

Mastère Spécialisé Handball Professionnel

Approuvé par la NBA





tech université
technologique

Mastère Spécialisé Handball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/master/master-handball-professionnel

Accueil

01

Présentation

page 4

02

Objectifs

page 8

03

Compétences

page 14

04

Structure et contenu

page 18

05

Méthodologie

page 28

06

Diplôme

page 36

01

Présentation

Depuis son inclusion en tant que sport olympique, le Handball a connu une croissance exponentielle, résultat du travail de formation effectué à la base et du grand impact obtenu grâce à sa diffusion internationale sur différentes chaînes de télévision. La tactique, la technique et la planification de l'entraînement ont progressé parallèlement aux études scientifiques dans le domaine des Sciences du Sport. Par conséquent, pour atteindre le sommet dans cette discipline, il faut des connaissances approfondies qui vont au-delà de la préparation physique et intègrent la nutrition, l'approche des blessures ou les aspects psychologiques. Tout cela est couvert par cette qualification 100% en ligne, enseignée par des sportifs d'élite renommés et des professionnels de l'Éducation Physique.





“

Un Mastère Spécialisé flexible qui vous permettra de progresser dans le monde du Handball Professionnel auprès de grandes personnalités de ce sport"

Depuis le milieu du XIXe siècle, le Handball a connu une évolution et une popularité considérables dans le monde entier. La visibilité des Jeux Olympiques, les retransmissions sportives internationales et l'amélioration des tactiques de jeu ont rendu le sport beaucoup plus attrayant pour les supporters et les marques qui sponsorisent les clubs et les compétitions.

Un environnement de plus en plus professionnel qui intègre progressivement les dernières avancées scientifiques pour améliorer la préparation physique, la nutrition et l'incorporation de nouvelles technologies pour analyser les tactiques d'équipe et la technique des joueurs. Tout cela donne un niveau plus élevé à cette discipline sportive, où ceux qui souhaitent développer leur carrière dans ce domaine doivent avoir des connaissances approfondies et actualisées. C'est dans cette optique que TECH a conçu ce Mastère Spécialisé de 12 mois en Handball Professionnel.

Un programme qui amènera les étudiants à approfondir de nouvelles approches d'entraînement dans les phases d'initiation, l'amélioration du travail physique individuel et collectif, la prévention des blessures et leur approche dans différentes situations de jeu. Un programme complet qui comprend également la prise en charge nutritionnelle des athlètes et l'utilisation du *Big Data* pour l'analyse des matchs et des athlètes.

Le tout, avec un matériel didactique multimédia innovant, enrichi par des lectures complémentaires afin d'élargir l'information fournie. En outre, grâce à la méthode de *Relearning*, le diplômé pourra réduire les longues heures d'étude, en consolidant les concepts les plus importants de manière simple.

C'est une opportunité unique de progresser dans le Handball au plus haut niveau par le biais d'une qualification flexible et confortable. Les diplômés n'ont besoin que d'un appareil numérique doté d'une connexion internet pour pouvoir consulter le contenu de ce programme à tout moment. Le futur professionnel est donc confronté à un diplôme universitaire qui se situe à l'avant-garde académique.

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

- ◆ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Handball et de Science du Sport
- ◆ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires 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



Enrichissez vos tactiques de jeu grâce aux connaissances les plus avancées et les plus pratiques fournies par les professionnels d'élite de ce diplôme"

“

Inscrivez-vous désormais à un programme qui vous permet d'accéder à son contenu 24h/24h, depuis n'importe quel dispositif numérique doté d'une connexion internet"

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 Mastère Spécialisé. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Démarquez-vous dans le monde du Handball professionnel grâce à l'amélioration de votre entraînement technico-tactique défensif et offensif.

Appliquez les dernières données scientifiques sur la Nutrition et l'Hydratation pour aider vos joueurs à atteindre un niveau de performance plus élevé.



02 Objectifs

Le programme de ce Mastère Spécialisé a été conçu pour fournir aux professionnels des sciences du sport et aux entraîneurs de handball les connaissances les plus avancées afin qu'ils puissent intégrer la meilleure planification de l'entraînement dans leur travail quotidien, en tenant compte des différentes étapes de l'entraînement des joueurs et en améliorant leurs performances grâce à l'incorporation des progrès en matière de nutrition et d'hydratation. À cette fin, TECH fournit aux diplômés les outils d'enseignement les plus modernes disponibles sur la scène universitaire actuelle.





“

Les études de cas de ce Mastère Spécialisé vous permettront d'adapter les variables tactiques aux différents systèmes défensifs de ce sport"



Objectifs généraux

- ◆ Maîtriser la conception et le contrôle de l'entraînement à différents stades
- ◆ Améliorer les performances sportives
- ◆ Interpréter l'analyse des données obtenues grâce aux nouvelles technologies
- ◆ Intégrer la planification nutritionnelle de l'athlète en fonction de ses caractéristiques et de sa position de jeu
- ◆ Connaître l'évolution du jeu et des tactiques du Handball jusqu'à aujourd'hui
- ◆ Analyser les multiples facteurs qui interviennent dans le processus d'entraînement et chez les joueurs de haut niveau



Apprenez-en plus sur l'étiologie des principales blessures liées au handball et agissez avec la plus grande rigueur pour les prévenir grâce à ce programme"





Objectifs spécifiques

Module 1. Facteurs de performance en Handball

- ◆ Avoir une connaissance approfondie du contexte historique du handball
- ◆ Maîtriser les règlements actuels du handball
- ◆ Connaître en profondeur les différentes modalités du handball
- ◆ Différencier les étapes de la formation
- ◆ Connaître le rôle de l'enseignant et le rôle de l'entraîneur dans la formation au handball
- ◆ Connaître l'importance des facteurs anthropométriques, techniques, tactiques, conditionnels et psychologiques du joueur de handball

Module 2. Principes de base de la formation en éducation

- ◆ Établir une catégorisation des éléments technico-tactiques individuels et collectifs en fonction du stade de développement des joueurs
- ◆ Connaître les différents aspects que l'on peut modifier dans les tâches pour créer une adhésion à la pratique du handball
- ◆ Former les entraîneurs à la conception de séances visant à améliorer le contrôle moteur en fonction du développement des joueurs
- ◆ Pour mettre en évidence les caractéristiques générales qu'un joueur de handball doit posséder
- ◆ Fournir aux entraîneurs et aux joueurs des connaissances théoriques et pratiques afin de comprendre les situations les plus courantes dans le handball

Module 3. Méthodologie de la formation continue

- ◆ Connaître en profondeur les caractéristiques de la haute performance en handball
- ◆ Appliquer des moyens de formation technico-tactique individuels et collectifs à des postes spécifiques
- ◆ Analyser les systèmes offensifs et défensifs dans des situations d'égalité, d'infériorité et de supériorité numérique
- ◆ Savoir faire face à des situations particulières dans le jeu
- ◆ Souligner l'importance de la phase actuelle de transition offensive et défensive
- ◆ Conception de tâches et d'un modèle de jeu à haute performance
- ◆ Organiser et planifier correctement un match ou une compétition

Module 4. Méthodologie de formation à la haute performance

- ◆ Connaître en profondeur les caractéristiques de la haute performance en handball
- ◆ Appliquer des moyens de formation technico-tactique individuels et collectifs à des postes spécifiques
- ◆ Analyser les systèmes offensifs et défensifs dans des situations d'égalité, d'infériorité et de supériorité numérique
- ◆ Savoir faire face à des situations particulières dans le jeu
- ◆ Souligner l'importance de la phase actuelle de transition offensive et défensive
- ◆ Conception de tâches et d'un modèle de jeu à haute performance
- ◆ Organiser et planifier correctement un match ou une compétition

Module 5. Planification du formateur dans les différentes étapes à l'enseignement

- ◆ Acquérir une compréhension approfondie des caractéristiques de la période de transition et de la période de concurrence
- ◆ Analyser la programmation des objectifs de formation et des objectifs concurrentiels
- ◆ Étudier les différents modèles de planification de la formation et analyser les avantages et les inconvénients de chacun d'entre eux
- ◆ Connaissance approfondie du contrôle de la charge pour l'ajustement et l'individualisation de la charge

Module 6. Préparation physique du joueur de Handball

- ◆ Analyser les exigences des différentes qualités physiques de base d'un joueur de handball
- ◆ Aborder la préparation physique à partir d'un paradigme d'entraînement neuromusculaire
- ◆ Connaissance approfondie de la nature de la force et de la puissance musculaires, de l'endurance spécifique, de la mobilité et de la coordination
- ◆ Structurer la préparation physique en catégories d'entraînement
- ◆ Planification, phase d'échauffement et entraînement hors saison (*période off-season*)

Module 7. Prévention des blessures chez les joueurs de Handball

- ◆ Connaître les concepts de blessures sportives, de traitement et de rééducation
- ◆ Étudier l'étiologie et les causes des blessures dans le handball
- ◆ Gérer les urgences liées à des blessures survenant lors d'un entraînement ou d'une compétition
- ◆ Analyser les blessures les plus fréquentes de toutes les parties du corps du joueur de handball



Module 8. Nutrition du joueur de Handball

- ◆ Étudier les principaux concepts de la nutrition sportive
- ◆ Calculer le MB et la composition corporelle de nos sportifs
- ◆ Acquérir une compréhension approfondie des besoins et apprendre à planifier des apports périodiques en macro- et micronutriments
- ◆ Maîtriser les variables du taux de transpiration et de l'hydratation
- ◆ Comprendre la supplémentation sportive et les suppléments interdits
- ◆ Analyser les dernières tendances de la Nutrition Sportive
- ◆ Appliquer des outils logiciels pour la planification et le contrôle de l'apport nutritionnel et de l'hydratation de nos athlètes

Module 9. Gestion des équipes de Handball

- ◆ Connaître en profondeur la structure du club sportif et du club de handball professionnel
- ◆ Structurer les relations avec les joueurs, les dirigeants, les médias et les *sponsors*
- ◆ Élaborer une stratégie fonctionnelle de détection des talents
- ◆ Favoriser et encourager les bonnes stratégies sportives dans la vie quotidienne

Module 10. Analyse des données

- ◆ Connaître la méthodologie correcte pour la collecte et l'analyse des données conditionnelles quantitatives et qualitatives
- ◆ Étudier la validation et l'analyse des données d'observation descriptives
- ◆ Définir des stratégies de collecte et d'analyse *Big Data*
- ◆ Étudier ce que les faits scientifiques apportent au handball et les dernières tendances en matière de recherche et d'analyse des données

03

Compétences

Ce diplôme universitaire a été conçu de manière à ce que, tout au long de sa durée de 12 mois, le diplômé augmente ses compétences en matière de leadership et de planification d'équipes de formation et qu'il soit en mesure d'intégrer des techniques de coaching individuel. En outre, les ressources didactiques, y compris les études de cas, vous fourniront une vision pratique du développement du jeu et de l'entraînement du joueur, ce qui augmentera vos capacités pour l'exécution de séances d'entraînement dans des équipes de haut niveau.





Navarra

de Navai

“

Un diplôme universitaire qui vous permettra de diriger avec succès un club de Handball et de l'amener au sommet"



Compétences générales

- ◆ Diriger des clubs de handball jusqu'à la gestion d'une équipe depuis le Banc de touche
- ◆ Être capable de planifier toute séance d'entraînement en tenant compte de la compétition et de son niveau
- ◆ Conseiller les joueurs pendant la phase de développement du sport
- ◆ Préparer physiquement les athlètes de handball avec des garanties
- ◆ Agir de manière professionnelle en cas de blessures sportives
- ◆ Maîtriser les outils technologiques de l'analyse nutritionnelle
- ◆ Gérer la publicité et le marketing d'un club
- ◆ Détecter les talents par la mise en œuvre de programmes de recrutement

“

Améliorez vos compétences pour attirer de nouveaux talents en développant des programmes spécifiques”





Compétences spécifiques

- ◆ Améliorer la technique des joueurs tout au long des différentes étapes de l'entraînement
- ◆ Établir les tactiques de jeu les plus appropriées en fonction des caractéristiques des athlètes et de l'adversaire
- ◆ Préparer une grande variété d'exercices de préparation physique
- ◆ Réadapter l'entraînement pour un athlète blessé
- ◆ Indiquer si l'utilisation de certains compléments alimentaires et aides ergonomiques est appropriée
- ◆ Gérer avec succès la gestion de carrière et les échecs professionnels
- ◆ Mettre en pratique les dernières données scientifiques sur les différentes typologies de formation
- ◆ Utiliser des techniques de coaching individuel et de groupe

04

Structure et contenu

Le programme complet de ce Mastère Spécialisé couvre tous les aspects de l'initiation sportive dans le monde du handball, l'évolution de l'athlète jusqu'à la Haute Performance, ainsi que les dernières données scientifiques sur les différents types d'entraînement, la Nutrition ou l'utilisation efficace de l'analyse des données. En outre, un matériel pédagogique de premier ordre basé sur des résumés vidéo de chaque sujet, des vidéos détaillées, des lectures spécialisées et des études de cas rendent le processus d'apprentissage plus dynamique et plus attrayant.





“

Un plan d'étude avec une approche théorique et pratique qui permet d'appliquer les connaissances les plus avancées et les plus récentes concernant le Handball dans votre équipe"

Module 1. Facteurs de performance en handball

- 1.1. Antécédents
 - 1.1.1. Origines du Handball
 - 1.1.2. le Handball moderne
- 1.2. Règlement
 - 1.2.1. Principaux aspects réglementaires
 - 1.2.2. Règlement actuel (Règles de jeu, juillet 2022-IHF)
 - 1.2.3. Évolution du règlement
- 1.3. Modalités du Handball
 - 1.3.1. Mini Handball
 - 1.3.2. Handball de plage
 - 1.3.3. Handball en chaise roulante
- 1.4. Étapes de la formation
 - 1.4.1. La Didactique dans les différentes étapes de Formation
 - 1.4.2. Les étapes de la formation selon J. Antón
 - 1.4.3. Les étapes de la formation selon Manolo Laguna
- 1.5. Recherche sur le handball
 - 1.5.1. Recherche scientifique
 - 1.5.2. La recherche scientifique en Handball
 - 1.5.3. De la science à la formation
- 1.6. Facteurs anthropométriques
 - 1.6.1. Facteurs anthropométriques dans la formation
 - 1.6.2. Facteurs anthropométriques dans la haute performance
 - 1.6.3. Détection des talents
- 1.7. Facteurs techniques
 - 1.7.1. Facteurs techniques dans la littérature scientifique
 - 1.7.2. Analyse du lancement
 - 1.7.3. Influence du cycle des étapes
- 1.8. Facteurs tactiques
 - 1.8.1. Facteurs tactiques collectifs
 - 1.8.2. Le processus de décision
 - 1.8.3. Variations tactiques de la haute performance

- 1.9. Facteurs conditionnels
 - 1.9.1. La force du lancement
 - 1.9.2. Force de saut
 - 1.9.3. Exigences physiques de la haute performance
- 1.10. Facteurs psychologiques
 - 1.10.1. La motivation et la confiance en soi
 - 1.10.2. Activation, stress et angoisse
 - 1.10.3. Leadership

Module 2. Principes de base de la formation en éducation

- 2.1. Caractéristiques de la Étapes
 - 2.1.1. Modèles éducatifs
 - 2.1.2. Compétences perceptivo-motrices des différentes étapes
 - 2.1.3. Capacités physiques à différentes étapes
- 2.2. Technique défensive-tactique
 - 2.2.1. Types de défense
 - 2.2.2. Moyens tactiques préventifs
 - 2.2.3. Moyens tactiques réactifs
- 2.3. Offensive technico-tactique
 - 2.3.1. Éléments technico-tactiques de la phase de contrôle, de liaison et de finition
 - 2.3.2. Moyens technico-tactiques individuels
 - 2.3.3. Moyens technico-tactiques collectifs
- 2.4. Phase de transition technico-technique
 - 2.4.1. Phase offensive
 - 2.4.2. Phase défensive
 - 2.4.3. Points clés
- 2.5. Entraînement à des positions défensives spécifiques
 - 2.5.1. Considérations générales
 - 2.5.2. Postes spécifiques de première ligne
 - 2.5.3. Postes spécifiques de deuxième ligne

- 2.6. Entraînement à des positions offensives spécifiques
 - 2.6.1. Considérations générales
 - 2.6.2. Postes spécifiques de première ligne
 - 2.6.3. Postes spécifiques de deuxième ligne
- 2.7. Le gardien de but
 - 2.7.1. Actions offensives et défensives
 - 2.7.2. Considérations techniques
 - 2.7.3. Considérations tactiques
- 2.8. Systèmes de jeu
 - 2.8.1. Systèmes de jeu offensifs
 - 2.8.2. Système de jeu en défense
 - 2.8.3. Systèmes de jeu en transition
- 2.9. Conception des tâches
 - 2.9.1. Symbologie spécifique
 - 2.9.2. Création de Tâches et ses variantes
 - 2.9.3. Suggestions pratiques
- 2.10. Propositions sportives et récréatives dans le domaine du handball
 - 2.10.1. Jeux adaptés
 - 2.10.2. Handball méditerranéen
 - 2.10.3. Handball de rue

Module 3. Méthodologie de la formation continue

- 3.1. Caractéristiques de la Étapes
 - 3.1.1. Modèles éducatifs
 - 3.1.2. Compétences perceptivo-motrices des différentes étapes
 - 3.1.3. Capacités physiques à différentes étapes
- 3.2. Offensive technico-tactique
 - 3.2.1. Types de défense
 - 3.2.2. Moyens tactiques préventifs
 - 3.2.3. Moyens tactiques réactifs

- 3.3. Technique défensive-tactique
 - 3.3.1. Éléments technico-tactiques de la phase de contrôle, de liaison et de finition
 - 3.3.2. Moyens technico-tactiques individuels
 - 3.3.3. Moyens technico-tactiques collectifs
- 3.4. Phase de transition technico-technique
 - 3.4.1. Phase offensive
 - 3.4.2. Phase défensive
 - 3.4.3. Points clés
- 3.5. Entraînement à des positions défensives spécifiques
 - 3.5.1. Considérations générales
 - 3.5.2. Postes spécifiques de première ligne
 - 3.5.3. Postes spécifiques de deuxième ligne
- 3.6. Entraînement à des positions offensives spécifiques
 - 3.6.1. Considérations générales
 - 3.6.2. Postes spécifiques de première ligne
 - 3.6.3. Postes spécifiques de deuxième ligne
- 3.7. Le gardien de but
 - 3.7.1. Actions offensives et défensives
 - 3.7.2. Considérations techniques
 - 3.7.3. Considérations tactiques
- 3.8. Systèmes de jeu
 - 3.8.1. Systèmes de jeu offensifs
 - 3.8.2. Système de jeu en défense
 - 3.8.3. Systèmes de jeu en transition
- 3.9. La prise de décision
 - 3.9.1. Types de prise de décision: classifications
 - 3.9.2. Processus impliqués dans la prise de décision
 - 3.9.3. Exemples pratiques
- 3.10. Conception des tâches
 - 3.10.1. Symbologie spécifique
 - 3.10.2. Création de tâches et ses variantes
 - 3.10.3. Suggestions pratiques

Module 4. Méthodologie de formation à la Haute Performance

- 4.1. Caractéristiques de l'étape
 - 4.1.1. Conceptualisation
 - 4.1.2. La formation
 - 4.1.3. L'entraîneur
- 4.2. Technique-tactique offensive
 - 4.2.1. Éléments technico-tactiques et principes tactiques individuels
 - 4.2.2. Objectifs et moyens tactiques de l'offensive collective
 - 4.2.3. Déterminants individuels et prémisses collectives
- 4.3. Technique-tactique défensive
 - 4.3.1. Éléments technico-tactiques et principes tactiques individuels
 - 4.3.2. Objectifs et moyens tactiques de l'offensive collective
 - 4.3.3. Déterminants individuels et prémisses collectives
- 4.4. Systèmes de jeu offensif en égalité numérique
 - 4.4.1. Système offensif 3:3 Classique
 - 4.4.2. Système offensif 2:4
 - 4.4.3. Système offensif 3:3 avec deux pivots
- 4.5. Systèmes défensifs à égalité numérique
 - 4.5.1. Systèmes défensifs individuels
 - 4.5.2. Systèmes défensifs de zone
 - 4.5.3. Systèmes défensifs mixtes ou combinés
- 4.6. Systèmes de jeu offensifs en supériorité numérique et en infériorité numérique
 - 4.6.1. Systèmes offensifs 6 contre 5
 - 4.6.2. Systèmes offensifs 7 contre 6
 - 4.6.3. Situations particulières
- 4.7. Systèmes de jeu défensifs en supériorité numérique et en infériorité numérique
 - 4.7.1. Systèmes défensifs 6 contre 5
 - 4.7.2. Systèmes défensifs 7 contre 6
 - 4.7.3. Situations particulières
- 4.8. Phase de transition technico-tactique et situations particulières
 - 4.8.1. Contre-attaque
 - 4.8.2. Redéploiement
 - 4.8.3. Jeu passif

- 4.9. Conception des tâches et modèle de jeu
 - 4.9.1. Contenu et forme des tâches
 - 4.9.2. Construction du modèle de jeu offensif
 - 4.9.3. Construction du modèle de jeu défensif
- 4.10. Préparation au match ou à la compétition
 - 4.10.1. Pré-match
 - 4.10.2. Gestion d'équipe en compétition
 - 4.10.3. Post match

Module 5. Planification de l'entraînement dans les différentes étapes de formation

- 5.1. Organisation des structures de formation
 - 5.1.1. La séance d'entraînement
 - 5.1.2. Microcycle
 - 5.1.3. Macrocycle
- 5.2. Caractéristiques de la période transitoire
 - 5.2.1. La pré-saison
 - 5.2.2. Répartition de la charge
 - 5.2.3. Types de planification
- 5.3. Caractéristiques de la période compétitif
 - 5.3.1. La saison
 - 5.3.2. Répartition de la charge
 - 5.3.3. Paramètres contextuels
- 5.4. Programmation d'objectifs de compétition ou d'entraînement
 - 5.4.1. Caractéristiques des acteurs et de la concurrence
 - 5.4.2. Répartition de la charge et du contenu
 - 5.4.3. La réalité de la concurrence
- 5.5. Modèles de planification diététique
 - 5.5.1. Principes de l'entraînement sportif
 - 5.5.2. Choix du modèle
 - 5.5.3. Hybridation des modèles

- 5.6. Modèle ATR
 - 5.6.1. Période d'accumulation
 - 5.6.2. Période de transformation
 - 5.6.3. Période de mise en œuvre
 - 5.7. Modèle intégré de macrocycle
 - 5.7.1. Stade général
 - 5.7.2. Phase spécifique
 - 5.7.3. Phase de maintenance
 - 5.8. Modèle de la microstructure
 - 5.8.1. Contenu général
 - 5.8.2. Contenu ciblé
 - 5.8.3. Contenu spécial et compétitif
 - 5.9. Modèle de périodisation tactique
 - 5.9.1. Le morphocycle standard
 - 5.9.2. Dynamique d'opérationnalisation
 - 5.9.3. Dynamique de récupération
 - 5.10. Contrôle des Charge
 - 5.10.1. Instruments de contrôle
 - 5.10.2. Adaptation et individualisation
 - 5.10.3. Le surentraînement
-
- Module 6. Préparation physique du joueur de handball**
- 6.1. Les exigences physiques du handball
 - 6.1.1. Force explosive et endurance de la force
 - 6.1.2. Distances et intensités de déplacement
 - 6.1.3. Mobilité, coordination et agilité
 - 6.2. Paradigme de l'entraînement neuromusculaire
 - 6.2.1. Conditionnel vs Fonctionnel
 - 6.2.2. Développement de force utile
 - 6.2.3. Application du modèle au handball
 - 6.3. Force et puissance Musculaire
 - 6.3.1. Lancer, sauter et lutter
 - 6.3.2. Accélération, décélération et changements de direction
 - 6.3.3. Évaluation et contrôle de la charge
 - 6.4. Résistance spécifique
 - 6.4.1. Capacité à répéter des actions de puissance
 - 6.4.2. Types de fatigue et voies métaboliques
 - 6.4.3. Évaluation et contrôle de la charge
 - 6.5. Mobilité et coordination
 - 6.5.1. Déséquilibres musculaires dans le handball
 - 6.5.2. Chaînes musculaires dans des gestes spécifiques
 - 6.5.3. Évaluation et travail compensatoire
 - 6.6. Préparation physique au niveau local
 - 6.6.1. Âge maturatif et vitesse de croissance maximale
 - 6.6.2. Conditionnement physique dès le plus jeune âge
 - 6.6.3. Les syndromes de croissance et leur détection précoce
 - 6.7. Applications pratiques par postes spécifiques
 - 6.7.1. Préparation physique spécifique pour la première ligne et les pivots
 - 6.7.2. Préparation physique spécifique pour les extrémistes
 - 6.7.3. Préparation physique spécifique pour les gardiens de but
 - 6.8. L'échauffement
 - 6.8.1. Objectifs et structure
 - 6.8.2. Stratégies d'activation et d'apaisement
 - 6.8.3. Activation et habilitation avant le match
 - 6.9. Entraînement hors saison (période *off-season*)
 - 6.9.1. Effets du désentraînement à long terme
 - 6.9.2. Niveaux d'approche du travail de musculation
 - 6.9.3. Niveaux d'approche du travail de résistance
 - 6.10. Planification
 - 6.10.1. Individualisation du modèle
 - 6.10.2. Adaptation au système de jeu
 - 6.10.3. Modèle de préparation aux concours de courte durée

Module 7. Prévention des blessures chez les joueurs de handball

- 7.1. Blessures sportives, traitement et rééducation
 - 7.1.1. Blessures aiguës
 - 7.1.2. Blessures de surmenage
 - 7.1.3. Concepts de traitement, de réadaptation et de prévention
- 7.2. Étiologie et causes des blessures au handball
 - 7.2.1. Biomécanique du handball
 - 7.2.2. Blessures courantes chez les Handball
 - 7.2.3. Blessures au poste de jeu
- 7.3. Gestion des blessures aiguës et situations d'urgence
 - 7.3.1. Concepts de base
 - 7.3.2. Faire face à une blessure sportive
 - 7.3.3. Règlement sur les blessures au handball
- 7.4. Lésions de l'épaule et de la ceinture scapulaire
 - 7.4.1. Étiologie
 - 7.4.2. Traitement et réadaptation
 - 7.4.3. Prévention
- 7.5. Blessures au coude
 - 7.5.1. Étiologie
 - 7.5.2. Traitement et réadaptation
 - 7.5.3. Prévention
- 7.6. Lésions de la main orteils
 - 7.6.1. Étiologie
 - 7.6.2. Traitement et réadaptation
 - 7.6.3. Prévention
- 7.7. Blessures du dos
 - 7.7.1. Étiologie
 - 7.7.2. Traitement et réadaptation
 - 7.7.3. Prévention
- 7.8. Blessures à la hanche
 - 7.8.1. Étiologie
 - 7.8.2. Traitement et réadaptation
 - 7.8.3. Prévention





- 7.9. Blessures du genou
 - 7.9.1. Étiologie
 - 7.9.2. Traitement et réadaptation
 - 7.9.3. Prévention
- 7.10. Blessures de la cheville et des pieds
 - 7.10.1. Étiologie
 - 7.10.2. Traitement et réadaptation
 - 7.10.3. Prévention

Module 8. Nutrition du joueur de handball

- 8.1. La nutrition sportive
 - 8.1.1. Concepts de base et contextes historiques
 - 8.1.2. Le système digestif
 - 8.1.3. Classification des nutriments et des aliments
- 8.2. Concept de Nutrition Sportive
 - 8.2.1. Secteurs où la nutrition sportive fonctionne
 - 8.2.2. Physiologie de l'exercice de base liée à la nutrition sportive
 - 8.2.3. Critères de référence
- 8.3. Besoins en énergie
 - 8.3.1. Besoins en énergie
 - 8.3.2. Métabolisme de base, activité physique et effet thermique des aliments
 - 8.3.3. Calculs de base
- 8.4. Composition corporelle
 - 8.4.1. Méthodes d'Évaluation de la Composition Corporelle
 - 8.4.2. Évaluation de la composition corporelle dans le Sport
 - 8.4.3. Composition corporelle chez les Handball
- 8.5. Macronutriments
 - 8.5.1. Glucides dans le sport
 - 8.5.2. Protéines dans le sport
 - 8.5.3. Graisses dans le sport
- 8.6. Micronutriments
 - 8.6.1. Vitamines dans le sport
 - 8.6.2. Minéraux dans le sport
 - 8.6.3. Antioxydants dans le sport

- 8.7. Hydratation
 - 8.7.1. Recommandations générales
 - 8.7.2. Taux de transpiration
 - 8.7.3. Réinitialisation des règles et du calendrier
- 8.8. Compléments nutritionnels et aides ergogéniques dans le sport
 - 8.8.1. Définition des concepts
 - 8.8.2. Comment les utiliser dans le sport
 - 8.8.3. Preuves scientifiques
- 8.9. Amélioration de la composition corporelle Dans le sport
 - 8.9.1. Stratégies nutritionnelles pour améliorer la composition corporelle
 - 8.9.2. Méthodes de Évaluation de l'apport nutritionnel
 - 8.9.3. Erreurs courantes
- 8.10. Planification nutritionnelle
 - 8.10.1. Types de Planification alimentaires
 - 8.10.2. Planification alimentaire pour les athlètes
 - 8.10.3. Logiciels diététiques et outils informatiques

Module 9. Gestion des équipes de Handball

- 9.1. Structure du club sportif
 - 9.1.1. Gestion des clubs sportifs
 - 9.1.2. Équipement et techniques
 - 9.1.3. Structures
- 9.2. Structure des clubs professionnels
 - 9.2.1. Gestion d'un club professionnel
 - 9.2.2. Équipes de direction
 - 9.2.3. Équipement et techniques
- 9.3. L'équipe
 - 9.3.1. Composition
 - 9.3.2. Besoins en matière de formation ou de concurrence
 - 9.3.3. Critères de sélection

- 9.4. Les relations avec les joueurs
 - 9.4.1. L'individualité au service de l'équipe
 - 9.4.2. Gestion de carrière
 - 9.4.3. Coaching individuel
- 9.5. Modèle de direction Sport
 - 9.5.1. Modèle de direction
 - 9.5.2. Formation spécifique
 - 9.5.3. Gestion des ressources
- 9.6. Publicité et Marketing
 - 9.6.1. Gestion du plan des Publicité
 - 9.6.2. Gestion du plan de Marketing
 - 9.6.3. Utilisation des réseaux sociaux
- 9.7. Les relations avec les sponsors
 - 9.7.1. Gestion des petits sponsors
 - 9.7.2. Gestion des sponsors de taille moyenne
 - 9.7.3. Gestion des principaux sponsors
- 9.8. Détection des talents
 - 9.8.1. Tests d'évaluation
 - 9.8.2. Programmes de recrutement
 - 9.8.3. Gestion des talents
- 9.9. Stratégies de la vie sportive
 - 9.9.1. Gestion de la carrière sportive
 - 9.9.2. Objectifs à court, moyen et long terme
 - 9.9.3. Reculs et changements de stratégie
- 9.10. Perspectives d'avenir
 - 9.10.1. La réalité du handball aujourd'hui
 - 9.10.2. Gestion du changement
 - 9.10.3. Perspectives d'avenir

Module 10. Analyse des données

- 10.1. Collecte de données quantitatives conditionnelles
 - 10.1.1. Test d'évaluation traditionnelle
 - 10.1.2. Outils et instruments d'évaluation actuels
 - 10.1.3. Nouvelles tendances
- 10.2. Analyse quantitative de données conditionnelles
 - 10.2.1. Analyse descriptive
 - 10.2.2. Analyse déductive
 - 10.2.3. Application pratique
- 10.3. Collecte de données qualitatives conditionnelles
 - 10.3.1. Test d'évaluation Traditionnel
 - 10.3.2. Outils et instruments d'évaluation actuels
 - 10.3.3. Nouvelles tendances
- 10.4. Analyse qualitative des données conditionnelles
 - 10.4.1. Analyse descriptive
 - 10.4.2. Analyse déductive
 - 10.4.3. Application pratique
- 10.5. Contribution des preuves scientifiques à l'entraînement musculaire
 - 10.5.1. Preuves scientifiques
 - 10.5.2. Limites
 - 10.5.3. Application pratique
- 10.6. Contribution des preuves scientifiques à l'entraînement à la vitesse
 - 10.6.1. Preuves scientifiques
 - 10.6.2. Limites
 - 10.6.3. Application pratique
- 10.7. La contribution des preuves scientifiques à l'entraînement à la résistance
 - 10.7.1. Preuves scientifiques
 - 10.7.2. Limites
 - 10.7.3. Application pratique

- 10.8. Contribution des preuves scientifiques à la formation de la technique
 - 10.8.1. Preuves scientifiques
 - 10.8.2. Limites
 - 10.8.3. Application pratique
- 10.9. Contribution des preuves scientifiques à la formation tactique
 - 10.9.1. Preuves scientifiques
 - 10.9.2. Limites
 - 10.9.3. Application pratique
- 10.10. Le *Big Data*
 - 10.10.1. Réalité du *Big Data*
 - 10.10.2. Analyse du *Big Data*
 - 10.10.3. Application pratique



Vous souhaitez intégrer les derniers développements en matière d'analyse de données (Big Data Analytics) dans vos sessions de formation? Intégrer toutes les avancées grâce à ce diplôme 100% en ligne"

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 Handball 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 Mastère Spécialisé sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”

Ce **Mastère Spécialisé en Handball 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 Handball Professionnel**

Modalité: **en ligne**

Durée: **12 mois**

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
Handball 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: APWOR235 techuniv.com/diplomes

Mastère Spécialisé en Handball Professionnel

Types de matière	Heures
Obligatoire (OB)	1.500
Optionnelle (OP)	0
Stages Externes (ST)	0
Mémoire du Mastère (MDM)	0
Total	1.500

Distribution Générale du Plan d'études			
Cours	Matière	Heures	Type
1 ^o	Facteurs de performance en Handball	150	OB
1 ^o	Principes de base de la formation en éducation	150	OB
1 ^o	Méthodologie de la formation continue	150	OB
1 ^o	Méthodologie de formation à la haute performance	150	OB
1 ^o	Planification du formateur dans les différentes étapes à l'enseignement	150	OB
1 ^o	Préparation physique du joueur de Handball	150	OB
1 ^o	Prévention des blessures chez les joueurs de Handball	150	OB
1 ^o	Nutrition du joueur de Handball	150	OB
1 ^o	Gestion des équipes de Handball	150	OB
1 ^o	Analyse des données	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
Handball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Mastère Spécialisé

Handball professionnel

Approuvé par la NBA

