

# Curso

## Fatores de Rendimento no Handebol

Reconhecido pela NBA





**tech** universidade  
tecnológica

## Curso

### Fatores de Rendimento no Handebol

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtitute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/fatores-rendimento-handebol](http://www.techtitute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/fatores-rendimento-handebol)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 12*

04

Metodologia

---

*pág. 16*

05

Certificado

---

*pág. 24*

# 01

# Apresentação

A evolução do handebol despertou grande interesse não apenas dos torcedores, mas também de pesquisadores que concentraram seus estudos na análise de todos os aspectos, desde fatores técnicos, táticos e antropométricos até a nutrição mais eficaz nessa modalidade. Tudo isso com o objetivo de compreender e aprimorar o desempenho dos jogadores. Um elemento fundamental para a realização de resultados esportivos individuais e coletivos. Por esta razão, a TECH disponibiliza aos futuros treinadores uma capacitação 100% online que conduz a uma aprendizagem intensiva sobre os fundamentos deste esporte, suas modalidades, sua história, bem como o novo papel do treinador dentro do treinamento do atleta. Além disso, o programa conta com a participação de renomados jogadores de elite e especialistas em Ciências do Esporte.





“

*Um Curso Universitário 100% online e flexível que permitirá autogerenciar seu tempo de estudo. Ideal para profissionais como você”*

A literatura científica sobre o handebol tem crescido nos últimos anos, com muitos estudos focando em compreender a tipologia de treinamento e os fatores físicos que influenciam o desenvolvimento do atleta. Dessa forma, a ciência tem possibilitado a transferência de seus avanços para as sessões práticas conduzidas por um treinador, seja em estágios de iniciação ou de alto rendimento.

A aplicação direta desse amplo conhecimento permitirá ao profissional alcançar os objetivos esportivos estabelecidos e impulsionar a carreira de seus jogadores. Para facilitar essa tarefa, a TECH desenvolveu este Curso de Fatores de Rendimento no Handebol, com apenas 6 semanas de duração.

Trata-se de um programa intensivo elaborado por uma excelente equipe de profissionais formada por jogadores renomados nessa modalidade esportiva, que também possuem uma carreira acadêmica de alto nível relacionada à Ciência do Esporte. Nesse sentido, os alunos terão acesso a uma capacitação de alto nível com conteúdos avançados e de alto rigor.

Essa opção acadêmica inclui resumos em vídeo de cada tema, vídeos detalhados, leituras e simulações de casos práticos que propiciam maior dinamismo a esse programa universitário.

Dessa forma, sem a necessidade de presença física ou aulas em horários fixos, os alunos terão maior liberdade para gerenciar seus estudos, possibilitando conciliar este curso universitário com suas atividades pessoais diárias.

Este **Curso de Fatores de Rendimento no Handebol** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Handebol e Ciências do Esporte
- ♦ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e extremamente úteis fornecem informações rigorosas e práticas sobre as disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão.
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



*Uma capacitação de 150 horas letivas exclusivamente online para que você avance em sua carreira profissional como treinador de handebol”*

“

*Analise a didática deste esporte por meio dos grandes técnicos que marcaram sua trajetória e integre seus ensinamentos à sua carreira como treinador”*

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

*Neste programa, serão analisados os fatores antropométricos, técnicos, táticos, condicionais e psicológicos do jogador de handebol.*

*Faça uma incursão efetiva na evolução do handebol por meio de um curso universitário 100% online.*



# 02

## Objetivos

Ao longo deste Curso Universitário, o futuro técnico de handebol adquirirá uma aprendizagem que poderá ser aplicada diretamente em suas sessões. Dessa forma, será possível integrar os avanços mais significativos obtidos por meio de pesquisas científicas sobre essa modalidade esportiva, os fatores técnicos e táticos. Para isso, disponibilizaremos uma ferramenta didática de grande utilidade: os estudos de caso fornecidos pela equipe de professores especializados que ministram este programa.





“

*Integre em suas sessões os mais recentes avanços em táticas de jogo utilizadas no Alto Rendimento”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Dominar o planejamento e o controle do treinamento em diferentes etapas
- ♦ Melhorar o desempenho de esportistas
- ♦ Interpretar a análise dos dados obtidos por meio de novas tecnologias
- ♦ Incorporar o planejamento nutricional do atleta de acordo com suas características e posição de jogo
- ♦ Conhecer a evolução do jogo e das táticas do Handebol até os dias atuais
- ♦ Analisar os diversos fatores que intervêm no processo de treinamento e no desempenho dos jogadores de Ato Desempenho





## Objetivos específicos

---

- ♦ Conhecer profundamente os antecedentes históricos do Handebol
- ♦ Dominar a atual regulamentação do Handebol
- ♦ Conhecer em profundidade as diferentes modalidades do Handebol
- ♦ Diferenciar as etapas de formação
- ♦ Conhecer o papel do professor e do treinador na formação do Handebol
- ♦ Compreender a importância dos fatores antropométricos, técnicos, táticos, condicionais e psicológicos do jogador/a de Handebol

“

*Com este curso, você analisará as pesquisas mais recentes sobre o esporte e sua aplicação direta em treinamentos”*

# 03

## Estrutura e conteúdo

A jornada acadêmica deste Curso Universitário conduzirá o aluno a uma viagem pelos marcos mais importantes do handebol, suas modalidades, regulamentos e as diferentes etapas formativas dessa modalidade esportiva.

Para isso, o aluno formado contará com ferramentas didáticas inovadoras para explorar com maior rapidez e facilidade os fatores técnicos, condicionais e psicológicos desse esporte. Além disso, seu conteúdo poderá ser acessado de qualquer dispositivo digital com conexão à internet.





“

*A Biblioteca Virtual deste programa  
estará disponível 24 horas por dia, 7  
dias por semana”*

## Módulo 1. Fatores de Rendimento no Handebol

- 1.1. Antecedentes
  - 1.1.1. Origem do Handebol
  - 1.1.2. O Handebol Moderno
  - 1.1.3. O Handebol na Espanha
- 1.2. Regulamento
  - 1.2.1. Aspectos normativos fundamentais
  - 1.2.2. Regulamento em vigor (Regras do jogo, julho de 2022 - IHF)
  - 1.2.3. Evolução do regulamento
- 1.3. Modalidades do Handebol
  - 1.3.1. Mini-Handebol
  - 1.3.2. Handebol de praia
  - 1.3.3. Handebol em cadeira de rodas
- 1.4. Etapas de formação
  - 1.4.1. Didática nos estágios de formação
  - 1.4.2. Etapas de formação segundo J. Antón
  - 1.4.3. Etapas de formação segundo Manolo Laguna
- 1.5. Pesquisa no Handebol
  - 1.5.1. Pesquisa científica
  - 1.5.2. Pesquisa científica no Handebol
  - 1.5.3. Da Ciência ao treinamento
- 1.6. Fatores antropométricos
  - 1.6.1. Fatores antropométricos na formação
  - 1.6.2. Fatores antropométricos no Alto Desempenho
  - 1.6.3. Detecção de talentos
- 1.7. Fatores técnicos
  - 1.7.1. Fatores técnicos na literatura científica
  - 1.7.2. Análise do arremesso
  - 1.7.3. Influência do ciclo de passos



- 1.8. Fatores táticos
  - 1.8.1. Fatores táticos coletivos
  - 1.8.2. Estudo de tomada de decisão
  - 1.8.3. Variações táticas no Alto Desempenho
- 1.9. Fatores condicionais
  - 1.9.1. Força no arremesso
  - 1.9.2. Força no salto
  - 1.9.3. Demandas físicas no Alto Desempenho
- 1.10. Fatores psicológicos
  - 1.10.1. Motivação e autoconfiança
  - 1.10.2. Ativação, estresse e ansiedade
  - 1.10.3. Liderança

“

*Conheça os principais fatores psicológicos que influenciam a motivação e a autoconfiança de seus jogadores de handebol”*



# 04

# Metodologia

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



“

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

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

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

“

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



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



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

## Un método de aprendizaje innovador y diferente

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

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

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

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

## Metodologia Relearning

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

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

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

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

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



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

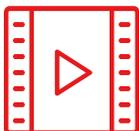
*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*

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

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



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



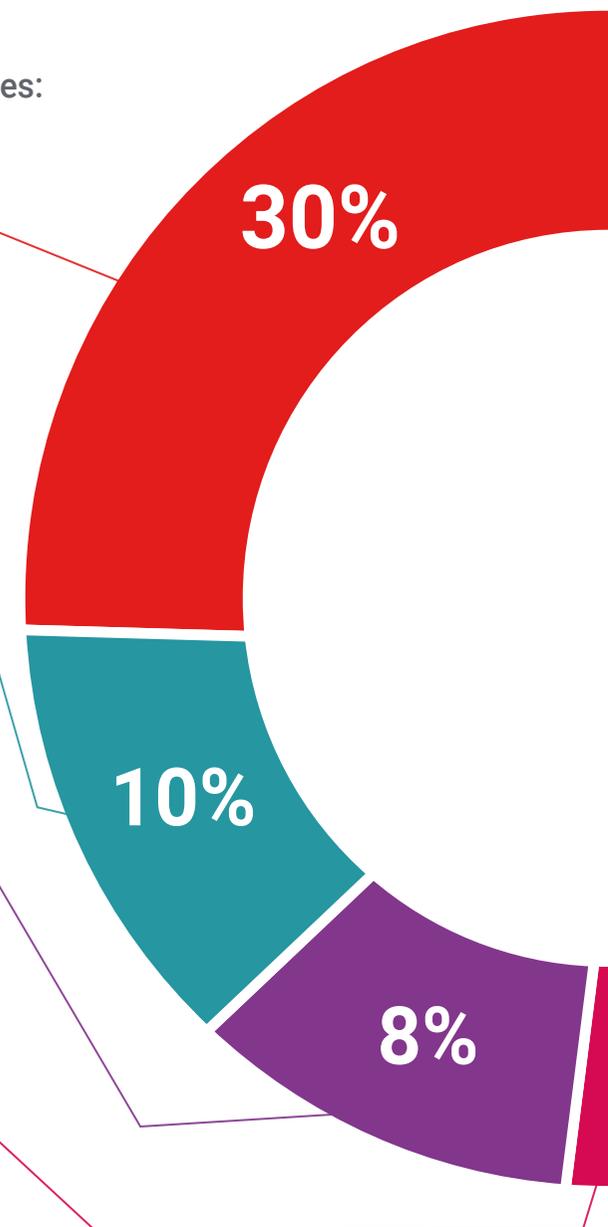
#### Prácticas de habilidades y competencias

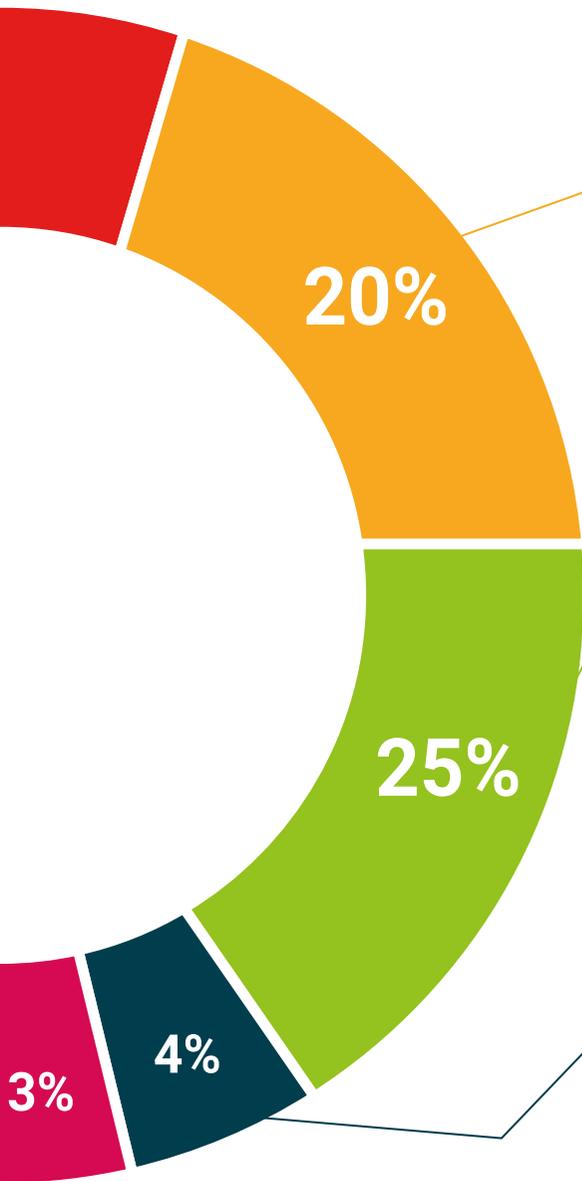
Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





### Estudios de caso

Será realizada una selección dos melhores estudos de caso, escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas no cenário internacional.



### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



05

# Certificado

O Curso de Fatores de Rendimento no Handebol garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este **Curso de Fatores de Rendimento no Handebol** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* do **curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Fatores de Rendimento no Handebol**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**

Reconhecido pela **NBA**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualidade  
desenvolvimento site

**tech** universidade  
tecnológica

### Curso

Fatores de Rendimento  
no Handebol

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Curso

## Fatores de Rendimento no Handebol

Reconhecido pela NBA

