

# Университетский курс

## Виды волейбола

Одобрено NBA





**tech** технологический  
университет

## Университетский курс Виды волейбола

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

Веб-доступ: [www.techtute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/volleyball-modalities](http://www.techtute.com/ru/sports-science/postgraduate-certificate/volleyball-modalities)

# 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

Волейбол представляет собой вид спорта, разновидности которого: пляжный волейбол и *волейбол сидя* – показали значительный рост в последние десятилетия. Крупнейшие международные соревнования, а также Олимпийские и Паралимпийские игры стали важнейшей сценой для его распространения по всему миру. Таким образом, эти два вида спорта предоставляют профессионалам новые возможности для развития своей карьеры. Именно поэтому ТЕСН создал эту программу, которая обеспечивает студентам интенсивное изучение особенностей этих альтернатив, их специфической физической и технической подготовки, а также психологических аспектов, которые необходимо принимать во внимание. Все это в формате 100% онлайн, на основе инновационных учебных материалов и под руководством преподавателей, тесно связанных с этим видом спорта.





“

*Вы освоите все особенности пляжного волейбола и волейбола сидя с помощью этого 100% онлайн Университетского курса”*

Волейбол – это вид спорта, который пользуется огромной популярностью у публики, независимо от того, в какой форме в него играют. Но, несомненно, участие в Олимпийских играх 1996 года стало «до» и «после» для пляжного волейбола, как и включение *волейбола сидя* в программу Паралимпийских игр в Арнеме в 1980 году.

Два исторических события, определивших будущее этого вида спорта, который становится все более востребованным и практикуется игроками всего мира. При таком продуктивном сценарии для правильного развития этого вида спорта необходимо, чтобы профессионалы, желающие заниматься им, обладали глубокими знаниями о его особенностях.

Именно по этой причине была создана данная программа, которая предлагает студентам 6-недельный курс по наиболее известным характеристикам этих видов спорта, их исторической эволюции и самым современным методикам проведения физических тренировок. Помимо этого, программа посвящена навыкам, которыми необходимо обладать для развития индивидуальной и групповой мотивации.

Интенсивный академический курс, который станет намного динамичнее благодаря многочисленным дидактическим ресурсам, предоставляемым этим учебным учреждением, к которым у студента будет доступ 24 часа в сутки, 7 дней в неделю и с любого электронного устройства с подключением к интернету.

Гибкий и удобный Университетский курс, где студентам предоставляется отличная возможность профессионального роста благодаря программе, которая позволяет самостоятельно управлять учебным временем и совмещать повседневные обязанности с качественным обучением.

Данный **Университетский курс в области видов волейбола** содержит наиболее полную и современную научную программу на рынке. Основными особенностями обучения являются:

- ♦ Разбор практических кейсов, представленных экспертами в области физического воспитания и профессионального волейбола
- ♦ Наглядное, схематичное и исключительно практическое содержание программы предоставляет техническую и практическую информацию по тем дисциплинам, которые необходимы для профессиональной деятельности
- ♦ 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



*Хотите тренировать команды по волейболу сидя? Откройте для себя все, что вам нужно знать о планировании занятий и физической подготовке”*

“

*Узнайте больше о наиболее эффективных стратегиях повышения мотивации игроков пляжного волейбола в условиях высокой конкуренции”*

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

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.

*Образовательный опыт, где вам предлагается тренировать навыки нападения и защиты в соревнованиях по волейболу сидя.*

*Узнайте о преимуществах паралимпийского спорта для спортсменов.*



# 02

## Цели

Пройдя данную университетскую программу, студент получит более глобальное и глубокое представление о практике и тренировках в пляжном волейболе и *волейболе сидя*. Для достижения этой цели у вас будет специализированный преподавательский состав, который будет сопровождать вас в течение 180 учебных часов и ответит на любые ваши вопросы по содержанию данной программы.





“

Получите с помощью этой университетской программы примеры планов физической подготовки для вашей команды по пляжному волейболу и применяйте их в своем клубе”



## Общие цели

---

- ♦ Планировать конкретные тренировки для всестороннего развития волейболиста
- ♦ Структурировать общую подготовку для достижения целей команды
- ♦ Применять стратегии восстановления, адаптированные к потребностям спортсмена
- ♦ Оценивать и развивать способности игрока, чтобы полностью раскрыть его/ее потенциал
- ♦ Управлять тренировочной зоной в команде первого класса
- ♦ Развивать правильную физическую подготовку игрока





## Конкретные цели

---

- ♦ Объяснить различия между пляжным волейболом и *волейболом сидя*
- ♦ Углубить знания о специфической физической подготовке для каждого вида волейбола
- ♦ Знать специфические правила пляжного волейбола и *волейбола сидя*
- ♦ Проанализировать наиболее эффективные психологические приемы для игрока, занимающегося различными видами волейбола

“

Вы узнаете о действующих правилах пляжного волейбола и волейбола сидя в интересной форме”

# 03

## Руководство курса

Это учебное заведение придерживается философии, основанной на предоставлении всем студентам первоклассного образования. Поэтому студенты, проходящие эту программу, получают доступ к учебному плану, где преподавателем является отличный профессионал с большим спортивным опытом в волейболе, который работал как игрок и тренер. Таким образом, студент получит актуальную информацию от человека, обладающего обширными знаниями об этом виде спорта и его существующих вариантах.



“

*Получите первоклассные знания о видах волейбола от настоящих специалистов в этом виде спорта”*

## Руководство



### Г-жа Табейо Мартинес, Нереа

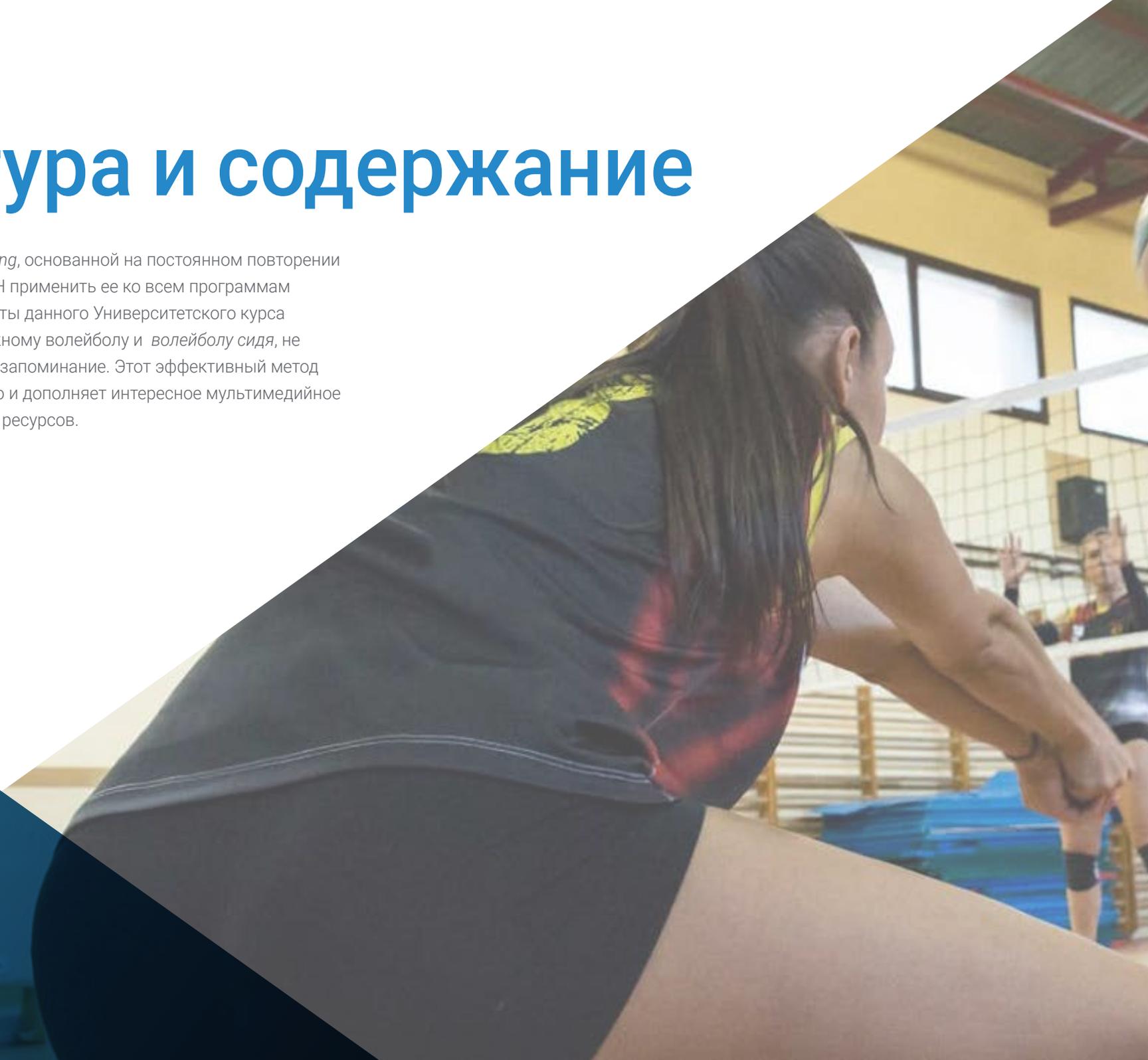
- ♦ Игрок клуба Voley Murcia
- ♦ Степень бакалавра в области физической активности и спортивных наук на факультете физической активности и спортивных наук в UCAM – Католическом университете Сан-Антонио в Мурсии
- ♦ Тренер по волейболу 1-го уровня



04

# Структура и содержание

Эффективность системы *Relearning*, основанной на постоянном повторении ключевых понятий, обязала ТЕСН применить ее ко всем программам обучения. Таким образом, студенты данного Университетского курса получают прочные знания по пляжному волейболу и *волейболу сидя*, не тратя много часов на изучение и запоминание. Этот эффективный метод способствует простому обучению и дополняет интересное мультимедийное содержание библиотеки учебных ресурсов.





“

*TECH предоставляет вам гибкую систему получения университетского образования, в которой вы можете самостоятельно управлять своим учебным временем”*

## Модуль 1. Другие виды

- 1.1. Пляжный волейбол
  - 1.1.1. Что это такое?
  - 1.1.2. Правила и характеристики
  - 1.1.3. Соревнования
  - 1.1.4. Исторические события
- 1.2. Техника в пляжном волейболе
  - 1.2.1. Отличия от волейбола
  - 1.2.2. Техника нападения
  - 1.2.3. Техника защиты
  - 1.2.4. Как тренироваться?
- 1.3. Тактика в пляжном волейболе
  - 1.3.1. Отличия от волейбола
  - 1.3.2. Фаза нападения
  - 1.3.3. Фаза защиты
  - 1.3.4. Как тренироваться?
- 1.4. Физическая подготовка в пляжном волейболе
  - 1.4.1. Отличия от волейбола
  - 1.4.2. Периодизация
  - 1.4.3. План подготовки
  - 1.4.4. Примеры
- 1.5. Психология в пляжном волейболе
  - 1.5.1. Отличия от волейбола
  - 1.5.2. Преимущества
  - 1.5.3. Техники мотивации
  - 1.5.4. Навыки
- 1.6. *Волейбол сидя*
  - 1.6.1. Что это такое?
  - 1.6.2. Правила и характеристики
  - 1.6.3. Соревнования
  - 1.6.4. Исторические события





- 1.7. Техника *волейбола сидя*
  - 1.7.1. Отличия от волейбола
  - 1.7.2. Техника нападения
  - 1.7.3. Техника защиты
  - 1.7.4. Как тренироваться?
- 1.8. Тактика *волейбола сидя*
  - 1.8.1. Отличия от волейбола
  - 1.8.2. Фаза нападения
  - 1.8.3. Фаза защиты
  - 1.8.4. Как тренироваться?
- 1.9. Физическая подготовка в *волейболе сидя*
  - 1.9.1. Отличия от волейбола
  - 1.9.2. Периодизация
  - 1.9.3. План подготовки
  - 1.9.4. Примеры
- 1.10. Психология в *волейболе сидя*
  - 1.10.1. Отличия от волейбола
  - 1.10.2. Преимущества паралимпийского спорта
  - 1.10.3. Техники мотивации
  - 1.10.4. Навыки

“

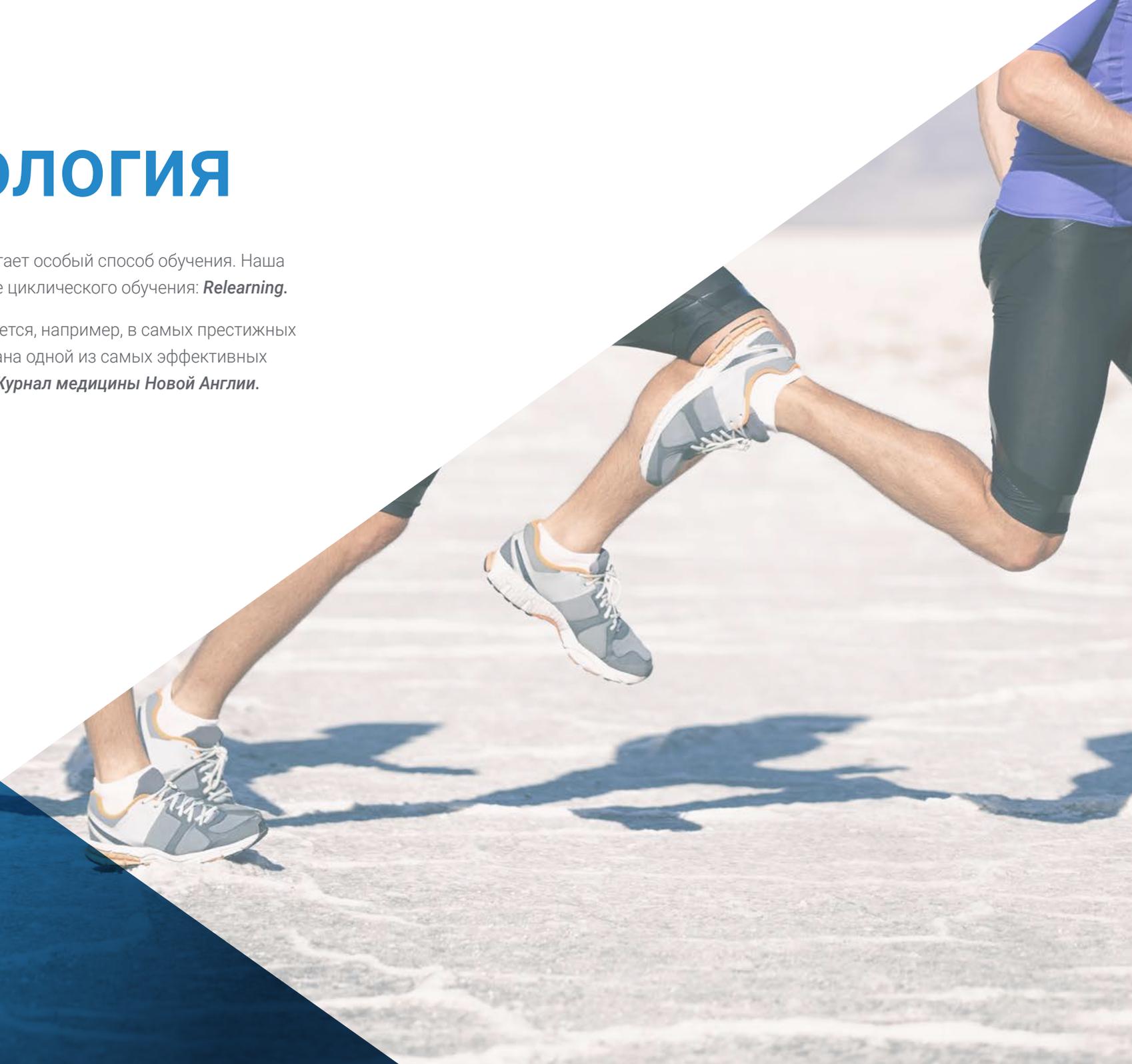
*Готовы ли вы научиться самым эффективным приемам в различных видах волейбола? Запишитесь сейчас и начните просматривать материалы”*

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.



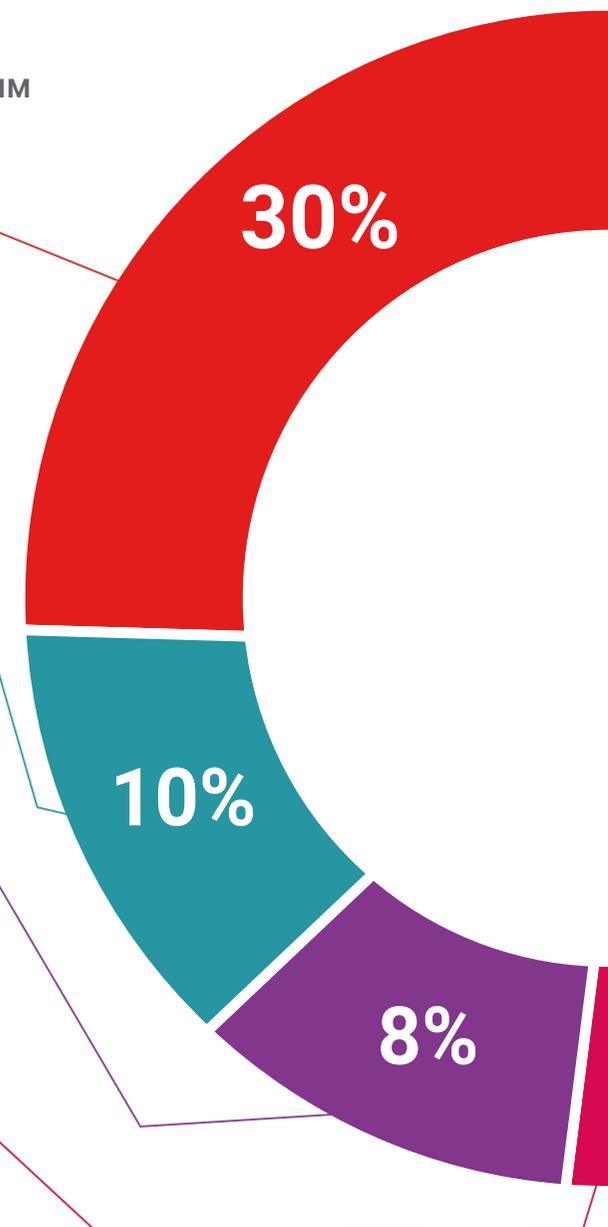
#### Практика навыков и компетенций

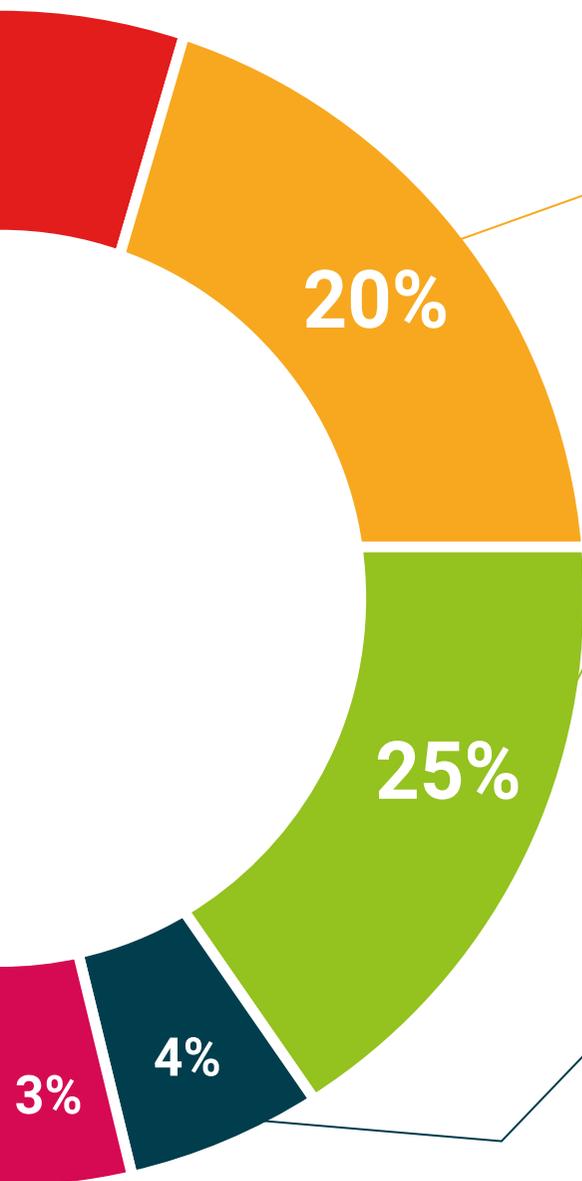
Студенты будут осуществлять деятельность по развитию конкретных компетенций и навыков в каждой предметной области. Практика и динамика приобретения и развития навыков и способностей, необходимых специалисту в рамках глобализации, в которой мы живем.



#### 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

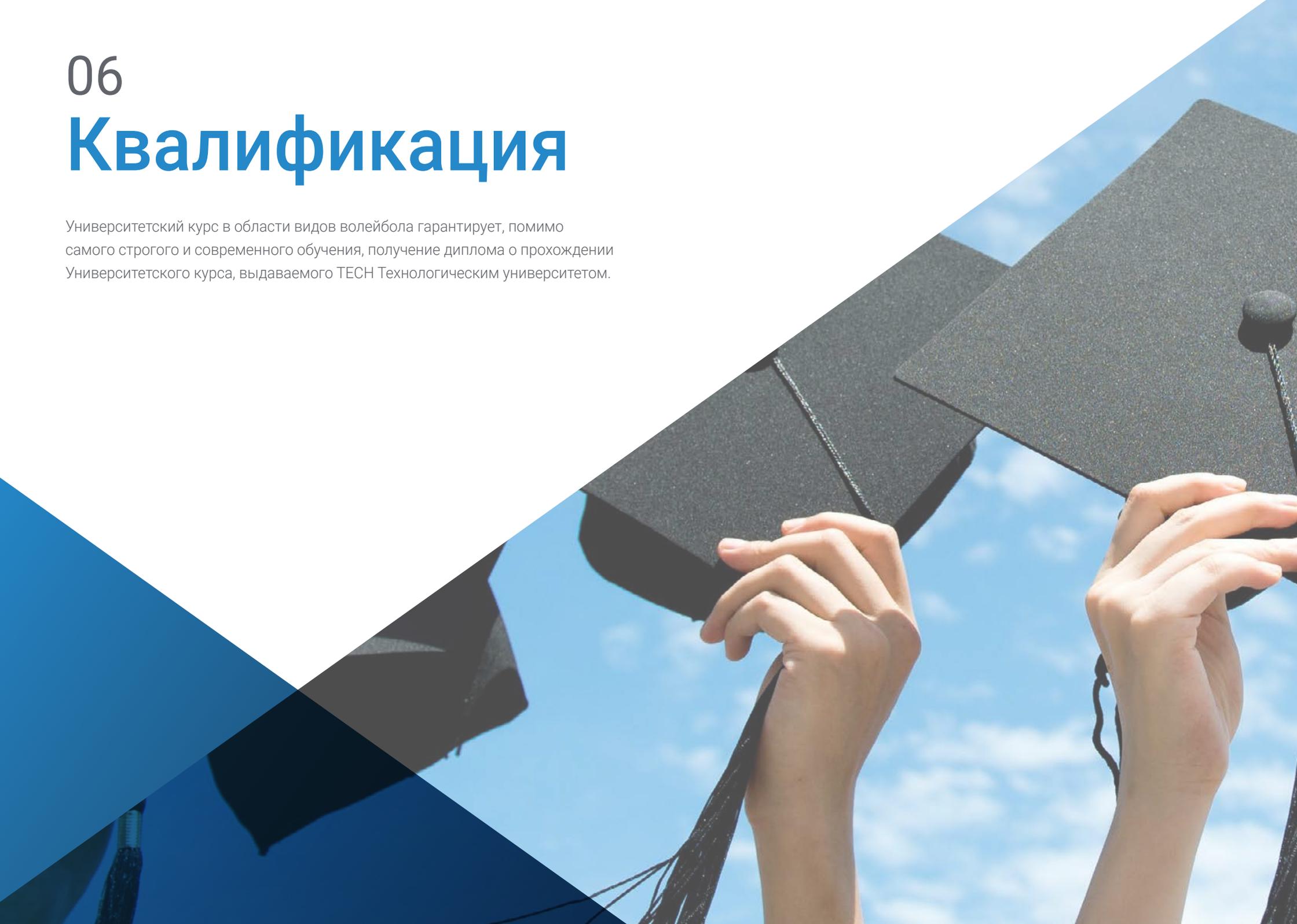
На протяжении всей программы мы периодически оцениваем и переоцениваем ваши знания с помощью оценочных и самооценочных упражнений: так вы сможете убедиться, что достигаете поставленных целей.



06

# Квалификация

Университетский курс в области видов волейбола 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 видов волейбола** 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: **Университетского курса в области видов волейбола**

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

Виды волейбола

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

# Университетский курс

## Виды волейбола

Одобрено NBA

