

# Universitätskurs

## Leistungsfaktoren im Handball

Von der NBA unterstützt





## Universitätskurs

### Leistungsfaktoren im Handball

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

Internetzugang: [www.techtitute.com/de/sportwissenschaften/universitatskurs/leistungsfaktoren-handball](http://www.techtitute.com/de/sportwissenschaften/universitatskurs/leistungsfaktoren-handball)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Struktur und Inhalt

---

Seite 12

04

Methodik

---

Seite 16

05

Qualifizierung

---

Seite 24

# 01 Präsentation

Die Entwicklung des Handballsports hat nicht nur bei den Fans großes Interesse geweckt, sondern auch bei den Forschern, die ihre Studien auf die Analyse aller technischen, taktischen und anthropometrischen Faktoren bis hin zur effektivsten Ernährung für diese Disziplin ausgerichtet haben. Das Ziel ist es, die Leistung der Spieler zu verstehen und dadurch zu verbessern. Ein wesentliches Element für die Erzielung individueller und kollektiver sportlicher Leistungen. Aus diesem Grund bietet TECH angehenden Trainern eine 100%ige Online-Qualifikation an, die zu einem intensiven Studium der Grundlagen dieser Sportart, ihrer Modalitäten, ihrer Geschichte sowie der neuen Rolle des Trainers im Rahmen der Ausbildung des Sportlers führt. Das Programm wird auch von renommierten Spitzenspielern und Experten der Sportwissenschaften unterrichtet.





“

*Ein zu 100% online durchgeführter, flexibler  
Universitätskurs, der es Ihnen ermöglicht,  
Ihre Studienzeit selbst zu verwalten. Ideal  
für Fachleute wie Sie"*

Die wissenschaftliche Literatur über den Handballsport hat sich in den letzten Jahren erweitert, wobei sich viele der Studien auf das Verständnis der Art des Trainings und der physischen Faktoren, die die Entwicklung des Sportlers beeinflussen, konzentrieren. Auf diese Weise hat die Wissenschaft ihre Fortschritte auf die von einem Trainer durchgeführten praktischen Einheiten übertragen können, sowohl in der Anfangs- als auch in der Hochleistungsphase.

Die unmittelbare Anwendung dieses umfassenden Wissens ermöglicht es dem Profi, die gesetzten sportlichen Ziele zu erreichen und die Karriere seiner Spieler zu fördern. Um diese Arbeit zu erleichtern, hat TECH diesen 6-wöchigen Universitätskurs in Leistungsfaktoren im Handball ins Leben gerufen.

Es handelt sich um ein intensives Programm, das von einem ausgezeichneten Team von Fachleuten entwickelt wurde, das sich aus Spielern zusammensetzt, die in diesem Sport gut etabliert sind und auch eine akademische Karriere auf hohem Niveau im Bereich der Sportwissenschaft haben. In diesem Sinne erhalten die Studenten Zugang zu einer erstklassigen Fortbildung mit einem fortgeschrittenen Inhalt.

Eine akademische Option, die Videozusammenfassungen zu jedem Thema, ausführliche Videos, Lektüre und Simulationen von Fallstudien umfasst, die diesem ohnehin schon attraktiven Universitätsstudium noch mehr Dynamik verleihen.

Auf diese Weise haben die Studenten ohne Präsenzunterricht oder feste Unterrichtszeiten mehr Freiheit bei der Gestaltung ihres Studiums, was es ihnen wiederum ermöglicht, den Universitätskurs mit ihren täglichen persönlichen Aktivitäten zu vereinbaren.

Dieser **Universitätskurs in Leistungsfaktoren im Handball** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- ♦ Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten aus dem Bereich Handball und Sportwissenschaft vorgestellt 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



*Eine Qualifizierung von 150  
Unterrichtsstunden, die ausschließlich online  
stattfindet, damit Sie in Ihrer beruflichen  
Laufbahn als Handballtrainer aufsteigen"*

“

*Analysieren Sie die Methodik dieser Sportart anhand der großen Trainer, die ihren Weg geprägt haben, und integrieren Sie deren Lehren in Ihre Karriere als Trainer.*

Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Fachleuten von führenden Gesellschaften und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes 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.

*In diesem Programm werden die anthropometrischen, technischen, taktischen, konditionellen und psychologischen Faktoren des Handballspielers eingehend untersucht.*

*Machen Sie einen effektiven Vorstoß in die Entwicklung des Handballsports durch einen 100%igen Online-Universitätsabschluss.*



# 02 Ziele

Im Rahmen dieses Universitätskurses erwirbt der zukünftige Handballtrainer Kenntnisse, die er direkt in seinen Trainingseinheiten anwenden kann. Auf diese Weise wird er in der Lage sein, die wichtigsten Fortschritte, die durch die wissenschaftliche Forschung in dieser Sportart erzielt wurde, sowie auch die technischen und taktischen Faktoren zu integrieren. Zu diesem Zweck verfügt er über ein sehr nützliches didaktisches Instrument: die Fallstudien, die von den fachkundigen Lehrkräften, die dieses Programm unterrichten, bereitgestellt werden.







“

*Integrieren Sie die neuesten Spieltaktiken  
aus dem Bereich der Hochleistung in Ihre  
Trainingseinheiten“*



## Allgemeine Ziele

---

- ♦ Beherrschen der Gestaltung und Kontrolle des Trainings in verschiedenen Phasen
- ♦ Verbessern der Leistung von Sportlern
- ♦ Interpretieren der Analyse von Daten, die mit Hilfe neuer Technologien gewonnen wurden
- ♦ Berücksichtigen der Ernährungsplanung des Sportlers entsprechend seinen Eigenschaften und seiner Spielposition
- ♦ Kennen der Entwicklung des Spiels und der Taktik des Handballsports bis zum heutigen Tag
- ♦ Analysieren der vielfältigen Faktoren, die in den Trainingsprozess und in der Leistung der Spieler zum Tragen kommen





## Spezifische Ziele

---

- ♦ Vertieftes Kennen des historischen Hintergrunds des Handballs
- ♦ Beherrschen der aktuellen Handballregeln
- ♦ Ausführliches Kennen der verschiedenen Modalitäten des Handballs
- ♦ Unterscheiden der Trainingsphasen
- ♦ Kennen der Rolle des Sportlehrers und der Rolle des Trainers im Handballtraining
- ♦ Kennen der Bedeutung der anthropometrischen, technischen, taktischen, konditionellen und psychologischen Faktoren des Handballspielers



*Mit diesem Universitätskurs werden Sie sich mit den neuesten Forschungsergebnissen über den Sport und deren direkter Anwendung im Training befassen"*

# 03

## Struktur und Inhalt

Der Lehrplan dieses Universitätskurses wird die Studenten auf eine Reise durch die wichtigsten Meilensteine des Handballsports, seine Modalitäten, Regeln und die verschiedenen Ausbildungsstufen mitnehmen. Zu diesem Zweck verfügt der Student über innovative pädagogische Instrumente, die es ihm ermöglichen sich schnell und einfach in die technischen, konditionellen und psychologischen Faktoren dieses Sports einzuarbeiten. All dies ist bequem über ein internetfähiges digitales Gerät zugänglich.





“

*Die virtuelle Mediathek dieses Programms  
wird 24 Stunden am Tag, 7 Tage die  
Woche zur Verfügung stehen"*

## Modul 1. Leistungsfaktoren im Handball

- 1.1. Hintergrund
  - 1.1.1. Ursprung des Handballs
  - 1.1.2. Moderner Handball
  - 1.1.3. Handball in Spanien
- 1.2. Reglementierung
  - 1.2.1. Wichtige regulatorische Aspekte
  - 1.2.2. Aktuelles Reglement (Spielreglement, Juli 2022-IHF)
  - 1.2.3. Entwicklung des Reglements
- 1.3. Handball-Modalitäten
  - 1.3.1. Minihandball
  - 1.3.2. Beachhandball
  - 1.3.3. Rollstuhlhandball
- 1.4. Trainingsstufen
  - 1.4.1. Didaktik in den Trainingsstufen
  - 1.4.2. Trainingsstufen nach J. Antón
  - 1.4.3. Trainingsstufen nach Manolo Laguna
- 1.5. Forschung im Bereich Handball
  - 1.5.1. Wissenschaftliche Forschung
  - 1.5.2. Wissenschaftliche Forschung im Handballsport
  - 1.5.3. Von der Wissenschaft zum Training
- 1.6. Anthropometrische Faktoren
  - 1.6.1. Anthropometrische Faktoren im Training
  - 1.6.2. Anthropometrische Faktoren in der Hochleistung
  - 1.6.3. Talentsuche
- 1.7. Technische Faktoren
  - 1.7.1. Technische Faktoren in der Fachliteratur
  - 1.7.2. Wurfanalyse
  - 1.7.3. Einfluss des Schrittzklus
- 1.8. Taktische Faktoren
  - 1.8.1. Kollektive taktische Faktoren
  - 1.8.2. Studie zur Entscheidungsfindung
  - 1.8.3. Taktische Variationen in der Hochleistung



- 1.9. Konditionelle Faktoren
  - 1.9.1. Wurfkraft
  - 1.9.2. Sprungkraft
  - 1.9.3. Körperliche Anforderungen im Hochleistungsbereich
- 1.10. Psychologische Faktoren
  - 1.10.1. Motivation und Selbstvertrauen
  - 1.10.2. Aktivierung, Stress und Ängste
  - 1.10.3. Führung

“

*Erforschen Sie die wichtigsten psychologischen Faktoren, die die Motivation und das Selbstvertrauen Ihrer Handballspieler beeinflussen"*



# 04 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.



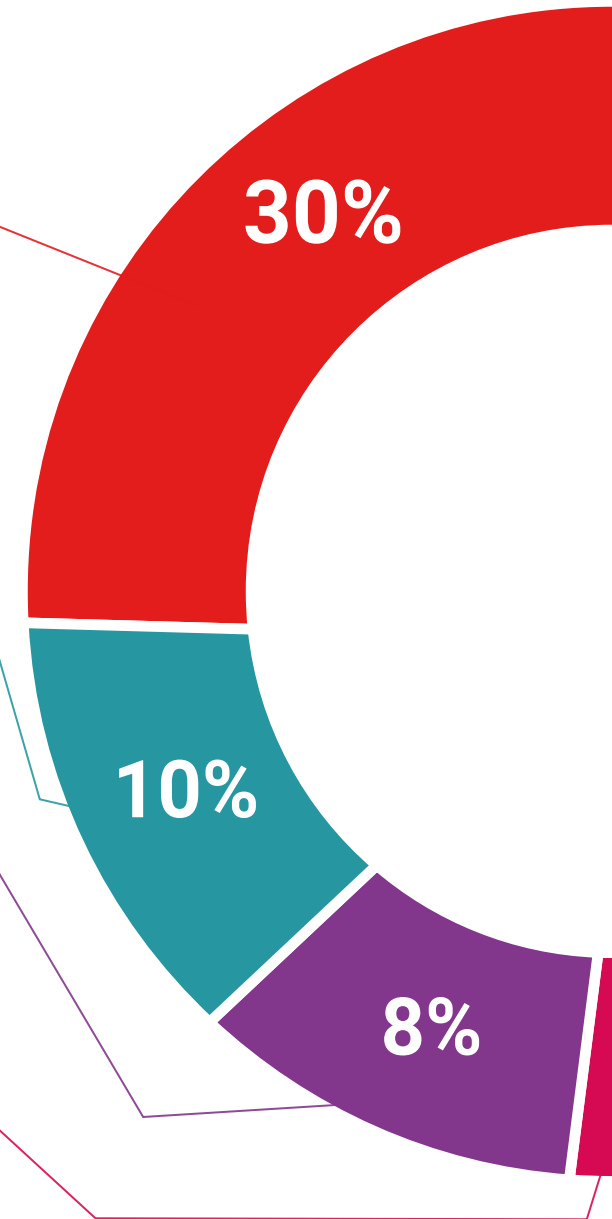
#### Übungen für Fertigkeiten und Kompetenzen

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.



05

# Qualifizierung

Der Universitätskurs in Leistungsfaktoren im Handball 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 Leistungsfaktoren im Handball** 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 Leistungsfaktoren im Handball**

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 innovativität  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung institutionen  
virtuelles Klassenzimmer

**tech** technologische  
universität

**Universitätskurs**

Leistungsfaktoren  
im Handball

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

# Universitätskurs

## Leistungsfaktoren im Handball

Von der NBA unterstützt

