

# Esperto Universitario

## Istruttore di Pilates

Approvato dall'NBA





**tech** università  
tecnologica

## Esperto Universitario Istruttore di Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techitute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazione-istruttore-pilates](http://www.techitute.com/it/scienze-motorie/specializzazione/specializzazione-istruttore-pilates)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Direzione del corso

---

*pag. 12*

04

Struttura e contenuti

---

*pag. 16*

05

Metodologia

---

*pag. 22*

06

Titolo

---

*pag. 30*

# 01

# Presentazione

La progressione del Pilates e la sua integrazione in diverse strutture sportive e sanitarie ne hanno diffuso la popolarità, soprattutto per i suoi benefici sulle donne in gravidanza e sui pazienti neurologici. Sempre più professionisti sportive decidono di ampliare il proprio campo d'azione e di specializzarsi in questo Metodo. TECH ha sviluppato questa qualifica 100% online, che fornisce allo studente un aggiornamento completo su questa attività fisica, il miglioramento delle attrezzature utilizzate e l'approccio alle varie patologie con esercizi diversi, le loro indicazioni e controindicazioni. Tutto questo, con risorse didattiche di alta qualità, accessibili 24 ore su 24, da qualsiasi dispositivo elettronico dotato di connessione a internet.



“

*Grazie a TECH aggiornerai le tue competenze come Istruttore di Pilates, le sue tecniche e gli esercizi più efficaci per un corretto allenamento fisico”*

Nel campo delle Scienze Motorie, si è registrato un crescente interesse per il Pilates come strumento efficace per migliorare la salute e il benessere delle donne in gravidanza e dei pazienti affetti da patologie muscolo-scheletriche. La figura dell'istruttore di Pilates è diventata un elemento chiave per affrontare le diverse problematiche di una disciplina che si è consolidata nel corso del tempo.

Un preparatore fisico aggiornato sulle tecniche utilizzate dagli istruttori di Pilates sarà in grado di adattare esercizi specifici per le donne in gravidanza o di adattare ciascuno di essi agli atleti in fase di recupero da infortuni. TECH ha sviluppato questo Esperto Universitario pensato per garantire agli specialisti un aggiornamento completo come Istruttore di Pilates.

Viene fornito un aggiornamento completo sugli esercizi adatti a ogni fase della gravidanza, nonché sui cambiamenti della statica corporea durante questo periodo. Verranno affrontati i problemi più comuni che possono insorgere durante la gravidanza, compresi gli esercizi consigliati e le relative controindicazioni per una cura sicura ed efficace. Amplierai inoltre la tua conoscenza delle patologie del Sistema Nervoso e del loro rapporto con l'applicazione del Pilates.

Il corso è in modalità 100% online, il che consentirà all'esperto di svolgere il proprio aggiornamento senza tralasciare le proprie attività quotidiane, poiché non dovrà adattarsi a un orario rigido. Questa metodologia implementata da TECH è combinata con il sistema di *Relearning*, che garantisce che i concetti vengano ricordati in modo più semplice ed efficiente. Tutto questo insieme in una biblioteca virtuale a cui gli studenti potranno accedere senza limiti di tempo.

Questo **Esperto Universitario in Istruttore di Pilates** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti in Fisioterapia e Pilates
- ♦ Contenuti grafici, schematici e particolarmente pratici che racchiudono informazioni scientifiche e concrete riguardo alle discipline essenziali per la pratica professionale
- ♦ 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 compiti di riflessione individuale
- ♦ Disponibilità di accesso ai contenuti da qualsiasi dispositivo fisso o portatile con una connessione internet



*Approfondirai le patologie del Sistema Nervoso e l'applicazione dei benefici del Pilates per affrontare le malattie"*

“

*Eseguirai valutazioni della forza, test e scale nelle patologie neurologiche al fine di eseguire gli esercizi appropriati di Pilates”*

Il personale docente del programma comprende professionisti del settore, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

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.

*Implementerai nella tua pratica professionale gli esercizi indicati per il terzo trimestre di gravidanza.*

*Grazie a questo programma si approfondisce la fase di dilatazione ed espulsione della gravidanza e gli esercizi corretti per una buona pratica durante questo processo.*



# 02 Obiettivi

Lo scopo di questo programma è semplicemente quello di aggiornare le conoscenze del preparatore fisico sulle tecniche utilizzate dall'Istruttore di Pilates. Questo piano di studi ti permetterà di approfondire gli esercizi specifici per ogni fase della gravidanza, di individuare le principali alterazioni di ogni patologia e di affrontarle attraverso esercizi basati su questa disciplina fisica. TECH ha creato questo Esperto Universitario, che offre allo specialista la possibilità di accedere ai suoi contenuti in qualsiasi momento e luogo, da un dispositivo digitale con una connessione a internet.







“

*Affronterai efficacemente il problema dell'incontinenza urinaria mettendo in pratica le più precise tecniche di Pilates”*



## Obiettivi generali

---

- ♦ Migliorare le conoscenze e le competenze professionali nella pratica e nell'insegnamento degli esercizi del metodo Pilates a terra, sulle diverse macchine e con gli attrezzi
- ♦ Differenziare le applicazioni degli esercizi di Pilates e gli adattamenti da apportare a ciascun paziente
- ♦ Stabilire un protocollo di esercizi adattato alla sintomatologia e alla patologia di ogni paziente
- ♦ Definire le progressioni e le regressioni degli esercizi in base alle diverse fasi del processo di recupero di un infortunio
- ♦ Evitare gli esercizi controindicati in base alla precedente valutazione dei pazienti e dei clienti
- ♦ Conoscere in modo approfondito gli attrezzi utilizzati nel Metodo Pilates
- ♦ Fornire le informazioni necessarie per essere in grado di ricercare informazioni scientifiche e aggiornate sui trattamenti Pilates applicabili alle diverse patologie
- ♦ Analizzare le esigenze e i miglioramenti delle attrezzature Pilates in uno spazio terapeutico destinato agli esercizi Pilates
- ♦ Sviluppare azioni che migliorino l'efficacia degli esercizi di Pilates basandosi sui principi del metodo Pilates
- ♦ Eseguire correttamente e analiticamente gli esercizi basati sul Metodo Pilates
- ♦ Analizzare i cambiamenti fisiologici e posturali che interessano le donne in gravidanza
- ♦ Progettare esercizi adatti alla donna nel corso della gravidanza fino al parto
- ♦ Descrivere l'applicazione del Metodo Pilates negli sportivi di alto livello





## Obiettivi specifici

---

### Modulo 1. Pilates durante la Gravidanza, Parto e Postparto

- ◆ Differenziare le diverse fasi della gravidanza
- ◆ Stabilire esercizi specifici per ciascuna fase
- ◆ Indirizzare la donna durante la gravidanza, il parto e il postparto

### Modulo 2. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates

- ◆ Padroneggiare le caratteristiche di ogni patologia
- ◆ Identificare le principali alterazioni di ogni patologia
- ◆ Affrontare le alterazioni attraverso esercizi basati sul Metodo Pilates

### Modulo 3. La palestra di Pilates

- ◆ Descrivere lo spazio in cui si pratica il Pilates
- ◆ Conoscere le macchine utilizzate per il Pilates
- ◆ Illustrare i protocolli e le progressioni degli esercizi

“

*Nel tuo allenamento fisico  
incorporerai macchine specializzate  
per il Pilates come il Reformer, il  
Cadillac e l'Anello Flessibile”*

# 03

## Direzione del corso

TECH ha scelto, per questa qualifica, professionisti di spicco nel campo della Fisioterapia con una traiettoria consolidata nel campo del Metodo Pilates. I preparatori fisici avranno così l'opportunità di accedere a un programma all'avanguardia creato da veri leader del settore. L'istituto offre ai professionisti un'esperienza di aggiornamento unica con i principali specialisti del settore, che hanno sviluppato un programma con informazioni recenti e con il massimo rigore scientifico.





“

*Potrai usufruire del miglior personale docente specializzato nel Metodo Pilates con il quale ti aggiornerai sulla prevenzione degli errori nell'utilizzo delle macchine per questa disciplina”*

## Direttrice ospite internazionale

Il Dott. Edward Laskowski è una figura di spicco internazionale nel campo della **Medicina Sportiva** e della **Riabilitazione Fisica**. Certificato dall'**American Board of Physical Medicine and Rehabilitation**, è stato parte integrante del prestigioso staff della **Clinica Mayo**, dove ha ricoperto la carica di **Direttore del Centro di Medicina dello Sport**.

Inoltre, la sua esperienza copre un'ampia gamma di discipline, dalla **Medicina Sportiva** al **Fitness** e all'**Allenamento della Forza e Stabilità**. Ha lavorato a stretto contatto con un team multidisciplinare di specialisti in **Medicina Fisica, Riabilitazione, Ortopedia, Fisioterapia e Psicologia dello Sport**, per fornire un approccio olistico alla cura dei suoi pazienti.

Allo stesso modo, la sua influenza si estende oltre la pratica clinica, in quanto è stato riconosciuto a **livello nazionale e internazionale** per i suoi contributi al mondo dello **sport** e della **salute**. Così, è stato nominato dal presidente **George W. Bush** per il **Consiglio del Presidente sul fitness e lo sport**, e ha ricevuto un **premio di servizio distinto dal Dipartimento della salute e dei servizi umani**, sottolineando il suo impegno per la promozione di **stili di vita sani**.

Inoltre, è stato un elemento chiave in **eventi sportivi** di fama, come le **Olimpiadi invernali (2002)**, a **Salt Lake City**, e la **maratona di Chicago**, fornendo **assistenza medica** di qualità. A ciò si aggiunge la sua dedizione alla **divulgazione**, che si è riflessa nel suo ampio lavoro sulla creazione di **risorse accademiche**, tra cui il **CD-ROM della Clinica Mayo su Sport, Salute e Fitness**, e il suo ruolo di **Contributor Editor** del libro "**Clinica Mayo Fitness for Everybody**". Con una passione per bandire i miti e fornire informazioni accurate e aggiornate, il dottor Edward Laskowski continua ad essere una voce influente nella **Medicina dello Sport** e nel **Fitness globale**.



## Dott. Laskowski, Edward

---

- Direttore del Centro di Medicina Sportiva della Clinica Mayo, Stati Uniti
- Consulente medico presso la National Hockey League Association, Stati Uniti
- Medico presso la Clinica Mayo, Stati Uniti
- Membro del Policlinico Olimpico alle Olimpiadi invernali (2002), Salt Lake City
- Specialista in medicina dello sport, fitness, allenamento della forza e allenamento di stabilità
- Certificato dal Consiglio Americano di Medicina Fisica e Riabilitazione
- Contributore del libro "Clinica Mayo Fitness for EveryBody"
- Premio di servizio distinto del Dipartimento di salute e servizi umani
- Membro di: American College of Sports Medicine

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere con i migliori  
professionisti del mondo”*

## Direzione



### Dott. González Arganda, Sergio

- ♦ Fisioterapista presso il Club de Fútbol Atlético de Madrid
- ♦ CEO di Fisio Domicilio Madrid
- ♦ Docente del Master in Preparazione Fisica e Riabilitazione Sportiva nel Calcio
- ♦ Docente nell'Esperto Universitario in Pilates Clinico
- ♦ Docente del Master in Biomeccanica e Fisioterapia dello Sport
- ♦ Master in Osteopatia del Sistema Locomotore presso la Scuola di Osteopatia di Madrid
- ♦ Esperto in Riabilitazione Pilates della Federazione Reale Spagnola di Ginnastica
- ♦ Master in Biomeccanica applicata alla valutazione degli infortuni e Tecniche avanzate in Fisioterapia
- ♦ Laurea in Fisioterapia conseguita presso l'Università Pontificia Comillas

## Professors

### Doot.ssa. García Ibáñez, Marina

- ♦ Fisioterapista in trattamenti domiciliari per pazienti pediatrici e adulti affetti da patologia neurologica
- ♦ Fisioterapista presso la Fondazione Sclerosi Multipla di Madrid
- ♦ Fisioterapista e Psicologa presso la Clínica Kinés
- ♦ Fisioterapista presso l'Università Clínica San Nicolás
- ♦ Master in Fisioterapia Neurologica: Tecniche di valutazione e trattamento presso l'Università Europea di Madrid
- ♦ Esperta in Fisioterapia Neurologica presso l'Università Europea di Madrid
- ♦ Laurea in Psicologia presso l'Università Nazionale di Educazione a Distanza (UNED)

### Ms. Parra Nebreda, Virginia

- ♦ Fisioterapista di Pavimento Pelvico presso la Fondazione di Sclerosi Multipla di Madrid
- ♦ Fisioterapista di Pavimento Pelvico presso la Fondazione di Sclerosi Multipla di Madrid
- ♦ Fisioterapista del Pavimento Pelvico presso la Clínica Letfísio
- ♦ Fisioterapista presso la Casa di Cura di Ancianos Orpea
- ♦ Master in Fisioterapia nella Pelvipereineologia presso l'Università di Castilla-la Mancha
- ♦ Corso di formazione in ecografia funzionale nella fisioterapia del pavimento pelvico maschile e femminile presso FISIOMEDIT Formación
- ♦ Corso in Allenamento ipopressivo a BASSE PRESSIONI
- ♦ Laurea in Fisioterapia presso l'Università Complutense di Madrid





# 04

## Struttura e contenuti

Grazie a questa qualifica, il professionista del fitness sarà aggiornato sulle procedure, le pratiche e le attrezzature utilizzate nelle sessioni svolte da un Monitor di Pilates. Il programma sarà inoltre appositamente studiato per assistere le donne in gravidanza, le difficoltà pre e post parto e le persone con disturbi neurologici. Il programma offre una serie di risorse multimediali innovative, come video in-focus e casi di studio reali, che saranno disponibili in una biblioteca virtuale accessibile senza limitazioni, 7 giorni su 7, 24 ore su 24.





“

*Grazie al metodo Relearning si rafforzano i concetti trattati senza dover investire molte ore in questo processo di aggiornamento”*

## Modulo 1. Pilates durante la Gravidanza, Parto e Postparto

- 1.1. Il primo trimestre
  - 1.1.1. Cambiamenti nel primo trimestre
  - 1.1.2. Benefici e obiettivi
  - 1.1.3. Esercizi indicati
  - 1.1.4. Controindicazioni
- 1.2. Il secondo trimestre
  - 1.2.1. Cambiamenti nel secondo trimestre
  - 1.2.2. Benefici e obiettivi
  - 1.2.3. Esercizi indicati
  - 1.2.4. Controindicazioni
- 1.3. Il terzo trimestre
  - 1.3.1. Cambiamenti nel terzo trimestre
  - 1.3.2. Benefici e obiettivi
  - 1.3.3. Esercizi indicati
  - 1.3.4. Controindicazioni
- 1.4. Parto
  - 1.4.1. Fase di dilatazione ed espulsione
  - 1.4.2. Benefici e obiettivi
  - 1.4.3. Raccomandazioni
  - 1.4.4. Controindicazioni
- 1.5. Postparto Immediato
  - 1.5.1. Recupero e puerperio
  - 1.5.2. Benefici e obiettivi
  - 1.5.3. Esercizi indicati
  - 1.5.4. Controindicazioni
- 1.6. Incontinenza urinaria e pavimento pelvico
  - 1.6.1. Anatomia coinvolta
  - 1.6.2. Fisiopatologia
  - 1.6.3. Esercizi indicati
  - 1.6.4. Controindicazioni

- 1.7. Problemi in gravidanza e approccio con il Metodo Pilates
  - 1.7.1. Cambiamento nella statica del corpo
  - 1.7.2. Problemi più frequenti
  - 1.7.3. Esercizi indicati
  - 1.7.4. Controindicazioni
- 1.8. Preparazione alla gravidanza
  - 1.8.1. Benefici della forma fisica in gravidanza
  - 1.8.2. Attività fisica raccomandata
  - 1.8.3. Esercizi indicati nella prima gravidanza
  - 1.8.4. Preparazione durante la ricerca della seconda e delle successive
- 1.9. Postparto tardivo
  - 1.9.1. Cambiamenti anatomici a lungo termine
  - 1.9.2. Preparazione al ritorno all'attività fisica
  - 1.9.3. Esercizi indicati
  - 1.9.4. Controindicazioni
- 1.10. Alterazioni postparto
  - 1.10.1. Diastasi addominale
  - 1.10.2. Spostamento statico del pelvi-prolasso
  - 1.10.3. Disturbi della muscolatura addominale profonda
  - 1.10.4. Indicazioni e controindicazioni del cesareo

## Modulo 2. Patologia generale e suo trattamento con il Pilates

- 2.1. Sistema nervoso
  - 2.1.1. Sistema nervoso centrale
  - 2.1.2. Sistema nervoso periferico
  - 2.1.3. Breve descrizione delle vie neurali
  - 2.1.4. Benefici del Pilates nella patologia neurologica
- 2.2. Valutazione neurologica con particolare attenzione al Pilates
  - 2.2.1. Anamnesi
  - 2.2.2. Valutazione della forza e del tono
  - 2.2.3. Valutazione della sensibilità
  - 2.2.4. Test e scale

- 2.3. Le patologie neurologiche più diffuse e le evidenze scientifiche del Pilates
  - 2.3.1. Breve descrizione delle patologie
  - 2.3.2. Principi di base del Pilates nella patologia neurologica
  - 2.3.3. Adattamento delle posizioni del Pilates
  - 2.3.4. Adattamento degli esercizi del Pilates
- 2.4. Sclerosi multipla
  - 2.4.1. Descrizione della patologia
  - 2.4.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.4.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 2.4.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 2.5. Ictus
  - 2.5.1. Descrizione della patologia
  - 2.5.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.5.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 2.5.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 2.6. Parkinson
  - 2.6.1. Descrizione della patologia
  - 2.6.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.6.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 2.6.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 2.7. Valutazione neurologica con particolare attenzione al Pilates
  - 2.7.1. Descrizione della patologia
  - 2.7.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.7.3. Adattamento degli esercizi del Pilates a terra
  - 2.7.4. Adattamento degli esercizi del Pilates con elementi
- 2.8. Adulti anziani
  - 2.8.1. Patologie associate all'età
  - 2.8.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.8.3. Esercizi indicati
  - 2.8.4. Esercizi controindicati

- 2.9. Osteoporosi
  - 2.9.1. Descrizione della patologia
  - 2.9.2. Valutazione delle capacità del paziente
  - 2.9.3. Esercizi indicati
  - 2.9.4. Esercizi controindicati
- 2.10. Problema del Pavimento Pelvico: incontinenza urinaria
  - 2.10.1. Descrizione della patologia
  - 2.10.2. Incidenza e prevalenza
  - 2.10.3. Esercizi indicati
  - 2.10.4. Esercizi controindicati

### Modulo 3. La palestra/studio di Pilates

- 3.1. Il Reformer
  - 3.1.1. Introduzione al Reformer
  - 3.1.2. Benefici del Reformer
  - 3.1.3. Principali esercizi sul Reformer
  - 3.1.4. Principali Errore sul Reformer
- 3.2. Problema del Pavimento Pelvico: incontinenza urinaria
  - 3.2.1. Introduzione al Cadillac
  - 3.2.2. Benefici del Cadillac
  - 3.2.3. Principali esercizi sul Cadillac
  - 3.2.4. Principali errori sul Cadillac
- 3.3. La chair
  - 3.3.1. Introduzione alla chair
  - 3.3.2. Vantaggi della chair
  - 3.3.3. Principali esercizi sulla chair
  - 3.3.4. Principali errori sulla chair
- 3.4. La Barrel
  - 3.4.1. Introduzione alla Barrel
  - 3.4.2. Benefici della Barrel
  - 3.4.3. Principali esercizi sulla Barrel
  - 3.4.4. Principali errori sulla Barrel

- 3.5. Modelli “Combo”
  - 3.5.1. Introduzione al modello Combo
  - 3.5.2. Benefici del modello Combo
  - 3.5.3. Principali esercizi sul modello Combo
  - 3.5.4. Principali errori sul modello Combo
- 3.6. L’anello flessibile
  - 3.6.1. Introduzione all’anello flessibile
  - 3.6.2. Benefici dell’anello flessibile
  - 3.6.3. Principali esercizi con l’anello flessibile
  - 3.6.4. Principali errori con l’anello flessibile
- 3.7. Il *Spine* Corrector
  - 3.7.1. Introduzione allo *Spine* corrector
  - 3.7.2. Benefici dello *Spine* corrector
  - 3.7.3. Principali esercizi con lo *Spine* corrector
  - 3.7.4. Principali esercizi co lo *Spine* corrector
- 3.8. Attrezzi adatti al metodo
  - 3.8.1. Foam roller
  - 3.8.2. *Fit Ball*
  - 3.8.4. Elastici
  - 3.8.5. Bosu
- 3.9. Lo spazio
  - 3.9.1. Preferenze di attrezzatura
  - 3.9.2. Lo spazio Pilates
  - 3.9.3. Strumenti del Pilates
  - 3.9.4. Buone pratiche di spazio
- 3.10. Ambiente circostante
  - 3.10.1. Concetto di ambiente
  - 3.10.2. Caratteristiche di ambienti diversi
  - 3.10.3. Scelta dell’ambiente
  - 3.10.4. Conclusioni





“

*Verranno esaminati in modo approfondito gli accessori utilizzati nel Pilates, come il Foam Roller, la Fit Ball e le bande elastiche, per migliorare gli allenamenti fisici altamente efficaci”*

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:



#### **Materiale 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**

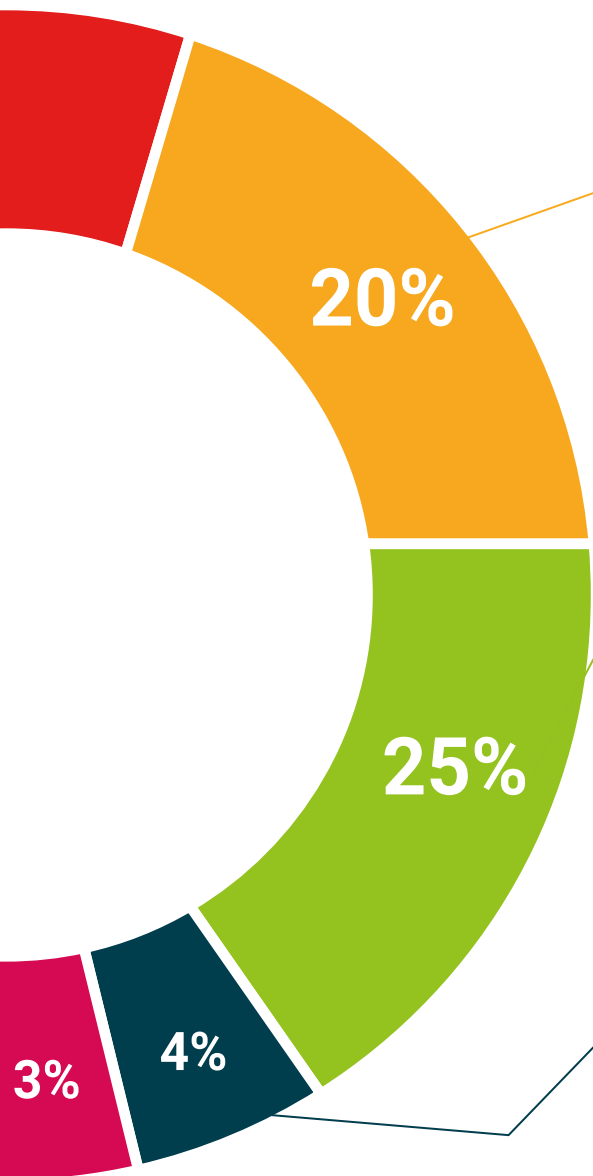
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



#### **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

L'Esperto Universitario in Istruttore di Pilates garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Esperto Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.







“

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

Questo **Esperto Universitario in Istruttore di Pilates** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

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

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

Titolo: **Esperto Universitario in Istruttore di Pilates**

N° Ore Ufficiali: **450 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 innovazione  
conoscenza presente qualità  
formazione online  
sviluppo istituzioni  
classe virtuale lingue

**tech** università  
tecnologica

**Esperto Universitario**  
Istruttore di Pilates

- » Modalità: online
- » Durata: 6 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Orario: a tua scelta
- » Esami: online

# Esperto Universitario

## Istruttore di Pilates

Approvato dall'NBA

