

专科文凭 手球训练

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学



tech 科学技术大学

专科文凭 手球训练

- » 模式:在线
- » 时长: 6个月
- » 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.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-handball-training

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

结构和内容

12

04

方法

16

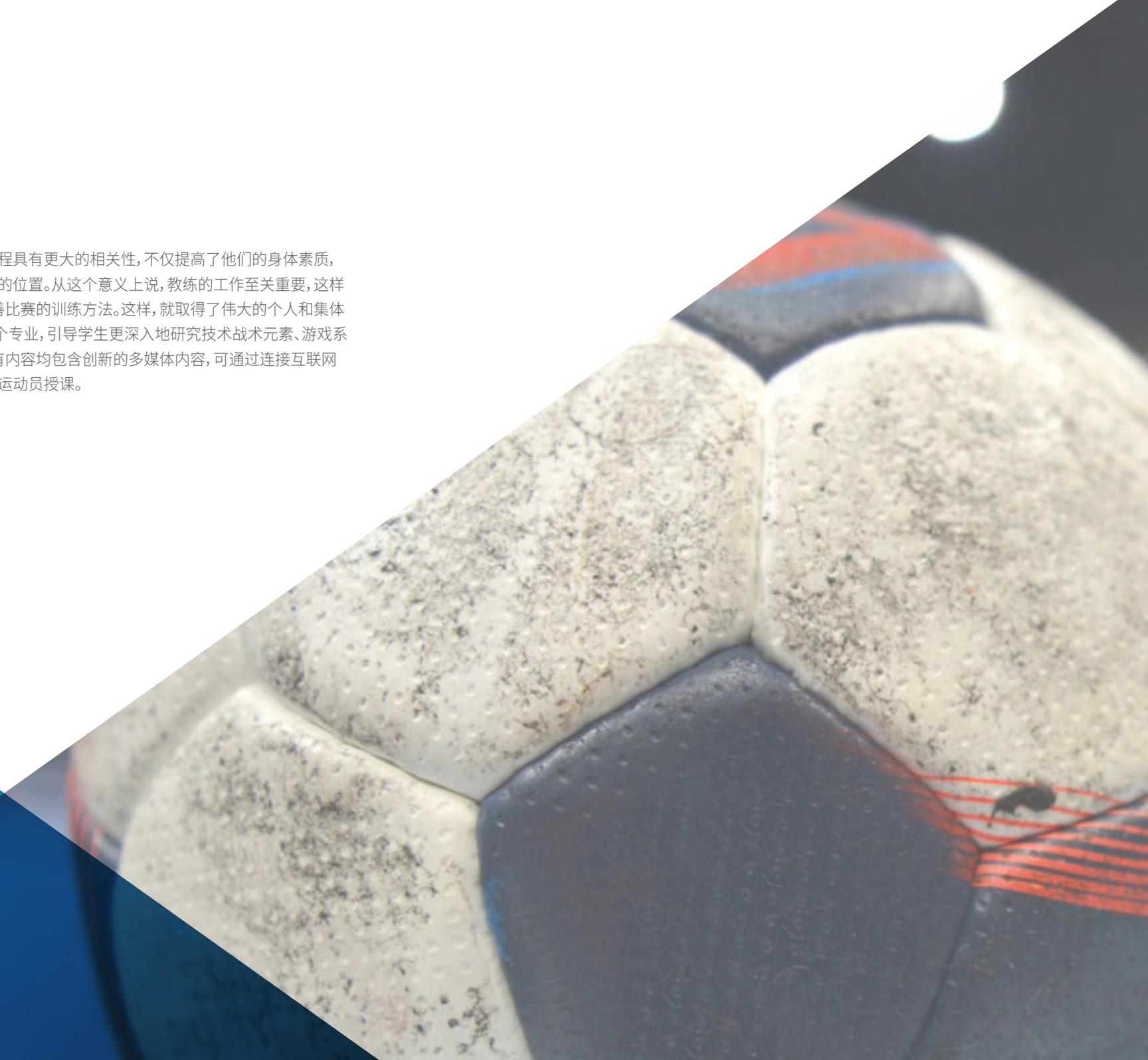
05

学位

24

01 介绍

今天的手球运动与球员的训练和发展过程具有更大的相关性，不仅提高了他们的身体素质，而且还使他们专注于能够获得更好表现的位置。从这个意义上说，教练的工作至关重要，这样他才能获得必要的技术基础，并留下完善比赛的训练方法。这样，就取得了伟大的个人和集体成就。从这个意义上说，TECH 创建了这个专业，引导学生更深入地研究技术战术元素、游戏系统和高性能中使用的最复杂的方法。所有内容均包含创新的多媒体内容，可通过连接互联网的电子设备全天 24 小时访问，并由知名运动员授课。



“

100% 在线专科文凭, 将提高您
作为职业手球世界教练的潜力”

手球运动员的初始阶段对于他们的发展和后续进步至关重要,直到他们达到加入一流俱乐部的目标。路线宽阔,教练的作用突出。因此,他们必须是对培训基础知识、不同的现有方法以及所有这些在最严格的科学严谨下拥有深入了解的专业人士。

在此前提下,TECH以独家在线模式设计了这款专科文凭,引导学生获得有关手球训练的高级学习。在短短6个月内,由享有国家和国际声誉的运动员和体育活动专家组成的优秀教师团队提供全面教育。

通过这种方式,毕业生将在日益动态和复杂的运动中深入研究在教学过程中教练技能的提升。此外,还将深入探讨技术战术策略、如何更有效地解决特殊情况(如被动防守或任意球进攻),以及高水平训练中使用的方法。

在此过程中,您将拥有多媒体教学材料、必读书籍和案例研究,使这一学位更加有吸引力。此外,得益于基于内容重复的Relearning系统,毕业生无需投入大量时间进行学习和记忆。

毫无疑问,这是通过灵活舒适的项目在手球专业领域取得进步的绝佳机会。并且只需要具有互联网连接的数字设备就可以随时查看该指令的内容。前卫的学术选择,是将最苛刻的责任与优质大学教育相结合的理想选择。

这个**手球训练专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- 由手球和体育科学专家介绍案例研究的发展情况
- 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- 实践练习,可进行自我评估以改善学习效果其主要特点包括
- 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

“

在短短 6 个月的时间里专注于手球训练任务,并在这项日益充满活力的运动中取得进步”

“

通过该计划, 研究适用于攻击和防御系统的技术战术方面, 包括平等以及数量劣势和优势”

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。

借助这门专科文凭的高级教学大纲, 您将能够在高性能团队中设计任务和游戏模型。

通过这个项目, 您将更好地了解手球初始阶段的教学过程。



02 目标

该大学学位的目的是为未来的手球技术人员提供必要的技术、策略和工具，以便能够在该领域不同类别的职业生涯中发展。为了实现这一目标，TECH 提供了大量的教学材料和理论实践方法，使您能够从第一天起就将所讨论的概念融入到您的团队中。此外，您遇到的任何问题都可以向本项目优秀的教学团队解决。

“

这些案例研究将使您能够整合工作方法,从而提高手球运动员的表现”



总体目标

- ◆ 掌握不同阶段培训的设计和控制
- ◆ 提高男女运动员的成绩
- ◆ 解释通过新技术获得的数据分析
- ◆ 根据运动员的特点和比赛位置, 为其制定营养计划
- ◆ 了解手球运动和战术至今的演变
- ◆ 分析影响训练过程和高水平运动员的多种因素





具体目标

模块 1. 培训中的培训基础

- ◆ 根据球员的发展阶段,对个人和集体的技术战术元素进行分类
- ◆ 了解我们可以在任务中修改的不同方面,以培养对手球练习的坚持
- ◆ 培训教练设计课程,以根据球员的发展提高运动控制能力
- ◆ 突出手球运动员应具备的基本特征
- ◆ 为教练和球员提供理论和实践知识,以了解手球运动中最常见的情况

模块 2. 改进培训方法

- ◆ 深入了解手球运动高性能特点
- ◆ 在特定岗位上应用个人和集体的技术战术培训手段
- ◆ 分析同等、劣势和人数优势情况下的攻防体系
- ◆ 知道如何应对比赛中的特殊情况
- ◆ 强调当前攻防转换阶段的重要性
- ◆ 设计任务和高性能游戏模型
- ◆ 妥善组织和规划比赛或竞赛

模块 3. 高绩效培训方法

- ◆ 深入了解手球运动高性能特点
- ◆ 在特定岗位上应用个人和集体的技术战术培训手段
- ◆ 分析同等、劣势和人数优势情况下的攻防体系
- ◆ 知道如何应对比赛中的特殊情况
- ◆ 强调当前攻防转换阶段的重要性
- ◆ 设计任务和高性能游戏模型
- ◆ 妥善组织和规划比赛或竞赛



借助此资格,可以在特殊情况下完善您的球队的比赛,例如被动、任意球进攻或进攻动作的时机”

03

结构和内容

这门专科文凭的学习计划在 450 个教学小时中汇集了关于手球训练的初始阶段的基础知识、高水平比赛中使用的方法以及按位置改进技术战术的最详尽和最新的知识。此外，所有这些都具有创新的多媒体内容和专业读物，可进一步扩展教学大纲和案例研究。一流的教学资源，全天候、每周7天供应。





“

一个让您从小就成为一名手球教练的学习计划”

模块 1. 培训中的培训基础

- 1.1. 舞台的特点
 - 1.1.1. 教育模式
 - 1.1.2. 不同阶段的感知运动技能
 - 1.1.3. 不同阶段的身体能力
- 1.2. 防守技术-战术
 - 1.2.1. 辩护类型
 - 1.2.2. 预防性战术手段
 - 1.2.3. 反应战术手段
- 1.3. 进攻技术战术
 - 1.3.1. 控制、联络和收尾阶段的技术战术要素
 - 1.3.2. 个人技术战术手段
 - 1.3.3. 集体技术战术手段
- 1.4. 技术-战术过渡阶段
 - 1.4.1. 进攻阶段
 - 1.4.2. 防守阶段
 - 1.4.3. 关键点
- 1.5. 特定防守位置的训练
 - 1.5.1. 总体考虑
 - 1.5.2. 具体的前线职位
 - 1.5.3. 具体的二线职位
- 1.6. 特定进攻位置的训练
 - 1.6.1. 总体考虑
 - 1.6.2. 具体的前线职位
 - 1.6.3. 具体的二线职位
- 1.7. 门将
 - 1.7.1. 进攻和防御行动
 - 1.7.2. 技术考虑
 - 1.7.3. 战术考虑
- 1.8. 比赛体系
 - 1.8.1. 进攻战术
 - 1.8.2. 防守体系
 - 1.8.3. 过渡时期的游戏系统

- 1.9. 任务设计
 - 1.9.1. 特定符号
 - 1.9.2. 创建任务及其变体
 - 1.9.3. 实用建议
- 1.10. 手球运动休闲建议
 - 1.10.1. 改编游戏
 - 1.10.2. 地中海手球
 - 1.10.3. 街头手球

模块 2. 改进培训方法

- 2.1. 舞台的特点
 - 2.1.1. 教育模式
 - 2.1.2. 不同阶段的感知运动技能
 - 2.1.3. 不同阶段的身体能力
- 2.2. 进攻技术战术
 - 2.2.1. 辩护类型
 - 2.2.2. 预防性战术手段
 - 2.2.3. 反应战术手段
- 2.3. 防守技术-战术
 - 2.3.1. 控制、联络和收尾阶段的技术战术要素
 - 2.3.2. 个人技术战术手段
 - 2.3.3. 集体技术战术手段
- 2.4. 技术-战术过渡阶段
 - 2.4.1. 进攻阶段
 - 2.4.2. 防守阶段
 - 2.4.3. 关键点
- 2.5. 特定防守位置的训练
 - 2.5.1. 总体考虑
 - 2.5.2. 具体的前线职位
 - 2.5.3. 具体的二线职位
- 2.6. 特定进攻位置的训练
 - 2.6.1. 总体考虑
 - 2.6.2. 具体的前线职位
 - 2.6.3. 具体的二线职位

- 2.7. 门将
 - 2.7.1. 进攻和防御行动
 - 2.7.2. 技术考虑
 - 2.7.3. 战术考虑
 - 2.8. 比赛体系
 - 2.8.1. 进攻战术
 - 2.8.2. 防守体系
 - 2.8.3. 过渡时期的游戏系统
 - 2.9. 决策
 - 2.9.1. 决策类型:分类
 - 2.9.2. 决策过程
 - 2.9.3. 实际案例
 - 2.10. 任务设计
 - 2.10.1. 特定符号
 - 2.10.2. 创建任务及其变体
 - 2.10.3. 实用建议
 - 3.5. 数量平等的防御游戏系统
 - 3.5.1. 个人防御系统
 - 3.5.2. 区域防守系统
 - 3.5.3. 混合或组合防御系统
 - 3.6. 进攻性游戏系统的数量优势和劣势
 - 3.6.1. 6对5进攻体系
 - 3.6.2. 7对6进攻体系
 - 3.6.3. 特殊情况
 - 3.7. 人数优势和劣势的防守博弈系统
 - 3.7.1. 6对5防守体系
 - 3.7.2. 7对6防守体系
 - 3.7.3. 特殊情况
 - 3.8. 技战术过渡阶段和特殊情况
 - 3.8.1. 反击
 - 3.8.2. 折叠
 - 3.8.3. 被动游戏
 - 3.9. 任务设计和博弈模型
 - 3.9.1. 任务内容和形式
 - 3.9.2. 进攻型博弈模型的构建
 - 3.9.3. 防守博弈模型的构建
 - 3.10. 比赛或比赛准备
 - 3.10.1. 赛前
 - 3.10.2. 比赛中的团队管理
 - 3.10.3. 赛后
- ### 模块 3.高绩效培训方法
- 3.1. 舞台的特点
 - 3.1.1. 概念化
 - 3.1.2. 培训
 - 3.1.3. 教练
 - 3.2. 技战术进攻
 - 3.2.1. 技战术要素和个人战术原则
 - 3.2.2. 目标和集体进攻战术手段
 - 3.2.3. 个人决定因素和集体场所
 - 3.3. 技术防守战术
 - 3.3.1. 技战术要素和个人战术原则
 - 3.3.2. 目标和集体进攻战术手段
 - 3.3.3. 个人决定因素和集体场所
 - 3.4. 数量平等的进攻性游戏系统
 - 3.4.1. 经典3:3进攻体系
 - 3.4.2. 2:4进攻体系
 - 3.4.3. 具有两个支点的 3:3 进攻体系

04 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。



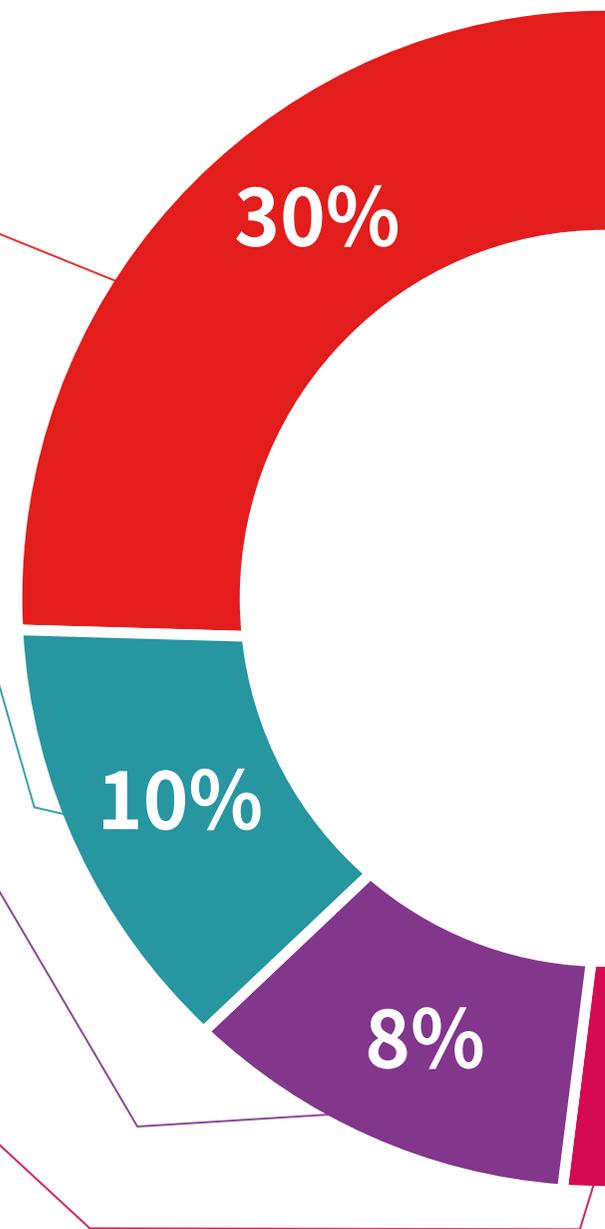
技能和能力的实践

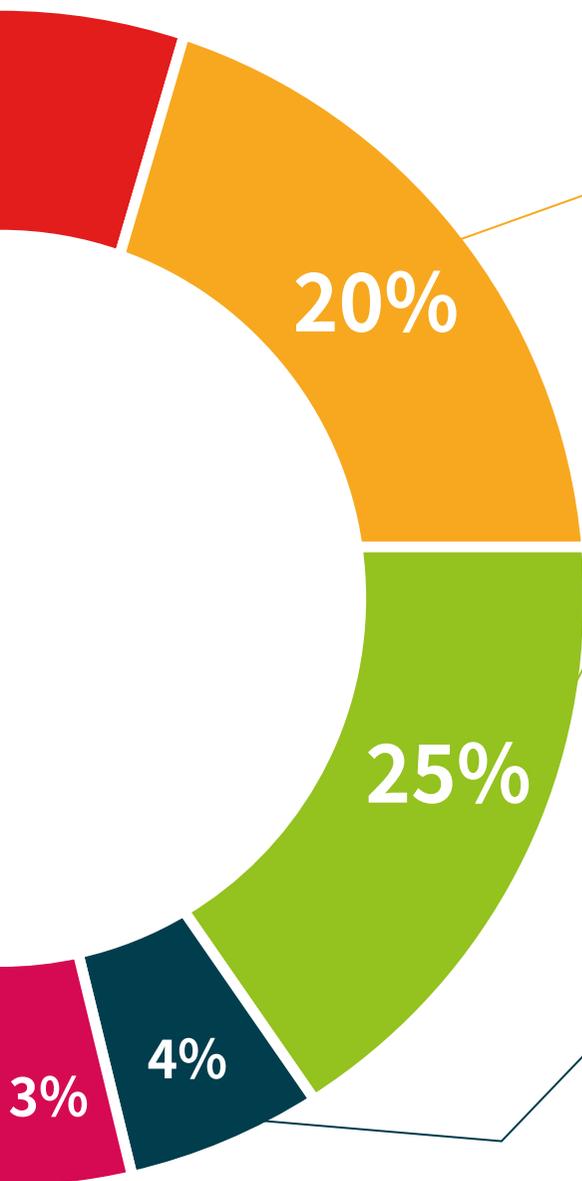
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



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。



05 学位

手球训练专科文凭除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的专科文凭学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个**手球训练专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

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**专科文凭**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在专科文凭获得的资格, 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: **手球训练专科文凭**

模式: **在线**

时长: **6个月**

得到了**NBA**的认可



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

专科文凭
手球训练

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

专科文凭 手球训练

得到了NBA的认可

