

大学课程 足球营养

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学



tech 科学技术大学

大学课程 足球营养

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: www.techitute.com/cn/sports-science/postgraduate-certificate/nutrition-football

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

16

05

方法

20

06

学位

28

01 介绍

营养是运动表现的一个基本方面，尤其是在足球运动中，正确的饮食和营养可以决定运动表现的好坏。因此，该领域的相关专业人士必须了解制定有助于足球运动员身体发育的饮食计划的最相关方面。因此，TECH 创建了这个项目，旨在培养该专业领域的学生。这是一个 100% 在线学位，采用Relearning的教学方法，让你面对真实和模拟的案例，保证独特和身临其境的体验。



“

你会知道体育比赛前
必须考虑的饮食安排”

足球运动员需要均衡多样的饮食, 以提供必要的营养, 保持训练和比赛期间的能量、力量和耐力。这包括摄取足够的复杂碳水化合物, 以提供长期能量, 蛋白质帮助肌肉恢复和修复, 健康脂肪维护心血管健康, 以及丰富多样的维生素和矿物质来支持身体功能。

所有这些方面都必须由现场专业人士了解, 并且必须通过专注于每个球员身体需求的营养计划来应用。因此, TECH 创建了该项目, 旨在向学生展示该行业最相关和最新的方面。所有这一切都以 100% 的在线形式进行。

该大学课程将在蓬勃发展的行业中培训学生, 并向他们提供最严格的知识, 使他们将自己定位为该领域的专家。在 6 周的时间里, 您将借助 Relearning 方法来开发教材, 专注于退缩和体验, 抛弃了传统的强制记忆模式。它还将拥有由该领域专家采用最新技术开发的各种视听资源和补充读物。

这个**足球营养大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 足球营养专家提出的实际案例开发
- ◆ 以图形、图表和极具实用性的内容设计, 提供关于职业实践中不可或缺学科的实用信息
- ◆ 利用自我评估过程改进学习的实际练习
- ◆ 特别强调创新方法论
- ◆ 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- ◆ 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

“

了解对于寻求增强身体状况的足球运动员来说具有最大营养价值的适当食物”

“

重新学习方法将向您介绍真实案例和模拟案例,使您从现在开始就能面对该行业的挑战”

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一培训中,还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容,专业人士将能够进行情境化学习,即通过模拟环境进行沉浸式培训,以应对真实情况。

该计划设计以问题导向的学习为中心,专业人士将在整个学年中尝试解决各种实践情况。为此,您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

除了广泛的信息内容外,它还提供利用最新技术开发的最具创新性的视听资源。

这个课程的在线模式使您能够将日常工作与学习新知识结合起来。



02 目标

完成学位时, TECH 的主要目标之一是选择学术主题,使专业人士能够提升他们的能力和技能,以实现他们的职业目标。因此, Relearning 方法保证了一个实用的过程,在真实案例和模拟的基础上开展活动。通过这种方式,专业人员将在世界上蓬勃发展且不断发展的行业中接受培训。足球的。





“

在未来充满前景、国际上有巨大机遇的蓬勃发展的行业中，你将脱颖而出”



总体目标

- ◆ 了解足球的起源、历史和演变
- ◆ 深入研究俱乐部的组织和围绕体育领域的一切
- ◆ 深化当前的技术战术知识
- ◆ 研究新技术的引入给足球分析带来的变化
- ◆ 解释身体准备和康复是现代足球的一个基这个组成部分
- ◆ 强调良好的营养对运动表现的重要性
- ◆ 认识到教练组的每个成员以及他们在足球俱乐部中的职能
- ◆ 深入研究心理学是足球运动员表现的一个基这个部分





具体目标

- 了解运动员的能量需求和要求, 以及营养对运动表现的重要性
- 区分宏量营养素和微量营养素的类型, 了解它们在足球中的相关性
- 了解针对足球运动员不同情况的营养策略
- 发展临床推理能力, 以制定适合足球运动员的营养计划



借助 TECH 和这个在体育界广受好评的 100% 在线培训计划, 实现您的目标”

03 课程管理

TECH 在设计学术课程时的首要任务之一是培养一支具有丰富专业经验的活跃教学人员队伍。因此,为此次机会,我们选择了一支由专业的足球营养专家和专家组成的教职员团队。除了传授他们的全部知识外,他们还将分享该领域的关键要素,确保提供独特且具有重大影响力的培训。





“

营养领域的专家和专家愿意与您分享顶级足球运动员良好营养的关键”

管理人员



Fernández Sánchez, Ángel 先生

- ◆ 皇家奥维耶多女子青少年足球教练
- ◆ 负责合资体育代理机构北区
- ◆ 认证三级足球教练
- ◆ 前体育总监 CD Mosconia (3RFEF)

教师

Fernández Lorenzo, Silvia 女士

- ◆ 西班牙希洪体育俱乐部的营养师
- ◆ 前职业足球运动员
- ◆ 毕业于欧洲米格尔-德-塞万提斯大学人类营养与饮食学专业
- ◆ CEAN 集团的消化道病学营养专家
- ◆ 西班牙足球营养师协会会员



04 结构和内容

TECH 大学课程为这门大学课程精选了最新和最严谨的研究主题, 涵盖了足球营养应用领域, 理解并满足了他们在赛季中正确身体表现的需求。所有这些内容将以高影响力的信息集合形式呈现, 配有视听资源、补充阅读材料, 并采用完全在线的格式, 使参与者可以通过任何连接互联网的设备进行学习。





“

将此计划的内容下载到你喜欢
的设备上,无论是平板电脑、电脑还
是手机,并随时查阅需要的次数”

模块 1. 营养应用于足球

- 1.1. 能量需求和身体组成
 - 1.1.1. 能量平衡
 - 1.1.2. 训练和比赛中的能量消耗
 - 1.1.3. 足球运动员的身体组成
 - 1.1.4. 身体成分的评估
- 1.2. 宏观营养素和微量营养素
 - 1.2.1. 碳水化合物
 - 1.2.2. 蛋白质
 - 1.2.3. 脂肪
 - 1.2.4. 维生素和矿物质
- 1.3. 水化和液体流失
 - 1.3.1. 水分平衡
 - 1.3.2. 液体摄入和策略
 - 1.3.3. 液体流失
 - 1.3.4. 训练和比赛中的水合作用
- 1.4. 比赛期间的营养
 - 1.4.1. 足球运动员的日常营养
 - 1.4.2. 训练需求
 - 1.4.3. 比赛的要求
 - 1.4.4. 营养计划
- 1.5. 赛前营养
 - 1.5.1. 宏观营养素和液体
 - 1.5.2. 赛前膳食
 - 1.5.3. 时间安排
 - 1.5.4. 促效剂
- 1.6. 赛后营养
 - 1.6.1. 宏观营养素和液体
 - 1.6.2. 赛后膳食
 - 1.6.3. 时间安排
 - 1.6.4. 促效剂





- 1.7. 受伤球员的营养
 - 1.7.1. 重要的宏量营养素和微量营养素
 - 1.7.2. 能源需求
 - 1.7.3. 补充剂和增强剂
 - 1.7.4. 营养计划
- 1.8. 节假日期间的营养
 - 1.8.1. 宏观营养素的分配
 - 1.8.2. 微量营养素和促动剂
 - 1.8.3. 能量需求
 - 1.8.4. 营养计划
- 1.9. 补充剂和促动剂
 - 1.9.1. 分类和安全
 - 1.9.2. 运动食品和补充剂
 - 1.9.3. 速效助长剂
 - 1.9.4. 慢性促动剂
- 1.10. 特殊情况
 - 1.10.1. 女足的考虑
 - 1.10.2. 年轻球员
 - 1.10.3. 足球与高温
 - 1.10.4. 旅行时的营养计划2



你可以在自己最方便的时候参加这个资格培训,而无需拘泥于特定的培训中心或课程时间表”

05 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: **Re-learning**。

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 Re-learning, 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。

Re-learning 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: Re-learning。

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 Re-learning。

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。

Re-learning 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。



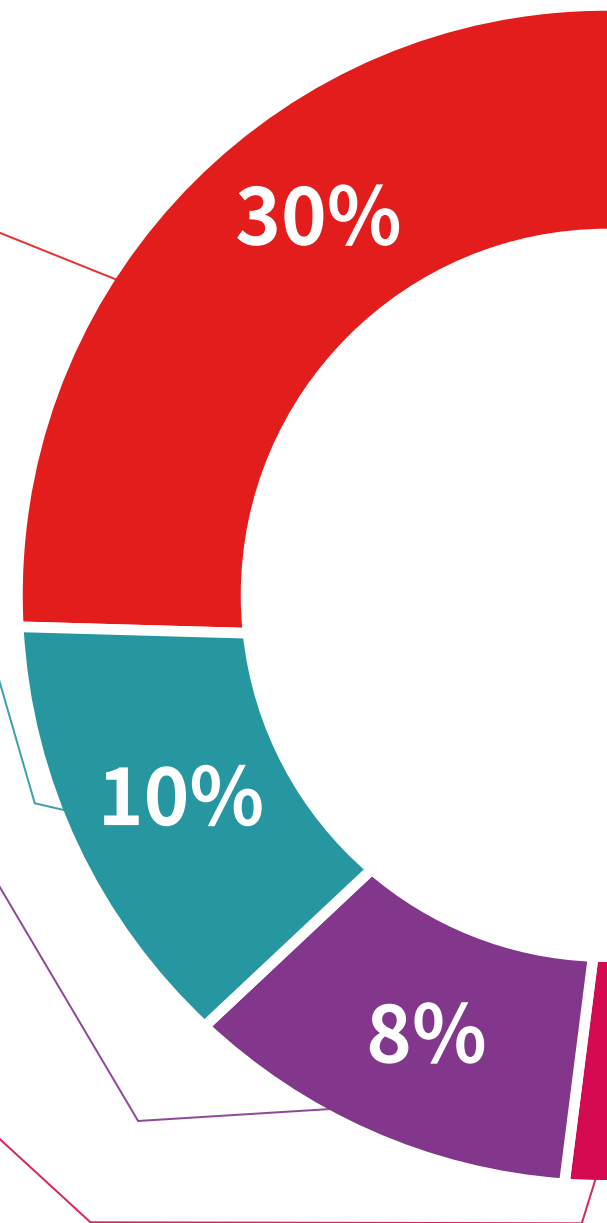
技能和能力的实践

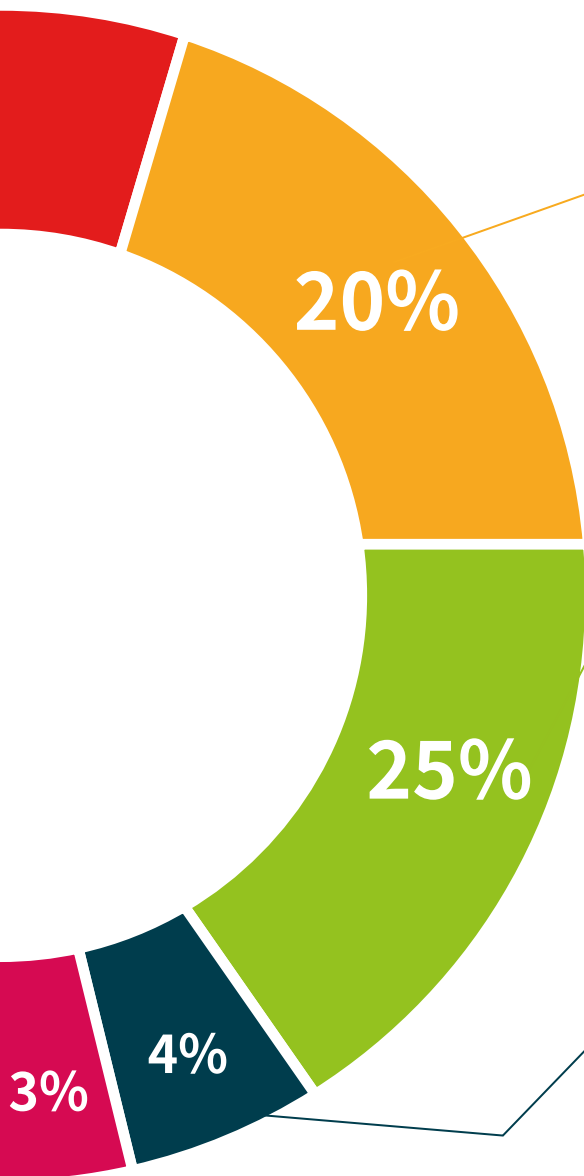
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



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。



06 学位

足球营养大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由
TECH 科技大学颁发的大学课程学位证书。





“

成功地完成这一课程, 并获得你的大学学历, 没有旅行或行政文书的麻烦”

这个**足球营养大学课程**包含了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**大学课程学位**。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 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: **足球营养大学课程**

模式: **在线**

时长: **6周**



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

大学课程
足球营养

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

大学课程 足球营养

得到了NBA的认可

