大学课程
训练优化方法

得到了NBA的认可

tech 科学技术大学

tech 科学技术大学

大学课程
训练优化方法

- 模式:**在线**
- 时长: **6周**
- 学位: **TECH 科技大学**
- 课程表:**自由安排时间**
- 考试模式:**在线**

网页链接: www.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-certificate/training-methodology-perfection

目录

01
介绍
4

02
目标
8

03
结构和内容
12

04
方法
16

05
学位
24

01

介绍

在训练的初始阶段，球员必须为其运动学科奠定技术战术基础。在他的职业生涯中，他必须通过某些有利于他进步的培训方法来完善这些知识。在这一过程中，教练的作用至关重要，他必须精通不同的教育模式、任务的创建以及针对每个岗位的具体练习的实施。为此，TECH 创建了这一 100% 在线资格认证，为未来的手球教练提供游戏系统、任务设计和不同阶段身体能力方面最先进的教学。此外，所有课程都由这项运动精英中的杰出专业人士教授。

通过这个大学课程深入有效地学习训练优化方法”

传球、投掷、跳跃和移动是手球运动的首要技术战术练习，这些练习既可以单独进行，也可以集体进行。教练员有计划地开展工作，随着球员的成长而提高负荷水平并改进工作。从表面上看，这似乎是一项简单的任务，但它需要特定的方法，以及对体育学科和每个运动员体能的深入了解。

这种教学过程的实用性促使 TECH 设计了这门 150 小时的提高训练方法大学课程，学生将从体育科学专家和在这项运动中大放异彩的专业运动员那里获得该领域的高级知识。

这是一项强化课程，让毕业生分析每种战术体系的优缺点、在比赛不同时刻的正确战略运用，以及完善技术和战术的具体工作程序。教学大纲采用理论联系实际的方法，包括大量基于视频摘要、详细视频、专业读物和案例研究的补充教学材料。

此外，由于有了 Relearning 系统，未来的技术人员在学习过程中无需重复学习和记忆大量的内容。

毫无疑问，这是一个学习优质大学教育的绝佳机会，而且灵活舒适。你只需拥有一台可连接互联网的数字设备，即可随时观看该节目。这是一种理想的学术选择，可将其与要求最严格的职业和/或个人活动结合起来。

这个**训练优化方法大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是：

- 由手球和体育科学专家介绍案例研究的发展情况
- 这个书的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- 可以进行自我评估过程的实践，以推进学习
- 其特别强调创新方法
- 理论课、向专家提问、关于有争议问题的讨论区和个人反思性论文
- 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容

“你想改进团队的过渡阶段战术吗?参加这个大学课程课程，获得完美”

没有出勤率，没有课时有限的课程。这个资格证书为你提供了将你的活动与优质教学相结合所需的灵活性。

“与最优秀的手球专家一起，在短短 6 周内提高你对进攻、防守和转换系统的认识”

深入了解手球运动中控制、连接和终结阶段的技术战术要素。

这个方案在其教学人员中包括这个部门的专业人员，他们将自己的工作经验注入这一培训中，此外还有来自参考协会和著名大学的知名专家。

其多媒体内容采用最新的教育技术开发，将使专业人员能够进行情景式学习，即在模拟环境中提供身临其境的培训程序，在真实情况下进行培训。

这个方案的设计重点是基于问题的学习，通过这种学习，专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。它将得到一个由著名专家开发的创新互动视频系统的支持。

02

目标

这个大学课程的目标是让学生深入学习完美教练的方法，从而提高球员的表现。为此，TECH 提供了最具创新性的教学工具，并将最新技术应用于大学教学。此外，在这一过程中，你将有一个专业的教学团队来指导你成功实现这些目标。

案例研究将为你提供这个大学课程的实用方法，并将改进你在培训中的决策”

总体目标

- 掌握不同阶段培训的设计和控制
- 提高男女运动员的成绩
- 解释通过新技术获得的数据分析
- 根据运动员的特点和比赛位置，为其制定营养计划
- 了解手球运动和战术至今的演变
- 分析影响训练过程和高水平运动员的多种因素

> 提高你在高绩效团队中设计任务和游戏模型的能力”

具体目标

- 深入了解手球运动高水平的特点
- 在特定岗位上应用个人和集体的技术战术培训手段
- 分析同等、劣势和人数优势情况下的攻防体系
- 知道如何应对比赛中的特殊情况
- 强调当前攻防转换阶段的重要性
- 设计高性能任务和游戏模型
- 妥善组织和规划比赛或竞赛

03

结构和内容

这个大学课程的教学大纲在设计时考虑到了使用不同的完美主义培训方法的最新证据。这样，教练就能深化技术战术工作，对球员的位置进行特殊考虑，并做出最合适的决定。为此，它拥有构成虚拟图书馆的创新教学材料，你可以每周 7 天、每天 24 小时访问该图书馆。

“只要你有一台能上网的数码设备，你就可以随时查阅这个大学课程课程的高级教学大纲”

模块 1. 训练优化方法

1.1. 舞台的特点
- 1.1.1. 教育模式
- 1.1.2. 不同阶段的感知运动技能
- 1.1.3. 不同阶段的身体能力

1.2. 进攻技术战术
- 1.2.1. 辩护类型
- 1.2.2. 预防性战术手段
- 1.2.3. 反应战术手段

1.3. 防守技术-战术
- 1.3.1. 控制、联络和收尾阶段的技术战术要素
- 1.3.2. 个人技术战术手段
- 1.3.3. 集体技术战术手段

1.4. 技术-战术过渡阶段
- 1.4.1. 进攻阶段
- 1.4.2. 防守阶段
- 1.4.3. 关键点

1.5. 特定防守位置的训练
- 1.5.1. 总体考虑
- 1.5.2. 具体的前线职位
- 1.5.3. 具体的二线职位

1.6. 特定进攻位置的训练
- 1.6.1. 总体考虑
- 1.6.2. 具体的前线职位
- 1.6.3. 具体的二线职位

1.7. 门将
- 1.7.1. 进攻和防御行动
- 1.7.2. 技术考虑
- 1.7.3. 战术考虑

1.8. 比赛体系
- 1.8.1. 进攻战术
- 1.8.2. 防守体系
- 1.8.3. 过渡时期的游戏系统

1.9. 决策
- 1.9.1. 决策类型：分类
- 1.9.2. 决策过程
- 1.9.3. 实际案例

1.10. 任务设计
- 1.10.1. 特定符号
- 1.10.2. 创建任务及其变体
- 1.10.3. 实用建议

“你拥有一个虚拟图书馆，可通过任何联网的电子设备全天 24 小时访问”

04

方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的: **Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。

发现 Re-learning，这个系统放弃了传统的线性学习，带你体验循环教学系统:这种学习方式已经证明了其巨大的有效性，尤其是在需要记忆的科目中”

案例研究，了解所有内容的背景

我们的方案提供了一种革命性的技能和知识发展方法。我们的目标是在一个不断变化，竞争激烈和高要求的环境中加强能力建设。

> 和TECH,你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式”

你将进入一个以重复为基础的学习系统，在整个教学大纲中采用自然和渐进式教学。

一种创新并不同的学习方法

该技术课程是一个密集的教学计划，从零开始，提出了该领域在国内和国际上最苛刻的挑战和决定。由于这种方法，个人和职业成长得到了促进，向成功迈出了决定性的一步。案例法是构成这一内容的技术基础，确保遵循当前经济，社会和职业现实。

> 我们的课程使你准备好在不确定的环境中面对新的挑战，并取得事业上的成功”

案例法一直是世界上最好的院系最广泛使用的学习系统。1912年开发的案例法是为了让法律学生不仅在理论内容的基础上学习法律，案例法向他们展示真实的复杂情况，让他们就如何解决这些问题作出明智的决定和价值判断。1924年，它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法。

在特定情况下，专业人士应该怎么做?这就是我们在案例法中面临的问题，这是一种以行动为导向的学习方法。在整个课程中，学生将面对多个真实案例。他们必须整合所有的知识，研究，论证和捍卫他们的想法和决定。

学生将通过合作活动和真实案例，学习如何解决真实商业环境中的复杂情况。

Re-learning 方法

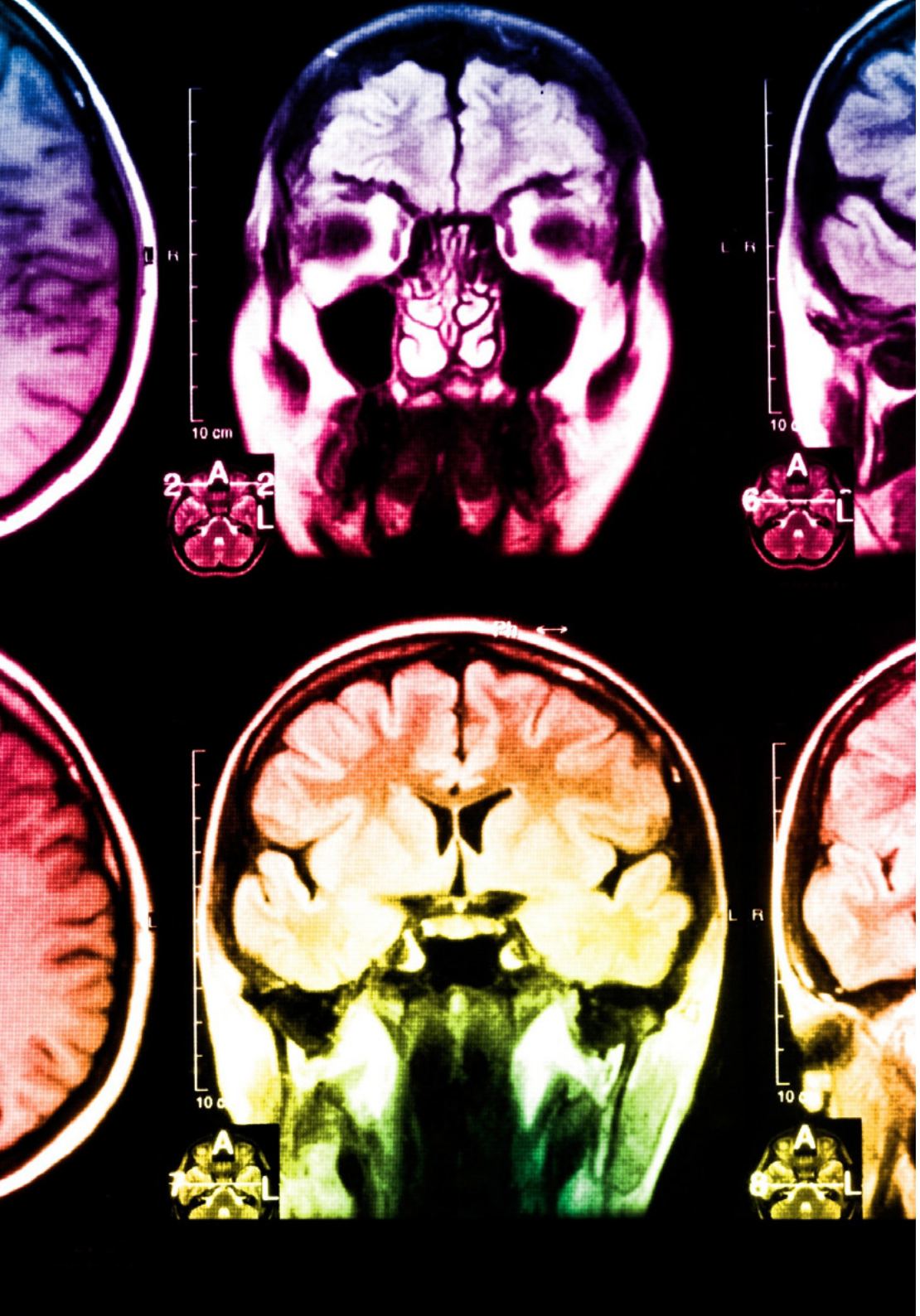
TECH有效地将案例研究方法与基于循环的100%在线学习系统相结合，在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。

> 在2019年，我们取得了世界上所有西班牙语在线大学中最好的学习成绩。

在TECH，你将采用一种旨在培训未来管理人员的尖端方法进行学习。这种处于世界教育学前沿的方法被称为 Re-learning。

我校是唯一获准使用这一成功方法的西班牙语大学。2019年，我们成功地提高了学生的整体满意度（教学质量，材料质量，课程结构，目标……），与西班牙语最佳在线大学的指标相匹配。



在我们的方案中，学习不是一个线性的过程，而是以螺旋式的方式发生（学习，解除学习，忘记和重新学习）。因此，我们将这些元素中的每一个都结合起来。这种方法已经培养了超过65万名大学毕业生，在生物化学，遗传学，外科，国际法，管理技能，体育科学，哲学，法律，工程，新闻，历史，金融市场和工具等不同领域取得了前所未有的成功。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的，大学学生的社会经济状况很好，平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍，表现更出色，使你更多地参与到训练中，培养批判精神，捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

从神经科学领域的最新科学证据来看，我们不仅知道如何组织信息，想法，图像y记忆，而且知道我们学到东西的地方和背景，这是我们记住它并将其储存在海马体的根本原因，并能将其保留在长期记忆中。

通过这种方式，在所谓的神经认知背景依赖的电子学习中，我们课程的不同元素与学员发展其专业实践的背景相联系。

该方案提供了最好的教育材料，为专业人士做了充分准备：

学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的，因此，教学的发展是具体的。

然后，这些内容被应用于视听格式，创造了TECH在线工作方法。所有这些，都是用最新的技术，提供最高质量的材料，供学生使用。

大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的有用性。

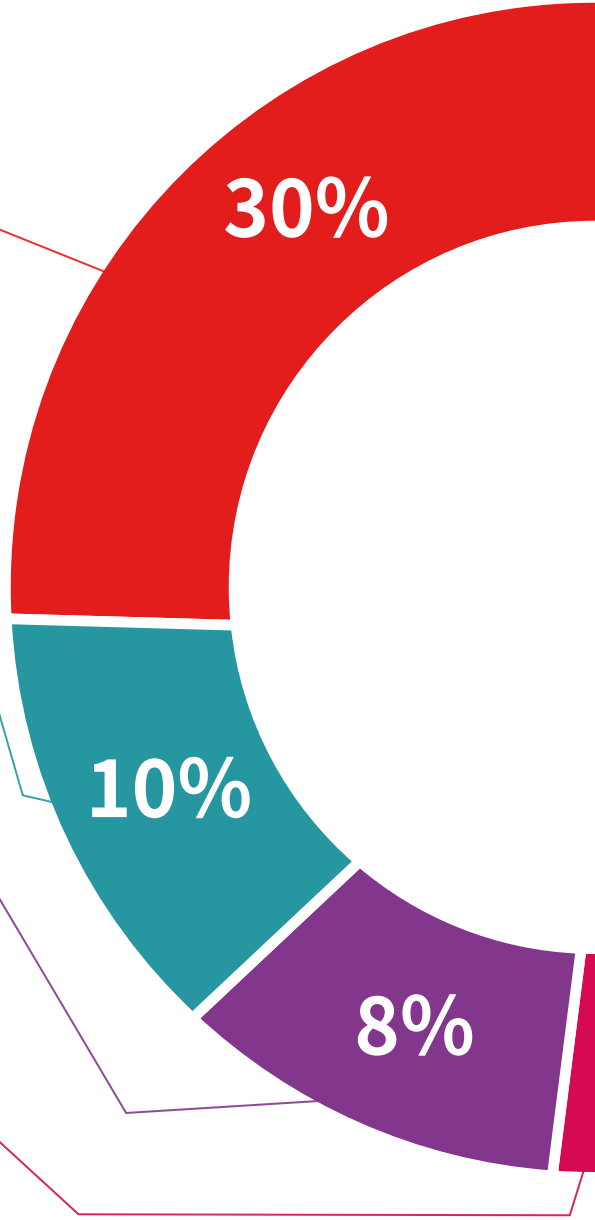
向专家学习可以加强知识和记忆，并为未来的困难决策建立信心。

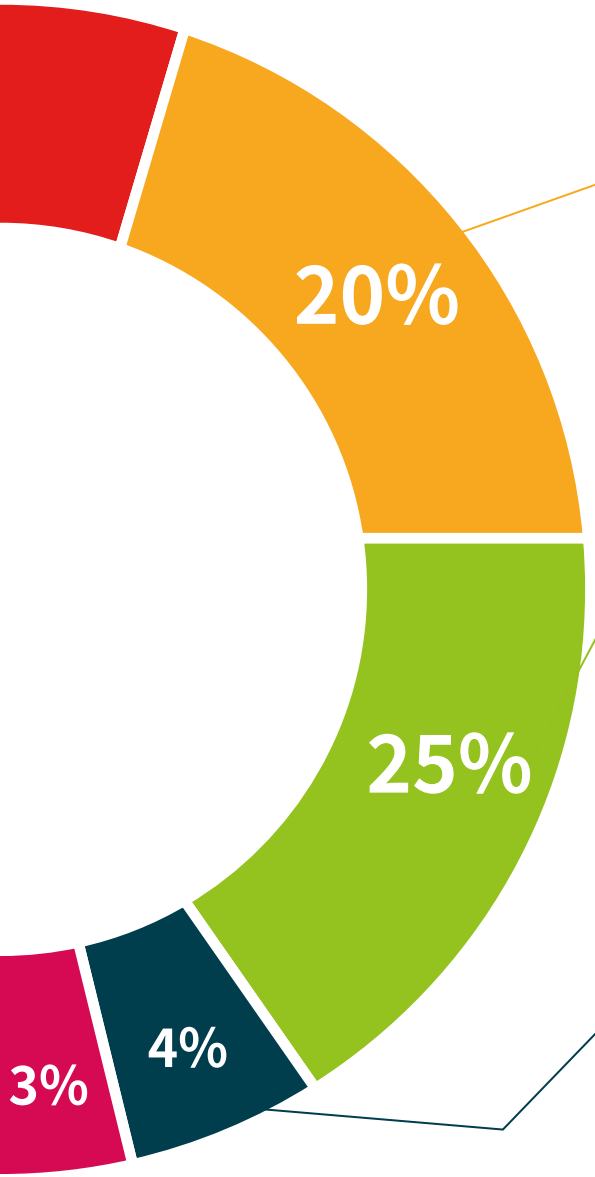
技能和能力的实践

你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内，我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。

延伸阅读

最近的文章，共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里，学生可以获得他们完成培训所需的一切。





案例研究

他们将完成专门为这种情况选择的最佳案例研究。由国际上最好的专家介绍，分析和辅导案例。

互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中，其中包括音频，视频，图像，图表和概念图，以强化知识。

这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予"欧洲成功案例"称号。

测试和循环测试

在整个课程中，通过评估和自我评估活动和练习，定期评估和重新评估学习者的知识：通过这种方式，学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。

05

学位

训练优化方法大学课程除了保证最严格和最新的培训外，还可以获得由TECH 科技大学颁发的大学课程学位证书。

成功地完成这一项目，并获得你的大学学位，没有旅行或行政文书的麻烦”

这个**训练优化方法大学课程**包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后，学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**大学课程**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格，并将满足工作交流，竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位：**训练优化方法大学课程**

模式: **在线**

时长: **6周**

tech 科学技术大学

授予

文凭

_____先生/女士，身份证号码_____

顺利通过并获得认证的课程是

大学课程

训练优化方法

这是一个由本大学授予的学位，相当于150个小时，
开始日期是 dd/mm/aaaa,结束日期是dd/mm/aaaa。

截至2018年6月28日，TECH是一所被公共教育部认可的私立高等教育机构。

2020年六月17日

Tere Guevara Navarro女士
校长

NBA的官方网上大学

这个文凭如果要在各个国家职业中使用的话，需要和合规当局颁发的文凭一起使用。

Unique TECH Code: AFWORD23S techtitute.com/certificates

*海牙加注。如果学生要求为他们的纸质资格证书提供海牙加注，TECH EDUCATION将采取必要的措施来获得，但需要额外的费用。

tech 科学技术大学

大学课程
训练优化方法

- 模式:**在线**
- 时长: **6周**
- 学位: **TECH 科技大学**
- 课程表:**自由安排时间**
- 考试模式:**在线**

大学课程
训练优化方法

得到了NBA的认可

tech 科学技术大学