

Universitätskurs

Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball

Von der NBA unterstützt



Universitätskurs Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: www.techtute.com/de/sportwissenschaften/universitatskurs/biomechanik-verletzungen-profi-volleyball

Index

01

Präsentation

Seite 4

02

Ziele

Seite 8

03

Kursleitung

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

Seite 16

05

Methodik

Seite 20

06

Qualifizierung

Seite 28

01

Präsentation

Jedes Jahr werden dem medizinischen Dienst Patienten vorgestellt, die Volleyball spielen und in der Regel eine Tendinopathie der Rotatorenmanschette, Fingerverletzungen, Knöchelverstauchungen, eine Patellarsehnenentzündung oder eine Verletzung des vorderen Kreuzbandes im Knie aufweisen. Verletzungen, die mit der richtigen biomechanischen Ausbildung und Analyse der einzelnen Spieler vermieden werden könnten. Um die Vorbeugung zu erleichtern, hat TECH dieses Programm entwickelt, das die häufigsten Verletzungen in dieser Sportart, die richtigen Maßnahmen im Falle eines solchen Ereignisses auf dem Spielfeld sowie die verschiedenen biomechanischen Systeme dieser Sportart und deren Untersuchung behandelt. Alles in einem 100%igen Online-Format, das 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche zugänglich ist.





“

Sie werden in der Lage sein, Trainingseinheiten zu planen, bei denen die Biomechanik der Schlüssel für die Verletzungsprävention Ihrer Volleyballspieler ist“

Eines der größten Karriererisiken für einen Elitesportler ist eine langfristige, wiederkehrende Verletzung oder eine Verletzung zu einem entscheidenden Zeitpunkt in der Saison. Aus diesem Grund greifen die Vereine immer häufiger auf Fachleute zurück, die auf die Vorbereitung von Trainingseinheiten spezialisiert sind, die auf Vorbeugung basieren und sich auf die Verbesserung der Technik der Spieler durch biomechanische Analysen konzentrieren.

Um das Training richtig planen zu können, ist es wichtig zu verstehen, was im Körper des Sportlers bei jeder einzelnen Bewegung passiert, die er sowohl im Wettkampf als auch im Training ausführt. Um diesen Prozess zu fördern, hat TECH diesen Universitätskurs in Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball ins Leben gerufen.

Es handelt sich um ein Programm für Fortgeschrittene, das sich mit den häufigsten Verletzungen in dieser Sportart befasst, mit dem Verhalten gegenüber einem verletzten Spieler auf dem Spielfeld und mit den verschiedenen biomechanischen Systemen der Volleyballtechnik. Auf diese Weise erhalten die Studenten wichtige Informationen für die Betreuung des körperlichen Zustands der Sportler und die notwendigen Maßnahmen für ihre Erholung bis zur Rückkehr in den Wettkampf.

Der umfassende Inhalt wird durch die zahlreichen Lehrressourcen, die dieses Programm bietet, dynamisch gestaltet: Videozusammenfassungen, detaillierte Videosequenzen, Fachlektüre und Aktivitäten. Eine Reihe von Bildungsmaterialien, auf die sie bequem von jedem elektronischen Gerät mit Internetanschluss und zu jeder Tageszeit zugreifen können.

Die Studenten können ihre Studienzzeit selbst einteilen und einen erstklassigen Abschluss erwerben, der sich mit ihren täglichen Verpflichtungen vereinbaren lässt, ohne Präsenzunterricht oder festen Stundenplan. Eine hervorragende Gelegenheit, die nur TECH, die größte digitale Universität der Welt, bieten kann.

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten aus dem Sportbereich und dem professionellen Volleyball präsentiert werden
- Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- Praktische Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens genutzt werden kann
- Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- Theoretische Lektionen, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



Mit diesem Programm werden Sie in der Lage sein, bei der Verletzung eines Volleyballspielers während eines Spiels Erste Hilfe zu leisten"

“

Dank des Relearning-Systems müssen Sie nicht mehr stundenlang lernen und Auswendiglernen. Schreiben Sie sich jetzt ein"

Das Dozententeam des Programms besteht aus Fachleuten aus der Branche, die ihre Erfahrungen aus ihrer Arbeit in diese Fortbildung einbringen, sowie aus anerkannten Spezialisten von führenden Gesellschaften und renommierten Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situierendes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

Verbessern Sie die Angriffsbewegungen Ihrer Verteidiger mit diesem intensiven 180-Stunden-Programm.

Eine akademische Option, die zu Ihrer beruflichen Weiterentwicklung als Trainer in der Welt des Hochleistungsvolleyballs beitragen wird.



02 Ziele

Das Hauptziel dieses Universitätskurses ist es, den Studenten 6 Wochen lang fortgeschrittenes Wissen über Biomechanik und Verletzungen im professionellen Volleyball zu vermitteln. Ein Ziel, das dank der zahlreichen von TECH angebotenen Lehrressourcen und der Unterstützung durch die auf diese Sportart spezialisierten Lehrkräfte, die diese Fortbildung unterrichten, sehr viel leichter zu erreichen sein wird.





“

Die Fallstudien werden es Ihnen ermöglichen, die wirksamsten Methoden und Techniken zur Analyse der Biomechanik Ihrer Volleyballspieler zu übernehmen"



Allgemeine Ziele

- ♦ Planen eines spezifischen Trainings für die vollständige Entwicklung des Volleyballspielers
- ♦ Strukturieren der allgemeinen Trainingseinheiten zur Erreichung der Ziele einer Mannschaft
- ♦ Anwenden von Regenerationsstrategien, die an die Bedürfnisse des Sportlers angepasst sind
- ♦ Bewerten und Entwickeln der Fähigkeiten des Spielers, damit er sein volles Potenzial entfalten kann
- ♦ Leiten des Trainingsbereichs in einem hochrangigen Team
- ♦ Entwickeln der richtigen körperlichen Vorbereitung eines Spielers





Spezifische Ziele

- ◆ Verstehen, was im Körper des Athleten bei jeder einzelnen Bewegung passiert, die er ausführt
- ◆ Kennen der Techniken zur Behandlung von Verletzungen
- ◆ Erforschen der Strategien, die in Volleyballmannschaften zur Vorbeugung von Verletzungen eingesetzt werden können
- ◆ Vertiefen der neuesten Fortschritte in der Biomechanik und ihrer Anwendung im Volleyball



In diesem Programm erfahren Sie mehr über die verschiedenen Strategien, um die beste amamletztlBewegungsausführung Ihrer Volleyballspieler zu beurteilen"

03

Kursleitung

Mit der Maxime, den Fachleuten eine qualitativ hochwertige Fortbildung zu bieten, hat TECH ein hervorragendes Lehrteam zusammengestellt, das über umfangreiche Erfahrungen als Volleyballspieler und -trainer sowie als Sportlehrer in verschiedenen Sportarten verfügt. Diese fundierten Kenntnisse spiegeln sich im Lehrplan wider, zu dem die Studenten Zugang haben werden. Außerdem werden sie dank ihrer Nähe in der Lage sein, alle Fragen zu beantworten, die die Studenten zum Inhalt dieses Programms haben.



“

Sie verfügen über ein hervorragendes Team, das auf Sportunterricht spezialisiert ist und über umfangreiche Erfahrungen in der Sportvorbereitung verfügt"

Leitung



Fr. Tabeayo Martínez, Nerea

- ♦ Spielerin bei Voley Murcia
- ♦ Hochschulabschluss in Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Fakultät für Bewegungs- und Sportwissenschaften der UCAM - Katholische Universität von Murcia
- ♦ Volleyballtrainerin Stufe 1

Professoren

Fr. Campos Blanc, María Fernanda

- ♦ Beachvolleyballspielerin bei Voley Murcia
- ♦ Hochschulabschluss in Physikalische Therapien an der Autonomen Universität von Guadalajara
- ♦ Masterstudiengang in Sportphysiotherapie an der UCAM - Katholische Universität von Murcia



04

Struktur und Inhalt

Der Inhalt dieses Universitätskurses besteht aus einem fortgeschrittenen Lehrplan über Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball. Das Ganze mit einem theoretisch-praktischen Ansatz, der es den Studenten ermöglicht, alle Methoden zu erlernen, um einen effektiven Trainingsplan zur Verletzungsprävention und der Wiederherstellung nach einer Verletzung zu erarbeiten. Auf diese Weise erhält der Student wichtige Informationen zur Verbesserung der sportlichen Leistungen seiner Mannschaft.





Wissen Sie, wie man Verletzungen richtig behandelt, um die Genesungszeit zu verkürzen? Entdecken Sie es in diesem 100%igen Online-Universitätskurs"

Modul 1. Biomechanik und Verletzungen

- 1.1. Die häufigsten Verletzungen im Volleyball
 - 1.1.1. Knieverletzungen
 - 1.1.2. Schulterverletzungen
 - 1.1.3. Rückenverletzungen
 - 1.1.4. Knöchelverletzungen
- 1.2. Erste Hilfe: Wie man sich bei einer Verletzung auf dem Spielfeld verhält
 - 1.2.1. Schweregrad ermitteln und bewerten
 - 1.2.2. Sofortige Behandlung einleiten
 - 1.2.3. Komfort und Sicherheit bieten
 - 1.2.4. Kommunikation
- 1.3. Behandlung von Verletzungen: Wie man Verletzungen richtig behandelt, um die Genesungszeit zu verkürzen
 - 1.3.1. Prozesse
 - 1.3.2. Rückkehr zum Wettbewerb
 - 1.3.3. Erholungszeiten
 - 1.3.4. Ziele
- 1.4. Verletzungsvorbeugung: Wie man durch Fitness und richtige Technik Verletzungen vorbeugen kann
 - 1.4.1. Körperliche Vorbereitung
 - 1.4.2. Verletzungen, die auf eine schlechte körperliche Vorbereitung zurückzuführen sind
 - 1.4.3. Technik und Prävention
 - 1.4.4. Verletzungen, die auf eine schlechte Technik zurückzuführen sind
- 1.5. Was ist Biomechanik?
 - 1.5.1. Definition
 - 1.5.2. Historische Entwicklungen
 - 1.5.3. Ziele
 - 1.5.4. Leistungsbezogene Anwendungen





- 1.6. Biomechanisches System der Volleyballtechnik
 - 1.6.1. Biomechanische Grundlagen
 - 1.6.2. Mechanische Eigenschaften
 - 1.6.3. Muskeleigenschaften
 - 1.6.4. Funktionszustand des Muskels
- 1.7. Merkmale der Bewegungen im Volleyball
 - 1.7.1. Ziele
 - 1.7.2. Quantitative technische Strukturen
 - 1.7.3. Qualitative technische Strukturen
 - 1.7.4. Bewertung des motorischen Verhaltens
- 1.8. Phasen der biomechanischen Spielanalyse
 - 1.8.1. Sammeln von Informationen
 - 1.8.2. Endziel
 - 1.8.3. Grundsätze
 - 1.8.4. Bewertungskriterien
- 1.9. Biomechanische Analyse des Angriffs
 - 1.9.1. Merkmale des Angriffs
 - 1.9.2. Kräfte
 - 1.9.3. Hebel und erzeugte Bewegungen
 - 1.9.4. Muskelaktion
 - 1.9.5. Kinematische Kette und Grad
- 1.10. Bewegung entsprechend der Bezugsebene
 - 1.10.1. Horizontale Ebene
 - 1.10.2. Sagittalebene
 - 1.10.3. Frontalebene
 - 1.10.4. Bewegungsachsen

05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning.**

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.





“

Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"

Fallstudie zur Kontextualisierung aller Inhalte

Unser Programm bietet eine revolutionäre Methode zur Entwicklung von Fähigkeiten und Kenntnissen. Unser Ziel ist es, Kompetenzen in einem sich wandelnden, wettbewerbsorientierten und sehr anspruchsvollen Umfeld zu stärken.

“

Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt"



Sie werden Zugang zu einem Lernsystem haben, das auf Wiederholung basiert, mit natürlichem und progressivem Unterricht während des gesamten Lehrplans.



Der Student wird durch gemeinschaftliche Aktivitäten und reale Fälle lernen, wie man komplexe Situationen in realen Geschäftsumgebungen löst.

Eine innovative und andersartige Lernmethode

Dieses TECH-Programm ist ein von Grund auf neu entwickeltes, intensives Lehrprogramm, das die anspruchsvollsten Herausforderungen und Entscheidungen in diesem Bereich sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene vorsieht. Dank dieser Methodik wird das persönliche und berufliche Wachstum gefördert und ein entscheidender Schritt in Richtung Erfolg gemacht. Die Fallmethode, die Technik, die diesem Inhalt zugrunde liegt, gewährleistet, dass die aktuellste wirtschaftliche, soziale und berufliche Realität berücksichtigt wird.

“ *Unser Programm bereitet Sie darauf vor, sich neuen Herausforderungen in einem unsicheren Umfeld zu stellen und in Ihrer Karriere erfolgreich zu sein“*

Die Fallmethode ist das von den besten Fakultäten der Welt am häufigsten verwendete Lernsystem. Die Fallmethode wurde 1912 entwickelt, damit Jurastudenten das Recht nicht nur auf der Grundlage theoretischer Inhalte erlernen. Sie bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, damit sie fundierte Entscheidungen treffen und Werturteile darüber fällen konnten, wie diese zu lösen sind. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert.

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Mit dieser Frage werden wir bei der Fallmethode konfrontiert, einer handlungsorientierten Lernmethode. Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren realen Fällen konfrontiert. Sie müssen ihr gesamtes Wissen integrieren, recherchieren, argumentieren und ihre Ideen und Entscheidungen verteidigen.

Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: Relearning.

*Im Jahr 2019 erzielten wir die besten
Lernergebnisse aller spanischsprachigen
Online-Universitäten der Welt.*

Bei TECH lernen Sie mit einer hochmodernen Methodik, die darauf ausgerichtet ist, die Führungskräfte der Zukunft zu spezialisieren. Diese Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, wird Relearning genannt.

Unsere Universität ist die einzige in der spanischsprachigen Welt, die für die Anwendung dieser erfolgreichen Methode zugelassen ist. Im Jahr 2019 ist es uns gelungen, die Gesamtzufriedenheit unserer Studenten (Qualität der Lehre, Qualität der Materialien, Kursstruktur, Ziele...) in Bezug auf die Indikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität zu verbessern.



In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert. Mit dieser Methode wurden mehr als 650.000 Hochschulabsolventen mit beispiellosem Erfolg in so unterschiedlichen Bereichen wie Biochemie, Genetik, Chirurgie, internationales Recht, Managementfähigkeiten, Sportwissenschaft, Philosophie, Recht, Ingenieurwesen, Journalismus, Geschichte, Finanzmärkte und -instrumente fortgebildet. Dies alles in einem sehr anspruchsvollen Umfeld mit einer Studentenschaft mit hohem sozioökonomischem Profil und einem Durchschnittsalter von 43,5 Jahren.

Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.

Nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Neurowissenschaften wissen wir nicht nur, wie wir Informationen, Ideen, Bilder und Erinnerungen organisieren, sondern auch, dass der Ort und der Kontext, in dem wir etwas gelernt haben, von grundlegender Bedeutung dafür sind, dass wir uns daran erinnern und es im Hippocampus speichern können, um es in unserem Langzeitgedächtnis zu behalten.

Auf diese Weise sind die verschiedenen Elemente unseres Programms im Rahmen des so genannten Neurocognitive Context-Dependent E-Learning mit dem Kontext verbunden, in dem der Teilnehmer seine berufliche Praxis entwickelt.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt.

Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



Übungen für Fertigkeiten und Kompetenzen

Sie werden Aktivitäten durchführen, um spezifische Kompetenzen und Fertigkeiten in jedem Fachbereich zu entwickeln. Übungen und Aktivitäten zum Erwerb und zur Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten, die ein Spezialist im Rahmen der Globalisierung, in der wir leben, entwickeln muss.



Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





Case Studies

Sie werden eine Auswahl der besten Fallstudien vervollständigen, die speziell für diese Situation ausgewählt wurden. Die Fälle werden von den besten Spezialisten der internationalen Szene präsentiert, analysiert und betreut.



Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



Testing & Retesting

Die Kenntnisse des Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass der Student überprüfen kann, wie er seine Ziele erreicht.



06

Qualifizierung

Der Universitätskurs in Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball garantiert neben der präzisesten und aktuellsten Fortbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss
ohne lästige Reisen oder Formalitäten”*

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball**

Modalität: **online**

Dauer: **6 Wochen**



*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen
erziehung information tutoren
garantie akkreditierung unterricht
institutionen technologie lernen
gemeinschaft verpflichtung
persönliche betreuung innovationen
wissen gegenwart qualität
online-Ausbildung
entwicklung institutionen
virtuelles Klassenzimmer

tech technologische
universität

Universitätskurs

Biomechanik und Verletzungen
im Profi-Volleyball

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Universitätskurs

Biomechanik und Verletzungen im Profi-Volleyball

Von der NBA unterstützt

