

# Certificat

## Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel

Approuvé par la NBA





## Certificat

### Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtute.com/fr/sciences-du-sport/cours/biomecanique-blessures-volley-ball-professionnel](http://www.techtute.com/fr/sciences-du-sport/cours/biomecanique-blessures-volley-ball-professionnel)

# Accueil

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Structure et contenu

---

*page 12*

04

Méthodologie

---

*page 16*

05

Diplôme

---

*page 24*

# 01

# Présentation

Chaque année, les services médicaux reçoivent des patients qui jouent au volley-ball et qui présentent généralement une tendinopathie de la coiffe des rotateurs, des blessures aux doigts, des entorses de la cheville, une tendinopathie rotulienne ou une atteinte du ligament croisé antérieur du genou. Ces blessures peuvent être évitées grâce à un entraînement biomécanique correct et à l'analyse de chaque joueur. Ainsi, afin de faciliter la prévention, TECH a conçu ce programme qui aborde les blessures les plus fréquentes dans ce sport, les méthodes d'action à adopter lorsque l'on est confronté à de telles circonstances sur un terrain de jeu, ainsi que les différents systèmes biomécaniques de ce sport et leur étude. Le tout dans un format 100% en ligne, accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.



“

*Vous serez en mesure de planifier des séances d'entraînement où la biomécanique sera la clé de la phase de prévention des blessures de vos joueurs de volley-ball”*

L'un des plus grands risques pour la carrière d'un athlète de haut niveau est une blessure récurrente à long terme ou une blessure à un moment décisif de la saison. C'est pourquoi les clubs font de plus en plus appel à des professionnels spécialisés dans la préparation de séances d'entraînement basées sur la prévention et axées sur l'amélioration de la technique du joueur grâce à l'analyse biomécanique.

Il est essentiel de comprendre ce qui se passe dans le corps de l'athlète lors de chacun des mouvements qu'il effectue, tant en match qu'à l'entraînement, pour être en mesure de planifier correctement l'entraînement. Ainsi, pour faciliter ce processus, TECH a créé ce Certificat en Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel.

Il s'agit d'un programme composé d'un syllabus avancé qui aborde les blessures les plus fréquentes dans ce sport, la manière d'agir face à un joueur blessé sur le terrain, ainsi que les différents systèmes biomécaniques de la technique du volley-ball. De cette manière, les étudiants obtiendront des informations vitales pour la prise en charge de la condition physique des athlètes et les actions nécessaires à leur rétablissement jusqu'à leur retour à la compétition.

Un contenu complet dynamisé par les nombreuses ressources didactiques proposées par ce programme: résumés vidéo, vidéos en détail, lectures et activités spécialisées. Un ensemble de matériels auquel vous pouvez accéder confortablement, à partir de n'importe quel appareil électronique doté d'une connexion à l'internet et à n'importe quel moment de la journée.

En effet, sans avoir à assister à des cours en présentiel ou à des horaires fixes, les diplômés peuvent facilement gérer leur propre temps d'étude, et obtenir un diplôme de premier ordre, compatible avec leurs responsabilités quotidiennes. Une opportunité d'étude unique que seul TECH, la plus grande université numérique du monde, pourrait vous offrir.

Ce **Certificat en Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ◆ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Education Physique et Volleyball Professionnel
- ◆ Le contenu graphique, schématique et éminemment pratique de l'ouvrage fournit des informations techniques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ◆ Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- ◆ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ◆ Leçons théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ◆ La possibilité d'accéder au contenu à partir de n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Grâce à ce programme, vous serez en mesure de prodiguer les premiers soins en cas de blessure d'un joueur de volley-ball lors d'un match"*



“ Grâce au système de Relearning, vous pourrez réduire les heures d'étude et de mémorisation. Inscrivez-vous maintenant”

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

*Améliorez les mouvements offensifs de vos défenseurs grâce à ce programme intensif de 150 heures.*

*Une option académique qui contribuera à votre progression professionnelle en tant qu'entraîneur dans le monde du volley-ball de haute compétition.*



# 02

## Objectifs

L'objectif principal de ce Certificat est d'offrir au diplômé 6 semaines de connaissances avancées sur la biomécanique et les blessures dans le volley-ball professionnel. Un objectif qui sera beaucoup plus facile à atteindre grâce aux nombreuses ressources pédagogiques proposées par TECH et au soutien apporté par les enseignants spécialisés dans ce sport qui enseignent cette qualification.







“

*Les études de cas vous permettront d'intégrer les méthodologies et les techniques les plus efficaces pour analyser la biomécanique de vos joueurs de volley-ball”*



## Objectifs généraux

---

- ◆ Planifier un entraînement spécifique pour le développement complet du joueur de volley-ball
- ◆ Structurer les séances d'entraînement général pour atteindre les objectifs de l'équipe
- ◆ Appliquer des stratégies de récupération adaptées aux besoins de l'athlète
- ◆ Évaluer et développer les capacités du joueur pour lui permettre d'atteindre son potentiel maximal
- ◆ Gérer l'espace d'entraînement dans une équipe de haut niveau
- ◆ Développer la préparation physique correcte d'un joueur





## Objectifs spécifiques

---

- ◆ Comprendre ce qui se passe dans le corps de l'athlète à chaque mouvement qu'il/elle exécute
- ◆ Connaître les techniques de traitement des blessures
- ◆ Approfondir les stratégies à utiliser dans les équipes de volley-ball pour prévenir les blessures
- ◆ Approfondir les dernières avancées en biomécanique et leur application au volley-ball



*Dans ce programme, vous en apprendrez plus sur les différentes stratégies pour évaluer la meilleure exécution d'un mouvement par vos joueurs de volley-ball"*



# 03

## Structure et contenu

Le plan de ce Certificat comprend un programme avancé sur la biomécanique et les blessures dans le volley-ball professionnel. Le tout avec une approche théorique-pratique, qui permettra aux étudiants d'obtenir toutes les méthodologies pour pouvoir concevoir un plan d'entraînement efficace pour la prévention des blessures et leur récupération. De cette manière, le diplômé obtiendra des informations essentielles pour améliorer les performances sportives de son équipe.



“

*Savez-vous comment traiter correctement les blessures pour minimiser le temps de récupération? Découvrez-le dans ce Certificat 100% en ligne”*



## Module 1. Biomécanique et blessures

- 1.1. Les blessures les plus courantes chez le polytraumatisé
  - 1.1.1. Blessures du genou
  - 1.1.2. Blessures à l'épaule
  - 1.1.3. Blessures du dos
  - 1.1.4. Blessures à la cheville
- 1.2. Premiers secours: que faire en cas de blessure sur le terrain de jeu?
  - 1.2.1. Identifier et évaluer la gravité
  - 1.2.2. Fournir des soins immédiats
  - 1.2.3. Assurer le confort et la sécurité
  - 1.2.4. Communication
- 1.3. Gestion des blessures: comment traiter les blessures de manière appropriée pour minimiser le temps de récupération
  - 1.3.1. Processus
  - 1.3.2. Haute compétitivité
  - 1.3.3. Temps de récupération
  - 1.3.4. Objectifs
- 1.4. Prévention des blessures: comment prévenir les blessures grâce à une préparation physique et à une technique appropriée
  - 1.4.1. Préparation physique
  - 1.4.2. Blessures résultant d'une mauvaise préparation physique
  - 1.4.3. Technique et prévention
  - 1.4.4. Blessures résultant d'une mauvaise technique
- 1.5. Qu'est-ce que la biomécanique?
  - 1.5.1. Définition
  - 1.5.2. Évolution historique
  - 1.5.3. Objectifs
  - 1.5.4. Applications pour la performance
- 1.6. Système biomécanique de la technique du volley-ball
  - 1.6.1. Principes fondamentaux de la biomécanique
  - 1.6.2. Propriétés mécaniques
  - 1.6.3. Qualités musculaires
  - 1.6.4. État fonctionnel du muscle





- 1.7. Caractéristiques des mouvements en volley-ball
  - 1.7.1. Objectifs
  - 1.7.2. Structures techniques quantitatives
  - 1.7.3. Structures techniques qualitatives
  - 1.7.4. Évaluation du comportement moteur
- 1.8. Phases de l'analyse biomécanique du joueur
  - 1.8.1. Collecte d'informations
  - 1.8.2. Objectif final
  - 1.8.3. Principes
  - 1.8.4. Critères d'évaluation
- 1.9. Analyse biomécanique de l'attaque
  - 1.9.1. Caractéristiques de l'attaque
  - 1.9.2. Forces
  - 1.9.3. Leviers et mouvements générés
  - 1.9.4. Action musculaire
  - 1.9.5. Chaîne et degré cinématique
- 1.10. Mouvement selon le plan de référence
  - 1.10.1. Plan horizontal
  - 1.10.2. Plan sagittal
  - 1.10.3. Plan frontal
  - 1.10.4. Axes de mouvement



*Lorsque vous voulez étudier les mouvements du joueur, regardez le plan de référence à partir duquel l'image est prise*



# 04 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.



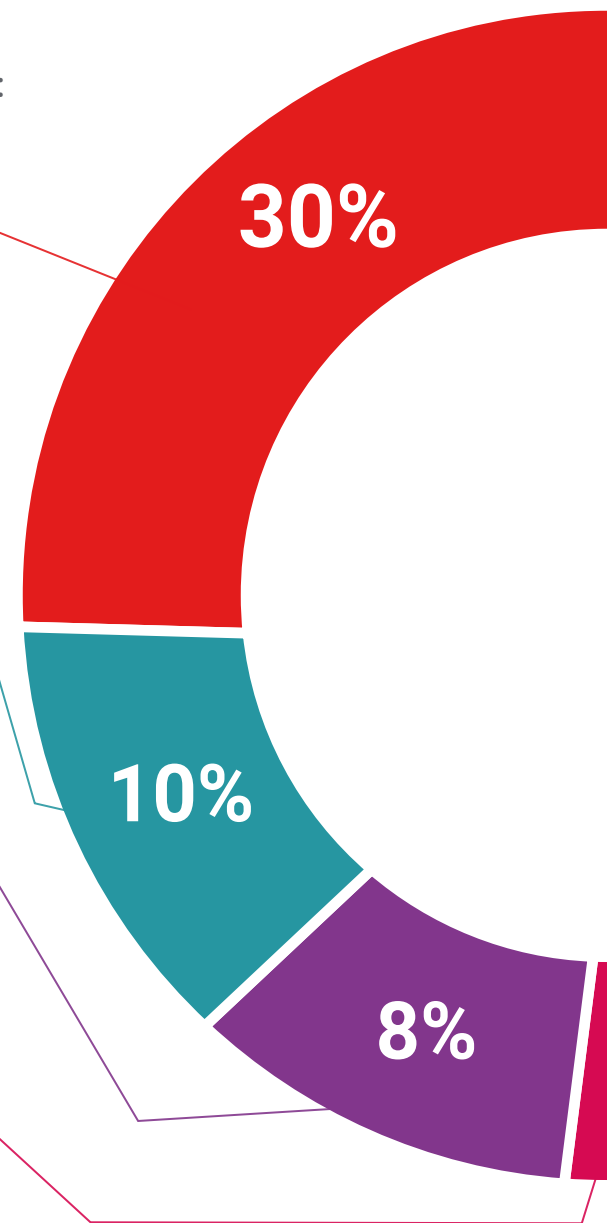
#### Pratique des aptitudes et des compétences

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.





# 05 Diplôme

Le Certificat en Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès et recevez votre Certificat sans avoir à vous soucier des déplacements ou des formalités administratives”*

Ce **Certificat en Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball 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 **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel**

N.° d'Heures Officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



\*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 formations  
développement institutions  
classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

## Certificat

Biomécanique et Blessures  
dans le Volley-ball Professionnel

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne



# Certificat

## Biomécanique et Blessures dans le Volley-ball Professionnel

Approuvé par la NBA

