

# Специализированная магистратура Терапевтический пилатес



## Специализированная магистратура

### Терапевтический пилатес

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 12 месяцев
- » Учебное заведение: TECH Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: [www.techitute.com/ru/medicine/professional-master-degree/master-therapeutic-pilates](http://www.techitute.com/ru/medicine/professional-master-degree/master-therapeutic-pilates)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Цели

---

стр. 8

03

Компетенции

---

стр. 12

04

Руководство курса

---

стр. 16

05

Структура и содержание

---

стр. 20

06

Методология

---

стр. 32

07

Квалификация

---

стр. 40

# 01

# Презентация

В существующей научной литературе отмечаются преимущества терапевтического пилатеса, особенно в лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата. Эта точка зрения послужила стимулом для применения этого вида физической активности людьми, стремящимися облегчить мышечные боли или улучшить состояние при некоторых патологиях опорно-двигательного аппарата. В связи с этим ТЕСН разработал 100% онлайн-программу, которая предоставляет медицинским работникам актуальную информацию о наиболее эффективных упражнениях для каждого заболевания, элементах для их выполнения, профилактике травм и подходе к перетренированности инструкторов и профессионалов. Кроме того, в программе используется теоретико-практический подход и лучшие мультимедийные учебные материалы, что позволяет студенту пройти эффективное повышение квалификации всего за 12 месяцев.





“

*Эта Специализированная магистратура  
предоставляет самые последние научные данные  
о преимуществах терапевтического пилатеса в  
лечении патологий опорно-двигательного аппарата”*

Работа над дыханием, сокращением мышц и гибкостью в координации с контролируемым и плавным выполнением каждого движения тела является основой метода пилатеса. Научные исследования, некоторые из которых носят продолжительный характер, показали пользу от его применения у пациентов с проблемами опорно-двигательного аппарата.

Безусловно, эффективность пилатеса обуславливает необходимость знания медицинскими работниками упражнений, применяемых в реабилитационных центрах для лечения различных патологий, в том числе неврологических, используемых методик и оборудования. Поэтому в TECH была разработана программа Специализированной магистратуры по терапевтическому пилатесу, рассчитанная на 12 месяцев.

Продвинутый учебный план, посвященный данному виду спорта как инструменту лечения боли и каталогу подходящих упражнений в зависимости от анатомических особенностей или ориентации на укрепление или эластичность мышц. Эта программа также включает в себя новейшие терапевтические направления, основанные на новых фактических данных и опыте преподавателей этой академической программы.

И все это, кроме того, в динамичном ритме, который обеспечивают видеоматериалы в деталях, видеоконспекты по каждой теме, специализированные чтения и симуляционные сценарии, разработанные командой преподавателей. Так, гибкость этой программы делает ее еще привлекательнее для врачей. Достаточно иметь при себе электронное устройство с выходом в интернет, чтобы в любое время суток получить доступ к содержанию программы, размещенному на виртуальной платформе. Так, благодаря исключительно онлайн-методике и отсутствию занятий по расписанию студенты получают большую свободу в распоряжении своим временем самостоятельно в рамках этого продвинутого академического предложения.

Данная **Специализированная магистратура в области Терапевтический пилатес** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Наиболее характерными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области физиотерапии и специалистами в области пилатеса
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практичное содержание курса предоставляет научную и практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для осуществления профессиональной деятельности
- ♦ Практические упражнения для самостоятельной оценки, 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 устройства с выходом в Интернет



*Учебное заведение, которое подстраивается под вас и разрабатывает программу, позволяющую совместить вашу повседневную деятельность с получением качественной квалификации"*

“

*Будьте в курсе последних событий в области терапевтического пилатеса благодаря этой программе, в которой подробно рассматриваются его преимущества и противопоказания”*

В преподавательский состав программы входят профессионалы сферы, которые делятся своим опытом работы в обучении, а также признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит студенту 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 студент должен попытаться решить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалисту поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

*Вы хотите быть в курсе последних достижений в области неврологического пилатеса? Сделайте это с помощью данной университетской программы, разработанной TECH.*

*Академический обзор, в ходе которого вы пройдете путь от классического до терапевтического и реабилитационного пилатеса.*



# 02 Цели

Эволюция методик и рабочих инструментов метода пилатес позволила этим техникам достичь больших и лучших терапевтических подходов к различным патологиям. На сегодняшний день хорошо известны преимущества пилатеса в развитии беременности, родов и восстановлении после родов. Также медицинским сообществом все чаще анализируется его потенциал в реабилитации людей с травмами мозга. С помощью данной Специализированной магистратуры студенты ТЕСН смогут получить доступ ко всем этим знаниям, комплексно адаптируя их к своей повседневной практике.







“

Совершенствуйте свою профессиональную карьеру с помощью академических преимуществ, которые предоставляет TECH благодаря методу Relearning”



## Общие цели

---

- ♦ Расширить знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания упражнений пилатеса на полу, на различных тренажерах и с использованием инвентаря
- ♦ Разграничить области применения упражнений пилатеса и адаптации для каждого пациента
- ♦ Составить протокол упражнений, адаптированный к симптоматике и патологии каждого пациента
- ♦ Разграничить прогрессии и регрессии упражнений в соответствии с различными фазами процесса восстановления после травмы
- ♦ Избегать упражнений, которые противопоказаны в соответствии с предыдущей оценкой пациентов и клиентов
- ♦ Подробно рассмотреть аппараты, используемые в методе пилатеса
- ♦ Предоставить необходимую информацию для поиска научной и актуализированной информации о методах лечения пилатесом при различных патологиях
- ♦ Анализировать потребности и совершенствование оборудования для пилатеса в терапевтическом пространстве, предназначенном для занятий
- ♦ Разработать порядок действий на повышение эффективности выполнения упражнений по методу пилатес на основе принципов метода
- ♦ Правильно и аналитически выполнять упражнения, основанные на методе пилатес
- ♦ Анализировать физиологические и постуральные изменения, происходящие с беременными женщинами
- ♦ Разработать упражнения, адаптированные для женщины в период беременности и до родов
- ♦ Описать применение метода пилатеса у спортсменок-женщин высокого уровня





## Конкретные цели

---

### Модуль 1. Метод пилатес

- ♦ Углубиться в историю развития пилатеса
- ♦ Ознакомиться с историей возникновения пилатеса
- ♦ Описать методику пилатеса

### Модуль 2. Основы метода пилатес

- ♦ Углубиться в основы пилатеса
- ♦ Определить наиболее актуальные упражнения
- ♦ Объяснить, каких поз в пилатесе следует избегать

### Модуль 3. Спортивный зал для занятий пилатесом

- ♦ Описать помещение, в котором выполняется занятие пилатеса
- ♦ Знать о тренажерах, используемых для занятий пилатесом
- ♦ Описать протоколы и последовательности выполнения упражнений

### Модуль 4. Методология в практике метода пилатес

- ♦ Систематизировать занятия по методу пилатес
- ♦ Определить типы занятия по методу пилатес
- ♦ Изучить противоречия и особенности применения метода пилатес

### Модуль 5. Пилатес при заболеваниях позвоночника

- ♦ Изучить основные проблемы позвоночника и подходы к их решению
- ♦ Обновить знания об основных проблемах спины и подходах к их решению
- ♦ Применять специальные протоколы упражнений для восстановления после травм

### Модуль 6. Пилатес при заболеваниях верхней конечности

- ♦ Определить патологии плеча и их лечение
- ♦ Развить знания о патологии локтя и подходах к ее устранению
- ♦ Углубиться в патологию запястья и подходы к ее лечению

### Модуль 7. Пилатес при заболеваниях нижней конечности

- ♦ Выявить характерные особенности каждой травмы
- ♦ Устранить изменения с помощью упражнений, основанных на методе пилатес
- ♦ Адаптировать конкретные протоколы упражнений к процессу восстановления после травмы

### Модуль 8. Общая патология и ее лечение с помощью пилатеса

- ♦ Ознакомиться с характеристиками каждой патологии
- ♦ Выявить основные изменения при каждой патологии
- ♦ Устранить изменения с помощью упражнений, основанных на методе пилатес

### Модуль 9. Пилатес во время беременности, родов и в послеродовой период

- ♦ Различать основные фазы беременности
- ♦ Определить специфические упражнения для каждой фазы
- ♦ Вести женщин во время беременности, родов и послеродового периода

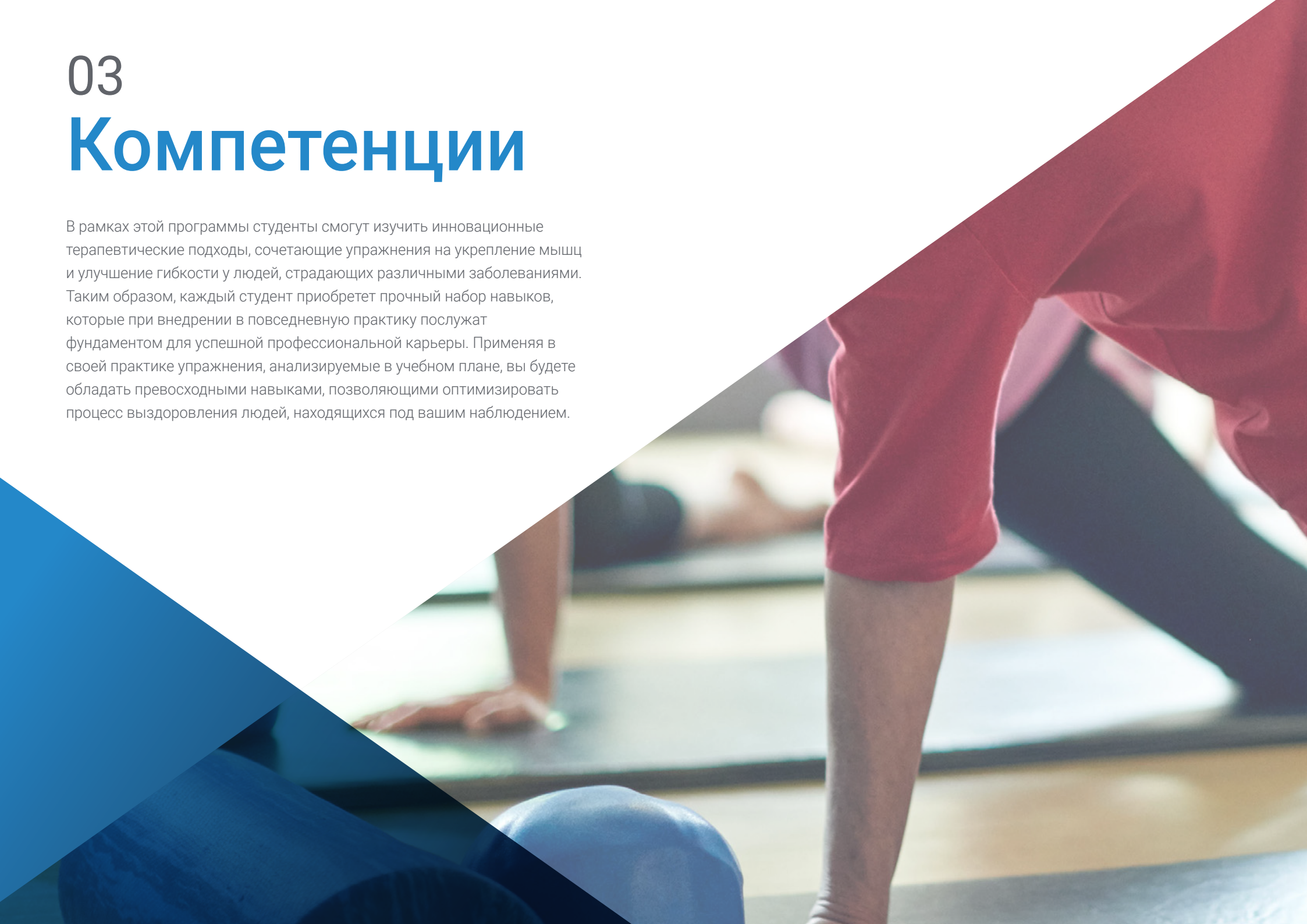
### Модуль 10. Пилатес в спорте

- ♦ Выявить наиболее часто встречающиеся травмы в каждом виде спорта
- ♦ Указать факторы риска, предрасполагающие к травмам
- ♦ Подобрать упражнения по методу пилатес, адаптированные к каждому виду спорта

# 03

## Компетенции

В рамках этой программы студенты смогут изучить инновационные терапевтические подходы, сочетающие упражнения на укрепление мышц и улучшение гибкости у людей, страдающих различными заболеваниями. Таким образом, каждый студент приобретет прочный набор навыков, которые при внедрении в повседневную практику послужат фундаментом для успешной профессиональной карьеры. Применяя в своей практике упражнения, анализируемые в учебном плане, вы будете обладать превосходными навыками, позволяющими оптимизировать процесс выздоровления людей, находящихся под вашим наблюдением.



“

*Компетенции, которые вы сможете развить в ходе обучения по данной программе, позволят вам достичь целостной и современной практики использования пилатеса в качестве терапевтической стратегии во время беременности, родов и послеродового периода”*



## Общие профессиональные навыки

---

- ♦ Расширить знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания упражнений пилатеса на полу, различных тренажерах и с использованием инвентаря
- ♦ Составить протокол упражнений, адаптированный к симптоматике и патологии каждой конкретной ситуации
- ♦ Четко различать хорошо или плохо выполненное упражнение по пилатесу
- ♦ Прослеживать и предотвращать *выгорание* у инструкторов по пилатесу
- ♦ Расширить навыки ухода за специалистами, перетренировавшимися при практике пилатеса
- ♦ Способствовать сохранению здоровья, правильно применяя упражнения пилатеса

“

*Это программа, которая позволит вам повысить свою квалификацию в выполнении специфических упражнений, помогающих женщинам преодолеть нарушения тазового дна с помощью метода пилатес”*





## Профессиональные навыки

---

- ♦ Адаптировать нагрузку на тренажерах к цели, которую преследует данное упражнение для конкретного пациента
- ♦ Применять техники пилатеса как на силу, так и на растяжку для устранения различных травм
- ♦ Выявить основные травмы, возникающие при неправильной практике пилатеса у непрофессионалов
- ♦ Дать рекомендации по выполнению упражнений для людей, страдающих остеопорозом или недержанием мочи
- ♦ Продолжать исследования, направленные на углубление знаний о пилатесе
- ♦ Разработать протоколы выполнения упражнений, указанных в МАТТ
- ♦ Решать проблемы верхних и нижних конечностей с помощью пилатеса
- ♦ Рекомендовать определенные упражнения пилатеса для профилактики мышечных патологий

04

# Руководство курса

Философия ТЕСН основана на разработке передового и качественного материала. С этой целью преподавание ведут выдающиеся профессионалы с большим опытом работы в своей отрасли. Таким образом, студенты получают в свое распоряжение передовой учебный план, разработанный настоящими экспертами, предшественниками пилатеса и обладающими обширными знаниями в области медицины и наук о физической активности. Это уникальная возможность пройти обучение у лучших специалистов.







“

*Вы получаете знания в Специализированной магистратуре от передовых специалистов по методу пилатес”*

## Приглашенный международный руководитель

Доктор Эдвард Ласковски - ведущая международная фигура в области спортивной медицины и физической реабилитации. Сертифицированный Американским советом по физической медицине и реабилитации, он является неотъемлемой частью престижного персонала клиники Маю, где он занимал должность директора Центра спортивной медицины.

Его опыт охватывает широкий спектр дисциплин, от спортивной медицины до фитнеса и тренировок на силу и устойчивость. Он тесно сотрудничает с многопрофильной командой специалистов в области физической медицины, реабилитации, ортопедии, физиотерапии и спортивной психологии, чтобы обеспечить целостный подход к лечению своих пациентов.

Кроме того, его влияние выходит за рамки клинической практики, поскольку он получил признание на национальном и международном уровне за свой вклад в развитие спорта и здравоохранения. Президент Джордж Буш назначил его членом Президентского совета по физической культуре и спорту, а Министерство здравоохранения и социальных служб наградило его премией "За выдающиеся заслуги", что подчеркивает его приверженность пропаганде здорового образа жизни.

Доктор был ключевым элементом крупных спортивных мероприятий, таких как Зимние Олимпийские игры 2002 года в Солт-Лейк-Сити и Чикагский марафон, обеспечивая качественное медицинское обслуживание. Кроме того, его приверженность просветительской деятельности нашла отражение в его обширной работе по созданию академических ресурсов, включая CD-ROM по спорту, здоровью и фитнесу клиники Маю, а также в его роли сотрудничающего редактора книги "Mayo Clinic Fitness for EveryBody". Стремясь к развенчанию мифов и предоставлению точной, актуальной информации, доктор Эдвард Ласковски продолжает оставаться влиятельным экспертом в области спортивной медицины и фитнеса во всем мире.



## Д-р. Ласковски, Эдвард

---

- Директор Центра спортивной медицины клиники Mayo, США
- Врач-консультант, Ассоциация игроков Национальной хоккейной лиги, США
- Врач клиники Mayo, США
- Член Олимпийской поликлиники на зимних Олимпийских играх (2002), Солт-Лейк-Сити, Солт-Лейк-Сити, США
- Специалист в области спортивной медицины, фитнеса, силовых тренировок и тренировок на устойчивость
- Сертифицирован Американским советом по физической медицине и реабилитации
- Сотрудничающий редактор книги "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Награда за выдающиеся заслуги Министерства здравоохранения и социальных служб
- Член: American College of Sports Medicine

“

*Благодаря ТЕСН вы сможете учиться у лучших мировых профессионалов”*

## Руководство



### Г-н Гонсалес Арганда, Серхио

- ♦ Физиотерапевт мадридского футбольного клуба Atlético
- ♦ Генеральный директор Fisis Domicilio Madrid
- ♦ Преподаватель в магистратуре в области физической подготовки и спортивной реабилитации в футболе
- ♦ Преподаватель Курса профессиональной подготовки по клиническому пилатесу
- ♦ Преподаватель в магистратуре по биомеханике и спортивной физиотерапии
- ♦ Степень магистра в области остеопатии опорно-двигательного аппарата в Мадридской школе остеопатии
- ♦ Эксперт по и реабилитации пилатесом Королевской федерации гимнастики Испании
- ♦ Степень магистра в области применения биомеханики для оценки травм и передовых методик в физиотерапии
- ♦ Степень бакалавра в области физиотерапии Папского Университета Комильяс

## Преподаватели

### Г-жа Диас Агила, Эстрелья

- ♦ Физиотерапевт в НЗ
- ♦ Физиотерапевт в физиотерапевтической клинике Кастилии
- ♦ Физиотерапевт в клинике Fisiomagna
- ♦ Физиотерапевт в Медицинском центре CEMAJ
- ♦ Степень магистра в области остеопатии в университете Алькалы
- ♦ Курс по ультразвуковому исследованию опорно-двигательного аппарата для физиотерапевтов в клинике MV Clinic
- ♦ Курс обучения в Школе лечения спины PHL: Терапевтический пилатес, гипопрессивные и функциональные упражнения в Ассоциации физиотерапевтов Андалусии
- ♦ Дипломированный специалист в области физиотерапии Университета Алькалы

### Г-жа Кортес Лоренсо, Лаура

- ♦ Физиотерапевт в клинике Fiosiomon и в Федерации хоккея Мадрида
- ♦ Физиотерапевт в клинике Fiosiomon
- ♦ Физиотерапевт в Техническом центре Федерации хоккея Мадрида
- ♦ Физиотерапевт в компаниях, работающих через Fisiowork S.L.
- ♦ Травматологический физиотерапевт в клинике Artros
- ♦ Физиотерапевт в клубе SPV51 и клубе Valdeluz по хоккею на траве
- ♦ Дипломированный специалист в области физиотерапии Мадридский университет Комплутенсе

**Г-н Перес Коста, Эдуардо**

- ♦ Генеральный директор компании Move2Be Physiotherapy and Readaptation
- ♦ Самостоятельный физиотерапевт, лечение на дому в Мадриде
- ♦ Физиотерапевт клиники Natal в Сан-Себастьян-де-лос-Рейес
- ♦ Спортивный реабилитолог баскетбольного клуба Zona Press
- ♦ Физиотерапевт в дочерней команде UD Sanse
- ♦ Физиотерапевт на поле в фонде Marcet
- ♦ Физиотерапевт в клинике Pascual & Muñoz
- ♦ Физиотерапевт в клинике Fisio Life Plus.
- ♦ Степень магистра в области мануальной физиотерапии опорно-двигательного аппарата в Университете Алькалы
- ♦ Степень бакалавра в области физиотерапии в Университете Алькалы

**Г-жа Гарсия Ибаньес, Марина**

- ♦ Физиотерапевт в Мадридском фонде рассеянного склероза и частные консультации на дому
- ♦ Физиотерапевт для лечения на дому в педиатрии и у взрослых с неврологической патологией
- ♦ Физиотерапевт в Мадридском фонде рассеянного склероза
- ♦ Физиотерапевт и психолог в клинике Clínica Kinés
- ♦ Физиотерапевт в клинике Clínica San Nicolás
- ♦ Степень магистра в области неврологической физиотерапии: Методы оценки и лечения в Европейском университете Мадрида
- ♦ Эксперт по неврологической физиотерапии в Европейском университете Мадрида
- ♦ Степень бакалавра в области психологии Национального университета дистанционного образования Испании (UNED)

**Г-жа Вальенте Серрано, Ноэлия**

- ♦ Физиотерапевт в Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Физиотерапевт в Keiki Fisioterapia
- ♦ Физиотерапевт в Jemed Importaciones

**Г-н Лонгас де Хесус, Антонио**

- ♦ Физиотерапевт в клинике Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta en Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria

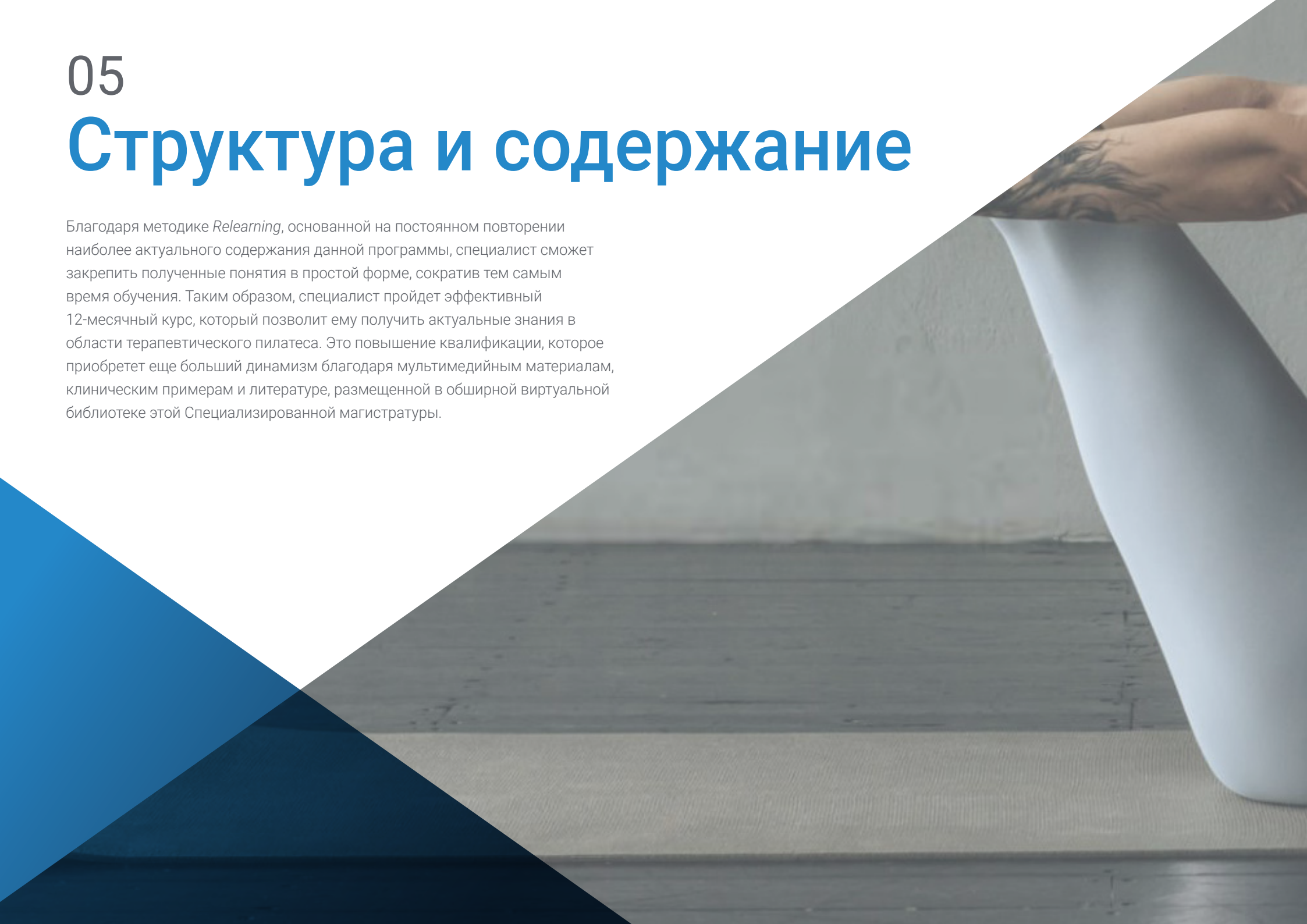


*Уникальный, важный и значимый курс обучения для развития вашей карьеры"*

# 05

## Структура и содержание

Благодаря методике *Relearning*, основанной на постоянном повторении наиболее актуального содержания данной программы, специалист сможет закрепить полученные понятия в простой форме, сократив тем самым время обучения. Таким образом, специалист пройдет эффективный 12-месячный курс, который позволит ему получить актуальные знания в области терапевтического пилатеса. Это повышение квалификации, которое приобретет еще больший динамизм благодаря мультимедийным материалам, клиническим примерам и литературе, размещенной в обширной виртуальной библиотеке этой Специализированной магистратуры.



““

*Академический путь в 1500 учебных часов с самым современным содержанием по методу пилатес и его применению для лечения патологии локтевого сустава и других заболеваний верхних конечностей”*

## Модуль 1. Метод пилатес

- 1.1. Йозеф Пилатес
  - 1.1.1. Йозеф Пилатес
  - 1.1.2. Книги и постулаты
  - 1.1.3. Наследие
  - 1.1.4. Возникновение персонализированного упражнения
- 1.2. История возникновения метода пилатес
  - 1.2.2. Ссылки
  - 1.2.2. Развитие
  - 1.2.3. Текущая ситуация
  - 1.2.4. Выводы
- 1.3. Эволюция метода
  - 1.3.1. Усовершенствования и модификации
  - 1.3.2. Вклад в метод пилатес
  - 1.3.3. Терапевтический пилатес
  - 1.3.4. Пилатес и физическая активность
- 1.4. Принципы метода пилатес
  - 1.4.1. Определение принципов
  - 1.4.2. Эволюция принципов
  - 1.4.3. Уровни прогрессии
  - 1.4.4. Выводы
- 1.5. Классический versus современный пилатес
  - 1.5.1. Основные положения классического пилатеса
  - 1.5.2. Анализ современного/классического пилатеса
  - 1.5.3. Вклад современного пилатеса
  - 1.5.4. Выводы
- 1.6. Напольный пилатес и тренажеры для пилатеса
  - 1.6.1. Основы напольного пилатеса
  - 1.6.2. Эволюция напольного пилатеса
  - 1.6.3. Основы применения тренажеров для пилатеса
  - 1.6.4. Эволюция тренажеров для пилатеса

- 1.7. Научные доказательства
  - 1.7.1. Научные журналы, связанные с пилатесом
  - 1.7.2. Докторские диссертации по пилатесу
  - 1.7.3. Публикации по пилатесу
  - 1.7.4. Приложения по пилатесу
- 1.8. Направления метода пилатес
  - 1.8.1. Национальные тенденции
  - 1.8.2. Международные тенденции
  - 1.8.3. Анализ тенденций
  - 1.8.4. Выводы
- 1.9. Школы
  - 1.9.1. Школы обучения пилатесу
  - 1.9.2. Журналы
  - 1.9.3. Эволюция школ пилатеса
  - 1.9.4. Выводы
- 1.10. Ассоциации и федерации пилатеса
  - 1.10.1. Определения
  - 1.10.2. Вклад
  - 1.10.3. Цели
  - 1.10.4. Альянс по методу пилатеса (Pilates Method Alliance)

## Модуль 2. Основы метода пилатес

- 2.1. Различные концепции метода
  - 2.1.1. Концепции по Йозефу Пилатесу
  - 2.1.2. Эволюция концепций
  - 2.1.3. Последующие поколения
  - 2.1.4. Выводы
- 2.2. Дыхание
  - 2.2.1. Различные виды дыхания
  - 2.2.2. Анализ видов дыхания
  - 2.2.3. Эффекты дыхания
  - 2.2.4. Выводы



- 2.3. Таз как центр устойчивости и движения
  - 2.3.1. Ядро Йозефа Пилатеса
  - 2.3.2. Научное ядро
  - 2.3.3. Анатомическая основа
  - 2.3.4. Ядро в процессах восстановления
- 2.4. Организация плечевого пояса
  - 2.4.1. Анатомический обзор
  - 2.4.2. Биомеханика плечевого пояса
  - 2.4.3. Применение в пилатесе
  - 2.4.4. Выводы
- 2.5. Организация движения нижней конечности
  - 2.5.1. Анатомический обзор
  - 2.5.2. Биомеханика нижней конечности
  - 2.5.3. Применение в пилатесе
  - 2.5.4. Выводы
- 2.6. Артикуляция позвоночника
  - 2.6.1. Анатомический обзор
  - 2.6.2. Биомеханика позвоночника
  - 2.6.3. Применение в пилатесе
  - 2.6.4. Выводы
- 2.7. Выравнивание сегментов тела
  - 2.7.1. Осанка
  - 2.7.2. Осанка в пилатесе
  - 2.7.3. Сегментные выравнивания
  - 2.7.4. Мышечные и лицевые цепи
- 2.8. Функциональная интеграция
  - 2.8.1. Понятие функциональной интеграции
  - 2.8.2. Последствия для различных видов деятельности
  - 2.8.3. Задача
  - 2.8.4. Контекст

- 2.9. Основы терапевтического пилатеса
  - 2.9.1. История терапевтического пилатеса
  - 2.9.2. Концепция терапевтического пилатеса
  - 2.9.3. Концепция терапевтического пилатеса
  - 2.9.4. Примеры повреждений или патологий
- 2.10. Классический пилатес и терапевтический пилатес
  - 2.10.1. Различия между двумя методами
  - 2.10.2. Обоснование
  - 2.10.3. Прогрессия
  - 2.10.4. Выводы

### Модуль 3. Спортивный зал/студия по пилатесу

- 3.1. Реформер
  - 3.1.1. Знакомство с реформером
  - 3.1.2. Преимущества реформера
  - 3.1.3. Основные упражнения на реформере
  - 3.1.4. Основные ошибки на реформере
- 3.2. Стол "Кадиллак" или трапеция
  - 3.2.1. Знакомство с "Кадиллаком"
  - 3.2.2. Преимущества "Кадиллака"
  - 3.2.3. Основные упражнения на "Кадиллаке"
  - 3.2.4. Основные ошибки на "Кадиллаке"
- 3.3. Стулья
  - 3.3.1. Введение в занятия со стульями
  - 3.3.2. Преимущества стульев
  - 3.3.3. Основные упражнения со стульями
  - 3.3.4. Основные ошибки со стульями
- 3.4. Бочонок
  - 3.4.1. Знакомство с бочонком
  - 3.4.2. Преимущества бочонка
  - 3.4.3. Основные упражнения с бочонком
  - 3.4.4. Основные ошибки с бочонком

- 3.5. Комбинированная модель
  - 3.5.1. Введение в комбинированную модель
  - 3.5.2. Преимущества комбинированной модели
  - 3.5.3. Основные упражнения в комбинированной модели
  - 3.5.4. Основные ошибки в комбинированной модели
- 3.6. Гибкий обруч
  - 3.6.1. Введение в гибкий обруч
  - 3.6.2. Преимущества гибкого обруча
  - 3.6.3. Основные упражнения с гибким обручем
  - 3.6.4. Основные ошибки с гибким обручем
- 3.7. Корректор *позвоночника*
  - 3.7.1. Введение в корректор *позвоночника*
  - 3.7.2. Преимущества корректора *позвоночника*
  - 3.7.3. Основные упражнения с корректором *позвоночника*
  - 3.7.4. Основные ошибки с корректором *позвоночника*
- 3.8. Приспособления, адаптированные к методу
  - 3.8.1. *Пенный валик*
  - 3.8.2. *Мяч для фитнеса*
  - 3.8.4. Эластичные ленты
  - 3.8.5. *Vosu*
- 3.9. Пространство
  - 3.9.1. Предпочтения по приспособлениям
  - 3.9.2. Пространство для занятий пилатесом
  - 3.9.3. Оборудование для пилатеса
  - 3.9.4. Эффективная практика организации пространства
- 3.10. Окружение
  - 3.10.1. Концепция окружения
  - 3.10.2. Характеристика окружения
  - 3.10.3. Выбор окружения
  - 3.10.4. Выводы



**Модуль 4. Методология в практике метода пилатес**

- 4.1. Первичная сессия
  - 4.1.1. Первоначальная оценка
  - 4.1.2. Обоснованное согласие
  - 4.1.3. Сопутствующие слова и команды в пилатесе
  - 4.1.4. Начало в методе пилатес
- 4.2. Первичная оценка
  - 4.2.1. Постуральная оценка
  - 4.2.2. Оценка гибкости
  - 4.2.3. Оценка координации
  - 4.2.4. Планирование занятий. Рабочая таблица по пилатесу
- 4.3. Занятие по пилатесу
  - 4.3.1. Начальные упражнения
  - 4.3.2. Распределение студентов по группам
  - 4.3.3. Позиционирование, голос, коррекция
  - 4.3.4. Перерыв
- 4.4. Ученик-пациент
  - 4.4.1. Типология ученика пилатеса
  - 4.4.2. Индивидуальные обязательства
  - 4.4.3. Цели ученика
  - 4.4.4. Выбор метода
- 4.5. Прогрессии и регрессии упражнений
  - 4.5.1. Введение в прогрессии и регрессии
  - 4.5.2. Прогрессии
  - 4.5.3. Регрессии
  - 4.5.4. Эволюция лечения
- 4.6. Общий протокол
  - 4.6.1. Обобщенный базовый протокол
  - 4.6.2. Соблюдение основ пилатеса
  - 4.6.3. Анализ протокола
  - 4.6.4. Функции протокола

- 4.7. Показания к выполнению упражнений
  - 4.7.1. Характеристики исходного положения
  - 4.7.2. Противопоказания к выполнению упражнений
  - 4.7.3. Вербальные, тактильные подсказки
  - 4.7.4. Планирование занятий
- 4.8. Преподаватель/инструктор
  - 4.8.1. Анализ ученика
  - 4.8.2. Типы преподавателей
  - 4.8.3. Создание благоприятной среды
  - 4.8.4. Наблюдение за учеником
- 4.9. Основная программа
  - 4.9.1. Пилатес для начинающих
  - 4.9.2. Пилатес для среднего уровня
  - 4.9.3. Пилатес для экспертов
  - 4.9.4. Профессиональный пилатес
- 4.10. Программное обеспечение для студии пилатеса
  - 4.10.1. Основное программное обеспечение для студии пилатеса
  - 4.10.2. Приложение для пилатеса
  - 4.10.3. Новейшие технологии в студии пилатеса
  - 4.10.4. Наиболее значимые достижения в студии пилатеса

## Модуль 5. Пилатес при заболеваниях позвоночника

- 5.1. Основные анатомические представления
  - 5.1.1. Остеология позвоночника
  - 5.1.2. Миология позвоночника
  - 5.1.3. Биомеханика позвоночника
  - 5.1.4. Выводы
- 5.2. Частые патологии, поддающиеся лечению с помощью пилатеса
  - 5.2.1. Патологии роста
  - 5.2.2. Патологии у пациентов преклонного возраста
  - 5.2.3. Патологии у малоподвижных пациентов
  - 5.2.4. Патологии у спортсменов

- 5.3. Упражнения, показанные в МАТТ, на тренажерах и с использованием оборудования. Общий протокол
  - 5.3.1. Упражнения на растяжку
  - 5.3.2. Упражнения на центральную стабилизацию
  - 5.3.3. Упражнения на мобилизацию суставов
  - 5.3.4. Укрепляющие упражнения
  - 5.3.5. Функциональные упражнения
- 5.4. Патология межпозвонкового диска
  - 5.4.1. Патомеханика
  - 5.4.2. Дисковые синдромы
  - 5.4.3. Различия между типами патологии
  - 5.4.4. Эффективная практика
- 5.5. Патология суставов
  - 5.5.1. Патомеханика
  - 5.5.2. Суставные синдромы
  - 5.5.3. виды патологии
  - 5.5.4. Выводы
- 5.6. Мышечная патология
  - 5.6.1. Патомеханика
  - 5.6.2. Мышечные синдромы
  - 5.6.3. Виды патологии
  - 5.6.4. Выводы
- 5.7. Патология шейного отдела позвоночника
  - 5.7.1. Симптоматология
  - 5.7.2. Шейные синдромы
  - 5.7.3. Специфические протоколы
  - 5.7.4. Выводы
- 5.8. Патология дорсального отдела позвоночника
  - 5.8.1. Симптоматология
  - 5.8.2. Дорсальные синдромы
  - 5.8.3. Специфические протоколы
  - 5.8.4. Выводы

- 5.9. Патология поясничного отдела позвоночника
  - 5.9.1. Симптоматология
  - 5.9.2. Дорсальные синдромы
  - 5.9.3. Специфические протоколы
  - 5.9.4. Выводы
- 5.10. Патология крестцово-подвздошных сочленений
  - 5.10.1. Симптоматология
  - 5.10.2. Дорсальные синдромы
  - 5.10.3. Специфические протоколы
  - 5.10.4. Выводы

## Модуль 6. Пилатес при заболеваниях верхней конечности

- 6.1. Основные анатомические представления
  - 6.1.1. Остеология верхней конечности
  - 6.1.2. Миология верхней конечности
  - 6.1.3. Биомеханика верхней конечности
  - 6.1.4. Эффективная практика
- 6.2. Упражнения на стабилизацию
  - 6.2.1. Введение в стабилизирующие упражнения
  - 6.2.2. Упражнения на МАТТ стабилизацию
  - 6.2.3. Стабилизационные упражнения на тренажере
  - 6.2.4. Лучшие упражнения для стабилизации
- 6.3. Упражнения на мобилизацию суставов
  - 6.3.1. Введение в упражнения на подвижность суставов
  - 6.3.2. Упражнения на подвижность суставов МАТТ
  - 6.3.3. Упражнения на подвижность суставов на тренажере
  - 6.3.4. Лучшие упражнения на подвижность в суставах
- 6.4. Укрепляющие упражнения
  - 6.4.1. Введение в укрепляющие упражнения
  - 6.4.2. Укрепляющие упражнения МАТТ
  - 6.4.3. Укрепляющие упражнения на тренажере
  - 6.4.4. Лучшие укрепляющие упражнения
- 6.5. Функциональные упражнения
  - 6.5.1. Введение в функциональные упражнения
  - 6.5.2. Функциональные упражнения МАТТ
  - 6.5.3. Функциональные упражнения на тренажере
  - 6.5.4. Лучшие функциональные упражнения
- 6.6. Патология плечевого сустава. Специфические протоколы
  - 6.6.1. Боль в плече
  - 6.6.2. Замороженное плечо
  - 6.6.3. Гипомобильное плечо
  - 6.6.4. Упражнения для плечевого сустава
- 6.7. Патология локтевого сустава. Специфические протоколы
  - 6.7.1. Патология суставов
  - 6.7.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 6.7.3. Посттравматическая или послеоперационная патология локтевого сустава
  - 6.7.4. Упражнения для локтевого сустава
- 6.8. Патология запястья
  - 6.8.1. Основные синдромы
  - 6.8.2. Виды патологии запястья
  - 6.8.3. Упражнения для запястья
  - 6.8.4. Выводы
- 6.9. Патология кисти
  - 6.9.1. Основные синдромы
  - 6.9.2. Виды патологии кисти
  - 6.9.3. Упражнения для кисти
  - 6.9.4. Выводы
- 6.10. Защемление нервов верхней конечности
  - 6.10.1. Плечевое сплетение
  - 6.10.2. Периферические нервы
  - 6.10.3. Виды патологии
  - 6.10.4. Упражнения при ущемлении нерва в верхней конечности

## Модуль 7. Пилатес при заболеваниях нижней конечности

- 7.1. Основные анатомические представления
  - 7.1.1. Остеология нижних конечностей
  - 7.1.2. Миология нижних конечностей
  - 7.1.3. Биомеханика нижних конечностей
  - 7.1.4. Эффективная практика
- 7.2. Частые патологии, поддающиеся лечению с помощью пилатеса
  - 7.2.1. Патологии роста
  - 7.2.2. Патологии у спортсменов
  - 7.2.3. Другие виды патологий
  - 7.2.4. Выводы
- 7.3. Указанные упражнения на коврике, тренажерах и инвентаре. Общий протокол
  - 7.3.1. Упражнения на диссоциацию
  - 7.3.2. Упражнения на мобилизацию
  - 7.3.3. Укрепляющие упражнения
  - 7.3.4. Функциональные упражнения
- 7.4. Патология тазобедренного сустава
  - 7.4.1. Патология суставов
  - 7.4.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.4.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 7.4.4. Упражнения для тазобедренного сустава
- 7.5. Патология коленного сустава
  - 7.5.1. Патология суставов
  - 7.5.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.5.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 7.5.4. Упражнения для колена
- 7.6. Патология голеностопного сустава
  - 7.6.1. Патология суставов
  - 7.6.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.6.3. Хирургическая патология
  - 7.6.4. Упражнения для голеностопного сустава

- 7.7. Патология стопы
  - 7.7.1. Патология суставов и фасций
  - 7.7.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.7.3. Хирургическая патология
  - 7.7.4. Упражнения для стопы
- 7.8. Защемление нервов в нижней конечности
  - 7.8.1. Плечевое сплетение
  - 7.8.2. Периферические нервы
  - 7.8.3. Виды патологии
  - 7.8.4. Упражнения при защемлении нервов нижних конечностей
- 7.9. Анализ переднелатеральной цепи нижней конечности
  - 7.9.1. Что такое переднелатеральная цепь и каково ее значение для пациента?
  - 7.9.2. Важные аспекты для оценки
  - 7.9.3. Связь цепи с уже описанной патологией
  - 7.9.4. Упражнения для проработки переднелатеральной цепи
- 7.10. Анализ постуромедиальной цепи нижней конечности
  - 7.10.1. Что такое переднелатеральная цепь и каково ее значение для пациента?
  - 7.10.2. Важные аспекты для оценки
  - 7.10.3. Связь цепи с уже описанной патологией
  - 7.10.4. Упражнения для проработки переднелатеральной цепи

## Модуль 8. Общая патология и ее лечение с помощью пилатеса

- 8.1. Нервная система
  - 8.1.1. Центральная нервная система
  - 8.1.2. Периферическая нервная система
  - 8.1.3. Краткое описание нейронных путей
  - 8.1.4. Преимущества пилатеса при неврологической патологии
- 8.2. Неврологическая оценка, ориентированная на пилатес
  - 8.2.1. Анамнез
  - 8.2.2. Оценка силы и тонуса
  - 8.2.3. Оценка чувствительности
  - 8.2.4. Тесты и шкалы

- 8.3. Неврологические патологии, имеющие большую распространенность и научное обоснование в пилатесе
  - 8.3.1. Краткое описание патологий
  - 8.3.2. Основные принципы пилатеса при неврологической патологии
  - 8.3.3. Адаптация позиций пилатеса
  - 8.3.4. Адаптация упражнений пилатеса
- 8.4. Рассеянный склероз
  - 8.4.1. Описание патологии
  - 8.4.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.4.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.4.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.5. Инсульт
  - 8.5.1. Описание патологии
  - 8.5.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.5.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.5.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.6. Болезнь Паркинсона
  - 8.6.1. Описание патологии
  - 8.6.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.6.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.6.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.7. Церебральный паралич
  - 8.7.1. Описание патологии
  - 8.7.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.7.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.7.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.8. Пожилые люди
  - 8.8.1. Патологии, связанные с возрастом
  - 8.8.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.8.3. Показанные упражнения
  - 8.8.4. Противопоказанные упражнения

- 8.9. Остеопороз
  - 8.9.1. Описание патологии
  - 8.9.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.9.3. Показанные упражнения
  - 8.9.4. Противопоказанные упражнения
- 8.10. Проблемы тазового дна: недержание мочи
  - 8.10.1. Описание патологии
  - 8.10.2. Частота и распространенность
  - 8.10.3. Показанные упражнения
  - 8.10.4. Противопоказанные упражнения

## Модуль 9. Пилатес во время беременности, родов и в послеродовой период

- 9.1. Первый триместр
  - 9.1.1. Изменения в первом триместре
  - 9.1.2. Преимущества и цели
  - 9.1.3. Показанные упражнения
  - 9.1.4. Противопоказания
- 9.2. Второй триместр
  - 9.2.1. Изменения во втором триместре
  - 9.2.2. Преимущества и цели
  - 9.2.3. Показанные упражнения
  - 9.2.4. Противопоказания
- 9.3. Третий триместр
  - 9.3.1. Изменения в третьем триместре
  - 9.3.2. Преимущества и цели
  - 9.3.3. Показанные упражнения
  - 9.3.4. Противопоказания
- 9.4. Роды
  - 9.4.1. Фаза дилатации и родов
  - 9.4.2. Преимущества и цели
  - 9.4.3. Рекомендации
  - 9.4.4. Противопоказания

- 9.5. Непосредственный послеродовой период
  - 9.5.1. Восстановление и послеродовой период
  - 9.5.2. Преимущества и цели
  - 9.5.3. Показанные упражнения
  - 9.5.4. Противопоказания
- 9.6. Недержание мочи и тазовое дно
  - 9.6.1. Задействованная анатомия
  - 9.6.2. Патофизиология
  - 9.6.3. Показанные упражнения
  - 9.6.4. Противопоказания
- 9.7. Проблемы при беременности и подходе с использованием метода пилатес
  - 9.7.1. Статические изменения тела
  - 9.7.2. Наиболее распространенные проблемы
  - 9.7.3. Показанные упражнения
  - 9.7.4. Противопоказания
- 9.8. Подготовка к беременности
  - 9.8.1. Преимущества физической подготовки во время беременности
  - 9.8.2. Рекомендуемые физические нагрузки
  - 9.8.3. Показанные упражнения в ранние сроки беременности
  - 9.8.4. Подготовка в период поиска второй и последующих беременностей
- 9.9. Поздний послеродовой период
  - 9.9.1. Долгосрочные анатомические изменения
  - 9.9.2. Подготовка к возвращению к физической активности
  - 9.9.3. Показанные упражнения
  - 9.9.4. Противопоказания
- 9.10. Послеродовые изменения
  - 9.10.1. Диастаз брюшной полости
  - 9.10.2. Статический тазово-пролапсный сдвиг
  - 9.10.3. Изменения глубокой мускулатуры живота
  - 9.10.4. Показания и противопоказания к кесареву сечению





**Модуль 10. Пилатес в спорте**

- 10.1. Футбол
  - 10.1.1. Наиболее частые травмы
  - 10.1.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.1.3. Преимущества и цели
  - 10.1.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.2. Спорт с ракетками
  - 10.2.1. Наиболее частые травмы
  - 10.2.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.2.3. Преимущества и цели
  - 10.2.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.3. Баскетбол
  - 10.3.1. Наиболее частые травмы
  - 10.3.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.3.3. Преимущества и цели
  - 10.3.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.4. Гандбол
  - 10.4.1. Наиболее частые травмы
  - 10.4.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.4.3. Преимущества и цели
  - 10.4.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.5. Гольф
  - 10.5.1. Наиболее частые травмы
  - 10.5.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.5.3. Преимущества и цели
  - 10.5.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.6. Плавание
  - 10.6.1. Наиболее частые травмы
  - 10.6.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.6.3. Преимущества и цели
  - 10.6.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.7. Легкая атлетика
  - 10.7.1. Наиболее частые травмы
  - 10.7.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.7.3. Преимущества и цели
  - 10.7.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.8. Танцы и исполнительское искусство
  - 10.8.1. Наиболее частые травмы
  - 10.8.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.8.3. Преимущества и цели
  - 10.8.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.9. Хоккей на коньках
  - 10.9.1. Наиболее частые травмы
  - 10.9.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.9.3. Преимущества и цели
  - 10.9.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами
- 10.10. Регби
  - 10.10.1. Наиболее частые травмы
  - 10.10.2. Пилатес как лечение и профилактика
  - 10.10.3. Преимущества и цели
  - 10.10.4. Пример с элитными спортсменами-женщинами



*Программа, разработанная для ознакомления с наиболее эффективными упражнениями пилатеса для пациентов с травмами спины и позвоночника"*

06

# 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

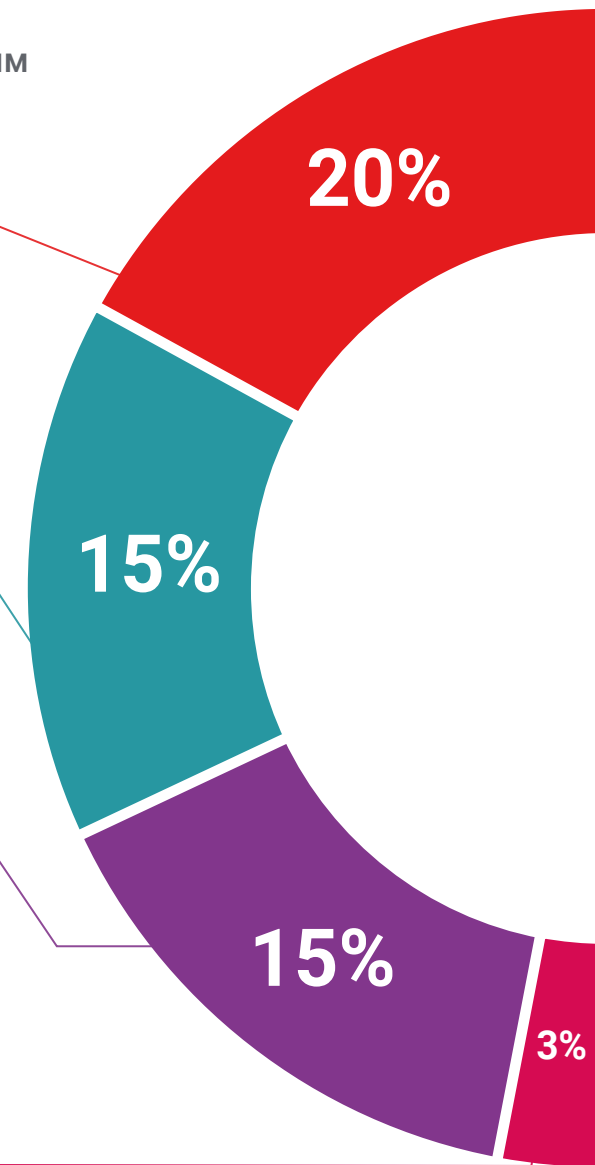
Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

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

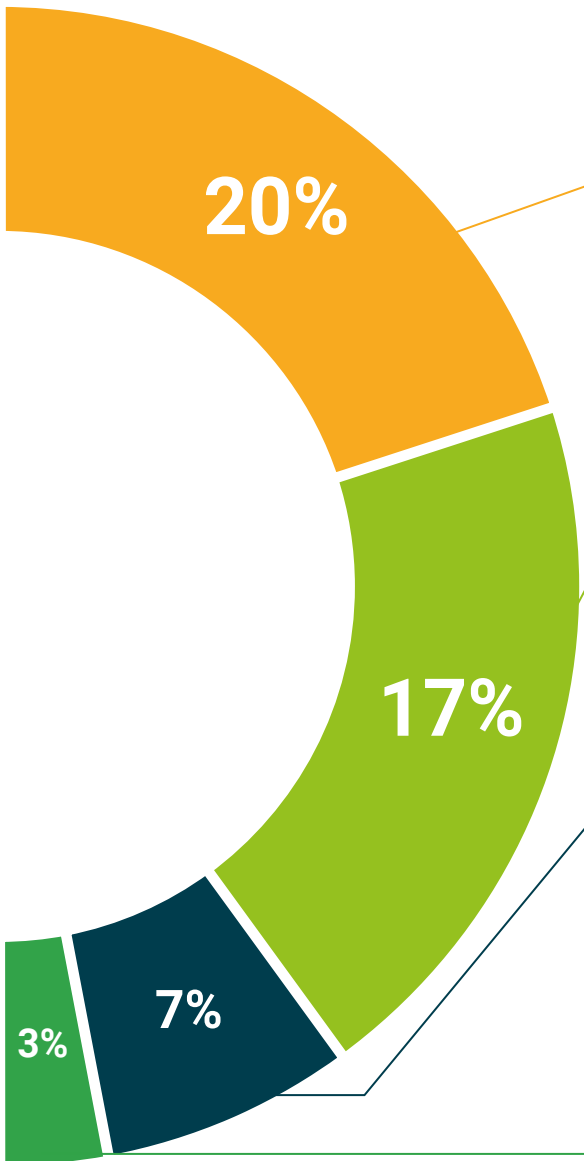


#### Дополнительная литература

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

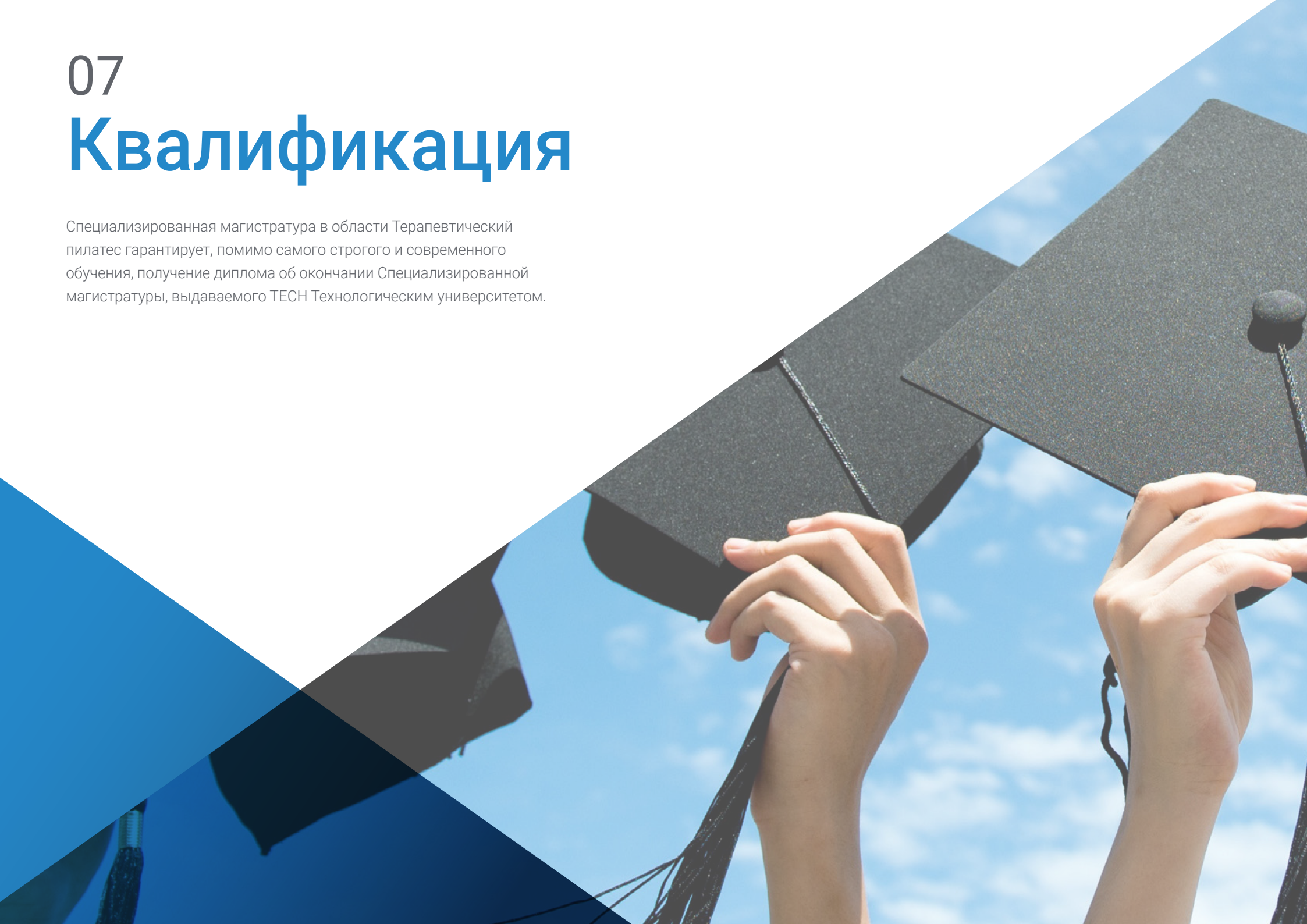
TECH предлагает наиболее актуальное содержание курса в виде рабочих листов или кратких руководств к действию. Обобщенный, практичный и эффективный способ помочь вам продвинуться в обучении.



07

# Квалификация

Специализированная магистратура в области Терапевтический пилатес гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома об окончании Специализированной магистратуры, выдаваемого TESH Технологическим университетом.



“

*Успешно пройдите эту программу и получите университетский диплом без хлопот с поездками и оформлением документов”*

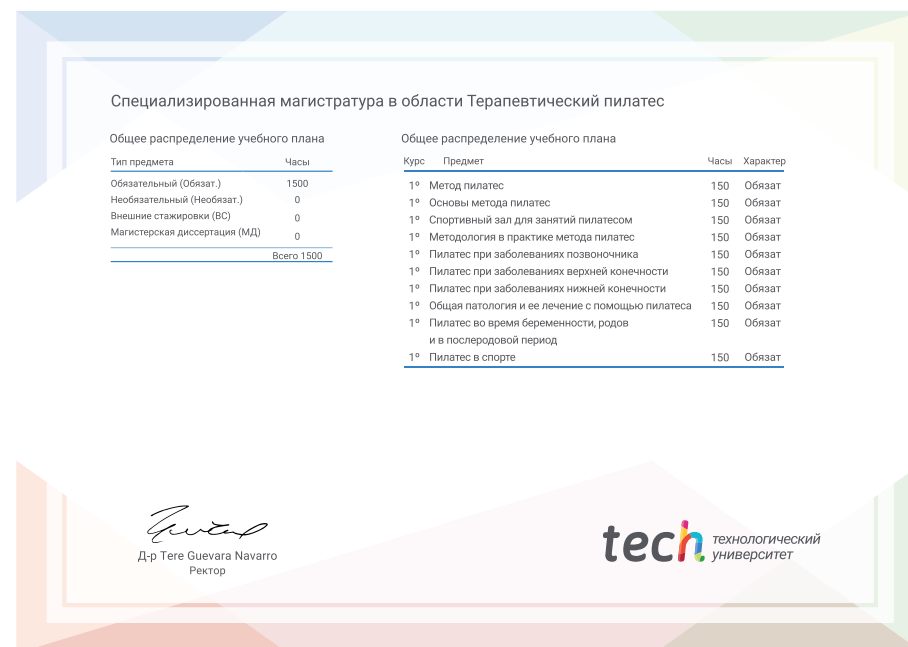
Данная **Специализированная магистратура в области Терапевтический пилатес** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте\* с подтверждением получения соответствующий диплом **Специализированной магистратуры**, выданный **ТЕСН Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **ТЕСН Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную в Специализированной магистратуре, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Специализированная магистратура в области Терапевтический пилатес**

Количество учебных часов: **1500 часов**



\*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 Инновации

Знания Настоящее качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

**tech** технологический  
университет

**Специализированная  
магистратура**

Терапевтический пилатес

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 12 месяцев
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

# Специализированная магистратура Терапевтический пилатес