

Университетский курс
Йога в различных
эволюционных моментах



Университетский курс Йога в различных ЭВОЛЮЦИОННЫХ МОМЕНТАХ

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: www.techitute.com/ru/medicine/postgraduate-certificate/yoga-human-life-cycle

Оглавление

01

Презентация

стр. 4

02

Цели

стр. 8

03

Руководство курса

стр. 12

04

Структура и содержание

стр. 18

05

Методология

стр. 22

06

Квалификация

стр. 30

01

Презентация

Улучшение баланса, силы, гибкости и снятие стресса – вот лишь некоторые из преимуществ для здоровья, которые подчеркивает практика йоги. Физическая активность, которая все чаще предписывается медицинскими специалистами для устранения патологий, улучшения физического состояния беременных женщин или концентрации внимания у подростков. В этом смысле ТЕСН разработал 100% онлайн-программу, которая позволяет студенту быть в курсе достижений в этой дисциплине, а также ее применения на различных этапах развития человека. Все это, кроме того, с теоретико-практической точки зрения и с преподавательским составом, имеющим большой международный авторитет.





“

100% онлайн Университетский курс продолжительностью всего 6 недель, который позволит вам обновить свои знания в области терапевтической йоги”

Несколько научных исследований показали, что практика йоги дает положительные результаты у пациентов с патологиями опорно-двигательного аппарата, беременных женщин и людей, страдающих от тревожных или стрессовых расстройств. Адаптация асан и их разновидностей, а также адаптация занятий позволили сделать этот вид деятельности доступным для людей всех возрастов.

По этой причине специалисты в области здравоохранения уделяют все больше внимания этой дисциплине, чтобы внедрить ее в качестве дополнительной терапии к более традиционным методам лечения. В связи с этим ТЕСН решил предложить врачам Университетский курс "Йога в различных эволюционных моментах".

Программа с учебным планом, подготовленным настоящими специалистами в этой области, которые предоставляют наиболее актуальный и передовой учебный план по этой методике, практикуемой в детстве, в различные фазы менструального цикла, в период менопаузы или у пожилых людей и инвалидов.

Все это благодаря первоклассным учебным материалам, включая мастер-класс с известным международным преподавателем, который передаст студентам свои глубокие знания в этой области. Кроме того, студент получит доступ к видеоконспектам по каждой теме, подробным видеоматериалам, специализированной литературе и клиническим примерам, что делает этот вариант обучения еще более привлекательным.

Несомненно, это уникальная возможность обновить свои знания с помощью университетской программы, которую можно пройти в любое время и в любом месте. Студенту достаточно иметь цифровое устройство с подключением к Интернету, чтобы в любое время суток просматривать материалы, размещенные на виртуальной платформе. Отличная возможность пройти Университетский курс, полностью совместимый с самыми сложными обязанностями.

Данный **Университетский курс в области йоги в различных эволюционных моментах** содержит самую полную и современную образовательную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области йоги
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практическое содержание курса предоставляет научную и практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для осуществления профессиональной деятельности
- ♦ Практические упражнения для самооценки, контроля и улучшения успеваемости
- ♦ Особое внимание уделяется инновационным методологиям
- ♦ Теоретические занятия, вопросы эксперту, дискуссионные форумы по спорным темам и самостоятельная работа
- ♦ Учебные материалы курса доступны с любого стационарного или мобильного устройства с выходом в интернет



Узнайте больше об асанах, подходящих для каждого триместра беременности, и их пользе для здоровья"

“

Пройдите университетскую программу, которая позволит вам адаптировать свой график к интенсивному процессу обновления знаний по терапевтической йоги"

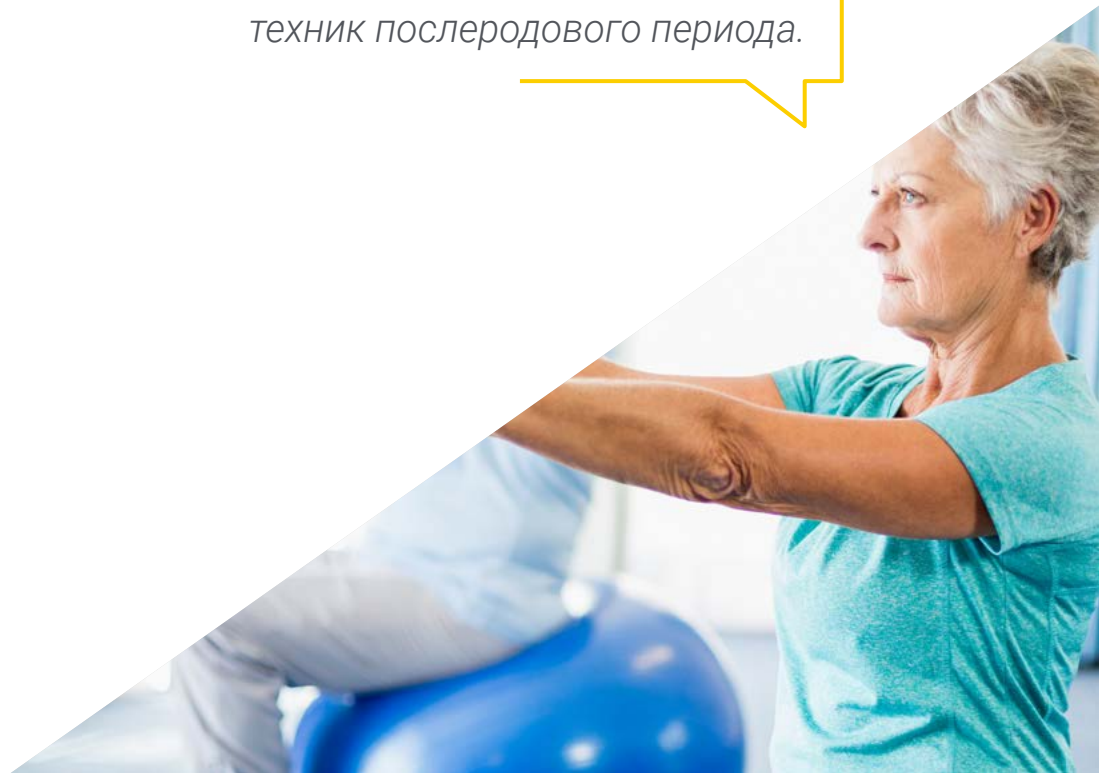
В преподавательский состав программы входят профессионалы из данного сектора, которые привносят в обучение опыт своей работы, а также признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалисту проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях.

Структура этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалист должен попытаться разрешать различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалистам поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Благодаря методу Relearning, основанному на постоянном повторении содержания данной программы, вы сократите время обучения.

Академический вариант, который позволит вам быть в курсе самых рекомендуемых техник послеродового периода.



02

Цели

Большое разнообразие существующих асан и их вариантов делает их практику доступной для всех возрастов. По этой причине ее преимущества могут быть экстраполированы на пациентов детского возраста, беременных женщин или людей с функциональными и когнитивными нарушениями. Именно такая линия мысли лежит в основе этой программы, которая позволяет специалистам всего за 6 недель провести эффективное обновление по теме "Йога в различных эволюционных моментах".





“

Примеры из практики дадут вам практический подход, необходимый для интеграции йоги в вашу ежедневную терапевтическую практику”



Общие цели

- ♦ Включать знания и навыки, необходимые для правильной разработки и применения техник йогатерапии с клинической точки зрения
- ♦ Создавать программу йоги, разработанную и основанную на научных данных
- ♦ Углубиться в наиболее подходящие асаны в соответствии с особенностями человека и травмами человека и имеющихся у него повреждений
- ♦ Углубиться в изучение биомеханики и ее применение к асанам йогатерапии
- ♦ Описывать адаптацию асан йоги к патологиям каждого человека
- ♦ Углубленно изучить нейрофизиологические основы существующих медитативных и расслабляющих техник

“

Глубоко изучите, не выходя из дома, исследования, связанные с практикой йоги и улучшением состояния здоровья женщин с менопаузой”





Конкретные цели

- ♦ Изучить различные потребности организма и практики йоги в разные периоды жизни, такие как детство, зрелый возраст и старость
- ♦ Изучить, как практика йоги может помочь женщинам в период менструального цикла и менопаузы, и как адаптировать практику к их потребностям
- ♦ Изучить вопросы ухода и практики йоги во время беременности и в послеродовой период, а также способы адаптации практики к потребностям женщин в данный период
- ♦ Определять, насколько уместна практика йоги для людей с особыми физическими и/или сенсорными потребностями, и как адаптировать ее для удовлетворения их потребностей
- ♦ Научиться создавать специальные последовательности йоги для каждого этапа развития и индивидуальных потребностей
- ♦ Определять и применять лучшие практики для обеспечения безопасности и благополучия во время занятий йогой на различных этапах развития и в особых ситуациях

03

Руководство курса

Данная университетская программа предоставляет медицинским работникам отличную команду преподавателей, состоящую из инструкторов с прекрасным послужным списком в области терапевтической йоги. Таким образом, студент имеет гарантию доступа к качественной программе, разработанной настоящими специалистами, с которыми можно эффективно обновлять информацию об этой физической активности на протяжении всего развития человека.





“

*Программа, созданная
специалистами
международного уровня в
мире терапевтической йоги”*

Приглашенный руководитель международного уровня

Будучи директором по работе с преподавателями и руководителем отдела подготовки инструкторов Института интегральной йоги в Нью-Йорке, Диана Гальяно является одной из наиболее значимых фигур в этой области на международном уровне. В своей научной деятельности она уделяла основное внимание терапевтической йоге, имея за плечами более 6 000 часов преподавания и повышения квалификации.

Таким образом, она занимается наставничеством, разработкой протоколов и критериев обучения, а также повышением квалификации инструкторов Института Интегральной Йоги. Она совмещает эту работу со своей ролью терапевта и инструктора в других учреждениях, таких как The 14TH Street, Integral Yoga Institute Wellness Spa и Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Ее работа также включает в себя создание и руководство программами йоги, разработку упражнений и оценку возникающих проблем. За свою карьеру она работала с разными категориями людей, включая мужчин и женщин старшего и среднего возраста, беременных и женщин после родов, молодых людей и даже ветеранов войны с различными проблемами физического и психического здоровья.

Для каждого из них она проводит тщательную и индивидуальную работу: лечила людей с остеопорозом, восстанавливающихся после операции на сердце или после рака груди, головокружением, болями в спине, синдромом раздраженного кишечника и ожирением. Она имеет несколько сертификатов, в том числе E-RYT 500 от Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) от American Health Training и Certified Exercise Instructor от Центра соматического движения.



Г-жа Гальяно, Диана

- Директор Института интегральной йоги, Нью-Йорк, США
- Инструктор по йогатерапии в клубе The 14TH Street Y
- Йогатерапевт в оздоровительном спа-центре Integral Yoga Institute в Нью-Йорке
- Инструктор-терапевт в Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Степень бакалавра в области начального образования в Государственном Университете Нью-Йорка
- Степень магистра в области йогатерапии Университета Мэриленда

“

Благодаря ТЕСН вы сможете учиться у лучших мировых профессионалов”

Руководство



Г-жа Эскалона Грасиа, Зораида

- Вице-президент Испанской ассоциации терапевтической йоги
- Основатель метода Air Core (занятия, сочетающие TRX и/или функциональные тренировки с йогой)
- Тренер по йогатерапии
- Степень магистра исследований в области иммунологии Мадридского университета Комплутенсе
- Степень магистра в области криминалистики Автономного университета Мадрида
- Степень бакалавра в области биологических наук в Мадридском Автономном Университете
- Курс преподавателя прогрессивной аштанга-йоги, FisiomYoga, миофасциальной йоги, йоги и рака
- Курс инструктора по напольному пилатесу
- Курс по фитотерапии и диетологии
- Курс преподавателя по медитации



Преподаватели

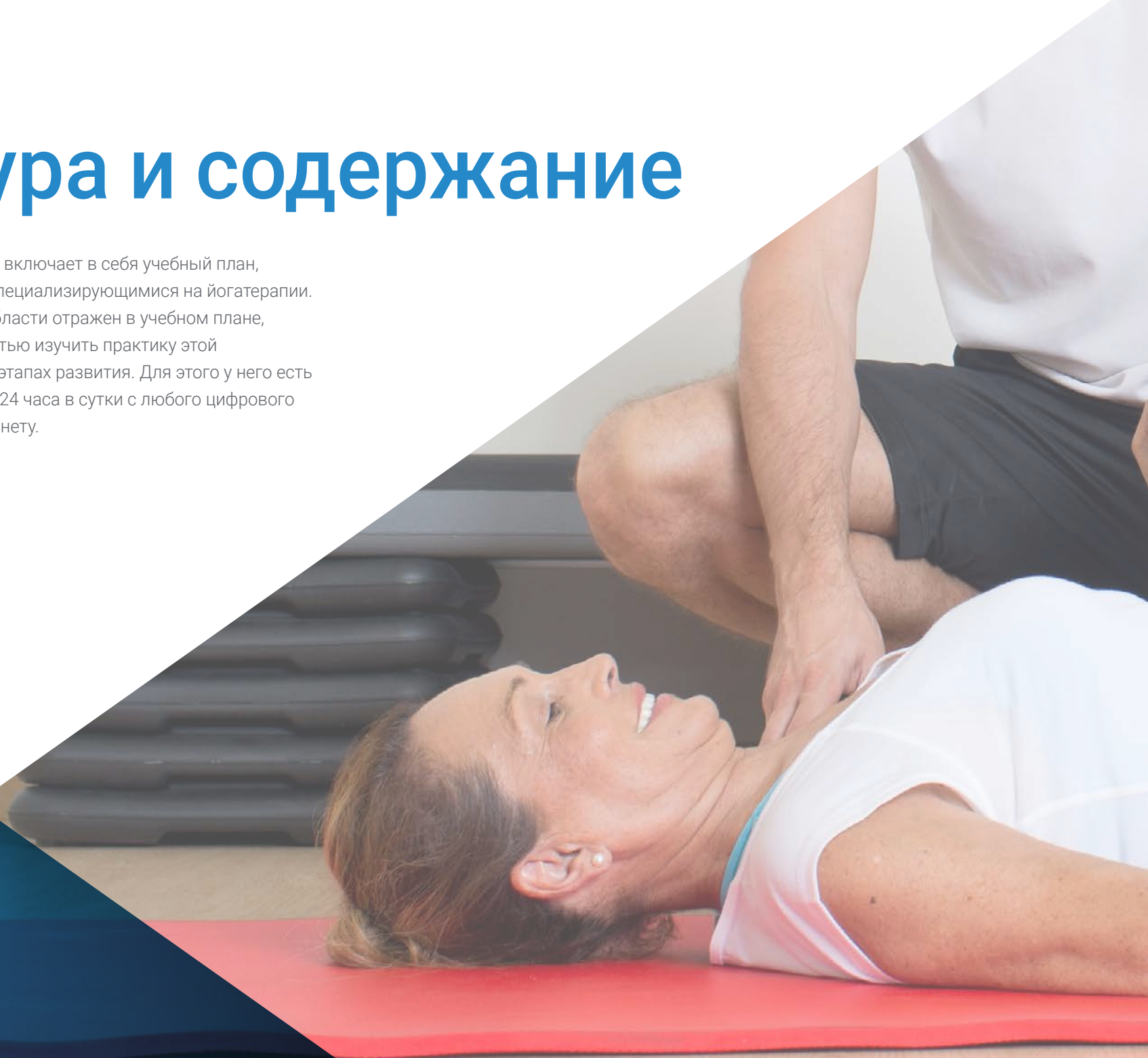
Г-жа Бермехо Бусто, Арансасу

- ♦ Переводчик модуля "Йога для детей с аутизмом и особыми потребностями совместно с Луизой Голдберг"
- ♦ Онлайн-тренер преподавателей Yogaespecial
- ♦ Сотрудник и тренер по йоге испанской ассоциации Yogaespecial, компании Modern Teachings, школы Om Shree Om, центра SatNam, Polideportivo de Cercedilla и других
- ♦ Преподаватель йоги и медитации и координатор оздоровительных курсов
- ♦ Проводит индивидуальные занятия йогой для детей с ограниченными возможностями и особыми потребностями в рамках Ассоциации Respirávila
- ♦ Организатор и создатель йогических поездок в Индию
- ♦ Бывший директор центра Yamunadeva
- ♦ Гештальт- и системный терапевт в Центре Yamunadeva
- ♦ Магистратура по осознанному дыханию в IRC
- ♦ Курс Нада Йоги в Nada Yoga School в Бразилии, в сотрудничестве с Nada Yoga School в Ришикеше
- ♦ Курс по методу Playtherapy, терапевтическое сопровождение с Playmobil
- ♦ Онлайн-курс йоги с Луизой Голдберг из Йога-центра в Deerfield Beach, Флорида

04

Структура и содержание

Данная университетская программа включает в себя учебный план, разработанный преподавателями, специализирующимися на йогатерапии. Их обширный опыт работы в этой области отражен в учебном плане, который позволяет студенту полностью изучить практику этой физической дисциплины на разных этапах развития. Для этого у него есть виртуальная библиотека, доступная 24 часа в сутки с любого цифрового устройства с подключением к Интернету.





“

Благодаря системе *Relearning*
вы легко закрепите
пройденные концепции и
сократите долгие часы учебы”

Модуль 1. Йога в различных эволюционных моментах

- 1.1. Детство
 - 1.1.1. Почему это важно?
 - 1.1.2. Преимущества
 - 1.1.3. Как выглядит занятие
 - 1.1.4. Пример адаптированного приветствия солнцу
- 1.2. Женщина и менструальный цикл
 - 1.2.1. Менструальный цикл
 - 1.2.2. Фолликулярная фаза
 - 1.2.3. Фаза овуляции
 - 1.2.4. Лютеиновая фаза
- 1.3. Йога и менструальный цикл
 - 1.3.1. Последовательность фолликулярной фазы
 - 1.3.2. Последовательность овуляторной фазы
 - 1.3.3. Последовательность лютеиновой фазы
 - 1.3.4. Последовательность во время менструации
- 1.4. Менопауза
 - 1.4.1. Общие сведения
 - 1.4.2. Физические и гормональные изменения
 - 1.4.3. Преимущества практики
 - 1.4.4. Рекомендуемые асаны
- 1.5. Беременность
 - 1.5.1. Зачем практиковать
 - 1.5.2. Асана на первом триместре беременности
 - 1.5.3. Асана на втором триместре беременности
 - 1.5.4. Асана на третьем триместре беременности
- 1.6. Послеродовой период
 - 1.6.1. Физические преимущества
 - 1.6.2. Психические преимущества
 - 1.6.3. Общие рекомендации
 - 1.6.4. Практика с ребенком





- 1.7. Зрелый возраст
 - 1.7.1. Основные патологии, с которыми мы столкнемся
 - 1.7.2. Преимущества
 - 1.7.3. Общие сведения
 - 1.7.4. Противопоказания
- 1.8. Физическая инвалидность
 - 1.8.1. Повреждение головного мозга
 - 1.8.2. Повреждение спинного мозга
 - 1.8.3. Повреждение мышц
 - 1.8.4. Как разработать занятие
- 1.9. Сенсорные нарушения
 - 1.9.1. Слуховые
 - 1.9.2. Визуальные
 - 1.9.3. Сенсорные
 - 1.9.4. Как разработать последовательность
- 1.10. Общие соображения о наиболее частых видах инвалидности
 - 1.10.1. Синдром Дауна
 - 1.10.2. Аутизм
 - 1.10.3. Церебральный паралич
 - 1.10.4. Расстройства интеллектуального развития
 - 1.10.4. Расстройства интеллектуального развития

“*Благодаря этой программе вы будете в курсе самых заметных достижений в области ведения пациентов с синдромом Дауна с помощью йоги*”

05

Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.



““

Откройте для себя методику Relearning, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”

В TECH мы используем метод запоминания кейсов

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? На протяжении всей программы вы будете сталкиваться с множеством смоделированных клинических случаев, основанных на историях болезни реальных пациентов, когда вам придется проводить исследование, выдвигать гипотезы и в конечном итоге решать ситуацию. Существует множество научных доказательств эффективности этого метода. Будущие специалисты учатся лучше, быстрее и показывают стабильные результаты с течением времени.

С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру.



По словам доктора Жерваса, клинический случай - это описание диагноза пациента или группы пациентов, которые становятся "случаем", примером или моделью, иллюстрирующей какой-то особый клинический компонент, либо в силу обучающего эффекта, либо в силу своей редкости или необычности. Важно, чтобы кейс был основан на текущей трудовой деятельности, пытаюсь воссоздать реальные условия в профессиональной практике врача.

“

Знаете ли вы, что этот метод был разработан в 1912 году, в Гарвардском университете, для студентов-юристов? Метод кейсов заключался в представлении реальных сложных ситуаций, чтобы они принимали решения и обосновывали способы их решения. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете”

Эффективность метода обосновывается четырьмя ключевыми достижениями:

1. Студенты, которые следуют этому методу, не только добиваются усвоения знаний, но и развивают свои умственные способности с помощью упражнений по оценке реальных ситуаций и применению своих знаний.
2. Обучение прочно опирается на практические навыки, что позволяет студенту лучше интегрироваться в реальный мир.
3. Усвоение идей и концепций становится проще и эффективнее благодаря использованию ситуаций, возникших в реальности.
4. Ощущение эффективности затраченных усилий становится очень важным стимулом для студентов, что приводит к повышению интереса к учебе и увеличению времени посвященному на работу над курсом.



Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.



Студент будет учиться на основе реальных случаев и разрешения сложных ситуаций в смоделированных учебных условиях. Эти симуляции разработаны с использованием самого современного программного обеспечения для полного погружения в процесс обучения.

Находясь в авангарде мировой педагогики, метод *Relearning* сумел повысить общий уровень удовлетворенности специалистов, завершивших обучение, по отношению к показателям качества лучшего онлайн-университета в мире.

С помощью этой методики мы с беспрецедентным успехом обучили более 250000 врачей по всем клиническим специальностям, независимо от хирургической нагрузки. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.

В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу.

Общий балл квалификации по нашей системе обучения составляет 8.01, что соответствует самым высоким международным стандартам.



В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



Учебный материал

Все дидактические материалы создаются преподавателями специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



Хирургические техники и процедуры на видео

TECH предоставляет в распоряжение студентов доступ к новейшим методикам и достижениям в области образования и к передовым медицинским технологиям. Все с максимальной тщательностью, объяснено и подробно описано самими преподавателями для усовершенствования усвоения и понимания материалов. И самое главное, вы можете смотреть их столько раз, сколько захотите.



Интерактивные конспекты

Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Microsoft как "Европейская история успеха".



Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





Анализ кейсов, разработанных и объясненных экспертами

Эффективное обучение обязательно должно быть контекстным. Поэтому мы представим вам реальные кейсы, в которых эксперт проведет вас от оказания первичного осмотра до разработки схемы лечения: понятный и прямой способ достичь наивысшей степени понимания материала.



Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе стороннего экспертного наблюдения: так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



Краткие руководства к действию

TECH предлагает наиболее актуальное содержание курса в виде рабочих листов или кратких руководств к действию. Обобщенный, практичный и эффективный способ помочь вам продвинуться в обучении.



06

Квалификация

Университетский курс в области йоги в различных эволюционных моментах, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Университетского курса, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

*Успешно пройдите эту программу
и получите университетский
диплом без хлопот, связанных с
поездками и бумажной волокитой”*

Данный **Университетский курс в области йоги в йоги в различных эволюционных моментах** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Университетского курса**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **TECH Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную на Университетском курсе, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Университетского курса в области йоги в различных эволюционных моментах**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **6 месяцев**



*Гаагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гаагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Институты

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

tech технологический университет

Университетский курс
Йога в различных
эволюционных моментах

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Университетский курс Йога в различных эволюционных моментах

