

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique



Mastère Spécialisé Pilates Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/medecine/master/master-pilates-therapeutique

Accueil

01

Présentation

Page 4

02

Objectifs

Page 8

03

Compétences

Page 12

04

Direction de la formation

Page 16

05

Structure et contenu

Page 22

06

Méthodologie

Page 34

07

Diplôme

Page 42

01

Présentation

La littérature scientifique existante met en évidence les bénéfices du Pilates Thérapeutique, notamment dans le traitement des Troubles Musculo-Squelettiques. Ce soutien a conduit à encourager la pratique de ce type d'activité physique chez les personnes cherchant à soulager leurs douleurs musculaires ou à améliorer certaines pathologies de l'appareil locomoteur. Dans ce sens, TECH a conçu une qualification 100% en ligne, qui permet au professionnel médical de faire le point sur les exercices les plus efficaces pour chaque affection, les éléments pour leur exécution, la prévention des blessures et l'approche du surentraînement des instructeurs et des professionnels. Tout cela, en outre, à partir d'un programme qui offre une approche théorique-pratique et le meilleur matériel didactique multimédia, de sorte que le diplômé peut effectuer une mise à jour efficace en seulement 12 mois.





“

Un Mastère Spécialisé qui vous apporte les données scientifiques les plus récentes sur les bénéfices du Pilates Thérapeutique dans le traitement des Pathologies de l'Appareil locomoteur”

Le travail de la respiration, de la contraction musculaire et de la souplesse, en coordination avec une exécution contrôlée et fluide de chaque mouvement du corps, est à la base de la méthode Pilates. Des études scientifiques, dont certaines longitudinales, ont démontré les bénéfices de sa pratique chez des patients souffrant de troubles musculo-squelettiques.

Sans aucun doute, son efficacité rend nécessaire que les professionnels de la Médecine connaissent les exercices utilisés dans les centres de rééducation pour traiter certaines pathologies, notamment neurologiques, ainsi que la méthodologie et le matériel utilisés. C'est dans cette optique que TECH a conçu ce Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique en seulement 12 mois.

Un programme avancé qui se concentre sur cette activité physique en tant qu'outil de gestion des conditions douloureuses et sur le catalogue des exercices appropriés en fonction de l'anatomie affectée ou de l'orientation vers le renforcement ou l'élasticité musculaire. Ce programme comprend également des domaines thérapeutiques récents basés sur les nouvelles données probantes et les expériences des enseignants qui composent cette option académique.

Tout cela, en plus, avec un rythme dynamique qui fournit des vidéos en détail, des résumés vidéo de chaque sujet, des lectures spécialisées et des scénarios de simulation, développés par l'équipe d'enseignants. La flexibilité de ce diplôme le rend encore plus attractif pour les médecins. Les diplômés n'ont besoin que d'un appareil numérique pour accéder au contenu hébergé sur la plateforme virtuelle à tout moment de la journée. Ainsi, avec une méthodologie exclusivement en ligne et sans cours programmés, les étudiants disposent d'une plus grande liberté pour gérer eux-mêmes leur temps afin de consulter cette proposition académique de pointe.

Ce **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ L'étude de cas pratiques présentés par des experts en Kinésithérapie et d'éminents 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
- ♦ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour 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



Une institution académique qui s'adapte à vous et conçoit un programme qui vous permettra de concilier vos activités quotidiennes avec un diplôme de qualité”

“

Tenez-vous au courant des derniers débats dans le domaine thérapeutique sur le Pilates avec ce diplôme qui examine en profondeur ses avantages et ses contre-indications”

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. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Vous souhaitez vous tenir au courant des dernières avancées en matière de Pilates neurologique? C'est possible grâce à ce diplôme universitaire conçu par TECH.

Un parcours académique qui vous mènera du Pilates classique au Pilates Thérapeutique et Rééducatif.



02 Objectifs

L'évolution des méthodologies et des outils de travail de la méthode Pilates a permis à cet ensemble de techniques d'atteindre des approches thérapeutiques plus importantes et meilleures pour diverses pathologies. Actuellement, ses avantages dans le développement de la grossesse, de l'accouchement et de la récupération après l'accouchement sont bien connus. De même, son potentiel dans la réhabilitation des personnes souffrant d'accidents vasculaires cérébraux est de plus en plus analysé par la communauté médicale. Grâce à ce Mastère Spécialisé, les diplômés TECH pourront accéder à toutes ces connaissances, en les adaptant de manière holistique à leur pratique quotidienne.





“

Boostez votre carrière professionnelle grâce aux avantages académiques que TECH vous offre par le biais de la méthode du Relearning”



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 équipements
- ♦ Distinguer 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
- ♦ Définir 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 de Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné aux exercices Pilates
- ♦ Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates basés sur les principes de la méthode
- ♦ Exécuter correctement et de manière analytique 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

Module 1. La Méthode Pilates

- ♦ Découvrir les origines du Pilates
- ♦ Approfondir l'histoire de la Méthode Pilates
- ♦ Décrire la méthodologie du Pilates

Module 2. Principes de base de la Méthode Pilates

- ♦ Approfondir les principes fondamentaux du Pilates
- ♦ Identifier les exercices les plus pertinents
- ♦ Expliquer les positions Pilates à éviter

Module 3. Le gymnase Pilates

- ♦ Décrire l'espace où le Pilates est pratiqué
- ♦ Connaître les machines utilisées pour le Pilates
- ♦ Décrire les protocoles d'exercices et les progressions

Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

- ♦ Structurer des séances basées sur la Méthode Pilates
- ♦ Définir les types de séances basées sur la Méthode Pilates
- ♦ Approfondir les controverses et la méthode Pilates bien appliquée

Module 5. Pilates dans les troubles de la Colonne Vertébrale

- ♦ Étudier les principaux problèmes de la Colonne vertébrale et leur approche
- ♦ Mettre à jour les connaissances sur les principaux problèmes du Dos et leur approche
- ♦ Appliquer des protocoles d'exercices spécifiques pour le processus de récupération des blessures

Module 6. Pilates dans les troubles du Membre Supérieur

- ♦ Identifier les pathologies de l'Épaule et leur prise en charge
- ♦ Développer la connaissance de la pathologie du Coude et de son approche
- ♦ Approfondir la pathologie du Poignet et son approche

Module 7. Pilates dans les troubles du Membre Inférieur

- ♦ Détecter les caractéristiques distinctives de chaque blessure
- ♦ Traiter les troubles au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Adapter des protocoles d'exercices spécifiques au processus de récupération des blessures

Module 8. Pathologie générale et son traitement par le Pilates

- ♦ Maîtriser les caractéristiques de chaque pathologie
- ♦ Identifier les principaux troubles de chaque pathologie
- ♦ Traiter les troubles au moyen d'exercices basés sur la Méthode Pilates

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum

- ♦ Identifier les différentes phases de la grossesse
- ♦ Déterminer les exercices spécifiques à chaque phase
- ♦ Guider les femmes pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum

Module 10. Pilates dans les sports

- ♦ Identifier les blessures les plus fréquentes dans chaque sport
- ♦ Indiquer les facteurs de risque qui prédisposent aux blessures
- ♦ Sélectionner des exercices basés sur la méthode Pilates adaptés à chaque sport

03

Compétences

Grâce à ce programme, les étudiants pourront approfondir des approches thérapeutiques novatrices qui associent des exercices de renforcement musculaire à l'amélioration de la flexibilité chez des personnes souffrant de divers troubles. De cette manière, chaque diplômé acquerra un solide ensemble de compétences qui, incorporées dans sa pratique quotidienne, serviront de base à une carrière professionnelle distinguée. En incorporant les exercices disruptifs analysés dans le programme, ils disposeront des meilleures compétences pour optimiser le processus de rétablissement des personnes dont ils s'occupent.



“

Les compétences que vous développerez grâce à ce programme vous permettra d'acquérir une pratique holistique et actualisée de l'utilisation de la méthode Pilates en tant que stratégie thérapeutique pendant la grossesse, l'accouchement et le post-partum”

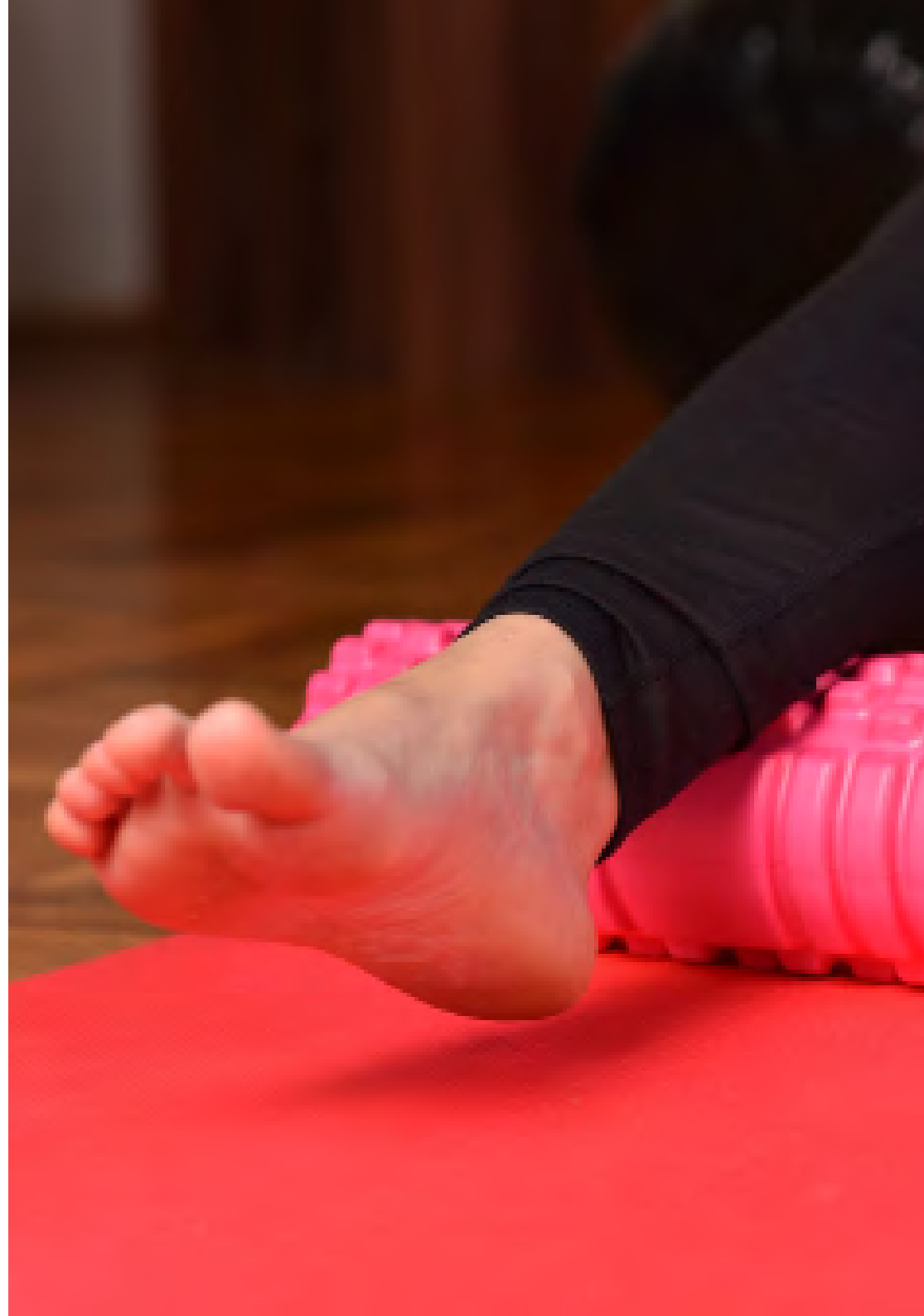


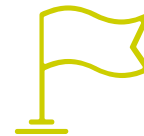
Compétences générales

- ♦ Mettre à jour les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la Méthode Pilates sur tapis, sur différentes machines et avec des outils
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque situation personnelle
- ♦ Faire une distinction claire entre un bon et un mauvais exercice de Pilates
- ♦ Prendre en compte et prévenir le *burn out* chez les instructeurs de Pilates
- ♦ Élargir les capacités de prise en charge des professionnels qui se sont surentraînés en Pilates
- ♦ Promouvoir les soins de santé en appliquant correctement les exercices de Pilates

“

Un programme qui vous permettra d'améliorer vos compétences dans la mise en œuvre d'exercices spécifiques pour aider les femmes à surmonter les troubles du plancher pelvien grâce à la Méthode Pilates”





Compétences spécifiques

- ♦ Adapter les charges des machines à l'objectif poursuivi avec un exercice donné chez un patient spécifique
- ♦ Appliquer les techniques du pilates de musculation et d'étirement pour traiter diverses blessures
- ♦ Identifier les principales blessures causées par une pratique incorrecte de la méthode Pilates chez les non-professionnels
- ♦ Fournir des lignes directrices en matière d'exercices pour les personnes souffrant d'ostéoporose ou de problèmes d'incontinence
- ♦ Poursuivre les recherches visant à approfondir la connaissance de la méthode Pilates
- ♦ Établir des protocoles pour l'exécution des exercices indiqués dans la MATT
- ♦ Aborder les problèmes des Membres Supérieurs et Inférieurs par le Pilates
- ♦ Recommander certains exercices de Pilates pour prévenir les pathologies musculaires

04

Direction de la formation

La philosophie de TECH est basée sur le développement d'un contenu avancé et de qualité. À cette fin, ses diplômes sont enseignés par d'éminents professionnels dotés d'une vaste expérience dans leur secteur. En ce sens, les étudiants auront à leur disposition un programme avancé, élaboré par de véritables experts, précurseurs du Pilates et possédant de vastes connaissances dans le domaine de la Médecine et des Sciences de l'Activité Physique. Une occasion unique de se perfectionner auprès des meilleurs spécialistes.





“

*Il s'agit d'un Mastère Spécialisé
avec des spécialistes pionniers
de la méthode Pilates”*

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
- ♦ PDG de Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Chargé de cours dans le cadre du Master en Préparation Physique et Rééducation Sportive dans le Football
- ♦ Chargé de cours dans le Certificat en Pilates Clinique
- ♦ Chargé de cours dans le cadre du Master en Biomécanique et Kinésithérapie du Sport
- ♦ Master en Ostéopathie de l'Appareil Locomoteur par l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ♦ Expert en Pilates et en Rééducation par la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- ♦ Master en Biomécanique Appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de Kinésithérapie
- ♦ Diplômé en Kinésithérapie de l'Université Pontificale de Comillas

Professeurs

Mme. Cortés Lorenzo, Laura

- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fiosiomon et à la Fédération Madrilène de Hockey
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fiosiomon
- ♦ Kinésithérapeute au Centre de Technification de la Fédération Madrilène de Hockey
- ♦ Kinésithérapeute dans des entreprises par l'intermédiaire de Fisiowork S.L
- ♦ Kinésithérapeute traumatologue à la Clinique Artros
- ♦ Kinésithérapeute au Club SPV51 et au Club Valdeluz de Hockey sur Gazon
- ♦ Diplômée en Physiothérapie Université Complutense de Madrid

Mme. García Ibáñez, Marina

- ♦ Kinésithérapeute pour les traitements à domicile en pédiatrie et chez les adultes atteints de pathologies neurologiques
- ♦ Kinésithérapeute à la Fondation de la Sclérose en Plaques de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute et Psychologue à la Clinique Kinés
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique San Nicolás
- ♦ Master en Kinésithérapie Neurologique : Techniques d'évaluation et de traitement à l'Université Européenne de Madrid
- ♦ Expert en Kinésithérapie Neurologique à l'Université Européenne de Madrid Diplôme de Psychologie de l'Université Nationale d'Education à Distance (UNED)

M. Pérez Costa, Eduardo

- ♦ PDG de Move2Be Kinésithérapie et Rééducation
- ♦ Kinésithérapeute indépendant, traitement à domicile à Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à la Clinique Natal San Sebastian de los Reyes
- ♦ Rééducateur sportif du Club de Basket-ball Zona Press
- ♦ Kinésithérapeute dans l'équipe filiale de l'UD Sanse
- ♦ Kinésithérapeute sur le terrain avec la Fondation Marcet
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Pascual & Muñoz
- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Fisio Life Plus
- ♦ Master en Kinésithérapie manuelle de l'appareil locomoteur à l'Université d'Alcalá
- ♦ Diplôme de Kinésithérapie de l'université d'Alcalá

Mme. Parra Nebreda, Virginia

- ♦ Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Fondation de la Sclérose Multiple de Madrid
- ♦ Kinésithérapeute du Plancher Pelvien à la Clinique Letfisio
- ♦ Kinésithérapeute à la Maison de Retraite d'Orpea
- ♦ Master en Kinésithérapie Pelvipérinéologique à l'Université de Castilla-la Mancha
- ♦ Formation à l'Échographie Fonctionnelle en Kinésithérapie du Plancher Pelvien chez l'Homme et la Femme dans le cadre de la Formation FISIOMEDIT
- ♦ Formation aux exercices hypopressifs à LOW PRESSURE FITNES
- ♦ Diplômée en Kinésithérapie par l'Université Complutense de Madrid

Mme. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à Keiki Fisioterapia
- ♦ Kinésithérapeute à Jemed Importaciones

M. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Lagasca
- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute au Club de Rugby Veterinaria



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

05

Structure et contenu

Grâce à la méthodologie de *Relearning*, basée sur la répétition continue des contenus les plus pertinents de ce programme, le professionnel pourra consolider les concepts de manière simple, réduisant ainsi les heures d'étude. De cette façon, il complétera un cours efficace de 12 mois pour se mettre à jour dans le domaine du Pilates Thérapeutique. Une mise à jour qui gagnera en dynamisme grâce aux contenus multimédias, aux études de cas cliniques et à la littérature contenue dans la vaste Bibliothèque Virtuelle de ce Mastère Spécialisé.



“

Un parcours académique de 1.500 heures d'enseignement avec le contenu le plus actuel sur la Méthode Pilates et son application pour traiter les pathologies du coude et autres troubles du Membre Supérieur”

Module 1. Méthode Pilates

- 1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.1. Joseph Pilates
 - 1.1.2. Livre et postulats
 - 1.1.3. Héritage
 - 1.1.4. Origine de l'exercice sur mesure
- 1.2. Historique de la Méthode Pilates
 - 1.2.1. Références
 - 1.2.2. Évolution
 - 1.2.3. Situation actuelle
 - 1.2.4. Conclusions
- 1.3. Évolution de la Méthode
 - 1.3.1. Améliorations et modifications
 - 1.3.2. Contributions à la méthode Pilates
 - 1.3.3. Pilates Thérapeutique
 - 1.3.4. Pilates et Activité Physique
- 1.4. Principes de la Méthode Pilates
 - 1.4.1. Définition de ces principes
 - 1.4.2. Évolution des principes
 - 1.4.3. Niveaux de progression
 - 1.4.4. Conclusions
- 1.5. Pilates Classique vs Pilates Contemporain/Moderne
 - 1.5.1. Éléments clés du Pilates Classique
 - 1.5.2. Analyse de la méthode Pilates moderne/Classique
 - 1.5.3. Contributions du Pilates Moderne
 - 1.5.4. Conclusions
- 1.6. Pilates au Sol et Pilates sur Machine
 - 1.6.1. Principes de base de la méthode Pilates au Sol
 - 1.6.2. Évolution du Pilates au sol
 - 1.6.3. Principes de base du Pilates sur Machine
 - 1.6.4. Évolution du Pilates sur Machine

- 1.7. Preuves scientifiques
 - 1.7.1. Revues scientifiques relatives à la méthode Pilates
 - 1.7.2. Thèses de doctorat sur la méthode Pilates
 - 1.7.3. Publications sur la méthode Pilates
 - 1.7.4. Applications de la méthode Pilates
- 1.8. Orientations de la Méthode Pilates
 - 1.8.1. Tendances Internationales
 - 1.8.2. Analyse des tendances
 - 1.8.3. Conclusions
- 1.9. Les Écoles
 - 1.9.1. Écoles de Formation du Pilates
 - 1.9.2. Magazines
 - 1.9.3. Évolution des écoles de pilates
 - 1.9.4. Conclusions
- 1.10. Les Associations et Fédérations de Pilates
 - 1.10.1. Définitions
 - 1.10.2. Apports
 - 1.10.3. Objectifs
 - 1.10.4. PMA

Module 2. Principes de base de la Méthode Pilates

- 2.1. Les différents concepts sur la méthode
 - 2.1.1. Les concepts selon Joseph Pilates
 - 2.1.2. Évolution des concepts
 - 2.1.3. Générations suivantes
 - 2.1.4. Conclusions
- 2.2. La Respiration
 - 2.2.1. Les différents types de respiration
 - 2.2.2. Analyse des types de respiration
 - 2.2.3. Les effets de la respiration
 - 2.2.4. Conclusions

- 2.3. Le pelvis comme centre de stabilité et de mouvement
 - 2.3.1. Le Core de Joseph Pilates
 - 2.3.2. Le Core scientifique
 - 2.3.3. Base anatomique
 - 2.3.4. Le Core dans les processus de récupération
- 2.4. La structure de la ceinture scapulaire
 - 2.4.1. Revue anatomique
 - 2.4.2. La Biomécanique de la ceinture scapulaire
 - 2.4.3. Utilisations du Pilates
 - 2.4.4. Conclusions
- 2.5. La structure du mouvement des membres inférieurs
 - 2.5.1. Revue anatomique
 - 2.5.2. La biomécanique du membre inférieur
 - 2.5.3. Utilisations du Pilates
 - 2.5.4. Conclusions
- 2.6. L'articulation de la colonne vertébrale
 - 2.6.1. Revue anatomique
 - 2.6.2. Biomécanique de la colonne vertébrale
 - 2.6.3. Utilisations du Pilates
 - 2.6.4. Conclusions
- 2.7. Les alignements des segments corporels
 - 2.7.1. La posture
 - 2.7.2. La posture au Pilates
 - 2.7.3. Les alignements des segments
 - 2.7.4. Les chaînes musculaires et faciales
- 2.8. L'intégration fonctionnelle
 - 2.8.1. Concept d'intégration fonctionnelle
 - 2.8.2. Répercussions sur les différentes activités
 - 2.8.3. La mission
 - 2.8.4. Le contexte

- 2.9. Principes fondamentaux du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.1. Histoire du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.2. Concepts du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.3. Opinions sur le Pilates Thérapeutique
 - 2.9.4. Exemples de blessures ou de pathologies
- 2.10. Pilates classique et Pilates thérapeutique
 - 2.10.1. Différences entre les deux méthodes
 - 2.10.2. Justification
 - 2.10.3. Progressions
 - 2.10.4. Conclusions

Module 3. La salle de sport/le studio de Pilates

- 3.1. Le Reformer
 - 3.1.1. Présentation du Reformer
 - 3.1.2. Bénéfices du Reformer
 - 3.1.3. Principaux exercices sur le Reformer
 - 3.1.4. Principales erreurs sur le Reformer
- 3.2. Le Cadillac ou la table de Trapèze
 - 3.2.1. Présentation du Cadillac
 - 3.2.2. Bénéfices de la table Trapèze
 - 3.2.3. Principaux exercices sur le Cadillac
 - 3.2.4. Principales erreurs sur le Cadillac
- 3.3. La chaise
 - 3.3.1. Introduction à la chaise
 - 3.3.2. Bénéfices de la chaise
 - 3.3.3. Principaux exercices sur la chaise
 - 3.3.4. Principales erreurs sur la chaise
- 3.4. Le Tonneau
 - 3.4.1. Présentation du Tonneau
 - 3.4.2. Bénéfices du Tonneau
 - 3.4.3. Principaux exercices sur le Tonneau
 - 3.4.4. Principales erreurs sur le Tonneau

- 3.5. Modèles "Combo">
 - 3.5.1. Introduction au modèle Combo
 - 3.5.2. Bénéfices du modèle Combo
 - 3.5.3. Principaux exercices du modèle Combo
 - 3.5.4. Principales erreurs du modèle Combo
- 3.6. L'anneau flexible
 - 3.6.1. Présentation de l'anneau flexible
 - 3.6.2. Bénéfices de l'anneau flexible
 - 3.6.3. Principaux exercices avec l'anneau flexible
 - 3.6.4. Principales erreurs avec l'anneau flexible
- 3.7. Le *Spine* Corrector
 - 3.7.1. Présentation du *Spine* corrector
 - 3.7.2. Bénéfices du *Spine* corrector
 - 3.7.3. Principaux exercices avec le *Spine* corrector
 - 3.7.4. Principales erreurs avec le *Spine* corrector
- 3.8. Les Équipements adaptés à la méthode
 - 3.8.1. *Foam roller*
 - 3.8.2. *Fit Ball*
 - 3.8.4. Bandes élastiques
 - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Espace
 - 3.9.1. Préférences en matière d'équipement
 - 3.9.2. L'espace Pilates
 - 3.9.3. L'équipement Pilates
 - 3.9.4. Bonnes pratiques en matière d'espace
- 3.10. L'environnement
 - 3.10.1. Concept d'environnement
 - 3.10.2. Caractéristiques des différents environnements
 - 3.10.3. Choix de l'environnement
 - 3.10.4. Conclusions



Module 4. Méthodologie dans la pratique de la Méthode Pilates

- 4.1. La première session
 - 4.1.1. Évaluation initiale
 - 4.1.2. Consentement éclairé
 - 4.1.3. Mots et commandes liés à la méthode Pilates
 - 4.1.4. Le début dans la Méthode Pilates
- 4.2. L'examen initial
 - 4.2.1. Examen de la posture
 - 4.2.2. Examen de la flexibilité
 - 4.2.3. Examen de la coordination
 - 4.2.4. Planification de la séance. Fiche Pilates
- 4.3. La classe de Pilates
 - 4.3.1. Exercices de départ
 - 4.3.2. Les groupes d'élèves
 - 4.3.3. Positionnement, voix, corrections
 - 4.3.4. La pause
- 4.4. Les élèves-patients
 - 4.4.1. Typologie de l'élève de Pilates
 - 4.4.2. L'engagement personnalisé
 - 4.4.3. Les objectifs de l'élève
 - 4.4.4. Le choix de la méthode
- 4.5. Progressions et régressions des exercices
 - 4.5.1. Introduction aux progressions et régressions
 - 4.5.2. Les progressions
 - 4.5.3. Les régressions
 - 4.5.4. L'évolution du traitement
- 4.6. Protocole général
 - 4.6.1. Un protocole de base généralisé
 - 4.6.2. Respecter les principes fondamentaux de la méthode Pilates
 - 4.6.3. Analyse du protocole
 - 4.6.4. Fonctions du protocole

- 4.7. Indications pour les exercices
 - 4.7.1. Caractéristiques de la position de départ
 - 4.7.2. Contre-indications des exercices
 - 4.7.3. Aides verbales et tactiles
 - 4.7.4. Programmation des cours
- 4.8. L'enseignant/le moniteur
 - 4.8.1. Analyse de l'élève
 - 4.8.2. Types d'enseignants
 - 4.8.3. Créer l'environnement adéquat
 - 4.8.4. Suivi de l'élève
- 4.9. Le programme de base
 - 4.9.1. Pilates pour débutants
 - 4.9.2. Pilates pour niveau moyen
 - 4.9.3. Pilates pour experts
 - 4.9.4. Pilates professionnel
- 4.10. Logiciels pour l'étude du Pilates
 - 4.10.1. Principaux logiciels pour l'étude du Pilates
 - 4.10.2. Utilisation du Pilates
 - 4.10.3. Dernières technologies dans l'étude du Pilates
 - 4.10.4. Avancées les plus significatives dans l'étude du Pilates
- 5.3. Exercices indiqués dans MATT, sur Appareils et avec Equipements. Protocole général
 - 5.3.1. Exercices d'allongement
 - 5.3.2. Exercices de stabilisation centrale
 - 5.3.3. Exercices de mobilisation des articulations
 - 5.3.4. Exercices de renforcement
 - 5.3.5. Exercices fonctionnels
- 5.4. Pathologie du disque
 - 5.4.1. Pathomécanique
 - 5.4.2. Syndromes discaux
 - 5.4.3. Différences entre les types de pathologies
 - 5.4.4. Bonnes pratiques
- 5.5. Pathologie des articulations
 - 5.5.1. Pathomécanique
 - 5.5.2. Syndromes articulaires
 - 5.5.3. types de pathologie
 - 5.5.4. Conclusions
- 5.6. Pathologie musculaire
 - 5.6.1. Pathomécanique
 - 5.6.2. Syndromes musculaires
 - 5.6.3. Types de pathologies
 - 5.6.4. Conclusions
- 5.7. Pathologie du Rachis Cervical
 - 5.7.1. Symptomatologie
 - 5.7.2. Syndromes cervicaux
 - 5.7.3. Protocoles spécifiques
 - 5.7.4. Conclusions
- 5.8. Pathologie de la Colonne Vertébrale Dorsale
 - 5.8.1. Symptomatologie
 - 5.8.2. Syndromes dorsaux
 - 5.8.3. Protocoles spécifiques
 - 5.8.4. Conclusions

Module 5. Pilates dans les troubles de la Colonne Vertébrale

- 5.1. Rappel anatomique de base
 - 5.1.1. Ostéologie de la colonne vertébrale
 - 5.1.2. Myologie de la colonne vertébrale
 - 5.1.3. Biomécanique de la colonne vertébrale
 - 5.1.4. Conclusions
- 5.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par le Pilates
 - 5.2.1. Pathologies de croissance
 - 5.2.2. Pathologies du patient âgé
 - 5.2.3. Pathologies chez le patient sédentaire
 - 5.2.4. Pathologies chez le sportif

- 5.9. Pathologie de la Colonne Vertébrale Lombaire
 - 5.9.1. Symptomatologie
 - 5.9.2. Syndromes lombaires
 - 5.9.3. Protocoles spécifiques
 - 5.9.4. Conclusions
- 5.10. Pathologie Sacro-iliaque
 - 5.10.1. Symptomatologie
 - 5.10.2. Syndromes lombaires
 - 5.10.3. Protocoles spécifiques
 - 5.10.4. Conclusions

Module 6. Pilates dans les troubles du Membre Supérieur

- 6.1. Rappel anatomique de base
 - 6.1.1. Ostéologie du Membre Supérieur
 - 6.1.2. Myologie du Membre Supérieur
 - 6.1.3. Biomécanique du Membre Supérieur
 - 6.1.4. Bonnes pratiques
- 6.2. Exercices de stabilité
 - 6.2.1. Présentation des exercices de stabilité
 - 6.2.2. Exercices de stabilité MATT
 - 6.2.3. Exercices de stabilité sur appareils
 - 6.2.4. Meilleurs exercices de stabilité
- 6.3. Exercices de mobilisation des articulations
 - 6.3.1. Présentation des exercices de mobilité articulaire
 - 6.3.2. Exercices de mobilité articulaire MATT
 - 6.3.3. Exercices de mobilité articulaire sur appareils
 - 6.3.4. Meilleurs exercices de mobilité articulaire
- 6.4. Exercices de renforcement
 - 6.4.1. Présentation des exercices de renforcement
 - 6.4.2. Exercices de renforcement MATT
 - 6.4.3. Exercices de renforcement sur appareils
 - 6.4.4. Meilleurs exercices de renforcement

- 6.5. Exercices fonctionnels
 - 6.5.1. Présentation des exercices fonctionnels
 - 6.5.2. Exercices fonctionnels MATT
 - 6.5.3. Exercices fonctionnels sur appareils
 - 6.5.4. Meilleurs exercices fonctionnels
- 6.6. Pathologie de l'Épaule Protocoles spécifiques
 - 6.6.1. Épaule douloureuse
 - 6.6.2. Épaule gelée
 - 6.6.3. Épaule hypomobile
 - 6.6.4. Exercices de l'épaule
- 6.7. Pathologie du Coude Protocoles spécifiques
 - 6.7.1. Pathologie des articulations
 - 6.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 6.7.3. Coude post-traumatique ou post-chirurgical
 - 6.7.4. Exercices du Coude
- 6.8. Pathologie du Poignet
 - 6.8.1. Principaux syndromes
 - 6.8.2. Types de pathologies du Poignet
 - 6.8.3. Exercices du Poignet
 - 6.8.4. Conclusions
- 6.9. Pathologie de la Main
 - 6.9.1. Principaux syndromes
 - 6.9.2. Types de pathologies de la Main
 - 6.9.3. Exercices de la Main
 - 6.9.4. Conclusions
- 6.10. Coincement d'un nerf dans le Membre Supérieur
 - 6.10.1. Plexus brachial
 - 6.10.2. Nerfs périphériques
 - 6.10.3. Types de pathologies
 - 6.10.4. Exercices en cas de coincement d'un nerf dans le Membre Supérieur

Module 7. Pilates dans les troubles du Membre Inférieur

- 7.1. Rappel anatomique de base
 - 7.1.1. Ostéologie du Membre Inférieur
 - 7.1.2. Myologie du Membre Inférieur
 - 7.1.3. Biomécanique du membre inférieur
 - 7.1.4. Bonnes pratiques
- 7.2. Pathologies fréquentes susceptibles d'être traitées par le Pilates
 - 7.2.1. Pathologies de croissance
 - 7.2.2. Pathologies chez le sportif
 - 7.2.3. Autres types de pathologies
 - 7.2.4. Conclusions
- 7.3. Exercices indiqués en Mat, sur Appareils et avec Equipements. Protocole général
 - 7.3.1. Exercices de dissociation
 - 7.3.2. Exercices de mobilité
 - 7.3.3. Exercices de renforcement
 - 7.3.4. Exercices fonctionnels
- 7.4. Pathologie de la Hanche
 - 7.4.1. Pathologie des articulations
 - 7.4.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.4.3. Pathologie chirurgicale. Prothèse
 - 7.4.4. Exercices de la Hanche
- 7.5. Pathologie du Genou
 - 7.5.1. Pathologie des articulations
 - 7.5.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.5.3. Pathologie chirurgicale. Prothèse
 - 7.5.4. Exercices du Genou
- 7.6. Pathologie de la Cheville
 - 7.6.1. Pathologie des articulations
 - 7.6.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.6.3. Pathologie chirurgicale
 - 7.6.4. Exercices de la Cheville

- 7.7. Pathologie du Pied
 - 7.7.1. Pathologie articulaire et faciale
 - 7.7.2. Pathologie musculo-tendineuse
 - 7.7.3. Pathologie chirurgicale
 - 7.7.4. Exercices du Pied
- 7.8. Coincement d'un nerf dans le Membre Inférieur
 - 7.8.1. Plexus brachial
 - 7.8.2. Nerfs périphériques
 - 7.8.3. Types de pathologies
 - 7.8.4. Exercices en cas de coincement d'un nerf dans le Membre Inférieur
- 7.9. Analyse de la chaîne antéro-latérale du Membre Inférieur
 - 7.9.1. Qu'est-ce que la chaîne antéro-latérale et quelle est son importance pour le patient?
 - 7.9.2. Aspects importants pour le diagnostic
 - 7.9.3. Relation entre la chaîne et la pathologie déjà décrite
 - 7.9.4. Exercices pour travailler la chaîne antéro-latérale
- 7.10. Analyse de la chaîne postéro-médiale du Membre Inférieur.
 - 7.10.1. Qu'est-ce que la chaîne postéro-médiale et quelle est son importance pour le patient?
 - 7.10.2. Aspects importants pour le diagnostic
 - 7.10.3. Relation du complexe avec la pathologie déjà décrite
 - 7.10.4. Exercices pour le travail de la chaîne postéro-médiale

Module 8. Pathologie générale et son traitement par le Pilates

- 8.1. Système nerveux
 - 8.1.1. Système nerveux central
 - 8.1.2. Système nerveux périphérique
 - 8.1.3. Brève description des voies neuronales
 - 8.1.4. Bénéfices de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
- 8.2. Évaluation neurologique axée sur la méthode Pilates
 - 8.2.1. Anamnèse
 - 8.2.2. Diagnostic de la force et du tonus
 - 8.2.3. Diagnostic de la sensibilité
 - 8.2.4. Tests et échelles

- 8.3. Pathologies neurologiques les plus répandues et preuves scientifiques dans la méthode Pilates
 - 8.3.1. Brève description des pathologies
 - 8.3.2. Principes de base de la méthode Pilates dans les pathologies neurologiques
 - 8.3.3. Adaptation des positions de Pilates
 - 8.3.4. Adaptation des exercices Pilates
- 8.4. Sclérose en plaques
 - 8.4.1. Description de la pathologie
 - 8.4.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.4.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.4.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments
- 8.5. Accident vasculaire cérébral
 - 8.5.1. Description de la pathologie
 - 8.5.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.5.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.5.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments
- 8.6. La maladie de Parkinson
 - 8.6.1. Description de la pathologie
 - 8.6.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.6.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.6.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments
- 8.7. Paralysie cérébrale
 - 8.7.1. Description de la pathologie
 - 8.7.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.7.3. Adaptation des exercices de Pilates au sol
 - 8.7.4. Adaptation des exercices de Pilates avec des éléments
- 8.8. Personnes âgées
 - 8.8.1. Pathologies liées à l'âge
 - 8.8.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.8.3. Exercices indiqués
 - 8.8.4. Exercices contre-indiqués

- 8.9. Ostéoporose
 - 8.9.1. Description de la pathologie
 - 8.9.2. Diagnostic des capacités du patient
 - 8.9.3. Exercices indiqués
 - 8.9.4. Exercices contre-indiqués
- 8.10. Problèmes du Plancher Pelvien: incontinence urinaire
 - 8.10.1. Description de la pathologie
 - 8.10.2. Incidence et prévalence
 - 8.10.3. Exercices indiqués
 - 8.10.4. Exercices contre-indiqués

Module 9. Pilates pendant la Grossesse, l'Accouchement et le Post-partum

- 9.1. Premier trimestre
 - 9.1.1. Changements au cours du premier trimestre
 - 9.1.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.1.3. Exercices indiqués
 - 9.1.4. Contre-indications
- 9.2. Deuxième trimestre
 - 9.2.1. Changements au cours du second trimestre
 - 9.2.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.2.3. Exercices indiqués
 - 9.2.4. Contre-indications
- 9.3. Troisième trimestre
 - 9.3.1. Changements au cours du troisième trimestre
 - 9.3.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.3.3. Exercices indiqués
 - 9.3.4. Contre-indications
- 9.4. Accouchement
 - 9.4.1. Phase de dilatation et d'expulsion
 - 9.4.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.4.3. Recommandations
 - 9.4.4. Contre-indications

- 9.5. Post-partum immédiat
 - 9.5.1. Récupération et post-partum
 - 9.5.2. Bénéfices et objectifs
 - 9.5.3. Exercices indiqués
 - 9.5.4. Contre-indications
- 9.6. Incontinence urinaire et Plancher Pelvien
 - 9.6.1. Anatomie concernée
 - 9.6.2. Physiopathologie
 - 9.6.3. Exercices indiqués
 - 9.6.4. Contre-indications
- 9.7. Problèmes liés à la grossesse et approche à travers la Méthode Pilates
 - 9.7.1. Changement statique du corps
 - 9.7.2. Problèmes les plus courants
 - 9.7.3. Exercices indiqués
 - 9.7.4. Contre-indications
- 9.8. Préparation à la grossesse
 - 9.8.1. Bénéfices de la préparation physique pendant la recherche de la grossesse
 - 9.8.2. Activité physique recommandée
 - 9.8.3. Exercices recommandés au cours de la première grossesse
 - 9.8.4. Préparation pendant la recherche de la deuxième grossesse et des grossesses suivantes
- 9.9. Post-partum Tardif
 - 9.9.1. Changements anatomiques à long terme
 - 9.9.2. Préparation à la reprise de l'activité physique
 - 9.9.3. Exercices indiqués
 - 9.9.4. Contre-indications
- 9.10. Modifications post-partum
 - 9.10.1. Diastase abdominale
 - 9.10.2. Déplacement statique du bassin et prolapsus
 - 9.10.3. Troubles de la musculature abdominale profonde
 - 9.10.4. Indications et contre-indications de la césarienne



Module 10. Pilates dans les sports

- 10.1. Football
 - 10.1.1. Blessures les plus courantes
 - 10.1.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.1.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.1.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.2. Sport de raquette
 - 10.2.1. Blessures les plus courantes
 - 10.2.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.2.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.2.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.3. Basket-ball
 - 10.3.1. Blessures les plus courantes
 - 10.3.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.3.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.3.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.4. Handball
 - 10.4.1. Blessures les plus courantes
 - 10.4.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.4.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.4.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.5. Golf
 - 10.5.1. Blessures les plus courantes
 - 10.5.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.5.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.5.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.6. Natation
 - 10.6.1. Blessures les plus courantes
 - 10.6.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.6.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.6.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.7. Athlétisme
 - 10.7.1. Blessures les plus courantes
 - 10.7.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.7.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.7.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.8. Danse et arts du spectacle
 - 10.8.1. Blessures les plus courantes
 - 10.8.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.8.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.8.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.9. Hockey sur glace
 - 10.9.1. Blessures les plus courantes
 - 10.9.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.9.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.9.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 10.10. Rugby
 - 10.10.1. Blessures les plus courantes
 - 10.10.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 10.10.3. Bénéfices et Objectifs
 - 10.10.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau



Un programme conçu pour vous tenir au courant des exercices Pilates les plus efficaces pour les patients souffrant de lésions du dos et de la Colonne vertébrale”

06

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

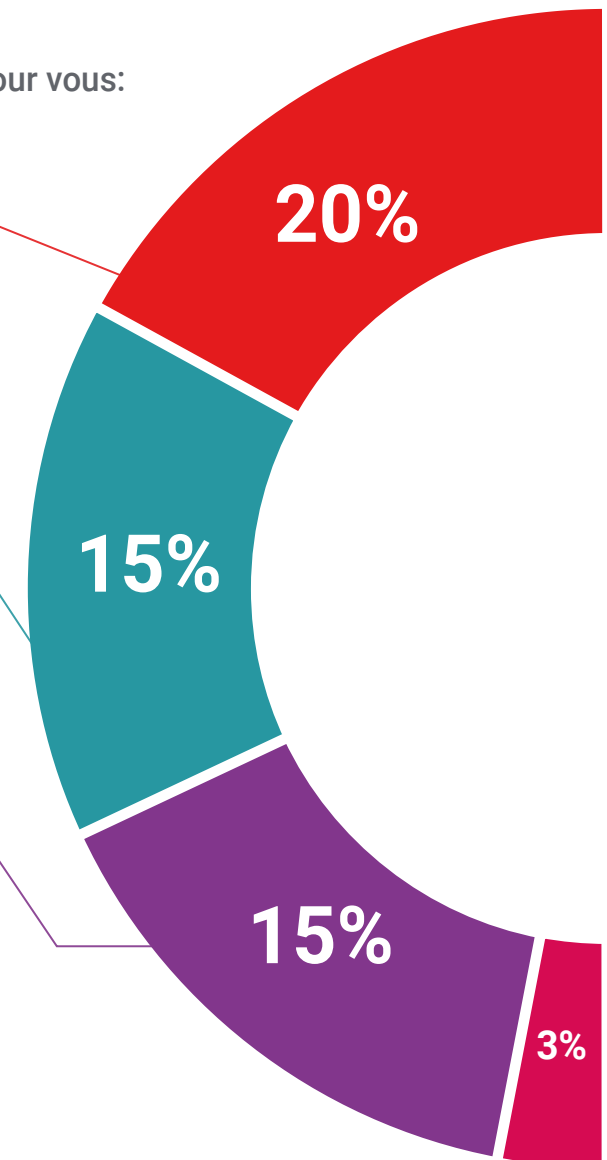
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

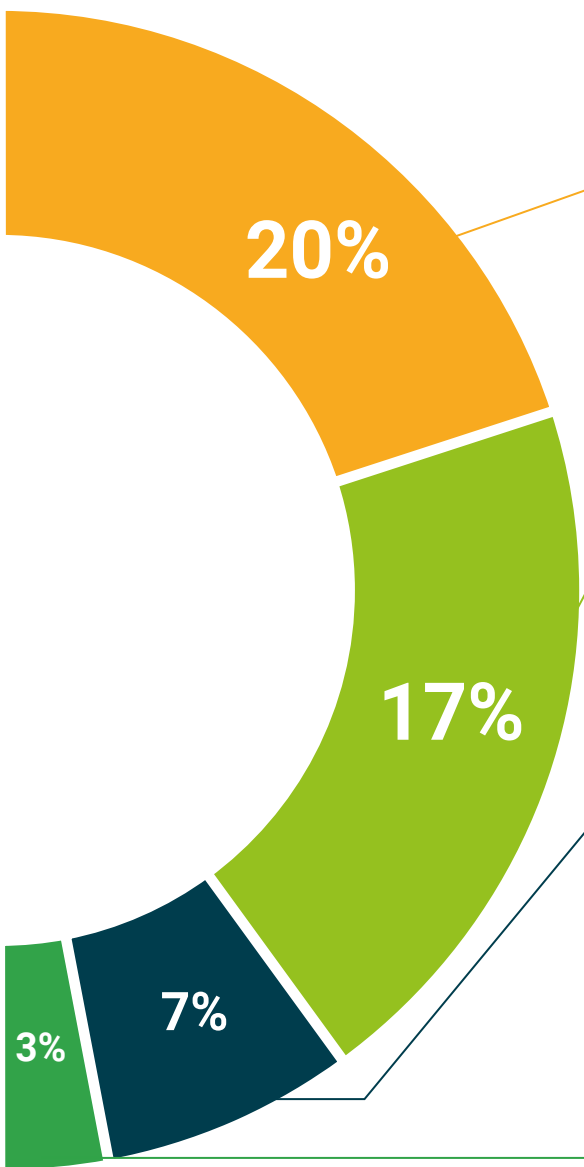
Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



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.



07 Diplôme

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



“

Terminez ce programme avec succès et recevez votre diplôme sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”

Ce **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique** 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 **Mastère Spécialisé** délivré par **TECH Université Technologique**.

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

Diplôme: **Mastère Spécialisé en Pilates Thérapeutique**

N° d'heures officielles: **1.500 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

Mastère Spécialisé
Pilates Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Mastère Spécialisé

Pilates Thérapeutique