

大学课程

护理地面体位的生物力学及支持适应技术





大学课程

护理地面体位的生物力学及支持适应技术

- » 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/nursing/postgraduate-certificate/biomechanics-floor-asanas-supported-adaptations-nursing

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

研究表明,练习瑜伽可以显著改善肌肉疼痛、肌肉骨骼疾病或怀孕期间患者的生活质量。然而,为了正确的治疗应用,护理专业人员必须掌握生物力学和该学科中使用的不同要素。因此,那些希望将瑜伽融入练习的专业人士必须拥有有关地板体式、所使用的支撑物以及相应的生物力学研究的最新且严格的信息。为了满足这一需求,TECH 创建了在线学位,提供有关该主题的最新、完整的内容。



“

这个学位将使你掌握关于地面体位生物力学和瑜伽中使用的支持技术的最新更新”

练习瑜伽使许多患者能够纠正身体姿势,降低受伤风险并增加灵活性。正是由于这个原因,护理领域的许多专业人士对这种治疗方法越来越感兴趣,并将其与传统方法相结合或结合。

在实施瑜伽治疗时,了解地面体位的相关知识、参与其中的生物力学以及使这项技术成为治疗骨骼肌肉疾病等病症常用的因素是非常必要的。

与此相一致,我们设计了一个独特的计划,由该领域公认的专业人士设计,专门研究地板体式生物力学和支撑适应的所有技术。这样,参与的专业人士就可以扩展他们的知识,并利用已被研究证明的技术来补充他们的工作,这些技术有助于在身体和精神层面上保持更健康的习惯。

通过在线方式,专业人士可以轻松适应并正常开展日常活动,并且由于不需要固定的时间表,因此可以随时随地轻松获取学术材料。此外,该项目采用创新的 Relearning 方法论,通过整个课程不断重复核心概念,并通过多种视听支持呈现这些概念。这样,毕业生将能够以有效、渐进和自然的方式整合知识。

这个**护理地面体位的生物力学及支持适应技术大学课程**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
- 特别强调创新方法论
- 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- 可以在任何连接互联网的固定或便携设备上访问课程内容

“

深入学习地面体位及其在瑜伽治疗中的支持适应技术的生物力学”

“

您将访问一个充满高价值材料的图书馆, 此外, 您还可以随时随地下载和查阅它们”

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。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容, 专业人士将能够进行情境化学习, 即通过模拟环境进行沉浸式培训, 以应对真实情况。

该计划设计以问题导向的学习为中心, 专业人士将在整个学年中尝试解决各种实践情况。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。

通过 TECH, 您将拥有当前恢复体式生物力学领域学术界最前卫的视听材料。

您将深入研究瑜伽作为纠正身体姿势、减少受伤风险和增加灵活性的方法。



02 目标

为了致力于提供精英教育，TECH 开发了一个项目，旨在为护理人员提供有关土壤生物力学的详细信息。通过这种方式，他们将深入研究恢复体式的应用，确定支持的类型以及如何使用它们。因此，只需 6 周的在线培训，他们就能够将最先进的生物力学工具应用到他们的专业实践中。



“

更新您在主席体式生物力学方面的技能,并立即将其融入您的专业实践中”



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, 深入学习最合适的体式
- ◆ 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

“

这门大学课程是您掌握
结束体式的生物力学基
础知识所需的一切”





具体目标

- ◆ 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



03 课程管理

为了组建该大学课程的教学团队,TECH 考虑了候选人的学术简历以及他们丰富的工作经验。因此,毕业生将能够利用他/她的职业生涯以及当前背景下的实践来更新他/她的实践,并为顶级临床服务纳入新的创新策略。所有这一切,都在短短 150 小时的最佳教育内容中完成,而且完全在线。





“

注册并了解由治疗瑜伽领域最有经验的专业人士设计的教学大纲, 了解最新信息”

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
- ◆ Air Core 方法 (将 TRX 和功能性训练与瑜伽相结合的课程) 的创始人
- ◆ 瑜伽治疗培训师
- ◆ 马德里自治大学生物科学学士
- ◆ 教师课程: 阿斯汤加渐进瑜伽、FisiomYoga、筋膜瑜伽和瑜伽与癌症
- ◆ 普拉提地板普拉提教练课程
- ◆ 植物疗法和营养学课程
- ◆ 冥想教师课程



教师

Villalba, Vanessa 女士

- ◆ Gimnasios Villalba 教员
- ◆ 塞维利亚欧洲瑜伽学院 (IEY) 流瑜伽和 力量瑜伽 导师
- ◆ 空中瑜伽教练, 塞维利亚
- ◆ 塞维利亚国际青年学院综合瑜伽教练
- ◆ 韦尔瓦 IEY 的身体智能 TM 瑜伽等级课程
- ◆ 塞维利亚国际青年学院孕妇和产后瑜伽教练
- ◆ Nidra 瑜伽、瑜伽疗法和 萨满瑜伽导师
- ◆ FEDA 基础普拉提教练
- ◆ 带器械的地板普拉提教练
- ◆ FEDA 健身与私人教练高级技师
- ◆ 西班牙纺纱联合会的纺纱 入门 I 级教员
- ◆ 有氧健身协会 哑铃力量 教练
- ◆ 脊骨按摩与治疗高级学校脊骨按摩师
- ◆ 塞维利亚 PRAXIS 淋巴排毒培训

04

结构和内容

该课程的课程由治疗瑜伽领域的著名专家设计。通过这种方式, 护理人员将深入研究主要的地板体式及其好处, 以及该技术可用的变体。此外, 还将详细介绍不同的弯曲位置。还包括使用瑜伽块、腰带和椅子作为不同体式支撑的部分。因此, 学生将学习适应和修改技术, 以适应患者的不同需求和能力。



“

这里有一支备受尊敬的教师团队，他们教授最前沿的内容，并采用TECH的高效 Relearning 方法论”

模块 1. 主要地板式体式及配合支撑的调整说明

- 1.1. 主楼体式
 - 1.1.1. MarjaryAsanas- BitilAsanas
 - 1.1.2. 益处
 - 1.1.3. 变体
 - 1.1.4. DandAsanas
- 1.2. 仰卧俯卧撑
 - 1.2.1. PaschimottanAsanas
 - 1.2.2. Janu sirsAsanas
 - 1.2.3. Trianga Mukhaikapada PaschimottanAsanas
 - 1.2.4. KurmAsanas
- 1.3. 侧向扭转和倾斜
 - 1.3.1. Ardha MatsyendrAsanas
 - 1.3.2. VagrAsanas
 - 1.3.3. BharadvajAsanas
 - 1.3.4. Parivrita janu sirsAsanas
- 1.4. 结束体式
 - 1.4.1. BalAsanas
 - 1.4.2. Supta Badha KonAsanas
 - 1.4.3. Ananda BalAsanas
 - 1.4.4. Jathara ParivartanAsanas A 和 B
- 1.5. 倒置
 - 1.5.1. 益处
 - 1.5.2. 禁忌症
 - 1.5.3. Viparita Karani
 - 1.5.4. SarvangAsanas
- 1.6. 块状物
 - 1.6.1. 它们是什么, 如何使用?
 - 1.6.2. 站立体式变式
 - 1.6.3. 坐姿和仰卧体式变体
 - 1.6.4. 结束体式和恢复体式变体





- 1.7. 皮带
 - 1.7.1. 它们是什么, 如何使用?
 - 1.7.2. 站立体式变式
 - 1.7.3. 坐姿和仰卧体式变体
 - 1.7.4. 结束体式和恢复体式变体
- 1.8. 椅子上的体式
 - 1.8.1. 是什么?
 - 1.8.2. 益处
 - 1.8.3. 在椅子上向太阳致敬
 - 1.8.4. 椅子上的体式
- 1.9. 椅子瑜伽
 - 1.9.1. 俯卧撑
 - 1.9.2. 扩展
 - 1.9.3. 扭转和倾斜
 - 1.9.4. 倒置
- 1.10. 恢复体式
 - 1.10.1. 何时使用
 - 1.10.2. 坐姿和前俯卧撑
 - 1.10.3. 背部弯曲
 - 1.10.4. 倒立和仰卧

“

一个为您提供最新的
地板体式生物力学
的在线程序”

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护理学院,我们使用案例法

在具体特定情况下,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。护士们随着时间的推移,学习得更好,更快,更持久。

在TECH,护士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,试图重现护理实践中的实际问题。

“

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. 遵循这种方法的护士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. 学习内容牢固地嵌入到实践技能中, 使护理专业人员能够在医院或初级护理环境中更好地整合知识。
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。



护士将通过真实的案例并在模拟学习中解决复杂情况来学习。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175000名护士,取得了空前的成功在所有的专业实践领域都是如此。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大学项目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。



护理技术和程序的视频

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前的护理技术的最前沿。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的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,你可以随心所欲地观看它们。



互动式总结

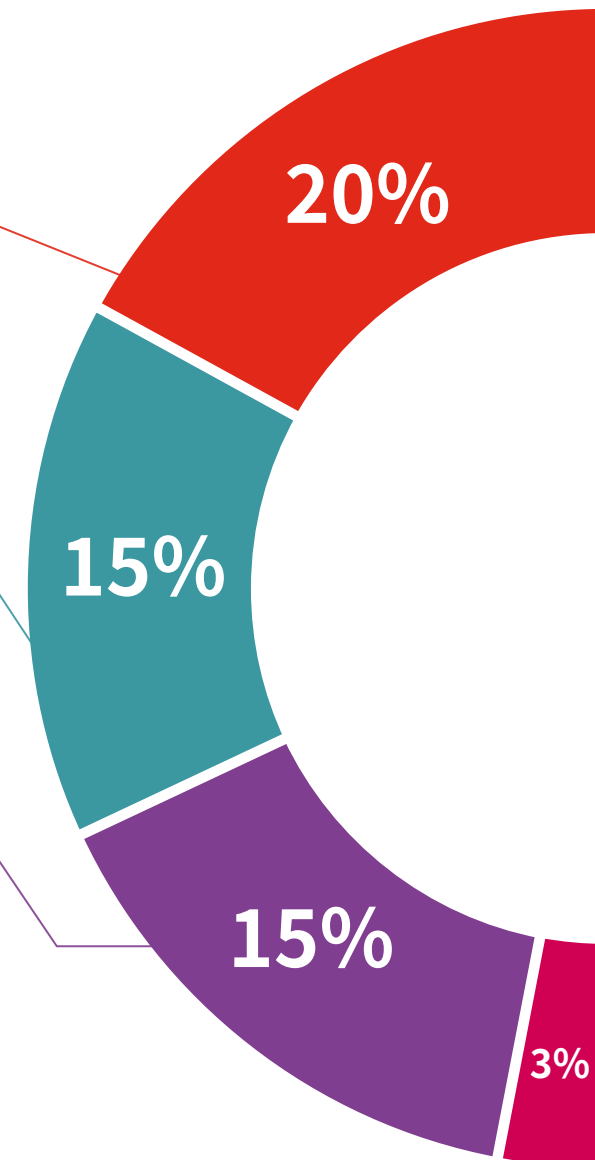
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

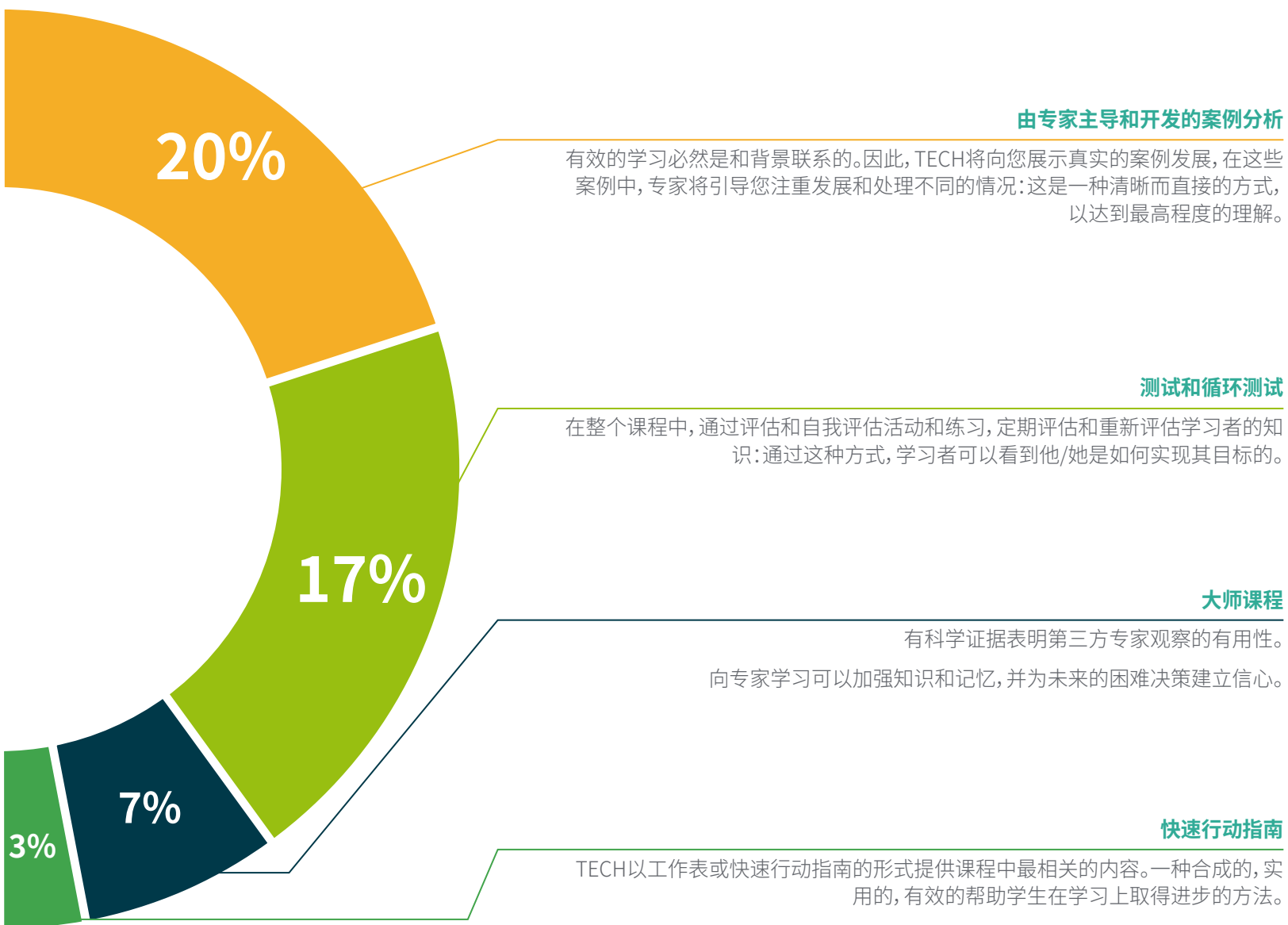
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



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。





06 学位

护理地面体位的生物力学及支持适应技术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**护理地面体位的生物力学及支持适应技术大学课程**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: **护理地面体位的生物力学及支持适应技术大学课程**

模式: **在线**

时长: **6周**



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 培 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
护理地面体位的生物力学及支持适应技术

- » 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

护理地面体位的生物力学及支持适应技术

