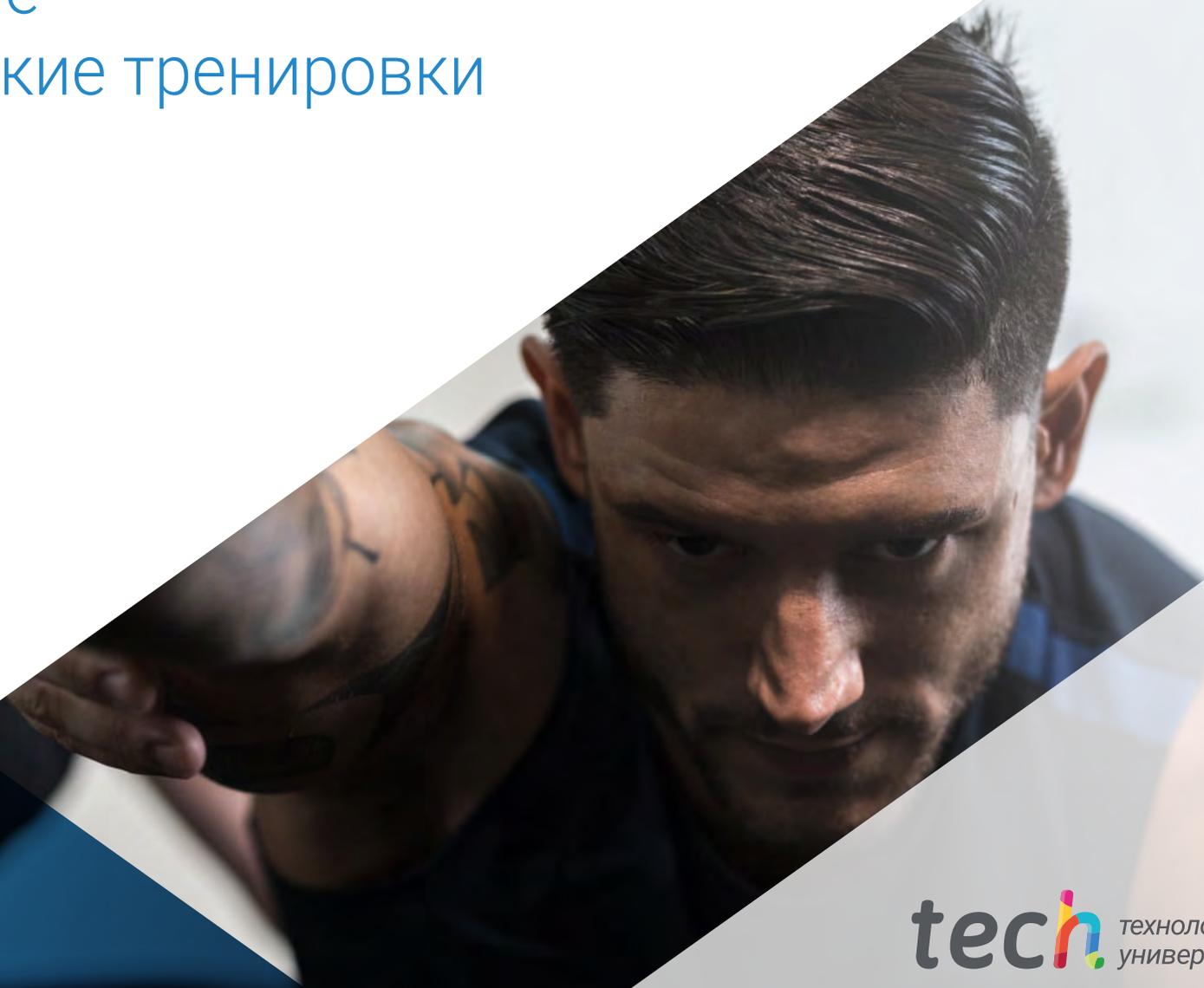


Очно-заочная магистратура

Персональные терапевтические тренировки

Одобрено NBA





tech технологический
университет

Очно-заочная магистратура

Персональные терапевтические тренировки

Формат: Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)

Продолжительность: 12 месяца

Учебное заведение: TECH Технологический университет

Веб-доступ: www.techitute.com/ru/sports-science/hybrid-professional-master-degree/hybrid-professional-master-degree-therapeutic-personal-training

Оглавление

01

Презентация

стр. 4

02

Зачем проходить Очно-
заочную магистратуру?

стр. 8

03

Цели

стр. 12

04

Компетенции

стр. 18

05

Руководство курса

стр. 22

06

Планирование
обучения

стр. 28

07

Практика

стр. 40

08

Где я могу пройти
практику?

стр. 46

09

Методология

стр. 52

10

Квалификация

стр. 60

01

Презентация

Область персональных терапевтических тренировок в последние годы переживает значительный рост в связи с тем, что общество все больше осознает важность физической активности и ее связь со здоровьем и самочувствием. Кроме того, научно-технический прогресс привел к появлению новых средств и подходов в подходе к заболеваниям и состояниям с помощью физических упражнений, что представляет собой вызов для специалистов отрасли. В этой связи программа от ТЕСН, сочетающая на 100% онлайн-обучение с 3-недельной интенсивной стажировкой в престижном центре, необходима для обновления знаний и навыков специалистов, оснащения их самыми современными компетенциями.



“

Продвигайтесь по карьерной лестнице в качестве профессионала в области персональных терапевтических тренировок и приобретайте самые современные знания в этой области благодаря этой Очно-заочной магистратуре”

В последние годы область персональных терапевтических тренировок переживает большой подъем в связи с новыми научными открытиями в области подхода к заболеваниям и состояниям с помощью физических упражнений. Кроме того, растущий спрос на персональные программы, учитывающие специфические потребности каждого пациента, обусловил потребность специалистов отрасли в обновлении своих знаний для предоставления качественных услуг.

Поэтому TESH представляет Очно-заочную магистратуру в области персональных терапевтических тренировок, цель которой — предоставить специалистам возможность получить обновленные знания и практические инструменты для предоставления качественных услуг в этой постоянно развивающейся области.

Данная академическая программа обусловлена современным контекстом, в котором передовые технологии играют основополагающую роль в эффективности персональных терапевтических тренировок. Благодаря сочетанию на 100% онлайн-методики и интенсивной стажировки участники получают специализированные знания в области применения современных технологий, что позволит им поднять свою профессиональную практику на новый уровень.

Одним из существенных преимуществ данной программы является ее очно-заочный формат, который позволяет студентам пройти значительную часть программы виртуально. Кроме того, интенсивные стажировки в специализированных центрах, которые являются частью программы, позволяют студентам применить полученные знания на практике и получить опыт работы в реальных условиях. Одним словом, Очно-заочная магистратура в области персональных терапевтических тренировок от TESH — это уникальная возможность для профессионалов отрасли обновить свои знания и быть в курсе последних разработок и технологий в этой постоянно развивающейся сфере.

Данная **Очно-заочная магистратура в области персональных терапевтических тренировок** содержит самую полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор более 100 клинических кейсов, представленных специалистами в области спортивных наук, работающих в сфере персональных терапевтических тренировок
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практическое содержание программы направлено на предоставление научной и медицинской информации по тем дисциплинам, которые необходимы для профессиональной практики
- ♦ Комплексные планы тренировок для реализации физических упражнений в группах населения с особыми потребностями
- ♦ Интерактивная обучающая система на основе алгоритмов для реализации оптимальных учебных планов
- ♦ Практические руководства по подходу к различным патологиям с точки зрения персональных терапевтических тренировок
- ♦ Все вышеперечисленное дополняют теоретические занятия, вопросы к эксперту, дискуссионные форумы по спорным вопросам и индивидуальная работа по закреплению материала
- ♦ Доступ к учебным материалам с любого стационарного или мобильного устройства с выходом в интернет
- ♦ Кроме того, вы сможете пройти стажировку в одном из лучших центров мира



Развивайте на практике необходимые навыки разработки индивидуальных планов тренировок, адаптированных к специфическим потребностям каждого пациента"

“

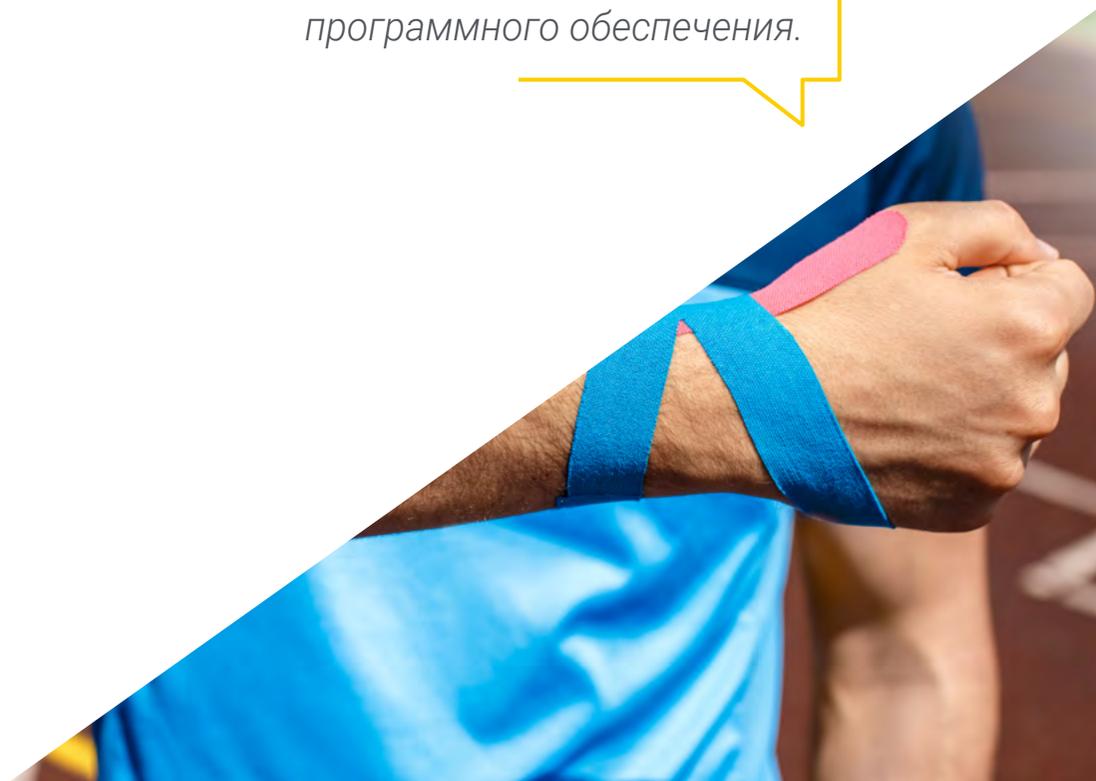
Будьте в курсе последних исследований и достижений в области персональных терапевтических тренировок, пройдя данную Очно-заочную магистратуру, которая позволит вам пройти интенсивную 3-недельную стажировку"

Предлагаемая магистерская программа, имеющая профессионально-ориентированный характер и очно-заочную форму обучения, направлена на повышение квалификации специалистов в области спортивных наук. Содержание курса основано на новейших научных данных и ориентировано на дидактическую интеграцию теоретических знаний в профессиональную практику, ориентированную на персональные терапевтические тренировки.

Благодаря мультимедийному содержанию, разработанному с использованием новейших образовательных технологий, занятия позволят специалисту в области графического дизайна обучаться ситуативно и контекстно, т. е. в симуляционной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях. Структура этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого профессионалы должны попытаться разрешить различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного года. В этом специалистам поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Повысить уровень своих знаний в области персональных терапевтических тренировок и расширить свои карьерные возможности в этой сфере.

Овладейте самыми современными методиками контроля и оценки физической работоспособности пациентов, включая использование специализированного программного обеспечения.

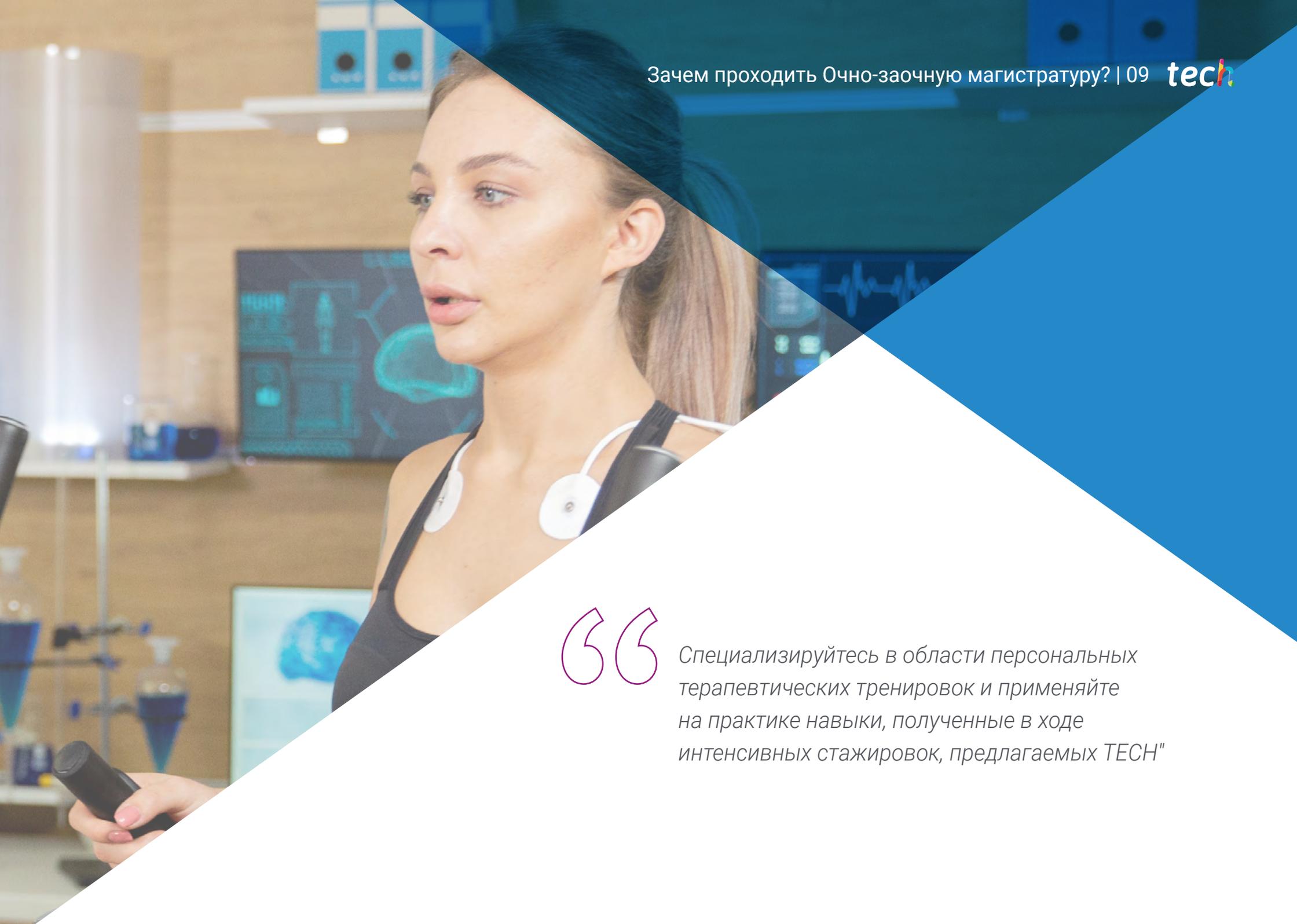


02

Зачем проходить Очно-заочную магистратуру?

Пройдите Очно-заочную магистратуру в области персональных тренировок — это уникальная возможность обновить свои знания в одном из самых востребованных направлений в области здоровья и спорта. Эта академическая программа предлагает комплексный и современный подход к проблемам и достижениям в области персональных терапевтических тренировок, что позволит специалисту расширить свои знания и навыки. Кроме того, возможность прохождения теоретического этапа в режиме онлайн и интенсивные стажировки на местах совместно с экспертами отрасли обеспечивают качественную подготовку, адаптированную к потребностям каждого студента. Одним словом, эта Очно-заочная магистратура — инвестиция в профессиональную карьеру студента, которая обеспечит ему дополнительные преимущества в области здравоохранения и спорта.





“

Специализируйтесь в области персональных терапевтических тренировок и применяйте на практике навыки, полученные в ходе интенсивных стажировок, предлагаемых TECH”

1. Обновить свои знания благодаря новейшим доступным технологиям

В последние годы технологии произвели революцию в области персональных терапевтических тренировок, улучшив способы лечения заболеваний и состояний с помощью физических упражнений. ТЕСН, осознавая эту реальность, разработал программу очно-заочного обучения, которая позволит специалисту полностью погрузиться в инновационную и авангардную среду, где он будет иметь доступ к новейшим технологиям в этой области.

2. Глубоко погрузиться в обучение, опираясь на опыт лучших специалистов

Большая команда экспертов, которая будет сопровождать специалиста в течение всего периода практики, — это первоклассная гарантия и беспрецедентная гарантия обновления. Вместе со специально назначенным наставником студент сможет увидеть реальных пользователей в самой современной обстановке, что позволит ему внедрить наиболее эффективные методы и процедуры обучения в свою повседневную практику.

3. Попасть в первоклассную клиническую среду

ТЕСН тщательно отбирает все доступные медицинские центры для практической подготовки. Благодаря этому специалист получит гарантированный доступ к престижной профессиональной среде в области персональных терапевтических тренировок. Таким образом, вы сможете увидеть повседневную работу в требовательной, строгой и изнурительной области, всегда применяющей новейшие научные тезисы и постулаты в своей рабочей методологии.



4. Объединить лучшую теорию с самой передовой практикой

На академическом рынке присутствуют учебные программы, плохо приспособленные к повседневной работе специалиста и требующие длительного учебного времени, зачастую несовместимого с личной и профессиональной жизнью. TECH предлагает новую, на 100% практическую модель обучения, которая позволяет всего за 3 недели освоить самые современные методики в области персональных терапевтических тренировок и, что особенно важно, применить их на практике.

5. Расширять границы знаний

TECH предоставляет возможность пройти специализированную стажировку в области персональных терапевтических тренировок в престижных центрах международного уровня. Благодаря этому профессионал получит возможность расширить свой кругозор и получить знания от лучших специалистов в первоклассных клиниках, расположенных на разных континентах. Это беспрецедентная возможность, которую может предоставить только TECH, ведущий мировой цифровой университет.

“

У вас будет полное практическое погружение в выбранном вами медицинском центре”



03

Цели

Структура программы данной Очно-заочной магистратуры позволит студентам приобрести необходимые навыки для обновления своих знаний в области персональных терапевтических тренировок после углубленного изучения ключевых аспектов данной дисциплины. Знания, вложенные в разработку пунктов учебной программы, позволят специалисту ориентироваться в глобальной перспективе, имея полную подготовку для достижения предложенных целей.





“

Обновите свои знания по анатомии и физиологии человеческого тела, применительно к персональным терапевтическим тренировкам, в рамках этой очно-заочной программы TECH”

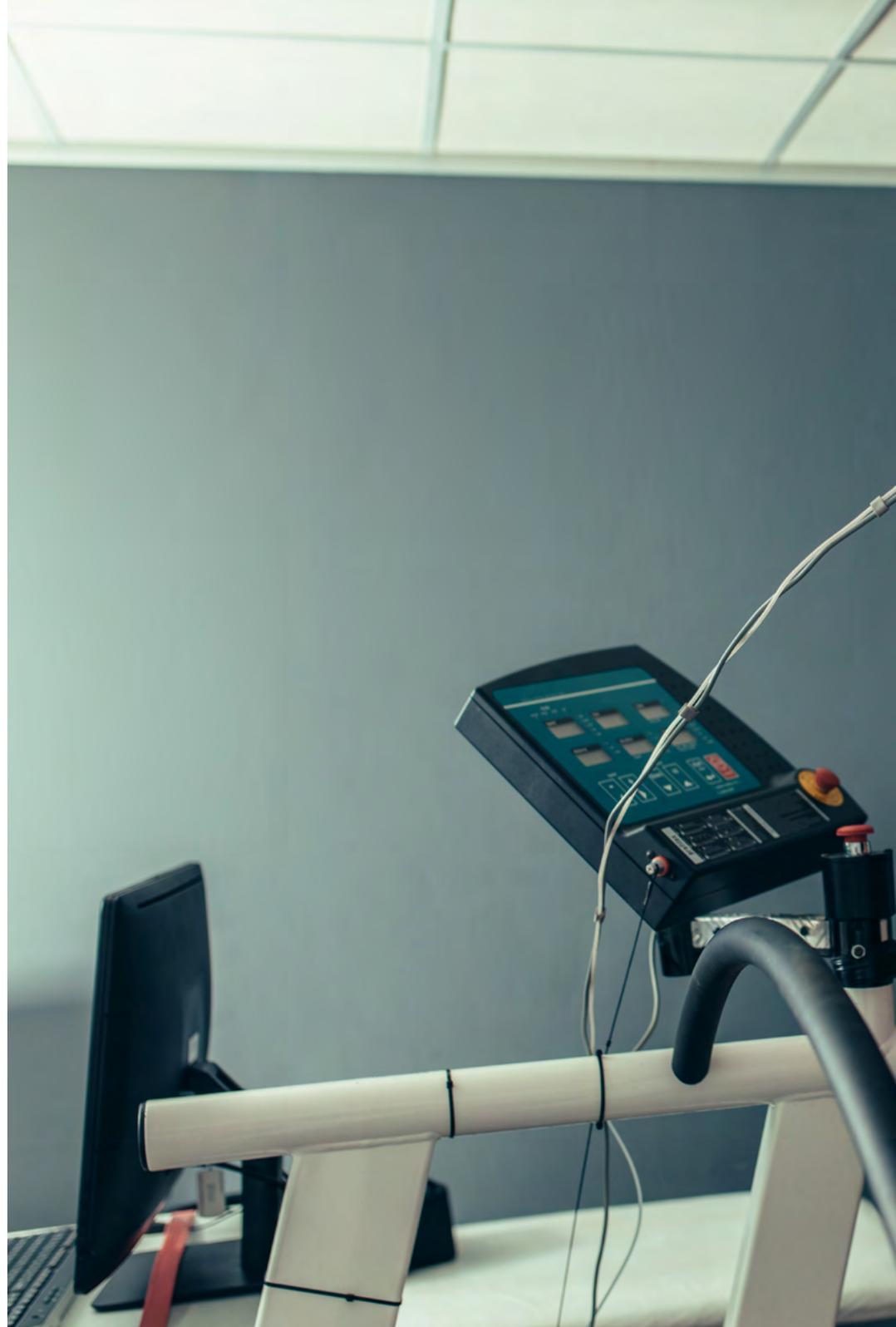


Общая цель

- Цель данной программы — дать полное и современное представление о наиболее распространенных в обществе патологиях и факторах, провоцирующих развитие заболеваний. Кроме того, целью является понимание различных вариантов тренировок и их применения у людей с патологиями, чтобы избежать возможных контрпродуктивных эффектов физических упражнений. Кроме того, необходимо ознакомиться с существующими противопоказаниями при каждой патологии и их наиболее значимыми характеристиками, что позволит предотвратить возникновение сопутствующих заболеваний или самого заболевания. Таким образом, цель данной программы — дать студентам возможность проводить персональные тренировки, адаптированные к потребностям каждого человека с учетом состояния его здоровья



Приобретите новые знания о факторах, провоцирующих различные патологии и заболевания, и углубитесь в их профилактику с помощью персональных тренировок"





Конкретные цели

Модуль 1. Патология в современном социально-медицинском контексте

- ♦ Получить глубокое понимание текущих и будущих потребностей населения в физических упражнениях
- ♦ Изучить другие аспекты, влияющие на здоровье клиента/пациента и способные повлиять на его способность к физическому развитию
- ♦ Понимать реальность и ограничения наиболее распространенных диагностических исследований и их целесообразность при планировании физических упражнений
- ♦ Интерпретировать взаимодействие и влияние нейронаук и физических упражнений
- ♦ Учесть и понять влияние стресса, питания и других привычек на здоровье человека
- ♦ Расширить наши представления о влиянии микробиоты на здоровье организма и о том, какое влияние на него оказывают некоторые факторы, например физические упражнения

Модуль 2. Общие критерии для разработки программ физических нагрузок у особенных групп населения

- ♦ Глубоко изучить важнейшие переменные тренировки, чтобы знать, как применять их в индивидуальном порядке
- ♦ Управлять общими критериями разработки программ физических упражнений для людей с патологией
- ♦ Получить представление о необходимых инструментах для разработки планов обучения с учетом потребностей клиента

Модуль 3. Ожирение и физические нагрузки

- ♦ Глубоко понимать патофизиологию ожирения и его влияние на здоровье
- ♦ Понимать физические ограничения человека, страдающего ожирением
- ♦ Уметь планировать и составлять программы тренировок с учетом индивидуальных особенностей человека с ожирением

Модуль 4. Диабет и физические упражнения

- ♦ Глубоко разобраться в патофизиологии диабета и его влиянии на здоровье
- ♦ Понимать специфические потребности людей, страдающих диабетом
- ♦ Уметь планировать и составлять программы обучения с учетом индивидуальных особенностей человека с диабетом

Модуль 5. Метаболический синдром и физическая нагрузка

- ♦ Глубоко понимать патофизиологию метаболического синдрома
- ♦ Понять критерии вмешательства для улучшения здоровья и качества жизни пациентов с данной патологией
- ♦ Уметь планировать и составлять программы тренировок с учетом индивидуальных особенностей человека с метаболическим синдромом

Модуль 6. Сердечно-сосудистые заболевания

- ♦ Изучить широкий спектр существующих патологий с вовлечением сердечно-сосудистой системы
- ♦ Понимать фазы действия в сердечно-сосудистой реабилитации
- ♦ Уметь планировать и составлять программы тренировок с учетом индивидуальных особенностей человека с сердечно-сосудистой патологией

Модуль 7. Остеоарткулярные патологии и неспецифическая боль в пояснице

- ♦ Изучить различные патологии, поражающие костно-суставную систему
- ♦ Понимать термин "хрупкость" и его влияние на костно-суставную систему и неспецифическую боль в пояснице
- ♦ Уметь индивидуально планировать и составлять программу тренировок для человека с различными патологиями, связанными с костно-суставной системой и неспецифической болью в пояснице



Модуль 8. Респираторные патологии и физические нагрузки

- ♦ Изучить различные поражения легких
- ♦ Получить углубленное представление о патофизиологических особенностях легочной патологии
- ♦ Научиться планировать и составлять программы обучения с учетом индивидуальных особенностей людей с легочной патологией

Модуль 9. Физические упражнения и беременность

- ♦ Владеть морфофункциональными изменениями в процессе беременности
- ♦ Глубоко понимать биопсихосоциальные аспекты беременности
- ♦ Уметь планировать и составлять программы тренировок с учетом индивидуальных особенностей беременных женщин

Модуль 10. Физические упражнения для детей, молодежи и пожилых людей

- ♦ Глубоко понимать биопсихосоциальные аспекты детей, подростков и взрослых людей
- ♦ Знать особенности каждой возрастной группы и специфику подхода к ним
- ♦ Уметь планировать и составлять программы обучения с учетом индивидуальных особенностей детей, подростков и пожилых людей

04 Компетенции

По окончании этой Очно-заочной магистратуры в области персональных терапевтических тренировок специалист овладеет необходимыми навыками для понимания и применения различных вариантов тренировок у людей с патологиями, предлагая широкое и общее видение наиболее распространенных в обществе патологий и их наиболее значимых характеристик. Кроме того, студент освоит факторы, провоцирующие заболевания, с целью их профилактики, а также будет знать существующие противопоказания при различных патологиях, чтобы избежать возможных контрпродуктивных эффектов физических упражнений. Одним словом, студенты будут обладать всеми необходимыми знаниями, чтобы обновлять их и эффективно применять в своей профессиональной деятельности.



“

Развивайте навыки управления и продвижения бизнеса персональных терапевтических тренировок, включая маркетинг и работу с клиентами”



Общие профессиональные навыки

- ♦ Разработать соответствующие программы обучения для людей с различными патологиями и адаптировать их к потребностям каждого конкретного человека
- ♦ Владеть достаточным техническим словарным запасом, позволяющим общаться с различными медицинскими работниками и разбираться в многочисленных диагностических обследованиях, уметь налаживать взаимодействие с междисциплинарными группами для улучшения здоровья людей с патологиями

“

Применяйте полученные знания на практике в лучших учебных заведениях и под руководством ведущих профессионалов отрасли в рамках этой академической программы высокого уровня”





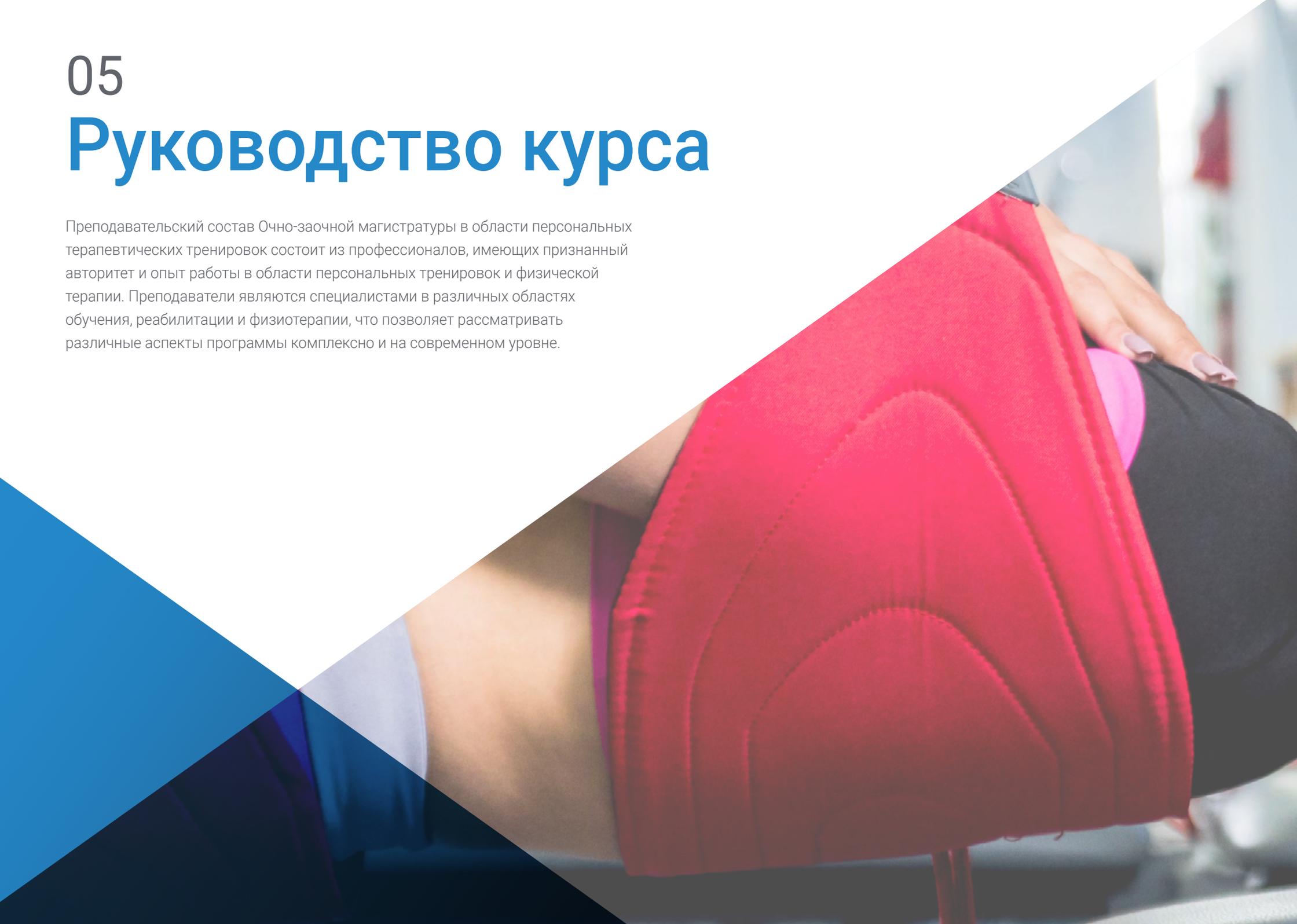
Профессиональные навыки

- ♦ Знать особенности персональных тренировок, адаптированных к каждому человеку и разрабатывать индивидуальные и специфические программы в соответствии с их потребностями
- ♦ Решать вопросы безопасного и эффективного вмешательства с помощью программ физических упражнений, в группах людей с патологией
- ♦ Знать основные патологии, которыми могут страдать люди, особенно те, при которых физические упражнения могут быть эффективной терапией для улучшения качества жизни
- ♦ Разрабатывать и проводить индивидуальные тренировки для людей с ожирением
- ♦ Знать о взаимосвязи между диабетом и физическими нагрузками и о том, какую пользу могут принести физические упражнения пациентам
- ♦ Разрабатывать специальные программы физических упражнений для людей с сердечно-сосудистой патологией
- ♦ Уметь составлять персональные программы обучения для пользователей с патологией органов дыхания

05

Руководство курса

Преподавательский состав Очно-заочной магистратуры в области персональных терапевтических тренировок состоит из профессионалов, имеющих признанный авторитет и опыт работы в области персональных тренировок и физической терапии. Преподаватели являются специалистами в различных областях обучения, реабилитации и физиотерапии, что позволяет рассматривать различные аспекты программы комплексно и на современном уровне.





“

Обучайтесь у лучших специалистов в области персональных терапевтических тренировок и применяйте свои навыки в реальной практической обстановке на этой программе, включающей интенсивную стажировку”

Руководство



Д-р Рубина, Дардо

- Специалист в области спорта высших достижений
- Генеральный директор и специалист Test and Training
- Тренер в спортивной школе Moratalaz
- Преподаватель физической культуры в Futbol y Anatomía CENAFE Escuelas Carlet
- Координатор физической подготовки по хоккею на траве в клубе Gimnasia y Esgrima в Буэнос-Айресе
- Докторская степень в области спорта высших достижений
- Диплом о повышении квалификации в области научных исследований Университета Кастилии-ла-Манча
- Степень магистра в области спорта высших достижений, Автономный университет Мадрида
- Послевузовское образование в области физической активности в группах населения с патологиями в Университете Барселоны
- Специалист по физикокультуризму Федерации Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- Эксперт в области спортивного скаутинга и количественной оценки тренировочной нагрузки со специализацией в области футбола и науки о спорте Университета Мелильи
- Эксперт в области продвинутого бодибилдинга Международной федерации фитнеса и бодибилдинга (IFBB)
- Эксперт в области продвинутого питания Международной федерации фитнеса и бодибилдинга (IFBB)
- Специалист в области физиологической оценки и интерпретации физического состояния
- Сертификация в области технологий контроля веса и физических результатов Университета штата Аризоны



Преподаватели

Г-жа Авила, Мария Белен

- ♦ Психолог и врач-диетолог
- ♦ Психолог и нутрициолог с частной консультацией
- ♦ Обслуживание в области диетологии и диабета в различных центрах
- ♦ Нутрициолог в Аргентинской федерации диабета
- ♦ Члены организации Научный комитет по психологии Клинической больницы Хосе-де-Сан-Мартин
- ♦ Диетолог в научном комитете Аргентинского диабетического общества для пожилых людей
- ♦ Спортивный психолог в клубе Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ Национальный преподаватель физической культуры
- ♦ Степень бакалавра в области психологии
- ♦ Степень бакалавра в области спорта высших достижений
- ♦ Специализация в области психологии спорта
- ♦ Интегральная терапевтическая программа для лечения избыточной массы тела и ожирения от Центра метаболических исследований (CINME)
- ♦ Сертифицированный тренер при диабете

Г-н Супиталь, Рауль Алехандро

- ♦ Физиатр, специализирующийся в области физической активности, здоровья и биомеханики
- ♦ Директор Интегрального центра профилактики и реабилитации CIPRES
- ♦ Советник Глобальной сети физического воспитания и спорта, расположенной в Барселоне
- ♦ Заведующий кафедрой биологических наук Высшего института физического образования N.º1 Д-р Энрике Ромеро Брест
- ♦ Степень бакалавра в области кинезиологии и физиатрии в Университете Буэнос-Айреса

Гн Вальдоро, Эрик

- ♦ Специалист в области спорта высших достижений
- ♦ Координатор лаборатории биомеханики и физиологии упражнений Высшего института Модело Ломас
- ♦ Старший преподаватель физического воспитания в Высшем институте Модело Ломас
- ♦ Степень бакалавра в области спорта высших достижений Национального университета Ломас-де-Самора
- ♦ Преподаватель университета по предметам: *Дидактика среднего образования, Дидактика спортивной подготовки и Практика преподавания* в Высшем институте Модело Ломас
- ♦ Степень бакалавра в области физической культуре Высшего Института Модело Ломас
- ♦ Степень магистра в области физической активности и спорта в Национальном университете Авельянеды Предварительный экзамен
- ♦ Степень магистра в области обучения и развития детей и молодежи 1-го уровня в Национальном университете Ломас-де-Самора Тезис

Гн Масабеу, Эмилио Хосе

- ♦ Специалист в области нейромоторики
- ♦ Национальный преподаватель физической культуры
- ♦ Преподаватель Университета Хосе Клементе Пас
- ♦ Преподаватель Национального университета Вилья Марии
- ♦ Преподаватель Национального университета Ломас-де-Самора
- ♦ Степень бакалавра в области кинезиологии в Университете Буэнос-Айреса





Г-н Креспо, Гильермо Хавьер

- ♦ Координатор спортзала Club Body (Буэнос-Айрес)
- ♦ Помощник тренера по программе выявления и развития юношеской тяжелой атлетики
- ♦ Координатор тренажерного зала и учебного центра Asociación Calabresa (Буэнос-Айрес)
- ♦ Национальный олимпийский тренер по тяжелой атлетике и тренер по спортивной тяжелой атлетике в Институте спорта. Буэнос-Айрес (Аргентина)
- ♦ Степень бакалавра в области диетологии Института наук о здоровье Университета имени Х.А. Барсело
- ♦ Сертифицированный тренер по системе и инструментам Trainingym Manager

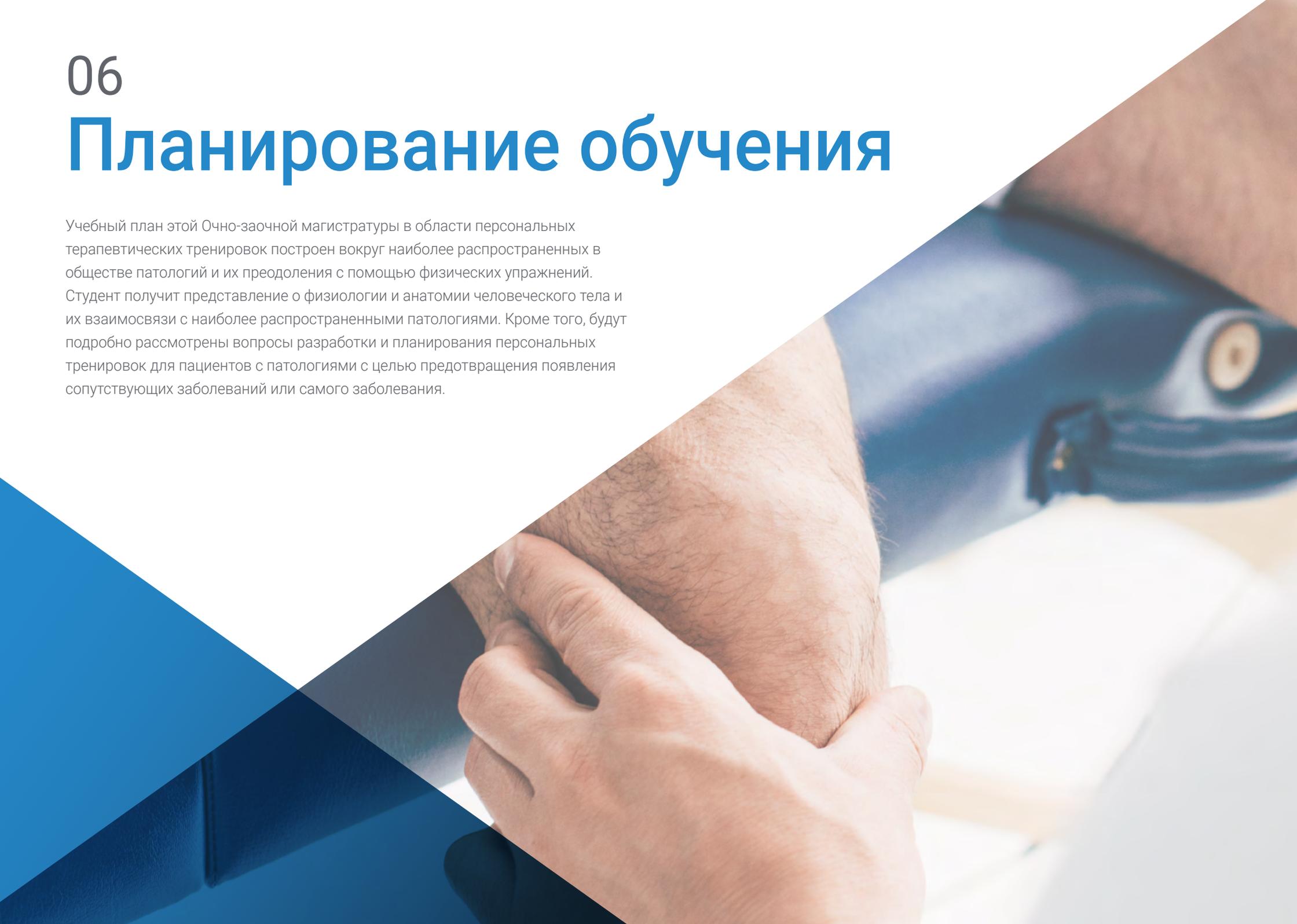
Г-н Ренда, Хуан Мануэль

- ♦ Специалист в области физической подготовки
- ♦ Преподаватель физкультуры
- ♦ Степень бакалавра в области физической культуры Национального университета Сан-Мартина
- ♦ Степень бакалавра в области кинезиологии и физиатрии в Университетском институте НА Barceló
- ♦ Степень магистра в области физической культуры Национальный университет Ломас-де-Самора

06

Планирование обучения

Учебный план этой Очно-заочной магистратуры в области персональных терапевтических тренировок построен вокруг наиболее распространенных в обществе патологий и их преодоления с помощью физических упражнений. Студент получит представление о физиологии и анатомии человеческого тела и их взаимосвязи с наиболее распространенными патологиями. Кроме того, будут подробно рассмотрены вопросы разработки и планирования персональных тренировок для пациентов с патологиями с целью предотвращения появления сопутствующих заболеваний или самого заболевания.



“

TECH предоставляет вам доступ к наиболее полному учебному плану, разработанному авторитетными экспертами в области персональных терапевтических тренировок”

Модуль 1. Патология в современном социально-медицинском контексте

- 1.1. Введение в понятие здоровья
 - 1.1.1. Концепция здоровья
 - 1.1.2. Патология, болезнь и синдром
 - 1.1.3. Классификация заболеваний в соответствии с различными критериями
 - 1.1.4. Хронические неинфекционные заболевания
 - 1.1.5. Механизмы самозащиты
- 1.2. Влияние хронического стресса на здоровье
 - 1.2.1. Дистресс и эустресс. Различия и их влияние на здоровье
 - 1.2.2. Стресс в современном обществе
 - 1.2.3. Физиология и психофизический стресс
 - 1.2.4. Модификация образа жизни и здоровые привычки в профилактике и лечении патологий, связанных со стрессом
 - 1.2.5. Психологические преимущества активного образа жизни
- 1.3. Малоактивный образ жизни и изменение образа жизни
 - 1.3.1. Определение и эпидемиологические данные
 - 1.3.2. Взаимосвязь между малоактивным образом жизни и патологиями
 - 1.3.3. Модификация образа жизни как терапевтический принцип
 - 1.3.4. Предложения по вмешательству в формирование активного и здорового образа жизни
- 1.4. Физическая активность, физические упражнения и здоровье
 - 1.4.1. Различия между физической активностью и физическими упражнениями
 - 1.4.2. Влияние физической активности на здоровье в течение многих лет
 - 1.4.3. Физические упражнения и процесс биологической адаптации
- 1.5. Новые сведения об анатомо-физиологических основах работоспособности и здоровья человека
 - 1.5.1. Мышцы и сила, их связь со здоровьем
 - 1.5.2. Биоэнергетические основы движения: обновление
 - 1.5.3. Биомолекулярные основы физических упражнений
- 1.6. Питание и здоровье
 - 1.6.1. Специалист в области физической культуры как пропагандист здоровых привычек: роль питания
 - 1.6.2. Основные критерии и стратегии здорового питания

- 1.7. Оценка физической активности
 - 1.7.1. Классификация физических оценок и испытаний
 - 1.7.2. Критерии качества испытаний на физическую подготовленность
 - 1.7.3. Объективные методы оценки физической активности
 - 1.7.4. Субъективные методы оценки физической активности
- 1.8. Взаимосвязь микробиоты кишечника с патологией и физической нагрузкой
 - 1.8.1. Что такое микробиота кишечника?
 - 1.8.2. Взаимосвязь микробиоты кишечника со здоровьем и болезнью
 - 1.8.3. Модификация микробиоты кишечника с помощью физических упражнений
- 1.9. Нейронауки и здоровье
 - 1.9.1. Значение нейронауки для здоровья
 - 1.9.2. Влияние физической активности на функциональность нервной системы и ее взаимосвязь с иммунной системой
- 1.10. Преимущества физических упражнений как кинезиологического и терапевтического средства
 - 1.10.1. Основные биологические преимущества физических упражнений
 - 1.10.2. Основные когнитивно-психологические преимущества физических упражнений
 - 1.10.3. Заключительные выводы

Модуль 2. Общие критерии для разработки программ физических нагрузок у особых групп населения

- 2.1. Разработка программ физических нагрузок для особой категории населения
 - 2.1.1. Компетенции и программы: от диагностики до вмешательства
 - 2.1.2. Мульти- и междисциплинарность как основа интервенционного процесса посредством физических упражнений в особой группе населения
- 2.2. Общие принципы обучения и их применение в области здравоохранения
 - 2.2.1. Принципы адаптации (инициация и развитие)
 - 2.2.2. Принципы гарантий адаптации
 - 2.2.3. Принципы специфичности адаптации
- 2.3. Планирование обучения для особых групп населения
 - 2.3.1. Этап планирования I
 - 2.3.2. Этап планирования II
 - 2.3.3. Этап планирования III

- 2.4. Цели занятий по фитнес-программам для здоровья
 - 2.4.1. Силовые тренировки
 - 2.4.2. Тренировки выносливости
 - 2.4.3. Тренировки гибкости/ ADM
- 2.5. Применяемая оценка
 - 2.5.1. Диагностическая оценка и как инструмент управления тренировочной нагрузкой
 - 2.5.2. Морфологическая и функциональная оценка
 - 2.5.3. Регламент и его значение. Регистрация данных
 - 2.5.4. Обработка полученных данных, выводы и практическое применение во время тренировки
- 2.6. Программирование обучения в особых группах населения: переменные вмешательства (I)
 - 2.6.1. Определение понятия тренировочной нагрузки
 - 2.6.2. Периодичность тренировки
 - 2.6.3. Объем тренировки
- 2.7. Программирование обучения в особых группах населения: переменные вмешательства (II)
 - 2.7.1. Объективная интенсивность тренировки
 - 2.7.2. Субъективная интенсивность тренировки
 - 2.7.3. Восстановление и плотность тренировки
- 2.8. Программирование обучения у особых групп населения: переменные вмешательства (I)
 - 2.8.1. Подбор тренировочных упражнений
 - 2.8.2. Порядок тренировочных упражнений
 - 2.8.3. Системы тренировки
- 2.9. Назначение обучения у особых групп населения: переменные вмешательства (II)
 - 2.9.1. Методы силовых тренировок
 - 2.9.2. Методы тренировок выносливости
 - 2.9.3. Параллельные методы тренировки в области здоровья
 - 2.9.4. Метод тренировки ВИИТ в области здоровья
 - 2.9.5. Методы тренировки гибкости/амплитуды движения
 - 2.9.6. Контроль внутренней и внешней нагрузки тренировки

- 2.10. Разработка учебных занятий тренировки
 - 2.10.1. Этап подготовки к тренировке
 - 2.10.2. Основной этап тренировки
 - 2.10.3. Восстановительный этап тренировки
 - 2.10.4. Заключительные выводы

Модуль 3. Ожирение и физические нагрузки

- 3.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 3.1.1. Эволюция методики: связанные с культурными и социальными аспектами
 - 3.1.2. Ожирение и сопутствующие заболевания: роль междисциплинарности
 - 3.1.3. Детское ожирение и его влияние на будущую взрослую жизнь
- 3.2. Патофизиологическая основа
 - 3.2.1. Определение понятия ожирение и риски для здоровья
 - 3.2.2. Патофизиологические аспекты ожирения
 - 3.2.3. Ожирение и сопутствующие патологии
- 3.3. Оценка и диагностика
 - 3.3.1. Состав тела: 2-компонентная и 5-компонентная модель
 - 3.3.2. Оценка: основные морфологические оценки
 - 3.3.3. Интерпретация антропометрических данных
 - 3.3.4. Назначение физических упражнений для профилактики и лечения ожирения
- 3.4. Протокол лечения
 - 3.4.1. Первое терапевтическое руководство: модификация образа жизни
 - 3.4.2. Питание: роль в развитии ожирения
 - 3.4.3. Упражнение: роль в развитии ожирения
 - 3.4.4. Фармакологическое лечение
- 3.5. Планирование тренировок у пациентов с ожирением
 - 3.5.1. Определение и спецификация уровня клиента
 - 3.5.2. Определение и уточнение целей
 - 3.5.3. Определение и уточнение процессов оценки
 - 3.5.4. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов

- 3.6. Программирование силовых тренировок для пациентов с ожирением
 - 3.6.1. Цели силовых тренировок у людей с ожирением
 - 3.6.2. Объем-интенсивность и восстановление силовых тренировок у людей с ожирением
 - 3.6.3. Выбор методов силовых тренировок у людей с ожирением
 - 3.6.4. Цели силовых тренировок у людей с ожирением
- 3.7. Программирование тренировок на выносливость для пациентов с ожирением
 - 3.7.1. Цели тренировок на выносливость у людей с ожирением
 - 3.7.2. Объем-интенсивность и восстановление тренировки на выносливость у людей с ожирением
 - 3.7.3. Выбор упражнений и методов тренировки на выносливость для людей с ожирением
 - 3.7.4. Разработка программ тренировок на выносливость для людей с ожирением
- 3.8. Здоровье суставов и дополнительная подготовка у пациентов с ожирением
 - 3.8.1. Дополнительная подготовка при ожирении
 - 3.8.2. Тренировка на амплитуду движений/гибкости у людей с ожирением
 - 3.8.3. Улучшение контроля и устойчивости туловища у людей с ожирением
 - 3.8.4. Другие соображения по тренировкам для людей с ожирением
- 3.9. Психосоциальные аспекты ожирения
 - 3.9.1. Важность междисциплинарного лечения ожирения
 - 3.9.2. Расстройства пищевого поведения
 - 3.9.3. Детское ожирение
 - 3.9.4. Ожирение у взрослых
- 3.10. Питание и другие факторы, связанные с ожирением
 - 3.10.1. Омические науки и ожирение
 - 3.10.2. Микробиота и ее влияние на ожирение
 - 3.10.3. Протоколы пищевого вмешательства при ожирении: доказательства
 - 3.10.4. Рекомендации по питанию при физических упражнениях

Модуль 4. Диабет и физические упражнения

- 4.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 4.1.1. Определение и обоснование сахарного диабета
 - 4.1.2. Признаки и симптомы сахарного диабета
 - 4.1.3. Определение и классификация сахарного диабета
 - 4.1.4. Диабет II типа и стиль жизни
- 4.2. Патофизиологическая основа
 - 4.2.1. Анатомо-физиологические основы
 - 4.2.2. Поджелудочная железа и регуляция уровня глюкозы в крови
 - 4.2.3. Метаболизм макроэлементов при сахарном диабете
 - 4.2.4. Инсулинорезистентность
- 4.3. Оценка и диагностика
 - 4.3.1. Диабет: оценка в клинической среде
 - 4.3.2. Осложнения при сахарном диабете
 - 4.3.3. Диабет: его оценка и мониторинг специалистом по физической культуре
 - 4.3.4. Диагностики и регламент вмешательства при диабете
- 4.4. Протокол лечения
 - 4.4.1. Мониторинг уровня глюкозы в крови и особенности питания
 - 4.4.2. Лечение сахарного диабета I и II типов
 - 4.4.3. Фармакологическое лечение. Основные понятия, которые необходимо учитывать
 - 4.4.4. Нефармакологическое лечение с помощью физических упражнений: роль при сахарном диабете
- 4.5. Планирование тренировок пациентов с сахарным диабетом
 - 4.5.1. Определение и спецификация уровня клиента
 - 4.5.2. Определение и уточнение целей
 - 4.5.3. Определение и уточнение процессов оценки
 - 4.5.4. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов

- 4.6. Составление программы силовых тренировок
 - 4.6.1. Цели силовых тренировок при диабете
 - 4.6.2. Объем, интенсивность и восстановление после силовых тренировок при диабете
 - 4.6.3. Выбор упражнений и методов силовой тренировки при сахарном диабете
 - 4.6.4. Разработка программ силовых тренировок при диабете
- 4.7. Программирование тренировки на выносливость
 - 4.7.1. Цели тренировок на сопротивление при диабете
 - 4.7.2. Объем, интенсивность и восстановление после тренировки на сопротивление при диабете
 - 4.7.3. Выбор упражнений и методов тренировки на сопротивление при диабете
 - 4.7.4. Разработка программ тренировок на сопротивление при диабете
- 4.8. Меры предосторожности и противопоказания
 - 4.8.1. Гликемические значения и физические упражнения
 - 4.8.2. Противопоказания к активности у пациента с сахарным диабетом I типа
 - 4.8.3. Внимание к проблемам, связанным с диабетом и физическими упражнениями
 - 4.8.4. Безопасность и первая помощь при осложнениях во время реализации программ физических упражнений с больными сахарным диабетом
- 4.9. Питание и образ жизни у пациентов с сахарным диабетом
 - 4.9.1. Аспекты питания при сахарном диабете
 - 4.9.2. Метаболический контроль и гликемический индекс
 - 4.9.3. Рекомендации в области питания при физических нагрузках
- 4.10. Разработка тренировочных программ для пациентов с сахарным диабетом
 - 4.10.1. Разработка программ обучения диабету
 - 4.10.2. Разработка учебных занятий по диабету
 - 4.10.3. Разработка комплексных (междисциплинарных) программ вмешательства при диабете

Модуль 5. Метаболический синдром и физическая нагрузка

- 5.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 5.1.1. Определение понятия метаболического синдрома
 - 5.1.2. Эпидемиология метаболического синдрома
 - 5.1.3. Пациент с синдромом, рекомендации по лечению
- 5.2. Патофизиологическая основа
 - 5.2.1. Определение метаболического синдрома и рисков для здоровья
 - 5.2.2. Патофизиологические аспекты заболевания
- 5.3. Оценка и диагностика
 - 5.3.1. Метаболический синдром и его оценка в клинических условиях
 - 5.3.2. Биомаркеры, клинические показатели и метаболический синдром
 - 5.3.3. Метаболический синдром, его оценка и мониторинг специалистом по физической культуре
 - 5.3.4. Диагностика и протокол вмешательства при метаболическом синдроме
- 5.4. Протокол лечения
 - 5.4.1. Образ жизни и его связь с метаболическим синдромом
 - 5.4.2. Упражнения: роль при метаболическом синдроме
 - 5.4.3. Пациент с метаболическим синдромом и фармакологическое лечение: соображения для врача, занимающегося физическими упражнениями
- 5.5. Планирование тренировок у пациентов с метаболическим синдромом
 - 5.5.1. Определение и спецификация уровня клиента
 - 5.5.2. Определение и уточнение целей
 - 5.5.3. Определение и уточнение процессов оценки
 - 5.5.4. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов
- 5.6. Составление программы силовых тренировок
 - 5.6.1. Цели силовых тренировок у людей с метаболическим синдромом
 - 5.6.2. Объем, интенсивность и восстановление силовых тренировок при метаболическом синдроме
 - 5.6.3. Выбор упражнений и методов силовой тренировки при метаболическом синдроме
 - 5.6.4. Разработка программ силовых тренировок при метаболическом синдроме

- 5.7. Программирование тренировки на выносливость
 - 5.7.1. Цели тренировок с сопротивлением при метаболическом синдроме
 - 5.7.2. Объем, интенсивность и восстановление после тренировок на сопротивление при метаболическом синдроме
 - 5.7.3. Выбор упражнений и методов тренировки на выносливость при метаболическом синдроме
 - 5.7.4. Разработка программ тренировок на выносливость при метаболическом синдроме.
- 5.8. Меры предосторожности и противопоказания
 - 5.8.1. Оценки для выполнения физических упражнений в популяции с метаболическим синдромом.
 - 5.8.2. Противопоказания к активности у пациента с метаболическим синдромом
- 5.9. Питание и образ жизни у пациентов с метаболическим синдромом
 - 5.9.1. Роль питания при метаболическом синдроме
 - 5.9.2. Примеры пищевого вмешательства при метаболическом синдроме
 - 5.9.3. Рекомендации по питанию при физических упражнениях
- 5.10. Разработка программ тренировок у пациентов с метаболическим синдромом
 - 5.10.1. Разработка программ тренировок при метаболическом синдроме
 - 5.10.2. Разработка тренировочных занятий при метаболическом синдроме
 - 5.10.3. Разработка глобальных интервенционных программ (междисциплинарных) при метаболическом синдроме
 - 5.10.4. Заключительные выводы

Модуль 6. Сердечно-сосудистые заболевания

- 6.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 6.1.1. Определение и распространенность
 - 6.1.2. Этиология заболевания и выявление сердечно-сосудистых факторов риска
 - 6.1.3. Кардиологическая и метаболическая патологии
- 6.2. Патофизиологическая основа
 - 6.2.1. Физиология сердечно-сосудистой системы
 - 6.2.2. Атеросклероз и дислипидемия
 - 6.2.3. Артериальная гипертензия
 - 6.2.4. Кардиопатии, клапанные пороки сердца и аритмии

- 6.3. Оценка и диагностика
 - 6.3.1. Первичная оценка риска при сердечно-сосудистых заболеваниях
 - 6.3.2. Оценка риска у послеоперационных пациентов
- 6.4. Протокол лечения
 - 6.4.1. Стратификация риска при занятиях физическими упражнениями: первичная, вторичная и третичная профилактики
 - 6.4.2. Цели и программы вмешательства по снижению факторов риска
 - 6.4.3. Рекомендации по лечению сопутствующих заболеваний
- 6.5. Планирование тренировок для пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями
 - 6.5.1. Определение и спецификация уровня клиента
 - 6.5.2. Определение и уточнение целей
 - 6.5.3. Определение и уточнение процессов оценки
 - 6.5.4. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов
- 6.6. Составление программы силовых тренировок
 - 6.6.1. Цели силовых тренировок при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.6.2. Объем, интенсивность и восстановление после силовых тренировок при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.6.3. Выбор упражнений и методов силовой тренировки при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.6.4. Разработка программ силовых тренировок при сердечно-сосудистых патологиях
- 6.7. Программирование тренировки на выносливость
 - 6.7.1. Цели тренировок на сопротивление при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.7.2. Объем и интенсивность и восстановление после тренировок на сопротивление при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.7.3. Выбор упражнений и методов тренировки на сопротивление при сердечно-сосудистых патологиях
 - 6.7.4. Разработка программ тренировок на сопротивление при сердечно-сосудистых патологиях
- 6.8. Кардиологическая реабилитация
 - 6.8.1. Польза физических упражнений для пациентов с кардиологической патологией
 - 6.8.2. Способы выполнения упражнений
 - 6.8.3. Кардиологическая реабилитация: фаза I, II, III
 - 6.8.4. Телереабилитация и долгосрочная поддержка
 - 6.8.5. Взаимодействие лекарственного препарата с физической нагрузкой

- 6.9. Питание пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями
 - 6.9.1. Аспекты питания у пациентов с сердечно-сосудистым заболеванием
 - 6.9.2. Средиземноморская диета как инструмент профилактики сердечно-сосудистых заболеваний
 - 6.9.3. Рекомендации по питанию при физических упражнениях
- 6.10. Противопоказания и меры предосторожности
 - 6.10.1. Противопоказания к началу занятий физическими упражнениями
 - 6.10.2. Действия в чрезвычайных ситуациях: первичная и вторичная профилактика
 - 6.10.3. СЛР
 - 6.10.4. Правила, использование и обращение с дефибрилляторами на спортивных объектах
 - 6.10.5. Выводы

Модуль 7. Остеоартикулярные патологии и неспецифическая боль в пояснице

- 7.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 7.1.1. Контекстуализация остеоартикулярной патологии и неспецифической боли в спине
 - 7.1.2. Эпидемиология
 - 7.1.3. Определение различных патологий, связанных с костно-суставной системой
 - 7.1.4. Объект остеосаркопении
- 7.2. Патофизиологическая основа
 - 7.2.1. Патофизиологические основы остеопороза
 - 7.2.2. Патофизиологические основы остеоартроза
 - 7.2.3. Патофизиологические основы неспецифической боли в пояснице
 - 7.2.4. Патофизиологические основы ревматоидного артрита
- 7.3. Оценка и диагностика
 - 7.3.1. Функциональная оценка при боли в пояснице
 - 7.3.2. Диагностические критерии остеопороза и предрасполагающие факторы риска переломов
 - 7.3.3. Диагностические критерии при остеоартрозе и сопутствующих заболеваниях
 - 7.3.4. Клиническая оценка состояния больных ревматоидным артритом

- 7.4. Протокол лечения
 - 7.4.1. Программа нефармакологического лечения и вмешательства при неспецифической боли в пояснице
 - 7.4.2. Программа нефармакологического лечения и вмешательства при остеопорозе
 - 7.4.3. Программа нефармакологического лечения и вмешательства при остеоартрозе
 - 7.4.4. Программа нефармакологического лечения и вмешательства при ревматоидном артрите
- 7.5. Планирование тренировки
 - 7.5.1. Определение и уточнение целей
 - 7.5.2. Определение и уточнение процессов оценки
 - 7.5.3. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов
 - 7.5.4. Значение междисциплинарной команды
- 7.6. Составление программы силовых тренировок
 - 7.6.1. Цели силовых тренировок при остеоартикулярных патологиях и неспецифической боли в пояснице
 - 7.6.2. Объем, интенсивность и восстановление после силовых тренировок при остеоартикулярной патологии и неспецифической боли в пояснице
 - 7.6.3. Подбор упражнений и методов силовой тренировки при остеоартикулярной патологии и неспецифической боли в пояснице
 - 7.6.4. Цели силовых тренировок при патологиях костей и суставов и неспецифической боли в пояснице
- 7.7. Программирование тренировки на выносливость
 - 7.7.1. Цели тренировок на сопротивление при остеоартикулярной патологии и неспецифической боли в пояснице
 - 7.7.2. Объем, интенсивность и восстановление после тренировок на сопротивление при остеоартикулярных патологиях и болях в пояснице
 - 7.7.3. Подбор упражнений и методов тренировки на сопротивление при остеоартикулярной патологии и болях в пояснице
 - 7.7.4. Разработка программ тренировок на сопротивление при остеоартикулярных патологиях и болях в пояснице
- 7.8. Значение кинезиологии как профилактического средства
 - 7.8.1. Физические упражнения и их влияние на костную массу
 - 7.8.2. Функциональность пояснично-тазовой области
 - 7.8.3. Важность соблюдения гигиены осанки
 - 7.8.4. Важность эргономики дома и на работе

- 7.9. Физическая, психологическая и социальная нагрузка, а также рекомендации по улучшению здоровья и качества жизни
 - 7.9.1. Ключевые аспекты у женщин в период постменопаузы
 - 7.9.2. Понимание сложной взаимосвязи между физической нагрузкой и болью
 - 7.9.3. Препятствия для участия в программах физических упражнений
 - 7.9.4. Стратегии, способствующие повышению приверженности
- 7.10. Разработка программ тренировок для пациентов с остеоартикулярными патологиями и неспецифической болью в пояснице
 - 7.10.1. Разработка тренировочных программ при остеопорозе
 - 7.10.2. Разработка тренировочных программ при остеоартрозе
 - 7.10.3. Разработка программ тренировок при неспецифической боли в пояснице
 - 7.10.4. Выводы

Модуль 8. Респираторные патологии и физические нагрузки

- 8.1. Определение, контекстуализация и эпидемиология
 - 8.1.1. Определение наиболее часто встречающихся респираторных патологий
 - 8.1.2. Описание характеристик заболевания
 - 8.1.3. Эпидемиология и работа с населением
 - 8.1.4. Триггерные факторы и сопутствующие заболевания
- 8.2. Патофизиологическая основа
 - 8.2.1. Физиология и анатомия дыхательной системы
 - 8.2.2. Газообмен, вентиляция и воздушный поток
 - 8.2.3. ХОБЛ
 - 8.2.4. Астма
- 8.3. Оценка и диагностика
 - 8.3.1. Оценка функции легких и их функциональных возможностей
 - 8.3.2. Функциональная оценка состояния пациента с ХОБЛ
 - 8.3.3. Физические испытания и практическое применение
- 8.4. Протокол лечения
 - 8.4.1. Программы респираторной реабилитации пациентов с ХОБЛ
 - 8.4.2. Медикаментозное лечение и взаимодействие
 - 8.4.3. Нефармакологическое лечение: аэробный фитнес и тренировка мышц
 - 8.4.4. Устранение общих факторов риска и сопутствующих заболеваний
- 8.5. Планирование тренировок у пациентов с ХОБЛ
 - 8.5.1. Определение и спецификация уровня клиента
 - 8.5.2. Определение и уточнение целей
 - 8.5.3. Определение и уточнение процессов оценки
 - 8.5.4. Определение и конкретизация оперативности в отношении пространственных и материальных ресурсов
- 8.6. Составление программы силовых тренировок
 - 8.6.1. Цели силовых тренировок при респираторной патологии
 - 8.6.2. Объем, интенсивность и восстановление после силовых тренировок при респираторных патологиях
 - 8.6.3. Выбор упражнений и методов силовой тренировки при патологии органов дыхания
 - 8.6.4. Разработка программ силовых тренировок при респираторной патологии
- 8.7. Программирование тренировки на выносливость
 - 8.7.1. Цели тренировки на сопротивление при патологии органов дыхания
 - 8.7.2. Объем, интенсивность и восстановление после тренировок на сопротивление при патологии органов дыхания
 - 8.7.3. Выбор упражнений и методов тренировки на сопротивление при патологии органов дыхания
 - 8.7.4. Разработка программ тренировок на сопротивление при респираторной патологии
- 8.8. Рекомендации по изменению образа жизни
 - 8.8.1. Малоподвижный образ жизни
 - 8.8.2. Физическая инертность
 - 8.8.3. Курение, алкоголь и питание
- 8.9. Неполюценное питание у пациентов с ХОБЛ и его влияние на функцию дыхания
 - 8.9.1. Оценка состояния питания
 - 8.9.2. Нутритивная поддержка при ХОБЛ
 - 8.9.3. Рекомендации по питанию пациентов с ХОБЛ

- 8.10. Принципы, используемые в практике физической активности и упражнений
 - 8.10.1. Выбор и последовательность выполнения силовых и аэробных упражнений во время тренировки
 - 8.10.2. Использование параллельной тренировки в качестве инструмента для пациента с ХОБЛ
 - 8.10.3. Выбор физической нагрузки и ее прогрессирование в группе лиц с патологией дыхательной системы
 - 8.10.4. Специфические фармакологические взаимодействия
 - 8.10.5. Выводы

Модуль 9. Физические упражнения и беременность

- 9.1. Морфофункциональные изменения у женщин во время беременности
 - 9.1.1. Понятие беременности
 - 9.1.2. Рост плода
 - 9.1.3. Главные морфофункциональные изменения
 - 9.1.3.1. Изменение состава тела при увеличении массы тела
 - 9.1.3.2. Модификация сердечно-сосудистой системы
 - 9.1.3.3. Изменения в мочевыделительной системе
 - 9.1.3.4. Изменения в нервной системе
 - 9.1.3.5. Изменения в системе органов дыхания
 - 9.1.3.6. Изменения в эпителиальной ткани
- 9.2. Патофизиология, связанная с беременностью
 - 9.2.1. Изменение массы тела
 - 9.2.2. Модификация центра тяжести и соответствующие постуральные адаптации
 - 9.2.3. Кардиореспираторные адаптации
 - 9.2.4. Гематологические адаптации
 - 9.2.4.1. Объем крови
 - 9.2.5. Адаптация опорно-двигательного аппарата
 - 9.2.6. Гипотензивный синдром в положении лежа
 - 9.2.7. Желудочно-кишечные и почечные изменения
 - 9.2.7.1. Подвижность желудочно-кишечного тракта
 - 9.2.7.2. Почки
- 9.3. Кинезилактика и польза физических упражнений для беременных женщин
 - 9.3.1. Уход за собой во время повседневной жизни
 - 9.3.2. Профилактическая физическая работа
 - 9.3.3. Психосоциальные биологические преимущества физических упражнений
- 9.4. Риски и противопоказания для физических упражнений у беременных женщин
 - 9.4.1. Абсолютные противопоказания к физическим упражнениям
 - 9.4.2. Относительные противопоказания к физическим упражнениям
 - 9.4.3. Меры предосторожности, которые необходимо соблюдать в течение всего периода беременности
- 9.5. Питание беременных женщин
 - 9.5.1. Увеличение массы тела при беременности
 - 9.5.2. Потребность в энергии на протяжении всей беременности
 - 9.5.3. Рекомендации по питанию при физических упражнениях
- 9.6. Планирование тренировок у беременных женщин
 - 9.6.1. Планирование первый квартал
 - 9.6.2. Планирование на второй квартал
 - 9.6.3. Планирование на третий квартал
- 9.7. Разработка тренировок опорно-двигательного аппарата
 - 9.7.1. Моторная кора
 - 9.7.2. Растяжка и расслабление мышц
 - 9.7.3. Работа над физической формой мышц
- 9.8. Программирование тренировки на выносливость
 - 9.8.1. Методы малотравматичной физической работы
 - 9.8.2. Еженедельная нагрузка
- 9.9. Постуральная и подготовительная работа к родам
 - 9.9.1. Упражнения для тазового дна
 - 9.9.2. Постуральные упражнения
- 9.10. Возвращение к физической активности после родов
 - 9.10.1. Медицинская выписка и восстановительный период
 - 9.10.2. Забота о начале физической активности
 - 9.10.3. Выводы

Модуль 10. Физические нагрузки у детей, подростков и пожилых людей

- 10.1. Подход к физическим нагрузкам для детей и подростков
 - 10.1.1. Рост, созревание и развитие
 - 10.1.2. Развитие и индивидуальность: хронологический возраст против биологического возраста
 - 10.1.3. Чувствительные фазы
 - 10.1.4. *Модель долгосрочного развитие спортсмена*
- 10.2. Оценка физической подготовленности у детей и молодых людей
 - 10.2.1. Основные оценочные тесты
 - 10.2.2. Оценка координационных навыков
 - 10.2.3. Оценка условных возможностей
 - 10.2.4. Морфологические оценки
- 10.3. Составление программ физических упражнений для детей и молодых людей
 - 10.3.1. Силовая тренировка
 - 10.3.2. Обучение аэробной физической подготовки
 - 10.3.3. Тренировка скорости
 - 10.3.4. Тренировка гибкости
- 10.4. Нейронауки и развитие детей и молодежи
 - 10.4.1. Нейрообучение в детстве
 - 10.4.2. Моторные навыки. Основа интеллекта
 - 10.4.3. Внимание и эмоции. Раннее обучение
 - 10.4.4. Нейробиология и эпигенетическая теория в обучении
- 10.5. Подход к физическим упражнениям у пожилых людей
 - 10.5.1. Процесс старения
 - 10.5.2. Морфофункциональные изменения у пожилых людей
 - 10.5.3. Цели к физическим упражнениям у пожилых людей
 - 10.5.4. Преимущества к физическим упражнениям у пожилых людей
- 10.6. Комплексная геронтологическая оценка
 - 10.6.1. Тест на координационные способности
 - 10.6.2. Индекс Катца независимости в повседневной жизни
 - 10.6.3. Тест на соответствии с способности
 - 10.6.4. Хрупкость и уязвимость у пожилых людей





- 10.7. Синдром нестабильности
 - 10.7.1. Эпидемиология падений у пожилых людей
 - 10.7.2. Выявление пациентов из группы риска без предшествующего падения
 - 10.7.3. Факторы риска падений у пожилых людей
 - 10.7.4. Синдром после падения
- 10.8. Питание детей, молодежи и пожилых людей
 - 10.8.1. Требования к питанию для каждого возрастного этапа
 - 10.8.2. Рост распространенности детского ожирения и диабета 2 типа у детей
 - 10.8.3. Связь дегенеративных заболеваний с потреблением насыщенных жиров
 - 10.8.4. Рекомендации по питанию при физических упражнениях
- 10.9. Нейронауки и пожилые люди
 - 10.9.1. Нейрогенез и обучение
 - 10.9.2. Когнитивный резерв у пожилых людей
 - 10.9.3. Мы всегда можем учиться
 - 10.9.4. Старение не является синонимом болезни
 - 10.9.5. Болезнь Альцгеймера и болезнь Паркинсона, значение физической активности
- 10.10. Составление программ физических упражнений для пожилых людей
 - 10.10.1. Мышечная сила и силовые тренировки
 - 10.10.2. Обучение аэробной физической подготовки
 - 10.10.3. Когнитивный тренинг
 - 10.10.4. Тренировка координационных навыков
 - 10.10.5. Выводы

07

Практика

Завершив этап онлайн-обучения по программе Очно-заочной магистратуры в области персональных терапевтических тренировок, студенты получают возможность пройти интенсивную стажировку, которая позволит им применить полученные теоретические знания в реальной рабочей обстановке. Таким образом, благодаря этой стажировке студенты смогут развить свои навыки работы с пациентами, а также создания и применения персональных планов тренировок при различных патологиях.





“

*Эти практики позволят вам внедрить
самые передовые методы обучения
в свою повседневную работу”*

Период практики в рамках этой программы состоит из стажировки в престижном центре в течение 3 недель, с понедельника по пятницу, с активным участием в течение 8 часов подряд. В течение этого времени студент будет находиться в сопровождении профессионала из самого центра и получит возможность сопровождать реальных пользователей в эталонной среде в области персональных терапевтических тренировок.

В данном учебном предложении, имеющем полностью практический характер, деятельность направлена на развитие и совершенствование компетенций, необходимых для проведения персональных терапевтических тренировок в областях и условиях, требующих высокого уровня квалификации, и ориентированных на конкретную подготовку к осуществлению деятельности, в условиях безопасности для пользователя и высокой профессиональной результативности.

Практическая часть проводится при активном участии студента, выполняющего действия и процедуры по каждой компетенции (учиться учиться и учиться делать), при сопровождении и руководстве преподавателей и других коллег по обучению, способствующих командной работе и междисциплинарной интеграции как сквозным компетенциям профессиональной практической деятельности (учиться быть и учиться взаимодействовать).

Описанные ниже процедуры составят основу практической части обучения, а их выполнение зависит как от состояния пациентов, так и от наличия центра и его загруженности, при этом предлагаемые мероприятия будут выглядеть следующим образом:





Модуль	Практическая деятельность
Оценка и диагностика	Проводить первичное интервью с клиентом для оценки его текущего состояния и сбора необходимой информации
	Выполнять тесты для оценки физического состояния, такие как антропометрические измерения, оценка осанки и подвижности, тесты на силу и выносливость и др.
	Проводить тесты психологической оценки, такие как личностные опросники и тесты социальных навыков
Планирование тренировки	Составить персональные планы тренировок с учетом целей, потребностей и индивидуальных особенностей клиента
	Выбрать и обучить конкретным методам тренировки, таким как упражнения на силу, выносливость, гибкость и равновесие
	Разработать индивидуальные планы питания и диеты для улучшения спортивных результатов и общего состояния здоровья
Практические тренировки	Проводить персональные тренировки с клиентами в режиме реального времени, контролируя и корректируя технику выполнения упражнений, обеспечивая прогресс и безопасность клиента
	Использовать различные виды тренажеров – от гантелей и тренажеров до эластичных лент и мячей для упражнений
	Проводить тренировки на открытом воздухе, используя окружающую среду и ландшафт для создания полноценной и разнообразной тренировки
Специализированные тренировки	Разработать специальные планы тренировок для людей с особыми потребностями, например, пожилых, беременных женщин или людей с ограниченными возможностями
	Обучить технике релаксации и дыхания для снижения стресса и тревожности, а также улучшения психического здоровья
	Проводить сеансы физиотерапии и спортивного массажа для восстановления после спортивных травм и улучшения состояния мышц и суставов
Коммуникация и взаимоотношения с клиентами	Установить и поддерживать хорошие отношения с клиентами, выстраивая долгосрочные и доверительные отношения
	Владеть навыками коммуникации и ведения переговоров для обеспечения эффективного взаимодействия между тренером и клиентом
	Разрешать конфликты и проблемы, связанные с тренировками и отношениями с клиентами

Страхование ответственности

Основная задача этого учреждения – гарантировать безопасность как обучающихся, так и других сотрудничающих агентов, необходимых в процессе практической подготовки в компании. Среди мер, направленных на достижение этой цели, – реагирование на любой инцидент, который может произойти в процессе преподавания и обучения.

С этой целью данное образовательное учреждение обязуется застраховать гражданскую ответственность на случай, если таковая возникнет во время стажировки в центре производственной практики.

Этот полис ответственности для обучающихся должен быть комплексным и должен быть оформлен до начала периода практики. Таким образом, специалист может не беспокоиться, если ему/ей придется столкнуться с непредвиденной ситуацией, поскольку его/ее страховка будет действовать до конца практической программы в центре.



Общие условия прохождения практической подготовки

Общие условия договора о прохождении практики по данной программе являются следующими:

1. НАСТАВНИЧЕСТВО: во время прохождения Очно-заочной магистратуры студенту будут назначены два наставника, которые будут сопровождать его/ее на протяжении всего процесса, разрешая любые сомнения и вопросы, которые могут возникнуть. С одной стороны, будет работать профессиональный наставник, принадлежащий к учреждению, где проводится практика, цель которого – постоянно направлять и поддерживать студента. С другой стороны, за студентом также будет закреплен академический наставник, задача которого будет заключаться в координации и помощи студенту на протяжении всего процесса, разрешении сомнений и содействии во всем, что может ему/ей понадобиться. Таким образом, специалист будет постоянно находиться в сопровождении наставников и сможет проконсультироваться по любым возникающим сомнениям как практического, так и академического характера.

2. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ: программа стажировки рассчитана на три недели непрерывного практического обучения, распределенного на 8-часовые дни, пять дней в неделю. За дни посещения и расписание отвечает учреждение, информируя специалистов должным образом и заранее, с достаточным запасом времени, чтобы облегчить их организацию.

3. НЕЯВКА: в случае неявки в день начала обучения по программе Очно-заочной магистратуры студент теряет право на прохождение практики без возможности возмещения или изменения даты. Отсутствие на практике более двух дней без уважительной/медицинской причины означает отмену практики и ее автоматическое прекращение. О любых проблемах, возникающих во время стажировки, необходимо срочно сообщить академическому наставнику.

4. СЕРТИФИКАЦИЯ: студент, прошедший Очно-заочную магистратуру, получает сертификат, аккредитующий стажировку в данном учреждении.

5. ТРУДОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ: Очно-заочная магистратура не предполагает трудовых отношений любого рода.

6. ПРЕДЫДУЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ: некоторые учреждения могут потребовать справку о предыдущем образовании для прохождения Очно-заочной магистратуры. В этих случаях необходимо будет представить ее в отдел стажировки ТЕСН, чтобы подтвердить назначение выбранного учреждения.

7. НЕ ВКЛЮЧАЕТСЯ: Очно-заочная магистратура не должна включать какие-либо иные пункты, не описанные в данных условиях. Поэтому в нее не входит проживание, транспорт до города, где проходит стажировка, визы или любые другие услуги, не описанные выше.

Однако студенты могут проконсультироваться со своим академическим наставником, если у них есть какие-либо сомнения или рекомендации по этому поводу. Наставник предоставит вам всю необходимую информацию для облегчения процесса.

08

Где я могу пройти практику?

Стажировка в рамках этой Очно-заочной магистратуры в области персональных терапевтических тренировок будет проводиться в ведущих центрах в этой области. Эти стажировки позволят студентам применить теоретические знания, полученные на онлайн-этапе программы, и развить практические навыки вместе с командой высококвалифицированных профессионалов в области персональных терапевтических тренировок. Места прохождения практики были тщательно отобраны, чтобы обеспечить студентам наилучший опыт и возможность обучения в профессиональной и безопасной среде.



“

TECH предоставляет в ваше распоряжение лучшие международные центры, чтобы вы могли получить подготовку высшего уровня в области персональных терапевтических тренировок”



Студенты могут пройти практическую часть данной Очно-заочной магистратуры в следующих центрах:



Науки о спорте

Club Metropolitan Sagrada Familia

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: C/ de Provenza, 408, 08025 Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Iradier

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: C/ de les Escoles Pies, 105, 08017 Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Balmes

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: C/ de Balmes, 215, 08006 Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

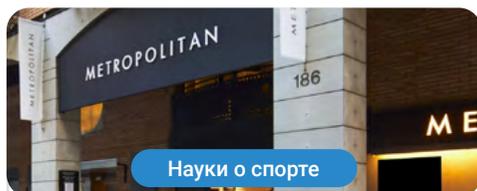
Club Metropolitan Las Arenas

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: Gran Via de les Corts Catalanes, 373, 385, 08015 Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Galileo

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: C/ de Galileu, 186, 08028 Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Badalona

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: C. de Sant Miquel, 16, 08911 Badalona, Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Gran Vía

Страна: Испания
Город: Барселона

Адрес: Avinguda de la Granvia de l'Hospitalet, 142, 08907 L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Abascal

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: Calle de José Abascal, 46, 28003 Madrid

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Eurobuilding

Страна	Город
Испания	Мадрид

Адрес: Hotel NH Collection Madrid Eurobuilding, Planta Superior Hotel NH Collection Eurobuilding, 28036, C. del Padre Damián, 23, 28036 Madrid

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Isozaki

Страна	Город
Испания	Бискайя

Адрес: Paseo Uribitarte, 4, Ext, 48001 Bilbao, Vizcaya

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Begoña

Страна	Город
Испания	Бискайя

Адрес: Masustegi Kalea, 25, 48006 Bilbao, Vizcaya

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Romareda

Страна	Город
Испания	Сарагоса

Адрес: C/ de Gonzalo Calamita, s/n, 50009 Zaragoza

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Paraíso

Страна	Город
Испания	Сарагоса

Адрес: Residencial Paraíso, 10, 50008 Zaragoza

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Sevilla

Страна	Город
Испания	Севилья

Адрес: Av. Eduardo Dato, 49, 41018 Sevilla

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Gijón

Страна	Город
Испания	Астурия

Адрес: Estadio El Molinón Enrique Castro - Quini, Puerta 8, 33201 Gijón, Asturias

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan Vigo

Страна	Город
Испания	Понтеведра

Адрес: Rúa Cánovas del Castillo, 1, 36202 Vigo, Pontevedra

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:

- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Club Metropolitan La Solana

Страна: Испания
Город: Ла-Корунья

Адрес: P.º Marítimo Alcalde Francisco Vázquez, 21, 15001 A Coruña

Крупнейшая национальная сеть спортивных, оздоровительных и велнес-центров в Испании.

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

MoveBon

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: Calle de García de Paredes, 42, 28010 Madrid

MoveBon — центр, специализирующийся на проведении тренировок в малых группах, на открытом воздухе и в режиме онлайн

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала



Науки о спорте

Entrenamiento Personal Madrid

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: Calle de Puenteareas, 13, 28002 Madrid

Персональные тренировки в Мадриде, специализирующиеся на физическом закаливании и реабилитации

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки



Науки о спорте

Fitness 4 All

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: C. de Virgen de Lluç, 104, 28027 Madrid

Для людей, которые приходят, это другой опыт, новая концепция спортзала

Соответствующая практическая подготовка:
- Персональные терапевтические тренировки
- Инструктор тренажерного зала





Науки о спорте

Premium global health care Madrid

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: C. de Víctor de la Serna, 4, 28016 Madrid

Многопрофильный центр, специализирующийся на реабилитации, восстановлении и персональных тренировках

Соответствующая практическая подготовка:
- MBA в области цифрового маркетинга
- Управление проектами



Науки о спорте

Premium global health care Fuenlabrada

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: Paseo de Roma, 1, 28943 Fuenlabrada, Madrid

Многопрофильный центр, специализирующийся на реабилитации, восстановлении и персональных тренировках

Соответствующая практическая подготовка:
- MBA в области цифрового маркетинга
- Управление проектами



Науки о спорте

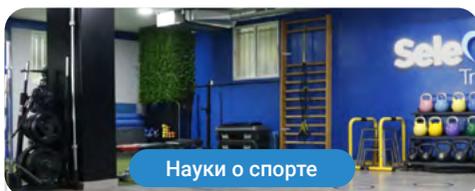
Premium global health care Pozuelo

Страна: Испания
Город: Мадрид

Адрес: Centro Comercial Monteclaro, Local 59.4, s/n, Av. de Monteclaro, d, 28223 Pozuelo de Alarcón, Madrid

Многопрофильный центр, специализирующийся на реабилитации, восстановлении и персональных тренировках

Соответствующая практическая подготовка:
- MBA в области цифрового маркетинга
- Управление проектами



Науки о спорте

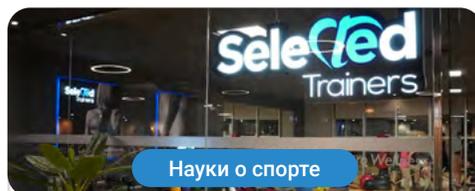
Selected Trainers Granada Centro

Страна: Испания
Город: Гранада

Адрес: Avda. Pablo Picasso 27, Local Izquierdo, 18006 Granada (España)

Команда профессионалов Selected Trainers разрабатывает индивидуальные тренировки для эстетических и оздоровительных целей

Соответствующая практическая подготовка:
- Спорт высших достижений
- Терапевтические персональные тренировки



Науки о спорте

Selected Trainers Centro 02 Granada

Страна: Испания
Город: Гранада

Адрес: Calle Neptuno, s/n, Ronda, 18004 Granada (España)

Команда профессионалов Selected Trainers разрабатывает индивидуальные тренировки для эстетических и оздоровительных целей

Соответствующая практическая подготовка:
- Спорт высших достижений
- Терапевтические персональные тренировки



Науки о спорте

Selected Trainers Centro 02 Huelva

Страна: Испания
Город: Уэльва

Адрес: C. San Sebastián, S/N, 21004 Huelva (España)

Команда профессионалов Selected Trainers разрабатывает индивидуальные тренировки для эстетических и оздоровительных целей

Соответствующая практическая подготовка:
- Спорт высших достижений
- Терапевтические персональные тренировки

09

Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.





“

Откройте для себя методику *Relearning*, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”

Исследование кейсов для контекстуализации всего содержания

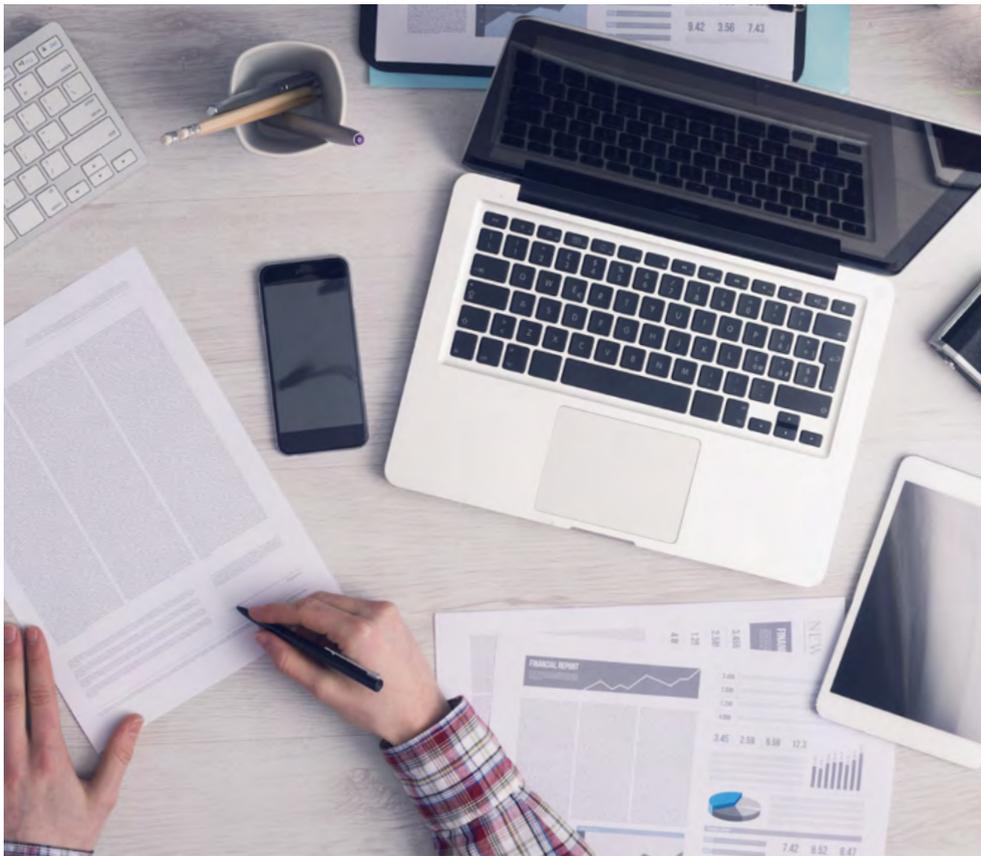
Наша программа предлагает революционный метод развития навыков и знаний. Наша цель - укрепить компетенции в условиях меняющейся среды, конкуренции и высоких требований.

“

С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру”



Вы получите доступ к системе обучения, основанной на повторении, с естественным и прогрессивным обучением по всему учебному плану.



В ходе совместной деятельности и рассмотрения реальных кейсов студент научится разрешать сложные ситуации в реальной бизнес-среде.

Инновационный и отличный от других метод обучения

Эта программа TECH - интенсивная программа обучения, созданная с нуля, которая предлагает самые сложные задачи и решения в этой области на международном уровне. Благодаря этой методологии ускоряется личностный и профессиональный рост, делая решающий шаг на пути к успеху. Метод кейсов, составляющий основу данного содержания, обеспечивает следование самым современным экономическим, социальным и профессиональным реалиям.

“

Наша программа готовит вас к решению новых задач в условиях неопределенности и достижению успеха в карьере”

Кейс-метод является наиболее широко используемой системой обучения лучшими преподавателями в мире. Разработанный в 1912 году для того, чтобы студенты-юристы могли изучать право не только на основе теоретического содержания, метод кейсов заключается в том, что им представляются реальные сложные ситуации для принятия обоснованных решений и ценностных суждений о том, как их разрешить. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете.

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? Именно с этим вопросом мы сталкиваемся при использовании метода кейсов - метода обучения, ориентированного на действие. На протяжении всей программы студенты будут сталкиваться с многочисленными реальными случаями из жизни. Им придется интегрировать все свои знания, исследовать, аргументировать и защищать свои идеи и решения.

Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.

В 2019 году мы достигли лучших результатов обучения среди всех онлайн-университетов в мире.

В TECH вы будете учиться по передовой методике, разработанной для подготовки руководителей будущего. Этот метод, играющий ведущую роль в мировой педагогике, называется *Relearning*.

Наш университет - единственный вуз, имеющий лицензию на использование этого успешного метода. В 2019 году нам удалось повысить общий уровень удовлетворенности наших студентов (качество преподавания, качество материалов, структура курса, цели...) по отношению к показателям лучшего онлайн-университета.





В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу. Благодаря этой методике более 650 000 выпускников университетов добились беспрецедентного успеха в таких разных областях, как биохимия, генетика, хирургия, международное право, управленческие навыки, спортивная наука, философия, право, инженерия, журналистика, история, финансовые рынки и инструменты. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.

Согласно последним научным данным в области нейронауки, мы не только знаем, как организовать информацию, идеи, образы и воспоминания, но и знаем, что место и контекст, в котором мы что-то узнали, имеют фундаментальное значение для нашей способности запомнить это и сохранить в гиппокампе, чтобы удержать в долгосрочной памяти.

Таким образом, в рамках так называемого нейрокогнитивного контекстно-зависимого электронного обучения, различные элементы нашей программы связаны с контекстом, в котором участник развивает свою профессиональную практику.

В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



Учебные материалы

Все дидактические материалы создаются преподавателями специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе экспертного наблюдения третьей стороны.

Так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



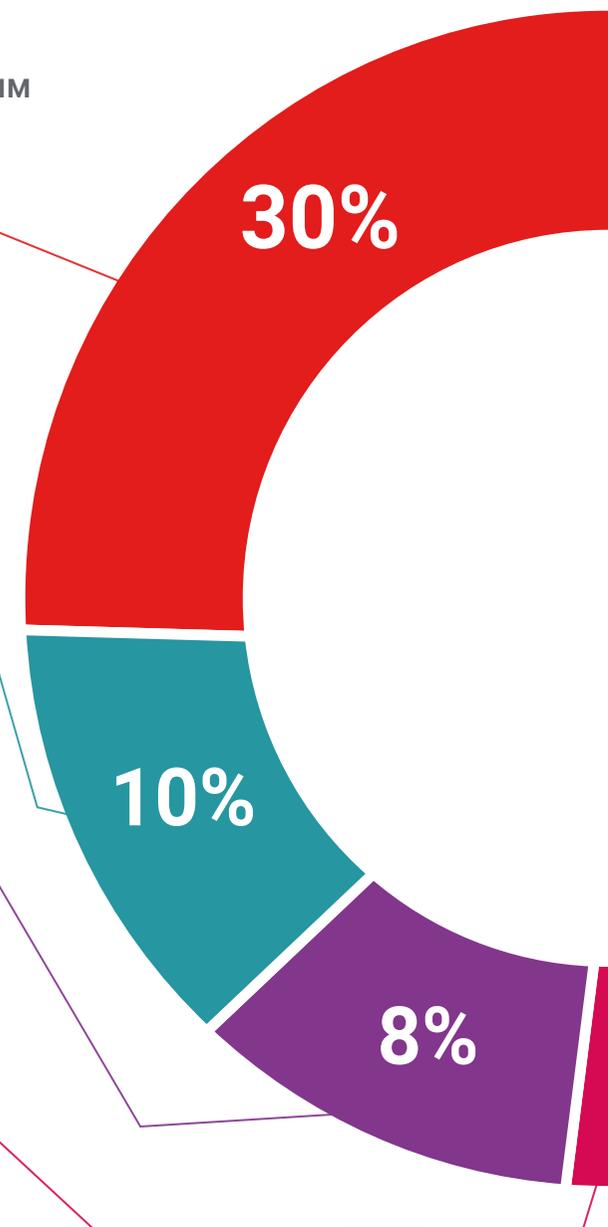
Практика навыков и компетенций

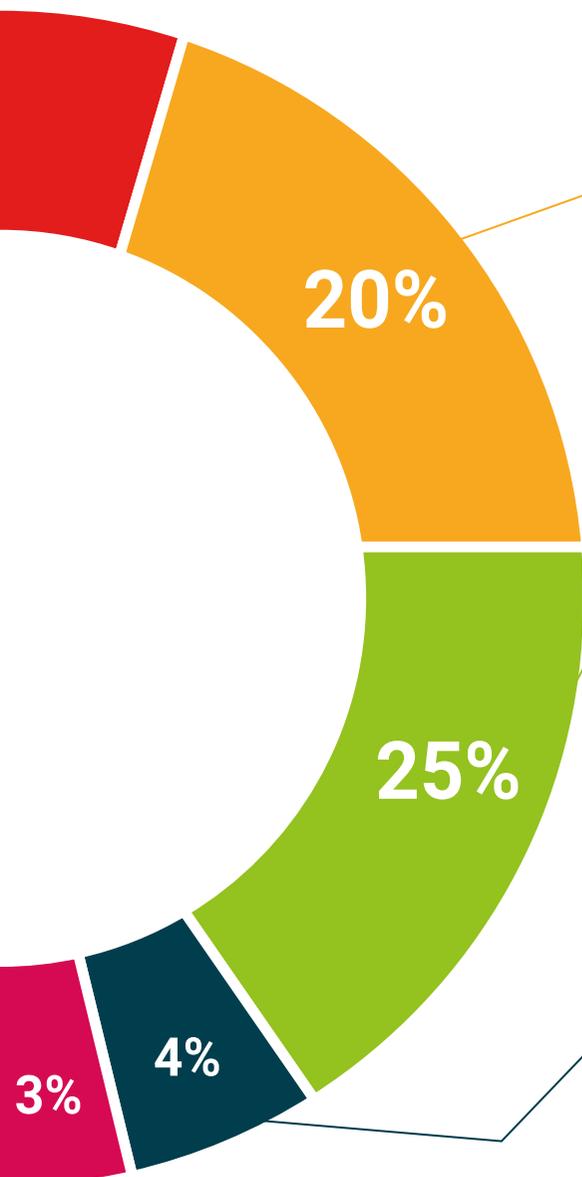
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





Метод кейсов

Метод дополнится подборкой лучших кейсов, выбранных специально для этой ситуации. Кейсы представляются, анализируются и преподаются лучшими специалистами на международной арене.



Интерактивные конспекты

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

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



Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



10

Квалификация

Очно-заочная магистратура в области персональных терапевтических тренировок гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома об окончании Очно-заочной магистратуры, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

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

Данная **Очно-заочная магистратура в области персональных терапевтических тренировок** содержит самую полную и современную программу на профессиональной и академической сцене.

После прохождения аттестации студент получит по почте с подтверждением получения соответствующий Сертификат об окончании Очно-заочной магистратуры, выданный TECH.

В дополнение к диплому вы получите сертификат, а также справку о содержании программы. Для этого вам следует обратиться к своему академическому консультанту, который предоставит вам всю необходимую информацию.

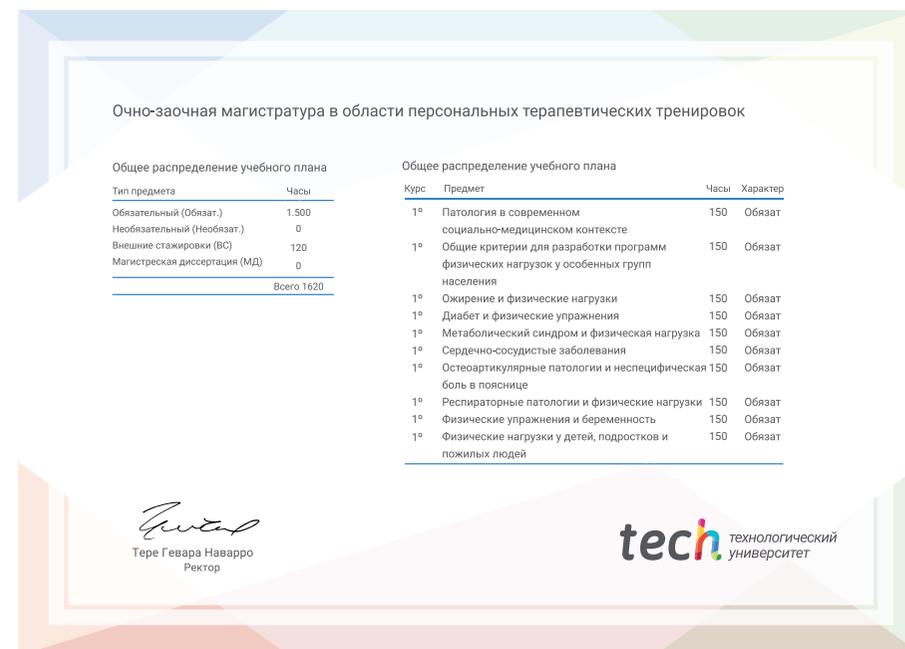
Диплом: **Очно-заочная магистратура в области персональных терапевтических тренировок**

Формат: **Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)**

Продолжительность: **12 месяца**

Учебное заведение: **TECH Технологический университет**

Одобрено NBA



*Гагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс

tech технологический
университет

Очно-заочная магистратура

Персональные
терапевтические тренировки

Формат: Очно-заочное обучение (онлайн + клиническая практика)

Продолжительность: 12 месяца

Учебное заведение: TECH Технологический университет

Очно-заочная магистратура

Персональные терапевтические тренировки

Одобрено NBA



tech технологический
университет