

# Курс профессиональной подготовки

## Метод пилатеса на полу



## Курс профессиональной подготовки

### Метод пилатеса на полу

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 месяцев
- » Учебное заведение: TECH Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: [www.techtitute.com/ru/physiotherapy/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-pilates-method-floor](http://www.techtitute.com/ru/physiotherapy/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-pilates-method-floor)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Цели

---

стр. 8

03

Руководство курса

---

стр. 12

04

Структура и содержание

---

стр. 16

05

Методология

---

стр. 22

06

Квалификация

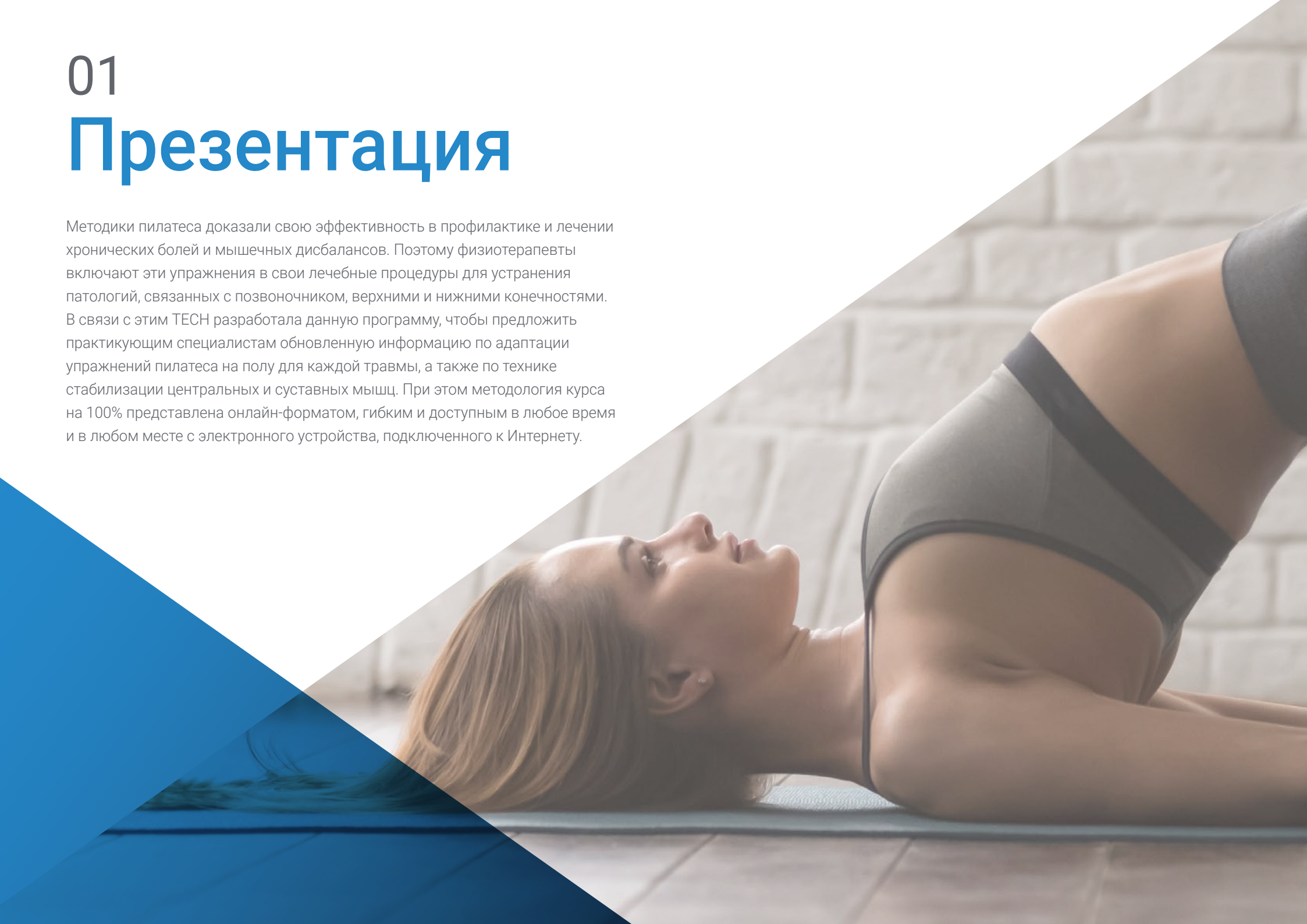
---

стр. 30

# 01

# Презентация

Методики пилатеса доказали свою эффективность в профилактике и лечении хронических болей и мышечных дисбалансов. Поэтому физиотерапевты включают эти упражнения в свои лечебные процедуры для устранения патологий, связанных с позвоночником, верхними и нижними конечностями. В связи с этим ТЕСН разработала данную программу, чтобы предложить практикующим специалистам обновленную информацию по адаптации упражнений пилатеса на полу для каждой травмы, а также по технике стабилизации центральных и суставных мышц. При этом методология курса на 100% представлена онлайн-форматом, гибким и доступным в любое время и в любом месте с электронного устройства, подключенного к Интернету.



““

*Благодаря этой программе вы расширите свои знания о наиболее эффективных методах пилатеса на полу для своей физиотерапевтической практики”*



Применение метода пилатеса на полу в физиотерапевтических процедурах доказало свою эффективность для пациентов, стремящихся предотвратить травмы и вылечить хронические болевые синдромы и мышечные дисбалансы. Именно поэтому, включив эту дисциплину в процедуры физической реабилитации, специалисты работают комплексно в области реабилитации и профилактики травм опорно-двигательного аппарата.

В связи с этим ТЕСН разработал данную программу, которая предоставляет физиотерапевтам уникальную возможность повысить свою квалификацию в области адаптации положений и упражнений, связанных с этой физической активностью. Таким образом, вы сможете усовершенствовать свои навыки в оценке возможностей пациентов с различной патологией и выборе тех или иных упражнений.

Кроме того, это академическое предложение дает возможность глубже изучить историю и фундаментальные принципы метода пилатеса, а также различия между разными типами существующих методик. И все это без долгих часов заучивания и подготовки благодаря методу *Relearning*, разработанному ТЕСН.

Кроме того, данный Курс профессиональной подготовки в 100% онлайн-формате дополнен серией мультимедийных ресурсов, представленных в виртуальной библиотеке, доступной 24 часа в сутки с помощью цифрового устройства, имеющего подключение к Интернету. Таким образом, студенты получают большую степень гибкости, позволяющую им синхронизировать свою повседневную деятельность с высококачественным и актуальным академическим предложением.

Данный **Курс профессиональной подготовки в области метод пилатеса на полу** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области физиотерапии и специалистами с сфере 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 самопроверки, контроля и повышения эффективности процесса обучения
- ♦ Особое внимание уделяется инновационным методологиям
- ♦ Теоретические занятия, вопросы эксперту, дискуссионные форумы по спорным темам и самостоятельная работа
- ♦ Учебные материалы курса доступны с любого стационарного или мобильного устройства имеющего подключение к Интернету



С помощью мультимедийных материалов вы изучите последние научные данные об использовании методов пилатеса на полу для восстановления при заболеваниях тазобедренного сустава"

“

*Уже через 6 месяцев вы сможете внедрить в свою клиническую практику наиболее эффективные упражнения пилатеса на тренажерах для лечения патологий коленного сустава”*

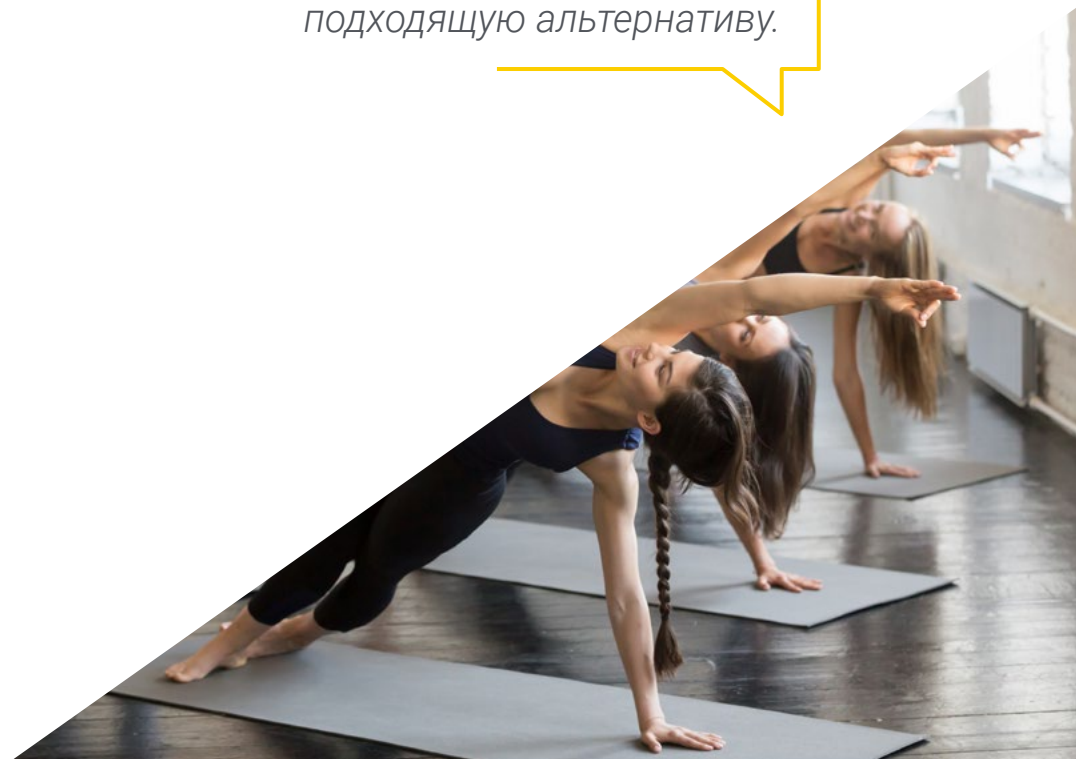
В преподавательский состав программы входят профессионалы из данного сектора, которые привносят в обучение опыт своей работы, а также признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалистам проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях.

Структура данной программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалисты должны попытаться решить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

*Вы узнаете о наиболее распространенных заболеваниях пожилого возраста, таких как остеопороз, и о том, как с ними справиться с помощью техники пилатеса.*

*Вы изучите упражнения на укрепление, функциональные упражнения и упражнения на подвижность, чтобы предложить своим пациентам наиболее подходящую альтернативу.*



# 02

## Цели

Цель данной программы обучения – предоставить физиотерапевтам самую современную информацию о методе пилатеса на полу. Таким образом, они смогут использовать эту дисциплину в качестве эффективного терапевтического инструмента при лечении различных патологий. Аналогичным образом, внедряя принципы и методы этой физической активности в свою повседневную практику, практикующие врачи предложат своим пациентам дополнительный вариант лечения, способствующий улучшению их здоровья и самочувствия. Для этого ТЕСН создал данную программу, которая дает возможность физиотерапевту совмещать обучение с повседневной деятельностью и разрешать возникающие сомнения с экспертной командой преподавателей данной программы.





“

*Вы будете предлагать решения, учитывающие потребности ваших пациентов, и использовать самые передовые методики пилатеса на полу”*



## Общие цели

---

- ♦ Расширить знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания упражнений пилатеса на полу, на различных тренажерах и с инвентарем
- ♦ Дифференцировать применение упражнений пилатеса и адаптацию к каждому пациенту
- ♦ Составить программу упражнений, адаптированную к симптоматике и патологии каждого пациента
- ♦ Определить прогрессии и регрессии упражнений в соответствии с различными фазами процесса восстановления после травмы
- ♦ Исключить противопоказанные упражнения на основе предварительной оценки состояния пациентов и клиентов
- ♦ Углубленно изучить оборудование, используемое в методе пилатеса
- ♦ Предоставить необходимую информацию для поиска научной и актуальной информации о методах лечения пилатесом при различных патологиях
- ♦ Анализировать потребности и совершенствование оборудования для пилатеса в терапевтическом пространстве для занятий данным методом
- ♦ Разработать мероприятия по повышению эффективности упражнений пилатеса на основе принципов метода
- ♦ Правильно и аналитически выполнять упражнения, основанные на методе пилатеса
- ♦ Проанализировать физиологические и постуральные изменения, происходящие у беременных женщин
- ♦ Разработать упражнения, адаптированные для женщины в период беременности и вплоть до родов
- ♦ Описывать применение метода пилатеса у спортсменов высших достижений





## Конкретные цели

---

### Модуль 1. Пилатес при заболеваниях позвоночника

- ♦ Изучить основные проблемы позвоночника и их лечение
- ♦ Актуализировать знания об основных проблемах спины и подходах к их решению
- ♦ Применять специальные комплексы упражнений для восстановления после травм

### Модуль 2. Пилатес при заболеваниях верхних конечностей

- ♦ Определить патологии плечевого пояса и их лечение
- ♦ Сформировать знания о патологии локтевого сустава и подходах к ее решению
- ♦ Углубленно изучить патологию запястья и подходы к ее решению

### Модуль 3. Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

- ♦ Выявить характерные особенности каждого повреждения
- ♦ Устранить нарушения с помощью упражнений, основанных на методе пилатеса
- ♦ Адаптировать конкретные комплексы упражнений к процессу восстановления после травм

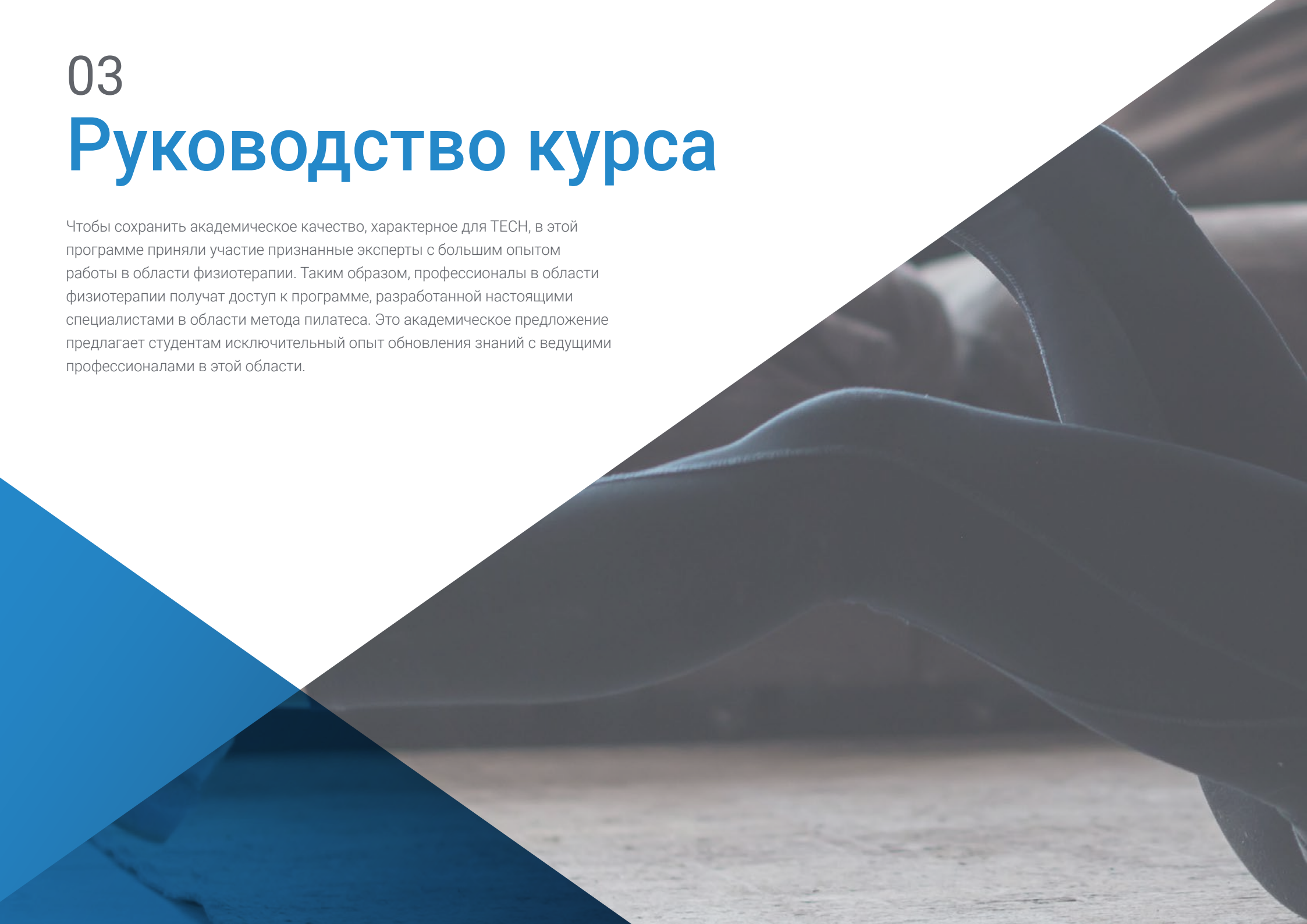
### Модуль 4. Общая патология и ее лечение с помощью пилатеса

- ♦ Освоить особенности каждой патологии
- ♦ Выявить основные изменения при каждой патологии
- ♦ Устранить нарушения с помощью упражнений, основанных на методе пилатеса

# 03

## Руководство курса

Чтобы сохранить академическое качество, характерное для ТЕСН, в этой программе приняли участие признанные эксперты с большим опытом работы в области физиотерапии. Таким образом, профессионалы в области физиотерапии получают доступ к программе, разработанной настоящими специалистами в области метода пилатеса. Это академическое предложение предлагает студентам исключительный опыт обновления знаний с ведущими профессионалами в этой области.





“

*Вместе с ведущими специалистами в области физиотерапии вы узнаете, как метод пилатеса может сыграть эффективную роль в лечении закупорки нервов верхних конечностей”*



## 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 Mayo, 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 Mayo, 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 Мауо, США
- Врач-консультант, Ассоциация игроков Национальной хоккейной лиги, США
- Врач клиники Мауо, 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
- ♦ CEO Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Преподаватель магистратуры в области физической подготовки и спортивной реабилитации в футболе
- ♦ Преподаватель Курса профессиональной подготовки в области клинического пилатеса
- ♦ Преподаватель магистратуры в области биомеханики и спортивной физиотерапии
- ♦ Степень магистра в области остеопатии опорно-двигательного аппарата в Мадридской школе остеопатии
- ♦ Эксперт в области реабилитации пилатесом Королевской федерации гимнастики Испании
- ♦ Степень магистра в области биомеханики, применяемой для оценки травм и передовых методов физиотерапии
- ♦ Степень бакалавра физиотерапии Папского университета Комильяс

## Преподаватели

### Г-жа Кортес Лоренсо, Лаура

- ♦ Физиотерапевт в клинике Fiosiomon и в Федерации хоккея Мадрида
- ♦ Физиотерапевт в Центре технической подготовки Федерации хоккея Мадрида
- ♦ Физиотерапевт в компаниях, Fisiowork S.L.
- ♦ Травматологический физиотерапевт в клинике Artros
- ♦ Физиотерапевт клуба SPV51 и клуба Valdeluz хоккея на траве
- ♦ Диплом в области физиотерапии. Мадридский университет Комплутенсе

### Г-жа Гарсия Ибаньес, Марина

- ♦ Физиотерапевт в Мадридском фонде рассеянного склероза и частной практики на дому
- ♦ Физиотерапевт лечения на дому детей и взрослых с неврологической патологией
- ♦ Физиотерапевт в Мадридском фонде борьбы с рассеянным склерозом
- ♦ Физиотерапевт и психолог в Клинике Kinés
- ♦ Физиотерапевт в клинике San Nicolás
- ♦ Степень магистра в области неврологической физиотерапии: Методы оценки и лечения в Европейском университете Мадрида
- ♦ Эксперт в области неврологической физиотерапии в Европейском университете Мадрида
- ♦ Степень бакалавра психологии, полученная в Национальном университете дистанционного обучения (UNED)



### **Г-н Перез Коста, Эдуардо**

- ♦ Генеральный директор Move2Be физиотерапии и реабилитации
- ♦ Внештатный физиотерапевт, частное лечение на дому в Мадриде
- ♦ Физиотерапевт в клинике Natal Сан-Себастьян-де-лос-Рейес
- ♦ Спортивный тренер баскетбольного клуба Zona Press
- ♦ Физиотерапевт в филиале команды UD Sanse
- ♦ Физиотерапевт на спортивной площадке 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 Алькала
- ♦ Степень бакалавра физиотерапии Университета Алькала

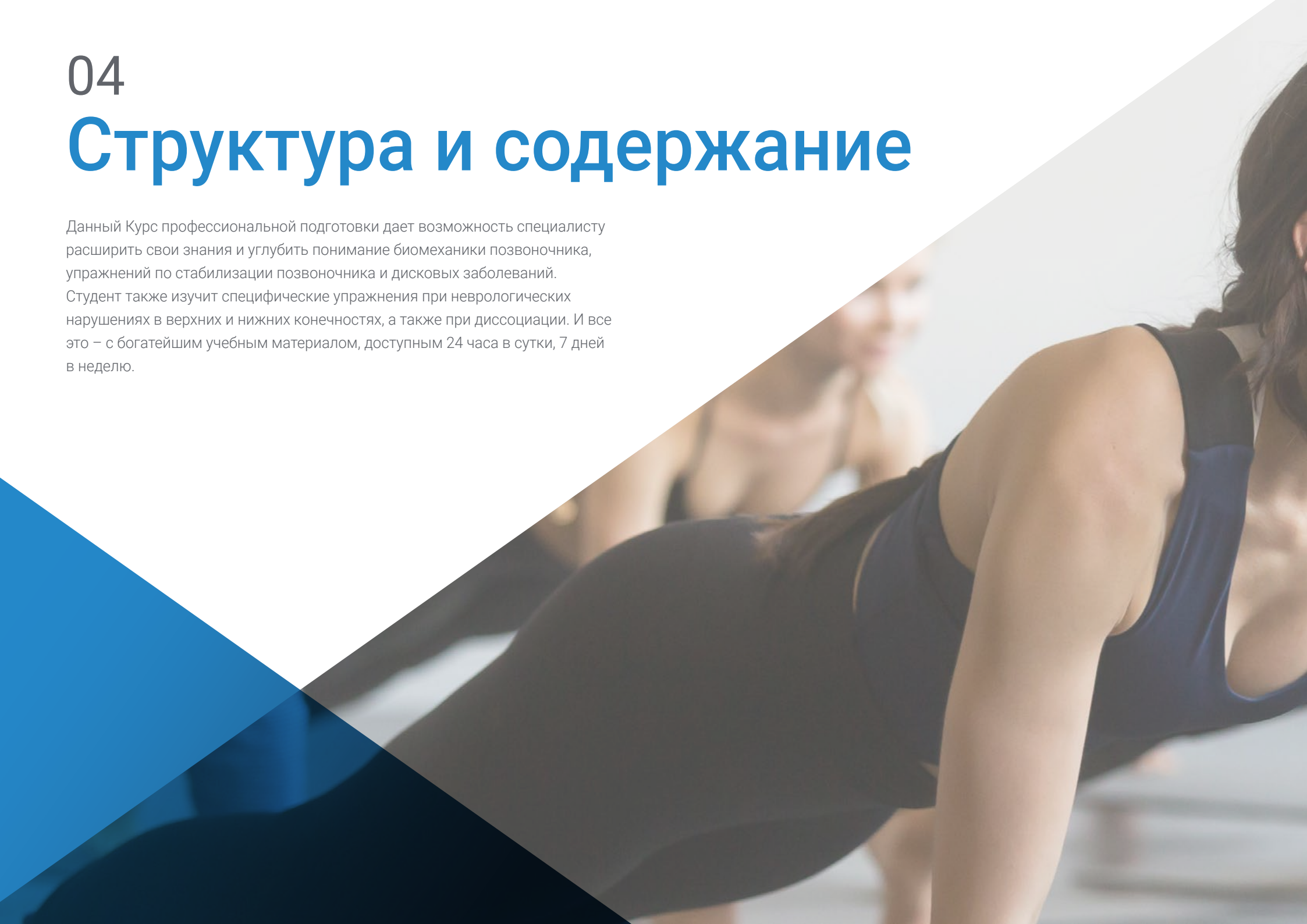
“

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

# 04

## Структура и содержание

Данный Курс профессиональной подготовки дает возможность специалисту расширить свои знания и углубить понимание биомеханики позвоночника, упражнений по стабилизации позвоночника и дисковых заболеваний. Студент также изучит специфические упражнения при неврологических нарушениях в верхних и нижних конечностях, а также при диссоциации. И все это – с богатейшим учебным материалом, доступным 24 часа в сутки, 7 дней в неделю.







“

С помощью метода *Relearning* вы оптимизируете сроки обучения и за меньшее время закрепите самые сложные понятия”

## Модуль 1. Метод пилатеса

- 1.1. Джозеф Пилатес
  - 1.1.1. Джозеф Пилатес
  - 1.1.2. Книги и постулаты
  - 1.1.3. Наследие
  - 1.1.4. История происхождения индивидуального упражнения
- 1.2. История возникновения метода пилатеса
  - 1.2.1. Референсы
  - 1.2.2. Развитие
  - 1.2.3. Текущая ситуация
  - 1.2.4. Выводы
- 1.3. Развитие метода
  - 1.3.1. Усовершенствования и модификации
  - 1.3.2. Вклад в развитие метода пилатеса
  - 1.3.3. Терапевтический пилатес
  - 1.3.4. Пилатес и физическая активность
- 1.4. Принципы метода пилатеса
  - 1.4.1. Определение принципов
  - 1.4.2. Эволюция принципов
  - 1.4.3. Уровни развития
  - 1.4.4. Выводы
- 1.5. Классический пилатес vs. современный пилатес
  - 1.5.1. Ключевые моменты классического пилатеса
  - 1.5.2. Анализ современного/классического пилатеса
  - 1.5.3. Вклад современного пилатеса
  - 1.5.4. Выводы
- 1.6. Пилатес на полу и пилатес с использованием тренажеров
  - 1.6.1. Основы пилатеса на полу
  - 1.6.2. Развитие пилатеса на полу
  - 1.6.3. Основы пилатеса с использованием тренажеров
  - 1.6.4. Развитие пилатеса с использованием тренажеров

- 1.7. Научные доказательства
  - 1.7.1. Научные журналы, связанные с пилатесом
  - 1.7.2. Докторские диссертации в области пилатеса
  - 1.7.3. Публикации о пилатесе
  - 1.7.4. Приложения для пилатеса
- 1.8. Направления метода пилатеса
  - 1.8.1. Международные тенденции
  - 1.8.2. Анализ тенденций
  - 1.8.3. Выводы
- 1.9. Школы
  - 1.9.1. Школы по обучению 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 метода пилатеса (PMA)

## Модуль 2. Пилатес при заболеваниях верхних конечностей

- 2.1. Основные анатомические сведения
  - 2.1.1. Osteология верхних конечностей
  - 2.1.2. Миология верхних конечностей
  - 2.1.3. Биомеханика верхних конечностей
  - 2.1.4. Эффективные практики
- 2.2. Упражнения на стабилизацию
  - 2.2.1. Введение в упражнения на стабилизацию
  - 2.2.2. Упражнения на стабилизацию на коврике
  - 2.2.3. Упражнения на стабилизацию на тренажере
  - 2.2.4. Наиболее эффективные упражнения на стабилизацию

- 2.3. Упражнения на подвижность суставов
  - 2.3.1. Введение в упражнения на подвижность суставов
  - 2.3.2. Упражнения на подвижность суставов на коврике
  - 2.3.3. Упражнения на подвижность суставов на тренажере
  - 2.3.4. Наиболее эффективные упражнения на подвижность суставов
- 2.4. Укрепляющие упражнения
  - 2.4.1. Введение в укрепляющие упражнения
  - 2.4.2. Укрепляющие упражнения на коврике
  - 2.4.3. Укрепляющие упражнения на тренажере
  - 2.4.4. Наиболее эффективные укрепляющие упражнения
- 2.5. Функциональные упражнения
  - 2.5.1. Введение в функциональные упражнения
  - 2.5.2. Функциональные упражнения на коврике
  - 2.5.3. Функциональные упражнения на тренажере
  - 2.5.4. Наиболее эффективные функциональные упражнения
- 2.6. Патология плечевого пояса. Специальные протоколы
  - 2.6.1. Боль в плечевом поясе
  - 2.6.2. Синдром замороженного плеча
  - 2.6.3. Гипомобильность плечевого пояса
  - 2.6.4. Упражнения для плечевого пояса
- 2.7. Патология локтевого сустава. Специальные протоколы
  - 2.7.1. Патология сустава
  - 2.7.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 2.7.3. Посттравматический или послеоперационный локтевой сустав
  - 2.7.4. Упражнения для локтевого сустава
- 2.8. Патология запястья
  - 2.8.1. Основные синдромы
  - 2.8.2. Типы патологий запястья
  - 2.8.3. Упражнения для запястья
  - 2.8.4. Выводы

- 2.9. Патология кисти руки
  - 2.9.1. Основные синдромы
  - 2.9.2. Тип патологий кисти руки
  - 2.9.3. Упражнения для кисти руки
  - 2.9.4. Выводы
- 2.10. Защемление нервов верхней конечности
  - 2.10.1. Плечевое нервное сплетение
  - 2.10.2. Периферические нервы
  - 2.10.3. Типы патологий
  - 2.10.4. Упражнения при защемлении нервов верхней конечности

### Модуль 3. Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

- 3.1. Основные анатомические сведения
  - 3.1.1. Остеология нижних конечностей
  - 3.1.2. Миология нижних конечностей
  - 3.1.3. Биомеханика нижних конечностей
  - 3.1.4. Эффективные практики
- 3.2. Частые патологии, которые можно лечить с помощью пилатеса
  - 3.2.1. Патологии роста
  - 3.2.2. Патологии у спортсменов
  - 3.2.3. Другие типы патологий
  - 3.2.4. Выводы
- 3.3. Упражнения, рекомендуемые для выполнения на коврике, тренажерах и с инвентарем. Общий протокол
  - 3.3.1. Упражнения на диссоциацию
  - 3.3.2. Упражнения на подвижность
  - 3.3.3. Укрепляющие упражнения
  - 3.3.4. Функциональные упражнения
- 3.4. Патология тазобедренного сустава
  - 3.4.1. Патология сустава
  - 3.4.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 3.4.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 3.4.4. Упражнения для тазобедренного сустава

- 3.5. Патология коленного сустава
  - 3.5.1. Патология сустава
  - 3.5.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 3.5.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 3.5.4. Упражнения для коленного сустава
- 3.6. Патология голеностопа
  - 3.6.1. Патология сустава
  - 3.6.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 3.6.3. Хирургическая патология
  - 3.6.4. Упражнения для голеностопа
- 3.7. Патология стопы
  - 3.7.1. Суставная и фасциальная патология
  - 3.7.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 3.7.3. Хирургическая патология
  - 3.7.4. Упражнения для стопы
- 3.8. Защемление нервов нижней конечности
  - 3.8.1. Крестцовое нервное сплетение
  - 3.8.2. Периферические нервы
  - 3.8.3. Типы патологий
  - 3.8.4. Упражнения при защемлении нервов нижних конечностей
- 3.9. Анализ переднебоковой мышечной цепи нижних конечностей
  - 3.9.1. Что такое переднебоковая мышечная цепь и насколько она важна для пациента
  - 3.9.2. Важные аспекты для проведения оценки
  - 3.9.3. Взаимосвязь цепи с уже описанной патологией
  - 3.9.4. Упражнения для проработки переднебоковой мышечной цепи
- 3.10. Анализ средне-задней мышечной цепи нижних конечностей
  - 3.10.1. Что такое средне-задняя мышечная цепь и насколько она важна для пациента
  - 3.10.2. Важные аспекты для проведения оценки
  - 3.10.3. Связь комплекса с уже описанной патологией
  - 3.10.4. Упражнения для проработки средне-задней мышечной цепи

## Модуль 4. Общая патология и ее лечение с помощью пилатеса

- 4.1. Нервная система
  - 4.1.1. Центральная нервная система
  - 4.1.2. Периферическая нервная система
  - 4.1.3. Краткая характеристика нейронных путей
  - 4.1.4. Преимущества пилатеса при неврологической патологии
- 4.2. Неврологическая оценка с фокусом на пилатес
  - 4.2.1. Анамнез
  - 4.2.2. Оценка силы и тонуса
  - 4.2.3. Оценка чувствительности
  - 4.2.4. Тест и шкалы
- 4.3. Наиболее распространенные неврологические патологии и научное обоснование применения пилатеса
  - 4.3.1. Краткая характеристика патологий
  - 4.3.2. Основные принципы пилатеса при неврологической патологии
  - 4.3.3. Адаптация положений пилатеса
  - 4.3.4. Адаптация упражнений пилатеса
- 4.4. Рассеянный склероз
  - 4.4.1. Описание патологии
  - 4.4.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.4.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 4.4.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 4.5. Инсульт
  - 4.5.1. Описание патологии
  - 4.5.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.5.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 4.5.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 4.6. Болезнь Паркинсона
  - 4.6.1. Описание патологии
  - 4.6.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.6.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 4.6.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами



- 4.7. Церебральный паралич
  - 4.7.1. Описание патологии
  - 4.7.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.7.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 4.7.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 4.8. Пожилые люди
  - 4.8.1. Возрастные патологии
  - 4.8.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.8.3. Упражнения по показаниям
  - 4.8.4. Противопоказанные упражнения
- 4.9. Остеопороз
  - 4.9.1. Описание патологии
  - 4.9.2. Оценка возможностей пациента
  - 4.9.3. Упражнения по показаниям
  - 4.9.4. Противопоказанные упражнения
- 4.10. Проблемы тазового дна: недержание мочи
  - 4.10.1. Описание патологии
  - 4.10.2. Частота и распространенность
  - 4.10.3. Упражнения по показаниям
  - 4.10.4. Противопоказанные упражнения

“*Воспользуетесь преимуществами программы в 100% онлайн-формате, это позволит вам получать доступ к материалам в удобное для вас время и в удобном месте 24 часа в сутки*”



# 05

# 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**.





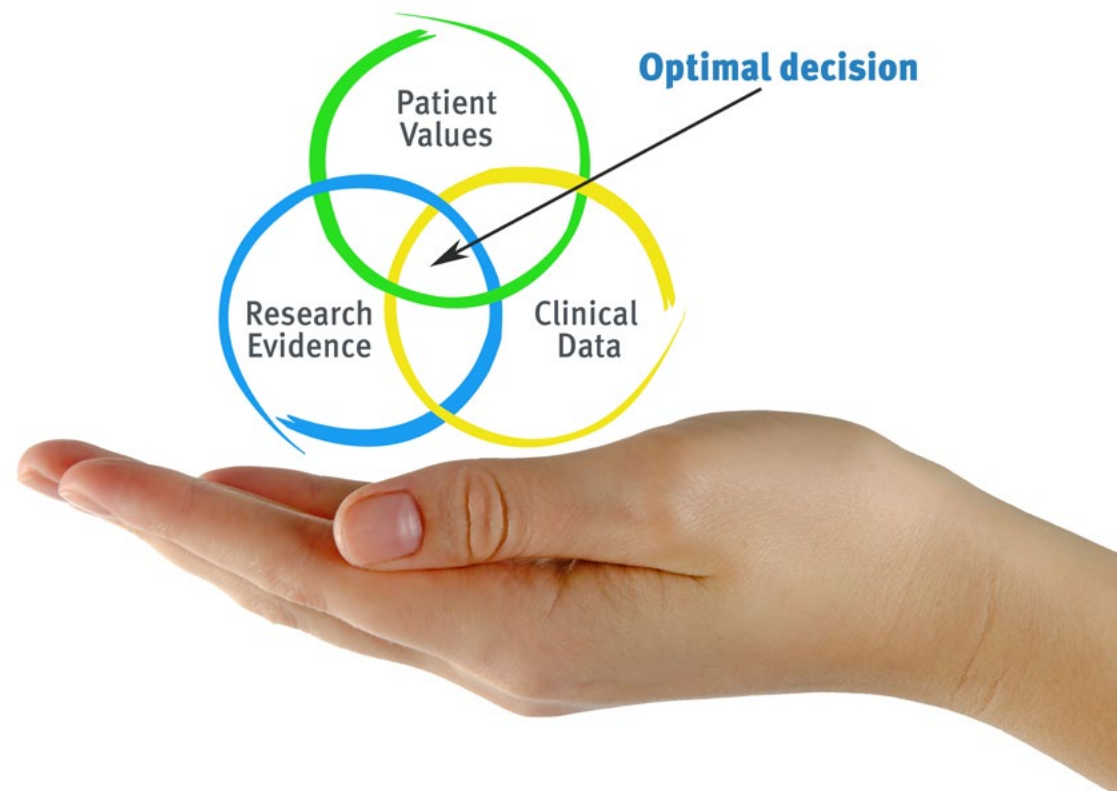
“

*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 ТЕСН 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. Физиотерапевты/кинезиологи учатся лучше, быстрее и показывают стабильные результаты с течением времени.

*С ТЕСН 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 профессиональной ситуации, пытаюсь воссоздать реальные условия в профессиональной врачебной практике в области физиотерапии.



“

*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. Физиотерапевты/кинезиологи, 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 физиотерапевту/кинезиологу 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*.



*Физиотерапевт/кинезиолог учится 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, методика *Relearning* сумела 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 65 000 физиотерапевтов/кинезиологов по всем клиническим специальностям, независимо от нагрузки в мануальной терапии. 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 курса, 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.



#### Техники и процедуры физиотерапии на видео

TECH предоставляет в распоряжение студентов доступ к новейшим методикам и достижениям в области образования и к передовым технологиям в области физиотерапии/кинезиологии. 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

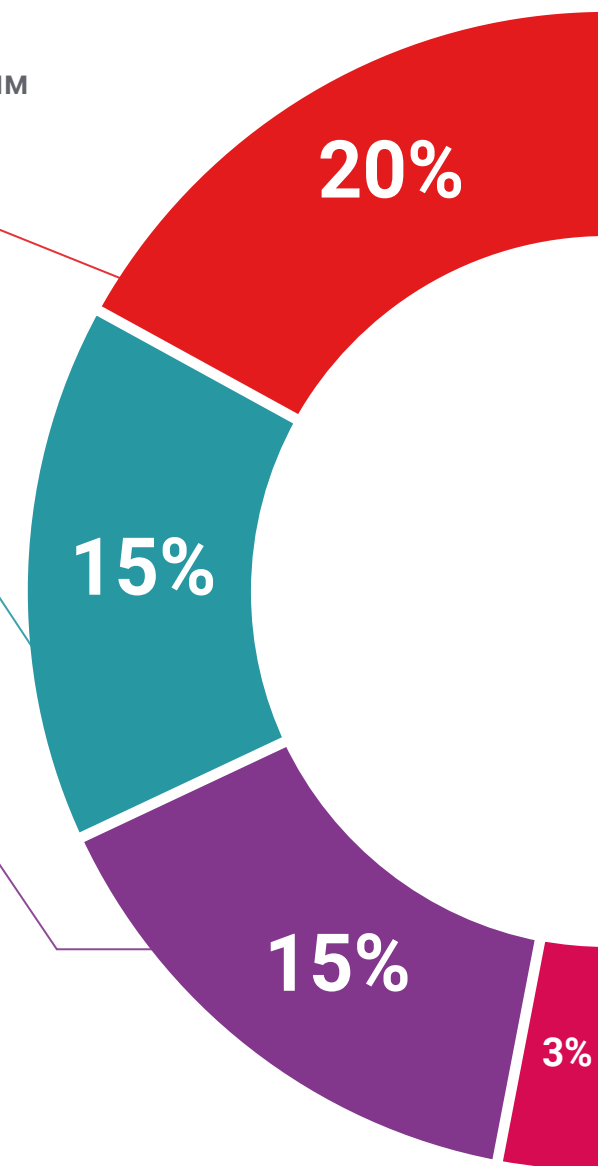
Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

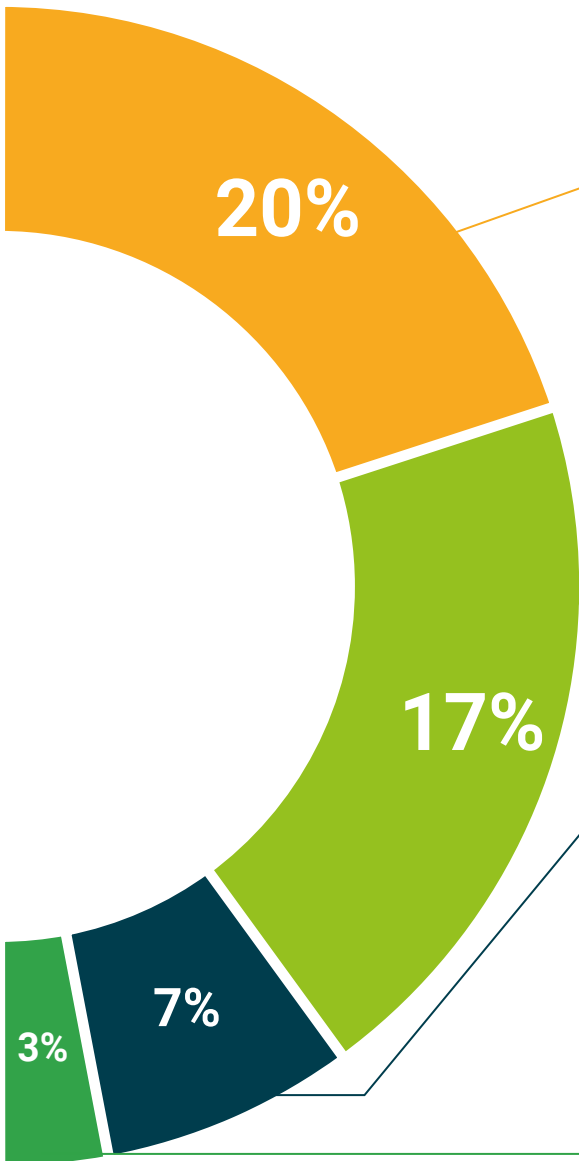
Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Майкрософт как "Европейская история успеха".



#### 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 экспертного наблюдения третьей стороны. 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.

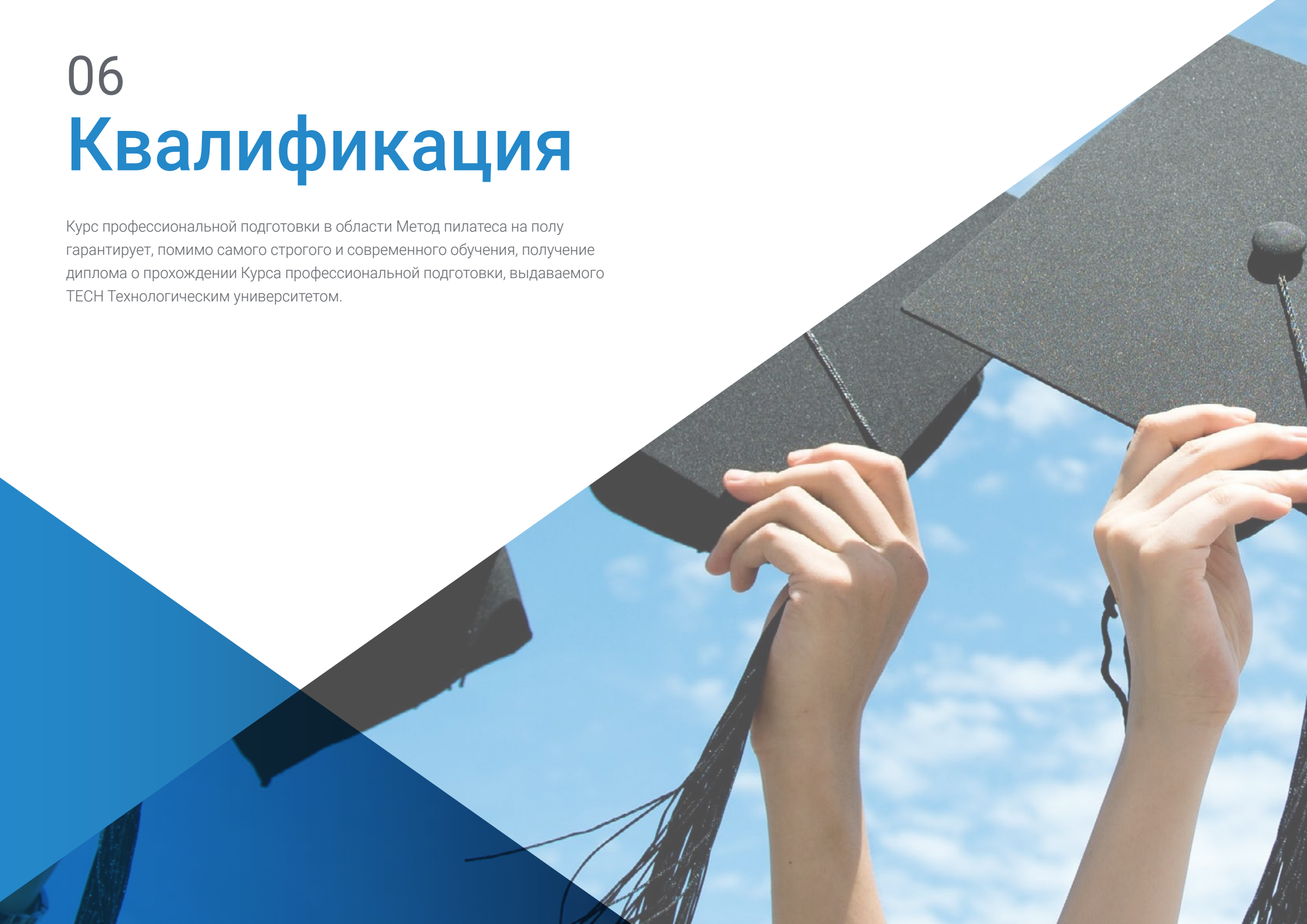




06

# Квалификация

Курс профессиональной подготовки в области Метод пилатеса на полу гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Курса профессиональной подготовки, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

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



Данный **Курс профессиональной подготовки в области Метод пилатеса на полу** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте\* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Курса профессиональной подготовки**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **TECH Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную на Курсе профессиональной подготовки, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Курс профессиональной подготовки в области Метод пилатеса на полу**  
Количество учебных часов: **600 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

**Курс профессиональной  
ПОДГОТОВКИ**

Метод пилатеса на полу

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 месяцев
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

# Курс профессиональной подготовки

## Метод пилатеса на полу

