

# Mastère Spécialisé

## Volley-ball Professionnel

Approuvé par la NBA



**tech** université  
technologique



**tech** université  
technologique

## Mastère Spécialisé Volley-ball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/master/master-volley-ball-professionnel](http://www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/master/master-volley-ball-professionnel)

# Accueil

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Compétences

---

*page 14*

04

Structure et contenu

---

*page 18*

05

Méthodologie

---

*page 30*

06

Diplôme

---

*page 38*

# 01

# Présentation

Le sport professionnel est bien plus qu'une technique appropriée et un développement stratégique sur le terrain. La tactique, la performance physique basée sur une bonne alimentation et l'utilisation des nouvelles technologies pour l'analyse du jeu, autant d'outils qui constituent l'élite sportive et qui sont en plein essor dans les différentes modalités du Volley-ball Professionnel, prédominant aujourd'hui. Dans cette optique, TECH a créé ce programme qui permettra aux étudiants d'acquérir un apprentissage de premier niveau sur tous les éléments tactiques, psychologiques, de gestion d'équipe et de préparation physique afin qu'ils puissent atteindre des positions de responsabilité maximale dans la haute compétition. Le tout dans un format 100% en ligne et avec une équipe pédagogique composée de spécialistes et de joueurs internationaux de ce sport.





“

*Grâce à ce Mastère Spécialisé 100% en ligne, vous pourrez développer votre carrière professionnelle dans le volley-ball de haute compétition”*

L'une des plus grandes aspirations de tout entraîneur ou professionnel impliqué dans une équipe de volley-ball de haut niveau est d'obtenir les plus grands succès sportifs dans des compétitions internationales. Le niveau de la demande étant élevé, les stratégies traditionnelles ne sont plus valables et de nouvelles technologies sont incorporées pour améliorer les performances.

Dans ce scénario, il est essentiel d'avoir une connaissance approfondie de la tactique, des outils numériques d'analyse du jeu ou de l'application de la nutrition la plus appropriée pour chaque joueur. C'est pourquoi cette qualification universitaire a été créée, qui répond aux besoins actuels de tous ceux qui souhaitent axer leur carrière sur le Volley-ball Professionnel.

Un Mastère Spécialisé qui réunit les meilleurs spécialistes et joueurs internationaux qui apportent leur expérience pertinente dans l'élite de ce sport. De cette manière, les étudiants n'obtiendront pas seulement une approche théorique, mais seront également en mesure d'analyser en détail tous les points pour le développement correct de l'athlète, depuis sa préparation physique et nutritionnelle jusqu'à sa préparation psychologique.

Mais l'un des éléments les plus importants de ce diplôme est sans aucun doute l'application de la technologie aux fonctions d'entraîneur et de préparateur physique. Ces outils sont devenus indispensables pour obtenir des résultats différenciés dans un contexte de forte concurrence.

Tout cela, en plus de nombreuses ressources didactiques (résumés vidéo, vidéos *In Focus*, lectures, études de cas, etc.), qui faciliteront le processus d'apprentissage et rendront la visualisation de tous les contenus beaucoup plus attrayante. En outre, grâce au système de Relearning utilisé par TECH, le diplômé n'aura pas à investir un grand nombre d'heures d'étude, car il acquerra les nouveaux concepts d'une manière beaucoup plus simple. Une qualification universitaire à la pointe du progrès académique.

Ce **Mastère Spécialisé en Volley-ball Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Education Physique et Volley-ball Professionnel
- ◆ Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique de l'ouvrage fournit des informations techniques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ◆ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet

“ Accédez à l'élite du volley-ball grâce à l'excellente équipe de professionnels de la haute compétition qui enseignent ce diplôme ”

“

*Améliorez les performances de vos joueurs grâce à la nutrition sportive la plus avancée que vous trouverez dans ce programme”*

Le corps enseignant du programme englobe des spécialistes réputés dans le domaine et qui apportent à ce programme l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus dans de grandes sociétés et des universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

*Avec ce programme, vous disposerez de tous les outils nécessaires pour concevoir les meilleures tactiques pour vos matchs.*

*Vous apporterez aux clubs professionnels les dernières avancées en matière d'analyse des données des joueurs grâce aux nouvelles technologies.*



# 02 Objectifs

L'objectif de ce Mastère Spécialisé est d'offrir aux entraîneurs et aux professionnels du sport tous les éléments nécessaires pour pouvoir progresser et s'améliorer dans leurs fonctions de gestion technique et de préparation physique. Pour ce faire, TECH fournit de nombreux matériels pédagogiques, y compris des études de cas qui offrent une vision beaucoup plus directe et pratique du travail sur le terrain avec les joueurs à l'entraînement et pendant les matchs.







“

*Vous pourrez faire un pas de géant dans la planification des sessions de formation de votre équipe grâce à TECH. Inscrivez-vous maintenant”*



## Objectifs généraux

---

- ◆ Planifier un entraînement spécifique pour le développement complet du joueur de volley-ball
- ◆ Structurer les séances d'entraînement général pour atteindre les objectifs de l'équipe
- ◆ Appliquer des stratégies de récupération adaptées aux besoins de l'athlète
- ◆ Évaluer et développer les capacités du joueur pour lui permettre d'atteindre son potentiel maximal
- ◆ Gérer l'espace d'entraînement dans une équipe de haut niveau
- ◆ Développer la préparation physique correcte d'un joueur





## Objectifs spécifiques

---

### Module 1. Technique individuelle

- ◆ Approfondir les différentes bases techniques du volley-ball
- ◆ Approfondir les méthodes de entraînement au Volleyball
- ◆ Expliquer les différentes techniques et les erreurs les plus fréquentes en haute compétition
- ◆ Décrire les stratégies d'entraînement du placement de la réception, du toucher, des avant-bras, du bloc, du service et de l'attaque

### Module 2. Tactique

- ◆ Aborder les systèmes de jeu utilisés en volley-ball et les méthodes d'entraînement
- ◆ Étudier en profondeur les tactiques de service, de réception et d'attaque et leur pratique sur le terrain
- ◆ Explorer les complexes stratégiques et leur entraînement au volley-ball
- ◆ Expliquer les différentes options de choix du système de jeu en fonction de la technique de l'adversaire

### Module 3. Gestion des équipements

- ◆ Approfondir la planification détaillée des formations
- ◆ Décrire les différentes phases de l'apprentissage du joueur
- ◆ Établir les principes d'organisation de l'équipe
- ◆ Analyser les facteurs de communication et d'amélioration de la compréhension entre l'entraîneur et les joueurs de l'équipe de volley-ball

### Module 4. Autres modalités

- ◆ Expliquer les différences entre le volley-ball de plage et le Sitting volley-ball
- ◆ Approfondir la préparation physique spécifique à chaque type de volley-ball
- ◆ Connaître les règles spécifiques du volley-ball de plage et du Sitting volley-ball
- ◆ Analyser les techniques psychologiques les plus efficaces pour le joueur pratiquant les différents types de volley-ball

### Module 5. La technologie dans le volley-ball

- ◆ Connaître les systèmes technologiques existants pour l'extraction de données sur la technique et le jeu de chaque joueur
- ◆ Effectuer une analyse exhaustive des données extraites, et améliorer ainsi les performances du joueur et de l'équipe
- ◆ Approfondir l'utilisation de la vidéo comme outil d'analyse et d'amélioration du jeu
- ◆ Indiquer comment présenter efficacement les résultats de manière efficace grâce aux nouvelles technologies

### Module 6. Structures, organisation et règles de l'équipe

- ◆ Obtenir une vue d'ensemble des règles du volley-ball
- ◆ Apprendre comment les compétitions nationales sont structurées
- ◆ Se faire une idée de la structure des compétitions internationales
- ◆ Identifier les rôles des préparateurs physiques, des Directeurs d'Équipe et des kinésithérapeutes dans un club de volley-ball

### Module 7. Psychologie du sport

- ◆ Approfondir les stratégies de motivation les plus efficaces au sein d'une équipe sportive
- ◆ Approfondir la gestion des émotions des joueurs
- ◆ Comprendre le rôle de leader d'une équipe de volley-ball
- ◆ Connaître les dynamiques d'équipe pour les mettre en pratique

### Module 8. Condition et préparation physique

- ◆ Acquérir des connaissances avancées sur les théories du stress et leur application au volley-ball
- ◆ Analyser les capacités physiques de flexibilité, de force, d'endurance, de vitesse et leurs manifestations
- ◆ Concevoir l'entraînement physique des équipes de volley-ball
- ◆ Connaître les éléments essentiels dans la planification de l'entraînement physique

### Module 9. Biomécanique et blessures

- ◆ Comprendre ce qui se passe dans le corps de l'athlète à chaque mouvement qu'il/elle exécute
- ◆ Connaître les techniques de traitement des blessures
- ◆ Approfondir les stratégies à utiliser dans les équipes de volley-ball pour prévenir les blessures
- ◆ Approfondir les dernières avancées en biomécanique et leur application au volley-ball





### Module 10. La nutrition sportive

- ◆ Connaître les derniers développements en matière de nutrition sportive
- ◆ Comprendre l'importance du processus de récupération après le match
- ◆ Établir les directives nutritionnelles appropriées avant, pendant et après le match
- ◆ Découvrir les besoins en micronutriments et en macronutriments d'un joueur de volley-ball I

“

*Améliorez la technique de vos joueurs de volley-ball grâce aux nombreux exemples visuels fournis par cette qualification”*

# 03

## Compétences

Le professionnel du sport doit non seulement maîtriser les concepts techniques et tactiques du sport, mais il doit également posséder d'autres aptitudes et compétences qui mènent les équipes au succès. En ce sens, TECH a créé un diplôme qui améliore les compétences de leadership, de communication et d'analyse des futurs entraîneurs au plus haut niveau du volley-ball. Pour atteindre ces objectifs, vous bénéficierez également du soutien de professionnels reconnus dans le monde du sport, qui vous guideront pour atteindre vos objectifs avec des garanties.



“

*Grâce à cette option académique, vous renforcerez vos compétences en matière de direction d'équipe et de communication avec le reste du personnel"*



## Compétences générales

---

- ◆ Maîtriser les outils technologiques nécessaires pour pouvoir analyser les séances d'entraînement et les matches des équipes
- ◆ Concevoir et planifier des séances d'entraînement de haute compétition
- ◆ Programmer de manière adéquate la durée et le nombre de séances d'entraînement en fonction de la compétition
- ◆ Planifier une alimentation optimale pour l'athlète
- ◆ Analyser et interpréter les données statistiques et vidéo
- ◆ Comprendre les effets positifs d'une application correcte de la psychologie dans le sport
- ◆ Planifier correctement la récupération de l'athlète après une charge et/ou une blessure
- ◆ Organiser des exercices pour le développement technique et tactique du joueur
- ◆ Obtenir une vision globale des objectifs fixés par le club et les transférer correctement à l'équipe
- ◆ Atteindre la réussite sportive professionnelle avec la maîtrise la plus large possible de tous les éléments impliqués dans le volley-ball







## Compétences spécifiques

---

- ◆ Améliorer la capacité à communiquer avec le *personnel* d'une équipe de volley-ball
- ◆ Améliorer le choix de la stratégie pour chaque match en fonction de l'adversaire
- ◆ Améliorer la capacité à entraîner le Volley-ball de plage et le Sitting Volley-ball
- ◆ Utiliser une analyse qualitative et quantitative basée sur le visionnage de vidéos
- ◆ Comprendre les rôles spécifiques des *Scoutman* et des kinésithérapeutes
- ◆ Effectuer des analyses biomécaniques de chaque joueur dans les différentes phases de jeu
- ◆ Améliorer le dialogue avec l'équipe et la prise de décision appropriée à chaque moment de la saison
- ◆ Comprendre la pertinence de l'adaptation nutritionnelle par rapport aux blessures subies par les athlètes
- ◆ Former les étudiants à détecter les erreurs techniques et tactiques lors des séances d'entraînement
- ◆ Établir des stratégies de motivation des joueurs
- ◆ Développer les compétences interpersonnelles du joueur de volley-ball



*Des modules multimédias, des lectures essentielles et des études de cas seront à votre disposition 24 heures sur 24, 7 jours sur 7"*

# 04

## Structure et contenu

Le programme de ce Mastère Spécialisé a été conçu pour offrir aux professionnels les connaissances les plus avancées sur les techniques de positionnement et de blocage les plus efficaces, les tactiques d'aménagement des joueurs et les stratégies offensives dans le monde du volley-ball de haut niveau. Un programme complet conçu par de véritables experts et sportifs d'élite qui montre sur 12 mois les meilleures ressources sportives, nutritionnelles et technologiques pour devenir un joueur de volley-ball professionnel. En plus de cela, grâce à la bibliothèque de ressources multimédias, les étudiants pourront approfondir de manière attrayante les informations fournies dans ce programme de premier niveau.





“

*Un programme conçu pour vous aider à atteindre un haut niveau de compétence dans le monde du volley-ball professionnel. Inscrivez-vous maintenant”*

## Module 1. Technique individuelle

- 1.1. Qu'est-ce que la technique?
  - 1.1.1. Définition de la technique
- 1.2. Importance par rapport aux autres sports
  - 1.2.1. Développement de l'athlète
  - 1.2.2. Comment l'entraîner?
  - 1.2.3. Importance d'une technique correcte pour le jeu et santé
  - 1.2.4. Développement des compétences physiques
  - 1.2.5. Applications dans la lecture du jeu
  - 1.2.6. Aspects clés de la santé des athlètes
  - 1.2.7. L'impact de la technique individuelle sur le jeu d'équipe
- 1.3. Service
  - 1.3.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.3.2. Types de service
  - 1.3.3. Phases du service
  - 1.3.4. Comment l'entraîner?
- 1.4. Blocage
  - 1.4.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.4.2. Tronc supérieur
  - 1.4.3. Tronc inférieur
  - 1.4.4. Comment l'entraîner?
- 1.5. L'attaque
  - 1.5.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.5.2. Types d'attaque
  - 1.5.3. La phase d'attaque
  - 1.5.4. Comment l'entraîner?
- 1.6. Accueil
  - 1.6.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.6.2. Lecture préalable
  - 1.6.3. Position du corps
  - 1.6.4. Comment les former?

- 1.7. La défense
  - 1.7.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.7.2. Lecture préalable
  - 1.7.3. Position du corps
  - 1.7.4. Comment les former?
- 1.8. Placement
  - 1.8.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.8.2. Types de placement
  - 1.8.3. Importance dans le jeu
  - 1.8.4. Comment les former?
- 1.9. Avant-bras
  - 1.9.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.9.2. Position du corps
  - 1.9.3. Applications
  - 1.9.4. Comment l'entraîner?
- 1.10. Toucher du doigt
  - 1.10.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 1.10.2. Position du corps
  - 1.10.3. Applications
  - 1.10.4. Comment l'entraîner?

## Module 2. Tactique

- 2.1. Concept de tactique et de système de jeu
  - 2.1.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 2.1.2. Système de jeu
  - 2.1.3. Importance
  - 2.1.4. Comment l'entraîner?
- 2.2. Disposition et spécialisation des joueurs
  - 2.2.1. Rôles de jeu
  - 2.2.2. Spécialisation fonctionnelle
  - 2.2.3. Spécialisation positionnelle
  - 2.2.4. Universalité vs Spécialisation

- 2.3. Tactique du service
  - 2.3.1. Types de service
  - 2.3.2. Objectif
  - 2.3.3. Sélection du service
  - 2.3.4. Comment l'entraîner?
- 2.4. Tactique de réception
  - 2.4.1. Variantes tactiques
  - 2.4.2. Objectif
  - 2.4.3. Sélection tactique
  - 2.4.4. Comment les former?
- 2.5. Tactique offensive
  - 2.5.1. Types d'attaque
  - 2.5.2. Objectif
  - 2.5.3. Sélection d'attaque
  - 2.5.4. Comment les former?
- 2.6. Tactique défensive
  - 2.6.1. Variantes tactiques
  - 2.6.2. Objectif
  - 2.6.3. Sélection tactique
  - 2.6.4. Comment les former?
- 2.7. Tactique du blocage
  - 2.7.1. Types de blocages
  - 2.7.2. Objectif: Tactique offensive ou défensive
  - 2.7.3. Sélection
  - 2.7.4. Comment l'entraîner?
- 2.8. Phases du jeu
  - 2.8.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 2.8.2. Phase offensive
  - 2.8.3. Phase défensive
  - 2.8.4. Comment les former?

- 2.9. Complexes stratégiques (K0, K1, K2, etc.)
  - 2.9.1. Que sont les complexes stratégiques?
  - 2.9.2. K0, K1 et K2
  - 2.9.3. K3 et K4
  - 2.9.4. Comment l'entraîner
- 2.10. Choix du système de jeu
  - 2.10.1. Capacité technique
  - 2.10.2. Conditions physiques et anthropométriques
  - 2.10.3. Tactique de l'adversaire
  - 2.10.4. Agents extérieurs et type de compétition

### Module 3. Gestion des équipements

- 3.1. Objectifs de la Planification
  - 3.1.1. Qui définit les objectifs?
  - 3.1.2. Progrès
  - 3.1.3. Éviter l'improvisation
  - 3.1.4. Phase de développement ou de maintenance
- 3.2. Critères de planification
  - 3.2.1. Quel est le point de départ?
  - 3.2.2. Moyens disponibles
  - 3.2.3. Calendrier
  - 3.2.4. Répartition des charges
- 3.3. Modèle de Planification Sport
  - 3.3.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 3.3.2. Modèle conventionnel
  - 3.3.3. Modèle ATR
  - 3.3.4. Comparaison et sélection
- 3.4. Unités de planification
  - 3.4.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 3.4.2. Macrocycle
  - 3.4.3. Mésocycle
  - 3.4.4. Microcycle

- 3.5. Phases d'apprentissage du joueur
  - 3.5.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 3.5.2. Phase cognitive
  - 3.5.3. Phase associative
  - 3.5.4. Phase autonome
- 3.6. Principes d'organisation
  - 3.6.1. Principes de spécificité et de globalité
  - 3.6.2. Entraînement en bloc ou aléatoire
  - 3.6.3. Pratique constante ou variable
  - 3.6.4. Pratique de masse ou distribuée
- 3.7. Gestion de l'équipe
  - 3.7.1. Qu'est-ce qu'une salle de presse et comment est-elle organisée?
  - 3.7.2. Analyse préliminaire
  - 3.7.3. Définir la stratégie de
  - 3.7.4. Évolution et apprentissage permanent
- 3.8. Communication
  - 3.8.1. Importance d'une communication correcte
  - 3.8.2. Communication dans la formation
  - 3.8.3. La communication dans les phases de jeu
  - 3.8.4. Communication dans les temps morts
- 3.9. Planification de la formation: comment planifier et organiser efficacement la formation
  - 3.9.1. Objectif spécifique et global
  - 3.9.2. Variables à prendre en compte
  - 3.9.3. Principes des sessions
  - 3.9.4. Distribution du temps
- 3.10. Évaluation des performances: comment évaluer les performances de l'équipe et des joueurs individuels?
  - 3.10.1. Le test physique
  - 3.10.2. Analyse statistique
  - 3.10.3. Visualisation des matchs et des entraînements
  - 3.10.4. Communication



**Module 4. Autres modalités**

- 4.1. *Volley-ball* de plage
  - 4.1.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 4.1.2. Règles et caractéristiques
  - 4.1.3. Compétitions
  - 4.1.4. Évolution historique
- 4.2. Technique du *Volley-ball* de plage
  - 4.2.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.2.2. Techniques offensives
  - 4.2.3. Techniques défensives
  - 4.2.4. Comment les former?
- 4.3. Tactique du *Volley-ball* de plage
  - 4.3.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.3.2. Phase offensive
  - 4.3.3. Phase défensive
  - 4.3.4. Comment les former?
- 4.4. Préparation physique en *volley-ball* de plage
  - 4.4.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.4.2. Périodisation
  - 4.4.3. Schéma de préparation
  - 4.4.4. Exemples
- 4.5. Psychologie du *volley-ball* de plage
  - 4.5.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.5.2. Bénéfices
  - 4.5.3. Techniques de motivation
  - 4.5.4. Habilités
- 4.6. *Sitting Volley*
  - 4.6.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 4.6.2. Règles et caractéristiques
  - 4.6.3. Compétitions
  - 4.6.4. Évolution historique

- 4.7. Techniques au *Sitting Volley*
  - 4.7.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.7.2. Techniques offensives
  - 4.7.3. Techniques défensives
  - 4.7.4. Comment les former?
- 4.8. Tactique au *Sitting volley*
  - 4.8.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.8.2. Phase offensive
  - 4.8.3. Phase défensive
  - 4.8.4. Comment les former?
- 4.9. Préparation physique au *Sitting volley*
  - 4.9.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.9.2. Périodisation
  - 4.9.3. Schéma de préparation
  - 4.9.4. Exemples
- 4.10. Psychologie au *Sitting volley*
  - 4.10.1. Différences avec le volley-ball
  - 4.10.2. Avantages du sport paralympique
  - 4.10.3. Techniques de motivation
  - 4.10.4. Habilités

**Module 5. La technologie dans le volley-ball**

- 5.1. Utilisation de la vidéo: comment utiliser la vidéo comme outil d'analyse et d'amélioration du jeu
  - 5.1.1. Pourquoi est-ce important?
  - 5.1.2. Objectifs
  - 5.1.3. Éléments de l'étude
  - 5.1.4. Application après analyse
- 5.2. Analyse tactique: comment analyser le jeu de l'équipe et de l'adversaire
  - 5.2.1. Pourquoi est-ce important?
  - 5.2.2. Objectifs
  - 5.2.3. Les tactiques de l'adversaire
  - 5.2.4. Tactique de notre équipe

- 5.3. Analyse de la technique individuelle: comment analyser la technique individuelle des joueurs à l'aide de la vidéo
  - 5.3.1. Pourquoi est-ce important?
  - 5.3.2. Objectifs
  - 5.3.3. Mise en œuvre après analyse
  - 5.3.4. Support visuel des données statistiques
- 5.4. Présentation des résultats: comment présenter les résultats de l'analyse vidéo de manière efficace?
  - 5.4.1. Sélection
  - 5.4.2. Étude
  - 5.4.3. Exposition
  - 5.4.4. Objectif
- 5.5. Applications de l'analyse technique
  - 5.5.1. Retard vidéo
  - 5.5.2. L'œil de l'entraîneur
  - 5.5.3. Technique du huddle
  - 5.5.4. Kinovea
- 5.6. Applications pour l'analyse tactique
  - 5.6.1. Coachnote
  - 5.6.2. Settex
  - 5.6.3. Data volley
  - 5.6.4. Volleyball Scout
- 5.7. Applications pour l'analyse physique
  - 5.7.1. My jump
  - 5.7.2. Powerlift
  - 5.7.3. Nordics
  - 5.7.4. Dorsiflex
- 5.8. Scout en volley-ball
  - 5.8.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 5.8.2. Collecte d'informations
  - 5.8.3. Analyse statistique
  - 5.8.4. Application de l'information

- 5.9. Analyse quantitative: *Données*
  - 5.9.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 5.9.2. L'outil principal
  - 5.9.3. Sélection des données
  - 5.9.4. Mise en œuvre après analyse
- 5.10. Analyse qualitative: tableurs et vidéo
  - 5.10.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 5.10.2. Outils
  - 5.10.3. Sélection des données
  - 5.10.4. Mise en œuvre après analyse

## Module 6. Structures, organisation et règles de l'équipe

- 6.1. Règlement du volley-ball
  - 6.1.1. Philosophie des règles et de l'arbitre
  - 6.1.2. Jeu
  - 6.1.3. Arbitres, responsabilités et signaux
  - 6.1.4. Diagrammes
  - 6.1.5. Définitions
- 6.2. Interprétation des règles: comment interpréter et appliquer les règles dans des situations spécifiques au cours du jeu
  - 6.2.1. Importance de connaître le règlement
  - 6.2.2. Gestion des temps morts
  - 6.2.3. Prise en compte de son équipe et de l'équipe adverse
  - 6.2.4. Situations complexes permises par les règles
- 6.3. Catégories d'âge
  - 6.3.1. Minivolley
  - 6.3.2. Infantile
  - 6.3.3. Cadets et juniors
  - 6.3.4. Senior



- 6.4. Compétitions internationales
  - 6.4.1. Structure FIVB
  - 6.4.2. Sélections internationales
  - 6.4.3. Compétitions continentales
  - 6.4.4. Compétitions internationales
- 6.5. Rôles du formateur et des assistants
  - 6.5.1. Connaissances en fonction de la catégorie
  - 6.5.2. Gestion du groupe
  - 6.5.3. Importance de la communication entre départements
  - 6.5.4. Types d'entraîneurs
- 6.6. Rôles du préparateur physique
  - 6.6.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 6.6.2. Objectifs individuels
  - 6.6.3. Objectifs collectifs
  - 6.6.4. Alternatives en leur absence
- 6.7. Fonctions du *Team Manager*
  - 6.7.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 6.7.2. Objectifs
  - 6.7.3. Fonctions
  - 6.7.4. Alternatives en leur absence
- 6.8. Fonctions du *Scoutman*
  - 6.8.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 6.8.2. Objectifs
  - 6.8.3. Fonctions
  - 6.8.4. Alternatives en leur absence
- 6.9. Fonctions de la kinésithérapie
  - 6.9.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 6.9.2. Objectifs
  - 6.9.3. Fonctions
  - 6.9.4. Alternatives en leur absence

## Module 7. Psychologie du sport

- 7.1. Gestion de la pression
  - 7.1.1. Définition
  - 7.1.2. Importance d'une gestion correcte
  - 7.1.3. Impact de la pression sur le joueur de volley-ball
  - 7.1.4. Comment la travailler?
- 7.2. Équipe de volleyball unie
  - 7.2.1. Cohésion de groupe
  - 7.2.2. Importance et avantages d'un groupe soudé
  - 7.2.3. Objectifs
  - 7.2.4. Dynamique
- 7.3. Gestion émotionnelle du joueur de volley-ball sur le terrain
  - 7.3.1. Éducation émotionnelle
  - 7.3.2. Gestion des émotions positives et négatives
  - 7.3.3. Apprentissage du contrôle des émotions
  - 7.3.4. Dynamique
- 7.4. Comment motiver une équipe de volley-ball?
  - 7.4.1. Motivation
  - 7.4.2. Développement d'objectifs personnels
  - 7.4.3. Techniques de motivation intrinsèque pour les joueurs
  - 7.4.4. Techniques de motivation extrinsèque pour les joueurs
- 7.5. Rôle de leader dans une équipe de volley-ball
  - 7.5.1. Leadership
  - 7.5.2. Types de leader dans une équipe
  - 7.5.3. Les qualités d'un leader
  - 7.5.4. Comment motiver une équipe de volley-ball?
- 7.6. Dynamiques pour une équipe de volley-ball
  - 7.6.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 7.6.2. Avantages de leur mise en œuvre
  - 7.6.3. Planification et objectifs
  - 7.6.4. Exemples

- 7.7. L'attention et le joueur de volley-ball
  - 7.7.1. Capacités d'attention
  - 7.7.2. Importance dans le volley
  - 7.7.3. Facteurs influençant l'attention
  - 7.7.4. Comment l'entraîner?
- 7.8. Développer les compétences interpersonnelles du joueur de volley-ball
  - 7.8.1. Compétences interpersonnelles
  - 7.8.2. Avantages d'une équipe de volley-ball
  - 7.8.3. Communication efficace au sein d'une équipe
  - 7.8.4. Comment les travailler?
- 7.9. Activation du joueur de volley-ball
  - 7.9.1. Contrôle de l'activation
  - 7.9.2. Niveau d'activation
  - 7.9.3. Recherche du N.O.A.
  - 7.9.4. Dynamique
- 7.10. Relaxation et visualisation avant le match
  - 7.10.1. Qu'est-ce que la relaxation?
  - 7.10.2. Qu'est-ce que la visualisation?
  - 7.10.3. Impacts dans le volley-ball
  - 7.10.4. Dynamique

## Module 8. Condition et préparation physique

- 8.1. Catégories inférieures et capacités motrices
  - 8.1.1. Importance de la préparation physique chez les catégories inférieures
  - 8.1.2. Entraînement des capacités motrices
  - 8.1.3. Des capacités motrices aux capacités physiques
  - 8.1.4. Planification dans les catégories inférieures
- 8.2. Loi du seuil
  - 8.2.1. Définition
  - 8.2.2. Comment cela affecte-t-il l'entraînement?
  - 8.2.3. Évolution de l'organisme lors des entraînements
  - 8.2.4. Application au volley-ball

- 8.3. Théories du stress
  - 8.3.1. Définition
  - 8.3.2. Le stress comme processus physiologique
  - 8.3.3. Types de stress
  - 8.3.4. Application au volley-ball
- 8.4. Principe de super compensation
  - 8.4.1. Définition
  - 8.4.2. Phases
  - 8.4.3. Facteurs déterminants
  - 8.4.4. Application au volley-ball
- 8.5. Capacités physiques
  - 8.5.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 8.5.2. Flexibilité
  - 8.5.3. La force et ses manifestations
  - 8.5.4. L'endurance et ses manifestations
  - 8.5.5. La vitesse et ses manifestations
- 8.6. Entraînement spécifique du saut
  - 8.6.1. Caractéristiques techniques des sauts en volley-ball
  - 8.6.2. Influence d'une technique de saut correcte sur le jeu
  - 8.6.3. Importance d'une technique correcte pour la santé
  - 8.6.4. Concevoir un plan d'entraînement aux sauts
- 8.7. Conception d'un plan d'entraînement
  - 8.7.1. Importance d'une planification correcte
  - 8.7.2. Critères et objectifs de planification
  - 8.7.3. Structure de l'entraînement
  - 8.7.4. Modèles: Précurseurs, traditionnels et contemporains
- 8.8. Périodicité de l'entraînement
  - 8.8.1. Définition
  - 8.8.2. Unités de planification
  - 8.8.3. Modèle de planification
  - 8.8.4. Besoins spécifiques

- 8.9. Charge d'entraînement
  - 8.9.1. Définition
  - 8.9.2. Répartition des charges
  - 8.9.3. Méthode parallèle-complexe
  - 8.9.4. Méthode séquentielle-contiguë
- 8.10. Récupération et repos
  - 8.10.1. Définition
  - 8.10.2. Importance de la phase de récupération
  - 8.10.3. Exemples d'exercices
  - 8.10.4. Feedback comme objectif final
- 9.4.4. Blessures résultant d'une mauvaise technique
- 9.5. Qu'est-ce que la biomécanique?
  - 9.5.1. Définition
  - 9.5.2. Évolution historique
  - 9.5.3. Objectifs
  - 9.5.4. Applications pour la performance
- 9.6. Système biomécanique de la technique du volley-ball
  - 9.6.1. Principes fondamentaux de la biomécanique
  - 9.6.2. Propriétés mécaniques
  - 9.6.3. Qualités musculaires
  - 9.6.4. État fonctionnel du muscle

## Module 9. Biomécanique et blessures

- 9.1. Les blessures les plus courantes dans le volley-ball
  - 9.1.1. Blessures du genou
  - 9.1.2. Blessures à l'épaule
  - 9.1.3. Blessures du dos
  - 9.1.4. Blessures à la cheville
- 9.2. Premiers secours: que faire en cas de blessure sur le terrain de jeu?
  - 9.2.1. Identifier et évaluer la gravité
  - 9.2.2. Fournir des soins immédiats
  - 9.2.3. Assurer le confort et la sécurité
  - 9.2.4. Communication
- 9.3. Gestion des blessures: comment traiter les blessures de manière appropriée pour minimiser le temps de récupération
  - 9.3.1. Processus
  - 9.3.2. Haute compétitivité
  - 9.3.3. Temps de récupération
  - 9.3.4. Objectifs
- 9.4. Prévention des blessures: comment prévenir les blessures grâce à une préparation physique et à une technique appropriée
  - 9.4.1. Préparation physique
  - 9.4.2. Blessures résultant d'une mauvaise préparation physique
  - 9.4.3. Technique et prévention
- 9.7. Caractéristiques des mouvements en volley-ball
  - 9.7.1. Objectifs
  - 9.7.2. Structures techniques quantitatives
  - 9.7.3. Structures techniques qualitatives
  - 9.7.4. Évaluation du comportement moteur
- 9.8. Phases de l'analyse biomécanique du joueur
  - 9.8.1. Collecte d'informations
  - 9.8.2. Objectif final
  - 9.8.3. Principes
  - 9.8.4. Critères d'évaluation
- 9.9. Analyse biomécanique de l'attaque
  - 9.9.1. Caractéristiques de l'attaque
  - 9.9.2. Forces
  - 9.9.3. Leviers et mouvements générés
  - 9.9.4. Action musculaire
  - 9.9.5. Chaîne et degré cinématique
- 9.10. Mouvement selon le plan de référence
  - 9.10.1. Plan horizontal
  - 9.10.2. Plan sagittal
  - 9.10.3. Plan frontal
  - 9.10.4. Axes de mouvement

## Module 10. La nutrition sportive

- 10.1. Concept de nutrition sportive
  - 10.1.1. Définition
  - 10.1.2. Objectif
  - 10.1.3. Différences avec la nutrition clinique
  - 10.1.4. Impact sur les performances
- 10.2. Besoins nutritionnels en volley-ball
  - 10.2.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 10.2.2. Position du corps
  - 10.2.3. Applications
  - 10.2.4. Comment l'entraîner?
- 10.3. Nutrition avant le match de volley-ball
  - 10.3.1. Importance sur les performances
  - 10.3.2. Réserves de glycogène
  - 10.3.3. Périodisation
  - 10.3.4. Exemples
- 10.4. Alimentation pendant le match
  - 10.4.1. Importance sur les performances
  - 10.4.2. Rythme et énergie
  - 10.4.3. Difficulté de la recharge en glucides
  - 10.4.4. Exemples
- 10.5. Processus de récupération après le match
  - 10.5.1. Importance sur les performances
  - 10.5.2. Réhydratation
  - 10.5.3. Récupération musculaire
  - 10.5.4. Exemples
- 10.6. L'hydratation chez le joueur de volley-ball
  - 10.6.1. Qu'est-ce que c'est?
  - 10.6.2. Électrolytes
  - 10.6.3. Taux de transpiration
  - 10.6.4. Besoins en hydratation
- 10.7. Supplémentation chez le joueur de volley-ball





- 10.7.1. Définition
- 10.7.2. Système ABCD
- 10.7.3. Étude individualisée
- 10.7.4. Aides ergo-nutritionnelles
- 10.8. Systèmes énergétiques en volley-ball
  - 10.8.1. Définition
  - 10.8.2. Système aérobique
  - 10.8.3. Système aérobique
  - 10.8.4. Importance de la nutrition dans les systèmes énergétiques
- 10.9. Périodisation du joueur de volley-ball
  - 10.9.1. Définition
  - 10.9.2. Besoins en macronutriments
  - 10.9.3. Besoins en micronutriments
  - 10.9.5. Périodisation nutritionnelle
- 10.10. BCM, ECM Y FFM dans l'équipe de volley-ball
  - 10.10.1. Définitions
  - 10.10.2. BCM d'une équipe de volley-ball en fonction des rôles
  - 10.10.3. ECM FFM d'une équipe de volley-ball en fonction des rôles
  - 10.10.4. Relation BCM/ECM d'une équipe de volley-ball en fonction des rôles

“ Amélioration de la technique individuelle, des tactiques de jeu, de la planification de l'entraînement et plus encore, le tout à portée de main pour devenir un expert en volley-ball en 12 mois”

# 05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.



“

*Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

*Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”*



*Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.*





*L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.*

## Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“

*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme matériel pédagogique dans ses cours”*

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

## Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

*En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.*

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.*

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



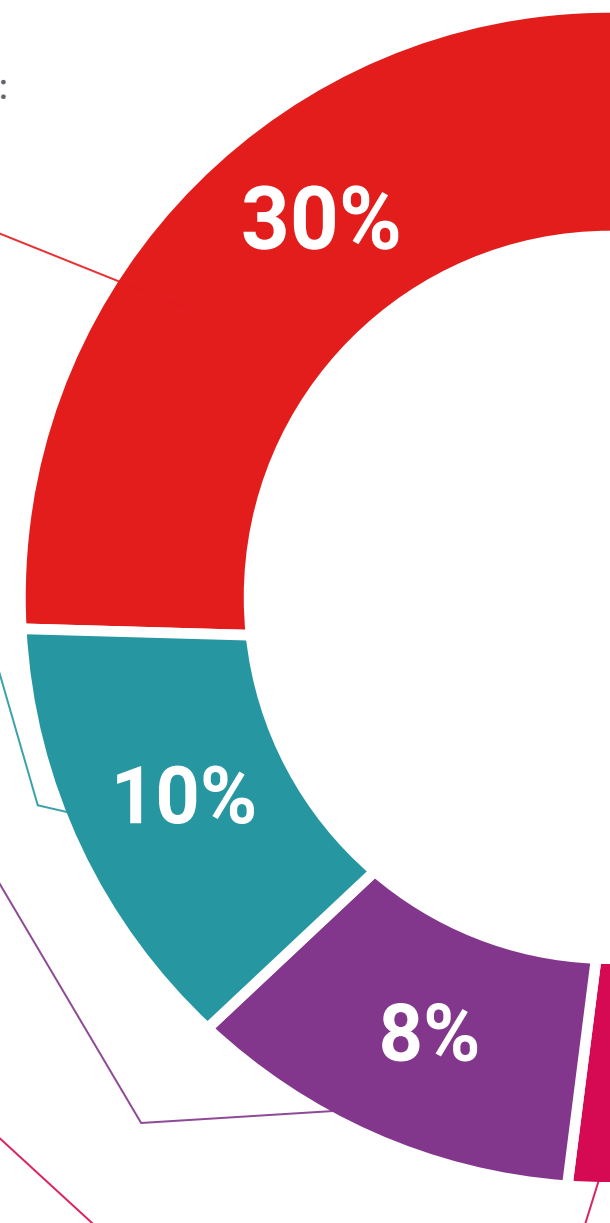
#### Pratique des aptitudes et des compétences

Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



#### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





**Case Studies**

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



**Résumés interactifs**

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



**Testing & Retesting**

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



# 06 Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Volley-ball Professionnel vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Mastère Spécialisé délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès et recevez votre Certificat sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”*

Ce **Mastère Spécialisé en Volley-ball Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Mastère Spécialisé** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Mastère Spécialisé, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Mastère Spécialisé en Volley-ball Professionnel**

N.° d'Heures Officielles: **1.500 h.**

Approuvé par la NBA



**tech** université technologique

Délivre le présent  
**DIPLÔME**  
à

Mme/M. \_\_\_\_\_ avec n° d'identification \_\_\_\_\_  
Pour avoir finalisé et accrédité avec succès le programme de

**MASTÈRE SPÉCIALISÉ**  
en  
**Volley-ball Professionnel**

Il s'agit d'un diplôme spécialisé octroyé par cette Université d'une durée de 1.500 heures, débutant le dd/mm/aaaa et finalisant le dd/mm/aaaa.

TECH est une Institution Privée d'Enseignement Supérieur reconnue par le Ministère de l'Enseignement Public depuis le 28 juin 2018.

Fait le 17 juin 2020

  
Pre Tere Guevara Navarro  
Rectrice

  
Université en ligne officielle de la NBA

Ce diplôme doit impérativement être accompagné d'un diplôme universitaire reconnu par les autorités compétentes afin d'exercer la profession dans chaque pays. Code Unique TECH: AFW0R235 tech@univ-technologique.com/diplomes

Mastère Spécialisé en Volley-ball Professionnel

Types de matière		Heures	Distribution Générale du Programme d'Études	
			Cours Matière	Heures Type
Obligatoire (OB)		1.500	1 <sup>o</sup> Technique individuelle	150 OB
Optionnelle (OP)		0	1 <sup>o</sup> Tactique	150 OB
Stages Externes (ST)		0	1 <sup>o</sup> Gestion des équipements	150 OB
Mémoire du Mastère (MDM)		0	1 <sup>o</sup> Autres modalités	150 OB
		<b>Total 1.500</b>	1 <sup>o</sup> La technologie dans le volley-ball	150 OB
			1 <sup>o</sup> Structures, organisation et règles de l'équipe	150 OB
			1 <sup>o</sup> Psychologie du sport	150 OB
			1 <sup>o</sup> Condition et préparation physique	150 OB
			1 <sup>o</sup> Biomécanique et blessures	150 OB
			1 <sup>o</sup> La nutrition sportive	150 OB

  
Pre Tere Guevara Navarro  
Rectrice



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.



future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité

en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

**Mastère Spécialisé**

**Volley-ball Professionnel**

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Mastère Spécialisé Volley-ball Professionnel

Approuvé par la NBA



**tech** université  
technologique