

Estudio Propio: **EXPERTO EN EL MÉTODO PILATES EN REHABILITACIÓN Y CINESITERAPIA**

Código Plan de Estudios: **EA98**

Año Académico: **2021-2022**

<b>ESTRUCTURA GENERAL DEL PLAN DE ESTUDIOS:</b>							
CURSO	Obligatorios		Optativos		Prácticas Externas	TFM/Memoria/Proyecto	Créditos Totales
	Créditos	Nº Asignaturas	Créditos	Nº Asignaturas	Créditos	Créditos	
1º	22,5	5				2,5	25
2º							
3º							
<b>ECTS TOTALES</b>	<b>22,5</b>	<b>5</b>				<b>2,5</b>	<b>25</b>

<b>PROGRAMA TEMÁTICO:</b>				
<b>ASIGNATURAS OBLIGATORIAS</b>				
Código Asignatura	Curso	Denominación	Carácter OB/OP	Créditos
76625	1	FUNDAMENTOS PILATES	OB	2,5
76626	1	EJERCICIOS EN COLCHONETA	OB	5
76627	1	EJERCICIOS EN MÁQUINAS	OB	5
76628	1	EJERCICIOS CON IMPLEMENTOS Y APLICACIONES PRÁCTICAS	OB	2,5
76629	1	APLICACIONES PILATES EN REHABILITACIÓN	OB	7,5
<b>TRABAJO FIN DE MÁSTER/MEMORIA /PROYECTO</b>				
Código Asignatura	Curso	Denominación	Carácter OB/OP	Créditos
76630	1	PROYECTO	OB	2,5

Carácter: OB - Obligatoria; OP – Optativa

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	FUNDAMENTOS PILATES	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	2'5	
Modalidad (elegir una opción)		Presencial
	x	Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Dr. Juan Bosco Calvo	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Dr. Juan Bosco Calvo, Dra. Ana Slocker, Dr. Pascual Morante, Dra. Rosa Rodríguez

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	20
Número de horas de trabajo personal del estudiante	42'5
Total horas	62'5

### CONTENIDOS (Temario)

Historia del método Pilates, Fundamentos científicos, Areas de aplicación, Metodología de enseñanza

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Conocer los elementos definitorios del método Pilates
- Conocer las aplicaciones que tienen los ejercicios en el ámbito de la salud y la enfermedad
- Adquirir habilidades de enseñanza de los ejercicios

### EVALUACIÓN

Examen tipo test multirrespuesta

### BIBLIOGRAFÍA

- Calvo JB (2012). *Pilates Terapéutico*. Editorial Medica Panamericana, Madrid
- Calvo JB. Cabral L. (2008). *Fundamentos del método Pilates*. Colección Corpora Pilates, Madrid

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

En caso de fuerza mayor las clases se harán on-line, grabadas o streaming y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales, incluido el examen.

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	EJERCICIOS EN COLCHONETA	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	5	
Modalidad (elegir una opción)	X	Presencial
		Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Lda. Laura Cabral	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Lda. Laura Cabral

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	40
Número de horas de trabajo personal del estudiante	85
Total horas	125

### CONTENIDOS (Temario)

-Los ejercicios preparatorios y los ejercicios del repertorio en Colchoneta de Pilates

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Conocer el repertorio básico, intermedio y avanzado del método Pilates
- Conocer ejercicios preparatorios y de respiración
- Aprender la ejecución técnica correcta y la metodología de enseñanza de cada ejercicio

### EVALUACIÓN

Práctica de 3 ejercicios aleatorios por el alumno y enseñanza de los mismos a otro alumno

### BIBLIOGRAFÍA

Calvo JB. Cabral L. (2008). *Fundamentos del método Pilates*. Colección Corpora Pilates, Madrid

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

Las clases se harán on-line, grabadas o streaming y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales, incluido el examen.

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	EJERCICIOS EN MÁQUINAS	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	5	
Modalidad (elegir una opción)	X	Presencial
		Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Lda. Laura Cabral	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Lda. Laura Cabral, otros profesores invitados

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	40
Número de horas de trabajo personal del estudiante	85
Total horas	125

### CONTENIDOS (Temario)

- Ejercicios en el Cadillac/Trapezio
- Ejercicios en el Reformer
- Ejercicios en la Silla
- Ejercicios en el Barril

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Conocer el repertorio básico e intermedio de ejercicios en las máquinas principales de Pilates
- Conocer un amplio repertorio de ejercicios avanzados en máquinas Pilates
- Aprender la ejecución técnica correcta y la metodología de enseñanza de cada ejercicio

### EVALUACIÓN

Práctica de 3 ejercicios aleatorios por el alumno y enseñanza de los mismos a otro alumno

**BIBLIOGRAFÍA**

Calvo JB (2012). *Pilates Terapéutico*. Editorial Medica Panamericana, Madrid

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

Las clases se harán on-line, grabadas o streaming y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales, incluido el examen.

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	EJERCICIOS CON IMPLEMENTOS Y APLICACIONES PRÁCTICAS	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	2'5	
Modalidad (elegir una opción)	x	Presencial
		Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Lda. Laura Cabral	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Lda. Laura Cabral, Miriane Taylor

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	20
Número de horas de trabajo personal del estudiante	42'5
Total horas	62'5

### CONTENIDOS (Temario)

-Ejercicios con los implementos: banda elástica, foam roller, aro flexible, balón y mini-ball

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Conocer ejercicios en implementos que amplían las posibilidades de los ejercicios Pilates
- Adaptar los ejercicios a diferentes ámbitos y clientes mediante los implementos
- Facilitar el aprendizaje de los ejercicios Pilates

### EVALUACIÓN

No evaluable

### BIBLIOGRAFÍA

Craig, Colleen (2006). *Pilates con el poder único del balón*. Tutor, Madrid.  
Spector-Flock, Noa (2002). *Get stronger by stretching with thera-band*. Princetown Book Company. New



Jersey.

Aronovitch J, Taylor M, Craig C, (2008). *Súbete en el Bosu*. Tutor, Madrid.

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

Las clases se harán on-line, grabadas o streaming y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales, incluido el examen.

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	APLICACIONES PILATES EN REHABILITACIÓN	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	7,5	
Modalidad (elegir una opción)		Presencial
	x	Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Dr. Juan Bosco Calvo	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Dr. Juan Bosco Calvo, Dr. Pascual Morante, D. Mikel Sarasua

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	60
Número de horas de trabajo personal del estudiante	127'5
Total horas	187'5

### CONTENIDOS (Temario)

- Pilates en rehabilitación del aparato locomotor
- Pilates en neurología, urología, neumología y otras patologías
- Pilates en pacientes de tercera edad, y en embarazadas

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Aplicar los ejercicios adecuados a cada patología y situación del paciente
- Aprender a diseñar un protocolo de ejercicios eficaz
- Conocer las indicaciones y contraindicaciones de los ejercicios

### EVALUACIÓN

Examen teórico multirrespuesta. Elaboración de un plan terapéutico sobre un caso supuesto

**BIBLIOGRAFÍA**

Calvo JB (2012). *Pilates Terapéutico*. Editorial Medica Panamericana, Madrid

Calvo JB y Cabral L (2019). *Pilates en el embarazo y posparto. Una guía metodológica*. Editorial Médica Panamericana, Madrid

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

Las clases se harán on-line, grabadas o streaming y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales, incluido el examen.

## GUÍA DOCENTE

Año académico	2021-2022	
Estudio	Experto en El Método Pilates en Rehabilitación y Cinesiterapia (EA98)	
Nombre de la asignatura	PROYECTO	
Carácter (Obligatoria/Optativa)	Obligatoria	
Créditos (1 ECTS=25 horas)	2,5	
Modalidad (elegir una opción)		Presencial
	x	Semipresencial
		On-line
		A distancia
Profesor/a responsable	Dr. Juan Bosco Calvo	
Idioma en el que se imparte	Español	

### PROFESORES IMPLICADOS EN LA DOCENCIA

Dr. Juan Bosco Calvo, Dr. Pascual Morante, Dra. Josefa Carrascosa

### DISTRIBUCIÓN DE CRÉDITOS (especificar en horas)

Número de horas presenciales/on-line asistencia profesor/a	20
Número de horas de trabajo personal del estudiante	42,5
Total horas	62,5

### CONTENIDOS (Temario)

- Pilates en rehabilitación del aparato locomotor
- Pilates en neurología, urología, neumología y otras patologías
- Pilates en pacientes de tercera edad, y en embarazadas

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS (indicar un mínimo de tres y máximo de cinco)

- Realizar búsquedas bibliográficas sobre el método Pilates y temas relacionados.
- Definir un área de conocimiento en el método Pilates con impacto profesional personal.
- Desarrollar la comunicación temática de Pilates sobre un tema previamente seleccionado.

### EVALUACIÓN

Presentación de un trabajo por escrito, Exposición y Defensa pública del mismo sobre un tema relacionado con el Curso.

**BIBLIOGRAFÍA**

Calvo JB (2012). *Pilates Terapéutico*. Editorial Medica Panamericana, Madrid

Calvo JB y Cabral L (2019). *Pilates en el embarazo y posparto. Una guía metodológica*. Editorial Médica Panamericana, Madrid

**POSIBLE ADAPTACIÓN CURRICULAR POR CAUSA DE FUERZA MAYOR (COVID-19, ETC.)**

La presentación de la memoria se hará on-line y en cuanto las condiciones sanitarias y personales lo permitieran se harían presenciales.