Curso de Especialização

Preparação Física em Basquetebol

Reconhecido pela NBA

tech global university

tech global university

Curso de Especialização

Preparação Física em Basquetebol

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 meses**
- Certificação:**TECH Global University**
- Créditos: **18 ECTS**
- Horário: **a tua scelta**
- Exames: **online**

Acesso ao site: **www.techtitute.com/pt/ciencias-desporto/curso-especializacao/curso-especializacao-preparacao-fisica-basquetebol**

Índice

01 Apresentação — *pág. 4*

02 Objetivos — *pág. 8*

03 Direção do curso — *pág. 14*

04 Estrutura e conteúdo — *pág. 18*

05 Metodologia — *pág. 24*

06 Certificação — *pág. 32*

01

Apresentação

As metodologias e as rotinas de Preparação Física dos desportistas tiveram um grande impulso graças às novas tecnologias que permitem uma análise e um conhecimento aprofundados do seu desempenho e da execução correta dos exercícios. Neste sentido, o treinador e o preparador físico devem estar a par das lesões mais frequentes produzidas pela própria atividade física, bem como das estratégias de prevenção e recuperação. É nesta linha que esta especialização 100% online leva os alunos a aprofundar as mais recentes evidências científicas sobre métodos de treino, *scouting* e as ferramentas audiovisuais utilizadas para monitorizar os atletas ao mais alto nível. Tudo isto em conjunto com um material didático avançado acessível 24 horas por dia.

Um Curso de Especialização em Preparação Física que lhe permitirá elevar as suas aspirações profissionais no mundo do Basquetebol de Alto Rendimento"

O desempenho dos jogadores de basquetebol no campo realça a importância de um trabalho contínuo antes dos jogos, com base num planeamento correto da preparação física. O trabalho nesta área é tão importante como a técnica e a tática utilizadas no jogo em si. Neste sentido, o treinador ou técnico de reabilitação deve estar atualizado com as ferramentas tecnológicas utilizadas para a supervisão, análise e acompanhamento do atleta, bem como com as metodologias e exercícios mais eficazes neste domínio.

Neste sentido, é fundamental dominar as principais lesões que ocorrem neste desporto, as técnicas de reabilitação e recuperação do atleta, os tempos de execução de cada exercício e o correto planeamento das sessões de atividade física. Tudo isto está incluído neste Curso de Especialização em Preparação Física para o Basquetebol de 6 meses.

Um conteúdo intensivo e avançado, desenvolvido por uma excelente equipa docente composta por profissionais com vasta experiência neste contexto do desporto e com experiência no acompanhamento de desportistas ao mais alto nível. Desta forma, os alunos obterão uma aprendizagem de qualidade, de acordo com as informações mais atualizadas e com o melhor material didático disponível.

Os alunos terão à sua disposição resumos em vídeo de cada assunto, vídeos em pormenor, leituras especializadas e simulações de casos de estudo a que podem aceder confortavelmente a partir de qualquer dispositivo eletrónico com ligação à Internet e sem restrições horárias.

Assim, sem a necessidade de frequência presencial ou de aulas com horários pré-determinados, os alunos têm maior liberdade para autogerir o seu tempo de estudo e conciliar as suas responsabilidades diárias com uma especialização na vanguarda do mundo académico.

Este **Curso de Especialização em Preparação Física em Basquetebol** conta com o conteúdo educativo mais completo e atualizado do mercado. As suas principais caraterísticas são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Basquetebol do mais alto nível
- Os conteúdos gráficos, esquemáticos e eminentemente práticos fornecem informações técnicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para a prática profissional
- Os exercícios práticos em que o processo de autoavaliação pode ser utilizado para melhorar a aprendizagem
- A sua ênfase especial nas metodologias inovadoras
- As lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre questões controversas e atividades de reflexão individual
- A disponibilidade de acesso aos conteúdos a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com ligação à Internet

Adquirirá uma aprendizagem intensiva em torno de ferramentas avançadas para acelerar a recuperação e melhorar o rendimento dos jogadores"

Uma proposta académica que o colocará a par das últimas tendências em Preparação Física e sob o máximo rigor científico"

A TECH concebeu um Curso de Especialização 100% online, flexível e compatível com o seu horário diário.

Fornece conteúdos multimédia de alta qualidade sobre as lesões mais comuns no basquetebol e a sua prevenção.

O corpo docente do Curso de Especialização inclui profissionais do setor que trazem a sua experiência profissional para esta especialização, para além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

Os seus conteúdos multimédia, desenvolvidos com a mais recente tecnologia educativa, permitirão ao profissional uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma capacitação imersiva programada para praticar em situações reais.

A estrutura desta especialização centra-se na Aprendizagem Baseada em Problemas, na qual o profissional deve tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgem durante o Curso de Especialização. Para tal, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeos interativos criados por especialistas reconhecidos.

02

Objetivos

A Preparação Física adquiriu grande relevância no Alto Rendimento. Por esta razão, a TECH reuniu em 150 horas letivas, a informação mais exaustiva sobre as metodologias e técnicas utilizadas para a recuperação do jogador de basquetebol. Para tal, os alunos dispõem de numerosos caso de estudo que lhes permitirão integrar estes métodos no processo de treino e recuperação dos desportistas ao mais alto nível.

Com este Curso de Especialização, tenha acesso a casos de estudo sobre o planeamento do regresso à competição de um jogador de basquetebol que sofreu uma lesão"

Objetivos gerais

- Fomentar a criatividade no ataque e a capacidade de improvisação em situações de mudança
- Trabalhar a leitura da defesa do adversário e reconhecer as oportunidades de explorar as suas debilidades
- Preparar os jogadores para enfrentarem situações desafiantes e responder adequadamente a alterações na estratégia do adversário
- Manter-se a par das últimas investigações e desenvolvimentos em fisioterapia desportiva para garantir uma prática baseada em provas
- Promover a importância da prevenção de lesões e da fisioterapia como ferramenta para melhorar o desempenho e prolongar a carreira dos jogadores de basquetebol
- Promover a condição física adequada a este tipo de jogo, com ênfase na resistência, velocidade e agilidade necessárias para competir em meio campo
- Desenvolver competências para resolver litígios ou controvérsias relacionados com as regras de forma imparcial e objetiva
- Promover a importância da nutrição e do descanso adequado para otimizar o rendimento físico

Objetivos específicos

Módulo 1. Preparação física

- Desenvolver um conhecimento profundo dos princípios da preparação física aplicados ao basquetebol
- Aprender a conceber programas específicos de condicionamento físico para jogadores de basquetebol, tendo em conta as suas necessidades individuais e as exigências do jogo
- Melhorar a resistência cardiovascular e a capacidade aeróbica dos jogadores para manter um nível elevado de desempenho durante o jogo
- Desenvolver a velocidade, a agilidade e a coordenação dos jogadores para melhorar a sua mobilidade no campo
- Ensinar técnicas de treino de força para desenvolver a potência e a explosão necessárias no basquetebol
- Trabalhar na prevenção de lesões através de exercícios de alongamento, aquecimento adequado e reforço muscular
- Ensinar técnicas de recuperação e reabilitação para acelerar a recuperação após os treinos e os jogos
- Promover uma abordagem global da preparação física, tendo em conta os aspetos técnicos, táticos e psicológicos para melhorar o desempenho global da equipa de basquetebol

Módulo 2. Fisioterapia

- Capacitar profissionais altamente qualificados na área da fisioterapia desportiva, com especial foco no basquetebol
- Adquirir um conhecimento sólido das lesões mais comuns no basquetebol e das técnicas de avaliação e diagnóstico adequadas
- Desenvolver competências no domínio da prevenção de lesões e da aplicação de programas de reabilitação específicos para jogadores de basquetebol
- Aprender a utilizar técnicas e ferramentas terapêuticas avançadas para acelerar a recuperação e melhorar o rendimento dos jogadores
- Trabalhar em estreita colaboração com o pessoal técnico e médico da equipa de basquetebol para prestar cuidados completos aos jogadores
- Adquirir competências de comunicação e empatia para estabelecer uma relação eficaz com os jogadores e reforçar a sua confiança no processo de recuperação
- Contribuir para o bem-estar e sucesso da equipa de basquetebol através de cuidados fisioterapêuticos de qualidade que ajudem os jogadores a manterem-se na melhor condição física e a darem o seu melhor

Módulo 3. *Scouting* e preparação dos jogos

- Capacitar profissionais especializados na análise detalhada das equipas adversárias e na preparação estratégica dos jogos
- Adquirir conhecimentos sobre ferramentas e técnicas de *scouting* para recolher informações pertinentes sobre os adversários
- Desenvolver competências para analisar os pontos fortes e fracos da equipa adversária e conceber planos de jogo adaptados
- Aprender a transmitir eficazmente as informações do *scouting* à equipa e ao pessoal técnico
- Trabalhar na preparação tática para cada jogo, estabelecendo estratégias ofensivas e defensivas específicas
- Fomentar a capacidade de adaptação e de tomada de decisões com base nas análises e observações efetuadas
- Promover a importância da preparação e do estudo prévio dos adversários para aumentar as hipóteses de sucesso em cada confronto
- Estabelecer uma abordagem ética e profissional do *scouting* respeitando a confidencialidade das informações obtidas
- Contribuir para o rendimento e resultados da equipa através de uma preparação meticulosa e estratégica para cada jogo

Aumente os seus conhecimentos sobre o retreinamento do esforço a partir da abordagem teórico-prática oferecida por este Curso de Especialização"

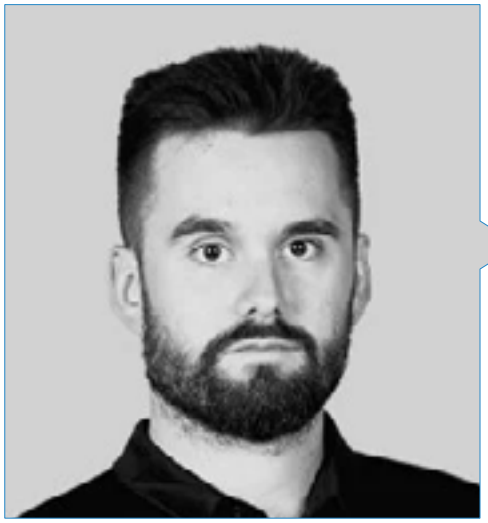
03

Direção do curso

A TECH reuniu neste Curso de Especialização uma equipa de gestão e de ensino com uma vasta experiência no mundo do basquetebol como treinadores e fisioterapeutas. Uma experiência notória em equipas e competições nacionais e internacionais que está patente nos conteúdos programáticos a que os alunos que frequentam este Curso de Especialização terão acesso. Sem dúvida, o corpo docente desta proposta é uma garantia para os alunos que desejam progredir neste domínio sob a orientação de verdadeiros especialistas.

Técnicos e fisioterapeutas com experiência no basquetebol profissional são responsáveis por vos propor este Curso de Especialização avançado em preparação física"

Direção



Sr. Iago Castro Martínez

- Treinador no Cáceres Basket LEB ORO
- Treinador Adjunto no Club Baloncesto Breogán
- Treinador Adjunto na ADBA Liga Femenina Avilés
- Vencedor da Copa Princesa
- Campeão da Liga LEB Oro
- Promoção à Liga Endesa com o Breogán Lugo
- Professor de Educação Primária na Universidad de Santiago de Compostela (USC)
- Mestrado em Psicologia do Desporto pelo SIPD
- Técnico Superior de Desporto com especialização em Basquetebol
- Treinador Sénior de Basquetebol
- Treinador da FIBA

Professores

Sr. Diego Pérez

- Fisioterapeuta no Sergas
- Fisioterapeuta no Hospital Quirón A Coruña
- Fisioterapeuta no Hospital San Rafael A Coruña
- Fisioterapeuta no Ibermutua Gallega
- Fisioterapeuta da equipa juvenil do Cáceres Basquet
- Fisioterapia na Universidad de la Coruña

Sra. Celia García Paunero

- Jogadora profissional de 3x3 no Azuqueca
- Atleta profissional do Celta de Vigo
- Atleta profissional do CD Zamarat
- Convocada para a seleção espanhola de 3x3 em duas ocasiões
- Certificação de Treinador de Nível 2

Doutora María Reina

- Investigadora científico no Grupo de Otimização do Treino e do Rendimento Desportivo
- Investigadora científico no Grupo de Otimização do Treino e do Rendimento Desportivo
- Preparadora físico Salubriá Clinic
- Preparadora físico do Club Baloncesto Cáceres Basket (LEB Oro)
- VI Premio Autonómico Deporte, Igualdad y Empresa
- Doutoramento em Ciências do Desporto pela Universidad de Extremadura
- Mestrado e iniciação e rendimento desportivo pela Universidad de Extremadura

Dr. Guillermo Boal Hernández

- Fisioterapeuta da Federação Espanhola de Basquetebol
- Fisioterapeuta no Estudiantes de Baloncesto
- Certificado em Fisioterapia pela Universidad CEU San Pablo
- Mestrado em Biomecânica e Fisioterapia Desportiva pela Universidad Pontificia Comillas

04

Estrutura e conteúdo

O plano de estudos deste Curso de Especialização foi concebido para oferecer ao aluno a informação mais avançada e exaustiva sobre os métodos de Preparação Física atualmente utilizados nas sessões de Basquetebol. Para além disso, é dada uma ênfase especial à prevenção de lesões e aos métodos de *Scouting*. Para o efeito, contará com numerosos materiais didáticos complementares, acessíveis 24 horas por dia, a partir de qualquer dispositivo eletrónico com ligação à Internet.

Um plano de estudos abrangente que o manterá atualizado com os métodos de planeamento mais eficazes de Preparação Física em Basquetebol"

Módulo 1. Preparação física

1.1. A preparação física no basquetebol. O preparador físico de uma equipa
- 1.1.1. Evolução da preparação física no basquetebol
- 1.1.2. O preparador físico de uma equipa
- 1.1.3. Funções do preparador físico numa equipa profissional

1.2. Exigências físicas e fisiológicas do basquetebol
- 1.2.1. Evidências científicas
- 1.2.2. Tipos de cargas analisadas no basquetebol (internas e externas)
- 1.2.3. Sistemas de monitorização

1.3. Planear uma pré-época
- 1.3.1. Contacto prévio e trabalho online
- 1.3.2. Estrutura de uma pré-época
- 1.3.3. Conteúdos básicos para a construção de uma equipa a nível físico

1.4. Testes e avaliações físicas
- 1.4.1. Avaliação funcional
- 1.4.2. Teste de força no ginásio
- 1.4.3. Provas físicas em pista

1.5. Planear uma época
- 1.5.1. O calendário
- 1.5.2. Sistemas de planeamento e objetivos
- 1.5.3. Estrutura do geral para o específico

1.6. Conteúdos de trabalho: Força, mobilidade, estabilidade
- 1.6.1. Força
- 1.6.2. Mobilidade
- 1.6.3. Estabilidade

1.7. Trabalho físico em pista
- 1.7.1. Trabalho aeróbio e anaeróbio
- 1.7.2. Velocidade e agilidade
- 1.7.3. Ativação em treinos e jogos

1.8. Controlo e análise da carga de treinos e jogos
- 1.8.1. Variáveis de carga interna
- 1.8.2. Variáveis de carga externa
- 1.8.3. Aplicações práticas no treino

1.9. *Recuperação*
- 1.9.1. Descanso
- 1.9.2. Hidratação, nutrição e suplementos
- 1.9.3. Escalas RPE, Wellness, variabilidade da frequência cardíaca

1.10. Planeamento pós-época
- 1.10.1. Objetivos pós-época
- 1.10.2. Trabalho estruturado fora de época
- 1.10.3. Trabalho complementar

Módulo 2. Fisioterapia

2.1 A lesão desportiva
- 2.1.1. Conceito de Lesão vs. Lesão desportiva
- 2.1.2. Quando é que um jogador de basquetebol está lesionado?
- 2.1.3. Quem é que determina que um atleta está lesionado?

2.2. Tipos de lesões e respetivo tratamento
- 2.2.1. As lesões musculares
- 2.2.2. As lesões ligamentares
- 2.2.3. As lesões tendinosas
- 2.2.4. As lesões articulares e ósseas

2.3. A equipa médica e os seus objetivos com um jogador de basquetebol lesionado
- 2.3.1. O médico
- 2.3.2. O fisioterapeuta
- 2.3.3. O preparador desportivo
- 2.3.4. O preparador físico e treinador

2.4. As lesões mais frequentes no basquetebol
- 2.4.1. As lesões na zona isquiotibial
- 2.4.2. As entorses e as zonas mais afetadas
- 2.4.3. As lesões do joelho e os seus tipos
- 2.4.4. As lesões do quadríceps

2.5. Porque é que um jogador de basquetebol se lesiona? As causas mais frequentes
- 2.5.1. Fatores intrínsecos do jogador de basquetebol
- 2.5.2. Fatores extrínsecos do jogador de basquetebol
- 2.5.3. Outros fatores
- 2.5.4. Incidência de uma lesão

2.6. Recaídas de lesões e as suas possíveis causas
- 2.6.1. O que é uma recaída?
- 2.6.2. É possível evitar uma recaída?
- 2.6.3. Quais são as causas mais comuns de recaída?
- 2.6.4. Como é que sabemos se está tudo bem agora?

2.7. Reabilitação físico-desportiva e as suas fases para um jogador de basquetebol lesionado
- 2.7.1. Fases
- 2.7.2. Recuperação funcional desportiva
- 2.7.3. Recuperação físico-desportiva
- 2.7.4. Retreinamento desportivo

2.8. Retreinamento do esforço
- 2.8.1. O que é o retreinamento do esforço?
- 2.8.2. Como controlar o retreinamento do esforço?
- 2.8.3. Que parâmetros ou testes são tidos em conta para avaliar a condição física de um jogador de basquetebol?
- 2.8.4. As sensações do jogador de basquetebol são importantes

2.9. Reintegração ao rendimento de um jogador de basquetebol lesionado
- 2.9.1. Aspetos a ter em conta na reintegração do jogador no grupo
- 2.9.2. Primeiros passos
- 2.9.3. Reintegração no grupo
- 2.9.4. Exemplo de planeamento para o regresso à competição

2.10. Prevenção de lesões num jogador de basquetebol
- 2.10.1. Prevenção das lesões mais comuns
- 2.10.2. A importância da força na prevenção de lesões
- 2.10.3. Quando e como realizar um protocolo de prevenção de lesões?
- 2.10.4. O trabalho do jogador de basquetebol fora da equipa na prevenção de lesões

Módulo 3. *Scouting* e preparação dos jogos

3.1. Autoconhecimento e visão pessoal. Filosofia + crenças
- 3.1.1. A visão pessoal do treinador. Construir basquetebol
- 3.1.2. A importância do *scouting*. A gestão da informação
- 3.1.3. Como abordar o *scouting*

3.2. *Scouting* próprio e rival. Espionagem, observação e decisão
- 3.2.1. O que é que observamos no rival?
- 3.2.2. O que é que observamos na nossa própria equipa?
- 3.2.3. Pontos de observação no visionamento de jogos

3.3. A análise SWOT e os cinco elementos
- 3.3.1. Análise SWOT e a sua utilização no *scouting* e planeamento dos jogos
- 3.3.2. Estratégias, táticas, estatísticas, regras e conceitos
- 3.3.3. A utilização do contra-*scouting* próprio

3.4. Contra-scouting. Antecipar o futuro
- 3.4.1. O que é o Contra-*scouting*?
- 3.4.2. Como é que podemos tirar o máximo partido dele?
- 3.4.3. Podemos antecipar o que vai acontecer?

3.5. O plano de jogo. Simplificar e comunicar
- 3.5.1. Diferentes planos de jogo? Apenas um plano?
- 3.5.2. Importância dos conceitos e capacidade de simplificação
- 3.5.3. Comunicação e transmissão da mensagem. Falar sobre o plano

3.6. Treinar o plano. A arte da guerra
- 3.6.1. Importância da preparação dos jogos. A arte da guerra
- 3.6.2. Elementos a proteger, reforçar, castigar e evitar
- 3.6.3. Trabalhar no plano de jogo vs. conceitos próprios. Utilizar o contra-*scouting* rival

3.7. Utilização do vídeo e de ferramentas visuais
- 3.7.1. Sessões de vídeo de *scouting* rival. Diferenças entre jogar em casa e fora
- 3.7.2. Sessões de vídeo de *scouting* próprio. Individuais e em grupo

3.7.3. Sessões motivacionais e a utilização do vídeo na era do imediatismo

3.8. Início do jogo. Ferramentas de controlo e avaliação

3.8.1. Sistemas de leitura e reconhecimento

3.8.2. Ferramentas para monitorizar e avaliar o plano de jogo

3.8.3. Decisões a tomar. Riscos do plano

3.9. Passagem pelos balneários. Decisões e ajustamentos de rumo

3.9.1. Processamento e tratamento da informação. Ouvir e decidir

3.9.2. Ajustar o rumo ou continuar a acreditar no plano. Intuição e instinto

3.9.3. Comunicação com os jogadores

3.10. Avaliação pós-jogo. Um assunto inacabado

3.10.1. Utilização de dados e estatísticas finais

3.10.2. Pós-jogo. Utilização de vídeo e criação de um relatório pós-jogo

3.10.3. Comunicar o relatório do jogo à equipa

Com a TECH, estará atualizado acerca das ferramentas de acompanhamento e avaliação atualmente utilizadas no Scouting"

05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: ***o Relearning.*** Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine.***

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

O nosso programa oferece um método revolucionário de desenvolvimento de competências e conhecimentos. O nosso objetivo é reforçar as competências num contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo"

Terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, com ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa de estudos.

O estudante aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolução de situações complexas em ambientes empresariais reais.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este programa da TECH é um programa de ensino intensivo, criado de raiz, que propõe os desafios e decisões mais exigentes neste campo, tanto a nível nacional como internacional. Graças a esta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, dando um passo decisivo para o sucesso. O método do caso, a técnica que constitui a base deste conteúdo, assegura que a realidade económica, social e profissional mais atual é seguida.

> *O nosso programa prepara-o para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira"*

O método do caso tem sido o sistema de aprendizagem mais amplamente utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não só aprendessem o direito com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas, a fim de tomarem decisões informadas e valorizarem juízos sobre a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard.

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Esta é a questão que enfrentamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos da vida real. Terão de integrar todo o seu conhecimento, investigar, argumentar e defender as suas ideias e decisões.

Relearning Methodology

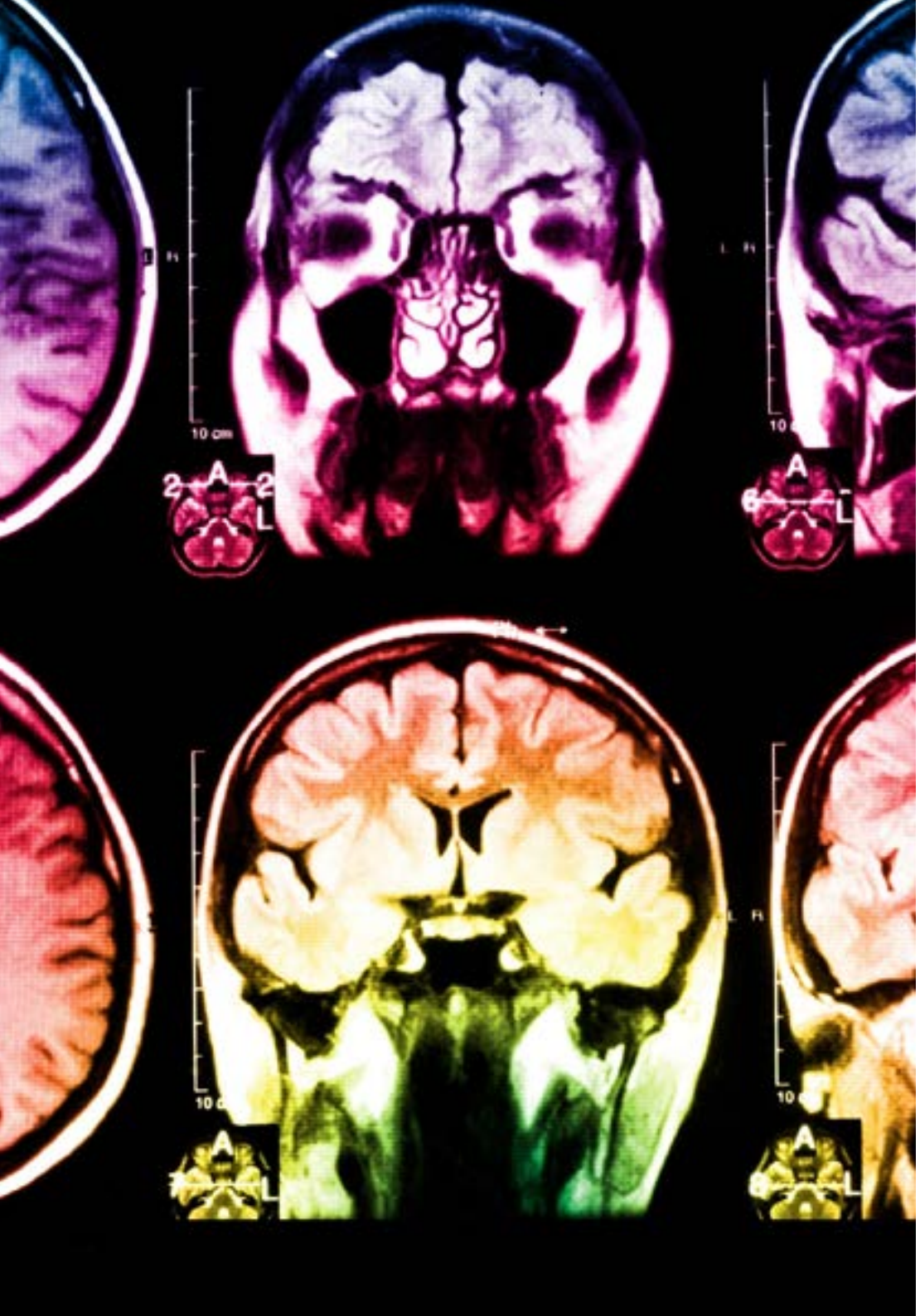
A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019, alcançámos os melhores resultados de aprendizagem de todas as universidades online do mundo.

Na TECH aprende-se com uma metodologia de vanguarda concebida para formar os gestores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, chama-se Relearning.

A nossa universidade é a única universidade de língua espanhola licenciada para utilizar este método de sucesso. Em 2019, conseguimos melhorar os níveis globais de satisfação dos nossos estudantes (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos...) no que diz respeito aos indicadores da melhor universidade online do mundo.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica. Esta metodologia formou mais de 650.000 licenciados com sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como a bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, capacidades de gestão, ciência do desporto, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

A partir das últimas provas científicas no campo da neurociência, não só sabemos como organizar informação, ideias, imagens e memórias, mas sabemos que o lugar e o contexto em que aprendemos algo é fundamental para a nossa capacidade de o recordar e armazenar no hipocampo, para o reter na nossa memória a longo prazo.

Desta forma, e no que se chama Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto em que o participante desenvolve a sua prática profissional.

Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:

Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.

Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

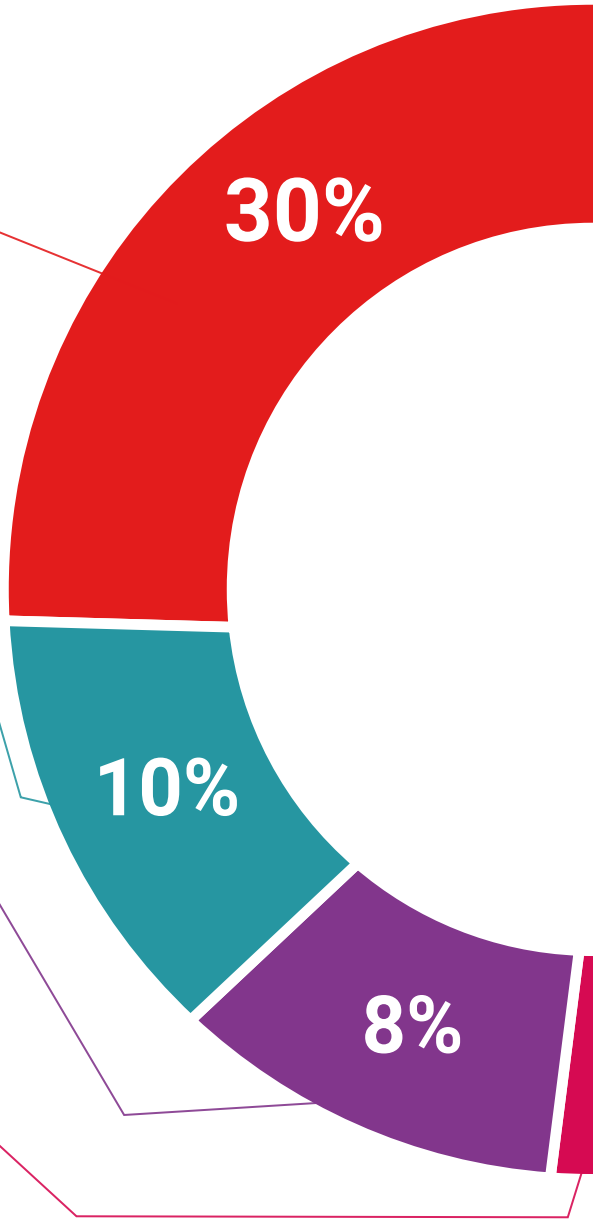
O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.

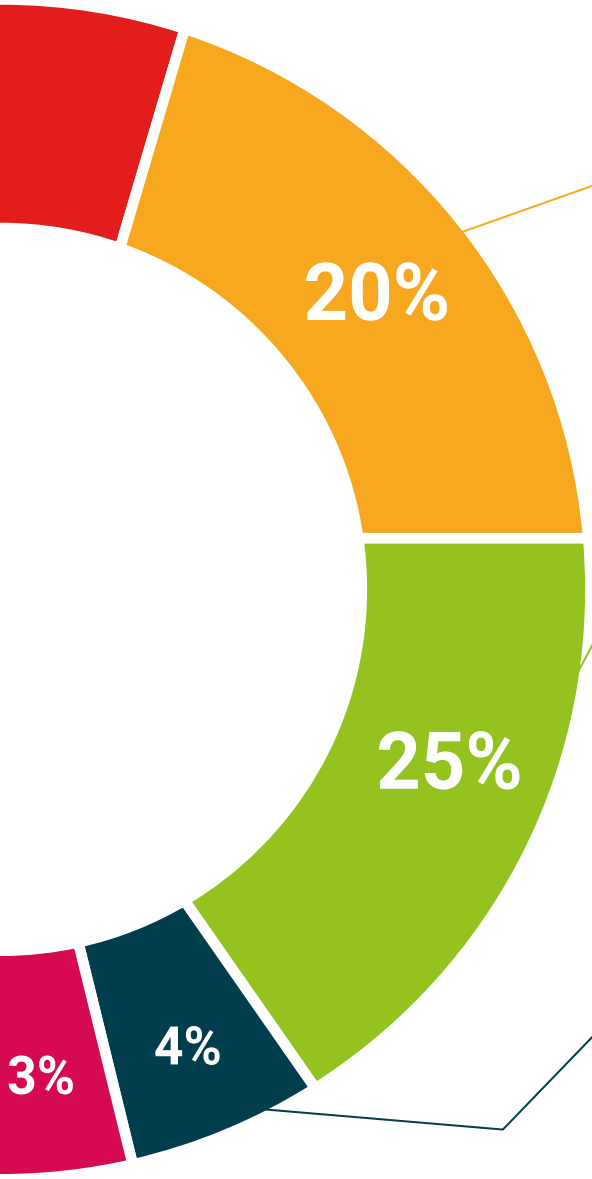
Práticas de aptidões e competências

Realizarão atividades para desenvolver competências e aptidões específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e capacidades que um especialista necessita de desenvolver no quadro da globalização em que vivemos.

Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





Case studies

Completarão uma seleção dos melhores estudos de casos escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e instruídos pelos melhores especialistas na cena internacional.

Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas concetuais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"

Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.

06

Certificação

O Curso de Especialização em Preparação Física em Basquetebol garante, para além de um conteúdo mais rigoroso e atualizado, o acesso a um Curso emitido pela TECH Global University

Conclua este plano de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias"

Este programa permitirá a obtenção do certificado do **Curso de Especialização em Preparação Física em Basquetebol** reconhecido pela **TECH Global University**, a maior universidade digital do mundo.

A **TECH Global University** é uma Universidade Europeia Oficial reconhecida publicamente pelo Governo de Andorra ***(bollettino ufficiale)***. Andorra faz parte do Espaço Europeu de Educação Superior (EEES) desde 2003. O EEES é uma iniciativa promovida pela União Europeia com o objetivo de organizar o modelo de formação internacional e harmonizar os sistemas de ensino superior dos países membros desse espaço. O projeto promove valores comuns, a implementação de ferramentas conjuntas e o fortalecimento de seus mecanismos de garantia de qualidade para fomentar a colaboração e a mobilidade entre alunos, pesquisadores e acadêmicos.

Esse título próprio da **TECH Global Universtity** é um programa europeu de formação contínua e atualização profissional que garante a aquisição de competências em sua área de conhecimento, conferindo um alto valor curricular ao aluno que conclui o programa.

Certificação: **Curso de Especialização em Preparação Física em Basquetebol**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**

Créditos: **18 ECTS**

tech global university

Dott _____ com documento de identidade _____ aprovou satisfatoriamente e obteve o certificado do:

Curso de Especialização em Preparação Física em Basquetebol

Trata-se de um título próprio com duração de 450 horas, o equivalente a 18 ECTS, com data de início 20/09/2019 e data final 21/09/2020.

A TECH Global University é uma universidade oficialmente reconhecida pelo Governo de Andorra em 31 de janeiro de 2024, que pertence ao Espaço Europeu de Educação Superior (EEES).

Em Andorra la Vella, 13 de março de 2024

Dott. Pedro Navarro Illana
Rettore

Universidade Oficial Online da NBA

Para a prática profissional em cada país, este certificado deverá ser necessariamente acompanhado de um diploma universitário emitido pela autoridade local competente. código único TECH: BBADCEADBECB99D techtitute.com/titulos

*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que o seu certificado seja apostilado, a TECH Global University providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

Curso de Especialização
Preparação Física em Basquetebol

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 meses**
- Certificação:**TECH Global University**
- Créditos: **18 ECTS**
- Horário: **a tua scelta**
- Exames: **online**

Curso de Especialização

Preparação Física em Basquetebol

Reconhecido pela NBA

tech global university