

Programa Avançado

Formação de Jogadores de Voleibol

Reconhecido pela NBA





Programa Avançado Formação de Jogadores de Voleibol

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

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/programa-avancado/programa-avancado-formacao-jogadores-voleibol

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Estrutura e conteúdo

pág. 12

04

Metodologia

pág. 18

05

Certificado

pág. 26

01

Apresentação

A especialização evidente do vôlei moderno fez com que não só houvesse perfis específicos por posição, mas também que as táticas tradicionais fossem substituídas por uma maior força no ataque, com a inclusão de um quinto jogador de ponta e um excelente definidor na quadra. A formação de uma equipe de alto nível exige conhecimento avançado de técnica, estratégia de jogo e condições esportivas do atleta. Com base nessa abordagem, a TECH criou este programa, que fornece ao futuro treinador os recursos necessários para aperfeiçoar as habilidades e capacidades do jogador, além de melhorar a biomecânica na prevenção de lesões. Todos esses aspectos através de um formato 100% online e com os conteúdos multimídia mais inovadores do cenário acadêmico atual.





“

Em apenas seis meses, você terá todas as ferramentas para poder se desenvolver como um técnico de alto nível de um time de Voleibol Profissional”

O desenvolvimento de um jogador de voleibol profissional ocorre durante um longo período de tempo, em que elementos como condicionamento físico, habilidade técnica e psicológica e visão coletiva de jogo se unem. Uma progressão que envolve um trabalho essencial por parte do técnico, que raramente é visível, mas que é essencial no caminho para a competição de alto desempenho.

Dessa forma, a figura do treinador é fundamental nesse treinamento do atleta, que deve estar ciente dos exercícios para o aprimoramento da técnica no ataque, na defesa ou no posicionamento, bem como da incorporação de novos modelos táticos dependendo do adversário. Nesse sentido, a TECH criou este Programa Avançado de Formação de Jogadores de Voleibol, ministrada por personalidades importantes desse esporte.

Esta é uma capacitação avançada com uma perspectiva teórico-prática, que vai além, mostrando não apenas os conceitos básicos da técnica, mas também fornece exemplos claros de como treinar cada um deles. Uma visão muito útil para incorporação imediata nas sessões de qualquer equipe de voleibol.

Além disso, este itinerário acadêmico dedica um espaço importante ao aprofundamento das táticas, oferecendo aos alunos um material didático inovador (resumos em vídeo de cada tópico, vídeos In Focus etc.), que lhes permitirá atualizar suas estratégias na disposição dos jogadores na quadra. Este programa também oferece uma visão atraente da biomecânica para prevenir lesões em atletas e também para agir quando elas ocorrerem.

Sem dúvida, uma oportunidade excepcional de progredir no voleibol por meio de uma opção acadêmica sem aulas presenciais e horários fixos, que oferece a possibilidade de acessar o programa de estudos com apenas um dispositivo eletrônico com conexão à Internet e a qualquer hora do dia.

Este **Programa Avançado de Formação de Jogadores de Voleibol** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas em Atividade Física e Voleibol Profissional
- O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático do livro oferece informações técnicas e práticas sobre aquelas disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- Contém exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- Destaque especial para as metodologias inovadoras
- Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, seja fixo ou móvel, com conexão à Internet



Você terá todas as técnicas e metodologias necessárias para melhorar o desempenho de seus jogadores de voleibol"

“

O curso utiliza material multimídia para fornecer uma visão aprofundada dos primeiros socorros necessários em caso de lesão de um jogador no campo de jogo"

Aplice em suas sessões de treinamento as táticas mais modernas, usadas pelas principais equipes de competição.

Aperfeiçoe o sistema de jogo da sua equipe com este Programa Avançado 100% online.

O programa de estudos inclui em seu corpo docente profissionais do setor que trazem a experiência de seu trabalho nesta capacitação, além de renomados especialistas de sociedades líderes 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.



02

Objetivos

Este Programa Avançado foi criado para facilitar o crescimento profissional de técnicos e jogadores de voleibol. É por isso que a TECH oferece vários recursos educacionais que podem ser acessados 24 horas por dia, 7 dias por semana. Dessa forma, o estudante pode facilmente adquirir um aprendizado que favorece o aprimoramento da técnica de ataque e defesa dos atletas e a biomecânica usada para reduzir lesões.



“

Os inúmeros exemplos apresentados neste programa lhe darão uma visão muito mais próxima das táticas usadas pelas equipes internacionais”



Objetivos gerais

- Planejar treinamento específico para o desenvolvimento completo do jogador de vôlei
- Estruturar o treinamento geral para atingir os objetivos da equipe
- Aplicar estratégias de recuperação adaptadas às necessidades do atleta
- Avaliar e desenvolver as capacidades dos jogadores para levá-las ao seu máximo potencial
- Liderar a área de treinamento em uma equipe de alto nível
- Promover a preparação física correta de um jogador

“

Você sabe como melhorar a biomecânica do saque de seus jogadores? Matricule-se neste Programa Avançado e descubra como”





Objetivos específicos

Módulo 1. Técnica individual

- ♦ Conhecer os diferentes fundamentos técnicos do vôlei
- ♦ Aprofundar-se no método de treinamento do voleibol
- ♦ Explicar as diferentes técnicas e os erros mais frequentes em competição de alto nível
- ♦ Descrever as estratégias para treinar posicionamento, recepção, toque de dedo, bloqueio, saque e ataque

Módulo 2. Táticas

- ♦ Abordar os sistemas de jogo usados no vôlei e os métodos de treinamento
- ♦ Aprofundar o saque, a recepção e as táticas ofensivas e sua prática na quadra
- ♦ Investigar os complexos estratégicos e seu treinamento no vôlei
- ♦ Explicar as diferentes opções para escolher o sistema de jogo, dependendo da técnica do adversário

Módulo 3. Biomecânica e lesões

- ♦ Entender o que acontece no corpo do atleta em cada movimento que ele realiza
- ♦ Conhecer as técnicas de tratamento de lesões
- ♦ Aprofundar as estratégias a serem usadas nas equipes de vôlei para evitar lesões
- ♦ Aprofundar-se nos últimos avanços da biomecânica e sua aplicação no vôlei

03

Estrutura e conteúdo

O plano de estudos deste programa inclui 450 horas de ensino com o conteúdo mais avançado e atualizado sobre o Formação de Jogadores de Voleibol. O conteúdo será complementado por vários recursos de ensino, o que proporcionará uma abordagem muito mais dinâmica e atraente ao aprendizado. Além disso, graças ao sistema de Relearning, baseado na repetição do conteúdo, os alunos poderão progredir naturalmente e consolidar os principais conceitos.



“

Minimize o tempo de recuperação de seus jogadores profissionais graças às estratégias de preparação técnica fornecidas neste curso"

Módulo 1. Técnica individual

- 1.1. O que é a técnica?
 - 1.1.1. Definição de técnica
- 1.2. Importância em comparação com outros esportes
 - 1.2.1. Desenvolvimento do atleta
 - 1.2.2. Como treinar?
 - 1.2.3. Importância da técnica correta no jogo e na saúde
 - 1.2.4. Desenvolvimento de habilidades físicas
 - 1.2.5. Aplicações na leitura de jogos
 - 1.2.6. Principais aspectos da saúde do atleta
 - 1.2.7. O impacto da técnica individual no jogo em equipe
- 1.3. Serviços
 - 1.3.1. O que é?
 - 1.3.2. Tipos de serviço
 - 1.3.3. Fases do serviço
 - 1.3.4. Como treinar?
- 1.4. Bloqueio
 - 1.4.1. O que é?
 - 1.4.2. Tronco superior
 - 1.4.3. Tronco inferior
 - 1.4.4. Como treinar?
- 1.5. Ataque
 - 1.5.1. O que é?
 - 1.5.2. Tipos de ataques
 - 1.5.3. Fase de ataque
 - 1.5.4. Como treinar?
- 1.6. Recepção
 - 1.6.1. O que é?
 - 1.6.2. Leitura prévia
 - 1.6.3. Posição do corpo
 - 1.6.4. Como treinar?



- 1.7. Defesa
 - 1.7.1. O que é?
 - 1.7.2. Leitura prévia
 - 1.7.3. Posição do corpo
 - 1.7.4. Como treinar?
- 1.8. Colocação
 - 1.8.1. O que é?
 - 1.8.2. Tipos de colocação
 - 1.8.3. Importância no jogo
 - 1.8.4. Como treinar?
- 1.9. Antebraço
 - 1.9.1. O que é?
 - 1.9.2. Posicionamento do corpo
 - 1.9.3. Aplicações
 - 1.9.4. Como treinar?
- 1.10. Toque do dedo
 - 1.10.1. O que é?
 - 1.10.2. Posicionamento do corpo
 - 1.10.3. Aplicações
 - 1.10.4. Como treinar?

Módulo 2. Táticas

- 2.1. Conceito de táticas e sistemas de jogo
 - 2.1.1. O que é?
 - 2.1.2. Sistemas de jogo
 - 2.1.3. Importância
 - 2.1.4. Como treinar?
- 2.2. Preparação e especialização dos jogadores
 - 2.2.1. Desempenhando papéis
 - 2.2.2. Especialização funcional
 - 2.2.3. Especialização posicional
 - 2.2.4. Universalidade x Especialização



- 2.3. Táticas de saque
 - 2.3.1. Tipos de saque
 - 2.3.2. Objetivo
 - 2.3.3. Seleção de saque
 - 2.3.4. Como treinar?
- 2.4. Tática de recepção
 - 2.4.1. Variantes táticas
 - 2.4.2. Objetivo
 - 2.4.3. Seleção tática
 - 2.4.4. Como treinar?
- 2.5. Tática ofensiva
 - 2.5.1. Tipos de ataques
 - 2.5.2. Objetivo
 - 2.5.3. Seleção de ataque
 - 2.5.4. Como treinar?
- 2.6. Tática defensiva
 - 2.6.1. Variantes táticas
 - 2.6.2. Objetivo
 - 2.6.3. Seleção tática
 - 2.6.4. Como treinar?
- 2.7. Tática de bloqueio
 - 2.7.1. Tipos de bloqueios
 - 2.7.2. Objetivo: táticas ofensivas ou defensivas
 - 2.7.3. Seleção
 - 2.7.4. Como treinar?
- 2.8. Fases do jogo
 - 2.8.1. O que são?
 - 2.8.2. Fase ofensiva
 - 2.8.3. Fase de defesa
 - 2.8.4. Como treinar?

- 2.9. Complexos estratégicos (K0, K1, K2, etc.)
 - 2.9.1. O que são complexos estratégicos?
 - 2.9.2. K0, K1 e K2
 - 2.9.3. K2 K3 e K4
 - 2.9.4. Como treinar?
- 2.10. Escolha do sistema de jogo
 - 2.10.1. Capacidade técnica
 - 2.10.2. Condições físico-antropométricas
 - 2.10.3. Táticas de rivalidade
 - 2.10.4. Atores externos e tipo de concorrência

Módulo 3. Biomecânica e lesões

- 3.1. Lesões mais comuns no vôlei
 - 3.1.1. Lesões no joelho
 - 3.1.2. Lesões no ombro
 - 3.1.3. Lesões nas costas
 - 3.1.4. Lesões no tornozelo
- 3.2. Primeiros socorros: como lidar com uma lesão no campo
 - 3.2.1. Identificar e avaliar a gravidade
 - 3.2.2. Oferecer atenção imediata
 - 3.2.3. Oferecendo conforto e segurança
 - 3.2.4. Comunicação
- 3.3. Tratamento de lesões: como tratar as lesões adequadamente para minimizar o tempo de recuperação
 - 3.3.1. Processo
 - 3.3.2. Alta competitividade
 - 3.3.3. Tempos de recuperação
 - 3.3.4. Objetivos

- 3.4. Prevenção de lesões: como evitar lesões por meio do condicionamento físico e da técnica adequada
 - 3.4.1. Preparação física
 - 3.4.2. Lesões resultantes de preparação física inadequada
 - 3.4.3. Técnicas e prevenção
 - 3.4.4. Lesões resultantes de técnica inadequada
- 3.5. O que é biomecânica?
 - 3.5.1. Definição
 - 3.5.2. Evolução histórica
 - 3.5.3. Objetivos
 - 3.5.4. Aplicações de desempenho
- 3.6. Sistema biomecânico da técnica de vôlei
 - 3.6.1. Fundamentos biomecânicos
 - 3.6.2. Propriedades mecânicas
 - 3.6.3. Qualidades dos músculos
 - 3.6.4. Estado funcional do músculo
- 3.7. Características dos movimento no vôlei
 - 3.7.1. Objetivos
 - 3.7.2. Estruturas técnicas quantitativas
 - 3.7.3. Estruturas técnicas qualitativas
 - 3.7.4. Avaliação do comportamento motor
- 3.8. Fases da análise biomecânica do jogador
 - 3.8.1. Coleta de informações
 - 3.8.2. Objetivo final
 - 3.8.3. Princípios
 - 3.8.4. Critérios de avaliação
- 3.9. Análise biomecânica do ataque
 - 3.9.1. Características do ataque
 - 3.9.2. Forças
 - 3.9.3. Alavancas e movimentos gerados
 - 3.9.4. Ação muscular
 - 3.9.5. Cadeia e grau cinemático
- 3.10. Movimento de acordo com o plano de referência
 - 3.10.1. Plano horizontal
 - 3.10.2. Plano sagital
 - 3.10.3. Plano frontal
 - 3.10.4. Eixos de movimento



Desenvolva com eficácia os complexos estratégicos de ataque K1 e K2 e aperfeiçoe o jogo de seus finalizadores"

04

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o *New England Journal of Medicine*.





“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Estudo de caso para contextualizar todo o conteúdo

Nosso programa oferece um método revolucionário para desenvolver as habilidades e o conhecimento. Nosso objetivo é fortalecer as competências em um contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo”



Você terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, por meio de um ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa.



Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este curso da TECH é um programa de ensino intensivo, criado do zero, que propõe os desafios e decisões mais exigentes nesta área, em âmbito nacional ou internacional. Através desta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado em direção ao sucesso. O método do caso, técnica que constitui a base deste conteúdo, garante que a realidade econômica, social e profissional mais atual seja adotada.

“*Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira*”

Através de atividades de colaboração e casos reais, o aluno aprenderá a resolver situações complexas em ambientes reais de negócios.

O método do caso é o sistema de aprendizagem mais utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de Direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações realmente complexas para que tomassem decisões conscientes e julgassem a melhor forma de resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Esta é a pergunta que abordamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos reais. Terão que integrar todo o conhecimento, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões.

Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

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

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

Na TECH o aluno aprende através de uma metodologia de vanguarda, desenvolvida para capacitar os diretores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, se chama Relearning.

Nossa universidade é uma das únicas que possui a licença para usar este método de sucesso. Em 2019 conseguimos melhorar os níveis de satisfação geral dos nossos alunos (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos curso, objetivos, entre outros) com relação aos indicadores da melhor universidade online.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica. Esta metodologia já capacitou mais de 650 mil universitários com um sucesso sem precedentes em campos tão diversos como a bioquímica, a genética, a cirurgia, o direito internacional, habilidades administrativas, ciência do esporte, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isso em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

A partir das últimas evidências científicas no campo da neurociência, sabemos como organizar informações, ideias, imagens, memórias, mas sabemos também que o lugar e o contexto onde aprendemos algo é fundamental para nossa capacidade de lembrá-lo e armazená-lo no hipocampo, para mantê-lo em nossa memória a longo prazo.

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



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.

O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



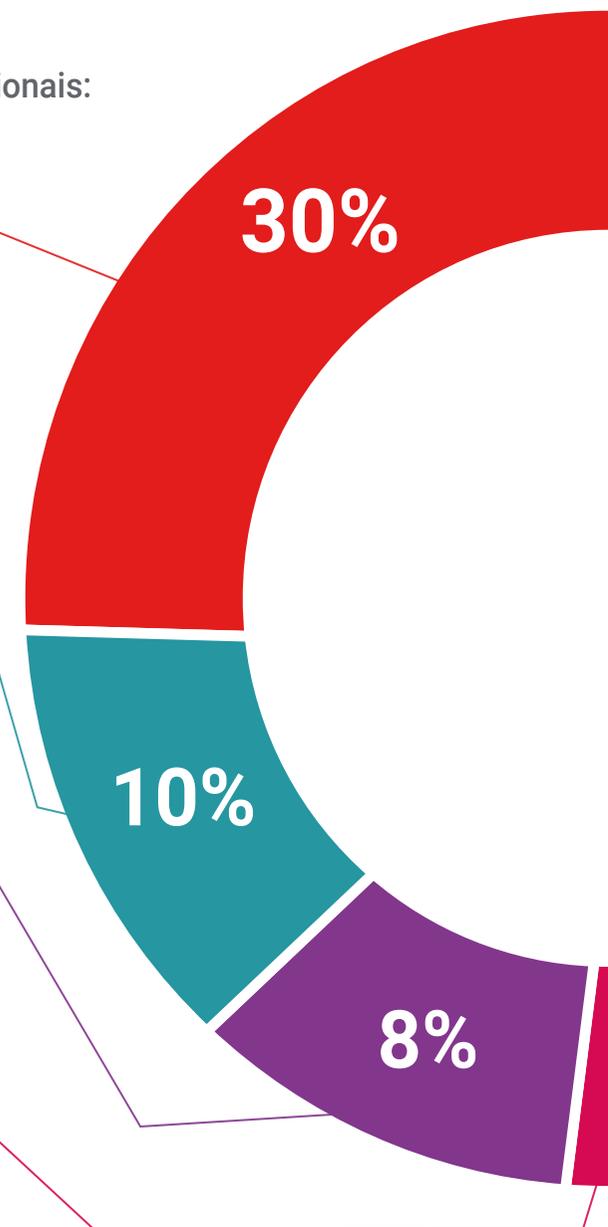
Práticas de habilidades e competências

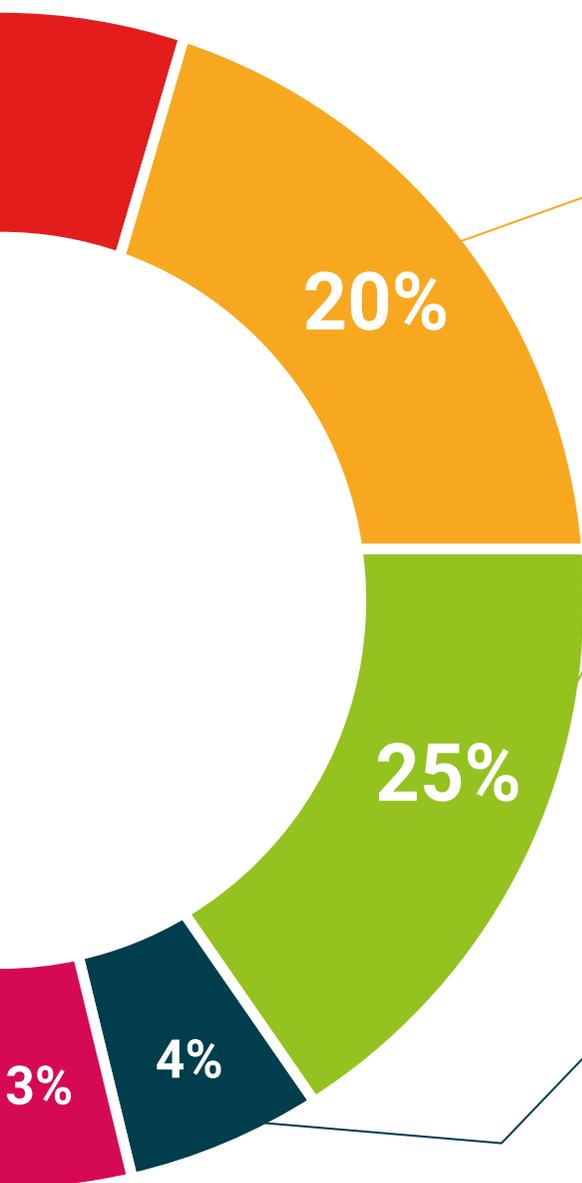
Serão realizadas atividades para desenvolver competências e habilidades específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e ampliar as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no contexto globalizado em que vivemos.



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 for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de caso

Será realizada uma seleção dos melhores estudos de caso escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas do cenário internacional.



Resumos interativos

A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



05

Certificado

O Programa Avançado de Formação de Jogadores de Voleibol garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este programa de estudos
com sucesso e receba o seu certificado
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Programa Avançado de Formação de Jogadores de Voleibol** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao título de **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

Este certificado contribui significativamente para o desenvolvimento da capacitação continuada dos profissionais e proporciona um importante valor para sua capacitação universitária, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Programa Avançado de Formação de Jogadores de Voleibol**

N.º de Horas Oficiais: **600h**

Reconhecido pela NBA



*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 comunidade
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento simulação

tech universidade
tecnológica

Programa Avançado
Formação de Jogadores
de Voleibol

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

Programa Avançado

Formação de Jogadores de Voleibol

Reconhecido pela NBA

