

Университетский курс

Спортивное питание в регби

Одобрено NBA





tech технологический
университет

Университетский курс Спортивное питание в регби

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Веб-доступ: www.techitute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/sports-nutrition-applied-rugby

Оглавление

01

Презентация

стр. 4

02

Цели

стр. 8

03

Руководство курса

стр. 12

04

Структура и содержание

стр. 16

05

Методология

стр. 20

06

Квалификация

стр. 28

01

Презентация

Спортивное питание, применяемое в регби, необходимо для обеспечения оптимальной результативности на игровом поле. Регби – физически тяжелый вид спорта, поэтому правильное питание может обеспечить игроков питательными веществами и энергией, необходимыми им для достижения наилучших результатов, а также помочь в профилактике и восстановлении после травм. По этой причине ТЕСН разработал программу, которая позволяет студентам максимально расширить свои знания о таких аспектах, как макроэлементы, энергетический баланс, добавки и метаболизм, среди прочих. И все это благодаря 100% онлайн-режиму, и самым динамичным и практическим мультимедийным материалам на академическом рынке.



“

Приобретайте новые навыки по макроэлементам и добавкам благодаря TESH, лучшему онлайн-университету в мире по версии Forbes”

Спортивное питание может стать ключом к успеху в регби. Команды, в которых есть нутрициологи и врачи-диетологи, имеют большое преимущество на соревнованиях. Сотрудничая с профессионалами в области питания, игроки гарантируют, что они получают правильное питание, соответствующее их индивидуальным потребностям, что улучшает результаты на игровом поле.

По этой причине TECH разработал Университетский курс в области спортивного питания в регби с целью предоставить студентам необходимые навыки и компетенции, чтобы они могли выполнять свою работу в качестве специалистов с максимально возможной эффективностью и качеством. Таким образом, на протяжении всего курса обучения будут рассмотрены такие аспекты, как рекомпозиция тела, увеличение мышечной массы, антропометрические измерения и физиологические основы питания в регби.

И все это благодаря удобному 100% онлайн-формату, который позволяет студентам организовывать свое расписание и учебу, совмещая их с другой работой. Кроме того, данная программа содержит наиболее полные теоретические и практические материалы на рынке, что значительно облегчает процесс обучения и позволяет студентам быстро и качественно достигать поставленных целей.

“

Станьте экспертом в области спортивного питания, применяемого в регби, всего за 6 месяцев и с полной свободой организации"

Данный **Университетский курс в области спортивного питания в регби** содержит самую полную и современную образовательную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ◆ Разбор практически кейсов, представленных экспертами по спортивному питанию в регби
- ◆ Наглядное, схематичное и исключительно практическое содержание курса предоставляет спортивную и практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для профессиональной практики
- ◆ Практические упражнения для самооценки, контроля и улучшения успеваемости
- ◆ Особое внимание уделяется инновационным методологиям
- ◆ Теоретические занятия, вопросы эксперту, дискуссионные форумы по спорным темам и самостоятельная работа
- ◆ Учебные материалы курса доступны с любого стационарного или мобильного устройства с выходом в интернет

“

Освойте физиологические основы питания в регби благодаря ТЕСН и 100% онлайн-формату”

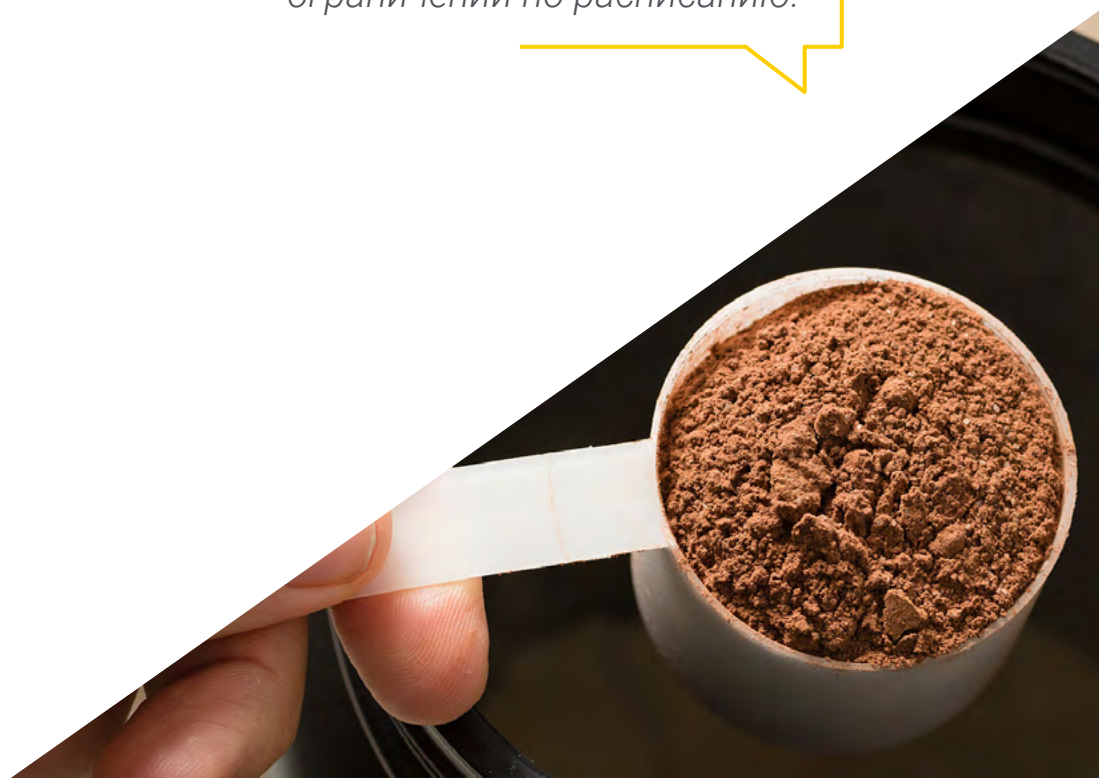
В преподавательский состав программы входят профессионалы отрасли, признанные специалисты из ведущих сообществ и престижных университетов, которые привносят в обучение опыт своей работы.

Мультимедийное содержание программы, разработанное с использованием новейших образовательных технологий, позволит специалисту проходить обучение с учетом контекста и ситуации, т.е. в симулированной среде, обеспечивающей иммерсивный учебный процесс, запрограммированный на обучение в реальных ситуациях.

Структура этой программы основана на проблемно-ориентированном обучении, с помощью которого специалист должен попытаться разрешать различные ситуации из профессиональной практики, возникающие в течение учебного курса. В этом специалистам поможет инновационная интерактивная видеосистема, созданная признанными экспертами.

Проверьте свои навыки в области питания в регби на практике, изучив широкий спектр ситуаций, идеально имитирующих реальные.

Изучите важность метаболизма и энергетических путей в регби, не выходя из дома и без ограничений по расписанию.



02

Цели

Конечная цель данного Университетского курса по спортивному питанию, применяемому в регби, заключается в том, чтобы студент получил точное и полное обновление своих знаний в области, столь актуальной для спорта. Это позволит студентам выполнять свою работу с максимально возможным качеством и эффективностью. Все это благодаря ТЕСН и 100% онлайн-режиму, который дает студенту полную свободу организации.





“

Достигните своих самых требовательных профессиональных целей благодаря ТЕСН и его престижной команде экспертов в области спортивного питания, применяемого в регби”



Общие цели

- ◆ Знать в совершенстве о регби XV и VII, а также об остальных видах
- ◆ Уметь углублять, развивать и совершенствовать физические и технические навыки
- ◆ Получить специализацию в области питания, ориентированную на регби, в соответствии с типом и положением игрока
- ◆ Как управлять эмоциями и применять психологию в спортивной среде
- ◆ Научиться управлять командами и игроками
- ◆ Как продавать регби как продукт потребителю
- ◆ Узнать о том, как игроки могут контролировать свои эмоции для достижения максимальных результатов





Конкретные цели

- ◆ Углубиться в концепцию питания в регби
- ◆ Различать состав тела игрока в зависимости от его вида
- ◆ Изучить различные модели питания и добавок для регби



Получите доступ ко всем материалам по теме "Состав тела в регби" с первого дня на любом устройстве с подключением к интернету"

03

Руководство курса

Профессионалы, входящие в преподавательский состав этого Университетского курса по спортивному питанию, применяемому в регби, являются частью престижной команды экспертов ТЕСН. Эти специалисты вложили свой богатый опыт во все содержание программы, чтобы разработать полные и современные учебные материалы, которые превосходят самые взыскательные ожидания. Кроме того, они будут сопровождать студента на протяжении всей программы, чтобы сделать процесс обучения более легким и эффективным.



“

Известные специалисты в области спортивного питания международного уровня будут сопровождать вас на протяжении всего процесса обучения, чтобы помочь вам максимально повысить свой профессиональный уровень”

Руководство



Г-н Домингес Нарсисо, Гильермо

- Профессиональный игрок регби в команде CAU Валенсии
- Международный игрок национальной сборной Испании по регби
- Технический директор в низших лигах CAU Валенсии
- Преподаватель физической культуры в колледже Rynnymede
- Степень магистра в области высокоэффективного спорта в центре олимпийского образования и спорта Католического университета Сан-Антонио Мурсия
- Степень бакалавра в области физической активности и спортивных наук в Политехническом университете Мадрида

Преподаватели

Г-н Касас Арес, Гильермо

- ♦ Диетолог-нутрициолог в Испанской федерации регби
- ♦ Диетолог-нутрициолог в Федерации футбола Кастилии и Леона
- ♦ Диетолог-нутрициолог в VRAC Quesos Entrepinares
- ♦ Диетолог-нутрициолог в частной практике в BoadoaVocado
- ♦ Диетолог-нутрициолог в частной практике в DCIENCIASALUD
- ♦ Спортивный диетолог-нутрициолог в Университете Вальядолида футбол 11
- ♦ Степень магистра по питанию в сфере физической активности и спорта в Открытом Университете Каталонии
- ♦ Международная степень магистра по клиническому питанию и спортивному питанию Университета Изабель I Международного института физических упражнений и наук о здоровье
- ♦ Степень бакалавра в области питания и диетологии Университета Вальядолида

“

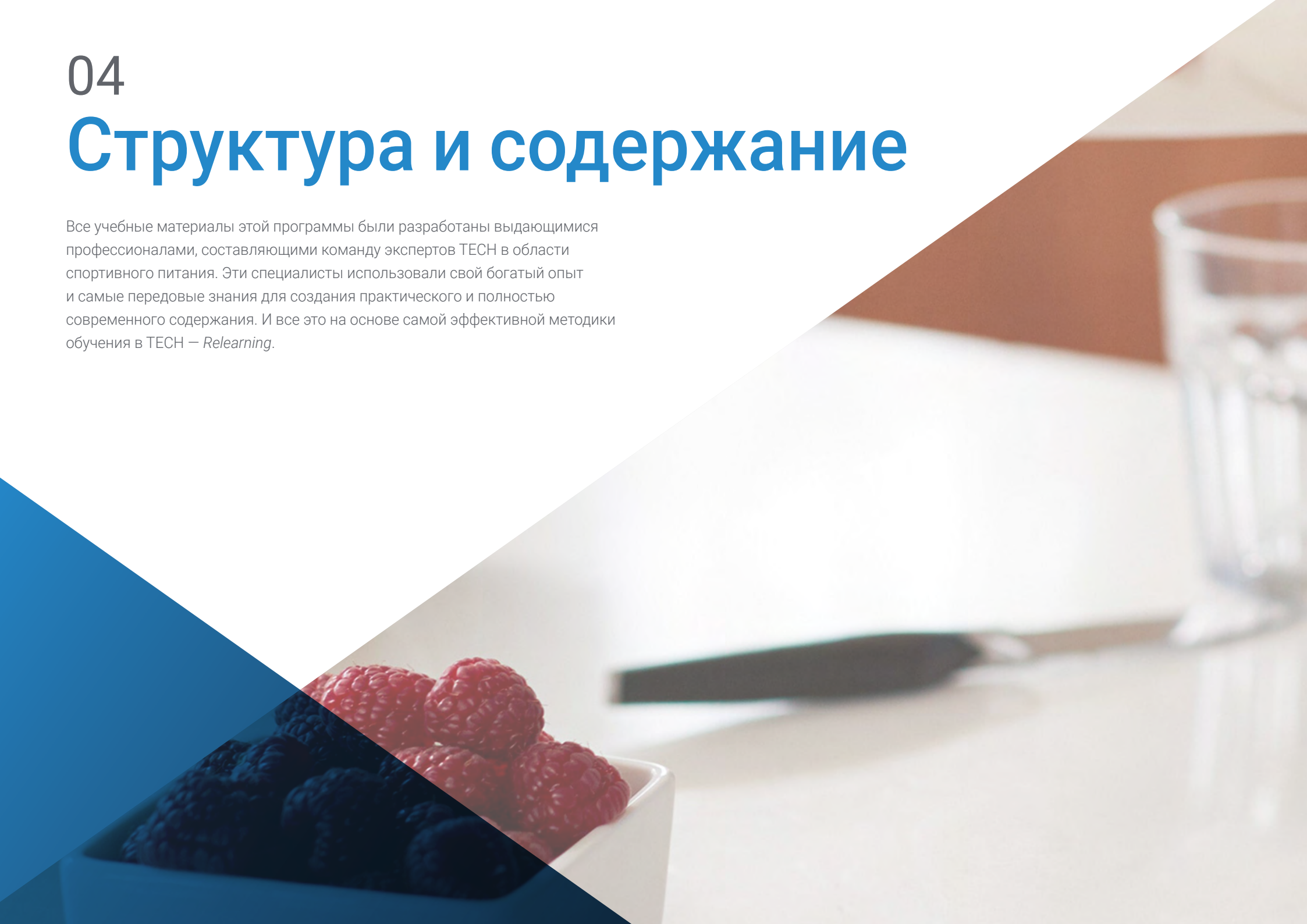
Уникальный, важный и значимый курс обучения для развития вашей карьеры”



04

Структура и содержание

Все учебные материалы этой программы были разработаны выдающимися профессионалами, составляющими команду экспертов TECH в области спортивного питания. Эти специалисты использовали свой богатый опыт и самые передовые знания для создания практического и полностью современного содержания. И все это на основе самой эффективной методики обучения в TECH — *Relearning*.





“

Запишитесь сейчас и воспользуйтесь наиболее полным и актуальным взглядом на питание в таком популярном и требовательном виде спорта, как регби”

Модуль 1. Спортивное питание в регби

- 1.1. Физиологические основы питания в регби
 - 1.1.1. Макронутриенты
 - 1.1.2. Переваривание и усвоение питательных веществ
 - 1.1.3. Энергетический баланс
- 1.2. Метаболизм и энергетические пути в регби
 - 1.2.1. Фосфагеновый (АТФ) путь
 - 1.2.2. Гликолиз
 - 1.2.3. Окисление жирных кислот
- 1.3. Состав тела в регби (XV и 7's)
 - 1.3.1. Состав тела у нападающих игроков регби XV
 - 1.3.2. Состав тела у трехчетвертных игроков регби XV
 - 1.3.3. Состав тела у игроков регби 7
- 1.4. Антропометрия в профессиональных командах по регби
 - 1.4.1. Методы оценки качества состава тела
 - 1.4.2. Антропометрические измерения
 - 1.4.3. Различия между регби XV и VII
- 1.5. Периодизация питания в регби XV
 - 1.5.1. Предсезон и постсезон
 - 1.5.2. Планирование в течение сезона и недели матча
 - 1.5.3. Планирование в период травмы
- 1.6. Питание для изменения состава тела
 - 1.6.1. Потеря жира
 - 1.6.2. Набор мышечной массы
 - 1.6.3. Реконпозиция тела
- 1.7. Периодизация питания в регби 7
 - 1.7.1. Предсезон в регби 7
 - 1.7.2. Турнирная неделя в регби 7
 - 1.7.3. Постсезон





- 1.8. Спортивные добавки в регби (XV и 7)
 - 1.8.1. Добавки к группе А
 - 1.8.2. Добавки к группе В и С
 - 1.8.3. Не разрешенные добавки
- 1.9. Питание во время матчей/турниров по регби (XV и 7)
 - 1.9.1. Питательные напитки во время матчей по регби XV
 - 1.9.2. Послематчевое восстановление
 - 1.9.3. Углеводная нагрузка перед соревнованиями
- 1.10. Консультации по питанию для профессиональных игроков/команд по регби
 - 1.10.1. Постановка цели и диетическое интервью
 - 1.10.2. Разработка индивидуального плана питания
 - 1.10.3. Составление персонализированного плана питания

“

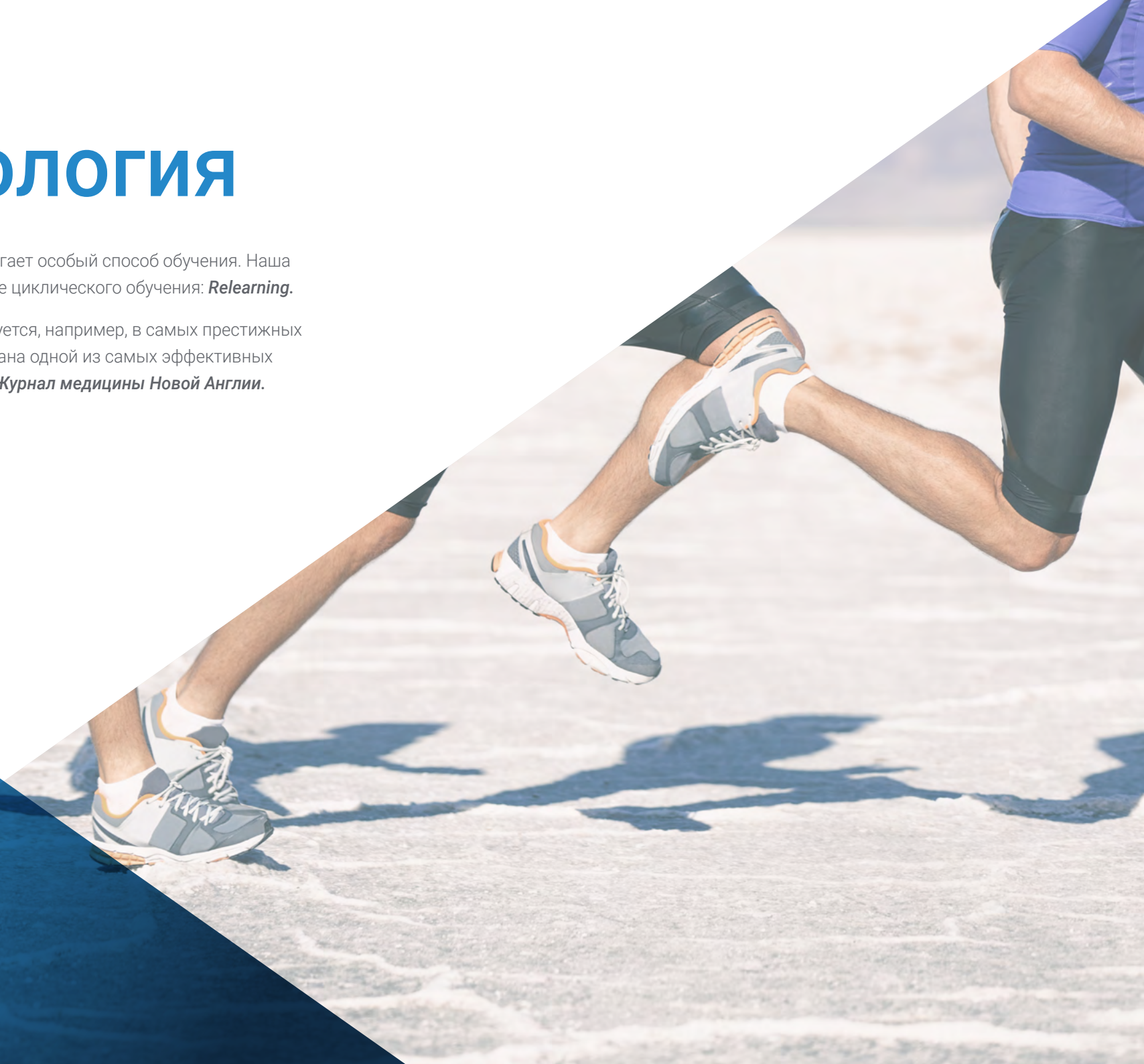
Всего за 150 часов обучения вы станете успешным экспертом в области спортивного питания в регби, которым вы всегда хотели стать”

05

Методология

Данная учебная программа предлагает особый способ обучения. Наша методология разработана в режиме циклического обучения: **Relearning**.

Данная система обучения используется, например, в самых престижных медицинских школах мира и признана одной из самых эффективных ведущими изданиями, такими как **Журнал медицины Новой Англии**.





“

Откройте для себя методику *Relearning*, которая отвергает традиционное линейное обучение, чтобы показать вам циклические системы обучения: способ, который доказал свою огромную эффективность, особенно в предметах, требующих запоминания”

Исследование кейсов для контекстуализации всего содержания

Наша программа предлагает революционный метод развития навыков и знаний. Наша цель - укрепить компетенции в условиях меняющейся среды, конкуренции и высоких требований.

“

С TECH вы сможете познакомиться со способом обучения, который опровергает основы традиционных методов образования в университетах по всему миру”



Вы получите доступ к системе обучения, основанной на повторении, с естественным и прогрессивным обучением по всему учебному плану.



В ходе совместной деятельности и рассмотрения реальных кейсов студент научится разрешать сложные ситуации в реальной бизнес-среде.

Инновационный и отличный от других метод обучения

Эта программа TECH - интенсивная программа обучения, созданная с нуля, которая предлагает самые сложные задачи и решения в этой области на международном уровне. Благодаря этой методологии ускоряется личностный и профессиональный рост, делая решающий шаг на пути к успеху. Метод кейсов, составляющий основу данного содержания, обеспечивает следование самым современным экономическим, социальным и профессиональным реалиям.

“

Наша программа готовит вас к решению новых задач в условиях неопределенности и достижению успеха в карьере”

Кейс-метод является наиболее широко используемой системой обучения лучшими преподавателями в мире. Разработанный в 1912 году для того, чтобы студенты-юристы могли изучать право не только на основе теоретического содержания, метод кейсов заключается в том, что им представляются реальные сложные ситуации для принятия обоснованных решений и ценностных суждений о том, как их разрешить. В 1924 году он был установлен в качестве стандартного метода обучения в Гарвардском университете.

Что должен делать профессионал в определенной ситуации? Именно с этим вопросом мы сталкиваемся при использовании метода кейсов - метода обучения, ориентированного на действие. На протяжении всей программы студенты будут сталкиваться с многочисленными реальными случаями из жизни. Им придется интегрировать все свои знания, исследовать, аргументировать и защищать свои идеи и решения.

Методология *Relearning*

TECH эффективно объединяет метод кейсов с системой 100% онлайн-обучения, основанной на повторении, которая сочетает 8 различных дидактических элементов в каждом уроке.

Мы улучшаем метод кейсов с помощью лучшего метода 100% онлайн-обучения: *Relearning*.

В 2019 году мы достигли лучших результатов обучения среди всех онлайн-университетов в мире.

В TECH вы будете учиться по передовой методике, разработанной для подготовки руководителей будущего. Этот метод, играющий ведущую роль в мировой педагогике, называется *Relearning*.

Наш университет - единственный вуз, имеющий лицензию на использование этого успешного метода. В 2019 году нам удалось повысить общий уровень удовлетворенности наших студентов (качество преподавания, качество материалов, структура курса, цели...) по отношению к показателям лучшего онлайн-университета.





В нашей программе обучение не является линейным процессом, а происходит по спирали (мы учимся, разучиваемся, забываем и заново учимся). Поэтому мы дополняем каждый из этих элементов по концентрическому принципу. Благодаря этой методике более 650 000 выпускников университетов добились беспрецедентного успеха в таких разных областях, как биохимия, генетика, хирургия, международное право, управленческие навыки, спортивная наука, философия, право, инженерия, журналистика, история, финансовые рынки и инструменты. Наша методология преподавания разработана в среде с высокими требованиями к уровню подготовки, с университетским контингентом студентов с высоким социально-экономическим уровнем и средним возрастом 43,5 года.

Методика Relearning позволит вам учиться с меньшими усилиями и большей эффективностью, все больше вовлекая вас в процесс обучения, развивая критическое мышление, отстаивая аргументы и противопоставляя мнения, что непосредственно приведет к успеху.

Согласно последним научным данным в области нейронауки, мы не только знаем, как организовать информацию, идеи, образы и воспоминания, но и знаем, что место и контекст, в котором мы что-то узнали, имеют фундаментальное значение для нашей способности запомнить это и сохранить в гиппокампе, чтобы удержать в долгосрочной памяти.

Таким образом, в рамках так называемого нейрокогнитивного контекстно-зависимого электронного обучения, различные элементы нашей программы связаны с контекстом, в котором участник развивает свою профессиональную практику.

В рамках этой программы вы получаете доступ к лучшим учебным материалам, подготовленным специально для вас:



Учебные материалы

Все дидактические материалы создаются преподавателями специально для студентов этого курса, чтобы они были действительно четко сформулированными и полезными.

Затем вся информация переводится в аудиовизуальный формат, создавая дистанционный рабочий метод TECH. Все это осуществляется с применением новейших технологий, обеспечивающих высокое качество каждого из представленных материалов.



Мастер-классы

Существуют научные данные о пользе экспертного наблюдения третьей стороны.

Так называемый метод обучения у эксперта укрепляет знания и память, а также формирует уверенность в наших будущих сложных решениях.



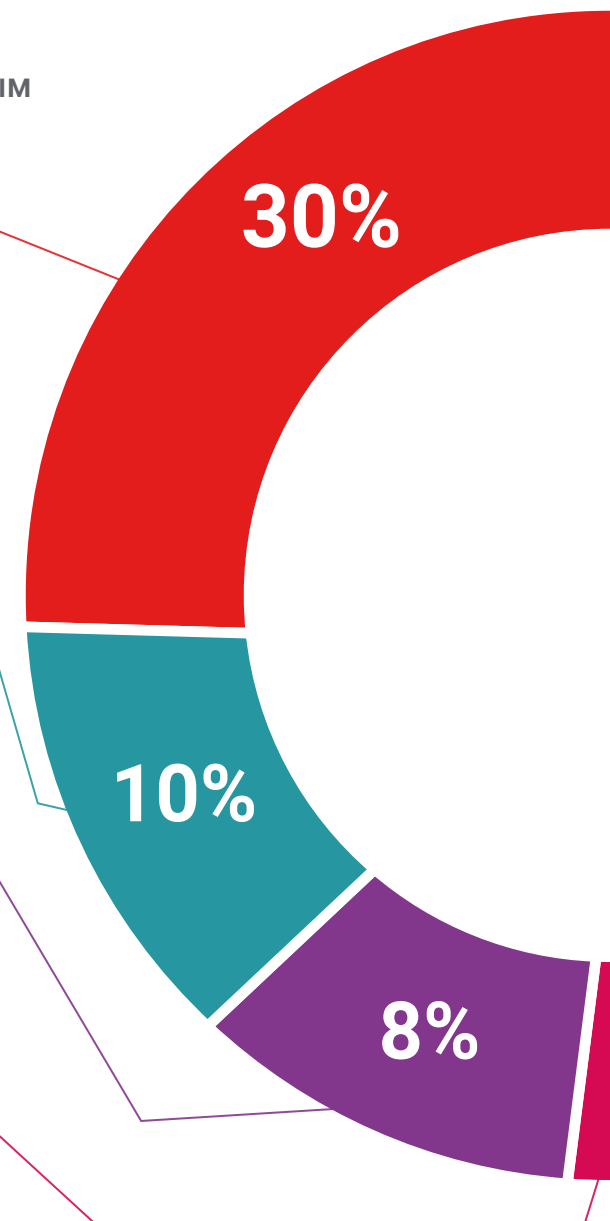
Практика навыков и компетенций

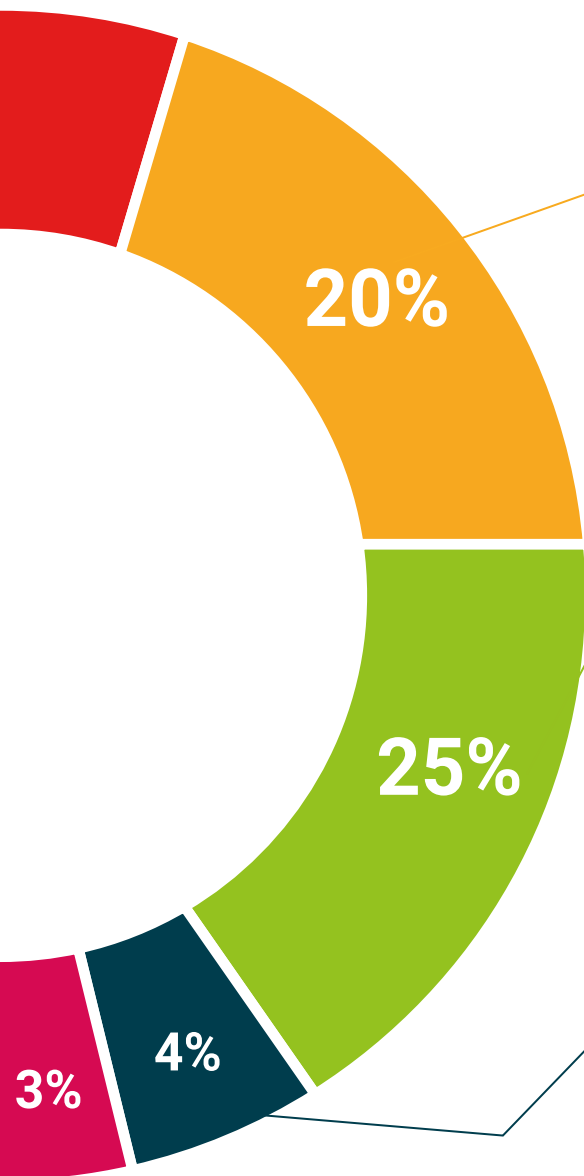
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



Дополнительная литература

Новейшие статьи, консенсусные документы и международные руководства включены в список литературы курса. В виртуальной библиотеке TECH студент будет иметь доступ ко всем материалам, необходимым для завершения обучения.





Метод кейсов

Метод дополнится подборкой лучших кейсов, выбранных специально для этой ситуации. Кейсы представляются, анализируются и преподаются лучшими специалистами на международной арене.



Интерактивные конспекты

Мы представляем содержание в привлекательной и динамичной мультимедийной форме, которая включает аудио, видео, изображения, диаграммы и концептуальные карты для закрепления знаний.

Эта уникальная обучающая система для представления мультимедийного содержания была отмечена компанией Microsoft как "Европейская история успеха".



Тестирование и повторное тестирование

На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



06

Квалификация

Университетский курс в области спортивного питания в регби гарантирует, помимо самого строгого и современного обучения, получение диплома о прохождении Университетского курса, выдаваемого ТЕСН Технологическим университетом.



“

Успешно пройдите эту программу и получите университетский диплом без хлопот, связанных с поездками и бумажной волокитой”

Данный **Университетский курс в области спортивного питания в регби** содержит самую полную и современную научную программу на рынке.

После прохождения аттестации студент получит по почте* с подтверждением получения соответствующий диплом о прохождении **Университетского курса**, выданный **TECH Технологическим университетом**.

Диплом, выданный **TECH Технологическим университетом**, подтверждает квалификацию, полученную на Университетском курсе, и соответствует требованиям, обычно предъявляемым биржами труда, конкурсными экзаменами и комитетами по оценке карьеры.

Диплом: **Университетский курс в области спортивного питания в регби**

Формат: **онлайн**

Продолжительность: **6 недель**



*Гаагский апостиль. В случае, если студент потребует, чтобы на его диплом в бумажном формате был проставлен Гаагский апостиль, TECH EDUCATION предпримет необходимые шаги для его получения за дополнительную плату.

Будущее

Здоровье Доверие Люди

Образование Информация Тьюторы

Гарантия Аккредитация Преподавание

Институты Технология Обучение

Сообщество Обязательство

Персональное внимание Инновации

Знания Настоящее Качество

Веб обучение

Развитие Институты

Виртуальный класс Языки

tech технологический
университет

Университетский курс
Спортивное питание в регби

- » Формат: онлайн
- » Продолжительность: 6 недель
- » Учебное заведение: ТЕСН Технологический университет
- » Расписание: по своему усмотрению
- » Экзамены: онлайн

Университетский курс

Спортивное питание в регби

Одобрено NBA



tech технологический
университет