

Certificat Avancé

Méthode Pilates sur Machine

Approuvé par la NBA





Certificat Avancé

Méthode Pilates sur Machine

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/diplome-universite/diplome-universite-methode-pilates-machine

Accueil

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Direction de la formation

page 12

04

Structure et contenu

page 18

05

Méthodologie

page 24

06

Diplôme

page 32

01

Présentation

La Méthode Pilates sur Machine s'est imposée comme une technique d'entraînement de plus en plus populaire et efficace pour améliorer la stabilité et le mouvement du corps, en se concentrant particulièrement sur le Bassin en tant que centre de contrôle et de stabilité. Pour cette raison, l'entraîneur doit être à la pointe des dernières techniques de stabilité ainsi que de l'équipement utilisé dans cette discipline. TECH a donc créé ce programme qui garantit à l'expert une mise à jour de qualité sur les différents équipements adaptés à la méthode Pilates, le choix de l'espace et de l'environnement dans cette pratique et ses fondamentaux. Il s'agit d'un programme 100% en ligne, qui offre au professionnel une totale liberté d'accès à son contenu.





“

*Vous disposerez d'une mise à jour efficace
des avancées de la Méthode Pilates sur
Machine, grâce à ce diplôme 100% en ligne"*

La Méthode Pilates sur Machine est devenue une technique d'entraînement de plus en plus populaire, en particulier parmi les athlètes et les sportifs de haut niveau. En effet, elle met l'accent sur le renforcement du tronc, l'amélioration de la souplesse et l'alignement du corps. C'est pourquoi certains centres d'entraînement et spécialistes du fitness ont commencé à intégrer l'équipement Pilates dans leurs pratiques de travail afin d'offrir aux athlètes la possibilité d'expérimenter les bénéfices de cette technique. En outre, des programmes d'entraînement spécifiques sont mis au point pour eux, en adaptant les exercices de Pilates sur machine à leurs besoins et à leurs objectifs sportifs.

En conséquence, TECH a développé ce Certificat Avancé qui offre aux professionnels une mise à jour précieuse sur les dernières techniques de la Méthode Pilates sur Machine. Ainsi, les préparateurs physiques pourront se tenir au courant des progrès réalisés dans l'utilisation des différents équipements pour mettre en œuvre cette discipline dans leurs séances. Ils en apprendront également davantage sur les fondements de la méthode, ce qui leur permettra de traiter avec plus de précision les blessures les plus courantes et de choisir les exercices adaptés à chaque sport.

Selon cette approche, le diplôme est présenté dans un format 100% en ligne qui favorise la combinaison des activités personnelles et professionnelles avec ce perfectionnement, puisqu'il n'est pas soumis à des horaires fixes. En outre, le programme met à la disposition du diplômé une série de ressources multimédias telles que des études de cas réels et des résumés vidéo, soutenus par le système *Relearning*, qui garantit que le professionnel se souviendra des concepts les plus complexes en moins de temps et sans trop d'efforts.

Ce **Certificat Avancé en Méthode Pilates sur Machine** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Kinésithérapie et Pilates
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ 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



Vous mettrez à jour vos connaissances sur les principaux équipements des Méthodes Pilates tels que le Tonneau, le Fauteuil et l'Anneau Flexible"

“

Vous identifierez l'importance d'un environnement approprié, en tenant compte des préférences en matière d'équipement et de la disposition de l'équipement pour faciliter la pratique du Pilates"

Vous apprendrez en profondeur les exercices les plus appropriés lors de la pratique du Pilates sur Machines et leur application aux blessures sportives.

Vous intégrerez dans vos séances d'entraînement physique les différents types de respiration et l'importance de chaque exercice de Pilates.

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de 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 la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.



02 Objectifs

Ce programme a été conçu dans le but d'offrir au professionnel du fitness une mise à jour des connaissances et des compétences nécessaires pour mettre en œuvre la Méthode Pilates sur Machine dans son domaine d'activité. Il pourra ainsi créer des plans d'entraînement physique et de rééducation qui auront un impact positif sur la santé des personnes qui effectuent ces séances. Pour atteindre cet objectif, TECH a créé ce diplôme qui offre au diplômé une série de ressources multimédias stockées dans une bibliothèque virtuelle, qui sera facilement accessible à partir de n'importe quel appareil électronique doté d'une connexion internet.



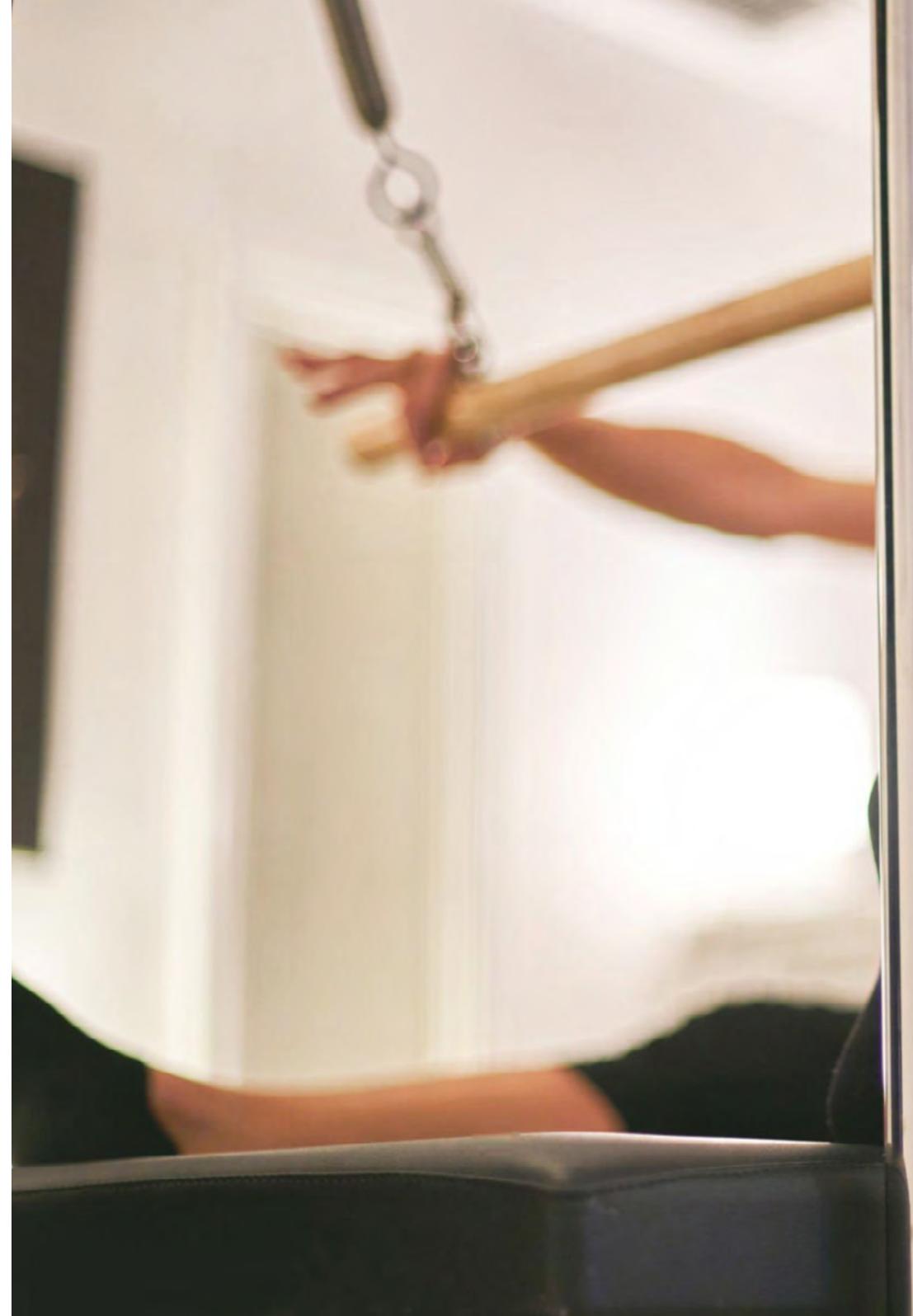
“

Vous développerez vos compétences dans la mise en œuvre de techniques pour travailler le Core et le Bassin en tant que centre de stabilité et de mouvement dans la pratique du Pilates”



Objectifs généraux

- ♦ Améliorer les connaissances et les compétences professionnelles dans la pratique et l'enseignement des exercices de la méthode Pilates au sol, sur différentes machines et avec des équipements
- ♦ Distinguer les applications des exercices de Pilates et les adaptations à faire pour chaque patient
- ♦ Établir un protocole d'exercices adaptés à la symptomatologie et à la pathologie de chaque patient
- ♦ Définir les progressions et régressions des exercices en fonction des différentes phases du processus de récupération d'une blessure
- ♦ Éviter les exercices contre-indiqués en fonction du diagnostic préalable des patients et des clients
- ♦ Manipuler en profondeur les appareils utilisés dans la méthode Pilates
- ♦ Fournir les informations nécessaires pour pouvoir rechercher des informations scientifiques et actualisées sur les traitements de Pilates applicables à différentes pathologies
- ♦ Analyser les besoins et les améliorations de l'équipement Pilates dans un espace thérapeutique destiné aux exercices Pilates
- ♦ Développer des actions qui améliorent l'efficacité des exercices Pilates basés sur les principes de la méthode
- ♦ Exécuter correctement et de manière analytique les exercices basés sur la Méthode Pilates
- ♦ Analyser les changements physiologiques et posturaux qui affectent les femmes enceintes
- ♦ Élaborer des exercices adaptés à la femme au cours de la grossesse jusqu'à l'accouchement
- ♦ Décrire l'application de la Méthode Pilates chez les sportifs de haut niveau





Objectifs spécifiques

Module 1. Le gymnase Pilates

- ◆ Décrire l'espace où le Pilates est pratiqué
- ◆ Connaître les machines utilisées pour le Pilates
- ◆ Décrire les protocoles d'exercices et les progressions

Module 2. Principes fondamentaux de la Méthode Pilates

- ◆ Approfondir les principes fondamentaux du Pilates
- ◆ Identifier les exercices les plus pertinents
- ◆ Expliquer les positions Pilates à éviter

Module 3. Pilates dans les sports

- ◆ Identifier les blessures les plus fréquentes dans chaque sport
- ◆ Indiquer les facteurs de risque qui prédisposent aux blessures
- ◆ Sélectionner des exercices basés sur la méthode Pilates adaptés à chaque sport

“

Vous appliquerez la Méthode Pilates sur Machine en tant que traitement et prévention des blessures causées par les sports de raquette”

03

Direction de la formation

Afin de maintenir le niveau élevé qui caractérise les programmes TECH, ce diplôme dispose d'un corps enseignant composé d'éminents spécialistes dans le domaine de la Kinésithérapie et d'experts de la Méthode Pilates. Ainsi, le formateur aura la garantie de recevoir une mise à jour basée sur les données scientifiques les plus récentes et sur un programme élaboré par des professionnels dans ce domaine. De plus, étant donné leur proximité, les diplômés pourront résoudre toutes les questions qu'ils pourraient se poser sur le contenu du programme pendant la durée du cours.





“

Vous bénéficierez d'une mise à jour de haut niveau grâce à une équipe pédagogique qui a conçu cette qualification pour approfondir vos connaissances sur les blessures courantes chez les athlètes de différents sports.

Directeur invité internationa

Le Docteur Edward Laskowski est une figure internationale de premier plan dans le domaine de la **Médecine Sportive** et de la **Réadaptation Physique**. Certifié par le **Conseil Américain de Médecine Physique et de Réadaptation**, il a fait partie intégrante de la prestigieuse équipe de la **Clinique Mayo**, où il a occupé le poste de **Directeur du Centre de Médecine Sportive**.

Son expertise couvre un large éventail de disciplines, de la **Médecine Sportive** au **Fitness** et à **l'Entraînement de la Force et de la Stabilité**. Il a travaillé en étroite collaboration avec une équipe multidisciplinaire de spécialistes en **Médecine Physique, Réadaptation, Orthopédie, Kinésithérapie** et **Psychologie du Sport** afin d'apporter une approche holistique aux soins de ses patients.

De même, son influence s'étend au-delà de la pratique clinique, puisqu'il a été reconnu au **niveau national et international** pour ses contributions au monde du **sport** et de la **santé**. Ainsi, il a été nommé par le président **George W. Bush** au **Conseil Présidentiel sur la Condition Physique et les Sports**, et a reçu le **Prix de Service Distingué** du **Département de la Santé et des Services Humains**, soulignant son engagement pour la promotion de **modes de vie sains**.

En outre, il a joué un rôle clé dans des **événements sportifs** majeurs tels que les **Jeux Olympiques d'Hiver de 2002** à **Salt Lake City** et le **Marathon de Chicago**, en fournissant des **soins médicaux** de qualité. En outre, son dévouement à la **sensibilisation** s'est traduit par un travail considérable dans la création de **ressources universitaires**, notamment le **CD-ROM** de la **Clinique Mayo** sur le **Sport, la Santé** et le **Fitness**, ainsi que par son rôle de **Rédacteur en Chef Adjoint** du livre "**Mayo Clinic Fitness for EveryBody**". Passionné par la lutte contre les mythes et la fourniture d'informations précises et actualisées, le Docteur Edward Laskowski continue d'être une voix influente dans le domaine de la **Médecine du Sport** et de **Fitness** dans le monde entier.



Dr. Laskowski, Edward

- Directeur du Centre de Médecine du Sport de la Clinique Mayo, États-Unis
- Médecin Consultant auprès de l'Association des Joueurs de la Ligue Nationale de Hockey, États-Unis
- Médecin à la Clinique Mayo, États-Unis
- Membre de la Polyclinique Olympique aux Jeux Olympiques d'hiver (2002), Salt Lake City, Salt Lake City
- Spécialiste de la Médecine du Sport, du Fitness, de la Musculation et de l'Entraînement à la Stabilité
- Certifié par le Conseil Américain de la Médecine Physique et de la Réadaptation
- Rédacteur Collaborateur du livre "Mayo Clinic Fitness for EveryBody"
- Prix du Service distingué du Département de la Santé et des Services Humains
- Membre de :
American College of Sports Medicine



Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde"

Direction



M. González Arganda, Sergio

- ♦ Kinésithérapeute de l'Atlético de Madrid et PDG de Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute du Club de Football Atlético de Madrid
- ♦ PDG de Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Masteren Ostéopathie de l'Appareil Locomoteur par l'École d'Ostéopathie de Madrid
- ♦ Masteren Biomécanique appliquée à l'Évaluation des Blessures et aux Techniques Avancées de Kinésithérapie
- ♦ Expert en Rééducation Pilates par la Fédération Royale Espagnole de Gymnastique
- ♦ Diplômé en Kinésithérapie de l'Université Pontificale de Comillas

Professeurs

Mme. Valiente Serrano, Noelia

- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute à Keiki Fisioterapia
- ♦ Kinésithérapeute à Jemed Importaciones

M. Longás de Jesús, Antonio

- ♦ Kinésithérapeute à la clinique Lagasca
- ♦ Kinésithérapeute à Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Kinésithérapeute au Club de Rugby Veterinaria



04

Structure et contenu

Ce Certificat Avancé a été conçu dans le but de fournir au préparateur physique un perfectionnement de la Méthode Pilates sur Machine. Ainsi, le spécialiste approfondira l'utilisation d'équipements tels que le Reformer, le Fauteuil et le Tonneau. En outre, il approfondira sa connaissance des différents aspects de la méthode, y compris les types de respiration, l'analyse, les effets et les conclusions. Vous approfondirez également la biomécanique de la Colonne Vertébrale et ses applications dans le Pilates. Tout cela, avec une variété de matériel innovant comme des vidéos en focus et des études de cas réels, qui vous permettront d'approfondir votre connaissance des concepts les plus complexes dans la pratique de cette discipline.





“

Grâce à la méthode de Relearning, vous réduirez les longues heures d'étude et vous concentrerez votre attention sur les concepts clés"

Module 1. Le gymnase Pilates

- 1.1. Le Reformer
 - 1.1.1. Présentation du Reformer
 - 1.1.2. Bénéfices du Reformer
 - 1.1.3. Principaux exercices sur le Reformer
 - 1.1.4. Principales erreurs sur le Reformer
- 1.2. Le Cadillac ou la table de Trapèze
 - 1.2.1. Présentation du Cadillac
 - 1.2.2. Bénéfices de la table Trapèze
 - 1.2.3. Principaux exercices sur le Cadillac
 - 1.2.4. Principales erreurs sur le Cadillac
- 1.3. La chaise
 - 1.3.1. Introduction à la chaise
 - 1.3.2. Bénéfices de la chaise
 - 1.3.3. Principaux exercices sur la chaise
 - 1.3.4. Principales erreurs sur la chaise
- 1.4. Le Tonneau
 - 1.4.1. Présentation du Tonneau
 - 1.4.2. Bénéfices du Tonneau
 - 1.4.3. Principaux exercices sur le Tonneau
 - 1.4.4. Principales erreurs sur le Tonneau
- 1.5. Modèles "Combo"
 - 1.5.1. Introduction au modèle Combo
 - 1.5.2. Bénéfices du modèle Combo
 - 1.5.3. Principaux exercices du modèle Combo
 - 1.5.4. Principales erreurs du modèle Combo
- 1.6. L'anneau flexible
 - 1.6.1. Présentation de l'anneau flexible
 - 1.6.2. Bénéfices de l'anneau flexible
 - 1.6.3. Principaux exercices avec l'anneau flexible
 - 1.6.4. Principales erreurs avec l'anneau flexible

- 1.7. Le *Spine* Corrector
 - 1.7.1. Présentation du *Spine* corrector
 - 1.7.2. Bénéfices du *Spine* corrector
 - 1.7.3. Principaux exercices avec le *Spine* corrector
 - 1.7.4. Principales erreurs avec le *Spine* corrector
- 1.8. Les Équipements adaptés à la méthode
 - 1.8.1. *Foam roller*
 - 1.8.2. *Fit Ball*
 - 1.8.3. Bandes élastiques
 - 1.8.4. Bosu
- 1.9. Espace
 - 1.9.1. Préférences en matière d'équipement
 - 1.9.2. L'espace Pilates
 - 1.9.3. L'équipement Pilates
 - 1.9.4. Bonnes pratiques en matière d'espace
- 1.10. L'environnement
 - 1.10.1. Concept d'environnement
 - 1.10.2. Caractéristiques des différents environnements
 - 1.10.3. Choix de l'environnement
 - 1.10.4. Conclusions

Module 2. Principes fondamentaux de la Méthode Pilates

- 2.1. Les différents concepts sur la méthode
 - 2.1.1. Les concepts selon Joseph Pilates
 - 2.1.2. Évolution des concepts
 - 2.1.3. Générations suivantes
 - 2.1.4. Conclusions
- 2.2. La Respiration
 - 2.2.1. Les différents types de respiration
 - 2.2.2. Analyse des types de respiration
 - 2.2.3. Les effets de la respiration
 - 2.2.4. Conclusions

- 2.3. Le pelvis comme centre de stabilité et de mouvement
 - 2.3.1. Le Core de Joseph Pilates
 - 2.3.2. Le Core scientifique
 - 2.3.3. Base anatomique
 - 2.3.4. Le Core dans les processus de récupération
- 2.4. La structure de la ceinture scapulaire
 - 2.4.1. Revue anatomique
 - 2.4.2. La Biomécanique de la ceinture scapulaire
 - 2.4.3. Utilisations du Pilates
 - 2.4.4. Conclusions
- 2.5. La structure du mouvement des membres inférieurs
 - 2.5.1. Revue anatomique
 - 2.5.2. La biomécanique du membre inférieur
 - 2.5.3. Utilisations du Pilates
 - 2.5.4. Conclusions
- 2.6. L'articulation de la colonne vertébrale
 - 2.6.1. Revue anatomique
 - 2.6.2. Biomécanique de la colonne vertébrale
 - 2.6.3. Utilisations du Pilates
 - 2.6.4. Conclusions
- 2.7. Les alignements des segments corporels
 - 2.7.1. La posture
 - 2.7.2. La posture au Pilates
 - 2.7.3. Les alignements des segments
 - 2.7.4. Les chaînes musculaires et faciales
- 2.8. L'intégration fonctionnelle
 - 2.8.1. Concept d'intégration fonctionnelle
 - 2.8.2. Répercussions sur les différentes activités
 - 2.8.3. La mission
 - 2.8.4. Le contexte

- 2.9. Fondements du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.1. Histoire du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.2. Concepts du Pilates Thérapeutique
 - 2.9.3. Opinions sur le Pilates Thérapeutique
 - 2.9.4. Exemples de blessures ou de pathologies
- 2.10. Pilates classique et Pilates thérapeutique
 - 2.10.1. Différences entre les deux méthodes
 - 2.10.2. Justification
 - 2.10.3. Progressions
 - 2.10.4. Conclusions.

Module 3. Pilates dans les sports

- 3.1. Football
 - 3.1.1. Blessures les plus courantes
 - 3.1.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.1.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.1.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.2. Sport de raquette
 - 3.2.1. Blessures les plus courantes
 - 3.2.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.2.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.2.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.3. Basket-ball
 - 3.3.1. Blessures les plus courantes
 - 3.3.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.3.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.3.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.4. Handball
 - 3.4.1. Blessures les plus courantes
 - 3.4.2. Pilates comme traitement et prévention
 - 3.4.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.4.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau

- 3.5. Golf
 - 3.5.1. Blessures les plus courantes
 - 3.5.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.5.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.5.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.6. Natation
 - 3.6.1. Blessures les plus courantes
 - 3.6.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.6.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.6.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.7. Athlétisme
 - 3.7.1. Blessures les plus courantes
 - 3.7.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.7.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.7.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.8. Danse et arts du spectacle
 - 3.8.1. Blessures les plus courantes
 - 3.8.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.8.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.8.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.9. Hockey sur glace
 - 3.9.1. Blessures les plus courantes
 - 3.9.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.9.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.9.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau
- 3.10. Rugby
 - 3.10.1. Blessures les plus courantes
 - 3.10.2. La méthode Pilates comme traitement et prévention
 - 3.10.3. Bénéfices et Objectifs
 - 3.10.4. Exemple chez les sportifs de haut niveau





“

*Vous améliorerez votre espace de travail,
en incorporant le matériel indiqué dans
les exercices sur Machines pour Pilates”*

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

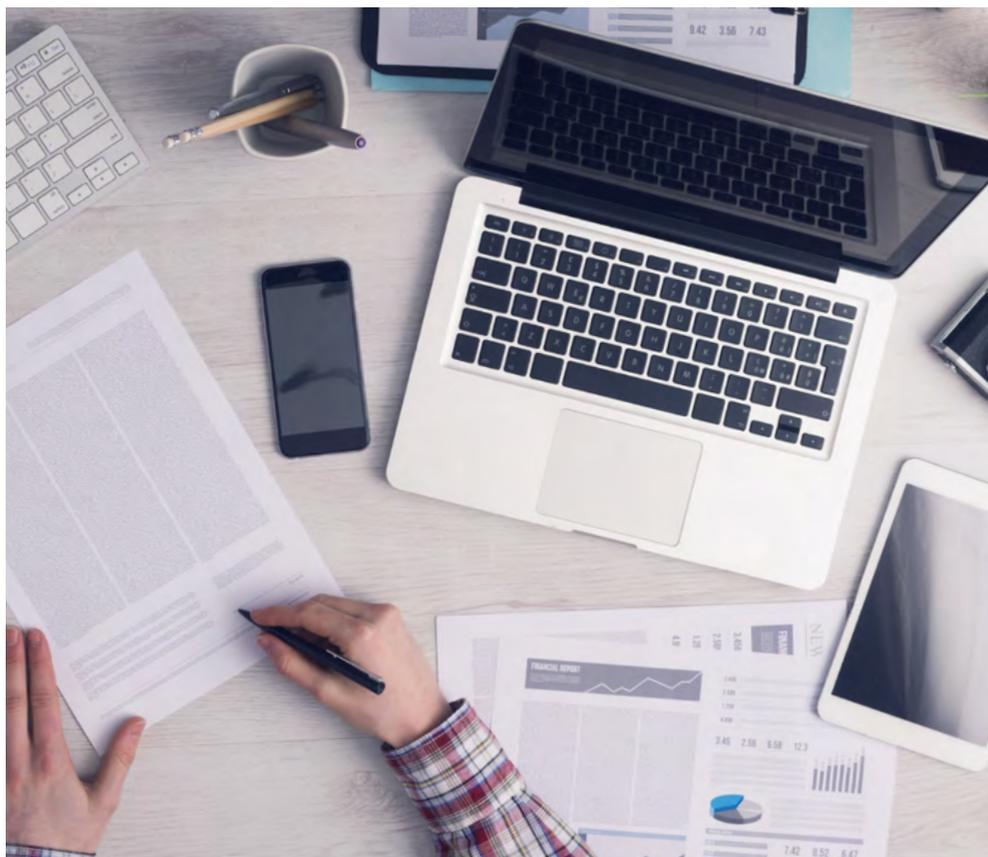
Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

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.



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

Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

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

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. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

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

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas 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 matériel 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 Avancé en Méthode Pilates sur Machine vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat Avancé délivré par TECH Université Technologique.





“

*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
formalités administratives”*

Ce **Certificat Avancé en Méthode Pilates sur Machine** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat Avancé** délivré par **TECH Université Technologique**.

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

Diplôme: **Certificat Avancé en Méthode Pilates sur Machine**

N.º d'heures officielles: **450 h.**

Approuvé par la NBA



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède 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 Avancé
Méthode Pilates
sur Machine

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat Avancé

Méthode Pilates sur Machine

Approuvé par la NBA

