

Certificat

Méthodologie Pratique en Pilates





Certificat

Méthodologie Pratique en Pilates

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtute.com/fr/medecine/cours/methodologie-pratique-pilates

Accueil

01

Présentation

Page 4

02

Objectifs

Page 8

03

Direction de la formation

Page 12

04

Structure et contenu

Page 18

05

Méthodologie

Page 22

06

Diplôme

Page 30

01 Présentation

A la période actuelle, caractérisée par une augmentation des pathologies nécessitant une réhabilitation et une diminution inquiétante de l'activité physique, la méthode Pilates est présentée comme une réponse efficace à ce problème. C'est pourquoi les professionnels de la santé intègrent de plus en plus cette méthode dans leur pratique, en complément de leurs traitements. C'est pourquoi TECH a créé ce programme qui offre une mise à jour sur la planification des séances, le logiciel d'étude du Pilates et les preuves scientifiques les plus récentes dans ce domaine. Un programme 100% en ligne qui offre une flexibilité d'accès à son contenu étendu développé sur 6 semaines.





“

*Obtenez en 6 semaines une
mise à jour complète de la
Méthodologie Pratique en Pilates”*

Le renforcement musculaire, l'amélioration de la souplesse et la correction posturale ont fait des techniques Pilates un outil précieux pour compléter les traitements médicaux dans le domaine de la réadaptation. En outre, la combinaison d'exercices contrôlés à faible impact et d'une attention consciente à la respiration permet aux patients de travailler à leur rétablissement de manière sûre et efficace.

Dans ce contexte, il est essentiel de connaître la planification et le développement de cette méthode afin de l'intégrer dans le processus thérapeutique de chaque patient et de chaque pathologie spécifique. Cela apporte des avantages significatifs, car cela permet une approche holistique et favorise le lien entre le corps et l'esprit.

Par conséquent, TECH a conçu cette qualification universitaire de 150 heures d'enseignement, qui fournit au médecin une mise à jour sur les méthodes de préparation et d'exécution des cours de Pilates, l'évaluation initiale du patient et les exercices d'introduction à la technique. Vous pourrez également élargir votre connaissance des protocoles généraux, des progressions et régressions des exercices et des principaux logiciels d'étude de la méthode Pilates.

Les professionnels ont une excellente opportunité de mettre à jour efficacement leurs compétences à travers une proposition académique innovante et flexible. Il leur suffit de disposer d'un appareil numérique (téléphone portable, tablette ou ordinateur) avec une connexion internet pour consulter les contenus hébergés sur la plateforme virtuelle à tout moment de la journée. De même, grâce au système *Relearning*, le diplômé se souviendra de concepts complexes en moins de temps et de manière plus efficace.

Ce **Certificat en Méthodologie Pratique en Pilates** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

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



Grâce à ce Certificat, vous apprendrez en profondeur à effectuer une évaluation posturale et à coordonner la Méthodologie Pilates"

“ *Vous mettrez en œuvre la Méthodologie Pilates dans vos séances thérapeutiques, vous corrigerez la position de vos patients grâce aux études de cas de ce programme*”

Améliorez vos compétences en choisissant la méthodologie la plus appropriée pour vos séances de Pilates.

Vous apprendrez en profondeur les progressions et régressions des exercices et les adapterez au traitement de chaque patient.

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

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

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



02 Objectifs

L'objectif principal de ce diplôme est de fournir aux professionnels de la Médecine des connaissances et des compétences actualisées dans le domaine de la Méthodologie Pilates. En ce sens, le diplômé sera en mesure de compléter d'autres traitements médicaux et d'aider à améliorer la qualité de vie de ses patients. De même, grâce aux outils pédagogiques fournis dans ce programme, vous obtiendrez les informations les plus précises et les plus récentes sur les études scientifiques entourant cette discipline.



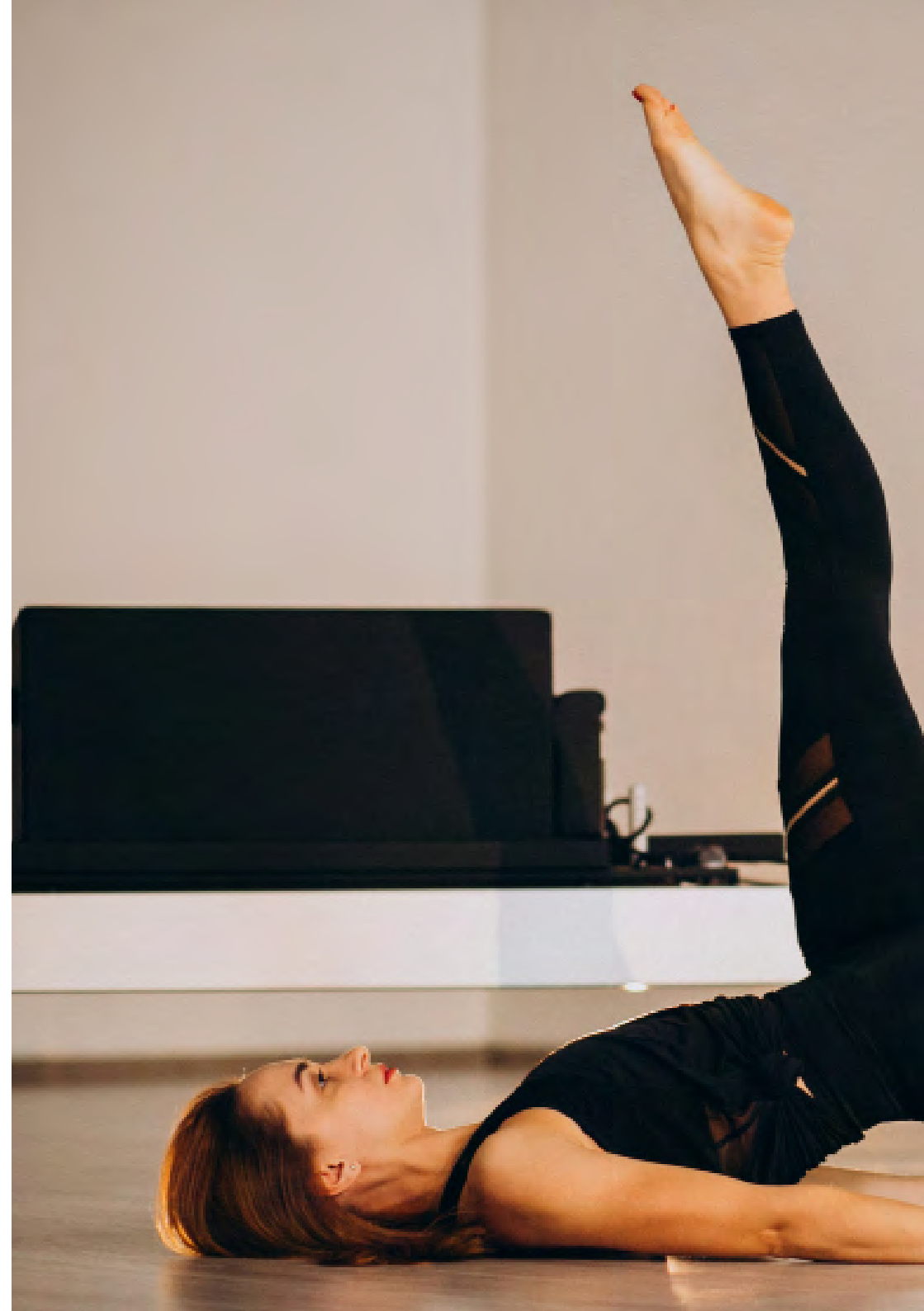
“

Vous explorerez en détail le protocole général de la méthode Pilates, analyserez sa fonction et l'appliquerez efficacement dans vos séances thérapeutiques”



Objectifs généraux

- ♦ Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la méthode Pilates au sol, sur différentes machines et avec des outils
- ♦ Différencier les applications des exercices de Pilates et les adaptations à faire pour chaque patient
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque patient
- ♦ Délimiter les progressions et régressions des exercices en fonction des différentes phases du processus de récupération d'une blessure
- ♦ Éviter les exercices contre-indiqués selon l'évaluation préalable des patients et des clients
- ♦ Manipuler en profondeur les appareils utilisés dans la Méthode Pilates
- ♦ Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques et actualisées sur les traitements Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné à l'exercice Pilates
- ♦ Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates en se basant sur les principes de la méthode
- ♦ Exécuter correctement et analytiquement les exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- ♦ Concevoir des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement
- ♦ Décrire l'application de la Méthode Pilates chez les sportifs de haut niveau





Objectifs spécifiques

- ◆ Systématiser les séances basées sur la Méthode Pilates
- ◆ Définir les types de séances basées sur la Méthode Pilates
- ◆ Plongez dans les controverses et la méthode Pilates bien appliquée



Vous ferez le point en exclusivité sur les indications et les contre-indications de certaines techniques de Pilates”



03

Direction de la formation

Afin de maintenir l'excellence académique qui caractérise TECH, un corps enseignant exceptionnel a été sélectionné pour élaborer le programme de ce Certificat. Ainsi, ce programme est composé de spécialistes reconnus dans le domaine de la Kinésithérapie, avec une spécialisation spécifique dans la Méthode Pilates. Ces experts hautement qualifiés et expérimentés garantissent une mise à jour exceptionnelle pour les médecins, en leur fournissant des connaissances de pointe soutenues par les plus grands experts de la discipline.



“

Vous analyserez les différents cas cliniques grâce aux études de cas fournies par l'équipe pédagogique exceptionnelle que TECH a préparée pour vous”

Directeur invité internationa

Le Docteur Edward Laskowski est une figure internationale de premier plan dans le domaine de la **Médecine Sportive** et de la **Réadaptation Physique**. Certifié par le **Conseil Américain de Médecine Physique et de Réadaptation**, il a fait partie intégrante de la prestigieuse équipe de la **Clinique Mayo**, où il a occupé le poste de **Directeur du Centre de Médecine Sportive**.

Son expertise couvre un large éventail de disciplines, de la **Médecine Sportive** au **Fitness** et à **l'Entraînement de la Force et de la Stabilité**. Il a travaillé en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire de spécialistes en **Médecine Physique, Réadaptation, Orthopédie, Kinésithérapie** et **Psychologie du Sport** afin d'apporter une approche holistique aux soins de ses patients.

De même, son influence s'étend au-delà de la pratique clinique, puisqu'il a été reconnu au **niveau national et international** pour ses contributions au monde du **sport** et de la **santé**. Ainsi, il a été nommé par le président **George W. Bush** au **Conseil Présidentiel sur la Condition Physique et les Sports**, et a reçu le **Prix de Service Distingué** du **Département de la Santé et des Services Humains**, soulignant son engagement pour la promotion de **modes de vie sains**.

En outre, il a joué un rôle clé dans des **événements sportifs** majeurs tels que les **Jeux Olympiques d'Hiver de 2002 à Salt Lake City** et le **Marathon de Chicago**, en fournissant des **soins médicaux** de qualité. En outre, son dévouement à la **sensibilisation** s'est traduit par un travail considérable dans la création de **ressources universitaires**, notamment le **CD-ROM de la Clinique Mayo sur le Sport, la Santé et le Fitness**, ainsi que par son rôle de **Rédacteur en Chef Adjoint** du livre "**Mayo Clinic Fitness for EveryBody**". Passionné par la lutte contre les mythes et la fourniture d'informations précises et actualisées, le Docteur Edward Laskowski continue d'être une voix influente dans le domaine de la **Médecine du Sport** et de **Fitness** dans le monde entier.



Dr. Laskowski, Edward

- Directeur du Centre de Médecine du Sport de la Clinique Mayo, États-Unis
- Médecin Consultant auprès de l'Association des Joueurs de la Ligue Nationale de Hockey, États-Unis
- Médecin à la Clinique Mayo, États-Unis
- Membre de la Polyclinique Olympique aux Jeux Olympiques d'hiver (2002), Salt Lake City, Salt Lake City
- Spécialiste de la Médecine du Sport, du Fitness, de la Musculation et de l'Entraînement à la Stabilité
- Certifié par le Conseil Américain de la Médecine Physique et de la Réadaptation
- Rédacteur Collaborateur du livre "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prix du Service distingué du Département de la Santé et des Services Humains
- Membre de :
American College of Sports Medicine



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

Direction



M. González Arganda, Sergio

- Kinésithérapeute à l'Atlético de Madrid Club de Football
- Directeur Général de Fisio Domicilio Madrid
- Chargé de cours dans le cadre du Master en Préparation Physique et Réadaptation Sportive dans le Football
- Chargé de cours de Certificat en Pilates Clinique
- Chargé de cours du Master en Biomécanique et Kinésithérapie du Sport
- Master en Ostéopathie du Système Locomoteur de l'École d'Ostéopathie de Madrid
- Certificat Avancé en Réhabilitation Pilates de la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- Master en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de Kinésithérapie
- Diplôme en Kinésithérapie à l'Université Pontificale de Comillas



04

Structure et contenu

Ce programme offre un contenu innovant en Méthodologie Pilates, assurant une actualisation complète pour le spécialiste clinique. Ainsi, vous apprendrez en profondeur le cours de Pilates, la séance initiale, les progressions et régressions des exercices et le protocole général du Pilates. En outre, vous apprendrez à utiliser les outils technologiques pour l'étude de cette méthode, ainsi que les indications pour l'exécution de chaque technique. Le tout complété par le meilleur matériel didactique.





“

Avec la méthode Relearning, vous optimisez votre temps d'étude en vous concentrant efficacement sur les concepts les plus pertinents”

Module 1. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

- 1.1. La séance initiale
 - 1.1.1. Évaluation initiale
 - 1.1.2. Consentement éclairé
 - 1.1.3. Mots et commandes liés à la Méthode Pilates
 - 1.1.4. Début de la Méthode Pilates
- 1.2. Évaluation initiale
 - 1.2.1. L'évaluation posturale
 - 1.2.2. Évaluation de la flexibilité
 - 1.2.3. Évaluation de la coordination
 - 1.2.4. Planification de la séance. Fiche Pilates
- 1.3. Le cours de Pilates
 - 1.3.1. Exercices initiaux
 - 1.3.2. Regroupement des élèves
 - 1.3.3. Positionnement, voix, corrections
 - 1.3.4. La pause
- 1.4. Les élèves-patients
 - 1.4.1. Typologie de l'élève Pilates
 - 1.4.2. L'engagement personnalisé
 - 1.4.3. Les objectifs de l'élève
 - 1.4.4. Le choix de la méthode
- 1.5. Progressions et régression des exercices
 - 1.5.1. Introduction aux progressions et régressions
 - 1.5.2. Les progressions
 - 1.5.3. Les régressions
 - 1.5.4. L'évolution du traitement
- 1.6. Protocole général
 - 1.6.1. Un protocole de base généralisé
 - 1.6.2. Respecter les fondamentaux de la méthode Pilates
 - 1.6.3. Analyse du protocole
 - 1.6.4. Fonctions du protocole



- 1.7. Indications des exercices
 - 1.7.1. Caractéristiques de la position de départ
 - 1.7.2. Contre-indications des exercices
 - 1.7.3. Aides verbales, tactiles
 - 1.7.4. Programmation des cours
- 1.8. L'enseignant/le moniteur
 - 1.8.1. Analyse de l'apprenant
 - 1.8.2. Types d'enseignants
 - 1.8.3. Créer l'environnement adéquat
 - 1.8.4. Suivi de l'apprenant
- 1.9. Le programme de base
 - 1.9.1. Pilates pour débutants
 - 1.9.2. Pilates pour niveau moyen
 - 1.9.3. Pilates pour experts
 - 1.9.4. Pilates professionnel
- 1.10. Logiciel de studio de Pilates
 - 1.10.1. Principaux logiciels pour studio de Pilates
 - 1.10.2. Application Pilates
 - 1.10.3. Les dernières technologies dans le studio de Pilates
 - 1.10.4. Progrès les plus significatifs dans le studio de Pilates

“ Vous aurez une mise à jour sur la technologie des studios de Pilates et les principaux logiciels et applications qui vous aideront dans votre pratique médicale”



05

Méthodologie

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

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



“

Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle”

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

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



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

“

Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"

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

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort fourni devient un stimulus très important pour l'étudiant, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps consacré à travailler les cours.



Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Cette université est la première au monde à combiner des études de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport à la simple étude et analyse de cas.

Le professionnel apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe qui facilitent l'apprentissage immersif.



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

Grâce à cette méthodologie, nous, formation plus de 250.000 médecins avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Dans ce programme, vous aurez accès aux meilleurs supports pédagogiques élaborés spécialement pour vous:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Techniques et procédures chirurgicales en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques médicales actuelles. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

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



Bibliographie complémentaire

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





Études de cas dirigées par des experts

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



Testing & Retesting

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



Cours magistraux

Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



06 Diplôme

Le Certificat en Méthodologies Pratique en Pilates vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.





“

Réussissez ce programme et recevez votre diplôme sans déplacements ni formalités administratives”

Ce **Certificat en Méthodologie Pratique en Pilates** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

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

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

Diplôme: **Certificat en Méthodologie Pratique en Pilates**

N° d'heures officielles: **150 h.**



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

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

tech université
technologique

Certificat
Méthodologie Pratique
en Pilates

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Méthodologie Pratique en Pilates



tech université
technologique