

大学课程

护士运动系统的结构





**tech** 科学技术大学

## 大学课程 护士运动系统的结构

- » 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.techitute.com/cn/nursing/postgraduate-certificate/structure-locomotor-system-nursing](http://www.techitute.com/cn/nursing/postgraduate-certificate/structure-locomotor-system-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

长期练习瑜伽会对灵活性、肌肉强化和整体运动系统产生影响，有助于减少患者关节和肌肉的僵硬和疾病。这就是为什么护理专业人员必须识别每个结构中的常见损伤，并知道如何应用不同的技术来预防损伤以及如何使肌肉骨骼系统适应身体活动和训练。为了实现这一目标，TECH 提供 100% 在线教育计划，其中包括关于运动系统及其对瑜伽影响的高级教学大纲。鉴于其形式，它每天 24 小时开放，无需面对面课程或预先制定的时间表。



“

从治疗瑜伽的角度,使用最好的多媒体材料更深入地了解肌肉骨骼系统的结构”

由于瑜伽的多种好处,世界各地有数百万人开始练习瑜伽,可以显着提高身体表现。体能训练可以增强肌肉、改善姿势和活动能力,这对于那些患有肌肉骨骼疾病的人来说是理想的选择。

从这个意义上说,治疗瑜伽是针对不同运动疾病患者的理想治疗工具。然而,必须深入了解它,以便能够将其与传统医学治疗相结合,特别是在作为护士提供帮助时。因此,TECH 创建了一项学术提案,为护理专业人员提供运动系统结构的完整更新。

这个密集课程让学生深入学习解剖学、骨骼肌肉系统之间的关系,以及预防如韧带损伤等问题,特别关注瑜伽治疗实践中的应用。学习过程通过创新的多媒体资料 and 专业的阅读材料进行,由一支学科专家团队提供支持。

此外,该大学课程拥有一位在瑜伽领域享有盛誉的国际老师。通过一系列大师班,他将就治疗性瑜伽对运动系统的影响提供独特的视野和独特的视角。

为此,该机构设计了该方案,以满足护士的实际需求,通过灵活舒适的方案寻求不断更新。要参加这个大学课程,毕业生只需一台带有互联网连接的数字设备,这样他们可以随时学习课程大纲。这种选择非常适合那些希望将学习与日常繁忙安排协调的人。

这个**护士运动系统的结构大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 课程还包括由运动系统结构专家提出的实际案例分析
- ◆ 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
- ◆ 实践练习,可进行自我评估以改善学习效果其主要特点包括
- ◆ 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



TECH 适应您的议程以及您在机车系统的解剖学和生理学方面的更新需求”

“

这是一个密集的学术计划, 将带您更深入地研究最适合肌肉骨骼系统的瑜伽姿势和动作”

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。

现在报名! 并获得有关护理运动系统结构的最完整的学术材料。

解决您对肌肉骨骼结构和各种治疗方法的所有疑问, 将治疗性瑜伽付诸实践。



# 02 目标

本护士运动系统的结构大学课程旨在为护理专业人员提供骨肌肉系统结构的最新知识，强调肌肉、骨骼和关节系统的解剖结构、功能、各种姿势和运动的探索，以及正确应用治疗瑜伽来治疗影响肌肉骨骼系统的不同病理。







“

让自己了解运动系统的不同损伤  
以及治疗瑜伽的各种治疗方法”



## 总体目标

---

- ◆ 结合运动系统领域的具体知识和技能, 以正确开发和应用治疗技术
- ◆ 根据人的特征及其所受的伤害, 深入研究最合适的治疗方法
- ◆ 深入研究生物力学及其在运动系统治疗中的应用
- ◆ 深入研究肌肉骨骼结构的神经生理学基础





## 具体目标

- ◆ 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

“

深入研究肌肉骨骼  
结构的神经生理学”

# 03 课程管理

TECH 为该大学课程汇集了 在骨肌肉系统生物科学和瑜伽领域积累经验的教师。通过这种方式，参加该课程的学生将能够获得由专家准备的教学大纲，这些大纲将为他们提供有关伤害预防以及这种身体活动对运动系统的影响的最新信息。此外，由于教学人员就近，您将能够解决有关本计划中任何主题的任何问题。





“

您将深入研究必要的指南, 通过治疗性瑜伽练习来帮助患者解决运动问题”

## 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





# 04

## 结构和内容

该课程大纲从解剖位置、身体轴和解剖平面开始,讨论人体基本解剖学和生理学的最重要方面。然后,它深入研究肌肉骨骼系统的不同组成部分,包括骨骼、关节和软骨。得益于非常完整的课程、高质量的多媒体材料以及护理专业人士处于临床前沿所需的所有教学资源。





“

即使您完成了该课程,也可以  
下载该大学课程的所有内容,  
例如专业读物和多媒体材料”

## 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

# 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。



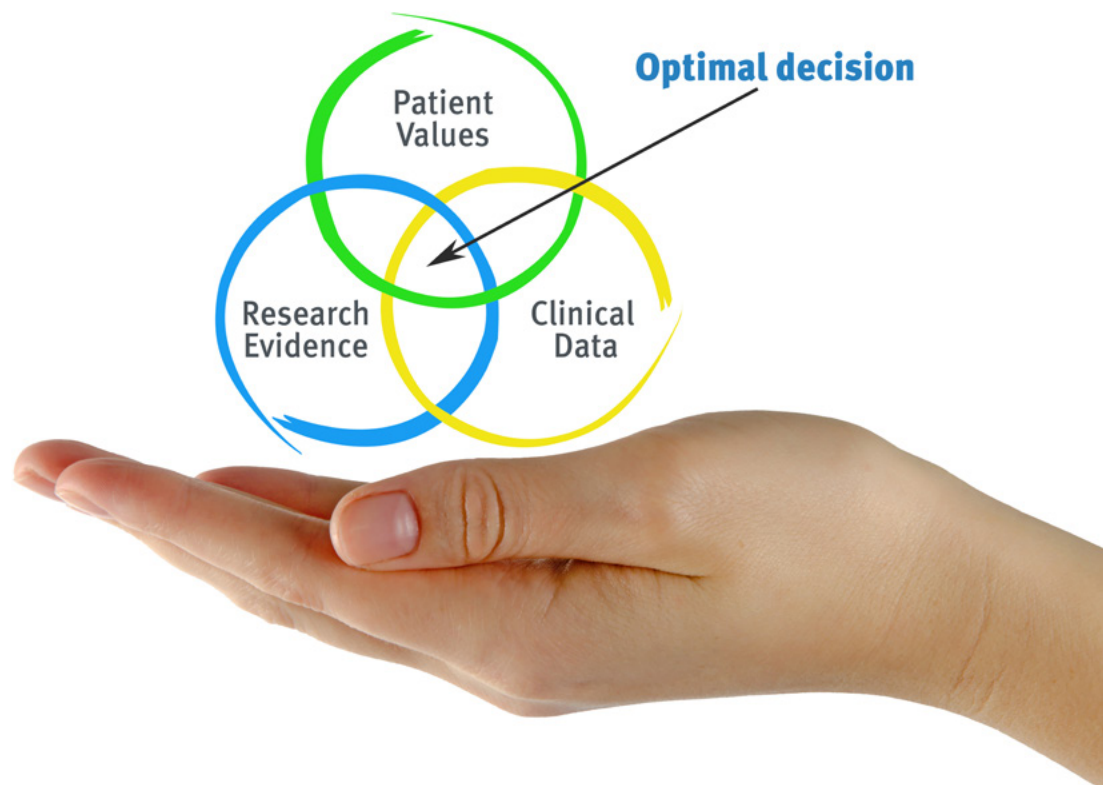
“

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 and 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。

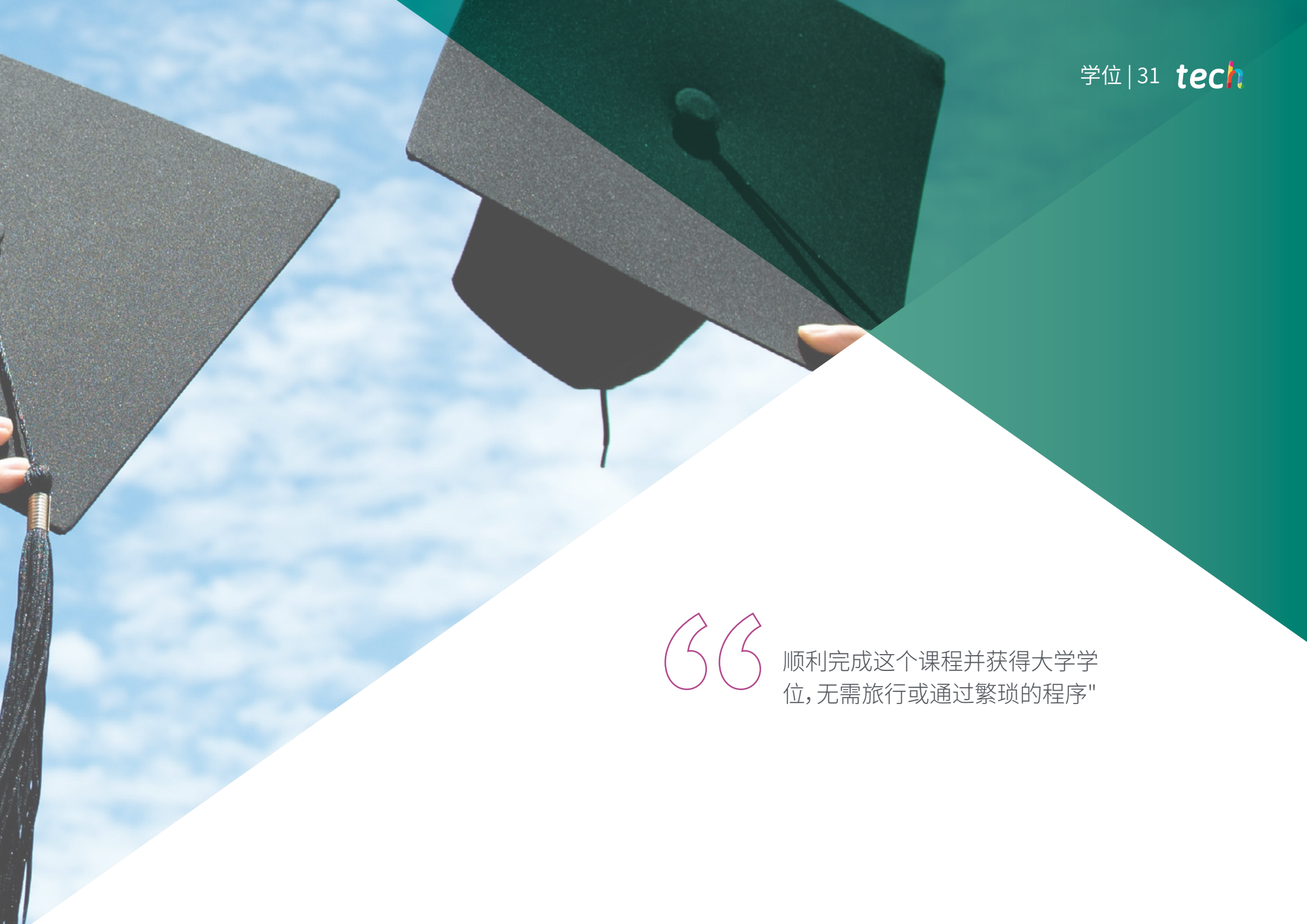




# 06 学位

护士运动系统的结构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**护士运动系统的结构大学课程**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: **护士运动系统的结构大学课程**

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 质量  
网上教室 发展 语言 机构

**tech** 科学技术大学

大学课程  
护士运动系统的结构

- » 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

护士运动系统的结构

