

实践培训 高性能运动

得到了NBA的认可



tech



tech*h*

实践培训
高性能运动

目录

01

简介

4

02

为什么要选择这个实践培训课程?

6

03

目标

8

04

教学规划

10

05

我在哪里可以进行这个实践培训课程?

12

06

一般条件

16

07

学位

18

01 简介

伟大的体育人物通过个人工作和工作人员自身的努力取得成功，这使他们在身体和精神上为最苛刻的比赛做好准备。科学进步使高水平运动教练的工作成为实现所有学科的苛刻目标的关键。因此，竞技体育界越来越需要这些专家。因此，TECH 创建了这个项目，该项目将为学生提供最新的培训或营养规划技术，以进入这一领域的工作。得益于 100% 实用的学习方式，在 3 周的紧张时间内，您将掌握这些技能，从而促进您在这个专业领域的成长。

“

您将在工作方法中采用创新的高性能运动员训练计划技术，这些技术以科学为基础”





高运动表现意味着对应用于每位运动员的不同训练技术和方法的详尽了解,并根据他们的运动学科来提取他们的最大竞技水平。同样,营养不仅在日常准备中变得非常重要,而且在运动员每次参加比赛或受伤后的恢复中也变得非常重要。因此,这两个学科的专家在帮助运动员实现既定目标方面发挥着至关重要的作用。然而,要从事这一职业,需要该领域的新知识和技能。

鉴于上述原因,本次实践培训旨在帮助高水平训练专家更新并专业应用有关身体活动、营养和运动员成绩评估的知识。通过在体育中心为期3周的实习,学生将学习设计以运动表现为导向的力量训练的最佳机制,掌握表现评估方法或制定短、中、长期的运动规划。

在实习期间,学生将拥有一名私人导师,为他们提供最合适的建议,并确保他们获得体育领域的宝贵技能。同样,您将获得良好的现实世界体验,周围都是运动员表现领域最优秀的专业人士。因此,这个项目是一个绝佳的机会,可以根据这个专业市场的需求获得最适用和有用的知识。

02

为什么要选择这个实践培训课程？

在运动表现领域，理论学习极其重要，但获得将基于科学证据获得的最具创新性的知识转化为实践所需的工具也至关重要。为此，TECH选择在教育环境中设计一款独特的学术产品，让学生进入体育公司进行120小时的学习，将更新的训练规划技术应用到真实案例中。在三周的时间里，学生将与该领域最优秀的专家一起工作，并获得适用于他们日常职业生活的宝贵技能。因此，这个机会将提供具有真正适用性并基于市场需求的学习。

“

TECH 让你有机会进入一家体育公司的核心，为期三周，在最优秀的专业人士的陪伴下，将最具创新性的策略付诸实践，以提高运动员的表现”

1. 升级到最新的可用技术

在过去的十年中，由于新兴的运动员工作评估方法、现代化的抗阻训练系统的使用以及更有效的营养策略的应用，高性能体育领域取得了显著的发展。因此，TECH的这个项目将为您提供该领域中最前沿的技能，以满足这一行业的需求。

2. 汲取最优秀专家的专业知识

广泛的专业团队将在整个实践阶段指导专家，保证学生获得高水平的学习。因此，他们将有一名导师每天监督他们并确保他们的教学达到他们提出的目标。

3. 进入世界一流的体育环境

TECH精心挑选了所有可用于实践培训课程。沿着这些思路，学生将进入著名的旨在提高运动表现的培训中心。通过这种方式，学生将确定该领域的日常工作，并将最新趋势应用于其工作方法中。



4. 从一开始就将所学知识付诸日常实践

教育市场有各种各样的封闭式学术项目，仅专注于理论内容的传递。并在预定时间关闭。鉴于这种情况，TECH提供了一种全新的、完全实用的模式，让专业人士在短短3周内就能在专业环境中获得有用的技能。

5. 拓展知识的前沿领域

TECH提供了在国际范围的中心进行实践培训的可能性。这样，专家就能拓展自己的领域，并与在一流体育中心和各大洲工作的最优秀专业人员保持同步。这是一个独特的机会，只有TECH可以提供。



你将在你自己选择的中心进行完全的实践沉浸”

03 目标

这种实践培训使学生在完成和结束时能够掌握最新的训练方法,以及每个体育学科中最先进的技术和最新的技术。由于与在该领域拥有高资质和经验的专业体能教练一起工作,实现这些目标将成为可能。



总体目标

- 掌握并有把握地运用最先进的训练方法来提高运动成绩
- 有效管理统计数据,以正确利用从运动员那里获得的数据,并启动研究流程
- 获得基于最新的科学证据的知识,并在实际领域中完全适用
- 应用运动表现中的营养管理原则





具体目标

- ◆ 管理与饮食失调和运动伤害有关的营养问题
- ◆ 培养批判性和分析性思维, 使他们能够利用不同类型的技术, 产生创新的协议和程序
- ◆ 掌握规划的内部逻辑及其提出的中心模型
- ◆ 正确和安全地执行测试方案和解释所收集的
- ◆ 应用不同的方法, 通过恢复方法来优化性能
- ◆ 融入技术观察判断的元素, 以辨别跑步力学中的错误和纠正的程序
- ◆ 培养足够的判断力, 能够在实际应用中支持对不同训练方法的选择
- ◆ 为正确解释不同类型研究的结果创造条件
- ◆ 了解神经肌肉系统的主要方面, 运动控制及其在体育训练中的

04 教学规划

该高性能运动实践培训包括在体育领域的相关公司停留。在为期三周的时间里，学生将由专业体能教练陪同，向他们展示高性能运动的最新发展。学生们将从周一到周五进行连续8小时的实践教学，以便他们取得进步并进入高水平中心或训练参加最高水平比赛的运动员和团队。

在这个完全实践性的培训计划中，活动旨在发展和完善提供高性能运动服务所需的技能，以及需要高水平资格的条件。这些活动专注于特定的培训，以确保运动员在安全的环境中进行活动，并实现高水平的专业表现。

对于学生来说，这是一个在需要高素质人才的领域发展的绝佳机会，他们不仅能够进行高水平的训练，而且了解营养领域，这对于想要发挥最佳水平的运动员来说非常重要。在每场比赛中。

在实践教学中，学生将在讲师和其他培训同事的陪同和指导下，积极参与每个能力领域的活动和程序（学会学习和学会做事），以促进团队合作和多学科整合，这是医生的横向能力（学会做人和学会交往）。





下文所述程序将构成培训实践部分的基础，其实施将取决于中心自身的可用性和工作量，拟议的活动如下：

模块	实践活动
运动生理学和体育活动	在运动实践中应用运动生理学知识
	将有关疲劳、能量系统和极端生理条件的知识应用到实际环境中
应用于绩效和研究的统计数据	掌握体育统计数据在训练领域的应用
	对不同的描述性统计进行分析
	练习收集数据和处理体育领域的主要分析测试
从理论到实践的力量训练	应用强度和密度加载概念的实践
	制定力量训练方法
从理论到实践的抵抗力训练	围绕耐力规划有氧运动
	培养儿童和青少年对阻力运动的生理适应能力
评估运动成绩	根据不同类型的测试进行体育评估
	了解移动体育应用在高性能环境中的实际应用
应用于高性能运动的规划	制定适应高性能环境的体育规划
	在制定体育规划时应用最重要的标准和基本原则
	制定年度、多年或短期规划

05

我在哪里可以进行这个实践培训课程？

TECH 秉承的理念是为每个人提供高质量的课程，每个参与者都可以实现自己的职业目标。遵循这一格言，选择了体育领域的公司，学生可以在日常工作中获得实用、有用和高度适用的教学，在本例中是高性能体育领域。

“

与完美掌握最新训练技术的技术人员一起，在高性能运动领域取得进步”





学生将能够在以下中心参加这一培训：



体育科学

Wakken

国家
墨西哥

城市
墨西哥城

管理人员: Ozuluama 21 B Col. Hipódromo
Condesa Del. Cuauhtemoc

高水平体育运动空间

相关相关实践培训:

高性能运动
-体育新闻



体育科学

Olympus Center

国家 城市
西班牙 马德里

管理人员: Calle de Palos de la Frontera, 16, 28012 Madrid

奥林巴斯中心专门根据个人的身体状况来实现其目标

相关相关实践培训:
高性能运动
-健身房教练



体育科学

Clínica Deportiva Ennufis

国家 城市
西班牙 塞维利亚

管理人员: Calle Cueva del Gato, 4, bloque D, 41020 Sevilla

专注于个人训练、物理治疗、营养建议、补充剂、损伤康复和日常护理

相关相关实践培训:
高性能运动



体育科学

Selected Trainers Granada Centro

国家 城市
西班牙 格拉纳达

管理人员: Avenida Pablo Picasso 27, Local Izquierdo, 18006 Granada (España)

精选培训师的专业团队设计出于审美和健康目的的个性化培训

相关相关实践培训:
高性能运动
-治疗性个人训练



体育科学

Selected Trainers Centro O2 Granada

国家 城市
西班牙 格拉纳达

管理人员: Calle Neptuno, s/n, Ronda, 18004 Granada (España)

精选培训师的专业团队设计出于审美和健康目的的个性化培训

相关相关实践培训:
高性能运动
-治疗性个人训练



体育科学

Selected Trainers Centro O2 Huelva

国家 城市
西班牙 韦尔瓦

管理人员: Calle San Sebastián, S/N, 21004 Huelva (España)

精选培训师的专业团队设计出于审美和健康目的的个性化培训

相关相关实践培训:
高性能运动
-治疗性个人训练



体育科学

Centro de Entrenamiento Vida

国家 城市
西班牙 塞维利亚

管理人员: Av. del Aljarafe, 59, Local 12B, 41930 Bormujos, Sevilla

Centro Vida 因其悠久的历史和对个性化关注的承诺而脱颖而出

相关相关实践培训:
高性能运动



体育科学

JC TRAINER

国家 城市
西班牙 格拉纳达

管理人员: Urbanización El Serrallo, Aixa la Horra, 23, Genil, 18008, Granada

公司致力于个人培训, 包括团体课程和在线培训

相关相关实践培训:
高性能运动



“

你们将亲身了解在这一地区工作的实际情况, 这里的工作环境要求很高, 但回报也很丰厚”

06 一般条件

责任保险

这个机构的主要关注点是保证受训者和公司实践培训过程中所需要的其他合作者的安全。为实现这一目标而采取的措施包括应对整个教学过程中可能发生的任何事件。

为此,这个教育实体承诺购买民事责任保险,以应对在工作经验中心逗留期间可能出现的任何意外情况。

这份受训人员的责任保险将有广泛的覆盖面,并将在实践培训期开始前投保。这样,专业人员就不必担心会出现意外情况,而且在中心的实践课程结束前都有保障。



实践培训课程的一般条件

这个课程的实习协议的一般条件如下:

- 1. 辅导:** 在实践培训期间, 将为学生指派两名辅导员, 他们将全程陪同学生, 解决可能出现的任何疑虑和问题。一方面, 将有一位属于安置中心的专业导师, 他的目的是在任何时候都指导和支持学生另一方面, 还将为学生指派一名学术导师, 其任务是在整个过程中协调和帮助学生, 解决疑惑并为他/她可能需要的一切提供便利。通过这种方式, 专业人员将始终得到陪伴, 并能够咨询任何可能出现的实际和学术性质的疑问。
- 2. 时间:** 实习期为连续三周的实际培训, 每周五天, 每天 8 小时。上课的日子和时间表将由中心负责, 适当地提前通知专业人员, 提前足够的时间以方便他们的组织。
- 3. 缺席:** 如果在实践培训开始的当天没有出现, 学生将失去参加实践培训的权利, 不可能得到补偿或改变日期。在没有正当/医疗原因的情况下, 缺席超过两天的实习将意味着实习将被取消, 从而自动终止。在实习期间出现的任何问题都必须紧急报告给学术导师。

4. 证书: 通过实践培训的学生将获得一份证书, 证明其在有关中心的逗留时间。

5. 雇佣关系: 实践培训不构成任何形式的雇佣关系。

6. 以前的学习经历: 有些中心可能要求提供以前的学习证明, 以便进行实践培训。在这些情况下, 有必要向TECH的实习部门出示这个证明, 以确认所选中心的分配

7. 不包括: 实践培训不包括这些条件中没有描述的任何内容。因此, 它不包括住宿、前往实习所在城市的交通、签证或任何其他上述未描述的服务。

但是, 如果学生在这方面有任何疑问或建议, 可以咨询他们的学术导师。他/她将为你提供所有必要的信息, 以促进这一进程。

07 学位

这门**高性能运动实践培训**包含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实习培训学位。

TECH 大学颁发的文凭将表达在考试获得的资格。

学位: **高性能运动实践培训**

时间: **3周**

出勤: **周一至周五, 连续8小时的班次**

得到了**NBA的认可**



tech

实践培训
高性能运动

实践培训 高性能运动

得到了NBA的认可



tech

