

大学课程

有针对性的个人培训中的健身监测

得到了NBA的认可





大学课程

有针对性的个人培 训中的健身监测

- » 模式:在线
- » 时间:6周
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

网络访问: www.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-certificate/fitness-instructor-targeted-personal-training

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

16

05

方法

20

06

学位

28

01 介绍

所谓的代谢综合征被定义为一组心血管和胰岛素抵抗的风险因素，使一个人的健康处于危险之中。在这种情况下，体育往往是解决这一问题的综合方法中最重要的部分之一，因为它可以大大改善人的身体状况和进一步并发症的发生。意识到这一点，TECH的专业人员设计了这个完整的学术课程，将教授健身房教练如何在健身房开展训练课程，以促进用户的积极习惯，防止他们的健康恶化和代谢综合征的重新出现。



TRAINER



“

所谓的代谢综合征正在影响越来越多的人。学习如何管理它,并通过这个课程改善你的用户的身体健康”

尽管对代谢综合征 (SM) 没有统一的定义, 但大多数国际机构将其定义为肥胖, 血糖值受损, 血脂异常和/或高血压并存的一种疾病。

这种情况向我们展示了一个在不同层次上有改变的病人, 构成了一个主要的健康问题。

这种综合征的复杂性要求采取全面的方法, 以改变生活方式作为治疗的主要手段, 在许多情况下需要使用几种药物。

由于所有这些原因, 该计划将以广泛和详细的方式发展界定这一问题的特点和干预标准, 以改善这些病人的健康和生活质量, 避免症状和进一步并发症的出现。

所有这些, 都浓缩在一个为期六周的学术课程中, 将成为学生职业生涯的转折点。一个由最好的人设计的, 由像TECH这样的伟大教育机构认可的大学课程。

这个**有针对性的个人培训中的健身监测大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- 由体育活动和运动的专家介绍案例研究的发展
- 该书的内容图文并茂, 示意性强, 实用性强, 为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- 可以利用自我评估过程来改善学习的实际练习
- 其特别强调创新方法
- 理论课, 向专家提问, 关于有争议问题的讨论区和个人反思性论文
- 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容

“

如果你想成为一名私人训练教练, 不仅要考虑到身体方面, 还要考虑到新陈代谢方面, 那么你就来对地方了”

“

你将获得的工具,知识和技能
将使你在一个越来越需要更多
专业教练的领域中脱颖而出”

该课程的教学人员包括来自运动专业的教师,还有来自主要协会和著名大学的公认专家。他们的工作经验被纳入这一培训中。

多媒体内容是用最新的教育技术开发的,将允许专业人员进行情景式学习,即一个模拟的环境,提供一个身临其境的培训,为真实情况进行培训。

该课程的设计重点是基于问题的学习,通过这种方式,专业人员必须尝试解决整个课程中出现的不同专业实践情况。为此,职业人士将得到由著名专家开发的创新互动视频系统的协助。

由于该课程是100%在线授课,学生可以随时随地学习。

通过这个具有卓越课程价值的大学课程,了解代谢综合征的所有特殊性。



02 目标

TECH的有针对性的个人培训中的健身监测大学课程是以促进学生获得特定的能力为基本目标而设立的,这将成为他们日常实践的基础。为此,我们根据该领域的最新发展,以最严谨的科学态度建立了最高级别的三元体系。这些内容将由顶尖的专业团队教授,他们将为学生提供宝贵的工具,以更大程度地保证成功地从事健身教练的工作。





“

如果你的目标是在一个蓬勃发展的行业中成长,那么这个项目就适合你”



总体目标

- 获得基于最新的科学证据的知识,并在实际领域中完全适用
- 掌握运动成绩评估方面的所有最先进方法
- 掌握并有把握地应用最先进的训练方法,以提高运动成绩和生活质量,以及改善最常见的病症
- 掌握有关运动生理学和生物化学的原则
- 在真正的实践中成功地整合在不同模块中获得的所有知识





具体目标

- 对代谢综合征的病理生理学有充分的了解
- 理解干预的标准, 以改善糖尿病患者的健康和生活方式
- 能够为代谢综合征患者制定个性化的训练计划和方案



欢迎参加该学习计划, 这将使你能够更有保障地从事健身教练的工作"

03 课程管理

使该大学课程与该行业其他大学课程不同的一个方面是教学人员。TECH的学生们将与优秀的教师一起学习。教师在该领域有多年的经验,并希望培养出最好的专业人员。因此,这个团队设计的硕士课程内容都是基于最高科学严谨性和该行业的最新发展,确保学生有一个完整的学习经验。





“

在这个项目中,你会发现一个不仅在知识方面,而且在人文素质方面都很出色的教师团队”

管理人员



Rubina, Dardo医生

- ◆ 测试和培训的首席执行官
- ◆ EDM身体准备协调员
- ◆ EDM一线队的体能训练师
- ◆ 高运动表现硕士 (ARD) COE
- ◆ EXOS认证
- ◆ 预防受伤的力量训练, 功能和体育康复方面的专家
- ◆ 应用于身体和运动表现的力量训练专家
- ◆ 体重控制和身体表现技术认证
- ◆ 病态人群中的体育活动研究生
- ◆ 卡斯蒂利亚-拉曼恰大学高级研究文凭(DEA)
- ◆ 高性能运动的博士生 (ARD)



教师

Varela, Mauricio先生

- 体育教育教授人文和教育科学学院拉普拉塔国立大学
- 以针对老年人的个性化形式教授体育活动课程
- 天文自行车赛精英组体能教练, 自行车手私人教练
- 体育教师 EES 62, EES 32, EET 5, EES56, EES 31
- 运动编程和评估专业(研究生课程, FaHCE-UNLP) 群组
- ISAK一级认证的人体测量师

04 结构和内容

这个大学课程的结构设计是为了确保运动科学专业人员能够作为健身教练工作,了解代谢综合征的所有细节,并知道如何正确处理它。所有这些,都得益于独特的方法和该领域最佳专业人士专家的支持。TECH保证课程的内容质量符合学生的期望,让他们有机会在自己的工作领域中脱颖而出。因此,你将有资格履行与这个课程学位相关的各种职能,同时也是这个行动领域中最具创新性的建议,从而引导你走向卓越。

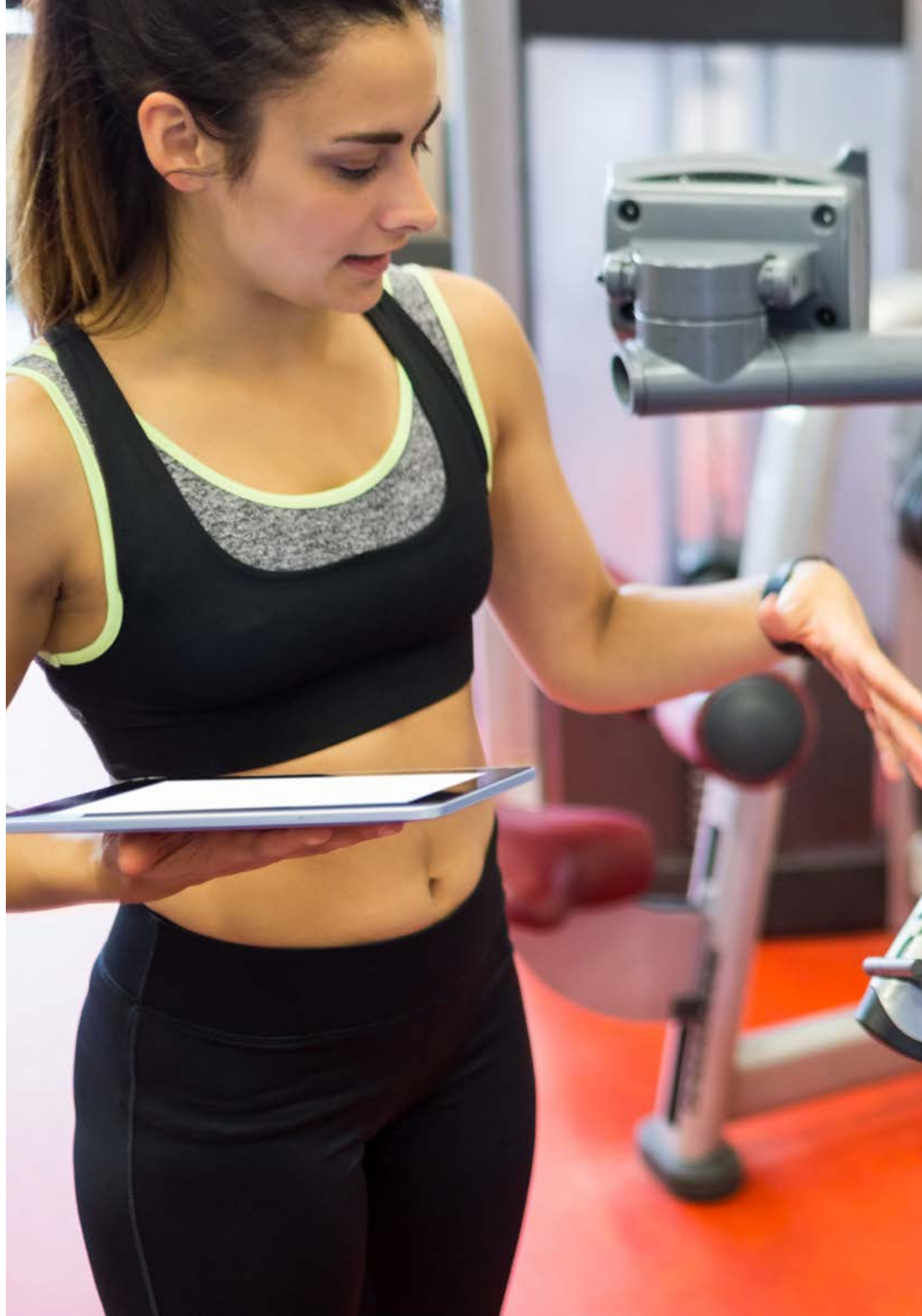


“

TECH为其学生提供了市场上最完整和最具体的教学大纲”

模块1.教室里的个人培训

- 1.1. 代谢综合征
 - 1.1.1. 代谢综合征
 - 1.1.2. 代谢综合征的病理流行病学
 - 1.1.3. 综合症患者干预的注意事项
- 1.2. 病理生理学基础
 - 1.2.1. 代谢综合征和健康风险
 - 1.2.2. 该病的病理生理学方面
- 1.3. 评估和诊断
 - 1.3.1. 代谢综合征及其在临床上的评估
 - 1.3.2. 生物标志物, 临床指标和代谢综合征
 - 1.3.3. 代谢综合, 及其评估和运动专家的监测
 - 1.3.4. 代谢综合征的诊断和干预方案
- 1.4. 协议和治疗
 - 1.4.1. 生活方式及其与代谢综合征的关系
 - 1.4.2. 营养及其在代谢综合征中的重要性
 - 1.4.3. 运动: 在代谢综合征中的作用
 - 1.4.4. 代谢综合征患者和药物治疗: 运动专业人员的注意事项
- 1.5. 规划代谢综合征患者的室内训练
 - 1.5.1. 客户水平的规范
 - 1.5.2. 目标
 - 1.5.3. 评估过程
 - 1.5.4. 关于空间和物质资源的可操作性
- 1.6. 室内力量训练时间表
 - 1.6.1. 代谢综合征患者力量训练的目标
 - 1.6.2. 代谢综合征患者力量训练的量和, 强度和恢复
 - 1.6.3. 代谢综合征患者力量训练的练习和方法的选择
 - 1.6.4. 代谢综合征患者力量训练方案的设计
- 1.7. 室内阻力训练时间表
 - 1.7.1. 代谢综合征的阻力训练目标
 - 1.7.2. 代谢综合征患者抵抗力训练的量和, 强度和
 - 1.7.3. 代谢综合征患者抵抗力训练的练习和方法的选择
 - 1.7.4. 代谢综合征患者抵抗力训练方案的设计





- 1.8. 室内训练的注意事项和禁忌症
 - 1.8.1. 对代谢综合征人群进行体育锻炼的评估
 - 1.8.2. 代谢综合征患者发展活动的禁忌症
- 1.9. 代谢综合征患者的体育锻炼计划
 - 1.9.1. 代谢综合征的营养问题
 - 1.9.2. 代谢综合征的营养干预实例
- 1.10. 代谢综合征患者的训练方案设计
 - 1.10.1. 糖尿病培训方案的设计
 - 1.10.2. 糖尿病培训课程的设计
 - 1.10.3. 设计全球(跨多学科)的糖尿病干预方案

“

通过这个具有宝贵质量的伟大计划,为你的专业成长奠定基础”

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**再学习**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。





“

发现再学习, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

案例研究, 了解所有内容的背景

我们的方案提供了一种革命性的技能和知识发展方法。我们的目标是在一个不断变化, 竞争激烈和高要求的环境中加强能力建设。

“

和TECH,你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式”



你将进入一个以重复为基础的学习系统, 在整个教学大纲中采用自然和渐进式教学。



学生将通过合作活动和真实案例，学习如何解决真实商业环境中的复杂情况。

一种创新并不同的学习方法

该技术课程是一个密集的教学计划，从零开始，提出了该领域在国内和国际上最苛刻的挑战和决定。由于这种方法，个人和职业成长得到了促进，向成功迈出了决定性的一步。案例法是构成这一内容的技术基础，确保遵循当前经济，社会和职业现实。

“我们的课程使你准备好在不确定的环境中面对新的挑战，并取得事业上的成功”

案例法一直是世界上最好的院系最广泛使用的学习系统。1912年开发的案例法是为了让法律学生不仅在理论内容的基础上学习法律，案例法向他们展示真实的复杂情况，让他们就如何解决这些问题作出明智的决定和价值判断。1924年，它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法。

在特定情况下，专业人士应该怎么做？这就是我们在案例法中面临的问题，这是一种以行动为导向的学习方法。在整个课程中，学生将面对多个真实案例。他们必须整合所有的知识，研究，论证和捍卫他们的想法和决定。

再学习方法

TECH有效地将案例研究方法 与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究:再学习。

在2019年, 我们取得了世界上所有西班牙语在线大学中最好的学习成绩。

在TECH, 你将采用一种旨在培训未来管理人员的尖端方法进行学习。这种处于世界教育学前沿的方法被称为再学习。

我校是唯一获准使用这一成功方法的西班牙语大学。2019年, 我们成功地提高了学生的整体满意度 (教学质量, 材料质量, 课程结构, 目标.....), 与西班牙语最佳在线大学的指标相匹配。



在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。这种方法已经培养了超过65万名大学毕业生,在生物化学,遗传学,外科,国际法,管理技能,体育科学,哲学,法律,工程,新闻,历史,金融市场和工具等不同领域取得了前所未有的成功。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

再学习将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

从神经科学领域的最新科学证据来看,我们不仅知道如何组织信息,想法,图像y记忆,而且知道我们学到东西的地方和背景,这是我们记住并将其储存在海马体的根本原因,并能将其保留在长期记忆中。

通过这种方式,在所谓的神经认知背景依赖的电子学习中,我们课程的不同元素与学员发展其专业实践的背景相联系。



该课程提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备。



学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



大师班

有科学证据表明第三方专家观察的有用性。

向专家学习可以加强知识和记忆,并为未来的困难决策建立信心。



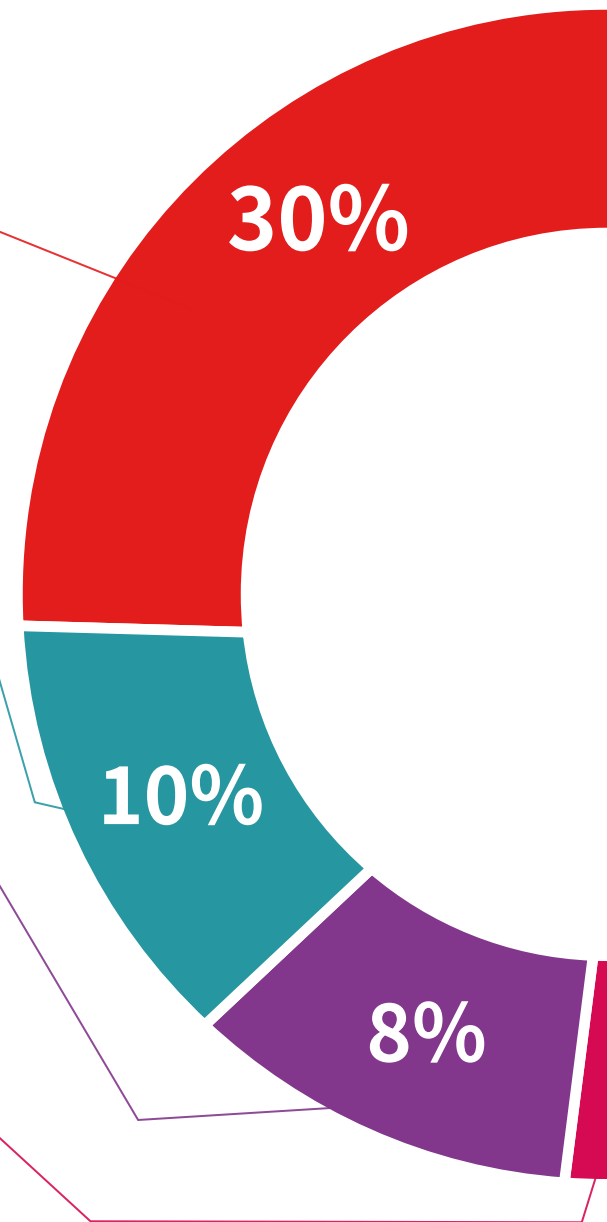
技能和能力的实践

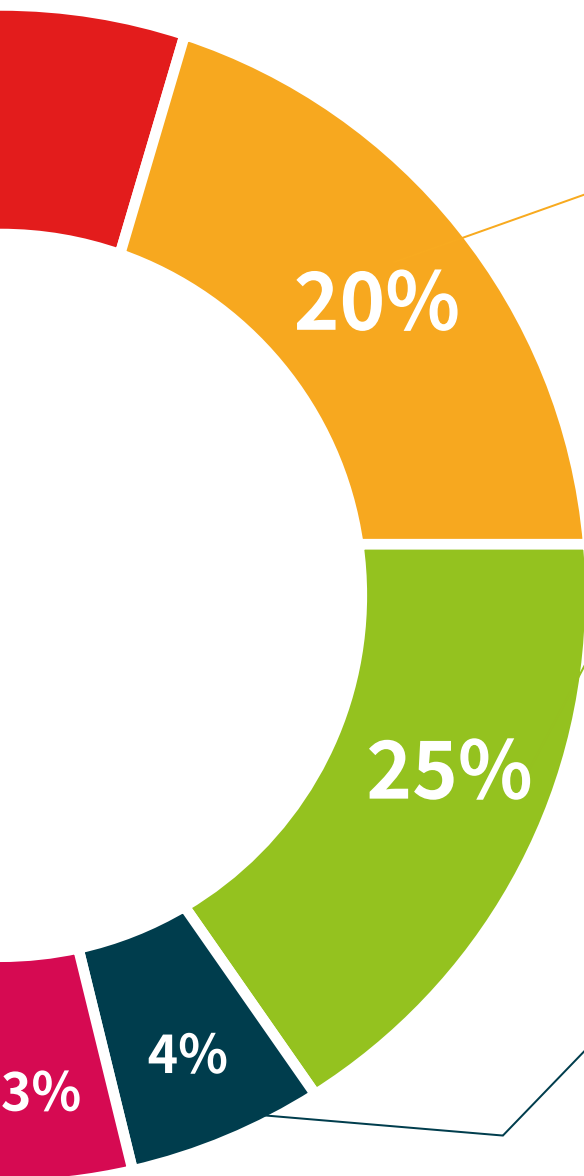
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





案例研究

他们将完成专门为这个情况选择的最佳案例研究。由国际上最好的专家介绍,分析和辅导案例。



互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予 "欧洲成功案例" 称号。



测试和循环测试

在整个课程中,通过评估和自我评估活动和练习,定期评估和重新评估学习者的知识:通过这种方式,学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



06 学位

有针对性的个人培训中的健身监测大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。





“

成功地完成这一培训,并获得你的大学学位,没有旅行或行政文书的麻烦”

这个有针对性的个人培训中的健身监测大学课程包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到TECH科技大学颁发的相应的大学课程学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: 有针对性的个人培训中的健身监测大学课程

官方学时: 150小时

得到了NBA的认可



健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在
知识 网页 培训 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
有针对性的个人培
训中的健身监测

- » 模式:在线
- » 时间:6周
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

大学课程

有针对性的个人培训中的健身监测

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学