



International Tennis Federation™

INTRODUCCIÓN AL CURSO DE ENTRENADORES DE NIVEL III

Departamento de Desarrollo de la ITF



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III



Programa de la ITF de Formación de Entrenadores

Certificación	Educación			
	Material	Workshops	Cursos	Becas
Nivel 1	Libros Videos Internet	Mundial Regionales Nacionales	Módulos Academias de viaje Campos Entrmto. Formación Tutores E-learning	Centros Entr. Campos Entr. Cursos Investigación
Nivel 2				
Nivel 3				



LA ITF



**TENIS
MASC-FEM**

TECNOLOGÍA

**FED CUP
OLIMPIADAS**

JUNIORS

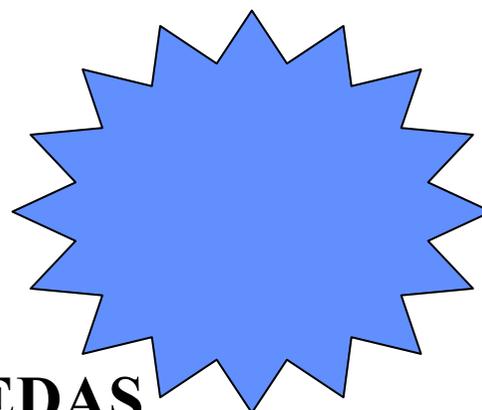
COPA DAVIS

DESARROLLO

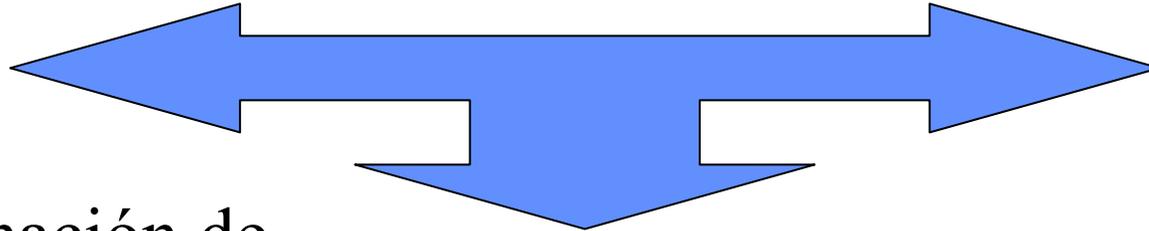
SILLA DE RUEDAS

SENIORS

**MARKETING &
COMUNICACIONES**



LA ITF Y EL DESARROLLO Educación / Consultoría



Formación de Entrenadores

- Cursos
- Materiales educativos
- Workshop Mundial
- Workshops Regionales

Cursos para Administradores

- Cursos
- Materiales educativos

Consultorias

- Asociaciones Nacionales
- Asociaciones Regionales

OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN DE ENTRENADORES

- Mejorar el nivel de enseñanza del tenis en todas las regiones
- Ayudar a las Asociaciones Nacionales a crear sus propios programas de formación y certificación de entrenadores





DIFERENCIAS

FORMACIÓN DE ENTRENADORES

- Programa general
- Toda la vida
- Tenis y no-tenis

CERTIFICACIÓN DE ENTRENADORES

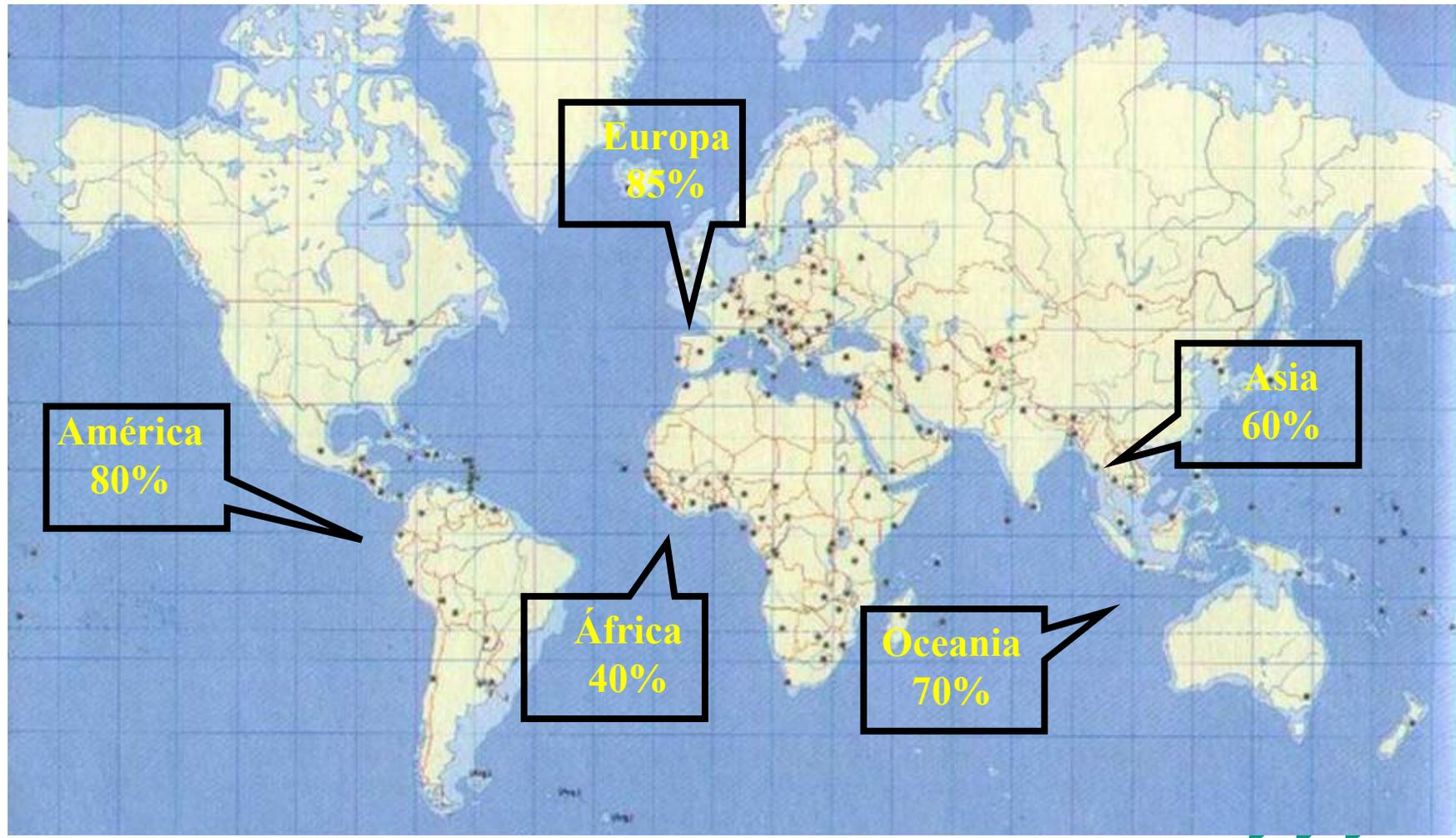
- Certificado
- Examen
- Niveles
- Depende del sistema

FORMACIÓN DE ENTRENADORES EN EL MUNDO

- Los países desarrollados tienen sus propios sistemas de formación de entrenadores
- Distintos sistemas: horas de enseñanza, contenidos, evaluación, materiales, etc.
- Ayudan a mejorar el nivel de enseñanza
- Ayudan a mejorar la imagen de los entrenadores
- Buena circulación de la información



Países con Programas de Formación de Entrenadores



SITUACIÓN ACTUAL

Programa ITF de Formación de Entrenadores

- Se siguen organizando Cursos Nacionales (aprox. 80 al año).
- Los contenidos del nivel I y II están disponibles en inglés, francés y español para uso de las naciones miembro con el fin de que creen su propio sistema nacional de certificación (aprox. 80 países).
- El temario de nivel III está disponible en inglés y español.



SITUACIÓN ACTUAL

Workshops Mundial para Entrenadores

- El Workshop mundial se organiza cada 2 años y se ha convertido en un foro único para entrenadores de alto nivel.



SITUACIÓN ACTUAL

Workshops Regionales para Entrenadores

- Los workshops regionales se organizan cada dos años en Europa, América Central y del Sur, Asia y África y proporcionan una gran oportunidad para los mejores entrenadores de cada región.



SITUACIÓN ACTUAL

Materiales Educativos

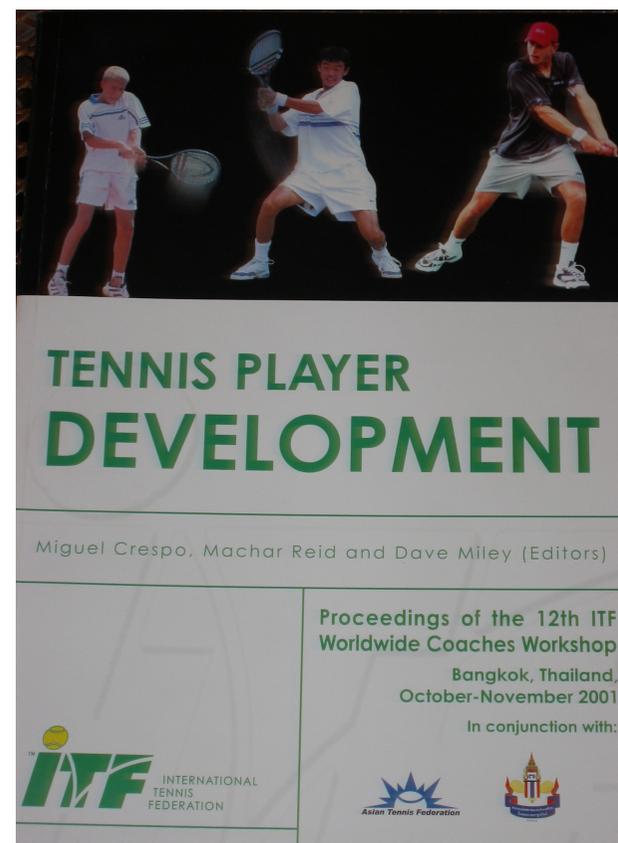


- Coaches and Sport Science Review se publica 3 veces al año en inglés, francés y español.

SITUACIÓN ACTUAL

Materiales Educativos

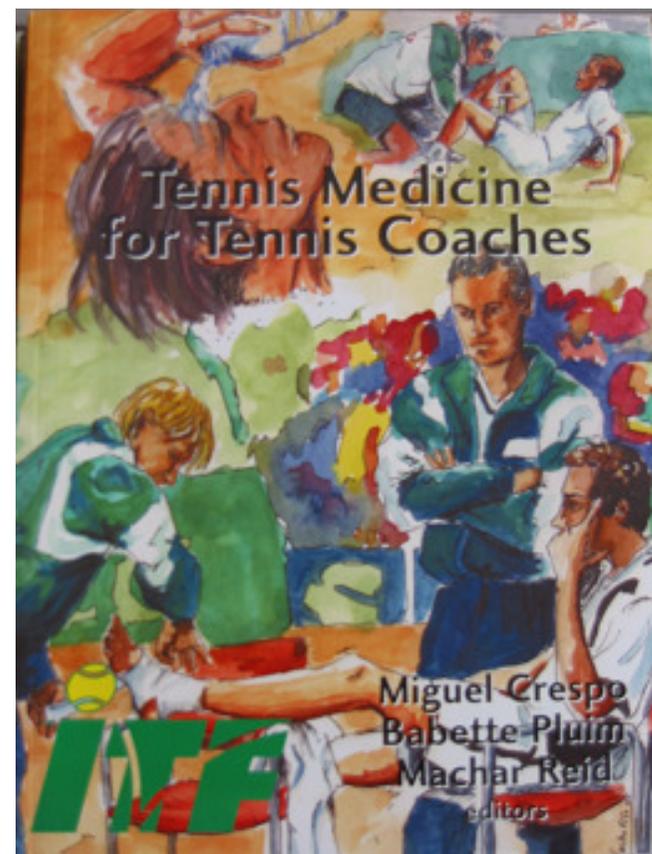
- La ITF produce materiales educativos en inglés, francés y español para ayudar a las naciones miembro en todas las áreas del desarrollo incluyendo programas de tenis de base, formación de entrenadores y programas de competición.



SITUACIÓN ACTUAL

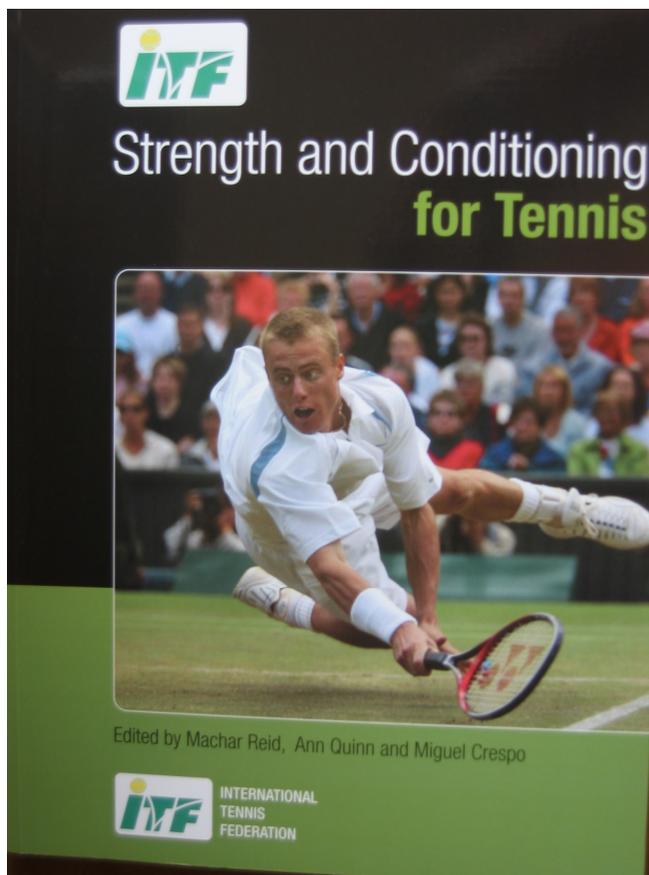
Materiales Educativos

- Manual de Nivel 1
- Mini-tenis
- Manual del Tenis en el Colegio
- Libro de ejercicios de tenis
- Entrenar a jóvenes jugadores
- Medicina del tenis



SITUACIÓN ACTUAL

Materiales Educativos



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

- Manual para Entrenadores Avanzados
- Manual de Liderazgo, Gestión y Administración
- Fuerza y Condición física para el tenis



SITUACIÓN ACTUAL

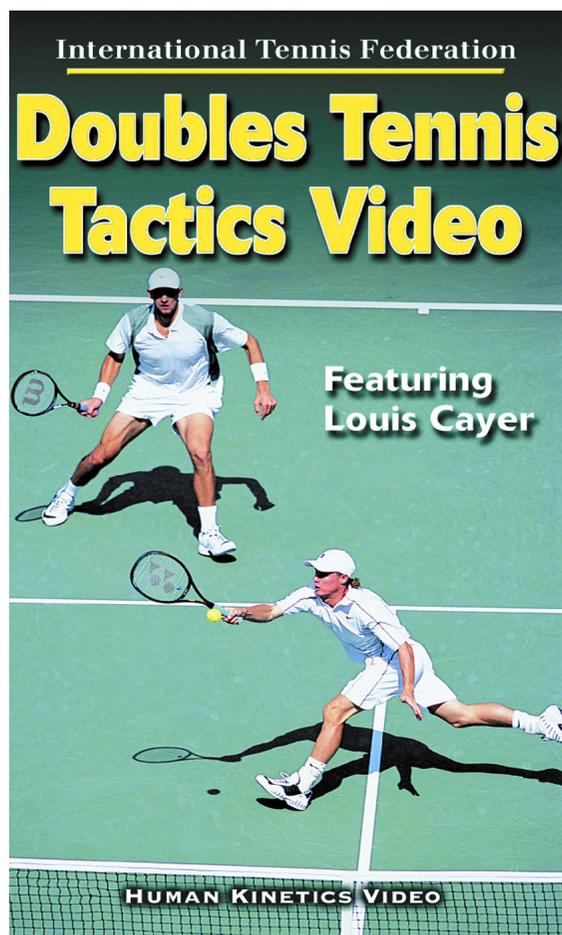
Materiales Educativos

- Video de la pelota y la pared
- Video Ha nacido un tenis
- Folleto para padres
- Manual de Formatos de Competiciones
- Código de Ética
- Actas de los WWCWs



SITUACIÓN ACTUAL

Materiales Educativos



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

- Libro de Resumen de Coaches Review
- Biomecánica del Tenis Avanzado
- Libro de Tácticas de Dobles Avanzados
- Video de Tácticas de Dobles Avanzados

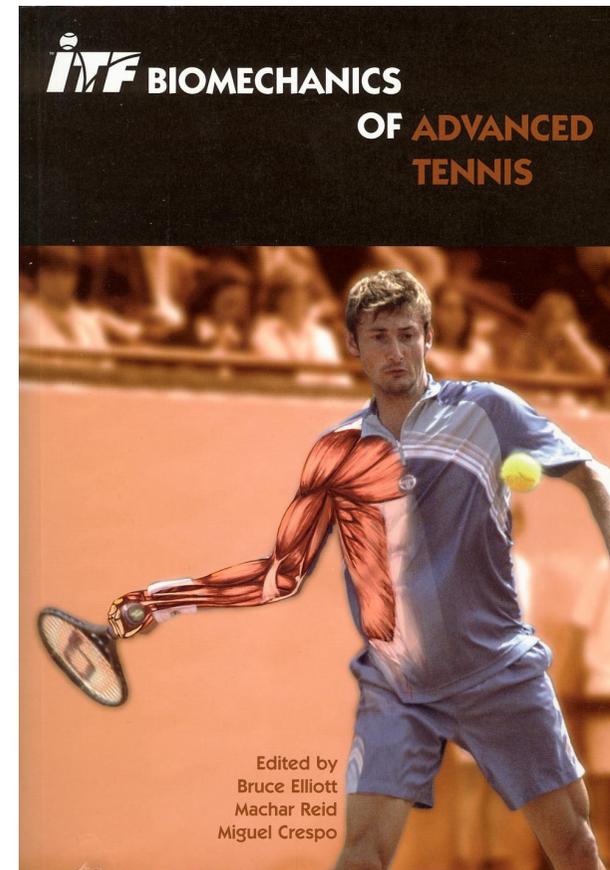
COMISIÓN DE ENTRENADORES

- Compuesta por 14 entrenadores de distintas partes del mundo
- Asesora a la ITF en asuntos de entrenamiento
- Contactos regulares
- Una reunión al año



ROL DE LAS ASOCIACIONES NACIONALES

- Crear un Sistema de Formación de Entrenadores
- Nombrar Tutores
- Coordinar Cursos
- Supervisar la producción de material para entrenadores
- Organizar Workshops



ROL DE LOS TUTORES

- Impartir los cursos
- Actualizarse en las nuevas metodologías
- Relacionarse con entrenadores nacionales e internacionales
- Asistir a workshops



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

OBJETIVOS DEL CURSO

ITF DE NIVEL III

- Proporcionar formación y certificación a entrenadores avanzados
- Informarles de los temas y teorías más actuales sobre entrenamiento avanzado
- Proporcionar una oportunidad para compartir ideas sobre tenis avanzado con colegas y otras personas interesadas

CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III



CONTENIDOS

6 Módulos

1. Táctica avanzada,
2. Biomecánica y Técnica avanzadas,
3. Psicología,
4. Preparación física,
5. Metodología de la enseñanza y del entrenamiento,
6. Desarrollo y Planificación del Tenis

CONTENIDOS

Módulo 1: Táctica Avanzada

- Principios fundamentales y objetivos para jugadores avanzados en las 5 situaciones de juego
- Patrones y ejercicios tácticos avanzados
- Principios y ejercicios tácticos adaptados a las distintas superficies
- Toma de datos y análisis de partidos
- Tácticas para dobles avanzados



CONTENIDOS

Módulo 2: Biomecánica y Técnica Avanzadas

- Biomecánica avanzada y metodología de la enseñanza
- Desarrollo de velocidad de la raqueta
- Momentum lineal y angular
- Mecánica de movimientos avanzados
- Carga, activación muscular y deportes
- Análisis biomecánico del rendimiento



CONTENIDOS

Módulo 3: Psicología

- Habilidades psicológicas para el tenis avanzado
- Como crear un clima orientado al rendimiento
- Ética, valores y entrenamiento avanzado
- Análisis psicológico de un partido
- Ejercicios psicológicos dentro y fuera de la cancha
- Planificación y evaluación psicológica



CONTENIDOS

Módulo 4: Preparación física

- Fisiología, evaluación y análisis
- Planificación a largo plazo, principios de entrenamiento, trabajo con grupos especiales
- Prevención de lesiones, control motor
- Recuperación, nutrición, hidratación y entrenamiento cruzado
- Ejercicios dentro y fuera de la cancha para las distintas cualidades físicas: coordinación, flexibilidad, fuerza, potencia, resistencia, velocidad...



CONTENIDOS

Módulo 5: Metodología de la enseñanza y del entrenamiento

- Últimos avances en metodología de la enseñanza y del entrenamiento
- Aprendizaje motor para jugadores avanzados
- El enfoque basado en el juego aplicado a jugadores avanzados
- Entrenamiento complejo aplicado a jugadores avanzados
- Periodización y control del entrenamiento
- La carrera de desarrollo de un jugador
- Viajar con jugadores avanzados
- Sistemas de entrenamiento aplicados a jugadores avanzados



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

CONTENIDOS

Módulo 6: Desarrollo y planificación del tenis

- Desarrollo profesional del entrenador de tenis
- Creación de un plan de desarrollo del tenis
- Mercadeo y promoción: Habilidades de negocio, presentación y mercadeo
- Desarrollo de jugadores y desarrollo de sistemas
- Desarrollo práctico del tenis aplicado a distintas organizaciones de tenis



HORARIO

DÍA	MÓDULO	HORAS EN AULA	HORAS EN CANCHA	TOTAL
1	Introducción & (1) Táctica Avanzada	4	4	8
2	(1) Táctica Avanzada & (2) Biomecánica y Técnica Avanzada	6	2	8
3	(2) Biomecánica y Técnica Avanzada	1	7	8
4	(3) Psicología aplicada al tenis Avanzado	4	4	8
5	(3) Psicología aplicada al tenis Avanzado	2	2	4
6	Evaluación 1	4.5	0	4.5
7	DÍA DE DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO	DESCANSO
8	(4) Preparación Física	3	5	8
9	(4) Preparación Física & (5) Metodología de la enseñanza y del entrenamiento	6	2	8
10	(5) Metodología de la enseñanza y del entrenamiento	3	5	8
11	(6) Desarrollo y planificación del tenis	8	0	8
12	(6) Desarrollo y planificación del tenis	2	2	4
13	Evaluación 2	3	5	8
TOTAL		47.5	37	84.5

EL PAPEL DEL TUTOR en el Curso de Nivel III

- Proporcionar información
- Compartir información (de entrenador a entrenador)
- Escuchar, argumentar y obtener ideas
- Identificar y ayudar a solucionar problemas
- Motivar a los entrenadores a analizar su propio trabajo
- Establecer planes de acción



PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN

DÍA 6 (4.5 hrs) TEST 1 (TÁCTICA AVANZADA, BIOMECÁNICA AVANZADA Y PSICOLOGÍA)

Aula: 4.5 hrs

Evaluación de Táctica avanzada (aula)	Preguntas de elección libre y 2 casos	1.5 horas
Pausa		0.5 horas
Evaluación de biomecánica y técnica avanzada (aula)	Preguntas de elección libre y 2 casos	1.5 horas
Pausa para el almuerzo		1.5 horas
Evaluación de psicología (aula)	Preguntas de elección libre y 2 casos	1.5 horas

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN

DÍA 13 (8 hrs) EVALUACIÓN 2 (PREPARACIÓN FÍSICA, METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO & DESARROLLO Y PLANIFICACIÓN)

Aula: 3 Cancha: 5 horas

TEMA	MÉTODO DE PRESENTACIÓN	TIEMPO
Evaluación de metodología del entrenamiento (cancha)	Test práctico de clase de 30 minutos con 2 jugadores avanzados	5 horas
Evaluación de preparación física (aula)	Preguntas de elección libre y 2 casos	1.5 horas
Evaluación de desarrollo y planificación (aula)	Preguntas de elección libre y 2 casos	1.5 horas
Clausura del curso		

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN

- Como en el nivel II, los candidatos tienen que contestar correctamente el 66% de las preguntas para pasar (20 de 30).
- Los candidatos que suspendan más del 50% de los exámenes (4 o más) suspenderán el curso.
- Los candidatos que suspendan hasta 3 exámenes podrán repetirlos en un período de 6-12 meses.
- Si esa segunda vez los candidatos suspenden uno de los exámenes, suspenderán el curso.

EXPECTATIVAS DEL TUTOR SOBRE LOS CANDIDATOS

- Habilidades de comunicación excelentes
- Motivación e interés en aprender
- Profesionalismo
- Buena conducta y estándares éticos
- Puntualidad, vestimenta adecuada, etc.
- Buen nivel de juego, comprensión del tenis y conocimiento de las ciencias del deporte



CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

REGLAS DEL CURSO

- Puntualidad: Los candidatos han de estar listos para empezar cuando la sesión se inicie.
- Vestimenta y material: Los candidatos han de vestir de forma profesional y siempre han de llevar una raqueta.
- Participación: Se motiva a los candidatos a que participen activamente en el curso mediante preguntas, sugerencias, etc.



MATERIALES PARA EL CURSO

Módulos	Materials
Biomecánica y técnica avanzadas	<ul style="list-style-type: none"> • ITF Biomecánica del tenis avanzado
Táctica avanzada	<ul style="list-style-type: none"> • ITF CSSR (Número 27) • ITF Video de tácticas avanzadas de dobles
Metodología de la enseñanza	<ul style="list-style-type: none"> • ITF Manual del PTI • ITF CSSR (Número 19)
Preparación Física	<ul style="list-style-type: none"> • ITF Fuerza y Prep. Física para el tenis • ITF Medicina del Tenis para entrenadores
Psicología	<ul style="list-style-type: none"> • ITF CSSR (Número 30)
Desarrollo y planificación del tenis	<ul style="list-style-type: none"> • ITF Manual de formatos de competición. • ITF Manual de Liderazgo. • ITF CSSR (Número 29) ITN y 36