

Certificat

Obésité et Exercice Physique

Approuvé par la NBA





tech université
technologique

Certificat Obésité et Exercice Physique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/cours/obesite-exercice-physique

Sommaire

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 16

05

Méthodologie

page 20

06

Diplôme

page 28

01 Présentation

Les personnes souffrant d'obésité doivent intégrer l'exercice physique dans leur vie quotidienne. Cependant, il est essentiel que ces activités soient encadrées par un professionnel capable d'adapter les routines sportives à leurs besoins. Cette formation a donc été conçue pour spécialiser les professionnels du sport dans la conception de programmes destinés aux personnes souffrant d'obésité.



“

Les personnes obèses qui font des routines sportives guidées par un professionnel constateront une amélioration de leur santé et de leur apparence physique”

L'obésité est devenue l'une des maladies les plus répandues dans le monde, bien que la plus sous-estimée de toutes, étant perçue par la population comme un simple problème esthétique. Il s'agit d'une pathologie multifactorielle qui altère complètement l'organisme, affectant le métabolisme et le fonctionnement normal des organes.

La sédentarité et une alimentation excessive ou inadéquate sont deux des éléments qui ont le plus d'impact sur le développement de cette maladie. Cependant, la croyance simpliste selon laquelle une augmentation de l'activité physique et une diminution de l'apport alimentaire suffisent pour la traiter a été considérée comme un traitement inefficace, étant donné que le système dans cet état pathologique ne répond pas de la même manière.

Par conséquent, dans ce programme, un accent particulier sera mis sur la planification et la programmation d'une formation adaptée au dysfonctionnement de ces personnes afin de générer des changements perceptibles dans leur santé. En plus de créer des habitudes de vie saines qu'ils seront en mesure de maintenir pour le reste de leur vie.

Pour vous former dans ce domaine, à TECH nous avons conçu ce programme, dont le contenu est de la plus haute qualité pédagogique et éducative, qui vise à faire de nos étudiants des professionnels performants, en suivant les normes de qualité les plus élevées de l'enseignement au niveau international. De plus, comme il s'agit d'une formation en ligne, l'étudiant n'est pas conditionné par des horaires fixes ou la nécessité de se déplacer vers un autre lieu physique, mais peut accéder aux contenus à tout moment de la journée, en conciliant sa vie professionnelle ou personnelle avec sa vie académique.

Ce **Certificat en Obésité et Exercice Physique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement de nombreuses études de cas présentées par des spécialistes en entraînement personnel
- ◆ Son contenu graphique, schématique et éminemment pratique est destiné à fournir des informations disciplines médicales indispensables à la pratique professionnelle
- ◆ Des exercices où le processus d'auto-évaluation peut être réalisé pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Le système d'apprentissage interactif, basé sur des algorithmes, pour la prise de décision
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes en matière de formation personnelle
- ◆ Les cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Les entraîneurs personnels doivent se spécialiser dans les programmes d'exercices les plus bénéfiques pour les personnes obèses afin d'améliorer leur santé et leur qualité de vie"

“

Ce Certificat est le meilleur investissement que vous puissiez faire dans le choix d'un programme pour deux raisons: en plus d'actualiser vos connaissances en matière d'obésité et d'exercice physique, vous obtiendrez un diplôme de l'Université Technologique TECH”

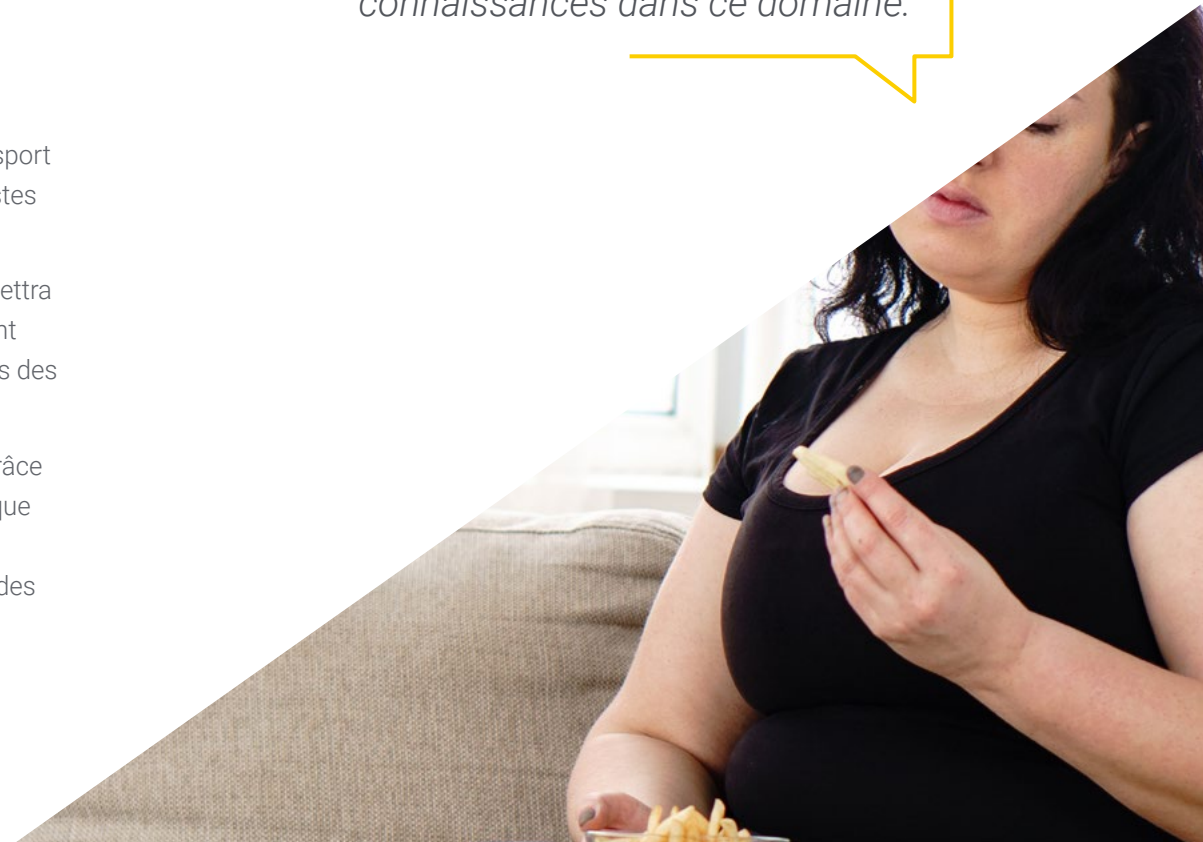
Son corps enseignant comprend des professionnels du domaine des sciences du sport apportant leur expérience professionnelle à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus par des sociétés de premier plan et des universités prestigieuses.

Son contenu multimédia, élaboré avec les dernières technologies éducatives, permettra au professionnel un apprentissage situé et contextuel, c'est-à-dire un environnement simulé qui fournira une spécialisation immersive programmée pour s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage Par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme universitaire. Pour ce faire, le professionnel sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts renommés et expérimentés en matière d' Obésité et Exercice Physique.

Le programme permet de s'entraîner dans des environnements simulés, qui offrent un apprentissage immersif programmé pour s'entraîner à des situations réelles.

Ce Certificat 100% en ligne vous permettra de combiner vos études avec votre travail professionnel tout en améliorant vos connaissances dans ce domaine.



02 Objectifs

L'objectif principal de ce programme est le développement de l'apprentissage théorique et pratique, afin que le professionnel des sciences du sport soit capable de maîtriser de manière pratique et rigoureuse l'application de l'Entraînement Personnel Thérapeutique.



“

*Notre objectif est d'atteindre l'excellence académique
et de vous aider à réussir professionnellement.
N'hésitez plus et rejoignez-nous”*



Objectifs généraux

- ◆ Comprendre les différentes variables d'entraînement et leur application chez les personnes atteintes de pathologies
- ◆ Offrir une vision large de la pathologie et de ses caractéristiques les plus pertinentes
- ◆ Obtenir un aperçu des pathologies les plus courantes dans la société
- ◆ Comprendre les facteurs les plus pertinents qui déclenchent la maladie afin de prévenir l'apparition de comorbidités ou de la maladie elle-même
- ◆ Connaître les contre-indications existantes dans les différentes pathologies pour éviter les éventuels effets contre-productifs de l'exercice physique





Objectifs spécifiques

- ◆ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie de l'obésité et de son impact sur la santé
- ◆ Comprendre les limites physiques de la personne obèse
- ◆ Être capable de planifier et de programmer une formation de manière individualisée pour une personne souffrant d'obésité

“

Le domaine du sport a besoin de professionnels formés et nous vous donnons les clés pour vous placer dans l'élite professionnelle”

03

Direction de la formation

Notre équipe d'enseignants, composée d'experts en Entraînement Personnel, jouit d'un grand prestige dans la profession. Ce sont des professionnels ayant une grande expérience de l'enseignement qui se sont réunis pour vous aider à donner une impulsion à votre carrière. À cette fin, ils ont développé ce Certificat avec des mises à jour récentes dans le domaine qui vous permettront de vous former et d'accroître vos compétences dans ce secteur.





“

*Apprenez des meilleurs professionnels
et devenez un professionnel accompli”*

Direction



M. Rubina, Dardo

- Coordinateur de la scène de performance à l'Ecole Sportive Moratalaz, Club de Football
- Préparateur physique pour les équipes de cadets, de jeunes et les premières équipes de l'école des sports de Moratalaz
- CEO de Test and Training
- Entraîneur personnel de sportifs de tous âges, d'athlètes de haut niveau, de footballeurs, etc. avec plus de 18 ans d'expérience
- Doctorant en performance sportive à l'Université de Castilla la Mancha.
- Master Universitaire en sport de haut niveau, Comité Olympique Espagnol, Universidad Autónoma de Madrid
- Master coach par l'IFBB
- Cours d'entraînement de la force appliqué aux performances physiques et sportives par l'ACSM
- Spécialiste de l'évaluation physiologique et de l'interprétation de la condition physique par Biokinetics
- Entraîneur de football de niveau 2 par la Fédération Royale Espagnole de Football
- Expert en Scouting sportif et en quantification de charge par l'Université de Melilla (spécialisation en football)
- Diplôme de recherche avancée de l'Université de Castilla La Mancha
- Expert en Musculation Avancée par l'IFBB
- Expert en Nutrition Avancée par l'IFBB
- Diplôme d'études supérieures en Pharmacologie, nutrition et supplémentation sportive par l'Université de Barcelone

Professeurs

M. Renda, Juan Manuel

- ◆ Professeur d'éducation physique à l'Université métropolitaine de l'éducation et du travail
- ◆ Professeur de Licence en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ◆ Licence en éducation physique avec orientation vers la physiologie du travail physique à l'Université National Général San Martin
- ◆ Licence en Kinésiologie et Physiatrie à l'Institut Universitaire Fondation H.A. Bacille
- ◆ Master de troisième cycle en Éducation Physique de l'Université Nationale de Lomas de Zamora

Mme Avila, Maria Belén

- ◆ Psychologue du sport au Club Athlétique Vélez Sarsfield
- ◆ Spécialiste du service de Nutrition et de Diabète dans différents centres tels que l'Hôpital des Cliniques José de San Martin
- ◆ Spécialiste du programme thérapeutique intégral pour le traitement du Surpoids et de l'Obésité
- ◆ Diplôme en Psychologie à l'Université de Salamanca
- ◆ Diplômé en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ◆ Spécialisation en Psychologie du Sport par l'APDA

M. Crespo, Guillermo Javier

- ◆ Coordinateur du gymnase du Club Body
- ◆ Coordinateur du gymnase et du centre de formation Association Calabresa
- ◆ Entraîneur adjoint dans le programme de détection et de développement de l'haltérophilie chez les jeunes de l'Association Calabresa et du Gymnase San Carlos
- ◆ Diplômée en nutrition à l'Institut universitaire des sciences de la santé HA Barceló

M. Masabeu, Emilio José

- ◆ Conférencier du séminaire sur l'apprentissage moteur à l'Université nationale de Villa Maria
- ◆ Professeur de neurodéveloppement moteur à l'Université nationale de La Matanza
- ◆ Professeur dans le séminaire sur l'activité physique et l'obésité à l'Université Favaloro
- ◆ Responsable des travaux pratiques de Kinefilaxia à l'Université de Buenos Aires
- ◆ Diplômé en Kinésiologie à l'Université de Buenos Aires

M. Vallodoro, Eric

- ◆ Professeur titulaire à l'Institut Supérieur Modelo Lomas
- ◆ Coordinateur du Laboratoire de Biomécanique et de Physiologie de l'Exercice à l'Institut Supérieur Modelo Lomas
- ◆ Diplômé en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ◆ Diplômé en Professeur titulaire d'Éducation Physique à l'Institut Supérieur Modelo Lomas

M. Supital Alejandro, Raúl

- ◆ Professeur d'Activité Physique et de Santé à l'Université Catholique de Salta
- ◆ Professeur d'éducation physique et de sport à l'université nationale de Rio Negro
- ◆ Professeur d'Anatomie Fonctionnelle et de Biomécanique à l'Université Nationale de Villa Maria
- ◆ Chef du département des sciences biologiques de l'ISEF 1 Romero Brest
- ◆ Diplôme en Kinésiologie et Physiatrie à l'Université de Buenos Aires

04

Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par une équipe de professionnels conscients des implications de la formation dans la pratique quotidienne, conscients de la pertinence d'une formation actuelle en matière d'entraînement personnel, et engagés dans un enseignement de qualité grâce aux nouvelles technologies éducatives.





“

Ce Mastère Spécialisé en Entraînement Personnel Thérapeutique contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Nous voulons vous offrir la meilleure formation possible”

Module 1. Obésité et exercices physiques

- 1.1. Définition, Contextualisation et épidémiologie
 - 1.1.1. Évolution de l'obésité: aspects culturels et sociaux associés
 - 1.1.2. Obésité et comorbidités: le rôle de l'interdisciplinarité
 - 1.1.3. L'obésité infantile et son impact sur l'âge adulte futur
- 1.2. Bases physiopathologiques
 - 1.2.1. Définition de l'obésité et des risques pour la santé
 - 1.2.2. Aspects physiopathologiques de l'obésité
 - 1.2.3. Obésité et pathologies associées
- 1.3. Évaluation et diagnostique
 - 1.3.1. Composition corporelle: modèle à 2 et à 5 composantes
 - 1.3.2. Évaluation: principales évaluations morphologiques
 - 1.3.3. Interprétation des données anthropométriques
 - 1.3.4. Prescription d'exercices physiques pour la prévention et l'amélioration de l'obésité
- 1.4. Protocoles et traitements
 - 1.4.1. Première ligne directrice thérapeutique: modification du mode de vie
 - 1.4.2. Nutrition: rôle dans l'obésité
 - 1.4.3. Exercice: rôle dans l'obésité
 - 1.4.4. Traitement pharmacologique
- 1.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant d'obésité
 - 1.5.1. Définition et spécification du niveau du client
 - 1.5.2. Définition et spécification des objectifs
 - 1.5.3. Définition et spécification des processus d'évaluation
 - 1.5.4. Définition et concrétisation de l'opérationnalité en ce qui concerne les ressources spatiales et supportles
- 1.6. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
 - 1.6.1. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
 - 1.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement musculaire chez les patients obèses
 - 1.6.3. Sélection d'exercices et de méthodes d'entraînement de la force chez les personnes obèses.
 - 1.6.4. Conception de programmes d'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité





- 1.7. Programmation de l'entraînement en résistance chez le patient obèse
 - 1.7.1. Objectifs de l'entraînement en résistance chez les patients obèses
 - 1.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement d'endurance chez les personnes obèses
 - 1.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement en résistance chez les sujets obèses
 - 1.7.4. Conception de programmes d'entraînement en résistance pour les personnes obèses
- 1.8. Santé des articulations et entraînement complémentaire chez les patients souffrant d'obésité
 - 1.8.1. Formation complémentaire en matière d'obésité
 - 1.8.2. Entraînement à l'ADM/à la flexibilité chez les patients obèses
 - 1.8.3. Amélioration du contrôle et de la stabilité du tronc chez les personnes obèses
 - 1.8.4. Autres considérations relatives à l'entraînement de la population obèse
- 1.9. Aspects psychosociaux de l'obésité
 - 1.9.1. Importance du traitement interdisciplinaire dans l'obésité
 - 1.9.2. Troubles de l'alimentation
 - 1.9.3. Obésité infantile
 - 1.9.4. Obésité chez l'adulte
- 1.10. Nutrition et autres facteurs liés à l'obésité
 - 1.10.1. Sciences "Omiques" et obésité
 - 1.10.2. Microbiote et son influence sur l'obésité
 - 1.10.3. Protocoles d'intervention nutritionnelle dans l'obésité: les preuves
 - 1.10.4. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice physique



*Une expérience de formation unique,
clé et décisive pour stimuler votre
développement professionnel*

05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”



Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.



Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Ce programme intensif en Sciences du Sport de TECH Université Technologique vous prépare à relever tous les défis dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Nous nous engageons à promouvoir la croissance personnelle et professionnelle, le meilleur moyen de marcher vers le succès, c'est pourquoi TECH utilise des *études de cas* de Harvard, avec qui nous avons un accord stratégique, ce qui nous permet de fournir à nos étudiants des matériaux de la meilleure université du monde.

“*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme support pédagogique dans ses cours*”

L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

Relearning Methodology

Notre université est la première au monde à combiner les *case studies* de l'Université de Harvard avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui combine 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons les *études de cas* de Harvard avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.



Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.



Ce programme offre le meilleur support pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



Pratique des aptitudes et des compétences

Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



06 Diplôme

Le Certificat en Obésité et Exercice Physique vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.





Finalisez ce Certificat avec succès et recevez votre diplôme universitaire sans avoir à vous soucier des déplacements ou des démarches administratives”

Ce **Certificat en Obésité et Exercice Physique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi les évaluations, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception le diplôme de **Certificat** par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Obésité et Exercice Physique**

N.º d'heures officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



*Apostille de La Haye. Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier celui-ci doit posséder l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité

en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langues

tech université
technologique

Certificat

Obésité et Exercice Physique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat

Obésité et Exercice Physique

Approuvé par la NBA

