

Curso

Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol



Curso

Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/prevencao-lesoes-jogadores-handebol

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

As lesões esportivas, sem dúvida, marcam o progresso de um atleta e até determinam se a temporada termina ou não. Um fato que interrompe completamente sua trajetória, razão pela qual é essencial trabalhar a prevenção desde o planejamento das sessões de treinamento e a execução dos exercícios. Para isso, os profissionais precisam estar cientes de suas causas e de como lidar com elas por meio de avanços mais visíveis no campo. Essa é a linha de pensamento por trás deste curso 100% online criado pela TECH para oferecer, em apenas 6 semanas, as informações mais relevantes sobre a etiologia e os tratamentos mais eficazes existentes. Um programa único no panorama acadêmico, desenvolvido por jogadores de elite e fisioterapeutas.



“

Um curso 100% online que permitirá que você se mantenha atualizado sobre a prevenção das lesões mais frequentes em jogadores de handebol”

Em um esporte coletivo como o handebol, é comum ocorrerem lesões no tornozelo, no menisco, no ligamento lateral do joelho ou deslocamentos do ombro na quadra. A ampla variedade de movimentos durante o jogo exige que os jogadores mantenham condições físicas ideais, e os treinadores e fisioterapeutas profissionais precisam compreender detalhadamente suas causas a fim de preveni-las.

Um exercício completo que também requer um planejamento de treinamento adequado, sempre tendo em mente a redução das possibilidades de lesão para o benefício individual e coletivo da equipe. Assim, dada a sua importância, a TECH desenvolveu esta proposta acadêmica para a Prevenção de Lesões em Jogadores de Handebol com 150 horas letivas.

Um plano de estudo completo que inclui diversos materiais didáticos baseados em resumos em vídeo de cada tópico, vídeos detalhados, leituras especializadas e simulações de estudos de caso que o aluno pode acessar, confortavelmente, de qualquer dispositivo eletrônico com conexão à Internet.

Além disso, graças ao método *Relearning*, baseado na reiteração contínua dos principais conceitos, o aluno poderá consolidá-los de forma simples e reduzir as longas horas de estudo e memorização.

Portanto, os alunos se deparam com um ensino flexível e de qualidade. E o fato é que, sem a obrigação de ir pessoalmente aos centros de estudo ou de assistir a aulas com horários fixos, os alunos terão mais liberdade para administrar seu próprio tempo e conciliar suas atividades diárias com seu processo de aprendizagem.

Este **Curso de Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Handebol e Ciências do Esporte
- Os conteúdos gráficos, esquemáticos e extremamente úteis fornecem informações rigorosas e práticas sobre as disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- Destaque especial para as metodologias inovadoras
- Lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Matricule-se agora em um curso que você pode acessar convenientemente quando e onde quiser, a partir do seu computador com conexão a Internet

“

O curso se aprofunda nas causas das lesões mais recorrentes no handebol e atua corretamente na sua prevenção”

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Uma Biblioteca Virtual está disponível 24 horas por dia com uma grande quantidade de material didático inovador.

Este plano de estudos oferece uma aprendizagem aprofundada dos processos de readaptação do atleta após sofrer uma lesão no joelho, tornozelo ou pé.



02

Objetivos

O objetivo deste Curso é fornecer, durante 6 semanas, as informações mais rigorosas e atualizadas sobre as causas das lesões mais comuns no handebol, bem como os tratamentos existentes, dependendo da parte do corpo afetada. Tudo isso será possível graças à abordagem teórico-prática dessa especialização e aos estudos de caso que proporcionam uma visão muito mais direta e útil para o desempenho profissional dos alunos.



“

Com esta capacitação, você estará preparado para agir em situações de emergência decorrentes de lesões em jogadores de handebol durante as partidas”



Objetivos gerais

- ♦ Dominar o planejamento e o controle do treinamento em diferentes estágios
- ♦ Melhorar o desempenho dos atletas
- ♦ Interpretar a análise dos dados obtidos por meio de novas tecnologias
- ♦ Incorporar o planejamento nutricional do atleta de acordo com suas características e posição de jogo
- ♦ Conhecer a evolução do jogo e das táticas do handebol até os dias atuais
- ♦ Analisar os diversos fatores que intervêm no processo de treinamento e nos jogadores de alto desempenho





Objetivos específicos

- Conhecer os conceitos de lesões esportivas, tratamento e reabilitação
- Estudar a etiologia e as causas das lesões no handebol
- Lidar com emergências de lesões ocorridas durante o treinamento ou competição
- Analisar as lesões mais frequentes de todas as partes do corpo do jogador de handebol



Deseja manter-se atualizado com os mais recentes avanços nos tratamentos para a recuperação de lesões no ombro em jogadores de handebol? Faça isso com a TECH"

03

Direção do curso

A TECH mantém uma filosofia baseada em oferecer aos alunos uma educação de qualidade. Por esse motivo, realiza um processo de seleção meticuloso para cada um de seus professores. Dessa forma, o aluno terá a excelente oportunidade de acessar um programa de estudos preparado por atletas profissionais e fisioterapeutas que têm pleno conhecimento das medidas a serem tomadas para prevenir as lesões mais comuns no handebol.

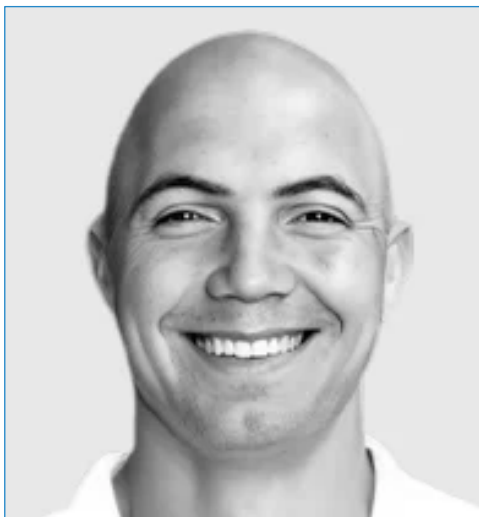




“

Um curso ministrado por atletas e fisioterapeutas altamente experientes, que possuem um profundo conhecimento do handebol”

Direção



Dr. Demetrio Lozano

- ♦ Ex-jogador profissional de handebol
- ♦ Professor da Escola Nacional de Treinadores de Handebol da Real Federação Espanhola de Handebol
- ♦ Doutor em Atividade Física e Ciências do Esporte pela Universidade de Lleida
- ♦ Formado em Ciências da Atividade Física e do Esporte pela Universidade de Barcelona
- ♦ Mestrado em Alto Desempenho pela Universidade de Barcelona
- ♦ Campeão mundial de handebol com a equipe nacional espanhola na Copa do Mundo de 2005 na Tunísia
- ♦ Triplo medalhista olímpico de handebol em Atlanta 1996, Sydney 2000 e Pequim 2008

Professores

Dr. Fernando Sanz López

- ♦ Fisioterapeuta e treinador de reabilitação da equipe nacional de handebol do Catar
- ♦ Fisioterapeuta do Clube de Handebol de Aragão
- ♦ Doutor em Ciências da Saúde
- ♦ Formado em Fisioterapia Esportiva
- ♦ Formado em Atividade Física e Ciências do Esporte



04

Estrutura e conteúdo

O conteúdo dessa capacitação reúne, em apenas 150 horas de ensino, as informações mais importantes para a prevenção de lesões em jogadores de handebol. Um itinerário acadêmico que permitirá que os alunos se aprofundem em sua etiologia e nos tratamentos mais avançados disponíveis para lidar com entorses, luxações ou traumas comuns nesse esporte. Além disso, uma biblioteca virtual estará disponível 24 horas por dia, através de qualquer dispositivo digital com conexão à internet.





“

Um conteúdo intensivo que se tornou mais dinâmico com os recursos de ensino multimídia do programa”

Módulo 1. Prevenção de lesões para jogadores de handebol

- 1.1. Lesões esportivas, tratamento e reabilitação
 - 1.1.1. Lesões agudas
 - 1.1.2. Lesões por uso excessivo
 - 1.1.3. Conceitos de tratamento, reabilitação e prevenção
- 1.2. Etiologia e causas de lesões no handebol
 - 1.2.1. Biomecânica do handebol
 - 1.2.2. Lesões comuns no handebol
 - 1.2.3. Lesões na posição de jogo
- 1.3. Gestão de lesões agudas e situações de emergência
 - 1.3.1. Conceitos básicos
 - 1.3.2. Como lidar com uma lesão esportiva
 - 1.3.3. Regulamentos de lesões no handebol
- 1.4. Lesões Regulamentações no ombro e na cintura escapular
 - 1.4.1. Etiologia
 - 1.4.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.4.3. Prevenção
- 1.5. Lesões no cotovelo
 - 1.5.1. Etiologia
 - 1.5.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.5.3. Prevenção
- 1.6. Lesões nas mãos e nos dedos
 - 1.6.1. Etiologia
 - 1.6.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.6.3. Prevenção
- 1.7. Lesões nas costas
 - 1.7.1. Etiologia
 - 1.7.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.7.3. Prevenção





- 1.8. Lesões no quadril
 - 1.8.1. Etiologia
 - 1.8.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.8.3. Prevenção
- 1.9. Lesões no joelho
 - 1.9.1. Etiologia
 - 1.9.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.9.3. Prevenção
- 1.10. Lesões nas unhas dos pés
 - 1.10.1. Etiologia
 - 1.10.2. Tratamento e reabilitação
 - 1.10.3. Prevenção

“

Explore os estudos científicos mais recentes sobre a biomecânica no handebol e sua importância na prevenção de lesões”

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.***





“

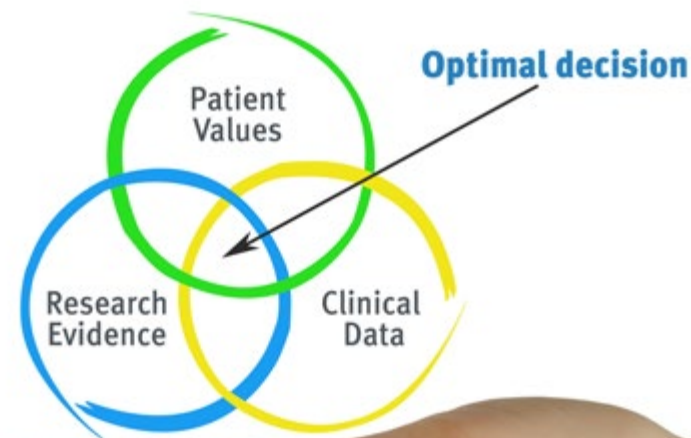
Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

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.



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

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.



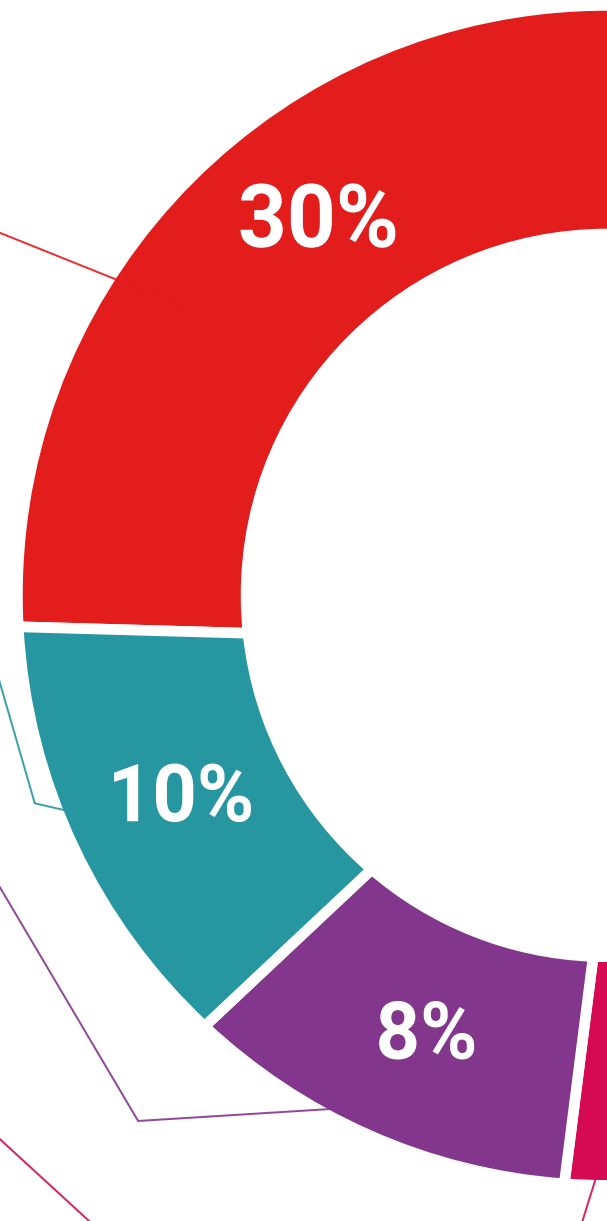
Práticas de aptidões e competências

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 conceituais 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

Certificado

O Curso de Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica”

Este **Curso de Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Curso**, emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol**

N.º de Horas Oficiais: **150h**



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

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualificação
desenvolvimento simulação

tech universidade
tecnológica

Curso

Prevenção de Lesões
para Jogadores de
Handebol

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Prevenção de Lesões para Jogadores de Handebol

