

大学课程

不同进化时期的瑜伽



大学课程

不同进化时期的瑜伽

- » 模式: 在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表: 自由安排时间
- » 考试模式: 在线

网页链接: www.techtitute.com/cn/medicine/postgraduate-certificate/yoga-different-evolutionary-moments

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

18

05

方法

22

06

学位

30

01 介绍

增强平衡、力量、柔韧性和减压只是练习瑜伽所带来的部分健康益处。越来越多的医学专家开出了体育锻炼的处方，以治疗疾病、改善孕妇的身体状况或提高青少年的注意力。从这个意义上说，TECH 设计了一个百分之百在线的学位，确保毕业生能够紧跟该学科的最新发展，了解它在人类不同发展阶段的广泛应用。这将是一个充满创意和动力的学习旅程，让你在不断演进的领域中保持领先地位，为未来的挑战做好准备。此外，所有这一切都从理论与实践的角度出发，并拥有一支国际声望极高的师资队伍。





“

这是一个为期 6 周的 100% 在线大学课程, 将带您更新瑜伽疗法方面的知识”

一些科学研究得出结论, 练习瑜伽对肌肉骨骼疾病患者、孕妇或焦虑症或压力症患者有积极的效果。体位法及其变体的调整以及课程的调整意味着这项活动适合所有年龄段的人练习。

因此, 医疗专业人员对这门学科给予了更多关注, 以便将其作为常规疗法的补充疗法。有鉴于此, TECH 决定向医生们提供不同进化时期的瑜伽大学课程。

这个课程的教学大纲由该领域的真正专家制定, 他们提供了关于在儿童时期、月经周期的不同阶段、更年期或老年人和残疾人身上使用的这种方式的最新、最先进的教学大纲。

所有这一切, 都有一流的教学材料, 包括一个由国际知名讲师 主讲的大师班, 她将把自己在这一领域的渊博知识传授给学生。此外, 毕业生还可以访问每个主题的视频摘要、详细视频、专业读物和临床案例研究, 从而使这一学术选择更具吸引力。

毫无疑问, 这是一个通过大学建议书更新知识的难得机会, 你可以随时随地利用它。毕业生只需要一个能连接互联网的数字设备, 就可以随时查看虚拟平台上的内容。这是一个绝佳的机会, 通过这个大学课程, 你将能够充分应对最具挑战性的职责, 将学习与实际工作需求完美契合的内容。

这个**不同进化时期的瑜伽大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 瑜伽专家提出的案例研究的发展
- ◆ 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 可以进行自我评估过程的实践, 以推进学习
- ◆ 其特别强调创新方法
- ◆ 理论课、向专家提问、关于有争议问题的讨论区和这个反思性论文
- ◆ 可从任何连接互联网的固定或便携设备上访问内容



在怀孕的每个季度深入研究合适的体式以及它们对健康的好处”

“

通过基于对这个资格的内容持续重复的Relearning方法,你将减少学习时间”

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士,他们将自己的工作经验带到了这一培训中,还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

它的多媒体内容是用最新的教育技术开发的,将允许专业人员进行情景式学习,即一个模拟的环境,提供一个身临其境的培训,为真实情况进行培训。

这个课程的设计重点是基于问题的学习,藉由这种学习,专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。为此,你将获得由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

获得大学学位,使您能够根据瑜伽疗法的密集更新过程调整日程。

这是一种学术选择,可让您掌握最新的产后护理技术。



02 目标

现有的体位法及其变体种类繁多,老少皆宜。因此,它的益处可以推广到儿童、孕妇以及功能和认知多样性患者身上。这个资格证书的思路就是引导专业人员在短短6周内有效地更新不同进化时期的瑜伽知识。





“

案例研究将为您提供将瑜伽融入
日常治疗实践所需的实用方法”



总体目标

- 从临床角度纳入正确发展和应用瑜伽治疗技术的必要知识和技能
- 创建一个以科学证据为基础设计的瑜伽方案
- 根据每个人的特点和受伤情况, 深入学习最适合的体式
- 深入研究生物力学及其在治疗瑜伽体式中的应用
- 描述瑜伽体位法如何适应每个人的病症
- 深化现有冥想和放松技巧的神经生理学基础

“

在舒适的家中深入学习与瑜伽练习
和改善更年期妇女疾病相关的研究”



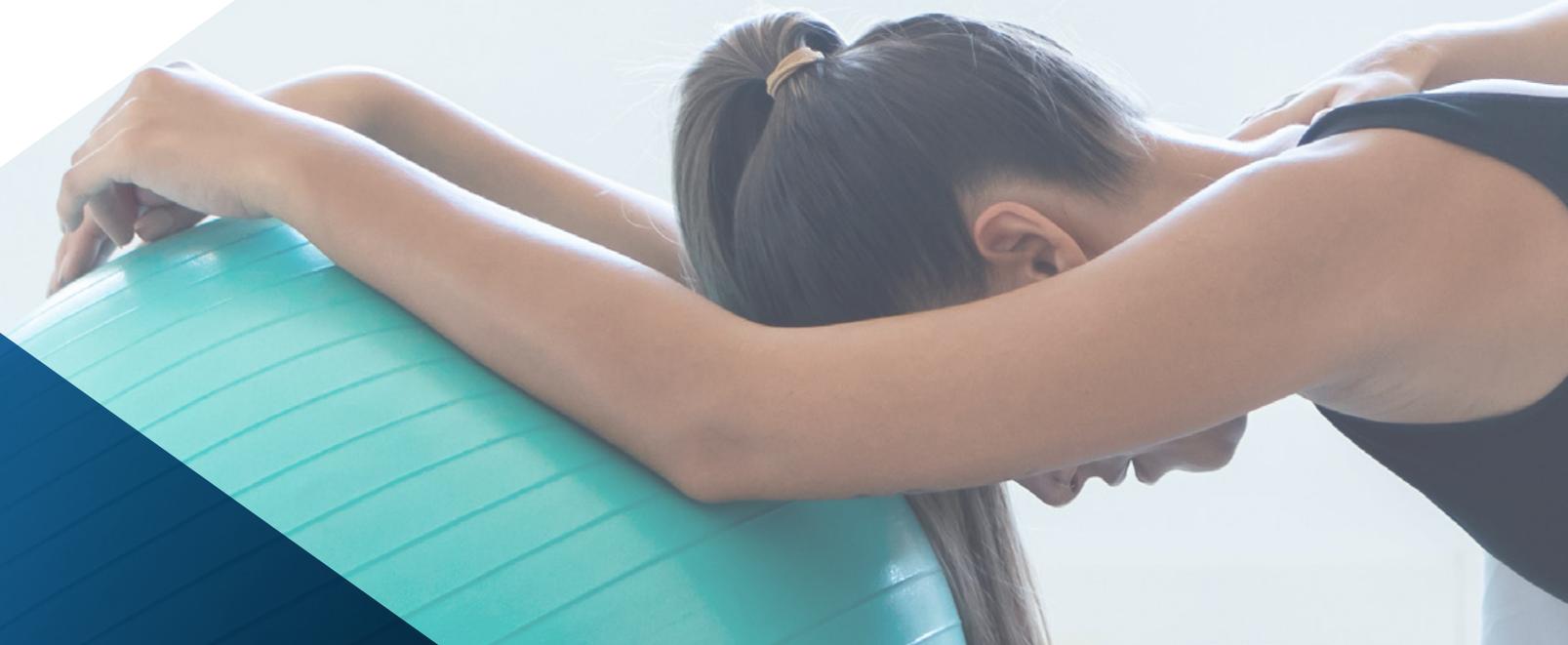


具体目标

- 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

03 课程管理

这个大学资格证书为医学专业人士提供了额外的加分，因为它拥有一支优秀的教学团队，其中包括在瑜伽治疗领域拥有精湛经验的。导师这样，毕业生就能保证获得由真正的专家制定的高质量课程，并能与这些专家一起在人的整个成长过程中对这项体育活动进行有效的更新。





“

一份由国际级瑜伽治疗
专家组成的资格证书”

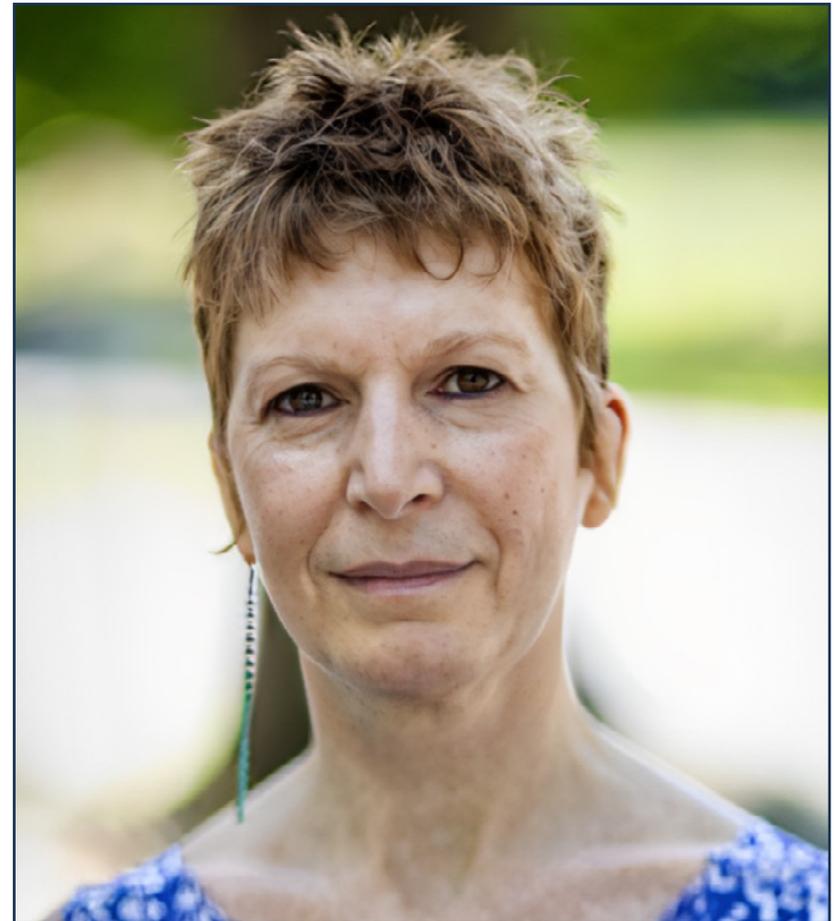
国际客座董事

作为纽约整体瑜伽学院的教师总监和导师培训负责人, Dianne Galliano被定位为该领域最重要的国际人物之一。她的学术重点主要是治疗瑜伽, 她有数超过 6000 小时的教学和继续教育的经验。

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持续教育。她也在其他机构担任治疗师和讲师, 如 14TH Street Y、Integral Yoga Institute Wellness Spa 和 Educational Alliance: Center for Balanced Living.

她的工作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、产前和产后妇女、年轻人, 甚至是有各种身心健康问题的退伍军人。

她曾治疗过骨质疏松症患者、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。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

- 14TH Street Y 学院瑜伽治疗导师
- 纽约市整体瑜伽学院健康水疗中心瑜伽治疗师
- Educational Alliance治疗导师:Center for Balanced Living
- 纽约州立大学小学教育学士
- 马里兰大学瑜伽治疗硕士

“

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

Bermejo Busto, Aránzazu 女士

- ◆ 与Louise Goldberg共同翻译“自闭症和特殊需求儿童瑜伽模块
- ◆ 线上培训Yogaespecial教师
- ◆ 西班牙瑜伽特别协会、现代教育公司、Om Shree Om学校、SatNam中心、Cercedilla
- ◆ 育中心等瑜伽讲师和培训师
- ◆ 瑜伽、冥想讲师及健康课程协调员
- ◆ 通过Respirávida协会为有残疾和特殊需求的儿童提供一对一瑜伽课程
- ◆ 印度瑜伽旅行的组织者和创始人
- ◆ 前Yamunadeva中心主任
- ◆ Yamunadeva中心的格式塔和系统治疗师
- ◆ IRC的呼吸意识硕士
- ◆ 与Rishikesh Nada瑜伽学校合作的巴西Nada瑜伽学校的Nada瑜伽课程
- ◆ Playmobil游戏疗法方法课程
- ◆ 美国佛罗里达州Deerfield Beach瑜伽中心Louise Goldberg的在线瑜伽课程



04 结构和内容

该大学学位的教学计划包括由精通瑜伽疗法的教师设计的学习计划。他在这一领域的广泛背景体现在这一教学大纲中，它为毕业生提供了这一体育学科在不同成长阶段的最新实践情况。为此，它拥有一个虚拟图书馆，可通过任何联网的数字设备全天 24 小时访问。





“

感谢有了 Relearning 系统,您就能以简单的方式巩固所学概念,减少长时间的学习”

模块 1. 不同年龄段的瑜伽

- 1.1. 童年
 - 1.1.1. 为什么它很重要?
 - 1.1.2. 益处
 - 1.1.3. 一堂课的样子
 - 1.1.4. 改编后的太阳致敬法范例
- 1.2. 妇女与月经周期
 - 1.2.1. 月经期
 - 1.2.2. 卵泡期
 - 1.2.3. 排卵期
 - 1.2.4. 黄体期
- 1.3. 瑜伽与月经周期
 - 1.3.1. 卵泡期序列
 - 1.3.2. 排卵期顺序
 - 1.3.3. 黄体期顺序
 - 1.3.4. 月经期间的顺序
- 1.4. 更年期
 - 1.4.1. 总体考虑
 - 1.4.2. 生理和荷尔蒙变化
 - 1.4.3. 实践的益处
 - 1.4.4. 推荐体式
- 1.5. 妊娠期
 - 1.5.1. 为什么要练习
 - 1.5.2. 怀孕的第一个季度的体式
 - 1.5.3. 怀孕的第二个季度的体式
 - 1.5.4. 怀孕的第三个季度的体式
- 1.6. 产后
 - 1.6.1. 身体益处
 - 1.6.2. 心理益处
 - 1.6.3. 一般建议
 - 1.6.4. 与宝宝一起练习





- 1.7. 老年
 - 1.7.1. 我们会遇到的主要病症
 - 1.7.2. 益处
 - 1.7.3. 总体考虑
 - 1.7.4. 禁忌症
- 1.8. 身体残疾
 - 1.8.1. 脑损伤
 - 1.8.2. 脊髓损伤
 - 1.8.3. 肌肉损伤
 - 1.8.4. 如何设计课堂
- 1.9. 感觉障碍
 - 1.9.1. 听觉
 - 1.9.2. 视觉
 - 1.9.3. 感官
 - 1.9.4. 如何设计序列
- 1.10. 我们会遇到的最常见残疾的一般考虑因素
 - 1.10.1. 唐氏综合症
 - 1.10.2. 自闭症
 - 1.10.3. 大脑性麻痹
 - 1.10.4. 智力发育障碍

“

通过这个课程,你将了解到通过瑜伽治疗唐氏综合症患者的最新进展”

05 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

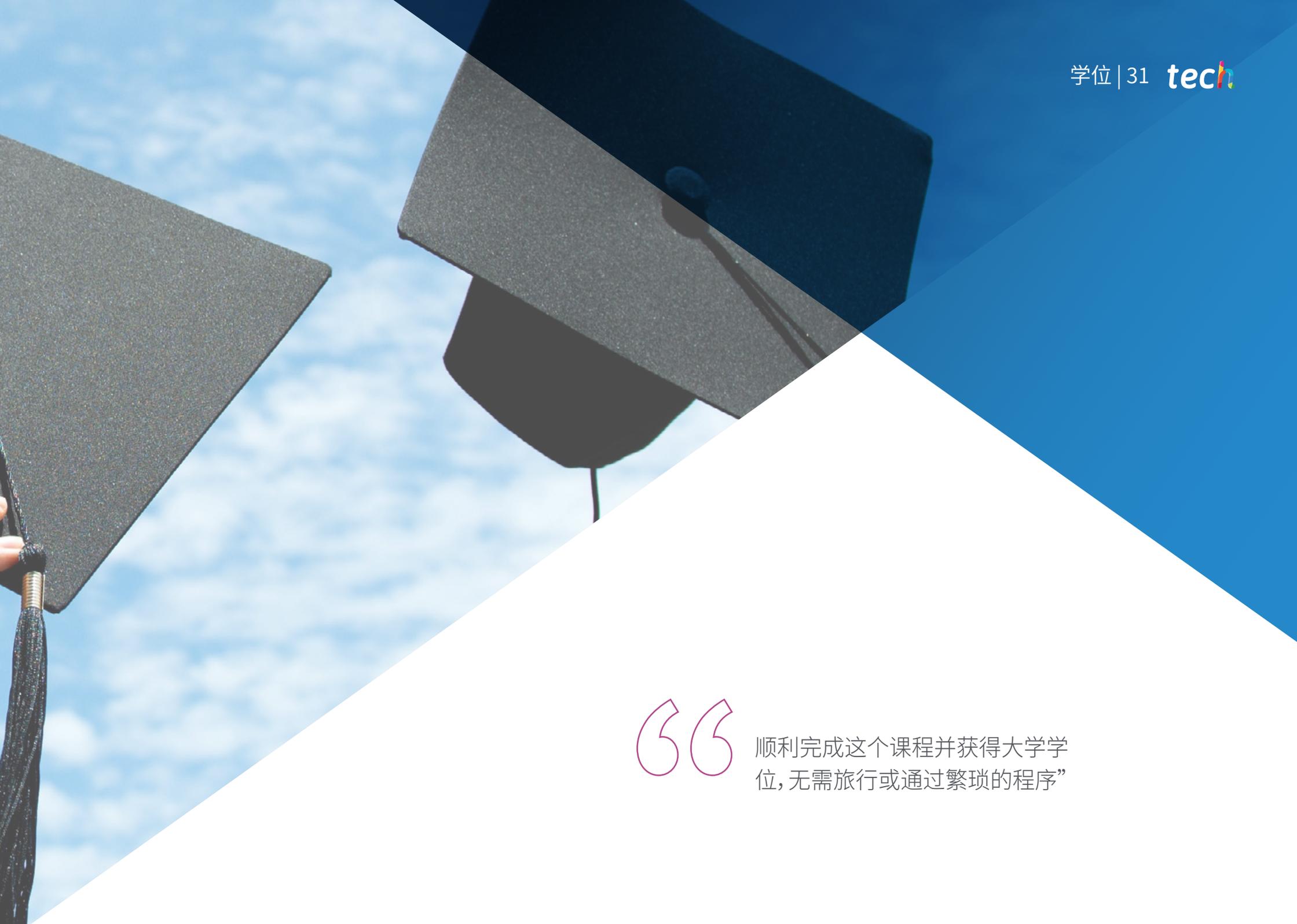
TECH以工作表或快速行动指南的形式提供课程中最相关的内容。一种合成的, 实用的, 有效的帮助学生在学业上取得进步的方法。



06 学位

不同进化时期的瑜伽大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。





“

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”

这个不同进化时期的瑜伽大学课程包含了市场上最完整和最新的课程。

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大学课程学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: 不同进化时期的瑜伽大学课程

官方学时: 150小时



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
个性化的关注 现在 创新
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
不同进化时期的瑜伽

- » 模式: 在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表: 自由安排时间
- » 考试模式: 在线

大学课程

不同进化时期的瑜伽

