

大学课程

不同进化时期的瑜伽



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

网页链接: www.techtitute.com/cn/physiotherapy/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

人们越来越普遍地推荐瑜伽来治疗各种病症、改善孕妇的健康和其他疾病，以及提供平衡、力量和灵活性等益处。这种做法在治疗领域得到了广泛的接受，导致越来越多的物理治疗专业人员寻求对该学说的更深入了解，作为传统治疗的补充。为此，TECH 设计了100% 在线学位，以理论实践的视角，让学生了解该学科的最新进展及其在人生不同阶段的应用。





“

治疗性瑜伽学位 100% 在线, 持续时间仅为 6 周, 将更新您对该学科的知识”

各种科学研究已经证明, 练习瑜伽可以带来多种健康益处, 特别是对于患有肌肉骨骼疾病、焦虑症、压力或孕妇的患者。此外, 对体式及其变体的调整使得各个年龄段的人都能够练习这项身体活动。

因此, 物理治疗师对这一学科越来越感兴趣, 并将其作为传统治疗的补充疗法。为了提供该学科的更新和完整的培训, TECH 创建了不同进化时期的瑜伽大学课程, 专为那些希望深入研究该学科的技术和好处的专业人士而设计。

该课程由高素质的专家开发, 他们提供有关生命不同阶段 (例如童年、更年期、月经周期以及老年人或残疾人) 瑜伽练习的最先进知识。

该大学课程提供高质量的教材, 以及在瑜伽领域拥有丰富知识的著名国际教练的指导。学生还将获得各种多媒体资源、专业读物和已被证明非常有效的临床案例研究。

该学术提案提供了更新知识的独特机会, 并且可以在任何时间和地点通过可通过任何具有互联网连接的数字设备访问的虚拟平台进行。

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
- ◆ 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
- ◆ 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容



您将扩展您对怀孕阶段适当体式及其健康益处的了解”

“

大学课程将使您能够灵活地调整日程安排,以完成治疗性瑜伽的严格更新过程”

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。

这种方法可以让您在产后阶段了解最合适的建议。

通过快速行动指南,您将拥有正确的视角,以便将瑜伽融入您的日常治疗中。



02 目标

瑜伽姿势的多样性及其不同的适应性使任何年龄段的人都可以使用它们。通过这种方式，它的优势可以扩展到儿童阶段的患者、孕妇或功能和认知受限的人。在这方面，该资格证书专门涵盖了不同发展时期的这一学科，为专业人士提供了仅需 6 周的有效更新。





“

你将在家中舒适的环境中发现, 关于瑜伽实践及其在减轻处于更年期的女性疼痛中的有效性的研究”



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





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

“

感谢纽约综合瑜伽学院教师主任教授的大师班, 您将深入研究治疗性瑜伽”

03 课程管理

由于治疗性瑜伽领域专家的教学和支持,包括国际知名专家的参与,该资格将为专业物理治疗师的课程带来附加值。通过这种方式,它是最全面的课程之一,将确保高质量的专业更新,并使學生能够有效地深化学科,并将其应用于整个培训周期的不同阶段。





“

本课程将使您了解通过瑜伽练习治疗自闭症患者方面最显着的进展的最新情况”

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

Bermejo Busto, Aránzazu 女士

- ◆ 与路易斯·戈德堡一起翻译自闭症和特殊需要儿童瑜伽模块
- ◆ 在线瑜伽老师培训特辑
- ◆ 西班牙瑜伽特别协会、Empresa Enseñanzas Modernas、Om Shree Om 学校、SatNam 中心、Cercedilla 体育中心等的合作者和瑜伽教练
- ◆ 瑜伽、冥想老师和健康课程协调员
- ◆ 通过呼吸协会为残疾和特殊需要的儿童提供单独的瑜伽课程
- ◆ 印度瑜伽之旅的组织者和创始人
- ◆ 亚穆纳德瓦中心前主任
- ◆ 亚穆纳德瓦中心的格式塔和系统治疗师
- ◆ IRC 意识呼吸硕士
- ◆ 与 Nada 瑜伽巴西学校合作的 Nada 瑜伽课程, 与瑞诗凯诗 Nada 瑜伽学校合作
- ◆ 游戏疗法方法课程, Playmobil 的治疗陪伴
- ◆ 佛罗里达州迪尔菲尔德海滩瑜伽中心的 Louise Goldberg 开设的在线瑜伽课程

“

借此机会了解这个领域的最新发展, 并将其应用到你的日常工作中”

04 结构和内容

这个学术之旅包括由专门从事治疗瑜伽的老师准备的学习计划。这些教师在该学科方面的丰富经验反映在课程中, 为学生提供了人类发展不同阶段的体育实践的完整更新。为了方便获取专业读物或交互式摘要, 虚拟图书馆全天 24 小时开放。





“

借助 TECH 使用的 Relearning 系统, 您将减少长时间的学习和记忆”

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. 作为一个班级
 - 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. 妊娠头三个月的体位法
 - 1.5.3. 第二孕期体位法
 - 1.5.4. 怀孕三个月的体位法
- 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

“

您将拥有更新专业技能所需的灵活性,同时保持工作和个人责任”

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。





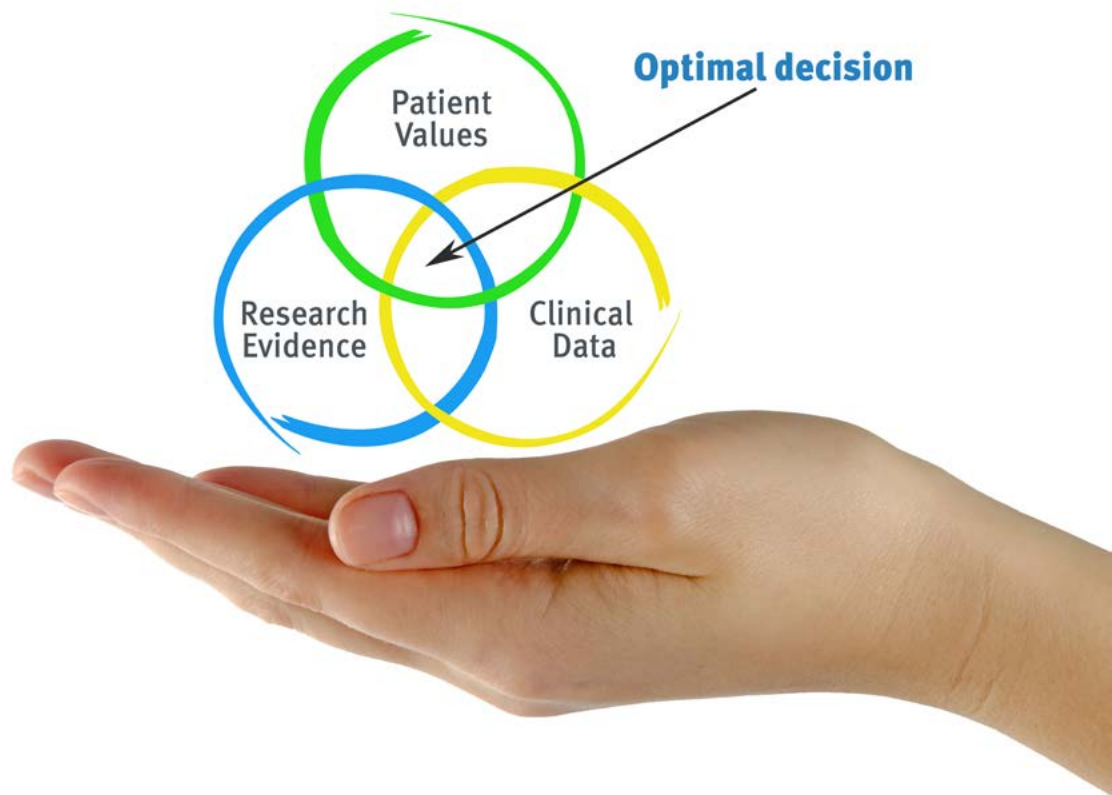
“

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。物理治疗师/运动学家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Gérvas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, 努力再现物理治疗专业实践中的真实状况。

“

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. 遵循这种方法的物理治疗师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. 学习内容扎实地转化为实践技能, 使物理治疗师/运动学家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。



物理治疗师/运动学家将通过真实案例和在模拟学习环境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。

这种方法已经培训了超过65,000名物理治疗师/运动学家,在所有的临床专业领域取得了前所未有的成功,在所有的作业/实践中都是如此。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。



物理治疗技术和程序的视频

TECH将最新的技术和最新的教育进展带到了当前物理治疗/运动学技术和程序的最前沿。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。

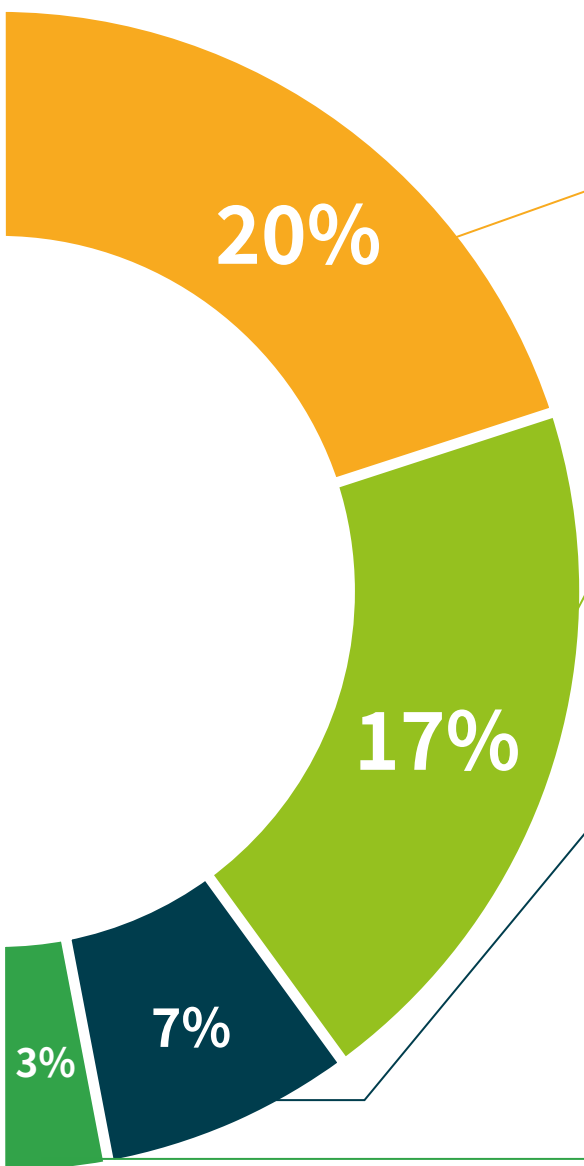
这个用于展示多媒体内容的独特系统被微软授予“欧洲成功案例”。



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有用性。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

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
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

