

# 专科文凭 橄榄球XV

得到了NBA的认可





## 专科文凭 橄榄球XV

- » 模式:在线
- » 时间:6个月
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

网络访问: [www.techtitude.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-rugby-xv](http://www.techtitude.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-rugby-xv)

# 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

球员作为一个协调良好的团队一起工作的能力是XV橄榄球比赛成功的关键之一。因此，沟通对于确保所有球员知道他们在比赛中任何特定时刻的角色是什么是至关重要的。这就是为什么橄榄球十五的所有方面的专业对体育专业人员有很大的价值，因此，有了这个资格，他们将学习更多关于球员必须具备的素质或要进行的攻防类型。他们还将深入研究这种方式的力量要求，始终以100%在线方法为基础，由这项运动的明星设计内容。





“

通过这专科文凭的介绍,发现XV橄榄球运动中身体准备的主要趋势”

在职业水平上打十五人制橄榄球时, 球员必须熟练掌握各种技能, 如控球, 擒抱, Ruck 和 Maul. 此外, 球员之间的接触是这种方式的基本要素之一, 所以他们必须有良好的身体状况, 并有足够的耐力在80分钟的苛刻比赛中保持节奏。

这就是为什么一个专注于运动员在最好的保证下进行橄榄球XV比赛所需的具体准备的资格认证将具有巨大价值的原因。这就是为什么TECH为体育专业人员提供这些特点的专业课程, 通过这些课程, 他们将了解职业橄榄球的管理规定, 以及比赛场上的具体位置。但它也将侧重于分析防守和进攻系统, 以及深入研究战术阶段和这种高要求模式下的速度, 耐力和力量要求。

毫无疑问, 这是市场上一个独特的专业, 它将促进学生的体育活动, 或使他/她成为橄榄球XV的专家。要做到这一点, 由于该学位的在线性质, 你将享受所有你能想象到的灵活性。通过这种方式, 你将能够在任何地方舒适地学习, 并在你完全方便的情况下组织你的学习课程。

这个**橄榄球XV**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 由橄榄球XV世专家提出的案例研究的发展
- ◆ 它所构思的图形化, 示意图和突出的实用性内容提供了关于那些对专业实践至关重要的学科的运动和实用信息
- ◆ 可以进行自我评价过程的实践练习, 以改善学习
- ◆ 其特别强调创新方法
- ◆ 理论课, 向专家提问, 关于有争议问题的讨论区和个人反思性论文
- ◆ 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



通过设计最有效的练习来安排  
橄榄球XV世球员的训练课程"

接受严格的案例研究, 你将分析  
比赛对前锋和三分区的要求。

“ 考察游戏中反击的关键, 以确保胜利”

在短短的150个小时内掌握橄榄球  
XV队的防守和进攻体系的基本原理。

该课程的教学人员包括来自该行业的专业人士, 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。

它的多媒体内容是用最新的教育技术开发的, 将允许专业人员进行情景式学习, 即一个模拟的环境, 提供一个身临其境的培训, 为真实情况进行培训。

该方案的设计重点是基于问题的学习, 通过这种学习, 专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。它将得到一个由著名专家开发的创新互动视频系统的支持。



# 02 目标

该专科文凭课程是在一系列目标的基础上设计的, 重点是为学生提供技能, 使他们能够成功地计划橄榄球XV的赛季, 分析球员的负荷或深入研究身体准备的主要趋势。所有这些都将在之前通过这项运动的具体规则和比赛的静态和动态阶段的旅程后实现。





“

通过全面的专业学习来促进这项运动的价值,使你成为橄榄球XV世的专家”



## 总体目标

- ◆ 深入了解橄榄球XV和VII, 以及其他模式的知识
- ◆ 知道如何深化, 发展和开发身体和技术技能
- ◆ 根据球员的模式和位置, 获得以橄榄球为导向的营养学专业
- ◆ 如何管理情绪并将心理学应用到运动环境中
- ◆ 学习如何管理球队和球员
- ◆ 如何将橄榄球作为一种产品向消费者销售
- ◆ 深入了解球员控制自己情绪的工具, 以便获得最大的表现

“

由于学位的理论和实践的平衡设计, 实现你的目标, 受益于XV橄榄球的动态学术资源"





## 具体目标

---

### 模块1.橄榄球的模式

- ◆ 深入了解橄榄球的起源
- ◆ 了解如何发现这项运动的价值
- ◆ 深入学习橄榄球的模式和一般规则与条例

### 模块2.橄榄球XV运动与法规

- ◆ 全面了解具体规则
- ◆ 彻底了解各个位置的情况
- ◆ 区分和了解不同的进攻和防守体系
- ◆ 研究比赛的不同静态和动态阶段

### 模块3.具体准备工作 橄榄球XV

- ◆ 获得有关赛季规划的知识
- ◆ 根据球员的情况分析负荷
- ◆ 了解橄榄球运动中身体准备的主要趋势
- ◆ 构建课程

# 03 课程管理

TECH为教授该学位而组建的教学团队是该课程的最大资产。这也难怪,因为该大学汇集了不少欧洲冠军和奥林匹克运动员,他们都达到了职业橄榄球的巅峰。

此外,这些教师还具有设计和规划体能准备课程的经验,专门研究高性能。毫无疑问,他们优秀的,获奖的专业背景将明显有利于学生。





“

欧洲冠军和职业橄榄球奥运选手  
将是你在整个教育周期的参考”

## 管理人员



### De Juan Roldán, Javier先生

- ◆ 西班牙国家队的职业橄榄球运动员VII
- ◆ 两次欧洲橄榄球冠军VII
- ◆ 独立橄榄球俱乐部的职业球员
- ◆ Ciencias橄榄球俱乐部的职业球员
- ◆ 在Ciencias橄榄球俱乐部和Independiente橄榄球俱乐部学校担任教练



### Lliteras Ruiz, Marta女士

- ◆ 女子VII人制橄榄球和男子XV人制橄榄球的教练
- ◆ 巴利阿里军队总指挥部女子VII人制和男子XV人制橄榄球教练
- ◆ All&Go的共同创始人
- ◆ 职业橄榄球妇女协会的协调人
- ◆ 国际十五人制和七人制橄榄球运动员
- ◆ 欧洲橄榄球冠军
- ◆ 里约热内卢奥运会文凭
- ◆ 政治学学位, 人力资源管理和行政管理硕士
- ◆ 团队管理硕士



## 教师

### Lino Samaniego, Ángel先生

- ◆ 负责Club de Rugby Complutense Cisneros的女子项目的身体准备
- ◆ 在Blagnac Rugby的体能训练师
- ◆ 康普鲁坦斯-西斯内罗斯橄榄球俱乐部的体能训练师
- ◆ 集体橄榄球运动和 阿方索十世萨比奥大学的生物力学老师
- ◆ 毕业于UPS的体育活动和运动科学专业
- ◆ 在UPM获得研究硕士学位
- ◆ 在UPS获得高性能运动的硕士学位
- ◆ 被西班牙橄榄球联盟评为世界橄榄球二级教练

### Ribera García, María女士

- ◆ 担任荣誉女子组San Scrum的主教练
- ◆ 西班牙奥林匹克委员会的技术培训师
- ◆ Tatami橄榄球俱乐部的教练
- ◆ 西班牙女子国家队XV和VII级别的国际球员
- ◆ 里约热内卢奥运会球员
- ◆ 毕业于体育活动和运动科学专业
- ◆ 十五级橄榄球教练N1, N2和N3头衔, 七级橄榄球教练N1和N2头衔, 荣誉女子组San Scrum主教练, Tatami橄榄球俱乐部教练, 西班牙奥委会技术培训师

# 04 结构和内容

教学大纲的设计考虑到了教育行程,其中学生将深入研究橄榄球XV的每一个关键。通过这种方式,学生将通过查阅视频,互动图表,案例研究和大师班等感兴趣的资源来完善他们在这种形式的职业橄榄球中的技能。这无疑将形成一个更加自然的学术循环,与传统的教学形式相比,其有效性被定位了。





“

用你的电脑或平板电脑访问一个创新的教学大纲, 你将通过这项运动中的裁判类型或橄榄球XV号球员的具体技能”

## 模块1.橄榄球的模式

- 1.1. 橄榄球
  - 1.1.1. 橄榄球
  - 1.1.2. 起源
  - 1.1.3. 世界橄榄球
- 1.2. 橄榄球XV
  - 1.2.1. 初学者
  - 1.2.2. 橄榄球XV
  - 1.2.3. 西班牙的XV橄榄球
- 1.3. 橄榄球VII号和橄榄球XIII
  - 1.3.1. 初学者
  - 1.3.2. 橄榄球VII
  - 1.3.3. 橄榄球XIII
- 1.4. 橄榄球的其他品种
  - 1.4.1. 包容性和监狱橄榄球
  - 1.4.2. 橄榄球 标签 和触摸
  - 1.4.3. 其他品种
- 1.5. 一般规则
  - 1.5.1. 简介
  - 1.5.2. 游戏的原则
  - 1.5.3. 规章制度
- 1.6. 反兴奋剂
  - 1.6.1. 保持橄榄球的清洁
  - 1.6.2. 营养和补充剂
  - 1.6.3. 药品
- 1.7. 反赌博
  - 1.7.1. 反兴奋剂 让橄榄球留在内部
  - 1.7.2. 纪律
  - 1.7.3. 反腐败
- 1.8. 价值观
  - 1.8.1. 为什么要捍卫这些价值观?
  - 1.8.2. 整合
  - 1.8.3. 下半场

- 1.9. 裁判员的形象
  - 1.9.1. 橄榄球中的裁判员
  - 1.9.2. 裁判员的手势
  - 1.9.3. 裁判员的类型
- 1.10. 主要锦标赛
  - 1.10.1. 橄榄球XV
  - 1.10.2. 橄榄球VII
  - 1.10.3. 橄榄球XIII

## 模块2.橄榄球XV运动与法规

- 2.1. 具体条例
  - 2.1.1. 游戏的原则
  - 2.1.2. 法律原则
  - 2.1.3. 游戏规则
- 2.2. 玩家的特定技能
  - 2.2.1. 发展特定的条件性技能
  - 2.2.2. 协调技能的发展
  - 2.2.3. 改善决策过程
- 2.3. 具体职位
  - 2.3.1. 前锋
  - 2.3.2. 中间
  - 2.3.3. 四分之三
- 2.4. 攻击
  - 2.4.1. 游戏的启动
  - 2.4.2. 聚会点上的游戏
  - 2.4.3. 游戏中的反击和永久重组
- 2.5. 防御
  - 2.5.1. 橄榄球15中的攻防:介绍和类型
  - 2.5.2. 在会合点防守投球
  - 2.5.3. 来自静态阶段的防御
- 2.6. 静态阶段
  - 2.6.1. 混战
  - 2.6.2. 触摸
  - 2.6.3. 中央踢球

- 2.7. 马乌尔, 鲁克和分解
  - 2.7.1. 毛利
  - 2.7.2. 鲁克
  - 2.7.3. 破门
- 2.8. 比赛体系的基础
  - 2.8.1. 游戏的启动
  - 2.8.2. 聚会点上的游戏
  - 2.8.3. 游戏中的反击和永久重组
- 2.9. 会议的结构
  - 2.9.1. 球员入门期
  - 2.9.2. 一般练习
  - 2.9.3. 训练课
- 2.10. 对手的分析
  - 2.10.1. 进攻体系分析
  - 2.10.2. 防守体系分析
  - 2.10.3. 静态阶段分析

### 模块3.具体准备工作 橄榄球XV

- 3.1. 橄榄球XV
  - 3.1.1. 运动的性质
  - 3.1.2. 对前锋的比赛要求
  - 3.1.3. 对四分之三球员的比赛要求
- 3.2. 强度
  - 3.2.1. 基于体育的要求和原则
  - 3.2.2. 强度-萎缩
  - 3.2.3. 力量
- 3.3. 速度
  - 3.3.1. 基于体育的要求和原则
  - 3.3.2. 加速
  - 3.3.3. 速度
- 3.4. 抵抗力
  - 3.4.1. 基于体育的要求和原则
  - 3.4.2. 运行位移阻力
  - 3.4.3. 高强度动作的耐力
- 3.5. 测试
  - 3.5.1. 兴趣
  - 3.5.2. 耐力测试 (如1200米往返测试或Bronco测试)
  - 3.5.3. 力量测试
- 3.6. 静态阶段
  - 3.6.1. 混战
  - 3.6.2. 触摸
  - 3.6.3. 对身体准备的影响
- 3.7. 接触
  - 3.7.1. 基于体育的要求和原则
  - 3.7.2. 对培训的影响
  - 3.7.3. 对身体准备的影响
- 3.8. 受伤
  - 3.8.1. 伤害的流行病学
  - 3.8.2. 伤害机制
  - 3.8.3. 脑震荡
- 3.9. GPS技术
  - 3.9.1. 兴趣
  - 3.9.2. 研究变量
  - 3.9.3. 比赛中的球和最坏的情况
- 3.10. 橄榄球性能的FP的作用
  - 3.10.1. 监测
  - 3.10.2. 如何计划
  - 3.10.3. 如何安排



通过这个全面的教学大纲确定XV  
橄榄球的受伤机制及其流行病学"

# 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：**再学习**。

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。





“

发现再学习, 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。

## 再学习方法

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:再学习。

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再学习。

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。

再学习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。



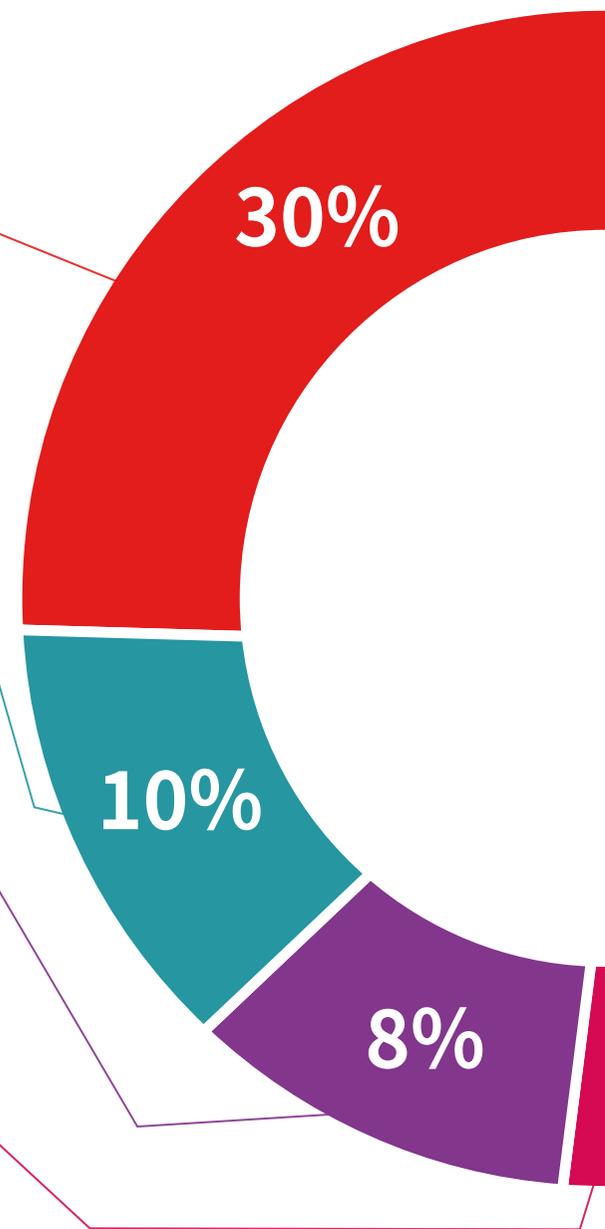
### 技能和能力的实践

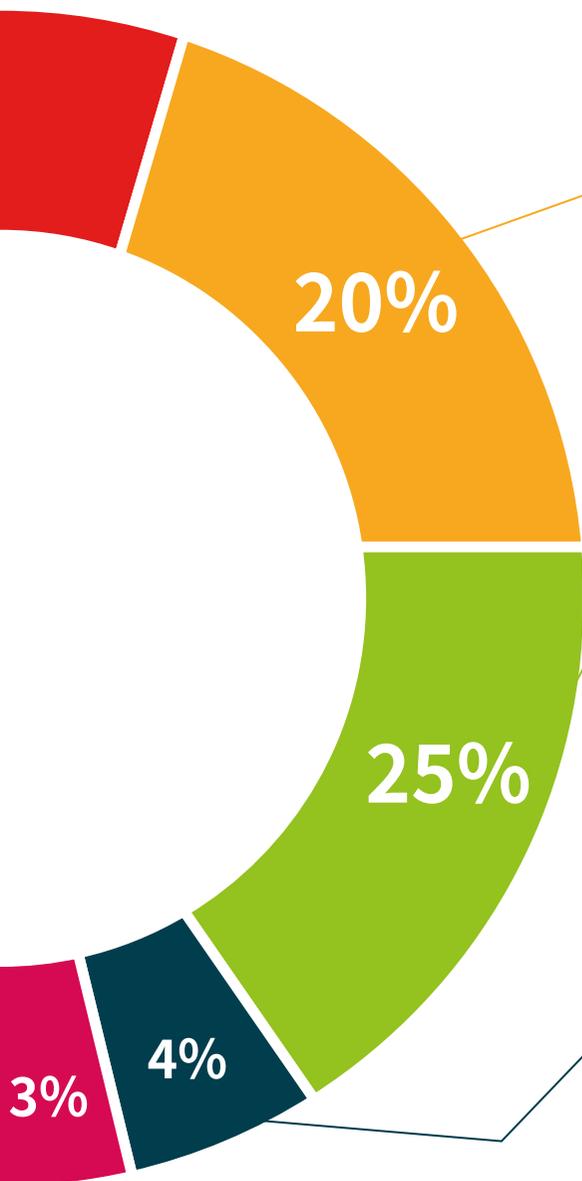
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



### 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

橄榄球XV专科文凭课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的专科文凭学位证书。





顺利完成该课程并获得大学课程, 无需旅行或文书工作的麻烦"

这个**橄榄球XV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:**橄榄球XV专科文凭**

官方学时:**450小时**

得到了**NBA**的认可



\*海牙认证。如果学生要求对其纸质证书进行海牙认证, TECH EDUCATION将作出必要的安排, 并收取认证费用。

**tech** 科学技术大学

专科文凭  
橄榄球XV

- » 模式:在线
- » 时间:6个月
- » 学历:TECH科技大学
- » 时间:16小时/周
- » 时间表:按你方便的
- » 考试:在线

# 专科文凭 橄榄球XV

得到了NBA的认可

