

专科文凭 专业排球队训练

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学





专科文凭 专业排球队训练

- » 模式:在线
- » 时间:6个月
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

网络访问: www.techitute.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-professional-volleyball-team-training

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

结构和内容

12

04

方法

18

05

学历

26

01 介绍

每个专业排球教练的主要目标之一都是实现个人和集体的最佳表现。如果不能根据适当的计划并考虑到每个运动员的运动条件来正确规划不同的训练课程,这就不是件容易的事情,而这些都是最高水平的比赛中取得成功的基本要素。正是在这一背景下,本专业应运而生,它为未来的教练提供了所有用于分析运动员的信息和通信技术工具、提高技术水平的资源、群体心理管理或提高体能。先进的教学大纲,创新的多媒体内容,由世界级排球运动员授课。





“

只需6个月,你就能掌握发展成为职业排球队一级教练的所有关键”

多年来, 排球训练的理念发生了变化, 重视运动员的身体条件, 但这并不是运动员在比赛中正常发展的根本轴心。相反, 现在人们注意到, 这一过程包括长期规划, 在这一过程中, 心理因素等其他因素也会发挥作用。

随着新科技的融入, 这种情况也发生了重大变化, 可以对个人和集体工作进行更详细的分析。面对这一现实, TECH为未来的教练员提供了以专业排球队教练为重点的专科文凭。

毋庸置疑, 这是一项通过顶级竞赛专业人士的教导, 让学生在这项运动中取得进步的课程。他在球场上和世界最著名俱乐部球馆中的经验将反映在教学大纲中, 大纲将深入探讨如何训练技术、赛中阅读的应用以及使用最先进的软件分析球队战术。

为期6个月的强化学术课程还将让你深入了解最成功的动态方法, 以实现团体凝聚力、动力和提高低年级运动技能所需的活动。

通过灵活方便的大学资格认证, 为你提供在职业排球领域取得进步的绝佳机会。学生只需要一个能连接互联网的电子设备, 就能在一天中的任何时间观看该课程的内容。这是将日常个人活动与优质大学教育相结合的理想选择。

这个**专业排球队训练专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- 由体育教育和专业排球专家介绍案例研究的发展情况
- 这个书以图形化、示意图和突出的实用性内容为基础, 提供了专业实践所必需的技术和实用信息
- 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



通过本课程的学习, 你将成为职业排球队训练课程规划、设计和开发方面的专家"

“

即使是最优秀的球员,在进攻之前也会在身体位置上出现失误。通过这个100%在线课程,你可以完善这项技术”

你将与你的团队成功合作,在体育运动中运用最有效的团体动力来增强凝聚力和情绪管理。

没有考勤,没有固定时间表的课程。这是一项与日常职责相结合的理想资质。

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士,他们将自己的工作经验带到了这项培训中,还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

它的多媒体内容是用最新的教育科技开发的,将允许专业人员进行情境式的学习,即在模拟的环境中提供沉浸式的培训程序,在真实的情况下进行培训。

这个课程的设计重点是基于问题的学习,通过这种方式,专业人员必须尝试解决整个学年出现的不同专业实践情况。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

这个专科文凭为未来的专业排球教练提供完善球员技术和设计整个赛季战略训练计划所需的所有教学工具。与此同时,我们还拥有一支由运动健将组成的教学团队,他们对顶级赛事的要求有着切身的体会。



“

参加理论与实践相结合资格培训，
帮助你成长为世界排坛的顶级教练”



总体目标

- 为排球运动员的全面发展规划具体的训练课程
- 构建一般的训练课程以实现团队目标
- 应用适应运动员需求的恢复策略
- 评估和发展球员的能力, 使他们发挥出最大的潜力
- 管理顶级球队的训练区
- 发展球员的正确体能准备

“

在重要的冠军争夺战前,
更自信地管理球员的压力”





具体目标

模块1.个人技术

- ◆ 深入研究排球的不同技术基本原理
- ◆ 深化排球的训练方法
- ◆ 解释不同的技术和高考中最常见的错误
- ◆ 描述训练放置、接收、手指触摸、前臂、阻挡、发球和攻击的策略

模块2.排球中的科技

- ◆ 了解现有的科技系统,以提取每个球员的技术和比赛的数据
- ◆ 知道如何对提取的数据进行详尽的分析,从而提高球员和球队的表现
- ◆ 深入学习如何使用视频作为分析和改进比赛的工具
- ◆ 说明如何通过新科技有效展示匹配研究的结果

模块3.运动心理学

- ◆ 深入研究运动队中最有效的激励策略
- ◆ 深入研究球员的情绪管理
- ◆ 了解排球队的领导作用
- ◆ 了解团队的动态,以便将其付诸实践

模块4.健身和身体准备

- ◆ 获得有关压力理论及其在排球中应用的高级学习
- ◆ 分析灵活性、力量、耐力、速度等身体能力及其表现形式
- ◆ 为排球队设计体能训练
- ◆ 了解体能训练计划的基本要素

03 结构和内容

这个专科文凭拥有专业排球队教练高级课程大纲。这些内容将使专业人员能够成倍地提高其球员的个人技术以及团体比赛水平，所有这些都将通过教学大纲进行，从而使他们能够深入地将信息和通信技术融入到对运动员的分析、对激烈比赛中压力的心理管理以及提高身体表现的策略中。你可以通过任何联网的电子设备，全天24小时访问大量教学资源，从而使这一密集的学习旅程得到补充。





“

将最具创新性的科技带入职业排球世界, 提高你的球队在比赛中的表现”

模块1.个人技术

- 1.1. 什么是技巧?
 - 1.1.1. 技术的定义
- 1.2. 与其他运动有关的重要性
 - 1.2.1. 运动员发展
 - 1.2.2. 如何训练它?
 - 1.2.3. 正确的技术对比赛和健康的重要性
 - 1.2.4. 身体技能的发展
 - 1.2.5. 在阅读比赛中的应用
 - 1.2.6. 运动员健康的主要方面
 - 1.2.7. 个人技术对团队比赛的影响
- 1.3. 服务
 - 1.3.1. 它是什么?
 - 1.3.2. 服务的类型
 - 1.3.3. 服务的阶段性
 - 1.3.4. 如何训练它?
- 1.4. 阻断
 - 1.4.1. 它是什么?
 - 1.4.2. 上层主干
 - 1.4.3. 下部树干
 - 1.4.4. 如何训练它?
- 1.5. 攻击
 - 1.5.1. 它是什么?
 - 1.5.2. 攻击的类型
 - 1.5.3. 攻击阶段
 - 1.5.4. 如何训练它?
- 1.6. 接待
 - 1.6.1. 它是什么?
 - 1.6.2. 预先阅读
 - 1.6.3. 身体位置
 - 1.6.4. 如何训练?

- 1.7. 防御
 - 1.7.1. 它是什么?
 - 1.7.2. 预先阅读
 - 1.7.3. 身体位置
 - 1.7.4. 如何训练?
- 1.8. 摆放位置
 - 1.8.1. 它是什么?
 - 1.8.2. 搭配的类型
 - 1.8.3. 在游戏中的重要性的
 - 1.8.4. 如何训练它?
- 1.9. 前臂
 - 1.9.1. 它是什么?
 - 1.9.2. 身体定位
 - 1.9.3. 应用
 - 1.9.4. 如何训练它?
- 1.10. 手指触摸
 - 1.10.1. 它是什么?
 - 1.10.2. 身体定位
 - 1.10.3. 应用
 - 1.10.4. 如何训练它?

模块2.排球科技

- 2.1. 使用视频:如何使用视频作为游戏分析和改进的工具
 - 2.1.1. 为什么它很重要?
 - 2.1.2. 目标
 - 2.1.3. 研究的要素
 - 2.1.4. 分析后的应用
- 2.2. 战术分析:如何分析球队和对手的比赛
 - 2.2.1. 为什么它很重要?
 - 2.2.2. 目标
 - 2.2.3. 对手的战术
 - 2.2.4. 本队的战术

- 2.3. 个人技术分析:如何通过视频分析球员的个人技术
 - 2.3.1. 为什么它很重要?
 - 2.3.2. 目标
 - 2.3.3. 分析后的实施
 - 2.3.4. 统计数据的视觉支持
- 2.4. 介绍结果:如何有效地介绍视频分析结果
 - 2.4.1. 选择
 - 2.4.2. 研究
 - 2.4.3. 曝光
 - 2.4.4. 目标
- 2.5. 技术分析的应用
 - 2.5.1. 视频延迟
 - 2.5.2. 教练之眼
 - 2.5.3. Hudl 技术
 - 2.5.4. 基诺瓦
- 2.6. 战术分析的应用
 - 2.6.1. 教练笔记
 - 2.6.2. 装备
 - 2.6.3. 数据排查
 - 2.6.4. 排球侦察兵
- 2.7. 物理分析的应用
 - 2.7.1. 我的跳跃
 - 2.7.2. 力量举重
 - 2.7.3. 北欧运动
 - 2.7.4. 外展
- 2.8. 排球球探
 - 2.8.1. 它是什么?
 - 2.8.2. 信息的收集
 - 2.8.3. 统计分析
 - 2.8.4. 信息的应用

- 2.9. 定量分析:数据
 - 2.9.1. 它是什么?
 - 2.9.2. 主要工具
 - 2.9.3. 数据选择
 - 2.9.4. 分析后的实施
- 2.10. 定性分析:电子表格和视频
 - 2.10.1. 它是什么?
 - 2.10.2. 工具
 - 2.10.3. 数据选择
 - 2.10.4. 分析后的实施

模块3.运动心理学

- 3.1. 压力管理
 - 3.1.1. 定义
 - 3.1.2. 正确管理的重要性
 - 3.1.3. 压力对排球运动员的影响
 - 3.1.4. 如何进行工作?
- 3.2. 团结一致的排球队
 - 3.2.1. 小组的凝聚力
 - 3.2.2. 凝聚力强的团体的重要性和好处
 - 3.2.3. 目标
 - 3.2.4. 动态性
- 3.3. 排球运动员在球场上的情绪管理
 - 3.3.1. 情感教育
 - 3.3.2. 积极和消极情绪的管理
 - 3.3.3. 学习情绪控制
 - 3.3.4. 动态性
- 3.4. 如何激励一支排球队?
 - 3.4.1. 动机
 - 3.4.2. 个人目标的发展
 - 3.4.3. 球员的内在激励技巧
 - 3.4.4. 球员的外在激励技巧

- 3.5. 排球队中的领导角色
 - 3.5.1. 领导
 - 3.5.2. 球队中领导的类型
 - 3.5.3. 领导者的素质
 - 3.5.4. 如何激励一支排球队?
- 3.6. 排球队的动力
 - 3.6.1. 它们是什么?
 - 3.6.2. 应用它们的好处
 - 3.6.3. 规划和目标
 - 3.6.4. 实例
- 3.7. 注意力和排球运动员
 - 3.7.1. 注意力的技巧
 - 3.7.2. 在排球运动中的重要性
 - 3.7.3. 影响注意力的因素
 - 3.7.4. 如何训练?
- 3.8. 发展排球运动员的人际交往能力
 - 3.8.1. 人际交往技能
 - 3.8.2. 在排球队中的好处
 - 3.8.3. 在一个团队中的有效沟通
 - 3.8.4. 如何对它们进行工作?
- 3.9. 排球运动员的积极性
 - 3.9.1. 激活控制
 - 3.9.2. 激活的层次
 - 3.9.3. 搜索 NOA
 - 3.9.4. 动态性
- 3.10. 比赛前的放松和视觉化
 - 3.10.1. 什么是放松?
 - 3.10.2. 什么是视觉化?
 - 3.10.3. 对排球的影响
 - 3.10.4. 动态性



模块4.健身和身体准备

- 4.1. 下层类别和运动技能
 - 4.1.1. 低级别的体能准备的重要性
 - 4.1.2. 运动技能训练
 - 4.1.3. 从运动技能到身体能力
 - 4.1.4. 较低类别的规划
- 4.2. 阈值法
 - 4.2.1. 定义
 - 4.2.2. 它是如何影响训练的?
 - 4.2.3. 训练中有机体的演变
 - 4.2.4. 在排球中的应用
- 4.3. 应力理论
 - 4.3.1. 定义
 - 4.3.2. 作为一种生理过程的压力
 - 4.3.3. 压力的类型
 - 4.3.4. 在排球中的应用
- 4.4. 超强补偿的原理
 - 4.4.1. 定义
 - 4.4.2. 阶段
 - 4.4.3. 决定性因素
 - 4.4.4. 在排球中的应用
- 4.5. 身体能力
 - 4.5.1. 它们是什么?
 - 4.5.2. 灵活性
 - 4.5.3. 强度及其表现形式
 - 4.5.4. 耐力和它的表现形式
 - 4.5.5. 速度和它的表现形式
- 4.6. 跳跃的具体训练
 - 4.6.1. 排球中跳跃的技术特点
 - 4.6.2. 正确的跳跃技术对比赛的影响
 - 4.6.3. 正确的技术对健康的重要性
 - 4.6.4. 设计一个跳跃训练计划
- 4.7. 设计一个训练计划
 - 4.7.1. 正确计划的重要性
 - 4.7.2. 规划标准和目标
 - 4.7.3. 培训结构
 - 4.7.4. 模式:先驱、传统和当代
- 4.8. 培训的周期化
 - 4.8.1. 定义
 - 4.8.2. 规划单位
 - 4.8.3. 规划模型
 - 4.8.4. 具体需求
- 4.9. 训练负荷
 - 4.9.1. 定义
 - 4.9.2. 负荷的分布
 - 4.9.3. 复式平行法
 - 4.9.4. 顺序-连续法
- 4.10. 恢复和休息
 - 4.10.1. 定义
 - 4.10.2. 恢复阶段的重要性
 - 4.10.3. 练习的例子
 - 4.10.4. 作为最终目标的反馈



通过本专科文凭课程中展示的最佳策略,提高球员在拦截和进攻中的跳跃能力"

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：**再学习**。

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。





“

发现再学习, 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。



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。

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。

再学习方法

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:再学习。

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再学习。

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。

再学习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。



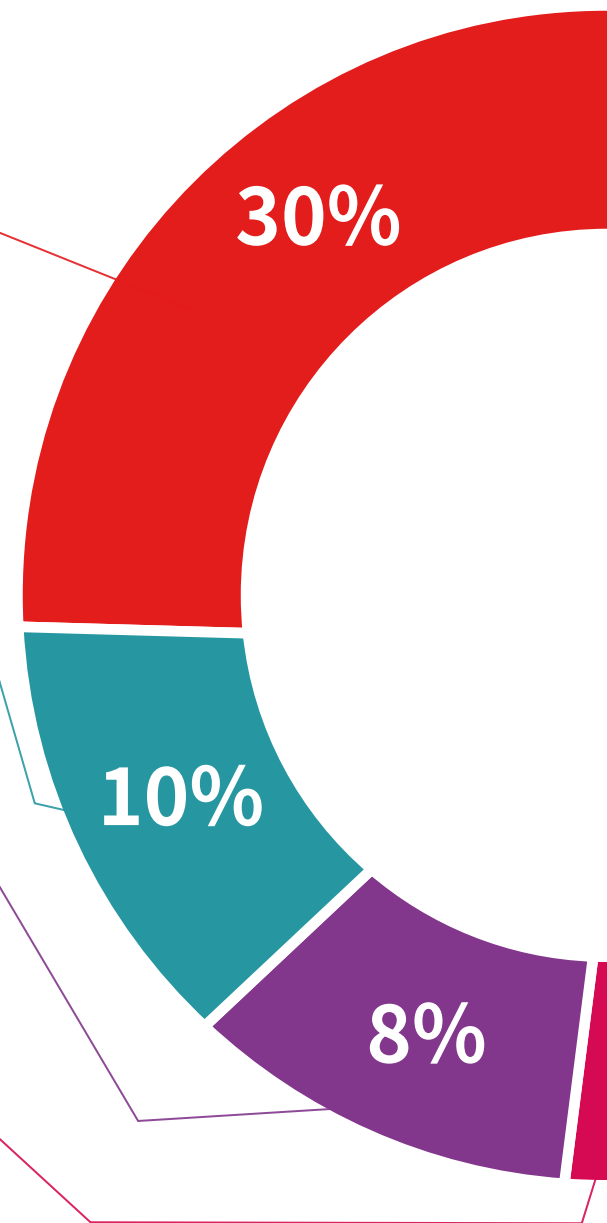
技能和能力的实践

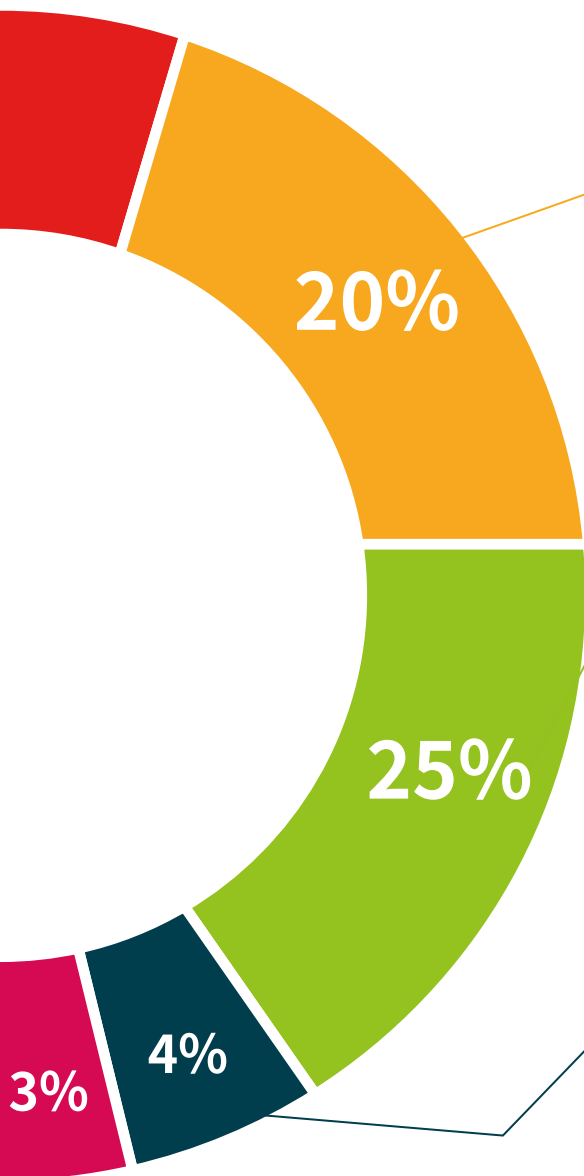
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



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 学历

专业排球队训练专科文凭课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的专科文凭学位证书。





“

成功完成该课程, 即可获得专科文凭, 无需舟车劳顿或办理手续”

这个**专业排球队训练专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

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**专科文凭**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在专科文凭获得的资格, 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: **专业排球队训练专科文凭**

官方学时: **600小时**

得到了**NBA**的认可



*海牙认证。如果学生要求为他们的纸质学位申请海牙加注, TECH EDUCATION将作出必要的安排, 以获得额外的费用。

健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在 创新
知识 网页 质量
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

专科文凭
专业排球队训练

- » 模式:在线
- » 时间:6个月
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

专科文凭 专业排球队训练

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学