

Universitätsexperte

Pilates-Trainer für die Krankenpflege



## Universitätsexperte Pilates-Trainer 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-pilates-trainer-krankenpflege](http://www.techtitute.com/de/krankenpflege/spezialisierung/spezialisierung-pilates-trainer-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

Neuere Studien haben gezeigt, dass regelmäßiges Pilates-Training Parkinson-Patienten helfen kann, ihr Gleichgewicht, ihre Koordination und ihre Beweglichkeit zu verbessern. Aus diesem Grund kann eine Pflegekraft, die in der Arbeit eines Pilates-Trainers erfahren und auf dem neuesten Stand ist, eine große Hilfe für Menschen sein, die ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden verbessern möchten. Aus diesem Grund hat TECH ein Programm entwickelt, das Pflegekräften ein Update über die Anpassung der Pilates-Übungen an diese Pathologie, die neurologische Beurteilung mit Schwerpunkt auf dieser Disziplin, den Ansatz dieser Disziplin bei schwangeren Patientinnen und die wissenschaftlichen Erkenntnisse in dieser Praxis bietet. Eine 100%ige Online-Weiterbildung, die den Fachleuten völlige Flexibilität und die Anpassung dieser Aktualisierung an ihre täglichen Aktivitäten bietet.



“

*Eine 100% online Universitätsfortbildung, die Sie auf dem neuesten Stand der effektivsten Techniken für die Arbeit mit neurologischen Pilates-Pathologien und schwangeren Patientinnen hält"*

Die ganzheitliche Perspektive von Pilates hat sich als äußerst vorteilhaft erwiesen, um die Symptome der Steifheit und der Bradykinese zu reduzieren, die häufig bei der Parkinson-Krankheit auftreten. Dies führt zu einem größeren Vertrauen in die körperlichen Fähigkeiten und zu einer Verringerung der mit der Krankheit verbundenen Ängste. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass das Pflegepersonal mit den neuesten Techniken vertraut ist, die ein Pilates-Trainer anwendet. Dadurch sind sie in der Lage, zusätzliche therapeutische Mittel anzubieten, um die Betreuung und Pflege von Patienten mit dieser oder anderen Erkrankungen zu verbessern.

TECH hat dieses Programm entwickelt, um Fachkräften eine umfassende Aktualisierung der wissenschaftlichen Erkenntnisse zu bieten, die die Integration des Pilates-Trainers in die klinische Praxis, z. B. in die Krankenpflege, unterstützen.

So kann die Pflegefachkraft ihr Wissen über das Nervensystem und die Vorteile von Pilates bei neurologischen Erkrankungen sowie über Sensibilitätsbewertungen, Tests und Skalen erweitern. Sie werden auch die Möglichkeit haben, mehr über die wichtigsten Erkrankungen des Nervensystems zu erfahren, die von der Wissenschaft im Zusammenhang mit Pilates unterstützt werden. Sie werden sich auch damit befassen, wie man die richtige Umgebung und den richtigen Raum für eine effektive und sichere Pilatespraxis auswählt.

Es gibt auch ein Modul, das sich mit dem Umgang mit Schwangeren in den verschiedenen Stadien der Schwangerschaft, mit geeigneten Techniken für postpartale Probleme und mit der Vorbereitung auf die Geburt befasst.

All dies in einem 100%igen Online-Modus, der den Pflegekräften eine vollständige Aktualisierung garantiert, die flexibel mit ihren anderen täglichen Aktivitäten verbunden werden kann, da sie nicht an starre Zeitpläne gebunden sind. Darüber hinaus beinhaltet diese Fortbildung das *Relearning*-System, das ein effizienteres Einprägen der Konzepte ermöglicht, ohne viel Zeit in den Aktualisierungsprozess investieren zu müssen. Darüber hinaus bietet es den Studenten eine Reihe innovativer Multimedia-Ressourcen, auf die sie während dieses akademischen Weges uneingeschränkt zugreifen können.

Dieser **Universitätsexperte in Pilates-Trainer 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
- ♦ Die praktischen Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens durchgeführt werden kann
- ♦ 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



*Sie werden die von Pilates-Trainern verwendeten Geräte wie den Foam Roller und den Fit Ball in Ihrer Arbeit als Pflegekraft einsetzen"*

“

*Sie befassen sich eingehend mit dem zentralen und peripheren Nervensystem und der Anwendung von Pilates bei Pathologien, die diesen Bereich des Organismus betreffen"*

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

*Sie werden sich eingehend mit neurologischen Befunden befassen, um die am besten geeigneten Pilates-Techniken anwenden zu können.*

*Die Übungen, die vom Pilates-Trainer am häufigsten verwendet werden, werden angepasst, um die häufigsten neurologischen Pathologien zu behandeln.*



# 02 Ziele

Ziel dieser Fortbildung ist es, die Kenntnisse des Pflegepersonals in den am häufigsten von Pilates-Trainern angewandten Strategien zu aktualisieren. In diesem Zusammenhang bietet das Programm die Möglichkeit, die Übungen, die für jede Phase der Schwangerschaft geeignet sind, im Detail zu studieren, die wichtigsten Veränderungen bei jeder neurologischen Pathologie zu identifizieren und sie mit Hilfe dieser Disziplin zu behandeln. Zu diesem Zweck hat TECH dem Gesundheitspersonal eine Reihe von Multimedia-Ressourcen zur Verfügung gestellt, wie z. B. detaillierte Videos, die 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar sind.





“

*Sie erweitern Ihre Kenntnisse in der  
Behandlung von Beckenboden- und  
Harninkontinenzproblemen und in den  
entsprechenden Übungen für Schwangere”*



## 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. 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 2. 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 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

“

*Sie werden die Veränderungen, die in den verschiedenen Stadien der Schwangerschaft auftreten, und die Vorteile der Pilates-Methode während der Schwangerschaft im Detail erkunden"*

# 03 Kursleitung

Für die Durchführung dieses Universitätsexperten hat TECH herausragende Spezialisten auf dem Gebiet der Physiotherapie und Pilates-Spezialisten ausgewählt. Auf diese Weise haben Fachleute die Möglichkeit, an einem avantgardistischen Programm teilzunehmen, das von authentischen Referenten in dieser Disziplin entwickelt wurde. Außerdem haben die Studenten die Möglichkeit, während der gesamten 6-monatigen Dauer des Kurses eventuelle Zweifel über den Inhalt des Programms auszuräumen.





“

*Sie werden die besten Dozenten haben, mit denen Sie Beckenbodenübungen und die Vorbereitung auf die Geburt und das Wochenbett in Ihre klinische Praxis einbeziehen werden"*

## 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. Parra Nebreda, Virginia

- Physiotherapeutin für Beckenboden bei der Stiftung für Multiple Sklerose von Madrid
- Physiotherapeutin für Beckenboden in der Letfísio 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

### 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





# 04

## Struktur und Inhalt

Mit diesem Universitätsexperten für Pilates-Trainer wird die Fachkraft auf den neuesten Stand der Methoden, Techniken und Geräte gebracht, die in den von Pilates-Trainern durchgeführten Sitzungen verwendet werden. Außerdem kann sie ihr Wissen über den Umgang mit schwangeren Patienten, mit Problemen vor und nach der Geburt und mit Menschen mit Erkrankungen des Nervensystems aktualisieren. All dies ist dank der 100%igen Online-Methode möglich, mit einer großen Vielfalt an Multimedia-Ressourcen, die eine effiziente Aktualisierung ermöglichen.



“

*Durch die Relearning-Methode können Sie Ihren Aktualisierungsprozess verbessern, die langen Studienzeiten reduzieren und Ihr Langzeitgedächtnis stärken"*

## Modul 1. Pilates während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett

- 1.1. Erstes Trimester
  - 1.1.1. Entwicklung im ersten Trimester
  - 1.1.2. Nutzen und Ziele
  - 1.1.3. Geeignete Übungen
  - 1.1.4. Kontraindikationen
- 1.2. Zweites Trimester
  - 1.2.1. Entwicklung im zweiten Trimester
  - 1.2.2. Nutzen und Ziele
  - 1.2.3. Geeignete Übungen
  - 1.2.4. Kontraindikationen
- 1.3. Drittes Trimester
  - 1.3.1. Entwicklung im dritten Trimester
  - 1.3.2. Nutzen und Ziele
  - 1.3.3. Geeignete Übungen
  - 1.3.4. Kontraindikationen
- 1.4. Entbindung
  - 1.4.1. Dilatations- und Entbindungsphase
  - 1.4.2. Nutzen und Ziele
  - 1.4.3. Empfehlungen
  - 1.4.4. Kontraindikationen
- 1.5. Unmittelbar nach der Entbindung
  - 1.5.1. Erholung und Wochenbett
  - 1.5.2. Nutzen und Ziele
  - 1.5.3. Geeignete Übungen
  - 1.5.4. Kontraindikationen
- 1.6. Harninkontinenz und Beckenbodenchirurgie
  - 1.6.1. Betroffene Anatomie
  - 1.6.2. Pathophysiologie
  - 1.6.3. Geeignete Übungen
  - 1.6.4. Kontraindikationen

- 1.7. Probleme in der Schwangerschaft und Annäherung mit der Pilates-Methode
  - 1.7.1. Veränderung der Körperstatik
  - 1.7.2. Häufigste Probleme
  - 1.7.3. Geeignete Übungen
  - 1.7.4. Kontraindikationen
- 1.8. Vorbereitung auf die Schwangerschaft
  - 1.8.1. Vorteile der körperlichen Betätigung während der Schwangerschaft
  - 1.8.2. Empfohlene körperliche Betätigung
  - 1.8.3. Empfohlene Übungen bei der ersten Schwangerschaft
  - 1.8.4. Vorbereitung für eine zweite und weitere Schwangerschaft
- 1.9. Spätes Wochenbett
  - 1.9.1. Langfristige anatomische Veränderungen
  - 1.9.2. Vorbereitung auf die Rückkehr zu körperlicher Aktivität
  - 1.9.3. Geeignete Übungen
  - 1.9.4. Kontraindikationen
- 1.10. Postnatale Störungen
  - 1.10.1. Abdominale Diastase
  - 1.10.2. Statische Verschiebung des Beckenvorfalls
  - 1.10.3. Störungen der tiefen Bauchmuskulatur
  - 1.10.4. Indikationen und Kontraindikationen beim Kaiserschnitt

## Modul 2. Allgemeine Pathologie und ihre Behandlung mit Pilates

- 2.1. Nervensystem
  - 2.1.1. Zentrales Nervensystem
  - 2.1.2. Peripheres Nervensystem
  - 2.1.3. Kurzbeschreibung der neuronalen Bahnen
  - 2.1.4. Positive Auswirkungen von Pilates auf die neurologische Pathologie
- 2.2. Neurologische Beurteilung mit Fokus auf Pilates
  - 2.2.1. Anamnese
  - 2.2.2. Bewertung von Stärke und Tonus
  - 2.2.3. Bewertung der Sensibilität
  - 2.2.4. Tests und Skalen

- 2.3. Die häufigsten neurologischen Pathologien und wissenschaftliche Erkenntnisse über Pilates
  - 2.3.1. Kurze Beschreibung der Pathologien
  - 2.3.2. Grundprinzipien von Pilates in der neurologischen Pathologie
  - 2.3.3. Anpassung von Pilates-Stellungen
  - 2.3.4. Anpassung von Pilates-Übungen
- 2.4. Multiple Sklerose
  - 2.4.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.4.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.4.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.4.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.5. Schlaganfall
  - 2.5.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.5.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.5.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.5.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.6. Parkinson
  - 2.6.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.6.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.6.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.6.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.7. Zerebrale Lähmung
  - 2.7.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.7.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.7.3. Anpassung von Pilates-Übungen am Boden
  - 2.7.4. Anpassung von Pilates-Übungen mit Hilfsmitteln
- 2.8. Senioren
  - 2.8.1. Pathologien im Zusammenhang mit Alter
  - 2.8.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.8.3. Geeignete Übungen
  - 2.8.4. Kontraindizierte Übungen

- 2.9. Osteoporose
  - 2.9.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.9.2. Bewertung der Fähigkeiten des Patienten
  - 2.9.3. Geeignete Übungen
  - 2.9.4. Kontraindizierte Übungen
- 2.10. Probleme des Beckenbodens: Harninkontinenz
  - 2.10.1. Beschreibung der Pathologie
  - 2.10.2. Inzidenz und Prävalenz
  - 2.10.3. Geeignete Übungen
  - 2.10.4. Kontraindizierte Übungen

### 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
  - 3.8.4. Stretchbänder
  - 3.8.5. 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





“

*Sie werden Fallstudien zur Hand haben, die Ihnen ein vollständiges Update über die erfolgreichsten Strategien zur Anwendung von Pilates-Techniken im klinischen Umfeld geben"*

# 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 Pilates-Trainer 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 Pilates-Trainer 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 Technologische 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 Pilates-Trainer für die Krankenpflege**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **450 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 innovativ  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung institutionen  
virtuelles Klassenzimmer

**tech** technologische  
universität

Universitätsexperte  
Pilates-Trainer für die  
Krankenpflege

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

Universitätsexperte

Pilates-Trainer für die Krankenpflege

