

Corso Universitario

Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico

Approvato dall'NBA





Corso Universitario Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/scienze-motorie/corso-universitario/colonna-vertebrale-arti-yoga-terapeutico

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

La Colonna Vertebrale e gli Arti sono componenti fondamentali nella pratica dello Yoga, in quanto costituiscono la base per le diverse posizioni. Studiando l'anatomia di queste parti del corpo, i professionisti del settore possono comprendere il loro funzionamento e la loro relazione diretta, mostrando l'influenza di queste sullo svolgimento dell'attività fisica. In questo modo, sarà più facile per loro insegnare agli studenti come allineare correttamente questi elementi del corpo umano durante lo Yoga Terapeutico. Per questo motivo, TECH ha lanciato sul mercato accademico questo programma 100% online, che si svolge nell'arco di 6 settimane e consente agli studenti di acquisire nuove conoscenze e competenze che li aiuteranno a migliorare il loro profilo professionale.





“

L'innovativo approccio di questo Corso Universitario ti garantirà un'esperienza di apprendimento dinamica e completa, consentendo di interiorizzare i concetti del settore e di acquisire competenze essenziali nello Yoga"

Negli ultimi anni, lo Yoga Terapeutico si è affermato come pratica efficace per risolvere ad esempio problemi fisici, sociali o intellettivi. La Colonna Vertebrale e gli Arti del corpo sono fondamentali per eseguire qualsiasi posizione nell'ambito di questa disciplina, quindi il professionista che si dedica all'insegnamento di questa attività deve conoscere l'anatomia di queste parti, approfondendo gli aspetti muscolari, scheletrici e quelli del sistema nervoso.

Per questo motivo, il Corso Universitario progettato da TECH si concentra sul fornire conoscenze olistiche ai suoi studenti, in modo che possano specializzarsi in questo campo ed eseguire sessioni di Yoga Terapeutico di qualità superiore. Inoltre, permetterà loro di acquisire nuove competenze per incorporare posture più complesse, integrando la Colonna Vertebrale e gli Arti per ottenere maggiori risultati.

A tal fine, gli studenti saranno formati sulla base di un piano di studi ad alto impatto, strutturato con informazioni recenti e gli ultimi sviluppi della disciplina. Inoltre, il programma prevede la partecipazione di esperti e specialisti, che hanno depositato congiuntamente nel materiale di studio tutte le loro conoscenze e anni di esperienza, rendendo questo titolo un'esperienza accademica esclusiva e di grande beneficio.

Va notato che il Corso Universitario prevede la metodologia *Relearning*, incentrata sulla presentazione di casi reali e simulazioni, per un apprendimento pratico e dinamico, lontano dall'attuale modello convenzionale. Allo stesso tempo, il formato 100% online del programma consente di svolgerlo da qualsiasi dispositivo dotato di connessione a Internet, il che rende facile per i professionisti combinare la loro routine quotidiana con l'acquisizione di nuove conoscenze.

Questo **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti in Yoga Terapeutico
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici con cui è possibile valutare sé stessi per migliorare l'apprendimento
- ♦ Speciale enfasi sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e lavori di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Non perdere questa opportunità e iscriviti subito a questa qualifica 100% online per aggiornare le vostre conoscenze sullo Yoga Terapeutico"

“

Identifica i movimenti che la colonna vertebrale è in grado di compiere per costruire sessioni di yoga che generino attivazione fisica”

Il personale docente del programma comprende prestigiosi professionisti del settore che apportano la propria esperienza di lavoro, così come specialisti riconosciuti e appartenenti a società scientifiche di riferimento e a università di prestigio.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito un contesto simulato nel quale svolgere un tirocinio immersivo, concepito per l'esercitazione in situazioni reali.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Un Corso Universitario che ti garantirà una crescita professionale grazie ai suoi contenuti completi, informativi e aggiornati.

In modo didattico, acquisirai competenze che ti permetteranno di distinguerti in questo settore lavorativo.



02 Obiettivi

Questo Corso Universitario è stato ideato con l'obiettivo di fornire ai partecipanti una formazione avanzata sulle caratteristiche degli Arti e della Colonna Vertebrale, approfondendo i principi del loro funzionamento. In questo modo, si riverseranno su di loro conoscenze specialistiche, tenendo conto di ciascuno dei punti sollevati nello sviluppo del piano di studi, incoraggiandoli a assumere una visione globale di questa professione.



“

Grazie a questo programma, sarai in grado di identificare le funzioni dei sistemi muscolare, nervoso e scheletrico degli Arti del corpo umano e di integrarle nello Yoga"



Obiettivi generali

- ◆ Incorporare le conoscenze e le competenze necessarie per il corretto sviluppo e l'applicazione delle tecniche di Yoga Terapeutico da un punto di vista clinico
- ◆ Creare un programma di Yoga progettato e basato su prove scientifiche
- ◆ Approfondire gli asana più appropriati in base alle caratteristiche della persona e alle lesioni che presenta
- ◆ Approfondire gli studi sulla biomeccanica e la sua applicazione agli asana dello Yoga Terapeutico
- ◆ Descrivere l'adattamento degli asana dello Yoga alle patologie di ogni persona
- ◆ Approfondire le basi Neurofisiologiche delle tecniche di meditazione e di rilassamento esistenti





Obiettivi specifici

- ♦ Descrivere il sistema muscolare, nervoso e scheletrico
- ♦ Approfondire l'anatomia e le funzioni della Colonna Vertebrale
- ♦ Approfondire la fisiologia dell'anca
- ♦ Descrivere la morfologia degli arti superiori e inferiori
- ♦ Approfondire il Diaframma e il Core

“

Una volta conseguita la qualifica, sarai un passo più vicino a raggiungere i tuoi obiettivi professionali”

03

Direzione del corso

Garantire una formazione rigorosa e aggiornata è il principale impegno di TECH nei confronti dei suoi studenti, ed è per questo che ha selezionato il miglior personale docente per questo programma. Sono esperti e specialisti dello Yoga Terapeutico, che hanno anche una vasta conoscenza della Colonna Vertebrale e degli Arti del corpo umano. In questo modo, lo studente avrà accesso a informazioni esclusive, fornite dai migliori professionisti di questa disciplina con molti anni di esperienza nel settore.





“

Grazie al metodo Relearning otterrai un apprendimento molto più rapido ed efficace"

Direttrice Ospite Internazionale

Come direttrice degli insegnanti e responsabile della formazione degli istruttori presso l'Integral Yoga Institute di New York, Dianne Galliano si è affermata come una delle figure più importanti del settore a livello internazionale. Il suo interesse accademico si è concentrato principalmente sullo **yoga terapeutico**, con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e formazione continua.

Ha di fatto svolto un ruolo di tutor, sviluppando protocolli e criteri di formazione e fornendo una educazione continua agli istruttori dell'Integral Yoga Institute. Combina questo lavoro con il suo ruolo di terapeuta e istruttore presso altre istituzioni come il 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa e l'Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Il suo lavoro si estende anche alla **creazione e alla conduzione di programmi di yoga**, sviluppando esercizi e valutando le sfide che possono presentarsi. Nel corso della sua carriera ha lavorato con diversi profili di persone, tra cui uomini e donne anziani e di mezza età, individui in fase pre-natale e post-natale, giovani adulti e persino veterani di guerra, colpiti da una serie di problemi di salute fisica e mentale.

Per ognuno di loro svolge un lavoro attento e personalizzato, avendo trattato persone con osteoporosi, convalescenza da intervento cardiaco o post-cancro al seno, vertigini, mal di schiena, Sindrome dell'Intestino Irritabile e Obesità. Ha conseguito diverse certificazioni, tra cui E-RYT 500 di Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) di American Health Training e Certified Exercise Instructor del Somatic Movement Center.



Dott.ssa Galliano, Dianne

- Istruttrice di Yoga Terapeutico presso il 14TH Street Y
- Terapista di Yoga presso l'Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York City
- Istruttrice Terapeutica presso Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Laurea in Scienze della Formazione presso la State University of New York
- Master in Yoga Terapeutico presso l'Università di Maryland

“

*Grazie a TECH potrai
imparare al fianco dei migliori
professionisti al mondo”*

Direzione



Dott.ssa Escalona García, Zoraida

- ♦ Vicepresidente dell'Associazione Spagnola di Yoga Terapeutico
- ♦ Fondatrice del metodo Air Core (corsi che combinano TRX e Allenamento Funzionale con lo Yoga)
- ♦ Insegnante di Yoga Terapeutico
- ♦ Laurea in Scienze Biologiche presso l'Università Autonoma di Madrid
- ♦ Corso per Insegnanti di: Ashtanga Yoga Progressivo, Physiomyoga, Yoga Miofasciale e Yoga e Cancro
- ♦ Corso di Istruttore di Pilates a terra
- ♦ Corso di Fitoterapia e Nutrizione
- ♦ Corso per Insegnanti di Meditazione

Personale docente

Dott. Losada, Óscar

- ♦ Insegnante di Vinyasa Yoga e *Power Yoga* e Osteopata presso il centro El Árbol de la Vida
- ♦ Istruttore di Vinyasa Yoga e Yoga Coach presso l'Istituto Europeo di Yoga (IEY), Madrid
- ♦ Istruttore di Yin Yoga presso IEY, Barcellona
- ♦ Insegnante di Vinyasa Yoga e *Power Yoga* presso Gimnasio Fitness, Madrid
- ♦ Osteopata e Massaggiatore Sportivo presso Gimnasio Fitness, Madrid
- ♦ Specialista in *Rocket Yoga* presso IEY Huelva
- ♦ Specialista in Yoga Terapeutico, Yin Yoga e Fascia presso IEY Huelva
- ♦ Specialista in Yoga per bambini presso IEY Alicante
- ♦ Osteopata Strutturale II presso Kabat
- ♦ Massaggio sportivo e chiromassaggio presso Orthos



04

Struttura e contenuti

I contenuti accademici di questo Corso Universitario sono stati sviluppati dai migliori professionisti nel campo dello Yoga Terapeutico. In questo modo, gli studenti apprenderanno da risorse multimediali le particolarità che riguardano la Colonna Vertebrale, così come gli Arti del corpo e i sistemi che li compongono. Riceveranno inoltre una formazione avanzata sull'importanza di allenare queste zone attraverso l'attività fisica.





“

Un programma che ti fornirà una comprensione specializzata delle posizioni che possono essere eseguite per lavorare sulla Colonna Vertebrale”

Modulo 1. Colonna vertebrale, instabilità e lesioni

- 1.1. Aspetti concettuali sul sistema di controllo del movimento e le sue disfunzioni nella regione lombo-pelvica e cervico-scapolare
- 1.2. Disfunzioni muscolari
- 1.3. Disfunzioni propriocettive e cambiamenti neuroplastici a livello del SNC
- 1.4. Disfunzioni nella precisione, dissociazione e qualità del movimento
- 1.5. Associazione tra le disfunzioni nel controllo motorio e le lesioni sportive
- 1.6. Ritmo lombopelvico e prove di instabilità lombare
- 1.7. Analisi del controllo del movimento per osservazione
- 1.8. Test di valutazione dei modelli di attivazione muscolare e test di resistenza muscolare
- 1.9. Test sensorio-motore
- 1.10. Integrazione e ragionamento clinico





“

*Ti basta un clic per accedere
alla formazione con la migliore
qualifica in Yoga Terapeutico”*

05 Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***





“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”



Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.



Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.

Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

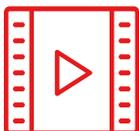
Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



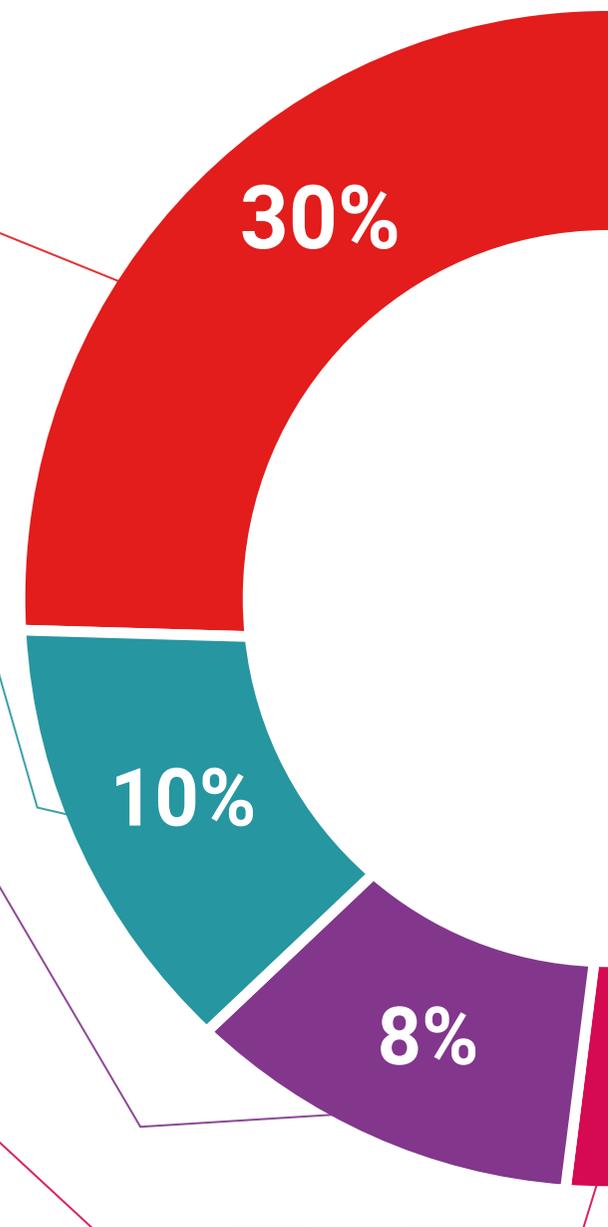
Pratiche di competenze e competenze

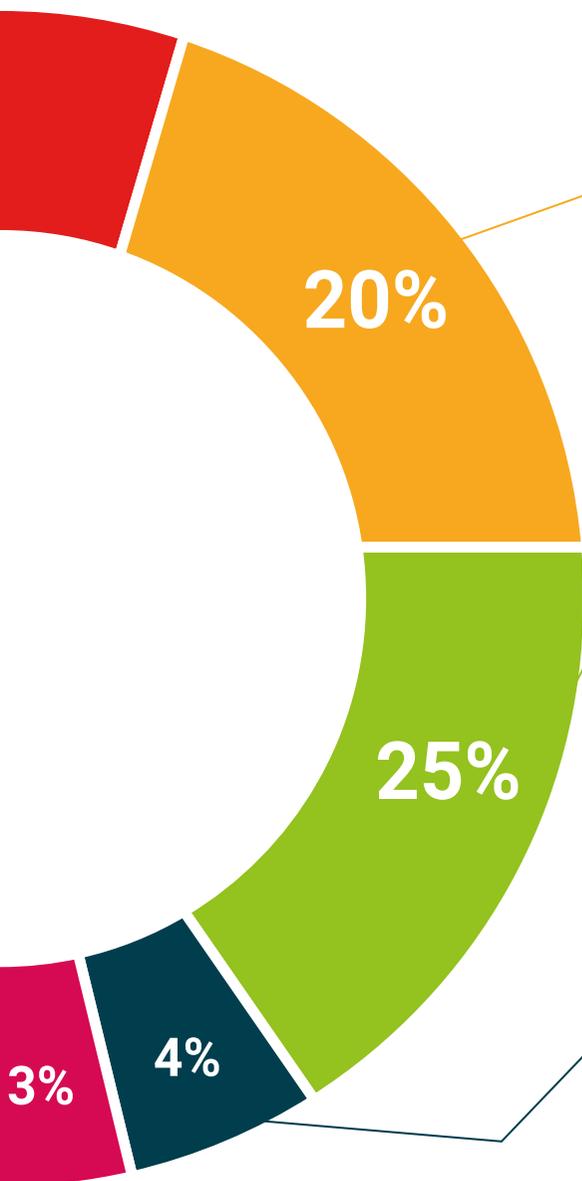
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



06 Titolo

Il Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

*Porta a termine con successo questo programma
e ricevi la tua qualifica universitaria senza
spostamenti o fastidiose formalità”*

Questo **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazioni, lo studente riceverà, mediante lettera certificata con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università** Tecnologica esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico**

N°. Ore Ufficiali: **150 o.**

Approvato dall'NBA



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata in
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Colonna Vertebrale e Arti
nello Yoga Terapeutico

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Corso Universitario

Colonna Vertebrale e Arti nello Yoga Terapeutico

Approvato dall'NBA



tech università
tecnologica