

Formation Pratique

Entraînement de la Force dans la Performance Sportive

Approuvé par la NBA



tech



tech

Formation Pratique
Entraînement de la Force dans
la Performance Sportive

Accueil

01

Introduction

Page 4

02

Pourquoi suivre cette
Formation Pratique?

Page 6

03

Objectifs

Page 8

04

Plan d'étude

Page 10

05

Où suivre la Formation
Pratique?

Page 12

06

Conditions générales

Page 14

07

Diplôme

Page 16

01

Introduction

L'Entraînement de la Force est devenu un facteur déterminant de la performance sportive et de la prévention des blessures chez les athlètes de tous niveaux. C'est pourquoi il est essentiel que les kinésithérapeutes aient des connaissances spécialisées dans ce domaine, en appliquant non seulement les techniques les plus avancées, mais aussi les dernières technologies pour la récupération des patients. À cette fin, TECH propose un programme de trois semaines dans un centre clinique prestigieux, qui vous permettra d'améliorer vos compétences en matière de conception et de programmation d'un entraînement spécifique de la force, en fonction des caractéristiques et des besoins de l'athlète. Une occasion unique de vivre une expérience inégalée, que seuls les étudiants trouveront à travers cette institution académique.



Incorporez dans votre pratique quotidienne les avancées les plus pertinentes dans le domaine de l'Entraînement de la Force par des experts en la matière"





Ces dernières années, des progrès importants ont été réalisés dans le domaine de l'Entraînement de la Force, notamment une meilleure compréhension des mécanismes de l'hypertrophie musculaire, de l'activation des fibres musculaires et l'amélioration de la qualité de vie des patients se soignant de blessures sportives, ainsi que la prévention de futures blessures. Dans ce contexte, les kinésithérapeutes jouent un rôle fondamental dans l'application de ces avancées et des méthodologies de travail les plus efficaces.

En ce sens, il est essentiel que les professionnels possèdent des connaissances spécialisées en Entraînement de la Force. C'est pourquoi cette Formation Pratique a été créée pour fournir aux étudiants les outils et les compétences nécessaires à l'application de ces avancées dans le traitement de leurs patients.

Afin d'atteindre cet objectif, cette institution académique a choisi un centre clinique prestigieux, où, entouré des meilleurs experts, ils pourront améliorer leurs compétences pratiques et leur expérience clinique dans un environnement réel, en travaillant avec les plus grands spécialistes dans le domaine de la Kinésithérapie Sportive. Ils sont ainsi en mesure d'appliquer les procédures diagnostiques les plus innovantes et de planifier les thérapeutiques de dernière génération pour chaque pathologie, améliorant ainsi la qualité des soins qu'ils prodiguent à leurs patients.

02

Pourquoi suivre cette Formation Pratique?

Les performances sportives d'un athlète sont fortement influencées par sa condition physique. Ainsi, ces dernières années, les méthodologies et la planification de l'entraînement ont été perfectionnées, prenant en compte la Force comme facteur déterminant dans la prévention des blessures. Il est donc essentiel que les kinésithérapeutes soient au fait de ces avancées et les intègrent dans leur pratique clinique. Afin de favoriser cette mise à jour des compétences, TECH propose une expérience pratique dans un centre clinique réputé où vous pourrez vous spécialiser dans les aspects clés de l'entraînement de la force, des méthodologies d'entraînement et de la prescription d'exercices. Tout cela dans un environnement réel qui permettra au professionnel d'améliorer ses compétences.



TECH est la seule université qui vous offre la possibilité d'entrer dans des environnements cliniques réels avec les meilleurs spécialistes de la kinésithérapie sportive"

1. Actualisation des technologies les plus récentes

Aujourd'hui, une technologie de pointe a été intégrée pour surveiller les performances et la condition physique des athlètes, ainsi que l'utilisation de techniques d'entraînement de la force innovantes. C'est pourquoi, à l'issue de ce Formation Pratique, le professionnel aura l'occasion d'étudier en profondeur ce domaine et d'accéder à des ressources numériques et à des techniques interactives pour compléter son processus d'actualisation.

2. Exploiter l'expertise des meilleurs spécialistes

Dans cette Formation Pratique en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive, le kinésithérapeute professionnel sera accompagné par une équipe d'experts travaillant dans le centre clinique distingué où il effectuera le stage pratique. De cette manière, les étudiants pourront intégrer les méthodologies, les procédures diagnostiques et thérapeutiques les plus avancées sous la main des meilleurs spécialistes du domaine.

3. Accéder à des milieux hospitaliers de premier ordre

TECH effectue une sélection rigoureuse des centres cliniques disponibles pour la Formation Pratique, garantissant au spécialiste l'accès à un environnement prestigieux dans le domaine de la Kinésithérapie Sportive. Pendant le stage pratique, le professionnel pourra faire l'expérience de la rigueur et des exigences du travail quotidien, en appliquant les dernières thèses et postulats scientifiques dans la méthodologie de travail.



4. Mettre en pratique au quotidien ce que vous apprenez dès le départ

TECH propose une approche pédagogique différente qui s'adapte au rythme de travail des spécialistes. Grâce à une formation 100% pratique, le professionnel sera en mesure d'acquérir des connaissances avancées dans le domaine de l'Entraînement de la Force dans la Performance Sportive et de les appliquer dans sa pratique quotidienne en seulement 3 semaines. De cette manière, le professionnel pourra réaliser un processus de mise à jour et être à l'avant-garde dans son domaine de travail.

5. Élargir les frontières de la connaissance

TECH offre aux kinésithérapeutes la possibilité d'effectuer leur Formation Pratique en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive dans des centres nationaux et internationaux prestigieux. Cela leur permettra d'élargir leur expérience et de rencontrer les meilleurs professionnels, dans des centres cliniques renommés sur différents continents. Une opportunité d'étude unique que seul TECH, la plus grande université numérique du monde, pourrait vous offrir.



*Vous serez en immersion totale
dans le centre de votre choix”*

03

Objectifs

L'objectif principal de la Formation Pratique en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive destinée aux kinésithérapeutes est de donner aux étudiants la possibilité d'appliquer les connaissances théoriques acquises dans un environnement pratique et réel. Au cours de la formation, les étudiants auront l'occasion de travailler aux côtés d'un spécialiste adjoint, en observant de vrais patients et en appliquant les procédures de diagnostic les plus innovantes et les thérapies de pointe pour chaque pathologie. En outre, les étudiants seront capables d'acquérir des compétences en matière d'évaluation de la performance sportive, de prescription et de programmation de l'entraînement de la force, et des méthodologies de l'entraînement de la force sous le paradigme des systèmes dynamiques complexes.



Objectifs généraux

- Développer les compétences nécessaires pour concevoir des programmes d'entraînement de la force qui maximisent la performance sportive, en tenant compte des besoins individuels et des caractéristiques de chaque athlète
- Développer la capacité à évaluer les performances sportives, permettant aux professionnels d'identifier les facteurs influençant les performances et de concevoir des stratégies d'amélioration
- Promouvoir l'acquisition de compétences de communication pour travailler avec des athlètes et d'autres professionnels du sport, et favoriser les compétences de travail en équipe dans un environnement de haute performance





Objectifs spécifiques

- ◆ Prescrire des entraînements de la force dans les sports de moyenne et de longue durée
- ◆ Identifier et appliquer les différentes méthodes et moyens d'entraînement de la force dans les sports en situation
- ◆ Appliquer correctement les techniques d'évaluation de la performance sportive dans l'entraînement de la force
- ◆ Adapter le programme d'entraînement de la force aux besoins individuels des athlètes
- ◆ Appliquer les aspects biomécaniques et physiologiques qui influencent le développement de la vitesse et du changement de direction
- ◆ Développer des compétences dans la sélection et l'application de différents types d'évaluation de la performance sportive
- ◆ Concevoir un entraînement basé sur le mouvement dans les sports en situation
- ◆ Développer des compétences dans l'organisation et la programmation de l'entraînement de la force pour la performance sportive
- ◆ Utiliser les technologies les plus récentes dans le domaine de l'entraînement et de l'évaluation de la force physique
- ◆ Sélectionner les tests les plus appropriés pour le processus d'évaluation de la performance de l'athlète

04

Plan d'étude

La Formation Pratique de ce programme en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive donnera au kinésithérapeute professionnel l'opportunité d'effectuer un stage pratique dans un centre prestigieux pendant 3 semaines. Du lundi au vendredi, vous serez accompagné par des spécialistes pendant 8 heures consécutives, appliquant les procédures les plus innovantes dans le domaine de l'entraînement sportif et planifiant la thérapie la plus efficace dans chaque cas. Pendant cette période, vous pourrez observer et travailler avec de vrais athlètes, en collaboration avec une équipe de professionnels hautement qualifiés.

Dans cette Formation Pratique, de nature totalement pratique, les activités visent à développer et à perfectionner les compétences nécessaires à la prestation de service de réadaptation et prévention des blessures dans conditions qui requièrent un haut niveau de qualification, et qui sont orientées vers une formation spécifique pour l'exercice de l'activité, dans un environnement de sécurité pour le patient et de haute performance professionnelle.

Il s'agit sans aucun doute d'une occasion de mettre à jour vos compétences dans un environnement clinique de premier ordre. C'est une nouvelle façon de comprendre et d'intégrer les processus de santé, qui fait d'un centre de premier ordre le scénario pédagogique idéal pour cette expérience innovante d'amélioration des compétences professionnelles.

L'enseignement pratique sera dispensé avec la participation active de l'étudiant, qui réalisera les activités et les procédures de chaque domaine de compétence (apprendre à apprendre et à faire), avec l'accompagnement et les conseils des enseignants et d'autres collègues formateurs qui facilitent le travail en équipe et l'intégration multidisciplinaire en tant que compétences transversales pour Kinésithérapie (apprendre à être et apprendre à être en relation).

Les procédures décrites ci-dessous constitueront la base de la partie pratique de la formation, et leur mise en œuvre est subordonnée à la fois à l'adéquation des patients et à la disponibilité du centre et à sa charge de travail. Les activités proposées sont les suivantes:



Inscrivez-vous à une institution qui peut vous offrir toutes ces possibilités, avec un programme académique innovant et une équipe humaine capable de vous accompagner au maximum”



Module	Activité pratique
Entraînement aux sports de moyenne et longue durée	Concevoir des plans d'entraînement pour les coureurs de fond et de demi-fond
	Superviser des séances d'entraînement sur piste ou dans des centres sportifs
	Accompagner les athlètes dans des séances d'entraînement à haute intensité
	Enregistrer et analyser les temps de course pour mesurer les progrès de l'athlète
Entraînement de la Force dans les sports de situation	Aider les entraîneurs à concevoir des plans d'Entraînement de la Force adaptés aux sports en situation
	Organiser des séances d'Entraînement de la Force sur le terrain ou dans la salle de sport, en se concentrant sur l'amélioration des compétences spécifiques au sport
	Utiliser des techniques d'Entraînement de la Force avec des outils tels que des balles médicinales ou des bandes élastiques, pour améliorer la force et la puissance de l'athlète
	Évaluer les progrès de l'athlète dans sa capacité à appliquer la force dans des situations de jeu
Méthodologie d'Entraînement de la Force	Examiner les plans d'Entraînement de la Force existants et formuler des recommandations d'amélioration
	Rechercher et présenter des informations actualisées sur les méthodes les plus récentes en matière d'Entraînement de la Force
	Coordonner le travail avec d'autres professionnels afin d'appliquer les méthodes d'Entraînement de la Force les plus actuelles
	Aider à la préparation du matériel pédagogique pour les futurs cours d'Entraînement de la Force
Évaluation de la performance sportive dans l'Entraînement de la Force	Évaluer la capacité de force de l'athlète au moyen de tests spécifiques, comme le test 1RM
	Utiliser une technologie avancée, telle que les plates-formes de force, pour mesurer la puissance de l'athlète
	Analyser le mouvement de l'athlète par rapport à l'application de la force pendant le sport
	Utiliser des outils d'évaluation et d'analyse des données pour interpréter les résultats des tests et formuler des recommandations en vue d'améliorer la performance de l'athlète
Prescription et programmation de l'Entraînement de la Force	Élaborer des plans d'Entraînement de la Force personnalisés pour chaque athlète, en tenant compte de leurs antécédents médicaux et de leurs objectifs sportifs
	Établir un programme efficace d'Entraînement de la Force qui combine des séances d'entraînement à haute intensité avec des périodes de repos et de récupération
	Programmer les séances d'Entraînement de la Force en fonction du calendrier sportif de l'athlète
	Ajuster les plans d'Entraînement de la Force au fur et à mesure que l'athlète progresse et que ses capacités augmentent

05 Où suivre la Formation Pratique?

Afin d'offrir une Formation Pratique de qualité, TECH a élargi son offre de formation pour proposer ce programme d'Entraînement de la Force dans la Performance Sportive dans des centres de haut niveau. Il s'agit d'une opportunité inégalée pour les kinésithérapeutes, qui pourront continuer à développer leur carrière aux côtés des meilleurs professionnels du secteur, dans différents lieux prestigieux.

“

Immergez-vous dans une expérience pratique unique, en apprenant auprès de spécialistes dans un centre clinique prestigieux”





L'étudiant pourra suivre cette formation dans les centres suivants:



Kinésithérapie

Policlínico HM Moraleja

Pays Ville
Espagne Madrid

Adresse: P.º de Alcobendas, 10, 28109, Alcobendas, Madrid

Réseau de Cliniques Privées, Hôpitaux et Centres Spécialisés dans toute l'Espagne

Formations pratiques connexes:

- Médecine de Réhabilitation en Gestion des Lésions Cérébrales Acquisées



Kinésithérapie

Policlínico HM Matogrande

Pays Ville
Espagne La Corogne

Adresse: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º, 15009, A Coruña

Réseau de Cliniques Privées, Hôpitaux et Centres Spécialisés dans toute l'Espagne

Formations pratiques connexes:

- Kinésithérapie Sportive
- Maladies Neurodégénératives



Kinésithérapie

Exactfitness Vigo

Pays Ville
Espagne Pontevedra

Adresse: Rúa de María Berdiales, 39, 36203 Vigo, Pontevedra

Exactfitness est un centre d'entraînement personnel

Formations pratiques connexes:

- Entraînement de la Force dans la Performance Sportive



Kinésithérapie

Premium global health care Madrid

Pays Ville
Espagne Madrid

Adresse: C. de Víctor de la Serna, 4, 28016 Madrid

Réhabilitation, réadaptation et formation personnelle: les piliers de la clinique de Kinésithérapie à Chamartín

Formations pratiques connexes:

- MBA en Marketing Numérique
- Project Management



Kinésithérapie

Premium global health care Fuenlabrada

Pays Ville
Espagne Madrid

Adresse: Paseo de Roma, 1, 28943 Fuenlabrada, Madrid

Réhabilitation, réadaptation et formation personnelle: les piliers de la clinique de Kinésithérapie à Fuenlabrada

Formations pratiques connexes:

- MBA en Marketing Numérique
- Project Management



Kinésithérapie

Premium global health care Pozuelo

Pays Ville
Espagne Madrid

Adresse: Centro Comercial Monteclaro, Local 59.4, s/n, Av. de Monteclaro, d, 28223 Pozuelo de Alarcón, Madrid

Réhabilitation, réadaptation et formation personnelle: les piliers de la clinique de Kinésithérapie à Pozuelo

Formations pratiques connexes:

- MBA en Marketing Numérique
- Project Management

06

Conditions générales

Assurance responsabilité civile

La principale préoccupation de cette institution est de garantir la sécurité des stagiaires et des autres collaborateurs nécessaires aux processus de formation pratique dans l'entreprise. Parmi les mesures destinées à atteindre cet objectif figure la réponse à tout incident pouvant survenir au cours de la formation d'apprentissage.

Pour ce faire, cette université s'engage à souscrire une assurance Responsabilité Civile pour couvrir toute éventualité pouvant survenir pendant le séjour au centre de stage.

Cette police d'assurance couvrant la Responsabilité Civile des stagiaires doit être complète et doit être souscrite avant le début de la période de Formation Pratique. Ainsi, le professionnel n'a pas à se préoccuper des imprévus et bénéficiera d'une couverture jusqu'à la fin du stage pratique dans le centre.



Conditions générales de la Formation pratique

Les conditions générales de la convention de stage pour le programme sont les suivantes:

1. TUTEUR: Pendant la Formation Pratique, l'étudiant se verra attribuer deux tuteurs qui l'accompagneront tout au long du processus, en résolvant tous les doutes et toutes les questions qui peuvent se poser. D'une part, il y aura un tuteur professionnel appartenant au centre de placement qui aura pour mission de guider et de soutenir l'étudiant à tout moment. D'autre part, un tuteur académique sera également assigné à l'étudiant, et aura pour mission de coordonner et d'aider l'étudiant tout au long du processus, en résolvant ses doutes et en lui facilitant tout ce dont il peut avoir besoin. De cette manière, le professionnel sera accompagné à tout moment et pourra consulter les doutes qui pourraient surgir, tant sur le plan pratique que sur le plan académique.

2. DURÉE: le programme de formation pratique se déroulera sur trois semaines continues, réparties en journées de 8 heures, cinq jours par semaine. Les jours de présence et l'emploi du temps relèvent de la responsabilité du centre, qui en informe dûment et préalablement le professionnel, et suffisamment à l'avance pour faciliter son organisation.

3. ABSENCE: En cas de non présentation à la date de début de la Formation Pratique, l'étudiant perdra le droit au stage sans possibilité de remboursement ou de changement de dates. Une absence de plus de deux jours au stage, sans raison médicale justifiée, entraînera l'annulation du stage et, par conséquent, la résiliation automatique de la formation. Tout problème survenant au cours du séjour doit être signalé d'urgence au tuteur académique.

4. CERTIFICATION: l'étudiant qui réussit la Formation Pratique recevra un certificat accréditant le séjour dans le centre en question.

5. RELATION DE TRAVAIL: La formation pratique ne constitue pas une relation de travail de quelque nature que ce soit.

6. ÉTUDES PRÉALABLES: certains centres peuvent exiger un certificat d'études préalables pour effectuer la Formation Pratique. Dans ce cas, il sera nécessaire de le présenter au département de formations pratiques de TECH afin de confirmer l'affectation du centre choisi.

7. NON INCLUS: La Formation Pratique ne comprend aucun élément non décrit dans les présentes conditions. Par conséquent, il ne comprend pas l'hébergement, le transport vers la ville où le stage a lieu, les visas ou tout autre avantage non décrit.

Toutefois, les étudiants peuvent consulter leur tuteur académique en cas de doutes ou de recommandations à cet égard. Ce dernier lui fournira toutes les informations nécessaires pour faciliter les démarches.

07 Diplôme

Ce diplôme de **Formation Pratique en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive** contient le programme le plus complet et le plus actuel sur la scène professionnelle et académique.

À l'issue des évaluations, l'étudiant recevra par courrier, avec accusé de réception, le certificat de **Formation Pratique** correspondant délivré par TECH.

Le certificat délivré par TECH mentionne la note obtenue lors des évaluations.

Diplôme: **Formation Pratique en Entraînement de la Force dans la Performance Sportive**

Durée: **3 semaines**

Modalité: **du lundi au vendredi, par journées de 8 heures consécutives**

N.º d'heures officielles: **120 h. de formation professionnelle**

Approuvé par la NBA



tech

Formation Pratique
Entraînement de la Force dans
la Performance Sportive

Formation Pratique

Entraînement de la Force dans la Performance Sportive

Approuvé par la NBA



tech