

专科文凭

损伤恢复和重新适应的练习和技术

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学



大学课程

损伤恢复和重新适应的练习和技术

- » 模式:在线
- » 时长: 6个月
- » 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-diploma/postgraduate-diploma-exercises-techniques-injury-recovery-readaptation

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

20

05

方法

24

06

学位

32

01 介绍

建议为受伤运动员的功能恢复进行一些体育锻炼。因此，他们的知识对于那些致力于运动理疗的专业人员来说至关重要，因为这些知识对于改善这些中心使用者的健康状况、使他们迅速康复并重新适应运动实践非常有用。





“

在 TECH, 我们为你开设了这门大学课程, 使你能够更好地制定必要的运动计划, 帮助受伤运动员恢复功能”

功能恢复的主要目的是通过三维动作训练受伤、受伤或功能障碍的主体,为身体重新融入日常活动做好准备。因此,对于从事体育领域专业工作的理疗师来说,了解最精确的运动损伤康复训练方法非常重要。此外,这些专业人员必须不断更新知识,以跟上该领域的主要发展,这一点非常重要。

从这个意义上讲,该课程将展示功能康复的内容、本体感觉机制是如何产生的,以及关节感受器和神经肌肉层面的控制能力。此外,还将讨论中枢神经系统的特点及其如何干预运动控制,以及治疗性普拉提作为一种技术,在背痛、颈椎痛、多发性硬化症、关节炎、腕关节、肩关节和膝关节假体植入后、肩袖恢复、关节镜手术后、扭伤、脊柱侧弯、撞击、中风、帕金森病等病例中改善和发展功能能力。

另一方面,应该指出的是,摄入充足和适量的营养物质将决定健康状况的好坏,从而决定机体再生能力的强弱。因此,必须掌握足够的营养知识,才能更好地为运动员提供建议。

此外,在 NBA 中享有盛誉的国际讲师的加入也将丰富大学课程。学生将有机会向知名专家学习,获得如何规划运动和运动损伤恢复技术的第一手知识。这一举措将使学生们对体育世界有更广阔的视野,并掌握实用技能,从而在各自的领域取得优异成绩。

这个课程的主要优势之一是,由于它是在线专家课程,学生不受固定时间安排的限制,也不需要转移到另一个实际地点,而是可以在一天中的任何时间获取内容,在工作或个人生活与学习生活之间取得平衡。

这个**损伤恢复和重新适应的练习和技术专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- 由运动康复专家提出的大量案例研究的发展
- 它所构思的图形化、示意图和突出的实用内容,收集了专业实践中不可或缺的信息
- 可以进行自我评估过程的练习,以推进学习
- 基于算法的互动学习系统对所进行决策
- 其特别强调运动康复的创新方法
- 理论讲座、专家提问、争议问题论坛和个人思考工作
- 可以通过任何固定或便携式的互联网连接设备访问这些内容



拓宽知识面,学习国际知名讲师的经验 技术 恢复和康复技术"

“

这个专科文凭课程是你选择进修课程的最佳投资,原因有二:除了更新你的运动康复知识外,你还将获得运动康复学位:TECH”

教学人员包括来自建筑领域的专业人士,他们将自己的工作经验带到了这个专业化中,还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

其多媒体内容采用最新教育科技开发,将使专业人员在情景式学习环境中学习,即模拟环境,提供身临其境的培训程序,在真实情况下进行培训。

这个课程的设计重点是基于问题的学习,通过这种方式,物理治疗师必须尝试解决整个学年出现的不同专业实践情况。为了做到这一点,专业人员将得到一个创新的互动视频系统的协助,这个系统由公认的运动损伤康复专家为医生创建,具有丰富的经验。

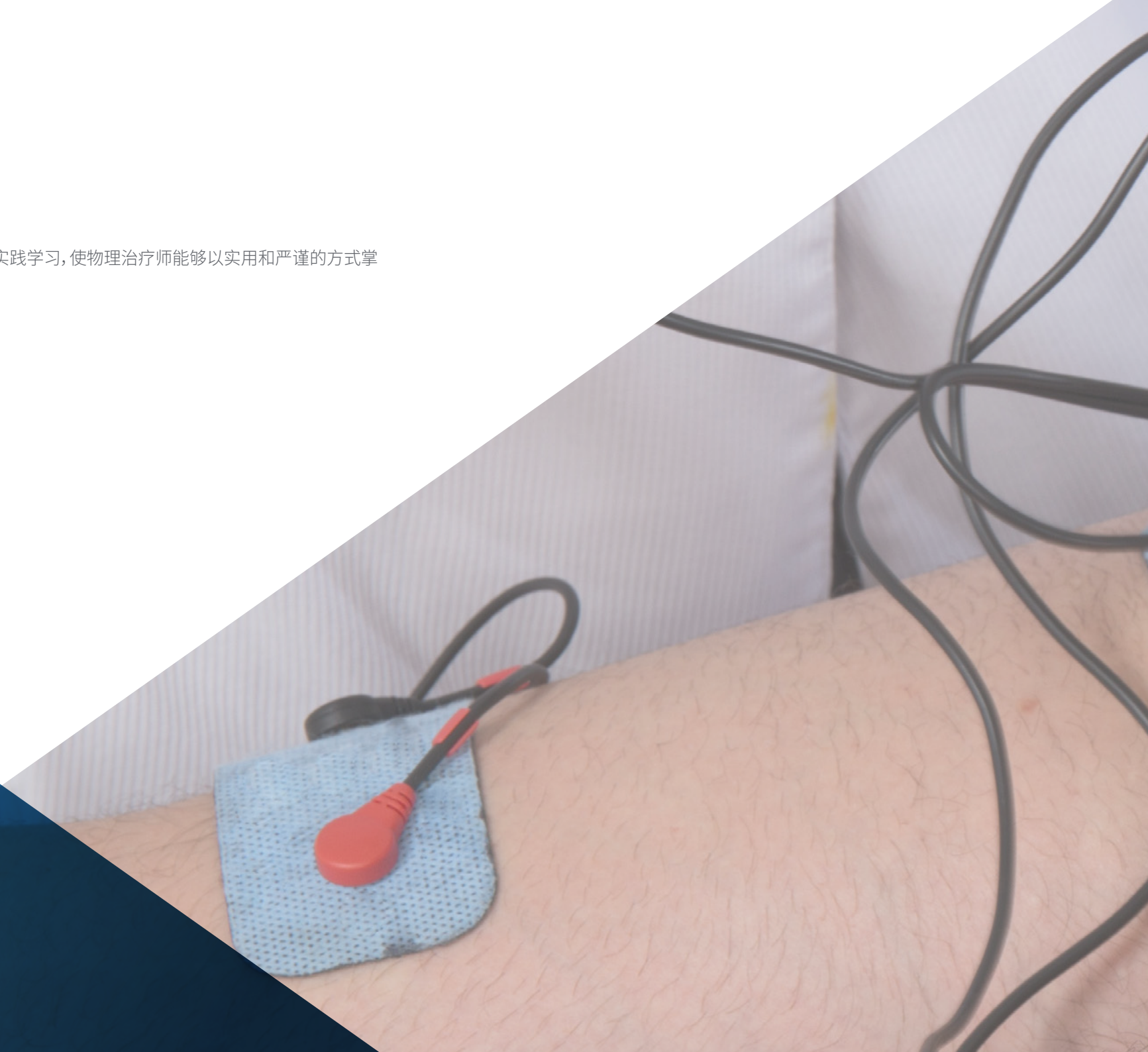
专科文凭可以在模拟环境中进行培训,提供身临其境的学习程序,针对真实情况进行培训。

这个100%在线的专科文凭将允许你将你的学习与你的专业工作相结合,同时增加你在这个领域的知识。



02 目标

这个课程的主要目标是发展理论和实践学习,使物理治疗师能够以实用和严谨的方式掌握运动康复。





“

我们的目标是达到学术上的卓越，
并帮助你们也实现这一目标“不要再考虑了，到我们这里来报名吧”



总体目标

- ◆ 获得运动康复、伤害预防和功能恢复方面的专业知识
- ◆ 从身体、功能和生物力学状况的角度评估运动员, 以便发现阻碍恢复或有利于伤病复发的方面
- ◆ 既要设计具体的康复和恢复工作也要设计全面的个性化工作获得运动康复、伤害预防和功能恢复方面的专业知识
- ◆ 掌握在整个人口中发病率最高的运动器官病症的专业技术
- ◆ 能够计划预防、康复和功能康复方案
- ◆ 深入了解当今男女运动员最常遭受的不同类型伤害的特点
- ◆ 评估受试者的营养需求, 并拟定有利于康复过程的建议营养和营养的补充剂
- ◆ 评估和控制运动员或使用者受伤后的恢复和/或康复的演变过程
- ◆ 掌握运动康复、预防和恢复方面的技能和能力
- ◆ 从解剖学的角度来区分人体的不同部分和结构
- ◆ 改善受伤运动员的身体状况, 作为整体工作的一部分, 目的是在受伤后实现更大和更有效的恢复
- ◆ 使用教练技术, 使受伤的运动员或对象的一般心理问题得到解决, 并有利于从个人训练工作中获得有效的方法
- ◆ 了解市场营销是康复、预防和功能恢复领域个人培训成功的关键工具





具体目标

模块 1.运动损伤的康复锻炼

- 将运动和体育活动确立为改善健康的战略
- 根据个性化培训的规划,对不同类型的练习进行分类
- 根据需要重新训练的肌肉或肌肉群,区分不同类型的具体身体练习
- 管理应用于治疗体育实践中产生的伤害的不同技术
- 在重新适应和恢复的整个过程中使用这个体感觉再教育,以及降低损伤复发的发生率
- 规划和设计具有预防作用的具体方案和协议
- 在功能康复和恢复过程中,管理不同类型的运动和基这个的运动实践作为辅助手段

模块 2.锻炼促进功能恢复

- 分析功能训练和高级康复所提供的不同可能性
- 将普拉提方法作为一个整体系统应用于功能恢复中的运动器官的康复
- 为运动器械的不同区域规划具体的普拉提练习和方案,包括使用和不使用器械

模块 3.营养促进功能康复和恢复

- 将整体营养的概念作为功能康复和恢复过程中的一个关键因素
- 区分宏量营养素和微量营养素的不同结构和特性
- 在康复过程中优先考虑水的摄入和水合的重要性
- 分析不同类型的植物化学物质及其在改善健康状况和机体再生方面的重要作用

03 课程管理

我们的教学团队是运动康复方面的专家,在业内享有广泛声誉,他们都是拥有多年教学经验的专业人士,共同帮助你提升专业水平。为此,他们根据这个领域的最新进展开发了这个专家,使你能够在这个领域接受培训并提高技能。



“

向最好的专业人士学习,自己也成为一名成功的专业人士”

国际客座董事

查尔斯-洛夫蒂斯博士是一位著名的专家,他是一名运动表现治疗师的波特兰开拓者队的运动表现治疗师。他对世界顶级篮球联赛产生了重大影响,在制定力量和体能训练计划方面带来了杰出的专业知识。

在加入开拓者队之前,他曾担任爱荷华森林狼队的力量与体能训练总教练,负责实施和监督综合球员计划的发展。

事实上,他在运动表现领域的经验始于 XCEL Performance and Fitness 公司的成立,他是该公司的创始人兼总教练。在那里,查尔斯-洛夫蒂斯博士为众多运动员制定力量和体能训练计划,并从事运动损伤的预防和康复工作。

他在化学和生物学领域的学术背景使他对运动表现和物理治疗背后的科学有独特的见解。因此,他拥有美国国家力量与调理协会(NSCA)颁发的 CSCS 和 RSCC 称号,这是对他在该领域知识和技能的认可。他还获得了 PES(性能提升专家)、CES(矫正运动专家)和干针疗法的认证。

总之,查尔斯-洛夫蒂斯博士是 NBA 社区的重要成员,他直接从事精英运动员的力量和表现以及各种运动损伤的必要预防和康复工作。



Loftis, Charles 医生

- 爱荷华狼队首席力量与体能教练
- XCEL Performance and Fitness 创始人兼首席教练
- 俄克拉荷马基督教大学男子篮球队首席表演教练
- 美慈医院物理治疗师
- 兰斯顿大学物理治疗博士学位
- 兰斯顿大学化学和生物学学士

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

国际客座董事

Isaiah Covington 是一名技术高超的运动表现教练, 在治疗和解决精英运动员的各种伤病方面拥有丰富的经验。事实上, 他的职业生涯一直朝着 NBA 世界上最重要的体育联盟之一。他是 博尔顿凯尔特人队他是博尔顿凯尔特人队的表演教练, 该队是东部联盟的顶级球队之一, 也是美国最有前途的球队之一。

在如此高要求的联赛中工作, 使他擅长于最大限度地发挥体能和智能 最大限度地发挥 球员的身心潜能。这其中的关键是他过去在金州勇士队和圣克鲁斯勇士队等其他球队的经历。这也使他能够从事运动损伤方面的工作, 重点是运动损伤的预防和康复。预防和康复 的预防和康复。

他的学术兴趣主要集中在运动学、运动科学和高性能运动领域。这使他在 NBA 中表现出色, 与世界上一些最重要的篮球运动员和教练团队朝夕相处。



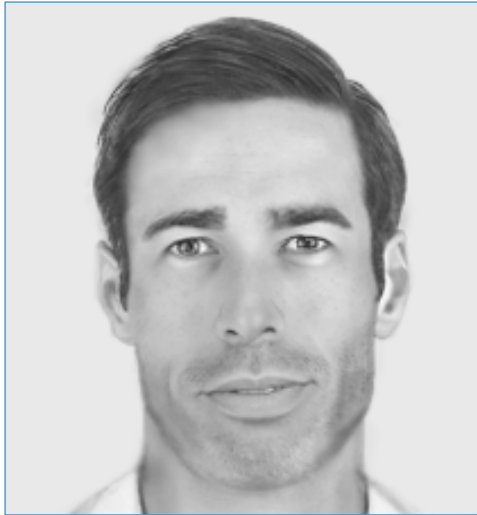
Covington, Isaiah 先生

- 金州勇士队表演教练
- 圣克鲁斯勇士队首席表演教练
- Pacers 体育娱乐公司表演教练
- 特拉华大学运动学和运动科学学士
- 培训管理专业
- 长岛大学运动学和运动科学硕士学位
- 澳大利亚天主教大学高性能运动硕士学位

“

借此机会了解这一领域的最新发展,并将其应用于你的日常实践”

管理人员



González Matarín, Pedro José 医生

- 穆尔西亚卫生教育技术研究员
- 阿尔梅里亚大学讲师兼研究员
- 穆尔西亚卫生部 Activa 计划技术员
- 高性能教练
- 健康科学博士
- 体育教育专业毕业生
- 体育活动和运动中的功能恢复硕士学位
- 再生医学硕士学位
- 体育活动与健康专业的硕士学位
- 营养学和饮食疗法的硕士学位
- 成员: SEEDO 和 AEEM



04 结构和内容

内容结构是由一个专业团队设计的,他们了解日常实践中培训的意义,意识到高质量培训在运动康复领域的相关性,并致力于通过新的教育技术进行高质量的教学。





“

我们拥有市场上最完整和最新的科学方案。我们希望为您提供最好的教育服务”

模块 1. 运动损伤的康复锻炼

- 1.1. 为改善健康而进行的体育活动身体和锻炼
- 1.2. 练习和运动的分类和选择标准
- 1.3. 培训的原则
 - 1.3.1. 生物学原理
 - 1.3.1.1. 职能的统一
 - 1.3.1.2. 多面性
 - 1.3.1.3. 特异性
 - 1.3.1.4. 超载
 - 1.3.1.5. 过度补偿
 - 1.3.1.6. 个人化
 - 1.3.1.7. 连续性
 - 1.3.1.8. 进展情况
 - 1.3.2. 进展情况
 - 1.3.2.1. 转移
 - 1.3.2.2. 效率
 - 1.3.2.3. 自愿刺激
 - 1.3.2.4. 无障碍设施
 - 1.3.2.5. 周期化
- 1.4. 应用于治疗运动损伤的技术
- 1.5. 具体的行动规程
- 1.6. 机体恢复和功能恢复过程的各个阶段
- 1.7. 预防性演习的设计
- 1.8. 按肌肉群进行具体的体育锻炼
- 1.9. 这个体感觉再教育
 - 1.9.1. 这个体感和运动感训练的基础
 - 1.9.2. 损伤的这个体感觉后果
 - 1.9.3. 运动这个体感觉的发展
 - 1.9.4. 这个体感觉训练的材料
 - 1.9.5. 这个体感再教育的阶段性特点
- 1.10. 恢复过程中的体育练习和活动

模块 2. 锻炼促进功能恢复

- 2.1. 功能训练和高级康复
 - 2.1.1. 功能和功能康复
 - 2.1.2. 这个体感觉、受体和神经肌肉控制
 - 2.1.3. 中枢神经系统:运动控制的整合
 - 2.1.4. 治疗性运动处方的原则
 - 2.1.5. 这个体感觉和神经肌肉控制的恢复
 - 2.1.6. 三阶段康复模式
- 2.2. 普拉提促进康复的科学性
- 2.3. 普拉提的原则
- 2.4. 普拉提与康复的结合
- 2.5. 有效实践所需的方法和设备
- 2.6. 颈椎和胸椎
- 2.7. 腰椎
- 2.8. 肩部和臀部
- 2.9. 膝关节
- 2.10. 脚和踝关节

模块 3. 营养促进功能康复和恢复

- 3.1. 综合营养是预防和恢复伤害的关键因素
- 3.2. 碳水化合物
- 3.3. 蛋白质
- 3.4. 脂肪
 - 3.4.1. 饱和的
 - 3.4.2. 不饱和
 - 3.4.2.1. 单不饱和的
 - 3.4.2.2. 多不饱和
- 3.5. 维生素
 - 3.5.1. 水溶性
 - 3.5.2. 脂溶性

- 3.6. 矿物质
 - 3.6.1. 巨型矿物
 - 3.6.2. 微矿物质
- 3.7. 纤维
- 3.8. 水
- 3.9. 植物化学物质
 - 3.9.1. 酚类
 - 3.9.2. 硫醇
 - 3.9.3. 萜烯类化合物
- 3.10. 用于预防和功能恢复的食品补充剂

“一次独特、关键且决定性的培训经验,对推动你的职业发展至关重要”



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。





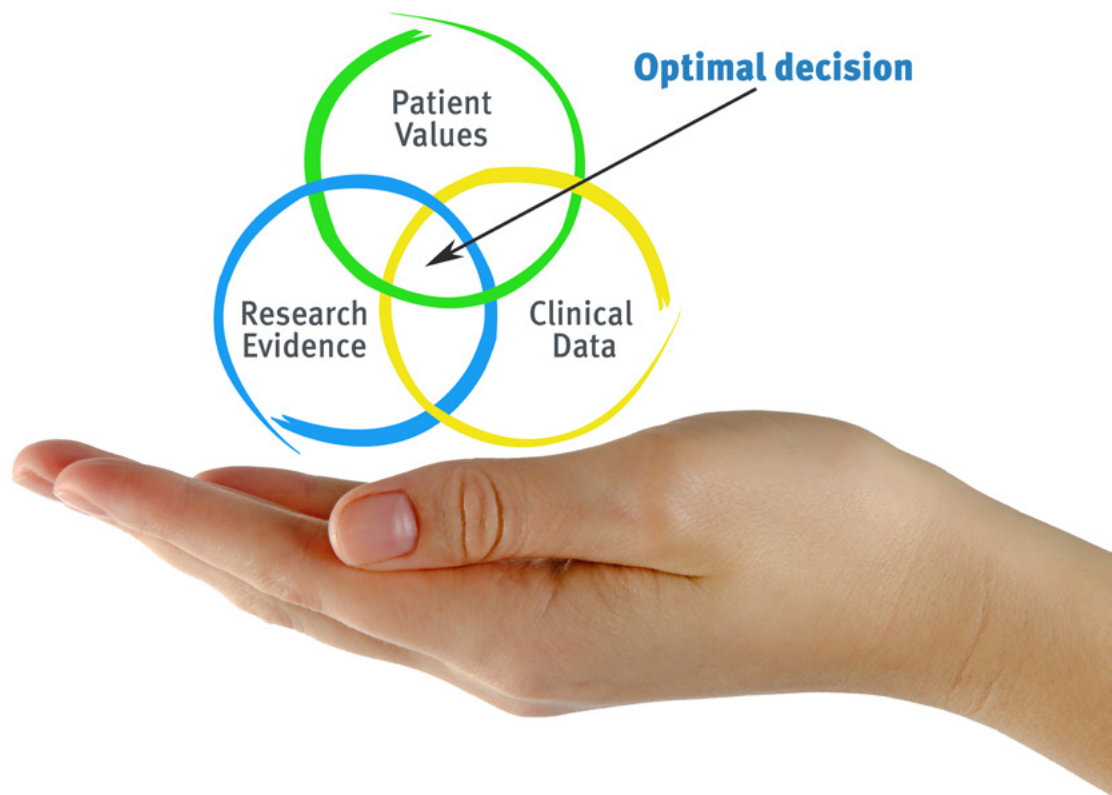
“

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

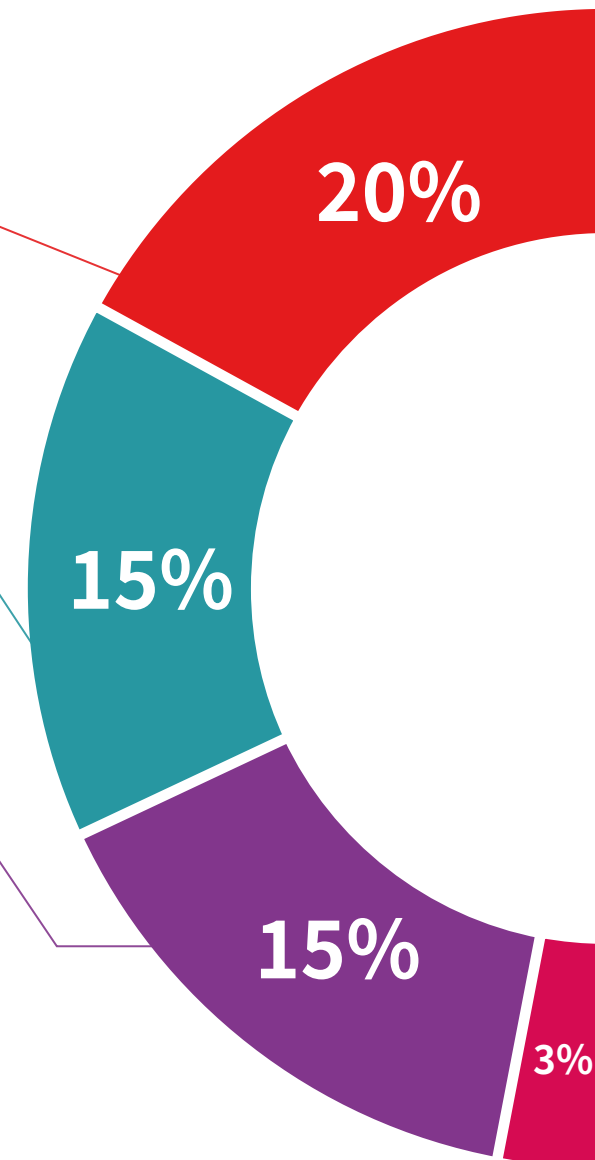
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

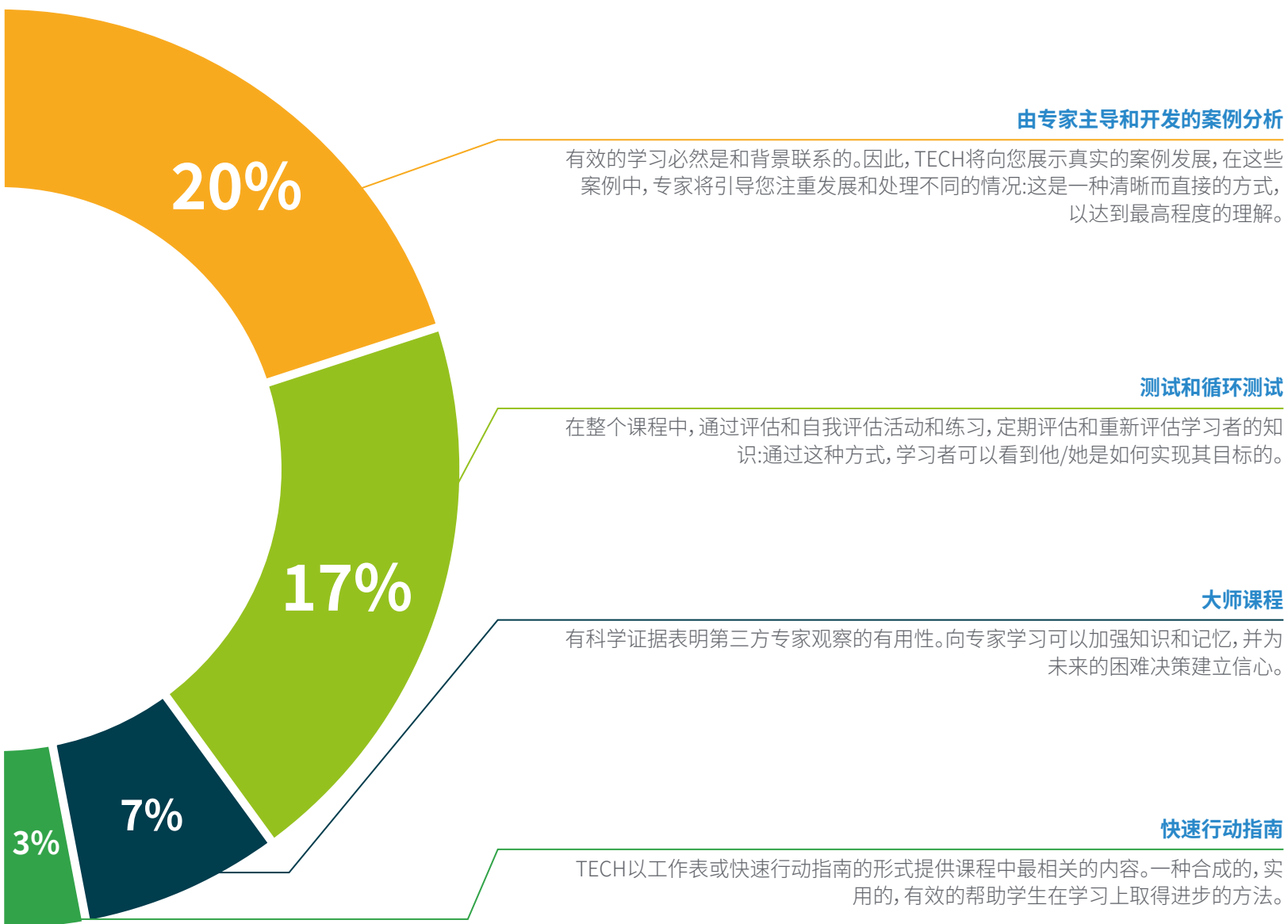
这个用于展示多媒体内容的独特系统被微软授予“欧洲成功案例”。



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。





06 学位

损伤恢复和重新适应的练习和技术专科文凭除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的专科文凭学位证书。



“

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**损伤恢复和重新适应的练习和技术专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

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**专科文凭**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在专科文凭获得的资格, 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: **损伤恢复和重新适应的练习和技术专科文凭**

模式: **在线**

时长: **6个月**

得到了**NBA**的认可



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
损伤恢复和重新适应的练习和技术

- » 模式:在线
- » 时长: 6个月
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

专科文凭

损伤恢复和重新适应的练习和技术

得到了NBA的认可

