

半面授校级硕士 瑜伽疗法





半面授校级硕士 普通外科和消化 道外科的最新进展

模式:混合式(临床实践)

时间:12个月

学历:TECH 科技大学

学时:1,620小时

网络访问: www.techtitute.com/cn/hybrid-professional-master-degree/hybrid-professional-master-degree-therapeutic-yoga-medicine-cn

目录

01 介绍	02 为什么选择参加这个半面授 校级硕士课程?	03 目标	04 能力
4	8	12	18
	05 课程管理	06 结构和内容	07 临床实习
	22	28	40
	08 我在哪里可以进行临床实习?	09 方法	10 学位
	46	50	58

01 介绍

新冠肺炎疫情过后，抑郁、焦虑和压力等症状的患病率有所增加。在这种情况下，医疗保健专业人员强调了治疗瑜伽方法的重要性，其中包括平静神经系统的呼吸技巧。此外，他们的锻炼会刺激有助于改善情绪的化学物质（如多巴胺、内啡肽或血清素）的释放。因此，TECH 开发了一个大学学位，汇集了该领域最创新和最有效的技术，并且也基于最新的科学证据。





“

混合型永久培训大师将为您提供最先进的治疗瑜伽技术, 从而改善使用者的身心健康”

越来越多的人意识到练习治疗性瑜伽对身体的好处,这就是为什么他们决定去专业中心深入研究它。该学科包括各种姿势和放松技巧,有助于提高肌肉力量、耐力甚至协调性等方面。与此同时,他们的活动还通过旨在促进幸福感和内心平静的呼吸练习来改善心理健康。结果,公民改善了身体状况,减少了受伤的机会。同样,他们提倡健康的生活方式,以便其他人对自己的健康有负责任的认识。

意识到这一现实,TECH 实施了革命性的治疗性瑜伽混合永久培训硕士学位,将为专业人员提供最创新的技术来改善患者的临床状况。在理论与实践相结合的方法下,专家将通过前卫的疗法来丰富他们的日常治疗,这些疗法的范围从加强运动系统到实施体式系统和放松的神经生理学基础。通过这种方式,他们将拥有必要的资源,根据每个患者的个人情况进行个性化治疗。因此,专家将在保证公民福祉的同时优化他们的医疗服务。

值得注意的是,这个学术行程是由在治疗瑜伽领域具有广泛洞察力的专业团队设计的。通过这种方式,专家将拥有适应最新医疗要求的最新教材。此外,培训还将包括各种形式的额外资源,包括真实的临床案例、互动总结和补充读物。这样,毕业生将享受完全动态和渐进的学习。

这个 **瑜伽疗法半面授校级硕士** 它包含市场上最完整和最新的科学程序。这个课程的主要特点是:

- 开发了100多个由专业人士提出的愤世嫉俗的案例医学和治疗瑜伽
- 其内容图文并茂、示意性强、实用性强,旨在为专业实践所必需的医学学科提供科学和辅助信息
- 体式技术的最新趋势,正念和放松基地
- 不同进化时刻的综合行动计划
- 这将由理论讲座、向专家提问、关于争议性问题的讨论论坛和个人反思工作来补充
- 可从任何联网的固定或便携设备上获取内容
- 此外,您将能够在该学科最好的专业中心之一进行临床实习



您正在寻找一个提供 100%
在线理论框架和在著名中心
进行完全面对面实践的学位”

“

您将拥有最现代化的教育资源，24小时免费访问虚拟校园”

在这个半面授校级硕士的提案中，该项目具有专业性和混合模式，面向希望更新治疗性瑜伽知识并将最具创新性的技术融入其程序中以提供基于临床护理的医疗专业人员。关于卓越。内容以最新的科学证据为基础，以教学方式为导向，将本学科的理论知识与实践技能相结合，提供最个性化的治疗方法。

由于它的多媒体内容是用最新的教育技术开发的，它将允许医学专业人员进行情境式的学习，也就是说，一个模拟的环境将提供沉浸式的学习程序，在真实的情况下进行培训。这个课程的设计是基于问题的学习，通过这种方式，学生必须尝试解决整个课程中出现的不同专业实践情况。为此，您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

培训包括真实案例研究和练习，使课程的开发更贴近日常临床实践。

带有 Relearning 系统的研究计划，将促进身体残疾患者治疗方法知识的更新。



02

为什么选择参加这个半面授校级硕士课程？

在技术不断变革的社会中,大多数行业的理论知识不足以让工人实现真正的发展。这在治疗瑜伽领域尤其重要,专家必须处于最新医疗技术和方法的最前沿,才能成功为公民的福祉做出贡献。为此,TECH 开发了这项开创性的培训,它融合了正念等领域的最新更新或调息法 (Pranayama),在享有盛誉的中心享受实用的住宿体验。通过这种方式,专业人士将获得在这一专业领域更为全面和最新的知识,同时得到真正专业的专家支持。





“

TECH 为您提供独特的混合式终身学习硕士学位, 将帮助您在短短 12 个月内实现职业飞跃”

1. 升级到最新的可用技术

技术的兴起对治疗性瑜伽学科产生了重大影响，为专家提供了新的工具来补充和丰富他们的练习。这方面的例子有移动应用程序、在线平台和智能手表等可穿戴设备。为了使这项技术更接近专业人士，TECH 开发了混合终身学习硕士学位，以便他们进入著名的临床环境，在那里他们将拥有最先进的资源来有效地开展工作。

2. 汲取最优秀专家的专业知识

在中心的整个停留期间，专家将得到专家组的支持，这意味着前所未有的更新保证。在专门指定的导师的帮助下，毕业生将为顶级设施中的真实患者的医疗保健做出贡献。因此，他们会将治疗瑜伽的最佳方法融入到他们的日常练习中。

3. 进入一流的临床环境

为了提供最佳的实践经验，TECH 精心选择了实践培训中心。因此，学生将能够进入治疗瑜伽领域享有盛誉的临床环境。通过这种方式，您将能够体验到一个要求严格、严谨和详尽的工作领域的日常工作，并始终应用最新的科学技术方法。

4. 将最好的理论与最先进的实践相结合

TECH 提出了一项创新提案，将理论准备与 100% 实践阶段相结合，专业人士将在 12 个月内增加他们的知识，达到他们所需的质量。除此之外，他们还可以在真实的临床空间中进行为期 4 周的亲自停留，这将使他们能够直接与多学科专业人员合作，并利用可用于通过治疗瑜伽治疗患者的技术资源。



5.拓展知识的前沿领域

这个半面授校级硕士为毕业生提供了更新技能的机会,并提供一流的环境,在这里您会找到在国际声望中心履行职责的专家。所有这一切使其能够进一步扩展其在世界任何其他医疗领域的行动能力。一个独特的机会无疑会将您的职业视野提升到更高的水平。



你将完全沉浸在实践中
在你选择的中心"



03 目标

这个半面授校级硕士的课程设计将为专业人士提供必要的能力,使他们能够在深入研究瑜伽疗法领域的最新趋势和进展后更新自己的职业技能。这将使他们能够提供卓越的服务,满足每位患者的具体需求,保证他们的福祉,甚至提高他们的生活质量。在这方面,TECH确定了一系列总体和具体目标,以提高未来毕业生的满意度。





“

该项目拥有治疗瑜伽市场上最完整、最新的科学项目, 以保证成功的学习”



总体目标

- 该半面授校级硕士课程在瑜伽疗法领域的总体目标是确保专业人士从临床角度正确掌握和应用该学科的技术。因此, 专家将根据患者目前的损伤情况和科学证据制定个性化计划。为此, 他们将深入研究生物力学及其在体式中的应用的最新研究。他们还将深入研究现有冥想和放松技术的神经生理学基础。此外, 您还将享受到一次入住体验





具体目标

模块 1. 运动系统的结构

- ◆ 深入学习人体骨骼、肌肉和关节系统的解剖学和生理学
- ◆ 识别运动系统的不同结构和功能, 以及它们之间的相互关系
- ◆ 探索人体的不同姿势和动作, 了解它们如何影响运动系统的结构
- ◆ 了解更多有关肌肉骨骼系统常见损伤以及如何预防的信息

模块 2. 脊柱、不稳定和损伤

- ◆ 描述肌肉、神经和骨骼系统
- ◆ 深入了解脊柱的解剖和功能
- ◆ 深入研究髋关节的生理结构
- ◆ 描述上下肢的形态
- ◆ 加深横膈膜和核心

模块 3. 体式技术的应用及其整合

- ◆ 深入研究不同体式的哲学和生理学贡献
- ◆ 确定最低限度行动的原则: Sthira、Sukham 和 Asanasm
- ◆ 深化站立体式概念
- ◆ 描述伸展体式的益处和禁忌
- ◆ 指出旋转和侧弯体式的益处和禁忌
- ◆ 描述反姿势以及何时使用
- ◆ 深化班达拉及其在瑜伽治疗中的应用

模块 4. 主要站立体式分析

- ◆ 深入研究 Tadasana 的生物力学基础及其作为其他站立体式基础姿势的重要性
- ◆ 识别太阳式的不同变体及其变化, 以及它们如何影响站立体式的生物力学
- ◆ 指出主要的站立体式、其变化以及如何正确运用生物力学来最大限度地发挥其功效
- ◆ 更新有关主要脊柱弯曲和侧弯体式的生物力学基础知识, 以及如何安全有效地完成这些体式
- ◆ 指出主要的平衡体式, 以及在做这些体式时如何利用生物力学来保持稳定和平衡
- ◆ 确定主要的俯卧伸展动作, 以及如何正确运用生物力学, 最大限度地发挥其优势
- ◆ 了解更多有关臀部的主要扭转和姿势, 以及如何利用生物力学安全有效地完成这些动作

模块 5. 主要地板式体式及配合支撑的调整说明

- ◆ 确定主要的地面体式、它们的变化以及如何正确运用生物力学来最大限度地发挥它们的功效
- ◆ 深入研究锁定体式的生物力学基础, 以及如何安全有效地完成这些体式
- ◆ 更新有关恢复性体式的知识, 以及如何运用生物力学来放松和恢复身体
- ◆ 确定主要的倒立动作, 以及如何利用生物力学安全有效地完成这些动作
- ◆ 深入研究不同类型的支撑物 (木块、腰带和马鞍), 以及如何使用它们来改善地面体式的生物力学
- ◆ 探索使用道具来调整体式, 以适应不同的需求和身体能力
- ◆ 深入了解恢复性瑜伽的第一步, 以及如何运用生物力学来放松身心

模块 6. 最常见的病症

- 识别最常见的脊柱病症, 以及如何调整瑜伽练习以避免受伤
- 深入了解退行性疾病, 以及练习瑜伽如何有助于控制和减轻症状
- 了解更多有关腰背痛和坐骨神经痛的信息, 以及如何应用治疗瑜伽来缓解疼痛和改善活动能力
- 识别脊柱侧弯症, 以及如何调整瑜伽练习以改善姿势和减轻不适感
- 认识膝关节错位和损伤, 以及如何调整瑜伽练习以预防损伤和改善恢复
- 识别肩部损伤, 以及如何调整瑜伽练习以减轻疼痛和提高活动能力
- 深入研究手腕和肩部的病症, 以及如何调整瑜伽练习以避免受伤和减轻不适
- 深化姿势基础知识, 以及如何应用生物力学来改善姿势和预防受伤
- 识别自身免疫性疾病, 以及练习瑜伽如何有助于控制和减轻症状

模块 7. 筋膜系统

- 深入研究筋膜的历史和概念, 及其在瑜伽练习中的重要性
- 深入了解筋膜中不同类型的机械感受器, 以及如何将它们应用到不同的瑜伽风格中
- 指出有必要在瑜伽课程中使用筋膜一词, 以便更有效、更有意识地练习
- 探索 "张力团" 一词的起源和发展, 及其在瑜伽练习中的应用
- 确定不同的肌筋膜通路以及每条通路的具体姿势
- 在瑜伽练习中应用筋膜的生物力学, 提高活动能力、力量和柔韧性
- 确定主要的姿势失衡, 以及如何通过练习瑜伽和筋膜生物力学来纠正它们

模块 8. 不同年龄段的瑜伽

- 深入研究身体的不同需求, 以及在童年、成人和老年等人生不同时期的瑜伽练习
- 探索瑜伽练习如何帮助处于月经周期和更年期的女性, 以及如何调整瑜伽练习以满足她们的需求
- 深入研究孕期和产后瑜伽的护理和练习, 以及如何调整练习以满足妇女在这些时期的需求
- 确定瑜伽练习是否适合有特殊身体和/或感官需求的人, 以及如何调整练习以满足他们的需求
- 学习针对每个进化时刻和个人需求创建特定的瑜伽序列
- 确定并应用最佳实践, 确保在不同发展阶段和特殊情况下练习瑜伽时的安全和健康

模块 9. 呼吸技术生理学

- 描述呼吸系统的生理学及其与调息法练习的关系
- 深入了解不同的呼吸方式, 以及它们如何影响呼吸系统和整个身体
- 识别呼吸的不同组成部分, 如吸气、呼气 and 憋气, 以及每种呼吸对人体生理的影响
- 深化能量通道或经络的概念, 以及它们与呼吸生理和调息法练习的关系
- 描述不同类型的呼吸法及其对身心生理的影响
- 确定泥菩萨的基本概念, 以及它们与呼吸生理和调息法练习的关系
- 深入了解呼吸法练习对人体生理的影响, 以及这些影响如何有助于改善健康和福祉

模块 10. 冥想和放松技巧的神经生理学基础

- 描述瑜伽练习中冥想和放松技巧的神经生理学基础
- 深入了解咒语的定义及其在冥想练习中的应用和益处
- 确定瑜伽哲学的内在方面, 包括普贤行、陀罗尼、禅定和三摩地, 以及它们与冥想的关系
- 研究不同类型的脑电波, 以及它们在冥想时如何在大脑中发生
- 识别不同类型的冥想和引导式冥想技巧, 以及如何在瑜伽练习中应用这些技巧
- 深化 mindfulness、方法以及与冥想的区别
- 深入了解萨瓦萨纳, 如何引导放松, 以及不同的类型和适应方式
- 确定瑜伽 Nidra 的第一步及其在瑜伽练习中的应用



这个大学学位将增强你决策的信心, 让你体验到专业素质的飞跃”

04 能力

完成瑜伽疗法半面授校级硕士后，物理治疗的专业人员 他们将获得先进的技能，将最具创新性的技术融入到他们的手术中，以改善患者的身体和情感健康。同样，您将拥有基于最新科学证据的广泛资源。所有这些都侧重于自我护理、伤害预防和促进一种健康的生活方式。





“

一个专业和个人成长的过程, 将使您获得专家的技能。您将成您所在环境中的参考!”



总体能力

- 从临床角度在病人护理中应用瑜伽疗法
- 根据每个病人的病症和特点, 为他们创建具体的方案
- 促进与患者的沟通技巧
- 解决脊柱、关节最常见的病症和肌肉系统
- 执行放松技巧
- 应用治疗瑜伽的基础知识





具体能力

- ◆ 提高患者的精神运动协调性
- ◆ 将治疗性瑜伽的好处应用于治疗中
- ◆ 让健康的病人了解最合适的姿势技巧, 以避免病变
- ◆ 根据病人的年龄应用瑜伽技术
- ◆ 应用瑜伽疗法作为某些治疗的补充工具
- ◆ 促进适当的瑜伽技巧实践, 以预防潜在的伤害

“

您将应用正念技术的最新进展, 以便您的用户减轻压力和焦虑水平”

05 课程管理

本着提供卓越教育的理念，TECH 精心挑选了组成本次培训的师资队伍。这些专业人士因其对治疗性瑜伽领域的扎实理解以及在该领域的丰富专业经验而脱颖而出。他们是积极的专家，坚定地致力于走在最具创新技术的最前沿，以提供高效和个性化的服务。因此，毕业生将与最优秀的专家一起享受身临其境的教育体验，以丰富他们的日常实践。



“

治疗瑜伽的主要专家齐聚一堂,在这个混合终身培训大师中为您提供他们在这一备受追捧的学科方面的深厚知识”

国际客座董事

Dianne Galliano 是 Integral Yoga Institute 纽约分部的教授总监兼培训主管，她在国际上是该领域最重要的人物之一。她的学术重点主要是治疗瑜伽，教学和继续教育的记录时数超过 6000 小时。

因此，她一直在指导、制定培训协议和标准，并为整体瑜伽学院的导师提供继续教育。她还在其他机构担任治疗师和讲师，如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 或教育联盟：平衡生活中心。

她的工作还包括创建和领导瑜伽课程、开发练习和评估可能出现的挑战。在她的职业生涯中，她接触过不同类型的人群，包括老年和中年男女、产前和产后人群、年轻人，甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾为骨质疏松症患者、心脏手术后或乳腺癌术后恢复期患者、眩晕症患者、背痛患者、肠易激综合征患者和肥胖症患者提供治疗。她拥有多项认证，包括瑜伽联盟颁发的 E-RYT 500 认证、美国健康培训中心颁发的基本生命支持 (BLS) 认证以及体感运动中心颁发的运动教练认证。



Galliano, Dianne 女士

- 美国纽约整体瑜伽学院院长
- 14TH Street Y 的瑜伽治疗教练
- 纽约 Integral Yoga Institute Wellness Spa 的瑜伽治疗师
- 教育联盟的治疗讲师:平衡生活中心
- 纽约州立大学小学教育学士
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士学位

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

管理人员



Escalona García, Zoraida 女士

- 西班牙治疗瑜伽协会副主席。
- 空中核心训练法 (将 TRX 和功能训练与瑜伽相结合的课程) 创始人。
- 瑜伽治疗培训师
- 马德里Autónoma大学生物科学学位。
- 教师课程: Ashtanga加瑜伽进阶, Fisiom瑜伽, 筋膜瑜伽, 瑜伽与癌症
- 普拉提地板普拉提教练课程
- 植物疗法和营养课程
- 冥想教师课程

教师

Villalba, Vanessa 女士

- ◆ 萨特南瑜伽中心主任兼导师
- ◆ 流瑜伽教师
- ◆ 特殊瑜伽教练
- ◆ 儿童和家庭瑜伽教练

Ferrer, Ricardo 先生

- ◆ 欧洲瑜伽研究所所长
- ◆ 卢兹中心学校校长
- ◆ 国家进化灵气学院院长
- ◆ 光之中心热瑜伽教练
- ◆ 力量瑜伽教练培训师
- ◆ 瑜伽教练培训师
- ◆ 阿斯汤加瑜伽和渐进瑜伽培训师
- ◆ 太极和气功教练
- ◆ 身体智能瑜伽教练
- ◆ Sup瑜伽教练

Salvador Crespo, Inmaculada 女士

- ◆ 欧洲瑜伽研究所协调员
- ◆ 国际教育学院瑜伽与冥想教师
- ◆ 综合瑜伽与冥想专家
- ◆ 流瑜伽和力量瑜伽专家
- ◆ 瑜伽治疗专家

Bermejo Busto, Aránzazu 女士

- ◆ 与路易斯·戈德堡一起翻译自闭症和特殊需要儿童瑜伽模块
- ◆ 在线瑜伽老师培训特辑
- ◆ 西班牙瑜伽特别协会、Empresa Enseñanzas Modernas、Om Shree Om 学校、SatNam 中心、Cercedilla 体育中心等的合作者和瑜伽教练
- ◆ 瑜伽、冥想老师和健康课程协调员
- ◆ 通过呼吸协会为残疾和特殊需要的儿童提供单独的瑜伽课程
- ◆ 印度瑜伽之旅的组织者和创始人
- ◆ 亚穆纳德瓦中心前主任
- ◆ 亚穆纳德瓦中心的格式塔和系统治疗师
- ◆ IRC 意识呼吸硕士
- ◆ 与 Nada 瑜伽巴西学校合作的 Nada 瑜伽课程, 与瑞诗凯诗 Nada 瑜伽学校合作
- ◆ 游戏疗法方法课程, Playmobil 的治疗陪伴
- ◆ 佛罗里达州迪尔菲尔德海滩瑜伽中心的 Louise Goldberg 开设的在线瑜伽课程

06 结构和内容

该学术行程的制定考虑了物理治疗市场的当前要求，并牢记患者的具体需求。通过 10 个完整且更新的模块，将为专家提供最有效的技术来治疗受伤或身体限制等医疗状况。与此相适应，他们将采用呼吸程序来促进放松并改善个人的情绪健康。这样，专业人士将在由治疗瑜伽专家组成的教学团队的指导下扩展他们的知识。





“

专业的教学大纲和高质量的教材是事业成功的关键”

模块 1. 运动系统的结构

- 1.1. 解剖位置、轴线和平面
 - 1.1.1. 人体基本解剖学和生理学
 - 1.1.2. 解剖位置
 - 1.1.3. 车身轴线
 - 1.1.4. 解剖平面
- 1.2. 骨骼
 - 1.2.1. 人体骨骼解剖
 - 1.2.2. 骨骼结构和功能
 - 1.2.3. 不同类型的骨骼及其与姿势和运动的关系
 - 1.2.4. 骨骼系统与肌肉系统之间的关系
- 1.3. 关节
 - 1.3.1. 人体关节的解剖学和生理学
 - 1.3.2. 不同类型的接头
 - 1.3.3. 关节在姿势和运动中的作用
 - 1.3.4. 最常见的关节损伤及预防方法
- 1.4. 软骨
 - 1.4.1. 人体软骨的解剖学和生理学
 - 1.4.2. 不同类型的软骨及其在体内的功能
 - 1.4.3. 软骨在关节和活动中的作用
 - 1.4.4. 最常见的软骨损伤及其预防方法
- 1.5. 肌腱和韧带
 - 1.5.1. 人体肌腱和韧带的解剖学和生理学
 - 1.5.2. 不同类型的肌腱和韧带及其在体内的功能
 - 1.5.3. 肌腱和韧带在姿势和运动中的作用
 - 1.5.4. 最常见的肌腱和韧带损伤及预防方法
- 1.6. 骨骼肌
 - 1.6.1. 人体肌肉骨骼系统的解剖学和生理学
 - 1.6.2. 肌肉和骨骼在姿势和运动中的关系
 - 1.6.3. 筋膜在肌肉骨骼系统中的作用及其与瑜伽疗法的关系
 - 1.6.4. 最常见的肌肉损伤及预防方法



- 1.7. 肌肉骨骼系统的发展
 - 1.7.1. 肌肉骨骼系统的胚胎和胎儿发育
 - 1.7.2. 儿童和青少年时期肌肉骨骼系统的生长和发育
 - 1.7.3. 与衰老有关的肌肉骨骼变化
 - 1.7.4. 肌肉骨骼系统的发展和对体育活动和训练的适应性
- 1.8. 肌肉骨骼系统的组成部分
 - 1.8.1. 骨骼肌的解剖学和生理学及其与治疗瑜伽练习的关系
 - 1.8.2. 骨骼在肌肉骨骼系统中的作用及其与姿势和运动的关系
 - 1.8.3. 肌肉骨骼系统中关节的功能, 以及在练习治疗瑜伽时如何护理关节
 - 1.8.4. 筋膜和其他结缔组织在肌肉骨骼系统中的作用及其与治疗瑜伽练习的关系
- 1.9. 骨骼肌的神经控制
 - 1.9.1. 神经系统的解剖学和生理学及其与治疗瑜伽练习的关系
 - 1.9.2. 神经系统在肌肉收缩和运动控制中的作用
 - 1.9.3. 治疗瑜伽练习中姿势和动作中神经系统与肌肉骨骼系统之间的关系
 - 1.9.4. 治疗瑜伽练习中神经肌肉控制对预防损伤和提高成绩的重要性
- 1.10. 肌肉收缩
 - 1.10.1. 肌肉收缩的解剖学和生理学及其与治疗瑜伽练习的关系
 - 1.10.2. 不同类型的肌肉收缩及其在治疗瑜伽练习中的应用
 - 1.10.3. 神经肌肉激活在肌肉收缩中的作用及其与治疗瑜伽练习的关系
 - 1.10.4. 在治疗瑜伽的练习中, 拉伸和肌肉强化对预防受伤和提高成绩的重要性。

模块 2. 脊柱和四肢

- 2.1. 肌肉系统。
 - 2.1.1. 肌肉: 功能单元
 - 2.1.2. 肌肉的类型
 - 2.1.3. 肌张力和肌相位
 - 2.1.4. 等长和等张收缩及其与瑜伽风格的关系
- 2.2. 神经系统
 - 2.2.1. 神经元: 功能单元
 - 2.2.2. 中枢神经系统: 大脑和脊髓
 - 2.2.3. 躯体外周神经系统: 神经
 - 2.2.4. 外周自主神经系统: 交感神经和副交感神经

- 2.3. 骨骼系统
 - 2.3.1. 骨细胞: 功能单元
 - 2.3.2. 轴向和附属骨骼
 - 2.3.3. 肌腱
 - 2.3.4. 韧带
- 2.4. 脊柱
 - 2.4.1. 脊柱的演变和功能
 - 2.4.2. 结构
 - 2.4.3. 椎骨类型
 - 2.4.4. 脊柱运动
- 2.5. 颈部和背部
 - 2.5.1. 颈椎--典型和非典型
 - 2.5.2. 背椎
 - 2.5.3. 颈部主要肌肉
 - 2.5.4. 背侧的主要肌肉
- 2.6. 腰部
 - 2.6.1. 腰椎
 - 2.6.2. 荐骨
 - 2.6.3. 尾骨
 - 2.6.4. 主要肌肉
- 2.7. 骨盆
 - 2.7.1. 解剖学: 男性和女性骨盆的区别
 - 2.7.2. 两个关键概念: 前倾角和后倾角
 - 2.7.3. 主要肌肉
 - 2.7.4. 骨盆底
- 2.8. 上肢
 - 2.8.1. 肩关节
 - 2.8.2. 肩袖肌肉
 - 2.8.3. 手臂、肘部和前臂
 - 2.8.4. 主要肌肉

- 2.9. 下肢
 - 2.9.1. 髋臼关节
 - 2.9.2. 膝关节: 胫股关节和髌股关节
 - 2.9.3. 膝关节韧带和半月板
 - 2.9.4. 腿部主要肌肉
- 2.10. 横膈膜和核心
 - 2.10.1. 横膈膜的解剖
 - 2.10.2. 横膈膜和呼吸
 - 2.10.3. 核心肌肉
 - 2.10.4. 核心及其在瑜伽中的重要性

模块 3. 体式技术的应用及其整合

- 3.1. 体位
 - 3.1.1. 体式的定义
 - 3.1.2. 瑜伽经中的体式
 - 3.1.3. 体式的更深层次目的
 - 3.1.4. 体式和对齐
- 3.2. 最小行动原则
 - 3.2.1. Sthira Sukham Asanam
 - 3.2.2. 如何在实践中应用这一概念?
 - 3.2.3. 古纳理论
 - 3.2.4. 古纳对实践的影响
- 3.3. 站立体式
 - 3.3.1. 站立体式的重要性
 - 3.3.2. 如何操作它们
 - 3.3.3. 益处
 - 3.3.4. 禁忌症和注意事项
- 3.4. 坐式和仰卧式
 - 3.4.1. 坐姿体式的重要性
 - 3.4.2. 冥想坐姿
 - 3.4.3. 仰卧体式: 定义
 - 3.4.4. 仰卧姿势的好处

- 3.5. 体式扩展
 - 3.5.1. 为什么扩展功能很重要?
 - 3.5.2. 如何安全地使用它们
 - 3.5.3. 益处
 - 3.5.4. 禁忌症
- 3.6. 体式弯曲
 - 3.6.1. 脊柱弯曲的重要性
 - 3.6.2. 执行
 - 3.6.3. 益处
 - 3.6.4. 常见错误及如何避免
- 3.7. 体式旋转: 扭转
 - 3.7.1. 扭转力学
 - 3.7.2. 如何正确操作
 - 3.7.3. 生理益处
 - 3.7.4. 禁忌症
- 3.8. 侧弯体式
 - 3.8.1. 重要性
 - 3.8.2. 益处
 - 3.8.3. 最常见的错误
 - 3.8.4. 禁忌症
- 3.9. 对柱的重要性
 - 3.9.1. 是什么?
 - 3.9.2. 何时进行
 - 3.9.3. 练习时的好处
 - 3.9.4. 最常用的反向支柱
- 3.10. 班达
 - 3.10.1. 定义
 - 3.10.2. 主要戒律
 - 3.10.3. 何时使用
 - 3.10.4. Bandhas 和治疗瑜伽

模块 4.主要站立体式分析

- 4.1. TadAsanas
 - 4.1.1. 重要性
 - 4.1.2. 益处
 - 4.1.3. 执行
 - 4.1.4. 与 samasthiti 的区别
- 4.2. 向太阳致敬
 - 4.2.1. 古典主义
 - 4.2.2. a 型
 - 4.2.3. b 型
 - 4.2.4. 调节
- 4.3. 足部体式
 - 4.3.1. UtkatAsanas: 椅子姿势
 - 4.3.2. AnjaneyAsanas: low lunge
 - 4.3.3. Virabhadrasanas I: guerrero I
 - 4.3.4. Utkata Konasana 式: 女神式
- 4.4. 站立体式脊柱弯曲
 - 4.4.1. Adho mukha
 - 4.4.2. Pasvotanassana
 - 4.4.3. Prasarita PadottanAsanas
 - 4.4.4. Uthanasanas
- 4.5. 侧弯体式
 - 4.5.1. Uthhita trikonAsanas
 - 4.5.2. Virabhadrasanas II Guerrero II
 - 4.5.3. ParighAsanas
 - 4.5.4. Uthitta ParsvaKonAsanas
- 4.6. 体式平衡
 - 4.6.1. Vkrasana
 - 4.6.2. Utthita hasta padangustAsanas
 - 4.6.3. NatarajAsanas
 - 4.6.4. GarudAsanas

- 4.7. 俯卧伸展
 - 4.7.1. BhujangAsanas
 - 4.7.2. Urdhva Mukha SvanAsanas
 - 4.7.3. Saral BhujangAsanas: esfinge
 - 4.7.4. ShalabhAsanas
- 4.8. 扩展
 - 4.8.1. UstrAsanas
 - 4.8.2. DhanurAsanas
 - 4.8.3. Urdhva DhanurAsanas
 - 4.8.4. Setu Bandha Sarvang 体式
- 4.9. 扭转
 - 4.9.1. Paravritta Parsvakon体式
 - 4.9.2. Paravritta Trikon体式
 - 4.9.3. Paravritta Parsvotanassana
 - 4.9.4. 帕拉维塔体式
- 4.10. 臀部
 - 4.10.1. MalAsanas
 - 4.10.2. Badha KonAsanas
 - 4.10.3. Upavista KonAsanas
 - 4.10.4. GomukhAsanas

模块 5.主要地板式体式及配合支撑的调整说明

- 5.1. 主楼体式
 - 5.1.1. MarjaryAsanas- BitilAsanas
 - 5.1.2. 益处
 - 5.1.3. 变体
 - 5.1.4. DandAsanas
- 5.2. 仰卧俯卧撑
 - 5.2.1. PaschimottanAsanas
 - 5.2.2. Janu sirsAsanas
 - 5.2.3. Trianga Mukhaikapada PaschimottanAsanas
 - 5.2.4. KurmAsanas

- 5.3. 侧向扭转和倾斜
 - 5.3.1. Ardha MatsyendrAsanas
 - 5.3.2. VakrAsanas
 - 5.3.3. BharadvajAsanas
 - 5.3.4. Parivrita janu sirsAsanas
- 5.4. 结束体式
 - 5.4.1. BalAsanas
 - 5.4.2. Supta Badha KonAsanas
 - 5.4.3. Ananda BalAsanas
 - 5.4.4. Jathara ParivartanAsanas A 和 B
- 5.5. 倒置
 - 5.5.1. 益处
 - 5.5.2. 禁忌症
 - 5.5.3. Viparita Karani
 - 5.5.4. SarvangAsanas
- 5.6. 块状物
 - 5.6.1. 它们是什么, 如何使用?
 - 5.6.2. 站立体式变式
 - 5.6.3. 坐姿和仰卧体式变体
 - 5.6.4. 结束体式和恢复体式变体
- 5.7. 皮带
 - 5.7.1. 它们是什么, 如何使用?
 - 5.7.2. 站立体式变式
 - 5.7.3. 坐姿和仰卧体式变体
 - 5.7.4. 结束体式和恢复体式变体
- 5.8. 椅子上的体式
 - 5.8.1. 是什么?
 - 5.8.2. 益处
 - 5.8.3. 在椅子上向太阳致敬
 - 5.8.4. 椅子上的体式

- 5.9. 椅子瑜伽
 - 5.9.1. 俯卧撑
 - 5.9.2. 扩展
 - 5.9.3. 扭转和倾斜
 - 5.9.4. 倒置
- 5.10. 恢复体式
 - 5.10.1. 何时使用
 - 5.10.2. 坐姿和前俯卧撑
 - 5.10.3. 背部弯曲
 - 5.10.4. 倒立和仰卧

模块 6. 最常见的病症

- 6.1. 脊柱病理学
 - 6.1.1. 保护
 - 6.1.2. 疝气。
 - 6.1.3. 脊柱前凸
 - 6.1.4. 整改
- 6.2. 退行性疾病
 - 6.2.1. 关节病
 - 6.2.2. 肌肉萎缩症
 - 6.2.3. 骨质疏松症
 - 6.2.4. 脊椎病
- 6.3. 腰痛和坐骨神经痛
 - 6.3.1. 腰部疼痛
 - 6.3.2. 坐骨神经痛
 - 6.3.3. 锥体综合症
 - 6.3.4. 转子炎
- 6.4. 脊柱侧弯
 - 6.4.1. 了解脊柱侧弯症
 - 6.4.2. 类型
 - 6.4.3. 我们必须做的
 - 6.4.4. 应避免的事项



- 6.5. 膝关节错位
 - 6.5.1. 元懒惰
 - 6.5.2. O型腿
 - 6.5.3. 柔版印刷
 - 6.5.4. 复发基因
- 6.6. 肩部和肘部
 - 6.6.1. 滑囊炎
 - 6.6.2. 肩峰下综合征
 - 6.6.3. Epicondilitis
 - 6.6.4. 上睑下垂
- 6.7. 膝盖
 - 6.7.1. 髌骨股骨痛
 - 6.7.2. 软骨病
 - 6.7.3. 半月板损伤
 - 6.7.4. 鹅掌楸肌腱炎
- 6.8. 手腕和脚踝
 - 6.8.1. 腕管
 - 6.8.2. 扭伤
 - 6.8.3. 拇趾外翻
 - 6.8.4. 扁平足和穴状足
- 6.9. 姿势基础
 - 6.9.1. 不同级别
 - 6.9.2. 铅垂技术
 - 6.9.3. 上交叉综合征
 - 6.9.4. 下交叉综合征
- 6.10. 自身免疫性疾病
 - 6.10.1. 定义
 - 6.10.2. 狼疮
 - 6.10.3. 慢性疾病
 - 6.10.4. 关节炎

模块 7.筋膜系统

- 7.1. 楣板
 - 7.1.1. 历史
 - 7.1.2. 筋膜对比肌腱
 - 7.1.3. 类型
 - 7.1.4. 职能
- 7.2. 机械感受器的类型及其在不同瑜伽风格中的重要性
 - 7.2.1. 重要性
 - 7.2.2. Golgi
 - 7.2.3. Paccini
 - 7.2.4. Ruffini
- 7.3. 肌筋膜链
 - 7.3.1. 定义
 - 7.3.2. 在瑜伽中的重要性
 - 7.3.3. 张拉结构概念
 - 7.3.4. 三个隔膜
- 7.4. LPS:浅后防线
 - 7.4.1. 定义
 - 7.4.2. 解剖路径
 - 7.4.3. 被动姿势
 - 7.4.4. 积极的姿势
- 7.5. LAS:浅前线
 - 7.5.1. 定义
 - 7.5.2. 解剖路径
 - 7.5.3. 被动姿势
 - 7.5.4. 积极的姿势
- 7.6. LL:侧线
 - 7.6.1. 定义
 - 7.6.2. 解剖路径
 - 7.6.3. 被动姿势
 - 7.6.4. 积极的姿势

- 7.7. LE:螺旋线
 - 7.7.1. 定义
 - 7.7.2. 解剖路径
 - 7.7.3. 被动姿势
 - 7.7.4. 积极的姿势
- 7.8. 功能线
 - 7.8.1. 定义
 - 7.8.2. 解剖路径
 - 7.8.3. 被动姿势
 - 7.8.4. 积极的姿势
- 7.9. 线臂
 - 7.9.1. 定义
 - 7.9.2. 解剖路径
 - 7.9.3. 被动姿势
 - 7.9.4. 积极的姿势
- 7.10. 主要失衡
 - 7.10.1. 理想模式
 - 7.10.2. 屈伸组
 - 7.10.3. 开幕和闭幕小组
 - 7.10.4. 吸气和呼气模式

模块 8.不同年龄段的瑜伽

- 8.1. 童年
 - 8.1.1. 为什么它很重要?
 - 8.1.2. 益处
 - 8.1.3. 作为一个班级
 - 8.1.4. 改编后的太阳致敬法范例
- 8.2. 妇女与月经周期
 - 8.2.1. 月经期
 - 8.2.2. 卵泡期
 - 8.2.3. 排卵期
 - 8.2.4. 黄体期

- 8.3. 瑜伽与月经周期
 - 8.3.1. 卵泡期序列
 - 8.3.2. 排卵期顺序
 - 8.3.3. 黄体期顺序
 - 8.3.4. 月经期间的顺序
 - 8.4. 更年期
 - 8.4.1. 总体考虑
 - 8.4.2. 生理和荷尔蒙变化
 - 8.4.3. 实践的益处
 - 8.4.4. 推荐体式
 - 8.5. 妊娠期
 - 8.5.1. 为什么要练习
 - 8.5.2. 妊娠头三个月的体位法
 - 8.5.3. 第二孕期体位法
 - 8.5.4. 怀孕三个月的体位法
 - 8.6. 产后
 - 8.6.1. 身体益处
 - 8.6.2. 心理益处
 - 8.6.3. 一般建议
 - 8.6.4. 与宝宝一起练习
 - 8.7. 老年
 - 8.7.1. 我们会遇到的主要病症
 - 8.7.2. 益处
 - 8.7.3. 总体考虑
 - 8.7.4. 禁忌症
 - 8.8. 身体残疾
 - 8.8.1. 脑损伤
 - 8.8.2. 脊髓损伤
 - 8.8.3. 肌肉损伤
 - 8.8.4. 如何设计课堂
 - 8.9. 感觉障碍
 - 8.9.1. 听觉
 - 8.9.2. 视觉
 - 8.9.3. 感官
 - 8.9.4. 如何设计序列
 - 8.10. 我们会遇到的最常见残疾的一般考虑因素
 - 8.10.1. 唐氏综合症
 - 8.10.2. 自闭症
 - 8.10.3. 大脑性麻痹
 - 8.10.4. 智力发育障碍
- 模块 9. 物理治疗中的**
- 9.1. 呼吸法
 - 9.1.1. 定义
 - 9.1.2. 源头
 - 9.1.3. 益处
 - 9.1.4. 气的概念
 - 9.2. 呼吸类型
 - 9.2.1. 腹部
 - 9.2.2. 胸腔
 - 9.2.3. 锁骨
 - 9.2.4. 完整的瑜伽呼吸
 - 9.3. 净化呼吸能量管道或穴道
 - 9.3.1. 什么是纳迪斯?
 - 9.3.2. Sushuma
 - 9.3.3. Ida
 - 9.3.4. Pindala
 - 9.4. 灵感来源: Puraka
 - 9.4.1. 腹式呼吸
 - 9.4.2. 横膈膜/肋骨吸气
 - 9.4.3. 一般注意事项和禁忌症
 - 9.4.4. 与班达斯的关系

- 9.5. 到期日 rechaka
 - 9.5.1. 腹部呼气
 - 9.5.2. 横膈膜/肋骨呼气
 - 9.5.3. 一般注意事项和禁忌症
 - 9.5.4. 与班达斯的关系
- 9.6. 保留: Kumbakha
 - 9.6.1. Anthara Kumbhaka
 - 9.6.2. Bahya kumbhaka
 - 9.6.3. 一般注意事项和禁忌症
 - 9.6.4. 与班达斯的关系
- 9.7. 净化呼吸法
 - 9.7.1. Douti
 - 9.7.2. Anunasika
 - 9.7.3. Nadi Shodana
 - 9.7.4. Bhramari
- 9.8. 刺激和提神的呼吸法
 - 9.8.1. Kapalabhati
 - 9.8.2. Bastrika
 - 9.8.3. Ujjayi,
 - 9.8.4. Shitali
- 9.9. 再生调息
 - 9.9.1. Surya bheda
 - 9.9.2. Kumbaka
 - 9.9.3. Samavritti
 - 9.9.4. Mridanga
- 9.10. 手印
 - 9.10.1. 是什么?
 - 9.10.2. 优点以及何时纳入这些优点
 - 9.10.3. 每个手指的含义
 - 9.10.4. 练习中使用的主要咒语



模块 10.冥想和放松技巧

- 10.1. 咒语
 - 10.1.1. 是什么?
 - 10.1.2. 益处
 - 10.1.3. 开场咒语
 - 10.1.4. 结束语
- 10.2. 瑜伽的内涵
 - 10.2.1. Pratyahara
 - 10.2.2. Dharana
 - 10.2.3. Dhyana
 - 10.2.4. Samadhi
- 10.3. 冥想。
 - 10.3.1. 定义
 - 10.3.2. 姿态
 - 10.3.3. 益处
 - 10.3.4. 禁忌症
- 10.4. 脑电波
 - 10.4.1. 定义
 - 10.4.2. 分类
 - 10.4.3. 从睡眠到清醒
 - 10.4.4. 冥想期间
- 10.5. 冥想的类型
 - 10.5.1. 精神
 - 10.5.2. 视觉化
 - 10.5.3. 佛教徒
 - 10.5.4. 运动
- 10.6. 冥想技巧 1
 - 10.6.1. 冥想实现你的渴望
 - 10.6.2. 心灵冥想
 - 10.6.3. 国玉湖冥想
 - 10.6.4. 内心微笑冥想
- 10.7. 冥想技巧 2
 - 10.7.1. 脉轮净化冥想
 - 10.7.2. 冥想慈爱
 - 10.7.3. 当下的冥想礼物
 - 10.7.4. 静默冥想
- 10.8. Mindfulness
 - 10.8.1. 定义
 - 10.8.2. 由什么组成?
 - 10.8.3. 如何使用
 - 10.8.4. 技术
- 10.9. 放松/savAsanas
 - 10.9.1. 班级收尾位置
 - 10.9.2. 制作方法和设置
 - 10.9.3. 益处
 - 10.9.4. 如何引导放松
- 10.10. 瑜伽冥想
 - 10.10.1. 什么是瑜伽冥想?
 - 10.10.2. 会议是什么样的?
 - 10.10.3. 相位
 - 10.10.4. 练习课程的示例

07

临床实习

一旦学生通过理论阶段,该计划将获得一种非常实用的方法,让他们沉浸在医疗保健的现实中。因此,学生将享受在国际知名中心的亲身住宿体验。在整个实践培训过程中,毕业生将得到导师的支持,导师将全程陪伴他们,以保证足够的医疗保健。





“

通过市场上最好的实践来完成您的理论教育,以便在日常实践中取得成功”

这半面授校级硕士课程包括在著名机构进行为期 3 周的实践培训,从周一到周五,与一名兼职专家一起进行连续 8 个小时的实践教学。通过这种方式,专家将能够与治疗瑜伽学科的领先专业团队一起为真实患者提供临床帮助。因此,他们将应用最具创新性的技术来减轻疼痛、提供情感支持和改善人们的活动能力。

另一方面,为了开展工作,毕业生将拥有一流的设施,包括适合进行身体和冥想练习的不同教室。此外,所有这些空间都配备了垫子、块、带子、椅子、垫子或毯子等配件。这样,专业人员将在最佳条件下提供服务,从而始终保证患者的安全。

毫无疑问,对于专家来说,这是一个独特的机会,可以通过融入体式、正念或瑜伽休息术等领域最先进的程序来丰富他们的实践。所有这一切都基于最新的科学证据,以及医生团队的支持,他们将帮助他们整合所有技术来改善用户的健康。

实践教学将在教师和其他培训合作伙伴的支持和指导下进行,这些合作伙伴促进团队合作和多学科整合,作为医疗实践的横向能力(学会生存和学会联系)。

下面描述的程序将成为培训的基础,其实施将取决于中心的可用性、其日常活动和工作量,拟议的活动如下:





模块	实践活动
加强机车系统的技术	采用山式 (Tadasana) 或站立式 (Uttanasana) 等姿势来改善姿势调整并强健脊柱肌肉
	对身体的所有肌肉进行轻柔的伸展, 以提高灵活性并缓解现有的紧张感
	在关节上实现均匀的负载分配
	进行腹部调息法以优化肺功能并减轻压力
实施体式姿势以满足特定需求	对个人进行全面评估 (包括病史、既往受伤史、身体状况和个人目标)
	根据人的限制采取姿势, 使用从块到毯子或椅子的道具, 以及姿势深度的变化
	随着患者力量、灵活性和信心的增强, 引入更具挑战性的变化
	定期评估客户的进展并调整实践计划, 以便他们安全地实现治疗目标
冥想和放松程序的整合	将用户的注意力引导到身体的不同部位, 从脚开始, 慢慢向上移动到头部
	应用基于正念练习的呼吸技巧, 旨在调节神经系统, 从而平静心灵
	进行平稳、流畅的动作, 例如进行与呼吸协调的一系列动作
	在课程结束时执行摊尸式姿势, 鼓励港口和思想准备恢复日常活动
适应不同进化时刻的个性化治疗	实施 Nadi Shodhana 等技术, 帮助青少年培养正念、自我控制和压力管理技能
	进行温和的伸展运动, 缓解孕妇的身体不适, 同时为分娩做好准备
	进行温和的体式, 例如改良山式, 旨在提高老年人的灵活性、活动能力和肌肉力量
	适应感官障碍人士的呼吸技巧, 深吸气和呼气, 同时关注腹部的身体感觉

责任保险

这个机构的主要关注点是保证受训者和公司实践培训过程中所需要的其他合作者的安全。为实现这一目标而采取的措施包括应对整个教学过程中可能发生的任何事件。

为此,这个教育实体承诺购买民事责任保险,以应对在工作实习中心逗留期间可能出现的任何意外情况。

学员的责任保险应是全面的,并应在实习期开始前投保。这样,专业人员就不必担心会出现意外情况,而且在中心的实践课程结束前都有保障。



实践培训课程的—般条件

这个课程的实习协议的一般条件如下:

1.辅导: 在半面授校级硕士期间, 将为学生分配两名导师, 他们将在整个过程中陪伴他, 解决可能出现的疑虑和 问题。一方面, 将有一位属于安置中心的专业导师, 他的目的是在任何时候都指导和支持学生。另一方面, 还将为学生指派一名学术导师, 其任务是在整个过程中协调和帮助学生, 解决疑惑并为他/她可能需要的一切提供便利通过这种方式, 专业人员将始终得到陪伴, 并能够咨询任何可能出现的实际和学术性质的疑问。

2.时间: 实践培训计划将持续3周, 每天8小时, 每周5天。上课的日子和时间表将由中心负责, 适当地提前通知专业人员, 提前足够的时间以方便他们的组织。

3.缺席: 如果在半面授校级硕士开始当天没有出现, 学生将失去使用该权利的权利, 并且无法退款或更改日期。无正当/医疗原因缺席实习超过两天, 实习将被取消, 因此实习将自动终止。在实习期间出现的任何问题都必须紧急报告给学术导师。

4.认证: 通过半面授校级硕士的学生将获得一份证书, 证明他们在相关中心的住宿。

5.雇佣关系: 半面授校级硕士不会构成任何形式的雇佣关系。

6.之前的研究: 一些中心可能需要先前学习的证书才能完成半面授校级硕士课程。在这些情况下, 有必要向TECH的实习部门出示这个证明, 以确认所选中心的分配

7.不包括: 半面授校级硕士不会包含这些条件中未描述的任何元素。因此, 它不包括住宿、前往实习所在城市的交通、签证或任何其他上述未描述的服务。

但是, 如果学生在这方面有任何疑问或建议, 可以咨询他们的学术导师。他/她将为你提供所有必要的信息, 以促进这一进程。

08

我在哪里可以进行临床实习?

这门半面授校级硕士的学习计划包括在著名中心的实际住宿, 毕业生将在那里运用他们所有的知识和技能来开发改善患者福祉的疗法。在任何时候, 毕业生都将得到经验丰富的专家团队的支持, 他们将始终指导他们并监督他们的活动, 以保证基于卓越的实践。





“

您将在著名的中心享受实用的住宿体验,周围都是治疗瑜伽专家”



学生将能够在以下中心参加半面授校级硕士的实践部分:



Yoga (con) Ciencia

国家
西班牙

城市
马德里

管理人员: Polideportivo Municipal Juan Carlos I,
Av. Constitución 31, 28792 Miraflores
de la Sierra, Madrid

治疗性瑜伽中心, 个人适应和对健康的关注至关重要

相关相关实践培训:
- 瑜伽疗法





“

通过瑜伽(与)科学实践训练,
您将创建个性化的正念计划,
融入最创新的呼吸技术”

09 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。



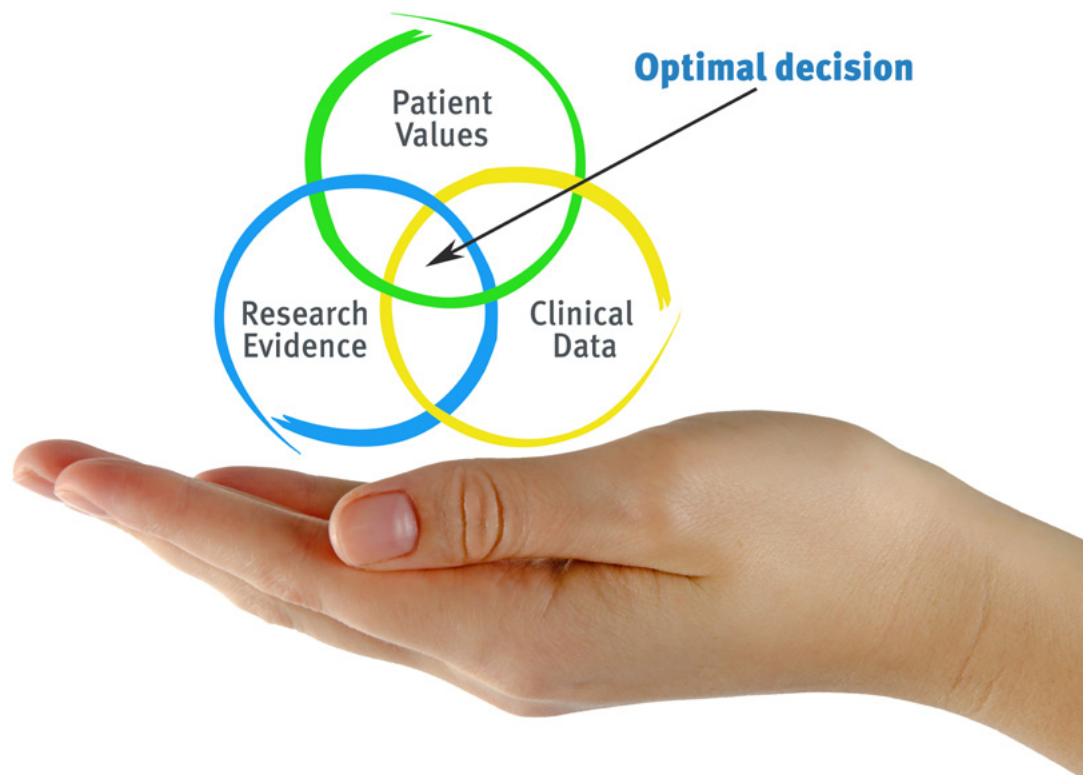
“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

在TECH, 我们使用案例法

在特定情况下, 专业人士应该怎么做? 在整个课程中, 你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例, 他们必须调查, 建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性, 有大量的科学证据。专业人员随着时间的推移, 学习得更好, 更快, 更持久。

和TECH, 你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvás博士的说法, 临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍, 它成为一个“案例”, 一个说明某些特殊临床内容的例子或模型, 因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是, 案例要以当前的职业生活为基础, 试图重现专业医学实践中的实际问题。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的学生不仅实现了对概念的吸收, 而且还通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习扎根于实践技能, 使学生能够更好地融入现实世界。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。

专业人员将通过真实案例和在模拟学习环境中解决复杂情况进行学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的, 以促进沉浸式学习。



处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,Re-learning方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过25000名医生,取得了空前的成功,在所有的临床专科手术中都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



录像中的手术技术和程序

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前医疗技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明了,以促进学生的同化和理解。最重要的是,您可以想看几次就看几次。



互动式总结

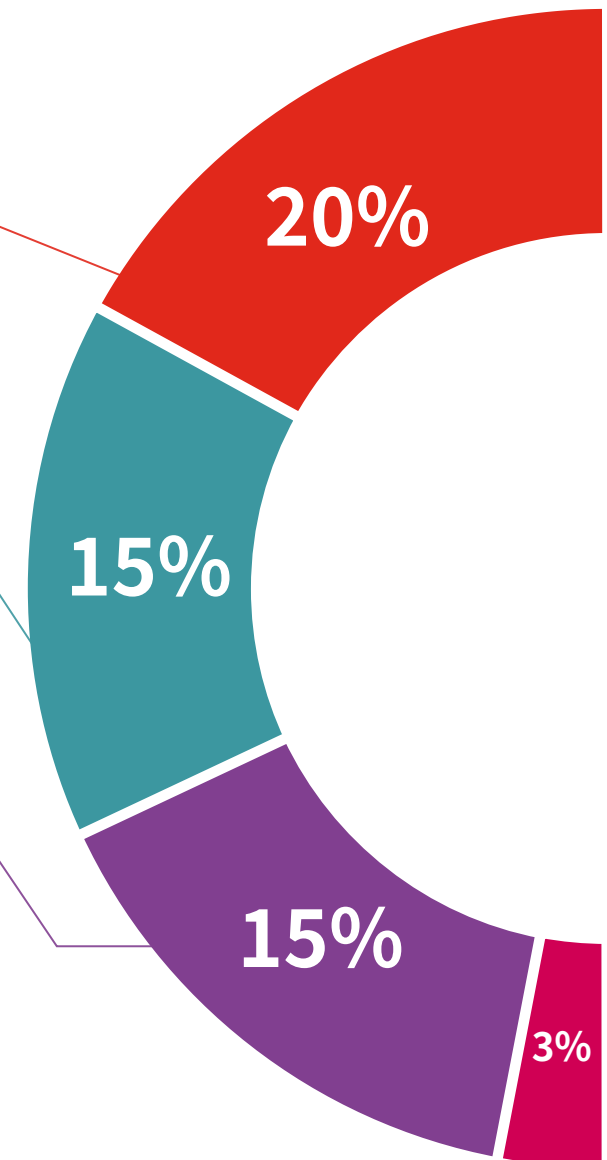
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

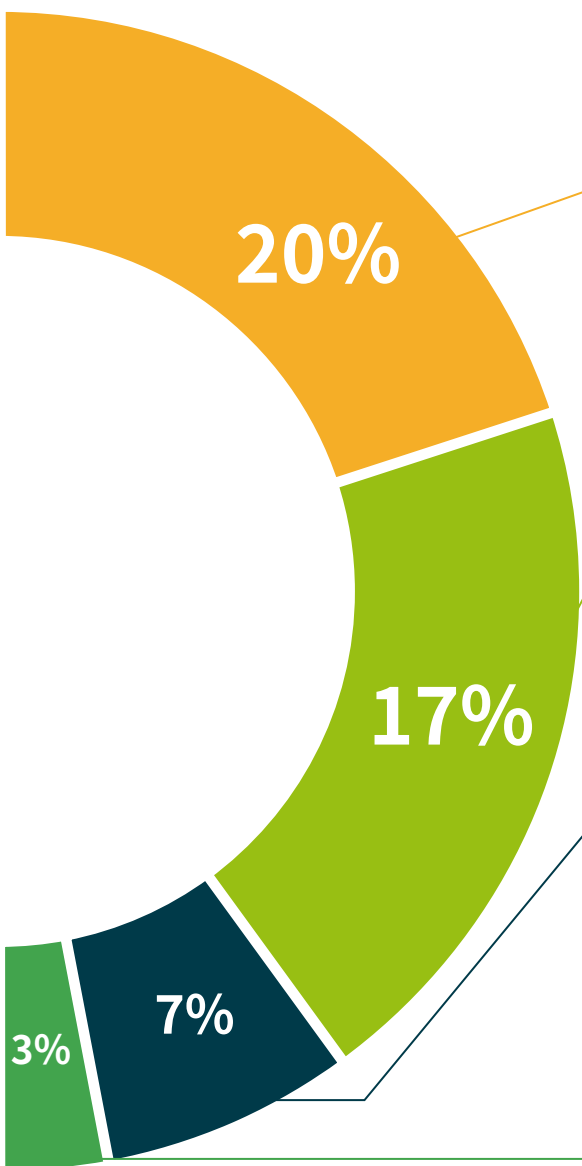
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





由专家主导和开发的案例分析

有效的学习必然是和背景联系的。因此, TECH将向您展示真实的案例发展, 在这些案例中, 专家将引导您注重发展和处理不同的情况: 这是一种清晰而直接的方式, 以达到最高程度的理解。



测试和循环测试

在整个课程中, 通过评估和自我评估活动和练习, 定期评估和重新评估学习者的知识: 通过这种方式, 学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的作用: 向专家学习可以加强知识和记忆, 并为未来的困难决策建立信心。



快速行动指南

TECH以工作表或快速行动指南的形式提供课程中最相关的内容。一种合成的, 实用的, 有效的帮助学生在学业上取得进步的方法。



10 学位

瑜伽疗法校级硕士除了保证最严格和最新的培训外，还可以获得由TECH科技大学颁发的校级硕士学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个**瑜伽疗法校级硕士**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**校级硕士学位**。

学位由**TECH科技大学**颁发, 证明在校级硕士学位中所获得的资质, 并满足工作交流, 竞争性考试和职业评估委员会的要求。

学位: **瑜伽疗法校级硕士**

模式: **在线**

时长: **12个月**



*海牙加注。如果学生要求为他们的纸质资格证书提供海牙加注, TECH EDUCATION将采取必要的措施来获得, 但需要额外的费用。

健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺 创新
个性化的关注 现在
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

半面授校级硕士
瑜伽疗法

模式:混合式(临床实践)
时间:12个月
学历:TECH 科技大学
学时:1,620小时

半面授校级硕士 瑜伽疗法

