

# Специализированная магистратура Терапевтический пилатес





## Специализированная магистратура Терапевтический пилатес

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 12 месяцев
- » Учебное заведение: TECH Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: [www.techitute.com/ru/physiotherapy/professional-master-degree/master-therapeutic-pilates](http://www.techitute.com/ru/physiotherapy/professional-master-degree/master-therapeutic-pilates)

# Оглавление

01

Презентация

---

стр. 4

02

Цели

---

стр. 8

03

Компетенции

---

стр. 12

04

Руководство курса

---

стр. 16

05

Структура и содержание

---

стр. 22

06

Методология

---

стр. 34

07

Квалификация

---

стр. 42

# 01

# Презентация

Среди различных методов лечения, которые физиотерапевты включают в свою работу, пилатес является одним из наиболее успешных с точки зрения общего восстановления пациентов. Этот комплекс методик с терапевтическим подходом доказал свою эффективность при реабилитации различных травм конечностей, позвоночника и для лечения неврологических патологий, таких как болезнь Паркинсона. Однако вникнуть в эти новшества может быть непросто для специалистов, которым для оптимизации своей практики требуется самый актуальный объем информации. В связи с этим ТЕСН разработал данную учебную программу, в рамках которой студенты изучат новейшие упражнения, инструменты и противопоказания этой практики. Этому будет способствовать *Relearning* – самая полная методология 100% онлайн-обучения.



“

*Пройдя обучение по программе данной Специализированной магистратуры, вы будете иметь под рукой основные инновации терапевтического пилатеса в формате 100% онлайн-обучения, с материалами которого вы сможете беспрепятственно знакомиться 24 часа в сутки"*

Интенсивные и неадекватно запрограммированные занятия некоторыми видами спорта могут приводить к различным травмам и дискомфорту у спортсменов. Процесс реабилитации при этих нарушениях, часто возникающих в опорно-двигательном аппарате, может быть сложным и требует самых квалифицированных знаний. В этом смысле физиотерапевты, в совершенстве владеющие передовыми методиками оздоровления, стали весьма востребованными специалистами. В то же время от них требуется освоить самые инновационные методы ухода и восстановления.

Пилатес стал одной из наиболее эффективных альтернатив против такого рода нарушений. Научные данные, подтверждающие это утверждение, содержатся в различных научных статьях и в работах специалистов, пропагандирующих включение этого метода в различные терапевтические протоколы. Однако быть в курсе новейших подходов к работе с этой дисциплиной и стратегий ее интеграции в лечебную деятельность может быть обременительно для физиотерапевтов. Поэтому TECH разработал данную учебную программу с учетом потребностей этих специалистов.

Программа состоит из 10 академических модулей, в которых студенты изучат преимущества пилатеса для устранения изменений в элементах верхней конечности, таких как плечо, запястье или локоть. Также будут рассмотрены основные заболевания позвоночника, поддающиеся лечению этим методом. Кроме того, в программе будут подробно изучаться наиболее часто встречающиеся противопоказания и способы предотвращения развития основных повреждений.

Обучение по Специализированной магистратуре будет проходить в режиме 100% онлайн, на виртуальной платформе с различными интерактивными элементами. Программа объединяет современные мультимедийные ресурсы, такие как видеоролики и инфографики. Для доступа к учебным материалам студентам достаточно иметь устройство, подключенное к Интернету, что позволяет избежать лишних поездок в центры очного обучения. Кроме того, в основе дидактического процесса лежит комплексная методология *Relearning*, позволяющая тщательно развивать практические навыки на протяжении всего обучения.

Данная **Специализированная магистратура в области терапевтического пилатеса** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области терапевтического 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 самооценки, контроля и улучшения 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



100% онлайн и без ограничений в графике обучения – это обучение в области терапевтического пилатеса, которое TECH предлагает для обновления ваших знаний"

“

*Благодаря методу Relearning вы станете высокоспециализированным физиотерапевтом в области интеграции пилатеса в терапевтические процедуры”*

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.

*Обновите свои теоретические и практические навыки в лечении неврологических травм с помощью терапевтического пилатеса, используя комплексный и эффективный учебный план.*

*Вы углубите свои знания о передовых протоколах и подходах к выполнению упражнений в рамках этой 100% онлайн академической программы TECH.*



# 02

## Цели

ТЕСН Технологический университет ставит своей целью повышение уровня теоретических знаний и практических навыков у специалистов благодаря самому полному и обновленному учебному плану в академической панораме. Данная программа в области терапевтического пилатеса не является исключением и поэтому включает в себя самые инновационные критерии вмешательства, упражнения и рабочие инструменты этой дисциплины. Благодаря этому обучению студенты выходят на более высокий уровень подготовки и профессиональной деятельности, имея в руках строгие образовательные цели и в то же время имея возможность быстро и гибко их достигать.







“

Одна из целей данной Специализированной магистратуры – дать вам необходимые знания для применения терапевтического пилатеса в лечении людей с нейродегенеративными патологиями”



## 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 пациентов и клиентов
- ♦ Углубленно изучить оборудование, используемое в методе пилатеса
- ♦ Предоставить необходимую информацию для поиска научных и обновленных сведений о методах лечения пилатесом, применимых к различным патологиям
- ♦ 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 высоких достижений





## Конкретные цели

---

### Модуль 1. Метод пилатеса

- ♦ Углубиться в предысторию пилатеса
- ♦ Изучить историю пилатеса
- ♦ Описать методологию пилатеса

### Модуль 2. Основы метода пилатеса

- ♦ Углубиться в основы пилатеса
- ♦ Определить наиболее актуальные упражнения
- ♦ Объяснить, каких поз в пилатесе следует избегать

### Модуль 3. Тренажерный зал для занятий пилатесом

- ♦ Описывать помещение, в котором проводятся занятия пилатесом
- ♦ Следить за обновлением оборудования для пилатеса
- ♦ Представлять программы и последовательности упражнений

### Модуль 4. Методология в практике метода пилатеса

- ♦ Систематизировать занятия по методу пилатеса
- ♦ Определить типы занятий по методу пилатеса
- ♦ Углубить знания о противоречиях и эффективном применении метода пилатеса

### Модуль 5. 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 6. 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 7. 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 8. 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

### Модуль 9. Пилатес во время беременности, родов и послеродового периода

- ♦ Дифференцировать различные стадии беременности
- ♦ Определить конкретные упражнения для каждой стадии
- ♦ Консультировать женщин во время беременности, родов и в послеродовом периоде

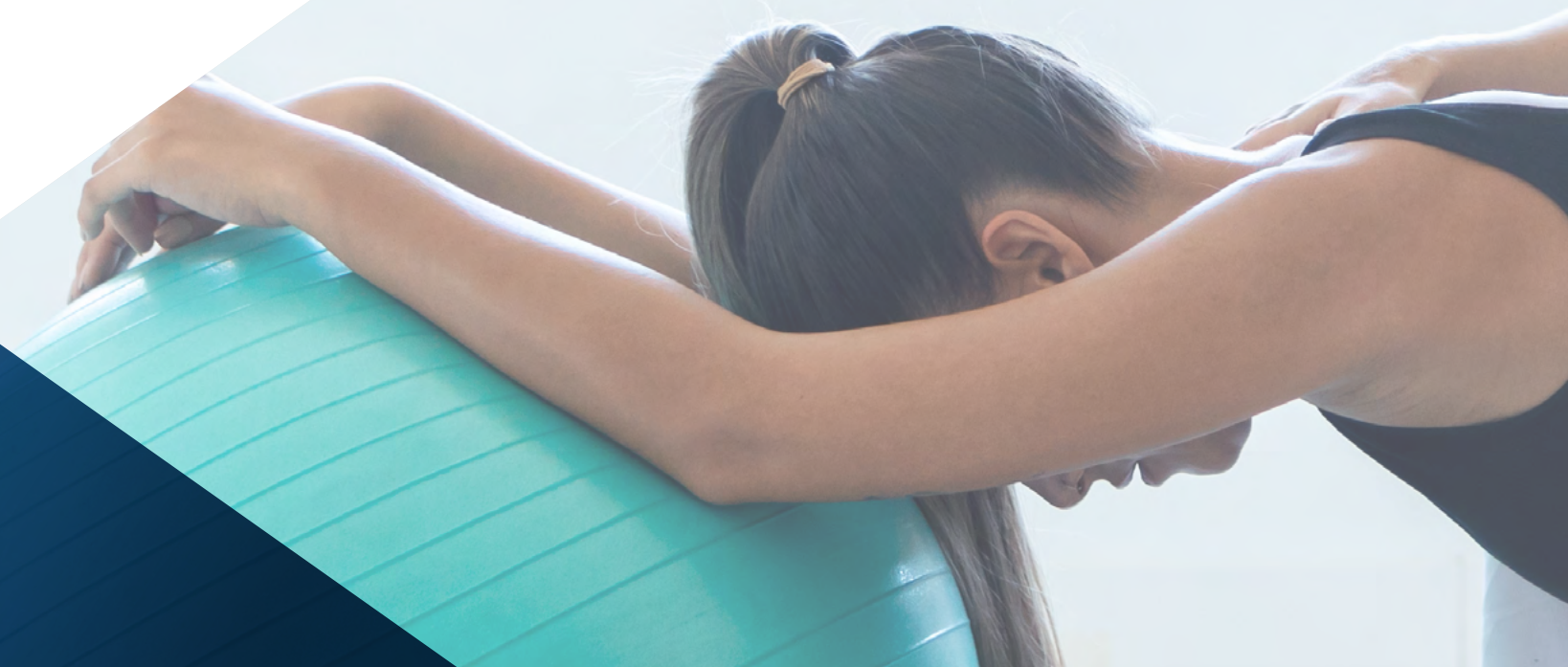
### Модуль 10. Пилатес в спорте

- ♦ Определить наиболее часто встречающиеся травмы в каждом виде спорта
- ♦ Указывать факторы риска, предрасполагающие к травмам
- ♦ Подобрать упражнения, основанные на методе пилатеса, адаптированные к каждому виду спорта

# 03

## Компетенции

Данная Специализированная магистратура от ТЕСН Технологического университета объединяет самые инновационные разработки в области терапевтического пилатеса и его применения для лечения и оздоровления людей с различными нарушениями опорно-двигательного аппарата. В дополнение к современному учебному плану программа использует такие инновационные методы обучения, как *Relearning* и разбор конкретных кейсов в Гарвардской школе, чтобы каждый студент смог обновить свои знания, объединив теоретическое и практическое видение этой дисциплины. Таким образом, пройдя данное обучение студенты достигнут высочайшего уровня специализации и смогут применять отличные компетенции в своей повседневной профессиональной практике.





“

*Благодаря навыкам, приобретенным в рамках данной программы, вы будете способствовать улучшению самочувствия и укреплению здоровья, используя самые инновационные упражнения пилатес”*



## Общие профессиональные навыки

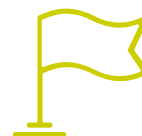
---

- ♦ Обновить знания и профессиональные навыки в области практики и преподавания пилатеса и обучению упражнениям метода пилатеса на ковриках, различных тренажерах и с инвентарем
- ♦ Составить программу упражнений, адаптированную к симптоматике и патологии каждой конкретной ситуации
- ♦ Четко различать правильно и неправильно выполненное упражнение пилатеса
- ♦ Уметь решать проблемы выгорания у инструкторов по пилатесу и ее профилактика
- ♦ Расширить навыки оказания помощи специалистам, перенесшим перетренированность по системе пилатеса
- ♦ Укрепить здоровье, правильно применяя упражнения пилатеса

“

*Оптимизируйте свои практические навыки, включив в них самые инновационные упражнения пилатеса для подготовки к родам, благодаря этой интенсивной программе”*





## Профессиональные навыки

---

- ♦ Адаптировать нагрузки на тренажерах к цели, которая преследуется при выполнении определенного упражнения у конкретного пациента
- ♦ Применять техники пилатеса как на растяжку, так и на силу для устранения различных травм
- ♦ Выявить основные травмы, возникающие при неправильной практике пилатеса у непрофессионалов
- ♦ Рекомендовать упражнения для людей с остеопорозом или проблемами недержания мочи
- ♦ Продолжать исследования, направленные на совершенствование пилатеса
- ♦ Разработать инструкции по проведению упражнений, предусмотренных для выполнения на коврике
- ♦ Устранить проблемы верхних и нижних конечностей с помощью пилатеса
- ♦ Рекомендовать некоторые упражнения пилатеса для профилактики мышечных патологий

# 04

## Руководство курса

Преподаватели этой академической программы имеют высокую квалификацию в области применения терапевтического пилатеса для лечения различных патологий. Эти специалисты прошли интенсивный путь в качестве физиотерапевтов, применяя полученные знания в различных областях, таких как восстановление пациентов с травмами, полученными в результате повседневной деятельности, или с основной патологией опорно-двигательного аппарата. В ходе ежедневной практики преподаватели разработали учебный план, объединяющий инструменты, методы и комбинации передовых интервенционных стратегий. Благодаря этим навыкам, интегрированным в учебный план, студенты данной программы смогут обновить свои компетенции и продвинуться по служебной лестнице.





““

*Лучшие специалисты в области  
терапевтического пилатеса входят в  
профессорско-преподавательского  
состав этого полноценного курса от  
TECH Технологического университета”*

## 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 Мауо, 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 Майо, 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 Mayo, США
- Врач-консультант, Ассоциация игроков Национальной хоккейной лиги, США
- Врач клиники Mayo, 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 Físio 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 Ласковски, Эдвард

- ♦ Физиотерапевт в Físio Domicilio Madrid
- ♦ Физиотерапевт в Keiki Fisioterapia
- ♦ Физиотерапевт в Jemed Importaciones

### Г-н Лонгас де Хесус, Антонио

- ♦ Физиотерапевт в клинике Lagasca
- ♦ Fisioterapeuta en Físio Domicilio Madrid
- ♦ Fisioterapeuta en Club de Rugby Veterinaria

### Г-жа Кортес Лоренсо, Лаура

- ♦ Физиотерапевт в клинике Fisiomon 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-н Перес Коста, Эдуардо**

- ♦ Генеральный директор Move2Be физиотерапии и реабилитации
- ♦ Внештатный физиотерапевт, частное лечение на дому в Мадриде
- ♦ Физиотерапевт в клинике Наталь 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 Алкала
- ♦ Степень бакалавра физиотерапии Университета Алькала

**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)

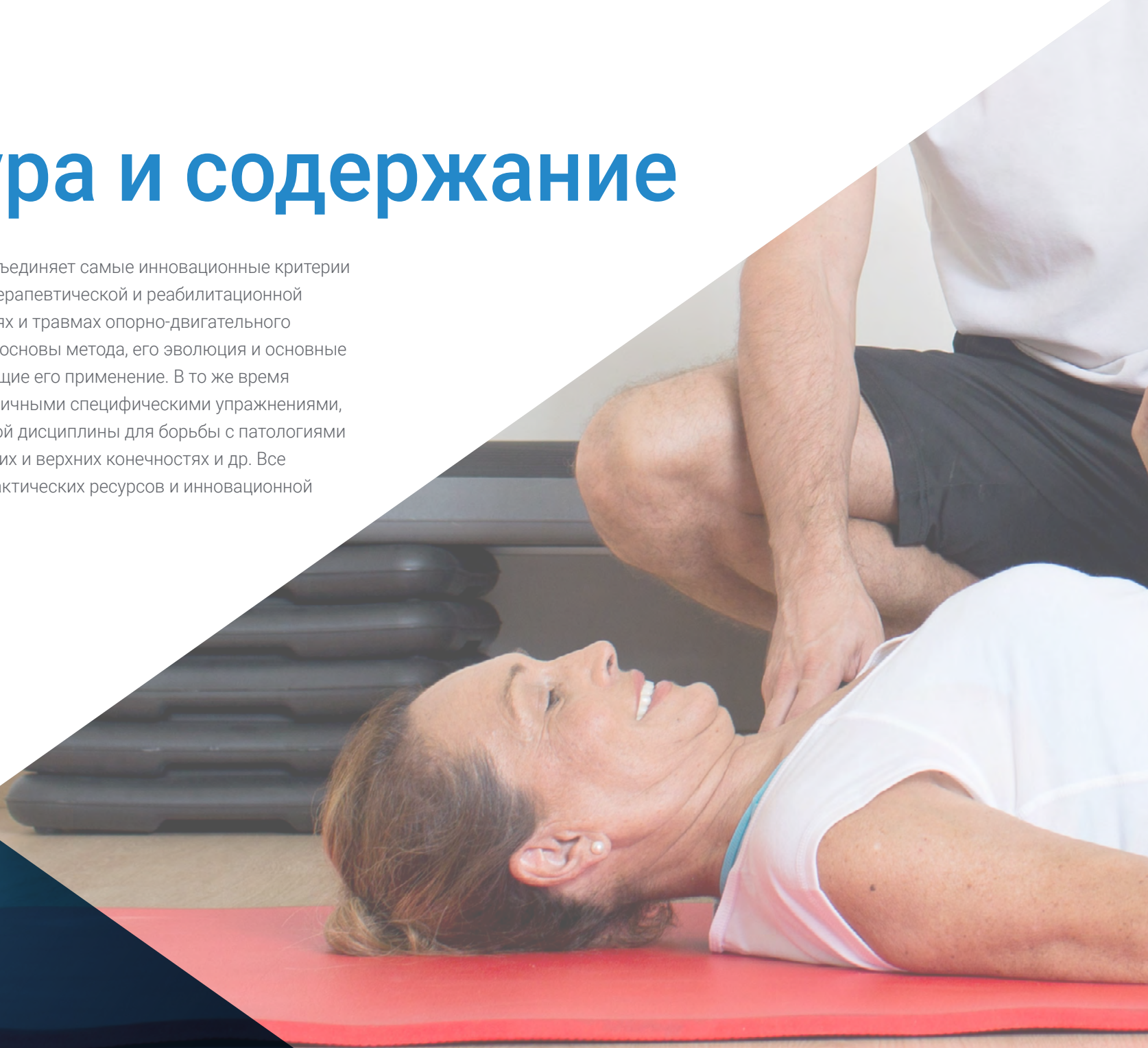
**Г-жа Парра Небрета, Вирхиния**

- ♦ Физиотерапевт в области лечения тазового дна в Мадридском фонде рассеянного склероза
- ♦ Физиотерапевт в области лечения тазового дна в клинике Letfisis
- ♦ Физиотерапевт в доме престарелых Orrea
- ♦ Степень магистра в области физиотерапии по пельвиперинеологии в Университете Кастилии-ла-Манчи
- ♦ Повышение квалификации в области функционального ультразвука в физиотерапии тазового дна у мужчин и женщин в FISIOMEDIT Formación
- ♦ Повышение квалификации в области гипопрессии в LOW PRESSURE FITNESS
- ♦ Степень бакалавра физиотерапии в Мадридском университете Комплутенсе

# 05

## Структура и содержание

Данная академическая программа объединяет самые инновационные критерии использования пилатеса в качестве терапевтической и реабилитационной стратегии при различных заболеваниях и травмах опорно-двигательного аппарата. В 10 модулях описываются основы метода, его эволюция и основные средства или инструменты, облегчающие его применение. В то же время студенты смогут ознакомиться с различными специфическими упражнениями, которые применяются в рамках данной дисциплины для борьбы с патологиями и изменениями в позвоночнике, нижних и верхних конечностях и др. Все это с помощью мультимедийных дидактических ресурсов и инновационной методологии *Relearning*.





“

*С помощью мультимедийных ресурсов, таких как видеоролики и инфографики, вы углубитесь в освоение практических навыков оздоровительного подхода, основанного на терапевтическом пилатесе”*

## 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. Национальные тенденции
  - 1.8.2. Международные тенденции
  - 1.8.3. Анализ тенденций
  - 1.8.4. 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. Основы метода пилатеса

- 2.1. Различные концепции данного метода
  - 2.1.1. Концепции согласно Джозефу Пилатесу
  - 2.1.2. Эволюция концепций
  - 2.1.3. Последующие поколения
  - 2.1.4. Выводы
- 2.2. Дыхание
  - 2.2.1. Различные типы дыхания
  - 2.2.2. Анализ типов дыхания
  - 2.2.3. Влияние дыхания
  - 2.2.4. Выводы

- 2.3. Таз как центр стабильности и движения
  - 2.3.1. Основная идея Джозефа Пилатеса
  - 2.3.2. Научная база
  - 2.3.3. Анатомические основы
  - 2.3.4. Основное в процессах восстановления
- 2.4. Строение плечевого пояса
  - 2.4.1. Анатомический обзор
  - 2.4.2. Биомеханика плечевого пояса
  - 2.4.3. Применения в пилатесе
  - 2.4.4. Выводы
- 2.5. Организация движения нижних конечностей
  - 2.5.1. Анатомический обзор
  - 2.5.2. Биомеханика нижних конечностей
  - 2.5.3. Применения в пилатесе
  - 2.5.4. Выводы
- 2.6. Артикуляция позвоночника
  - 2.6.1. Анатомический обзор
  - 2.6.2. Биомеханика позвоночника
  - 2.6.3. Применения в пилатесе
  - 2.6.4. Выводы
- 2.7. Выравнивание сегментов тела
  - 2.7.1. Осанка
  - 2.7.2. Осанка в пилатесе
  - 2.7.3. Выравнивание по сегментам
  - 2.7.4. Мышечные и фасциальные цепи
- 2.8. Функциональная интеграция
  - 2.8.1. Концепция функциональной интеграции
  - 2.8.2. Последствия для различных видов деятельности
  - 2.8.3. Задача
  - 2.8.4. Контекст

- 2.9. Основы терапевтического пилатеса
  - 2.9.1. История терапевтического пилатеса
  - 2.9.2. Концепции терапевтического пилатеса
  - 2.9.3. Критерии в терапевтическом пилатесе
  - 2.9.4. Примеры повреждений или патологий
- 2.10. Классический пилатес и терапевтический пилатес
  - 2.10.1. Различия между двумя методами
  - 2.10.2. Обоснование
  - 2.10.3. Прогрессии
  - 2.10.4. Выводы

### Модуль 3. Тренажерный зал/студия пилатеса

- 3.1. Реформер
  - 3.1.1. Знакомство с тренажером реформер
  - 3.1.2. Преимущества реформера
  - 3.1.3. Основные упражнения на реформере
  - 3.1.4. Основные ошибки при использовании реформера
- 3.2. Кадиллак или стол-трапеция
  - 3.2.1. Знакомство с тренажером кадиллак
  - 3.2.2. Преимущества кадиллака
  - 3.2.3. Основные упражнения с использованием кадиллака
  - 3.2.4. Основные ошибки при использовании кадиллака
- 3.3. Стул
  - 3.3.1. Знакомство с тренажером стул
  - 3.3.2. Преимущества стула
  - 3.3.3. Основные упражнения с использованием стула
  - 3.3.4. Основные ошибки при использовании стула
- 3.4. Бочка
  - 3.4.1. Знакомство с тренажером бочка
  - 3.4.2. Преимущества бочки
  - 3.4.3. Основные упражнения с использованием бочки
  - 3.4.4. Основные ошибки при использовании бочки

- 3.5. Комбо-модель
  - 3.5.1. Знакомство с тренажером комбо-модели
  - 3.5.2. Преимущества комбо-модели
  - 3.5.3. Основные упражнения с использованием комбо-модели
  - 3.5.4. Основные ошибки при использовании комбо-модели
- 3.6. Изотоническое кольцо
  - 3.6.1. Знакомство с изотоническим кольцом
  - 3.6.2. Преимущества изотонического кольца
  - 3.6.3. Основные упражнения с использованием изотонического кольца
  - 3.6.4. Основные ошибки при использовании изотонического кольца
- 3.7. Корректор *позвоночника*
  - 3.7.1. Знакомство с корректором *позвоночника*
  - 3.7.2. Преимущества корректора *позвоночника*
  - 3.7.3. Основные упражнения с корректором *позвоночника*
  - 3.7.4. Основные ошибки при использовании корректора *позвоночника*
- 3.8. Приспособления, адаптированные к данному методу
  - 3.8.1. *Пенопластовый ролик*
  - 3.8.2. *Фитбол*
  - 3.8.4. Эластичные ленты
  - 3.8.5. *Vosu*
- 3.9. Пространство
  - 3.9.1. Предпочтения в отношении оборудования
  - 3.9.2. Пространство для занятий пилатесом
  - 3.9.3. Оборудование для пилатеса
  - 3.9.4. Эффективное использование пространства
- 3.10. Окружающее пространство
  - 3.10.1. Концепция окружающего пространства
  - 3.10.2. Характеристики окружающего пространства
  - 3.10.3. Выбор окружающего пространства
  - 3.10.4. Выводы

## Модуль 4. Методология в практике метода пилатеса

- 4.1. Первая сессия
  - 4.1.1. Первичная оценка
  - 4.1.2. Информированное согласие
  - 4.1.3. Сопутствующие слова и команды в пилатесе
  - 4.1.4. Начало занятий по методу пилатеса
- 4.2. Первичная оценка
  - 4.2.1. Оценка осанки
  - 4.2.2. Оценка гибкости
  - 4.2.3. Оценка координации
  - 4.2.4. Планирование сессии. Программа пилатеса
- 4.3. Занятие по пилатесу
  - 4.3.1. Начальные упражнения
  - 4.3.2. Группы клиентов
  - 4.3.3. Позиционирование, голос, коррекции
  - 4.3.4. Отдых
- 4.4. Клиенты-пациенты
  - 4.4.1. Типология клиента, занимающегося пилатесом
  - 4.4.2. Индивидуальные обязательства
  - 4.4.3. Цели клиентов
  - 4.4.4. Выбор метода
- 4.5. Прогрессии и регрессии упражнений
  - 4.5.1. Введение в прогрессии и регрессии
  - 4.5.2. Прогрессии
  - 4.5.3. Регрессии
  - 4.5.4. Развитие терапии
- 4.6. Общий протокол
  - 4.6.1. Обобщенный базовый протокол
  - 4.6.2. Соблюдение основ пилатеса
  - 4.6.3. Анализ протокола
  - 4.6.4. Функции протокола

- 4.7. Показания к выполнению упражнений
  - 4.7.1. Характеристика исходного положения
  - 4.7.2. Противопоказания к выполнению упражнений
  - 4.7.3. Вербальные и тактильные средства помощи
  - 4.7.4. Расписание занятий
- 4.8. Преподаватель/инструктор
  - 4.8.1. Анализ клиента
  - 4.8.2. Типы преподавателей
  - 4.8.3. Формирование благоприятной среды
  - 4.8.4. Контроль за работой клиентов
- 4.9. Базовая программа
  - 4.9.1. Пилатес для начинающих
  - 4.9.2. Пилатес для среднеподготовленных клиентов
  - 4.9.3. Пилатес для экспертов
  - 4.9.4. Профессиональный пилатес
- 4.10. Программное обеспечение для студии пилатеса
  - 4.10.1. Основное программное обеспечение для студии пилатеса
  - 4.10.2. Приложение для занятий пилатесом
  - 4.10.3. Новейшие технологии в студии пилатеса
  - 4.10.4. Наиболее значимые достижения в области изучения пилатеса

## Модуль 5. Пилатес при заболеваниях позвоночника

- 5.1. Основные анатомические сведения
  - 5.1.1. Остеология позвоночника
  - 5.1.2. Миология позвоночника
  - 5.1.3. Биомеханика позвоночника
  - 5.1.4. Выводы
- 5.2. Частые патологии, которые можно лечить с помощью пилатеса
  - 5.2.1. Патологии роста
  - 5.2.2. Патологии у пациентов пожилого возраста
  - 5.2.3. Патологии у малоподвижных людей
  - 5.2.4. Патологии у спортсменов
- 5.3. Упражнения, рекомендуемые для выполнения на коврике, тренажерах и с инвентарем. Общий протокол
  - 5.3.1. Упражнения на растяжение
  - 5.3.2. Упражнения для центральной стабилизации
  - 5.3.3. Упражнения для подвижности суставов
  - 5.3.4. Укрепляющие упражнения
  - 5.3.5. Функциональные упражнения
- 5.4. Патология межпозвонкового диска
  - 5.4.1. Патомеханика
  - 5.4.2. Дисковые синдромы
  - 5.4.3. Различия между типами патологий
  - 5.4.4. Эффективные практики
- 5.5. Патология сустава
  - 5.5.1. Патомеханика
  - 5.5.2. Суставные синдромы
  - 5.5.3. Типы патологий
  - 5.5.4. Выводы
- 5.6. Мышечная патология
  - 5.6.1. Патомеханика
  - 5.6.2. Мышечные синдромы
  - 5.6.3. Типы патологий
  - 5.6.4. Выводы
- 5.7. Патология шейного отдела позвоночника
  - 5.7.1. Симптоматология
  - 5.7.2. Синдромы шейного отдела позвоночника
  - 5.7.3. Специальные протоколы
  - 5.7.4. Выводы
- 5.8. Патология дорсального отдела позвоночника
  - 5.8.1. Симптоматология
  - 5.8.2. Синдромы дорсального отдела позвоночника
  - 5.8.3. Специальные протоколы
  - 5.8.4. Выводы

5.9. Патология поясничного отдела позвоночника

- 5.9.1. Симптоматология
- 5.9.2. Синдромы поясничного отдела
- 5.9.3. Специальные протоколы
- 5.9.4. Выводы

5.10. Патология крестцово-подвздошной области

- 5.10.1. Симптоматология
- 5.10.2. Синдромы крестцово-подвздошной области
- 5.10.3. Специальные протоколы
- 5.10.4. Выводы

## Модуль 6. Пилатес при заболеваниях верхних конечностей

6.1. Основные анатомические сведения

- 6.1.1. Остеология верхних конечностей
- 6.1.2. Миология верхних конечностей
- 6.1.3. Биомеханика верхних конечностей
- 6.1.4. Эффективные практики

6.2. Упражнения на стабилизацию

- 6.2.1. Введение в упражнения на стабилизацию
- 6.2.2. Упражнения на стабилизацию на коврике
- 6.2.3. Упражнения на стабилизацию на тренажере
- 6.2.4. Наиболее эффективные упражнения на стабилизацию

6.3. Упражнения на подвижность суставов

- 6.3.1. Введение в упражнения на подвижность суставов
- 6.3.2. Упражнения на подвижность суставов на коврике
- 6.3.3. Упражнения на подвижность суставов на тренажере
- 6.3.4. Наиболее эффективные упражнения на подвижность суставов

6.4. Укрепляющие упражнения

- 6.4.1. Введение в укрепляющие упражнения
- 6.4.2. Укрепляющие упражнения на коврике
- 6.4.3. Укрепляющие упражнения на тренажере
- 6.4.4. Наиболее эффективные укрепляющие упражнения

6.5. Функциональные упражнения

- 6.5.1. Введение в функциональные упражнения
- 6.5.2. Функциональные упражнения на коврике
- 6.5.3. Функциональные упражнения на тренажере
- 6.5.4. Наиболее эффективные функциональные упражнения

6.6. Патология плечевого пояса. Специальные протоколы

- 6.6.1. Боль в плечевом поясе
- 6.6.2. Синдром замороженного плеча
- 6.6.3. Гипомобильность плечевого пояса
- 6.6.4. Упражнения для плечевого пояса

6.7. Патология локтевого сустава. Специальные протоколы

- 6.7.1. Патология сустава
- 6.7.2. Мышечно-сухожильная патология
- 6.7.3. Посттравматический или послеоперационный локтевой сустав
- 6.7.4. Упражнения для локтевого сустава

6.8. Патология запястья

- 6.8.1. Основные синдромы
- 6.8.2. Типы патологий запястья
- 6.8.3. Упражнения для запястья
- 6.8.4. Выводы

6.9. Патология кисти руки

- 6.9.1. Основные синдромы
- 6.9.2. Тип патологий кисти руки
- 6.9.3. Упражнения для кисти руки
- 6.9.4. Выводы

6.10. Защемление нервов верхней конечности

- 6.10.1. Плечевое нервное сплетение
- 6.10.2. Периферические нервы
- 6.10.3. Типы патологий
- 6.10.4. Упражнения при защемлении нервов верхней конечности

## Модуль 7. Пилатес при заболеваниях нижних конечностей

- 7.1. Основные анатомические сведения
  - 7.1.1. Остеология нижних конечностей
  - 7.1.2. Миология нижних конечностей
  - 7.1.3. Биомеханика нижних конечностей
  - 7.1.4. Эффективные практики
- 7.2. Частые патологии, которые можно лечить с помощью пилатеса
  - 7.2.1. Патологии роста
  - 7.2.2. Патологии у спортсменов
  - 7.2.3. Другие типы патологий
  - 7.2.4. Выводы
- 7.3. Упражнения, рекомендуемые для выполнения на коврике, тренажерах и с инвентарем. Общий протокол
  - 7.3.1. Упражнения на диссоциацию
  - 7.3.2. Упражнения на подвижность
  - 7.3.3. Укрепляющие упражнения
  - 7.3.4. Функциональные упражнения
- 7.4. Патология тазобедренного сустава
  - 7.4.1. Патология сустава
  - 7.4.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.4.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 7.4.4. Упражнения для тазобедренного сустава
- 7.5. Патология коленного сустава
  - 7.5.1. Патология сустава
  - 7.5.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.5.3. Хирургическая патология. Протезирование
  - 7.5.4. Упражнения для коленного сустава
- 7.6. Патология голеностопа
  - 7.6.1. Патология сустава
  - 7.6.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.6.3. Хирургическая патология
  - 7.6.4. Упражнения для голеностопа

- 7.7. Патология стопы
  - 7.7.1. Суставная и фасциальная патология
  - 7.7.2. Мышечно-сухожильная патология
  - 7.7.3. Хирургическая патология
  - 7.7.4. Упражнения для стопы
- 7.8. Защемление нервов нижней конечности
  - 7.8.1. Крестцовое нервное сплетение
  - 7.8.2. Периферические нервы
  - 7.8.3. Типы патологий
  - 7.8.4. Упражнения при защемлении нервов нижних конечностей
- 7.9. Анализ переднебоковой мышечной цепи нижних конечностей
  - 7.9.1. Что такое переднебоковая мышечная цепь и насколько она важна для пациента
  - 7.9.2. Важные аспекты для проведения оценки
  - 7.9.3. Взаимосвязь цепи с уже описанной патологией
  - 7.9.4. Упражнения для проработки переднебоковой мышечной цепи
- 7.10. Анализ средне-задней мышечной цепи нижних конечностей
  - 7.10.1. Что такое средне-задняя мышечная цепь и насколько она важна для пациента
  - 7.10.2. Важные аспекты для проведения оценки
  - 7.10.3. Связь комплекса с уже описанной патологией
  - 7.10.4. Упражнения для проработки средне-задней мышечной цепи

## Модуль 8. Общая патология и ее лечение с помощью пилатеса

- 8.1. Нервная система
  - 8.1.1. Центральная нервная система
  - 8.1.2. Периферическая нервная система
  - 8.1.3. Краткая характеристика нейронных путей
  - 8.1.4. Преимущества пилатеса при неврологической патологии
- 8.2. Неврологическая оценка с фокусом на пилатес
  - 8.2.1. Анамнез
  - 8.2.2. Оценка силы и тонуса
  - 8.2.3. Оценка чувствительности
  - 8.2.4. Тест и шкалы

- 8.3. Наиболее распространенные неврологические патологии и научное обоснование применения пилатеса
  - 8.3.1. Краткая характеристика патологий
  - 8.3.2. Основные принципы пилатеса при неврологической патологии
  - 8.3.3. Адаптация положений пилатеса
  - 8.3.4. Адаптация упражнений пилатеса
- 8.4. Рассеянный склероз
  - 8.4.1. Описание патологии
  - 8.4.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.4.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.4.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.5. Инсульт
  - 8.5.1. Описание патологии
  - 8.5.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.5.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.5.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.6. Болезнь Паркинсона
  - 8.6.1. Описание патологии
  - 8.6.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.6.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.6.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.7. Церебральный паралич
  - 8.7.1. Описание патологии
  - 8.7.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.7.3. Адаптация напольных упражнений пилатеса
  - 8.7.4. Адаптация упражнений пилатеса с элементами
- 8.8. Пожилые люди
  - 8.8.1. Возрастные патологии
  - 8.8.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.8.3. Упражнения по показаниям
  - 8.8.4. Противопоказанные упражнения

- 8.9. Остеопороз
  - 8.9.1. Описание патологии
  - 8.9.2. Оценка возможностей пациента
  - 8.9.3. Упражнения по показаниям
  - 8.9.4. Противопоказанные упражнения
- 8.10. Проблемы тазового дна: недержание мочи
  - 8.10.1. Описание патологии
  - 8.10.2. Частота и распространенность
  - 8.10.3. Упражнения по показаниям
  - 8.10.4. Противопоказанные упражнения

## Модуль 9. Пилатес во время беременности, родов и послеродового периода

- 9.1. Первый триместр
  - 9.1.1. Изменения в первом триместре
  - 9.1.2. Преимущества и цели
  - 9.1.3. Упражнения по показаниям
  - 9.1.4. Противопоказания
- 9.2. Второй триместр
  - 9.2.1. Изменения во втором триместре
  - 9.2.2. Преимущества и цели
  - 9.2.3. Упражнения по показаниям
  - 9.2.4. Противопоказания
- 9.3. Третий триместр
  - 9.3.1. Изменения в третьем триместре
  - 9.3.2. Преимущества и цели
  - 9.3.3. Упражнения по показаниям
  - 9.3.4. Противопоказания
- 9.4. Роды
  - 9.4.1. Фаза дилатации и родов
  - 9.4.2. Преимущества и цели
  - 9.4.3. Рекомендации
  - 9.4.4. Противопоказания

- 9.5. Непосредственный послеродовой период
  - 9.5.1. Восстановление и послеродовой период
  - 9.5.2. Преимущества и цели
  - 9.5.3. Упражнения по показаниям
  - 9.5.4. Противопоказания
- 9.6. Недержание мочи и тазовое дно
  - 9.6.1. Анатомия, участвующая в процессе
  - 9.6.2. Патологическая физиология
  - 9.6.3. Упражнения по показаниям
  - 9.6.4. Противопоказания
- 9.7. Проблемы при беременности и их решение с помощью метода пилатеса
  - 9.7.1. Изменение статики тела
  - 9.7.2. Наиболее распространенные проблемы
  - 9.7.3. Упражнения по показаниям
  - 9.7.4. Противопоказания
- 9.8. Подготовка к беременности
  - 9.8.1. Преимущества физической подготовки во время беременности
  - 9.8.2. Рекомендуемая физическая активность
  - 9.8.3. Упражнения, рекомендованные при первой беременности
  - 9.8.4. Подготовка в ходе поиска второй и последующих
- 9.9. Поздний послеродовой период
  - 9.9.1. Долгосрочные анатомические изменения
  - 9.9.2. Подготовка к возвращению к физической активности
  - 9.9.3. Упражнения по показаниям
  - 9.9.4. Противопоказания
- 9.10. Послеродовые изменения
  - 9.10.1. Диастаз мышц живота
  - 9.10.2. Статическое смещение тазового пролапса
  - 9.10.3. Нарушения в работе глубокой мускулатуры брюшной полости
  - 9.10.4. Показания и противопоказания к кесареву сечению

## Модуль 10. Пилатес в спорте

- 10.1. Футбол
  - 10.1.1. Наиболее частые травмы
  - 10.1.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.1.3. Преимущества и цели
  - 10.1.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.2. Спорт с ракетками
  - 10.2.1. Наиболее частые травмы
  - 10.2.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.2.3. Преимущества и цели
  - 10.2.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.3. Баскетбол
  - 10.3.1. Наиболее частые травмы
  - 10.3.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.3.3. Преимущества и цели
  - 10.3.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.4. Гандбол
  - 10.4.1. Наиболее частые травмы
  - 10.4.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.4.3. Преимущества и цели
  - 10.4.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.5. Гольф
  - 10.5.1. Наиболее частые травмы
  - 10.5.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.5.3. Преимущества и цели
  - 10.5.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.6. Плавание
  - 10.6.1. Наиболее частые травмы
  - 10.6.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.6.3. Преимущества и цели
  - 10.6.4. Пример у элитных спортсменов





- 10.7. Легкая атлетика
  - 10.7.1. Наиболее частые травмы
  - 10.7.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.7.3. Преимущества и цели
  - 10.7.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.8. Танцы и исполнительское искусство
  - 10.8.1. Наиболее частые травмы
  - 10.8.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.8.3. Преимущества и цели
  - 10.8.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.9. Хоккей на роликовых коньках
  - 10.9.1. Наиболее частые травмы
  - 10.9.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.9.3. Преимущества и цели
  - 10.9.4. Пример у элитных спортсменов
- 10.10. Регби
  - 10.10.1. Наиболее частые травмы
  - 10.10.2. Пилатес как средство лечения и профилактики
  - 10.10.3. Преимущества и цели
  - 10.10.4. Пример у элитных спортсменов

“*Данная Специализированная магистратура — это уникальная возможность обновить свои теоретические и практические знания в области использования терапевтического пилатеса в качестве метода реабилитации при спортивных травмах”*

06

# 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**.





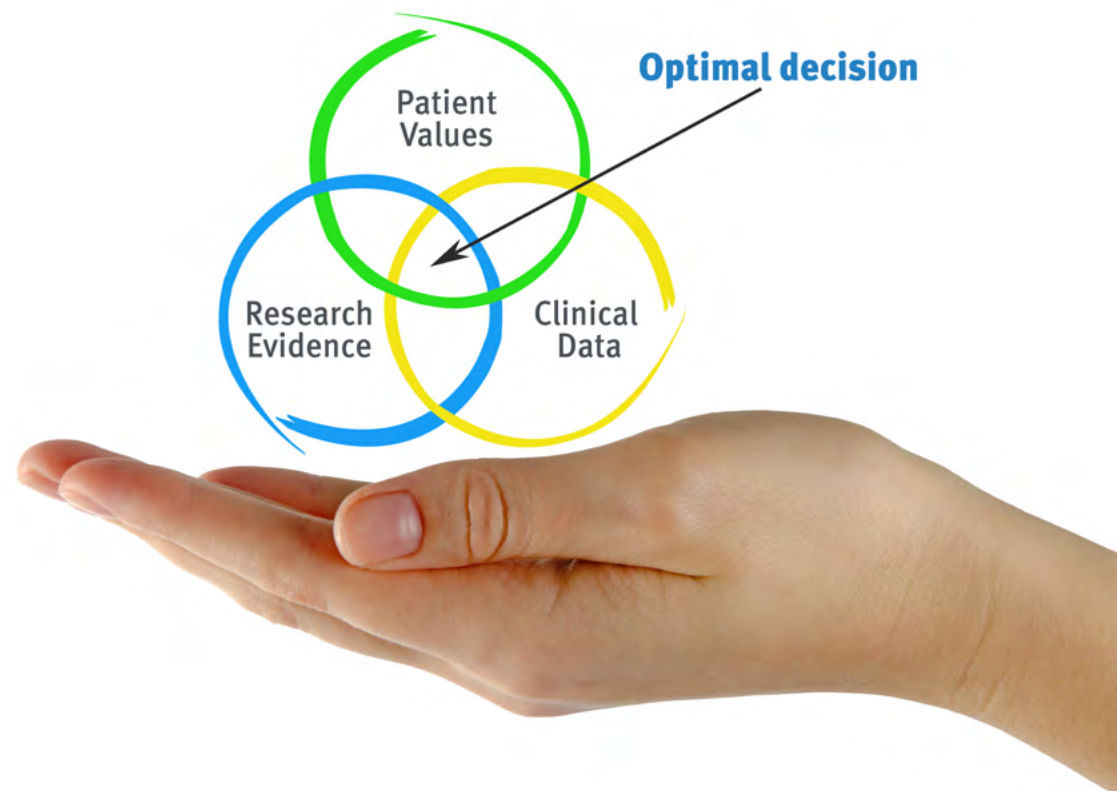
“

*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:**

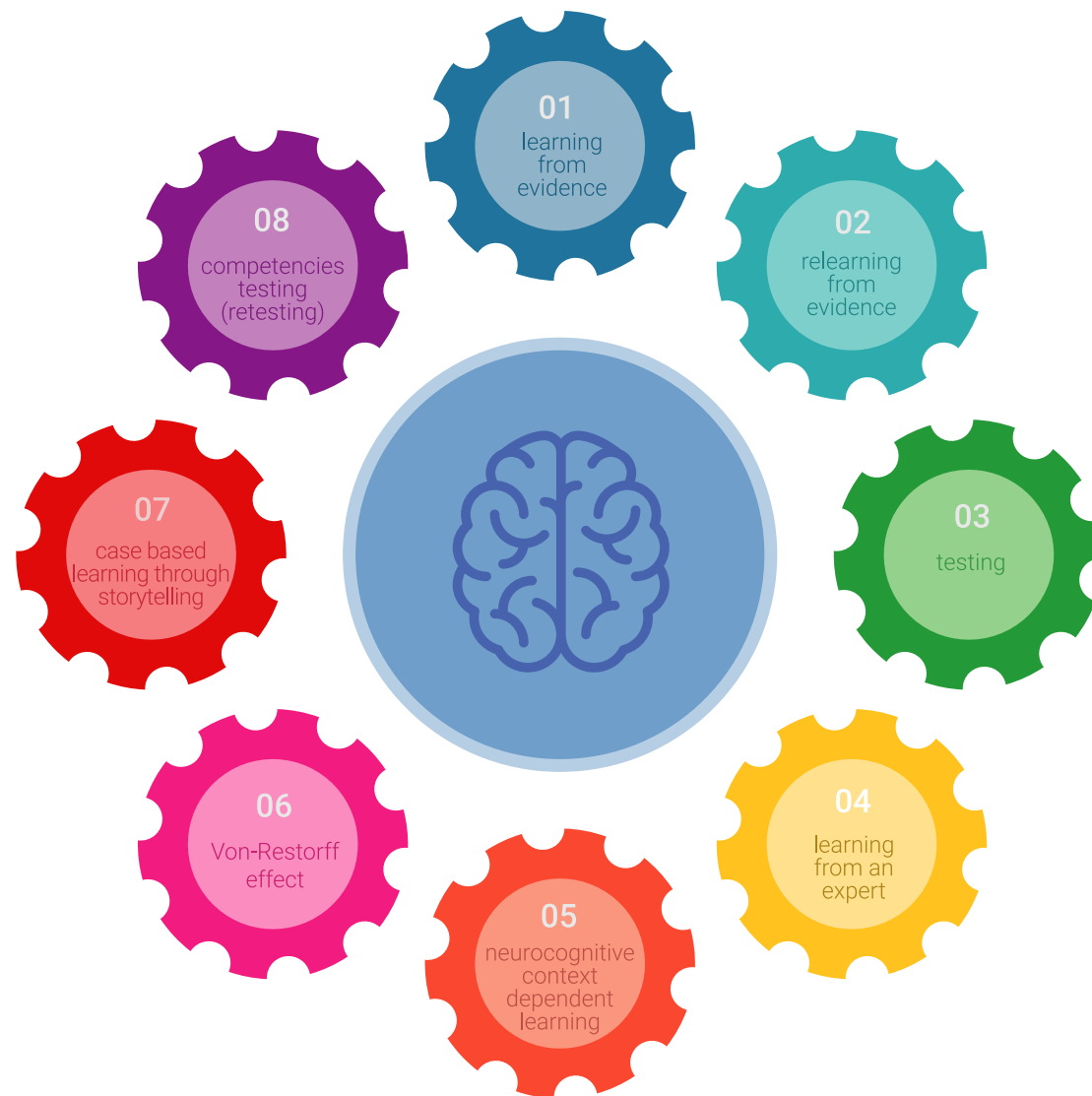
1. Физиотерапевты/кинезиологи, которые следуют этому методу, не только добиваются усвоения знаний, но и развивают свои умственные способности с помощью упражнений по оценке реальных ситуаций и применению своих знаний.
2. Обучение прочно опирается на практические навыки, что позволяет физиотерапевту/кинезиологу 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.



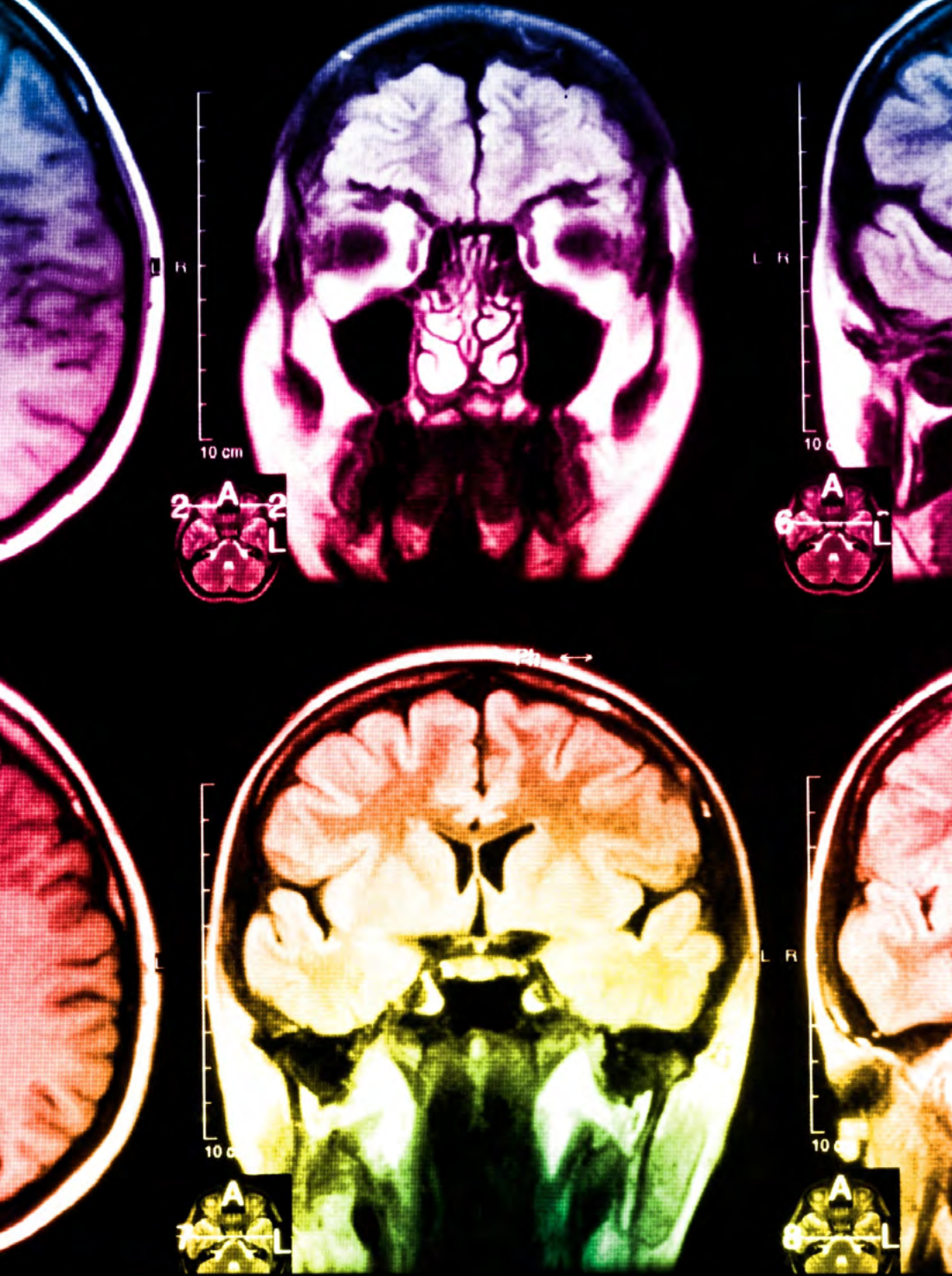
## Методология *Relearning*

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

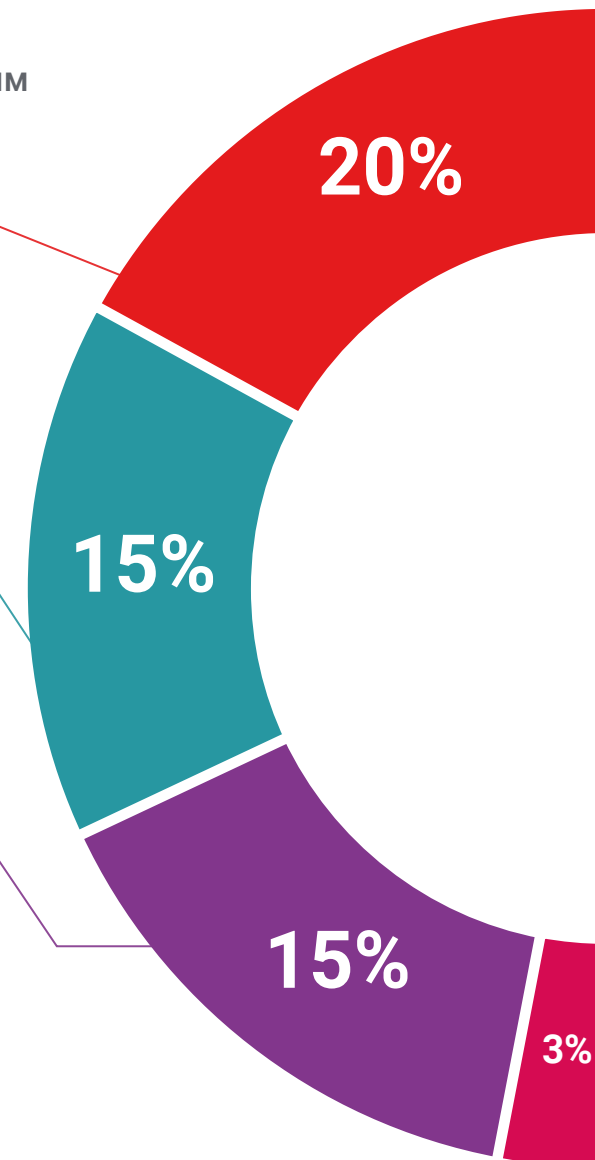
Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

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

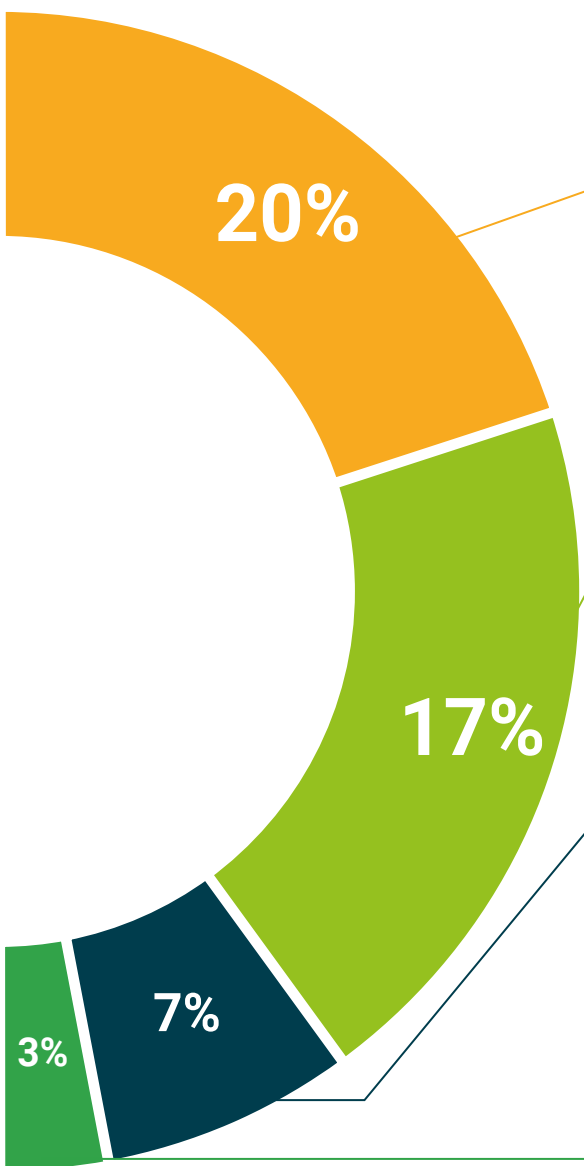


#### Дополнительная литература

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.



07

# Квалификация

Специализированная магистратура в области терапевтического пилатеса гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома об окончании Специализированной магистратуры, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

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

Данная **Специализированная магистратура в области терапевтического пилатеса** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

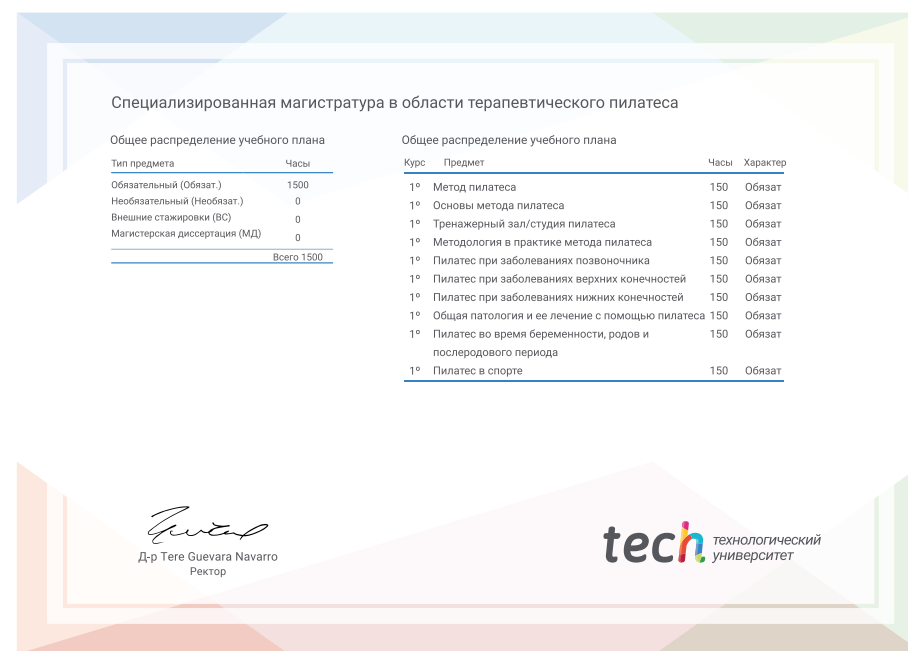
После прохождения аттестации студент получит по почте\* с подтверждением получения соответствующий диплом **Специализированной магистратуры**, выданный **ТЕСН Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **ТЕСН Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную в Специализированной магистратуре, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Специализированная магистратура в области терапевтического пилатеса**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **12 месяцев**



\*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 оплату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Технологии

Знания Настоящее Качество

Веб обучение Терапевтический пилатес

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

**tech** технологический университет

**Специализированная  
магистратура**

Терапевтический пилатес

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 12 месяцев
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

# Специализированная магистратура Терапевтический пилатес

