitern, mit dem Ziel, Sitzungen zu organisieren, die die Grenzen des menschlichen Körpers berücksichtigen. Daher besteht das Hauptziel dieses Programms darin, den Studenten eine breite Palette von Werkzeugen zur Verfügung zu stellen, die ihnen helfen, eine umfassendere Vision der Disziplin und ihres Nutzens innerhalb der Physiotherapie zu entwickeln.





“

*Aktualisieren Sie Ihre Kenntnisse in der Prävention der häufigsten Verletzungen durch die soliden Kenntnisse der Struktur des Bewegungsapparates und des Faszien-systems, die Ihnen dieses Programm vermittelt"*



## Allgemeine Ziele

---

- Aneignen der Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die korrekte Entwicklung und Anwendung von Techniken der Yoga-Therapie aus klinischer Sicht erforderlich sind
- Erstellen eines Yoga-Programms, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert
- Vertiefen der Asanas, die sich am besten für die Charakteristika der Person und die vorliegenden Verletzungen eignen
- Vertiefen der Studien zur Biomechanik und ihrer Anwendung auf Asanas in der Yoga-Therapie
- Beschreiben der Anpassung der Yoga Asanas an die Krankheiten jeder Person
- Vertiefen des Studiums der neurophysiologischen Grundlagen bestehender Meditations- und Entspannungstechniken



*Sie lernen die Arten von Mechanorezeptoren und ihre Bedeutung in den verschiedenen Yoga-Stilen kennen, um eine erstklassige Pflegekraft zu werden"*





## Spezifische Ziele

---

### Modul 1. Struktur des Bewegungsapparates

- ♦ Eintauchen in die Anatomie und Physiologie des Skelett-, Muskel- und Gelenksystems des menschlichen Körpers
- ♦ Erkennen der verschiedenen Strukturen und Funktionen des Bewegungsapparates und wie sie miteinander zusammenhängen
- ♦ Erkunden der verschiedenen Haltungen und Bewegungen des menschlichen Körpers und verstehen, wie sie die Struktur des Bewegungsapparats beeinflussen
- ♦ Vertiefen der Kenntnisse über die häufigsten Verletzungen des Bewegungsapparats und deren Vorbeugung

### Modul 2. Neurophysiologische Grundlagen von Entspannung und Meditation

- ♦ Eintauchen in die Geschichte und das Konzept der Faszien und ihre Bedeutung für die Yogapraxis
- ♦ Erforschen der verschiedenen Arten von Mechanorezeptoren in den Faszien und deren Anwendung in verschiedenen Yogastilen
- ♦ Aufzeigen der Notwendigkeit, den Begriff Faszien im Yoga-Unterricht anzuwenden, um eine effektivere und bewusstere Praxis zu ermöglichen
- ♦ Erkunden des Ursprungs und der Entwicklung des Begriffs Tensegrity und seiner Anwendung in der Yogapraxis
- ♦ Identifizieren der verschiedenen myofaszialen Bahnen und die spezifischen Haltungen für jede der Ketten
- ♦ Anwenden der Biomechanik der Faszien in der Yogapraxis, um Mobilität, Kraft und Flexibilität zu verbessern
- ♦ Identifizieren der wichtigsten posturalen Ungleichgewichte und deren Korrektur durch Yoga-Praxis und Biomechanik

### Modul 3. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- ♦ Erforschen der unterschiedlichen Bedürfnisse des Körpers und der Yogapraxis in verschiedenen Lebensabschnitten, wie Kindheit, Erwachsenenalter und Alter
- ♦ Erforschen, wie die Yogapraxis Frauen während des Menstruationszyklus und der Menopause helfen kann und wie man die Praxis an ihre Bedürfnisse anpassen kann
- ♦ Eingehen auf die Pflege und Praxis von Yoga während der Schwangerschaft und nach der Geburt und wie man die Praxis an die Bedürfnisse der Frauen in dieser Zeit anpassen kann
- ♦ Identifizieren der Angemessenheit der Yogapraxis für Menschen mit besonderen körperlichen und/oder sensorischen Bedürfnissen und wie Sie die Praxis an deren Bedürfnisse anpassen können
- ♦ Erfahren, wie spezifische Yogasequenzen für jede Entwicklungsstufe und jedes individuelle Bedürfnis erstellt werden können
- ♦ Identifizieren und Anwenden der bewährten Praktiken, um die Sicherheit und das Wohlbefinden während der Yogapraxis in verschiedenen Entwicklungsphasen und besonderen Situationen zu gewährleisten

# 03

## Kursleitung

Die Kursleitung dieses Programms wird von einem herausragenden Team von Fachleuten und Experten für Yoga-Therapie übernommen, die eng mit TECH zusammengearbeitet haben, um einen umfassenden und aktuellen Lehrplan zu entwerfen, der es Pflegekräften ermöglicht, die grundlegenden Aspekte der Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie für die Krankenpflege umfassend zu behandeln. Durch eine Kombination aus hochwertigen Lehrmitteln und von Experten geführtem Unterricht werden die Fachkräfte von einer bereichernden und anregenden Lernerfahrung profitieren.





“

*Ein Team von berufstätigen Experten hat den umfassendsten Lehrplan für Sie zusammengestellt, damit Sie mit diesem Programm der TECH Global University von ihren eigenen Erfahrungen lernen können"*

## Internationaler Gastdirektor

Als Direktorin für Ausbilder und Leiterin der Fortbildung am Integral Yoga Institute in New York ist Dianne Galliano international eine der wichtigsten Persönlichkeiten in diesem Bereich. Ihr akademischer Schwerpunkt lag vor allem auf **therapeutischem Yoga**, mit mehr als 6.000 dokumentierten Stunden Unterricht und Fortbildung.

Zu ihren Aufgaben gehören Mentoring, die Entwicklung von Fortbildungsprotokollen und -kriterien sowie die Weiterbildung von Ausbildern des Integral Yoga Institute. Sie kombiniert diese Arbeit mit ihrer Rolle als **Therapeutin** und **Ausbilderin** in anderen Einrichtungen wie dem The 14TH Street Y, dem Integral Yoga Institute Wellness Spa und Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ihre Arbeit erstreckt sich auch auf die **Erstellung** und **Leitung** von **Yogaprogrammen**, die Entwicklung von Übungen und die Beurteilung von Herausforderungen, die auftreten können. Im Laufe ihrer Karriere hat sie mit vielen verschiedenen Personengruppen gearbeitet, darunter Männer und Frauen älteren und mittleren Alters, Menschen vor und nach der Geburt, junge Erwachsene und sogar Kriegsveteranen mit einer Reihe von körperlichen und geistigen Gesundheitsproblemen.

Für jeden von ihnen leistet sie eine sorgfältige und individuelle Arbeit. Sie hat Menschen mit Osteoporose, nach einer Herzoperation oder nach Brustkrebs, Schwindel, Rückenschmerzen, Reizdarmsyndrom und Adipositas behandelt. Zudem besitzt sie mehrere Zertifizierungen, darunter E-RYT 500 von Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) von American Health Training und Certified Exercise Instructor vom Somatic Movement Centre.



## Fr. Galliano, Dianne

---

- Direktorin des Integral Yoga Institute, New York, USA
- Ausbilderin für Yoga-Therapie im The 14TH Street Y
- Yogatherapeutin im Integral Yoga Institute Wellness Spa in New York City
- Therapeutische Ausbilderin bei Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Hochschulabschluss in Grundschulpädagogik an der State University of New York
- Masterstudiengang in Yoga-Therapie an der Universität von Maryland

“

*Dank TECH werden Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen können"*

## Leitung



### Fr. Escalona García, Zoraida

- Vizepräsidentin der Spanischen Vereinigung für Yoga-Therapie
- Gründerin der *Air-Core*-Methode (Kurse, die TRX und funktionelles Training mit Yoga kombinieren)
- Ausbilderin in Yoga-Therapie
- Hochschulabschluss in Biowissenschaften von der Autonomen Universität von Madrid
- Kurs in Lehrkraft für: Progressives Ashtanga Yoga, FisiomYoga, Myofasiales Yoga, Yoga und Krebs
- Kurs in Ausbildung zur Floor-Pilates-Lehrkraft
- Kurs in Phytotherapie und Ernährung
- Kurs in Meditationslehrkraft



## Professoren

### Fr. Bermejo Busto, Aránzazu

- ◆ Übersetzerin des Moduls Yoga für Kinder mit Autismus und besonderen Bedürfnissen in Zusammenarbeit mit Louise Goldberg
- ◆ Online-Ausbilderin für Yogaespecial-Lehrer
- ◆ Mitarbeiterin und Yoga-Ausbilderin für die Spanische Vereinigung Yogaespecial, im Unternehmen Enseñanzas Modernas, an der Schule Om Shree Om, im SatNam-Zentrum, im Sportzentrum Cercedilla und vielen anderen
- ◆ Lehrerin für Yoga, Meditation und Koordinatorin in Wellness-Kursen
- ◆ Yogaunterricht in Einzelsitzungen für Kinder mit Behinderungen und besonderen Bedürfnissen durch den Verein Respirávila
- ◆ Veranstaltung und Gestaltung von Yogareisen nach Indien
- ◆ Ehemalige Direktorin des Yamunadeva-Zentrums
- ◆ Gestalt- und Systemische Therapeutin am Yamunadeva-Zentrum
- ◆ Masterstudiengang in Bewusstem Atmen am IRC
- ◆ Kurs in Nada Yoga mit der Schule Nada Yoga Brazil, in Zusammenarbeit mit der Nada Yoga School von Rishikesh
- ◆ Kurs in der Playtherapie-Methode, therapeutische Begleitung mit Playmobil
- ◆ Online-Yoga-Kurs mit Louise Goldberg vom Yoga Center of Deerfield Beach, Florida

“

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

# 04

## Struktur und Inhalt

Die Inhalte, die zum akademischen Programm dieses Universitätsexperten gehören, wurden von den besten Experten für Yoga-Therapie ausgearbeitet. Auf diese Weise wird der Student auf der Grundlage von durchdachten Modulen studieren. So wird er sich mit der Struktur des Bewegungsapparats und des Faszien-systems befassen und auf der Grundlage dieses Wissens Yoga in den verschiedenen Evolutionsprozessen erforschen. All dies durch 450 Stunden bester theoretischer und praktischer Inhalte, die auch zahlreiche zusätzliche Materialien enthalten, die in verschiedenen audiovisuellen Medien präsentiert werden.





“

*Dank dieses Universitätsexperten werden Sie die körperlichen und geistigen Vorteile der Yoga-Therapie in der postpartalen Phase kennenlernen“*

## Modul 1. Struktur des Bewegungsapparates

- 1.1. Anatomische Lage, Achsen und Ebenen
  - 1.1.1. Grundlegende Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers
  - 1.1.2. Anatomische Position
  - 1.1.3. Körperachsen
  - 1.1.4. Anatomische Ebenen
- 1.2. Knochen
  - 1.2.1. Knochenanatomie des menschlichen Körpers
  - 1.2.2. Struktur und Funktion der Knochen
  - 1.2.3. Verschiedene Knochentypen und ihre Beziehung zu Körperhaltung und Bewegung
  - 1.2.4. Die Beziehung zwischen dem Skelettsystem und dem Muskelsystem
- 1.3. Gelenke
  - 1.3.1. Anatomie und Physiologie der Gelenke des menschlichen Körpers
  - 1.3.2. Verschiedene Arten von Gelenken
  - 1.3.3. Die Rolle der Gelenke bei Körperhaltung und Bewegung
  - 1.3.4. Die häufigsten Gelenkverletzungen und wie man sie vermeidet
- 1.4. Knorpel
  - 1.4.1. Anatomie und Physiologie des Knorpels im menschlichen Körper
  - 1.4.2. Verschiedene Arten von Knorpel und ihre Funktion im Körper
  - 1.4.3. Die Rolle des Knorpels in den Gelenken und der Mobilität
  - 1.4.4. Die häufigsten Knorpelverletzungen und ihre Vorbeugung
- 1.5. Sehnen und Bänder
  - 1.5.1. Anatomie und Physiologie der Sehnen und Bänder des menschlichen Körpers
  - 1.5.2. Verschiedene Arten von Sehnen und Bändern und ihre Funktion im Körper
  - 1.5.3. Die Rolle der Sehnen und Bänder bei Haltung und Bewegung
  - 1.5.4. Die häufigsten Verletzungen von Sehnen und Bändern und wie man ihnen vorbeugen kann
- 1.6. Skelettmuskel
  - 1.6.1. Anatomie und Physiologie des Muskel-Skelett-Systems des menschlichen Körpers
  - 1.6.2. Die Beziehung zwischen Muskeln und Knochen bei Körperhaltung und Bewegung
  - 1.6.3. Die Rolle der Faszien im muskuloskelettalen System und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.6.4. Die häufigsten Muskelverletzungen und wie man sie vermeidet
- 1.7. Entwicklung des Muskel-Skelett-Systems
  - 1.7.1. Embryonale und fötale Entwicklung des Bewegungsapparats
  - 1.7.2. Wachstum und Entwicklung des Bewegungsapparats im Kindes- und Jugendalter
  - 1.7.3. Muskuloskelettale Veränderungen im Zusammenhang mit der Alterung
  - 1.7.4. Entwicklung und Anpassung des muskuloskelettalen Systems an körperliche Aktivität und Training
- 1.8. Bestandteile des Muskel-Skelett-Systems
  - 1.8.1. Anatomie und Physiologie der Skelettmuskulatur und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.8.2. Die Rolle der Knochen im muskuloskelettalen System und ihre Beziehung zu Haltung und Bewegung
  - 1.8.3. Die Rolle der Gelenke im Bewegungsapparat und wie man sie während der Praxis der Yoga-Therapie pflegt
  - 1.8.4. Die Rolle der Faszien und anderer Bindegewebe im Bewegungsapparat und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
- 1.9. Nervliche Steuerung der Skelettmuskulatur
  - 1.9.1. Anatomie und Physiologie des Nervensystems und seine Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.9.2. Die Rolle des Nervensystems bei der Muskelkontraktion und der Bewegungskontrolle
  - 1.9.3. Die Beziehung zwischen dem Nervensystem und dem Bewegungsapparat bei Haltung und Bewegung während der Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.9.4. Die Bedeutung der neuromuskulären Kontrolle für die Prävention von Verletzungen und die Leistungssteigerung in der Praxis der Yoga-Therapie
- 1.10. Kontraktion der Muskeln
  - 1.10.1. Anatomie und Physiologie der Muskelkontraktion und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.10.2. Die verschiedenen Arten der Muskelkontraktion und ihre Anwendung in der Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.10.3. Die Rolle der neuromuskulären Aktivierung bei der Muskelkontraktion und ihre Beziehung zur Praxis der Yoga-Therapie
  - 1.10.4. Die Bedeutung von Dehnung und Muskelkräftigung für die Prävention von Verletzungen und die Leistungssteigerung in der Praxis der Yoga-Therapie

## Modul 2. Faszien

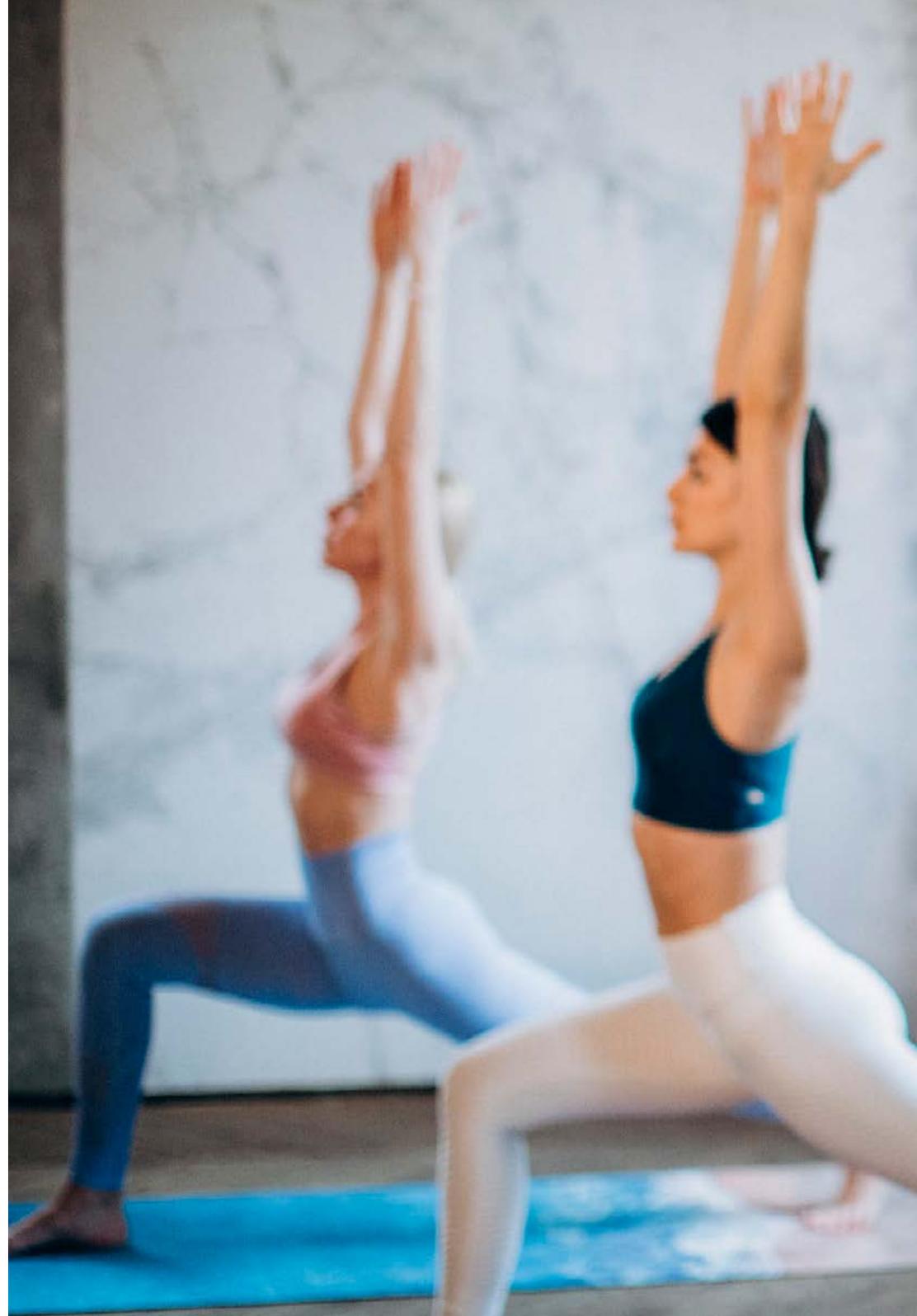
- 2.1. Faszien
  - 2.1.1. Geschichte
  - 2.1.2. Faszien vs. Aponeurose
  - 2.1.3. Typen
  - 2.1.4. Funktionen
- 2.2. Arten von Mechanorezeptoren und ihre Bedeutung in verschiedenen Yogastilen
  - 2.2.1. Bedeutung
  - 2.2.2. Golgi
  - 2.2.3. Paccini
  - 2.2.4. Ruffini
- 2.3. Myofasziale Ketten
  - 2.3.1. Definition
  - 2.3.2. Bedeutung im Yoga
  - 2.3.3. Konzept der Tensegrity
  - 2.3.4. Die drei Zwerchfelle
- 2.4. LPS: Oberflächliche posteriore Linie
  - 2.4.1. Definition
  - 2.4.2. Anatomische Bahnen
  - 2.4.3. Passive Haltungen
  - 2.4.4. Aktive Haltungen
- 2.5. LAS: Oberflächliche anteriore Linie
  - 2.5.1. Definition
  - 2.5.2. Anatomische Bahnen
  - 2.5.3. Passive Haltungen
  - 2.5.4. Aktive Haltungen
- 2.6. LL: Seitenlinie
  - 2.6.1. Definition
  - 2.6.2. Anatomische Bahnen
  - 2.6.3. Passive Haltungen
  - 2.6.4. Aktive Haltungen

- 2.7. SL: Spiralförmige Linie
  - 2.7.1. Definition
  - 2.7.2. Anatomische Bahnen
  - 2.7.3. Passive Haltungen
  - 2.7.4. Aktive Haltungen
- 2.8. Funktionelle Linien
  - 2.8.1. Definition
  - 2.8.2. Anatomische Bahnen
  - 2.8.3. Passive Haltungen
  - 2.8.4. Aktive Haltungen
- 2.9. Armlinien
  - 2.9.1. Definition
  - 2.9.2. Anatomische Bahnen
  - 2.9.3. Passive Haltungen
  - 2.9.4. Aktive Haltungen
- 2.10. Wichtigste Ungleichgewichte
  - 2.10.1. Ideales Muster
  - 2.10.2. Gruppe Beugung und Streckung
  - 2.10.3. Gruppe Öffnen und Schließen
  - 2.10.4. Inspirations- und Expirationsmuster

## Modul 3. Yoga in den verschiedenen evolutionären Momenten

- 3.1. Kindheit
  - 3.1.1. Warum ist das wichtig?
  - 3.1.2. Vorteile
  - 3.1.3. Wie sieht eine Klasse aus?
  - 3.1.4. Beispiel für einen angepassten Sonnengruß
- 3.2. Frauen und der Menstruationszyklus
  - 3.2.1. Menstruationsphase
  - 3.2.2. Follikuläre Phase
  - 3.2.3. Ovulatorische Phase
  - 3.2.4. Lutealphase

- 3.3. Yoga und der Menstruationszyklus
  - 3.3.1. Ablauf der Follikelphase
  - 3.3.2. Ablauf der ovulatorischen Phase
  - 3.3.3. Ablauf der Lutealphase
  - 3.3.4. Abfolge während der Menstruation
- 3.4. Menopause
  - 3.4.1. Allgemeine Überlegungen
  - 3.4.2. Körperliche und hormonelle Veränderungen
  - 3.4.3. Vorteile der Praxis
  - 3.4.4. Empfohlene Asanas
- 3.5. Schwangerschaft
  - 3.5.1. Warum praktizieren
  - 3.5.2. Asanas im ersten Trimester
  - 3.5.3. Asanas im zweiten Trimester
  - 3.5.4. Asanas im dritten Trimester
- 3.6. Postpartum
  - 3.6.1. Körperliche Vorteile
  - 3.6.2. Geistige Leistungen
  - 3.6.3. Allgemeine Empfehlungen
  - 3.6.4. Übung mit dem Baby
- 3.7. Das Alter
  - 3.7.1. Die wichtigsten Pathologien, denen wir begegnen werden
  - 3.7.2. Vorteile
  - 3.7.3. Allgemeine Überlegungen
  - 3.7.4. Kontraindikationen
- 3.8. Körperliche Behinderung
  - 3.8.1. Hirnschädigung
  - 3.8.2. Schädigung des Rückenmarks
  - 3.8.3. Schäden an den Muskeln
  - 3.8.4. Wie man eine Klasse gestaltet



- 3.9. Sinnesbehinderung
  - 3.9.1. Gehör
  - 3.9.2. Visuell
  - 3.9.3. Sinnesorgane
  - 3.9.4. Wie man eine Sequenz entwirft
- 3.10. Allgemeine Überlegungen zu den häufigsten Behinderungen, denen wir begegnen werden
  - 3.10.1. Down-Syndrom
  - 3.10.2. Autismus
  - 3.10.3. Zerebrale Lähmung
  - 3.10.4. Intellektuelle Entwicklungsstörung

“

*In diesem exklusiven Studiengang finden Sie die Verbindung zwischen den besten Multimedia-Inhalten und der innovativsten Lernmethodik auf dem Markt“*



# 05 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.



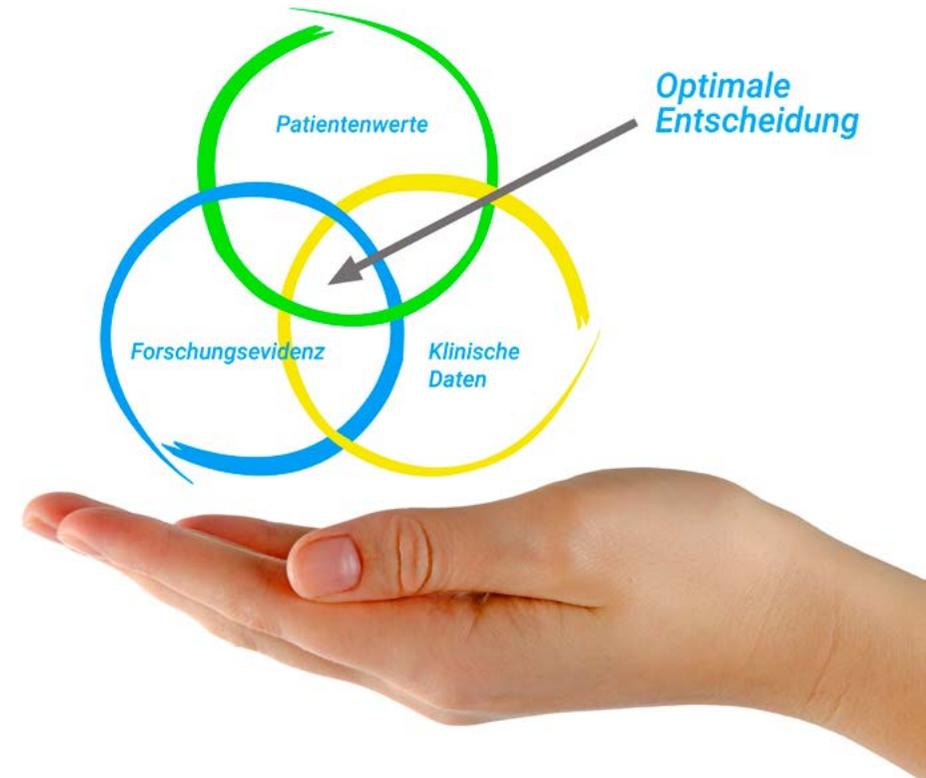
“

*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.

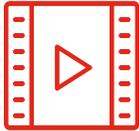
*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

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

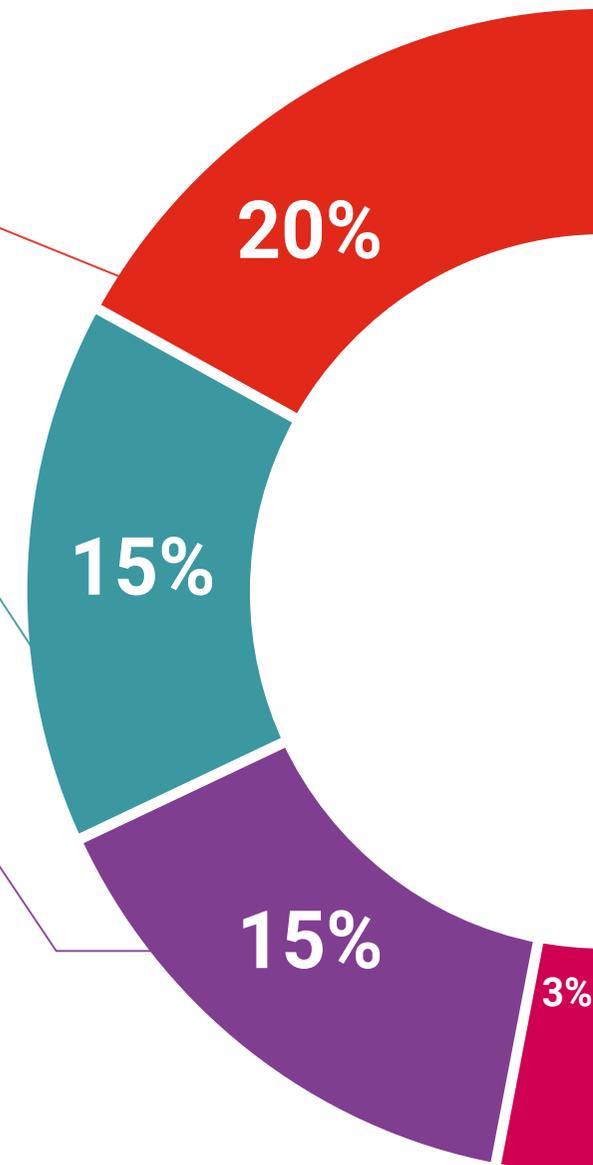
Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

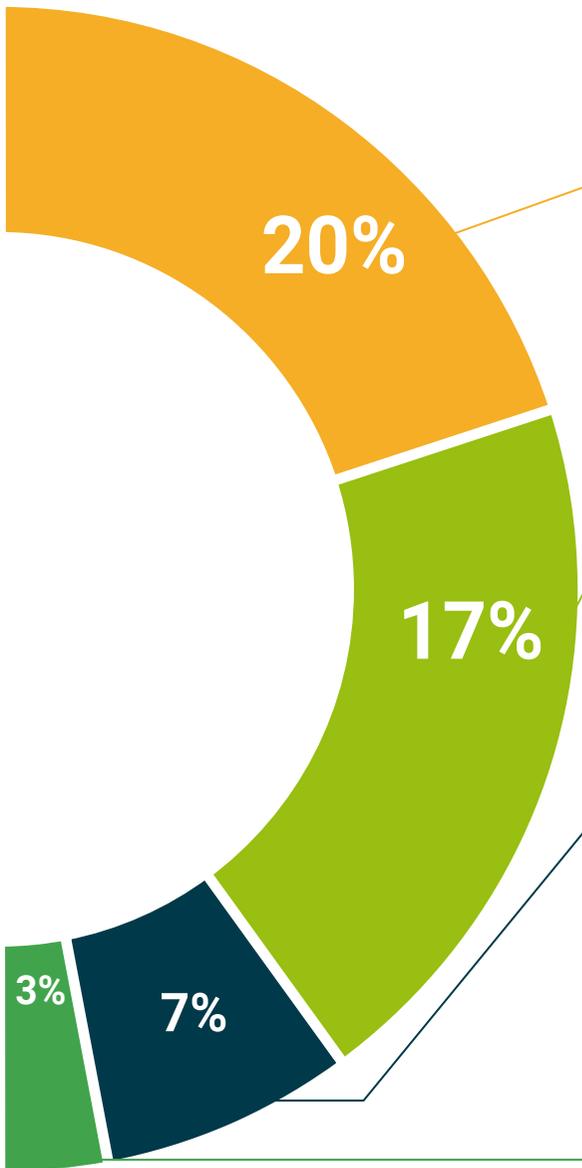
Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### 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.



06

# Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie 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 **Universitätsexperte in Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie 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: **Universitätsexperte in Anatomie und Physiologie in der Yoga-Therapie für die Krankenpflege**

Modalität: **online**

Dauer: **6 Monate**



\*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

**tech** technologische  
universität

### Universitätsexperte

Anatomie und Physiologie  
in der Yoga-Therapie für die  
Krankenpflege

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

virtuelles Klassenzimmer

# Universitätsexperte

Anatomie und Physiologie  
in der Yoga-Therapie für  
die Krankenpflege