



Federación Internacional de Tenis

Programa de formación para entrenadores

Entrenador de jugadores principiantes

Competencias del Curso *(antiguo Nivel 1 de la ITF)*

Copyright © ITF Coaching 2009

Jugador principiante:

Para los propósitos de este curso, se define como jugador principiante a quien acaba de iniciarse al juego y/ o tiene una experiencia de juego y competencia limitada y un nivel básico.

Para mayor referencia, los jugadores de tenis principiantes entran en las categorías ITN 10 (10.3, 10.2, 10.1), ITN 9 e ITN 8 del Número Internacional para Tenis.

Cada Asociación Nacional podrá definir este nivel según sus propias evaluaciones, clasificaciones o criterios de desarrollo para el rendimiento del jugador.

Entrenador de jugadores principiantes:

Para los propósitos de este curso, el entrenador de tenistas principiantes se define como aquel entrenador que puede de manera efectiva y segura por sí solo entrenar a jugadores que tengan este nivel de juego y que pueda trabajar bajo supervisión reportando a entrenadores más calificados y, de ser necesario, supervisar a entrenadores asistentes.

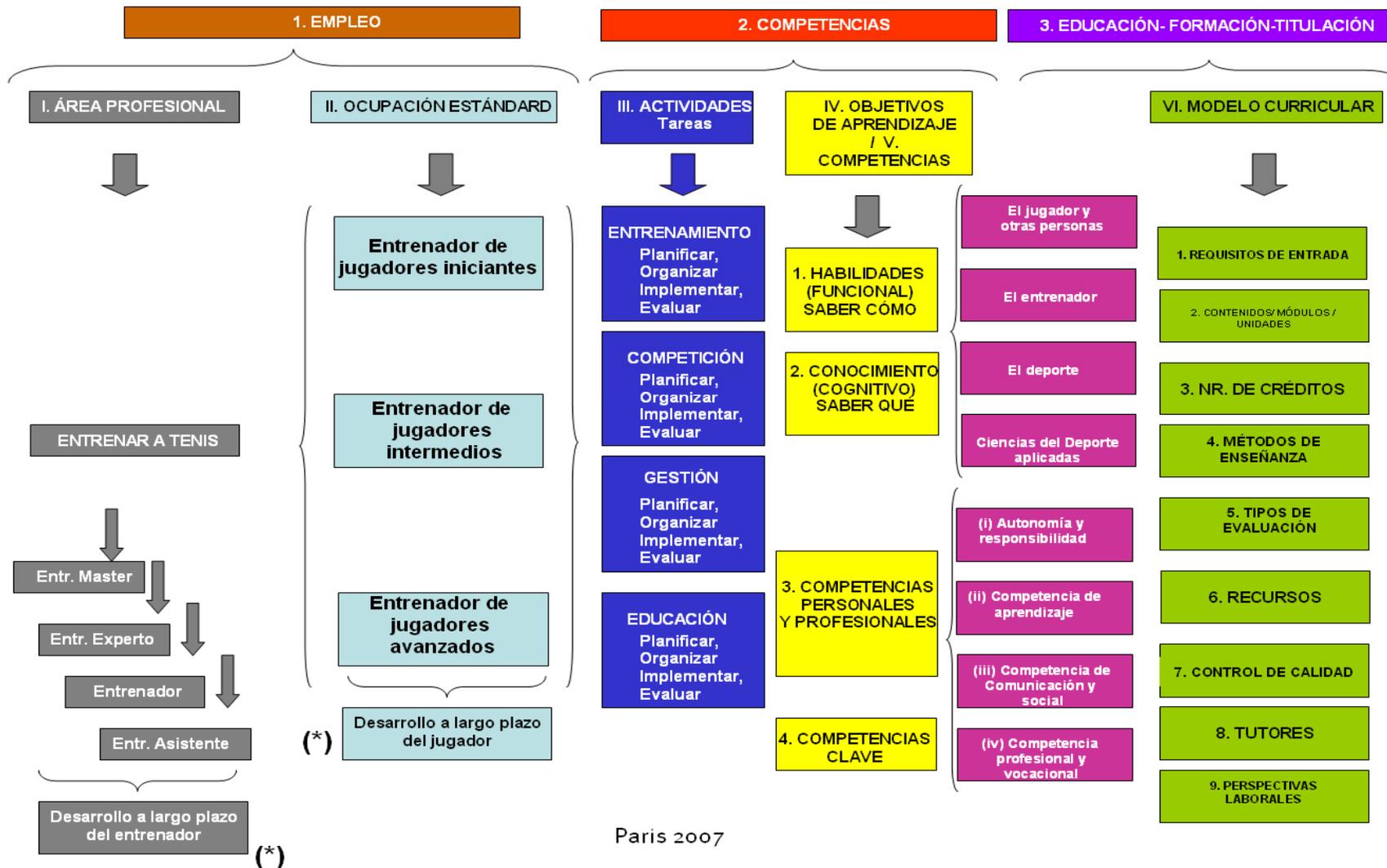
Para mayor referencia, las competencias definidas en el curso para entrenadores de tenistas principiantes entran dentro de la categoría de “entrenador” en el modelo de desarrollo de entrenadores a largo plazo (ver diagrama en la próxima página).

Cada Asociación Nacional definirá este nivel según su propio criterio

Las competencias propuestas en este documento equivalen a:

- Francia: Initiateur 1 y 2
- Gran Bretaña: Development Coach Award
- Australia: Junior Development Coach
- Alemania: C Level coach
- España: Monitor Nacional de Tenis
- Holanda: Tennis teacher
- Bélgica: Asistent and Initiator
- Canadá: Club Professional 1-2
- Austria: Instructor
- Croacia: Teacher
- República Checa: Level 3
- Italia: IS2
- Suecia: TLK 1, TLK 2, TK1, TK2

ESQUEMA PARA TITULACIONES DE ENTRENADORES / ESTRUCTURA DEL CURRÍCULUM



CURSO PARA EL ENTRENADOR DE JUGADORES PRINCIPIANTES PLAN DE LA UNIDAD

Entrenador de jugadores principiantes		Duración Nominal: horas				Entrega de la unidad (Opciones incluyendo propio ritmo, presencial, con mentor y una combinación de lo anterior)
Unidad N°	Título de la unidad	Contacto con el tutor en la cancha (incluyendo exámenes)	Contacto con el tutor fuera de la cancha (incluyendo exámenes)	Otros	Total	
Unidad 1	Entrenamiento de jugadores principiantes	40	28	144	212	Todas
Sub unidad 1.1.	Nivel de juego	2	0	8 (*)	10	Todas
Sub unidad 1.2.	Teoría de entrenamiento (Ciencia del deporte)	0	26	32 (+)	58	Todas
Sub unidad 1.3.	Práctica de entrenamiento (individual y grupal)	38	0	100 (#)	138	Todas
Sub unidad 1.4.	Material e instalaciones	0	2	4 (+)	6	Todas
Unidad 2	Organización de competiciones para jugadores principiantes	0	2	4 (+)	6	Todas
Unidad 3	Gestión y mercadeo de programas de tenis para jugadores principiantes novicios	0	2	4 (+)	6	Todas
Unidad 4	Formación de jugadores principiantes, padres y entrenadores	0	2	4 (+)	6	Todas
TOTALES		40	34	156	230	

(+) Aprendizaje electrónico pre o durante el curso

(*) Experiencia de juego pre o post curso

(#) Experiencia de entrenamiento post -curso

CURSO PARA EL ENTRENADOR DE JUGADORES PRINCIPIANTES CONTENIDOS DE LA UNIDAD

Entrenador de jugadores principiantes		Contenidos	
Unidad N°	Título de la unidad	Título del contenido	Descripción general de los contenidos
Unidad 1		<i>Entrenamiento de jugadores principiantes</i>	
Sub unidad 1.1.	Nivel de juego	Nivel de juego	Demostrar competencia ITN 7-8
Sub unidad 1.2.	Entrenamiento teórico (Ciencias del Deporte)	Filosofía de entrenamiento Biomecánica Metodología de enseñanza Aprendizaje motriz Psicología Fisiología Crecimiento y desarrollo Primeros auxilios Acondicionamiento físico Planificación y organización Táctica	Comprender y aplicar los principios teóricos básicos del entrenamiento para entrenar a principiantes
Sub unidad 1.3.	Entrenamiento práctico (individual y grupal)	Comunicación Biomecánica Metodología de enseñanza Aprendizaje motriz Táctica Psicología	Comprender y aplicar los principios de práctica de entrenamiento básicos para entrenar a principiantes
Sub unidad 1.4.	Material e instalaciones	Pelotas Raquetas Canchas Material de enseñanza	Comprender y aplicar el material e instalaciones básicas para entrenar a principiantes
Unidad 2		<i>Organización de competiciones para jugadores principiantes</i>	
	Organización de competiciones	Reglas del tenis Formatos de competiciones Código de conducta ITN Sistemas de puntaje	Comprender y aplicar los fundamentos de las competiciones para organizar competiciones básicas para principiantes
Unidad 3		<i>Gestión y comercialización de programas de tenis para principiantes</i>	
	Gestión y comercialización de programas de tenis	Liderazgo Gestión Administración Comercialización Planificación Temas éticos y legales	Comprender y aplicar los fundamentos gestión y comercialización para organizar programas básicos para principiantes
Unidad 4		<i>Formación de los jugadores principiantes, padres y entrenadores</i>	
	Formación	Bienestar Conciencia Desarrollo personal Anti-doping Programas de formación	Comprender y aplicar los fundamentos de la formación para organizar programas formativos básicos para principiantes

**PLAN DE UNIDADES PARA EL CURSO PARA ENTRENADORES
DE JUGADORES PRINCIPIANTES
COMPETENCIAS, CRITERIOS DE RENDIMIENTO/ RESULTADO DEL APRENDIZAJE**

- Nota para el desarrollo del entrenador a largo plazo (LTCD): Competencias diseñadas para un nivel de entrenador (no novicio/asistente, entrenador experto o entrenador maestro).
- **En rojo, las principales competencias para cada unidad.**

Unidad No:	1	
Título de la Unidad:	Entrenando a jugadores principiantes	
Duración nominal: 212 horas.		
Contacto con el tutor fuera de la cancha: 28 horas		Otros: 144 horas
Contacto con el tutor en cancha: 40 horas		
Descripción de la unidad:	El propósito de esta unidad es ofrecer a los candidatos las habilidades fundamentales básicas y el conocimiento para planificar, organizar, implementar y evaluar los programas y sesiones de entrenamiento para principiantes.	
Elemento de competencia	Criterios de rendimiento- Resultado del aprendizaje	Método de evaluación
1. 1. Plan para entrenamiento para jugadores principiantes	<i>El entrenador podrá diseñar los planes fundamentales para la sesión de entrenamiento basados en las características de los jugadores, las demandas del tenis y los principios de las ciencias del deporte, identificando y documentando el objetivo de cada sesión, la descripción de cada actividad, material y organización grupal. El entrenador también podrá ayudar a entrenadores con mayor experiencia y calificación a diseñar los planes de entrenamiento anuales.</i>	Evaluación escrita + Evaluación de entrenamiento en cancha
	Desarrollar y aplicar una filosofía de entrenamiento en el plan: <ul style="list-style-type: none"> Familiarizarse con una filosofía de entrenamiento fundamental y general (centrada en el alumno). Establecer los niveles de entrenamiento y competición y otras actividades apropiadas en relación con la etapa de desarrollo de cada jugador'. Identificar actividades de entrenamiento orientadas a las tareas que sean comprometidas y divertidas para alentar la participación. Habilidad para utilizar "estilos /habilidades de comunicación". Clarificar las filosofías personales relacionadas con la actividad deportiva, ganar/perder y el desarrollo holístico del jugador en relación con situaciones particulares y grupales de los jugadores. Documentar el rol del entrenador con relación a las habilidades y conocimiento específico requeridos por el tenis según las prácticas aceptadas y la cultura del tenis. Identificar y documentar los fundamentos de la etapa de aprendizaje de habilidades. Identificar los beneficios fundamentales de la planificación. Comprender los principios fundamentales de las metas (a largo, medio y corto plazo). Planificar la sesión con antelación, de manera individual o con entrenadores asistentes. Ajustarse a un código de conducta para entrenamiento de tenis 	Evaluación escrita
	Comprender a los jugadores: <ul style="list-style-type: none"> Considerar los diferentes elementos fundamentales que afecten el desarrollo a largo plazo de los jugadores de tenis en relación con los jugadores principiantes. Compilar información pertinente de los jugadores para planificar la sesión. Conocer las características fundamentales de los jugadores, motivaciones, etc. 	Evaluación escrita + Evaluación de entrenamiento en cancha
	Comprender el juego: <ul style="list-style-type: none"> Considerar los diferentes elementos del juego que afectan la planificación fundamental de la sesión. Planificar sesiones de entrenamiento de individuales y dobles. 	Evaluación escrita
	Planificación de los recursos: <ul style="list-style-type: none"> Identificar y reunir recursos físicos y humanos de manera básica. Identificar planes fundamentales de contingencia para manejar condiciones meteorológicas adversas. Identificar los fundamentos de los distintos tipos de sesiones de entrenamiento (individual y grupal). 	
	Asegurar principios de inclusión del plan: <ul style="list-style-type: none"> Asegurarse de que el plan fundamental permita a todos participar lo mejor que puedan según sus necesidades y evitar la discriminación o los estereotipos. 	

	<p>Demostrar y aplicar en el plan un conocimiento adecuado del tenis y de las ciencias del deporte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar el conocimiento básico de las ciencias del deporte al elaborar el plan. • Identificar y documentar los fundamentos básicos de percepción, motrices y habilidades de movimiento a desarrollar (conocimiento de los niveles de juego). 	
<p>1. 2. Organización del entrenamiento de los jugadores principiantes</p>	<p><i>El entrenador podrá organizar los participantes, el material y las instalaciones necesarias para lograr una sesión segura y efectiva fundamental para jugadores de tenis principiantes.</i></p>	<p>Evaluación escrita + Evaluación de entrenamiento en cancha</p>
	<p>Organización de los jugadores antes de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurarse de que los jugadores estén disponibles (es decir sin lesiones, motivados y listos). • Agrupar y asignar a los jugadores apropiadamente según metodologías lógicas y/o nivel de juego, edad, género, desarrollo y otros criterios. 	<p>Evaluación de entrenamiento en cancha</p>
	<p>Organización del material e instalaciones antes de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurar que el material e instalaciones estén disponibles. • Conocer las características fundamentales del material e instalaciones más adecuadas para los jugadores principiantes (raquetas, pelotas, canchas, etc.). • Distribuir el material e instalaciones adecuadamente. 	
	<p>Organización de los entrenadores asistentes antes de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurarse de tener entrenadores asistentes disponibles (si hubiese). • Asignar entrenadores asistentes (si hubiese) a las diferentes canchas. 	<p>Evaluación escrita</p>
	<p>Asegurar procedimientos de seguridad antes de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurarse de que los requerimientos fundamentales de salud ocupacional y seguridad de la organización sean tenidos en cuenta y cumplidos • Asegurar la seguridad fundamental del /los jugador/es en el entorno específico de entrenamiento (espacio para los jugadores, ubicación del material, etc.). 	<p>Evaluación del entrenamiento en cancha</p>
<p>1. 3. Implementación del entrenamiento de jugadores principiantes</p>	<p><i>El entrenador podrá de manera segura y efectiva implementar una sesión de entrenamiento para jugadores de tenis principiantes.</i></p>	<p>Evaluación del entrenamiento en cancha</p>
	<p>Uso efectivo del tiempo en el entrenamiento de jugadores principiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Llegar puntualmente y verificar que las instalaciones y el material estén listos y aseguren un entorno seguro. • Controlar adecuadamente el tiempo de la sesión. 	
	<p>Implementar procedimientos de seguridad en el entrenamiento de jugadores principiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurar el cumplimiento con los requerimientos de salud ocupacional, seguridad y procedimientos de emergencia. • <u>Procedimientos de seguridad:</u> Implementar los fundamentos específicos de seguridad y consideraciones médicas para los jugadores principiantes • <u>Primeros auxilios:</u> Organizar e implementar de manera efectiva los procedimientos fundamentales para primeros auxilios si fuese necesario. • <u>Protección ambiental:</u> Conocer e implementar estrategias fundamentales de protección en el ambiente (procedimientos para la ingesta de líquidos, estrategias para la protección solar, etc.). • <u>Consideraciones fisiológicas:</u> Conocer y comprender los elementos fisiológicos específicos fundamentales (por ej. sistemas de energía) involucrados en el entrenamiento de jugadores principiantes, dependiendo de su edad, condición física, otras características, etc. • <u>Consideraciones médicas:</u> Conocer y comprender los componentes médicos específicos fundamentales (prevención de lesiones) para el entrenamiento de jugadores principiantes dependiendo de su edad, condición física y otras características, etc. 	
	<p>Demostrar conductas de liderazgo durante la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habilidad para establecer un ambiente de entrenamiento intenso, focalizado y disciplinado para facilitar el aprendizaje. • Centrarse en el desarrollo de hábitos con alto nivel de compromiso por parte de los jugadores. • Mantener el control grupal para asegurar la seguridad y disfrute individual y grupal y un resultado satisfactorio de la experiencia. • Apoyar a los jugadores atendiendo sus necesidades individuales y considerar los factores físicos y culturales pertinentes. 	

	<p>Demostrar y utilizar de manera efectiva los golpes fundamentales del tenis para enseñar a jugadores principiantes (el nivel de juego recomendado del entrenador debe ser ITN 7-8 como mínimo):</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Saque y devolución:</u> Comenzar a sacar con control y cierta potencia. Desarrollar el efecto. Puede devolver el saque con consistencia con control de dirección en tiros con ritmo medio. • <u>Golpes de fondo:</u> El golpe de derecha es bastante consistente y variado en tiros moderados y se controla la dirección y algo de efecto. El revés se golpea controlando la dirección en tiros moderados pero se experimenta dificultad ante los tiros altos y fuertes, que son generalmente devueltos de manera defensiva. Utilizará o el revés o el efecto casi exclusivamente. • <u>Aproximación y juego en la red:</u> Está comenzando a desarrollar aproximación y a buscar la oportunidad de subir a la red. Puede dirigir las voleas de derecha, controlar las de revés pero no son muy ofensivas. Tiene dificultad para alejar las voleas y con el bote pronto. Puede cubrir algunos tiros pasantes y tiene un buen juego de pies. El remate es consistente. • <u>Otros golpes:</u> Puede jugar globos consistentemente ante tiros más rápidos. Está aprendiendo el tiro pasante pero le cuesta jugarlo de revés. 	<p>Evaluación de entrenamiento en cancha y nivel de juego</p>
	<p>Demostrar conocimiento táctico / estratégico y aplicar los contenidos de tenis pertinentes en la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Conocimiento:</u> Demostrar conocimiento de los aspectos fundamentales de estrategia y táctica para el jugador principiante. • <u>Ejercicios:</u> Delinear y aplicar mediante ejercicios los fundamentos tácticos clave para jugadores de tenis principiantes. • <u>Situaciones de juego:</u> Comprender y aplicar mediante ejercicios las 5 situaciones fundamentales del juego (saque, devolución, juego de base, aproximación y juego de red, pasando al jugador de la red) para jugadores principiantes. • <u>Zonas de juego:</u> Delinear y aplicar mediante ejercicios las zonas fundamentales de juego para el jugador principiante (fondo de la cancha -rojo, medio de la cancha -amarillo, zona de la red de la cancha -verde). • <u>Fases de juego:</u> Delinear y aplicar las fases de juego mediante ejercicios (ataque, neutral, defensivo) en situaciones básicas del juego de tenis y sus golpes. • <u>Intenciones tácticas:</u> Delinear y aplicar las principales intenciones tácticas mediante ejercicios (golpear, alto, dentro, profundo, etc.) en las situaciones básicas del juego de tenis y sus golpes. • <u>Otros factores que inciden en la táctica:</u> Delinear y aplicar mediante ejercicios las fases u otros factores que incidan en la táctica (físico, técnico, táctico, psicológico y ambiental) en las situaciones básicas del juego de tenis y sus golpes. • <u>Individuales y dobles:</u> Delinear y aplicar mediante ejercicios las estrategias y tácticas fundamentales para el juego de individuales y dobles tanto en el entrenamiento de individuales como de dobles. • <u>Demostraciones y explicaciones:</u> Demostrar y explicar los fundamentos tácticos de las situaciones básicas del juego para principiantes. • <u>Progresiones:</u> Aplicar las progresiones/ regresiones tácticas fundamentales para jugadores principiantes. • <u>Análisis y mejora:</u> Analizar y mejorar las estrategias fundamentales y estilos de juego utilizando una variedad de métodos en diferentes situaciones de juego. 	<p>Evaluación de entrenamiento en cancha</p>

	<p>Demostrar conocimiento de la producción técnica del golpe y aplicar los contenidos pertinentes en la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Conocimiento:</u> Demostrar conocimiento de los aspectos fundamentales de la producción del golpe • <u>Empuñaduras:</u> Delinear y aplicar mediante ejercicios las principales empuñaduras utilizadas en el tenis (tipos, recomendaciones) y la relación entre la empuñadura y la técnica del golpe en todos los golpes principales del tenis. (rango de aceptabilidad). • <u>Fases:</u> Demostrar y explicar los fundamentos de las distintas fases (preparación/posición [cerrada, semi-abierta, abierta], movimiento de la raqueta, impacto [altura, distancia, ubicación], terminación / recuperación) de los golpes básicos para el jugador principiante. • <u>Patrones de movimiento de la raqueta:</u> Describir y aplicar mediante ejercicios los fundamentos del patrón del movimiento de la raqueta (trayectoria, velocidad, distancia, equilibrio, y número de segmentos corporales-cadena cinética) en la producción del golpe. • <u>Trabajo de pies:</u> Describir y aplicar mediante ejercicios los fundamentos de los diferentes posiciones y movimientos (a la pelota, recuperación, etc.) en la producción del golpe. • <u>Control de la pelota:</u> Identificar y aplicar mediante ejercicios los fundamentos de los factores importantes que inciden en el control de la pelota en el juego de tenis (dirección, altura, profundidad, efecto, velocidad) y describir los distintos tipos de efecto de la pelota (liftada, con slice, plana) y destacar las implicaciones tácticas de cada efecto. • <u>Demostraciones y explicaciones:</u> Demostrar y explicar los fundamentos técnicos clave de los golpes básicos para el jugador principiante. • <u>Progresiones:</u> Aplicar las progresiones/ regresiones tácticas básicas para jugadores principiantes. • <u>Análisis y mejora:</u> Analizar y mejorar los golpes básicos utilizando una variedad de métodos / estrategias basadas en un rango adecuado de aceptabilidad. 	
	<p>Demostrar conocimiento de las habilidades físicas / motrices y aplicar los contenidos pertinentes en la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar conocimiento de los aspectos fundamentales de las habilidades motrices perceptivas necesarias para el tenis de principiantes. • Comprender cómo se aprenden las habilidades motrices e identificar las características de cada etapa. • Identificar los fundamentos de las habilidades físicas y motrices características del tenis. • Describir los factores que afectan el aprendizaje de una habilidad motriz. • Delinear los diferentes programas de práctica para aprender una habilidad motriz. • Describir los elementos clave de la retroalimentación de la habilidad motriz. • <u>Entrada en calor:</u> Comprender y aplicar los fundamentos de la rutina de entrada en calor adecuada y segura para los jugadores principiantes dependiendo de la edad, habilidad de los jugadores, condiciones climáticas, tipo de sesión, etc. • <u>Bajada de ritmo:</u> Comprender y aplicar los fundamentos de las rutinas adecuadas y seguras para bajar de ritmo para los jugadores principiantes, dependiendo de la edad, habilidad de los jugadores, condiciones climáticas, tipo de sesión, etc. • <u>Fundamentos perceptivos de las habilidades motrices:</u> Comprender y aplicar los fundamentos de los ejercicios y juegos adecuados para desarrollar estas habilidades (rastrear, arrojar, agarrar, golpear, y locomoción) en los jugadores principiantes. • <u>AEC (agilidad, equilibrio, coordinación):</u> Comprender y aplicar los fundamentos de los ejercicios y juegos adecuados para desarrollar estas habilidades en jugadores principiantes. • <u>RPV(resistencia, potencia, velocidad):</u> Comprender y aplicar los ejercicios y juegos adecuados para desarrollar estas habilidades en los jugadores principiantes. 	Evaluación del entrenamiento en cancha

	<p>Demostrar conocimiento y aplicación de las habilidades psicológicas de los contenidos teóricos pertinentes a la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar conocimiento de los aspectos fundamentales de las habilidades psicológicas necesarias para el tenis de principiantes. • Comprender los fundamentos de cómo se aprenden las habilidades psicológicas. • Identificar las características fundamentales de las habilidades psicológicas del tenis. • Identificar los fundamentos de las habilidades psicológicas clave para el tenis. • Motivación: mediante ejercicios y juegos demostrar una comprensión fundamental de las estrategias y técnicas de motivación adecuadas para los jugadores principiantes dependiendo de la edad del jugador, etc. • Control emocional: Comprender los fundamentos y aplicar mediante ejercicios y juegos las técnicas y estrategias adecuadas para el control emocional para jugadores principiantes dependiendo de la edad del jugador, etc. • Concentración: Comprender y aplicar mediante ejercicios y juegos las técnicas y estrategias adecuadas fundamentales para la concentración y focalización para jugadores principiantes dependiendo de la edad del jugador, etc. • Auto- confianza: Comprender y aplicar mediante ejercicios y juegos las técnicas y estrategias fundamentales para la auto confianza para jugadores principiantes dependiendo de la edad del jugador, etc. 	
	<p>Demostrar conocimiento de las habilidades fundamentales de observación, evaluación /diagnóstico y mejora y corrección de técnicas (Intervención) para jugadores principiantes a fin de adquirir y ejecutar los contenidos de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar “momentos entrenables” fundamentales para jugadores de tenis principiantes. • Observación: Crear situaciones fundamentales para observar la habilidad o habilidades a desarrollar. • Utilizar diferentes métodos fundamentales y adoptar posiciones clave en la cancha para analizar / identificar / diagnosticar la habilidad o habilidades a desarrollar. • Desarrollar una lista de verificación fundamental de puntos de observación/ enseñanza. • Identificar las fundamentales habilidades motrices a desarrollar (es decir, compilar hechos). • Identificar los factores físicos y psicológicos que afectan la adquisición de las habilidades para el jugador principiante. • Evaluación: evaluar al jugador principiante individual en lo que concierne a su disposición para adquirir las habilidades enseñadas y/ o desarrolladas • Enseñar las habilidades básicas específicamente relacionadas con las necesidades de los jugadores, y sus factores físicos y psicológicos. • Intervención/ Desarrollo: Implementar las técnicas fundamentales de corrección adecuadas (consejos) para mejorar la ejecución de la habilidad en base individual y/o grupal de elementos técnicos y tácticos. • Enseñar la habilidad fundamental, monitorear el método de enseñanza y entrenamiento / estilo de instrucción durante la instrucción y evaluar después de la misma. • Evaluación: Implementar la evaluación fundamental adecuada para verificar la mejora en la habilidad en base individual y/o grupal de elementos técnicos y tácticos. 	
	<p>Demostrar conocimiento de la metodología fundamental y su aplicación a través del uso de los métodos de enseñanza adecuados y de los estilos de instrucción/ entrenamiento para cumplir con las necesidades de los jugadores.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo a largo plazo: Adecuar los métodos fundamentales de enseñanza /aprendizaje a la edad y etapa de desarrollo del participante. • Estilos de entrenamiento: Demostrar de manera efectiva y llevar a cabo estilos de entrenamiento (es decir autocrático, cooperativo) cumpliendo con las mejores prácticas del tenis según la situación y /o los jugadores. • Métodos de enseñanza: Seleccionar e implementar métodos fundamentales de enseñanza (mando directo, asignación de tareas, descubrimiento guiado, solución de problemas) adecuados a las necesidades físicas y psicológicas del jugador principiante, el entorno, las habilidades específicas de la actividad y el material disponible. Aplicar un sistema y una lista de puntos de verificación para el análisis y mejora del rendimiento de los jugadores principiantes. • Progresiones: Facilitar el aprendizaje empleando las progresiones y regresiones secuenciales técnicas y tácticas adecuadas para todos los golpes y habilidades básicas. Desarrollar la sesión utilizando el método de descubrimiento. • Transición: Asegurar la transición suave de una actividad a la otra enfatizando la toma de decisiones con entrenamiento técnico para mejorar la ejecución táctica. • Información: Proporcionar información pertinente, explicaciones y demostraciones concisas y precisas de los fundamentos tácticos y técnicos para enseñar o desarrollar habilidades específicas de acuerdo con las mejores principios prácticos de la actividad/ deporte • Revisar y adaptar: Revisar y adaptar la enseñanza de una habilidad respondiendo a la retroalimentación. 	<p>Evaluación de entrenamiento en cancha</p>

	<p>Manifestar una comunicación efectiva (verbal y non-verbal):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Introducción: Recibir y saludar a los jugadores, padres, entrenadores, etc. Presentarse uno mismo, a los jugadores y el objetivo de la sesión (es decir antecedentes generales). Tratar de cautivar una buena primera impresión (lenguaje corporal y presentación). Obtener la atención del grupo para comenzar la sesión. • Preguntas efectivas: Formular preguntas fundamentales (abiertas y cerradas) y demostrar habilidades de comunicación de acuerdo con los mejores principios para la práctica del tenis. Subrayar los puntos relevantes antes, durante y/o después de las presentaciones. • Retroalimentación: Proporcionar una retroalimentación específica, pertinente y equilibrada (alabanza: crítica) tanto al jugador principiante como al personal de apoyo según los mejores principios para la práctica de la actividad/ deporte. Incluir el conocimiento de los resultados (CR) y el conocimiento del rendimiento. (CD) • Adaptación: Utilizar técnicas especiales de presentación o actividades para cumplir con las necesidades de los jugadores cuando fuere apropiado. • Comprender: Verificar la comprensión de las instrucciones / comentarios y ofrecer al jugador principiante la oportunidad de comentar y/ o preguntar (enfoque interactivo). • Voz y lenguaje: Uso apropiado de la voz (volumen, tono) y lenguaje (claro y conciso). • Lenguaje corporal: Habilidad para proyectar una imagen positiva, uso efectivo de la sonrisa y contacto visual. • Imagen profesional: Habilidad para proyectar una imagen profesional adecuada (ropa y apariencia general). • Motivación, humor: Habilidad para utilizar de manera efectiva las técnicas de motivación y el humor para crear una atmósfera de entrenamiento positiva. • Cierre: cerrar la sesión “vendiendo” la próxima, señalando de manera efectiva los aspectos por mejorar y trabajar en las futuras sesiones. <p>Uso efectivo del espacio/ instalaciones y material de enseñanza / material adaptado:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asignar suficiente espacio y recursos para los ejercicios, actividades y /o juegos. • Facilitar el aprendizaje incluyendo una variedad de material y diseños de armado estimulantes y seguros. • Hacer un uso eficiente del material adaptado para los jugadores principiantes. <p>Realizar ejercicios, actividades y juegos para enseñar o desarrollar las habilidades del tenis a los jugadores principiantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canasto: Utilizar el lanzamiento de canasto apropiadamente (seguridad, dirección, altura, profundidad, ritmo, efecto, velocidad, posición del jugador en la cancha / entrenador, frecuencia, etc.) y tipos (con la mano, lanzada, canasto, peloteo). • Adaptación/ diferenciación: Revisar, diferenciar y adaptar la enseñanza de una habilidad respondiendo a la retroalimentación implementando modificaciones al método de enseñanza y estilo de entrenamiento en respuesta a los resultados del monitoreo. • Material y metas: Uso efectivo y apropiado de las instalaciones adaptadas, metas fijadas dependiendo del jugador, habilidad y actividad/ ejercicio. Facilitar el aprendizaje empleando una variedad de armados estimulantes y seguros • Progresión: Uso eficiente de la dificultad, carga, ritmo, desafío óptimo y tiempos para los diferentes ejercicios y juegos de la sesión. Facilitar el aprendizaje empleando progresiones adecuadas y secuenciales. • Estructura de la lección y tipo de práctica: Estructura eficiente (introducción- entrada en calor- parte principal- bajada de ritmo) y uso de los diferentes tipos de práctica (bloqueada, al azar, constante, variable). • Contador: Utilizar sistemas de puntaje apropiados en los ejercicios juegos. • Peloteo: Facilitar el comienzo de un peloteo con el entrenador y entre jugadores lo más pronto posible con adecuada alimentación, posicionamiento, material, reglas, etc., considerando el nivel de los jugadores principiantes de manera básica. • Actividad /rotación: Asegurarse de que los jugadores estén activos y roten según su nivel y ejercicio (1 entrenador para 8-10 jugadores máximo). • Atención individual en las sesiones grupales: Enfatizar la participación práctica ajustando y refinando las habilidades de manera individual. • Observación: Observar con el mínimo de interferencia al ejercicio, actividad o juego. 	
<p>1.4. Evaluar el entrenamiento de los jugadores principiantes</p>	<p><i>El entrenador podrá evaluar de forma efectiva el entrenamiento de los jugadores principiantes de manera básica.</i></p> <p>Planificar y preparar un análisis y evaluación básicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Considerar realizar análisis básicos y métodos de auto reflexión (estadísticas, cuestionarios, entrevistas, etc.). • Seleccionar un método adecuado de análisis y auto reflexión para el entrenamiento de jugadores principiantes. • Organizar una sesión de análisis básico y auto reflexión con las personas, material y recursos adecuados. 	<p>Evaluación de entrenamiento en cancha</p>

	<p>Realizar el análisis y la evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexionar de una manera básica sobre el rendimiento y la habilidad del entrenador en una sesión de entrenamiento. • Realizar un análisis general básico del rendimiento del entrenador (y su asistente) y del jugador. • Básicamente, explicar la práctica, evaluar el comportamiento, reconocer el nivel de competencia propio, evaluar la calidad y efectividad de la propia práctica del entrenamiento. • Registrar de manera básica las áreas a mejorar. • Registrar los aspectos del rendimiento en el entrenamiento particularmente efectivos para el futuro. • Registrar los aspectos del rendimiento en el entrenamiento que deben evitarse en el futuro. • Comprender y realizar evaluaciones ITN en cancha de una manera básica si fuese necesario. • Decidir la mejor manera de realizar el seguimiento después del análisis. <p>Modificar el rendimiento del entrenamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fijar metas a corto plazo para mejorar al menos tres aspectos del rendimiento del entrenamiento en consulta con personas clave. • Realizar un entrenamiento adicional para las áreas deficientes y mejorar el rendimiento. • Realizar una sesión de entrenamiento implementando estrategias para mejorar el rendimiento. <p>Revisar el rendimiento del entrenamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Revisar el rendimiento en forma básica con respecto a las metas a corto plazo y respondiendo a la retroalimentación de personas clave. • Emplear métodos básicos de auto reflexión para ayudar en el proceso de auto evaluación. • Obtener retroalimentación de otras personas clave con respecto a modificaciones posteriores. 	
--	--	--

Unidad No:	2	
Título de la unidad:	Organización de competencias para jugadores principiantes	
Duración nominal: 6 horas.		
Contacto con el tutor fuera de la cancha: 2 horas		Otros: 4 horas
Contacto con el tutor en cancha: 0 horas		
Descripción de la unidad:	El propósito de esta unidad es ofrecer a los candidatos las habilidades y conocimiento para planificar, organizar, implementar y evaluar actividades competitivas para jugadores de tenis principiantes.	
Elemento de competencia	Criterios de rendimiento - Resultado del aprendizaje	Método de evaluación
2. 1. Planificar la competición para jugadores principiantes	<i>El entrenador podrá diseñar partidos y torneos/ planificar eventos y programas en forma básica según las características de los jugadores principiantes, las exigencias del tenis y los principios de las ciencias del deporte. El entrenador también podrá ayudar a entrenadores más experimentados y más calificados en el diseño de planes de competición anual.</i>	Evaluación escrita
	Comprender y desarrollar los fundamentos de una filosofía de competición: <ul style="list-style-type: none"> • General: Comprender los aspectos clave de las competencias para jugadores principiantes. • Competición saludable: Investigar y documentar las perspectivas básicas de competición saludable para jugadores principiantes. • Formatos: Comprender la necesidad y acomodar los diferentes formatos de competencias. • Adaptación: Planificar las competencias adaptadas al nivel de los jugadores principiantes. • Metas: Ayudar a los jugadores a planificar metas simples para las competencias de jugadores principiantes. • Contacto: Contactar con otros entrenadores para organizar competencias por equipos entre los clubes. • Conocimiento: Demostrar conocimiento de los principios de las ciencias del deporte relacionados con la planificación de la competición para jugadores principiantes (conciencia de los niveles competitivos). 	
2. 2. Organizar la competición para jugadores principiantes	<i>El entrenador también puede decidir reglas y reglamentos para las competencias. El entrenador podrá organizar de forma efectiva a los participantes, el material y las instalaciones necesarias para la competición básica segura y efectiva de los jugadores principiantes de manera básica.</i>	Evaluación escrita + prueba en cancha
	Organizar la competición: <ul style="list-style-type: none"> • Emergencia: Manejar y conocer los procedimientos básicos ante una emergencia durante la competición. • Reglas: Conocer y comprender los fundamentos de las reglas del tenis. • Código de conducta: Conocer y comprender el Código de conducta. • Formatos de competencias: Conocer y comprender el uso básico y las características de los diferentes formatos de competencias (desafío, eliminación, ligas, rotación, y equipo) aplicadas a jugadores principiantes. • Material e instalaciones: Preparar, conocer y comprender el uso básico del material (pelotas, raquetas, redes, etc.) e instalaciones adaptadas (tamaños de cancha). • Sistemas de puntaje: Conocer y comprender el uso básico y las características de los diferentes sistemas de puntaje aplicados a jugadores principiantes. • Asignación del jugador: Asignar jugadores a grupos /equipos /partidos. • Asignación del entrenador: Asignar entrenadores a grupos/ equipos/ partidos. • ITN: Utilizar el ITN y la evaluación ITN para organizar la competición para jugadores principiantes de manera básica. • Sesión: Organizar actividades competitivas básicas durante la sesión de tenis. • Viaje: Viajar con los jugadores a las competencias si fuese necesario y observarlos todo lo posible cuando compiten (especialmente a nivel local). 	
2. 3. Implementar la	<i>El entrenador puede de manera segura y efectiva implementar una competición básica para jugadores principiantes, respetando las reglas y reglamentaciones del tenis.</i>	Evaluación escrita

<p>competición para los jugadores principiantes</p>	<p>Implementar la competición:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Seguridad</u>: Asegurar procedimientos básicos de seguridad a través de toda la competencia. • <u>Dirección</u>: Dirigir efectivamente la competición de manera básica. • <u>Explicación y demostración</u>: Proporcionar una explicación y una demostración claras de las características fundamentales y metas de la competición si fuere necesario. • <u>Reglas</u>: Aplicar las reglas básicas del tenis o adaptar reglas simples al nivel de los jugadores. • <u>Código de conducta</u>: Aplicar los fundamentos del Código de conducta del tenis. • <u>Árbitro</u>: Asumir el rol de supervisor / árbitro / juez en los torneos para principiantes o motivar a los jugadores a asumir el rol de árbitro o juez de línea. • <u>Puntaje</u>: Pedir a los jugadores que lleven el puntaje de sus propios partidos. • <u>Material</u>: Asegurar que los jugadores utilicen el material adecuado. • <u>Representación</u>: Actuar como representante del equipo si fuere necesario • <u>Comunicación /Retroalimentación</u>: Asegurar procedimientos básicos de comunicación con los jugadores durante la competición (es decir si está permitida o no) 	
<p>2. 4. Evaluar la competición para los jugadores principiantes</p>	<p><i>El entrenador puede de manera efectiva evaluar los temas fundamentales relacionados con la competición de jugadores principiantes.</i></p> <p>Evaluar la competición:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Retroalimentación</u>: Ofrecer una retroalimentación básica a los jugadores después de la competencia. • <u>Identificación y caza de talentos</u>: Utilizar la competición para identificar talentos. • <u>Estadísticas del partido / resultado</u>: Evaluar los fundamentos del éxito en la competición en el desarrollo de los jugadores principiantes. • <u>Futuro</u>: Reflexionar sobre los diferentes formatos básicos posibles para asegurar el éxito. 	

Unidad No:	3	
Título de la unidad:	Gestión y comercialización de programas para jugadores principiantes	
Duración nominal: 6 horas.		
Contacto con el tutor fuera de la cancha: 2 horas		Otros: 4 horas
Contacto con el tutor en cancha: 0 horas		
Descripción de la unidad:	El propósito de esta unidad es ofrecer a los candidatos las habilidades y conocimiento para planificar, organizar, implementar y evaluar los programas de gestión y comercialización para entrenadores y jugadores de tenis principiantes	
Elemento de competencia	Criterios de rendimiento- Resultado del aprendizaje	Método de evaluación
4. 1. Planificar los programas de gestión y comercialización	<i>El entrenador puede de manera efectiva planificar los programas de gestión y comercialización básicos para jugadores principiantes.</i>	Evaluación escrita
	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Promoción del juego de tenis</u>: Planificar programas básicos de promoción para desarrollar el juego de tenis. • <u>Análisis FODA</u>: realizar un análisis FODA básico de la situación. • <u>Esquema estratégico</u>: Conocer y comprender la visión, misión, áreas a resaltar, y metas del plan. • <u>Plan de desarrollo</u>: Establecer un plan de desarrollo básico para la organización del tenis. • <u>Plan operativo</u>: Determinar el horario, asignación de recursos y costos. • <u>Estrategias de Implementación</u>: Conocer y aplicar estrategias básicas de comercialización y gestión para atraer y retener jugadores. 	
4. 2. Organizar los programas de gestión y comercialización	<i>El entrenador puede de manera efectiva organizar los programas de gestión y comercialización básicos para jugadores principiantes</i>	
	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Personal</u>: Administrar el personal de entrenamiento. • <u>Asignación</u>: Asignar roles básicos a los asistentes. • <u>Horario</u>: Administrar el propio horario. • <u>Presupuesto</u>: Controlar los temas presupuestarios básicos. • <u>Información</u>: Compilar información para los programas. • <u>Recursos</u>: Asegurar la existencia de recursos humanos y materiales. 	
4. 3. Implementar los programas de gestión y comercialización	<i>El entrenador puede de manera efectiva implementar los programas de gestión y comercialización básicos para jugadores principiantes.</i>	
	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Implementar</u>: Implementar los aspectos básicos de gestión y comercialización de los proyectos de la organización. • <u>Administración</u>: Administración básica del personal, presupuestos, etc. • <u>Reuniones</u>: Contactar, desarrollar relaciones básicas, realizar informes y asistir a reuniones con jugadores, padres, entrenadores, oficiales, etc. 	
	Actuar según las responsabilidades éticas básicas de un entrenador:	
	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar e implementar un plan básico de gestión de riesgo para la situación de entrenamiento específico, entorno y grupo de atletas. • Aplicar las responsabilidades legales básicas de un entrenador a la situación específica de entrenamiento, entorno y grupo de atletas. • Aplicar los principios de la justicia natural. 	
	Actuar según las responsabilidades éticas básicas de un entrenador:	
<ul style="list-style-type: none"> • Determinar e implementar las responsabilidades éticas básicas de un entrenador en relación con las reglas, políticas y reglamentaciones para el deporte. • Implementar los principios de jugador confidencialidad. • Implementar las mejores prácticas y principios de la actividad tenística después de la instrucción. 		
Trabajar con Asociaciones nacionales, oficiales y personal de apoyo:	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicar de manera de generar respeto entre todas las partes. • Explicar y demostrar responsabilidades básicas como modelo de rol. • Implementar estrategias básicas para el tenis que avanza y/o la industria del tenis trabajando de manera colaborativa con oficiales y otro personal de apoyo. • Demostrar técnicas de comunicación claras sin juzgar. 	
4. 4. Evaluar los programas de gestión y comercialización	<i>El entrenador puede de manera efectiva evaluar los programas de gestión y comercialización básicos para jugadores principiantes.</i>	
	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Herramientas</u>: Utilizar diferentes herramientas de evaluación básicas para evaluar el programa. • <u>Informe</u>: Preparar un informe básico de progreso para hacer el seguimiento. • <u>Revisar y adaptar</u>: Rediseñar el programa básico según la evaluación. 	

Unidad No:	4	
Título de la unidad:	Formación de jugadores principiantes, entrenadores y padres	
Duración nominal: 6 horas.		
Contacto con el tutor fuera de la cancha: 2 horas		Otros: 4 horas
Contacto con el tutor en cancha: 0 horas		
Descripción de la unidad:	El propósito de esta unidad es ofrecer a los candidatos las habilidades básicas y el conocimiento para planificar, organizar, implementar y evaluar los programas de formación para ellos y para otras personas muy involucradas con los jugadores de tenis principiantes (colegas entrenadores, padres, etc.).	
Elemento de competencia	Criterios de rendimiento- Resultado del aprendizaje	Método de evaluación
4.1. Plan de formación	<i>El entrenador puede planificar bajo supervisión su propio proceso de formación básica y la de otros participantes significativos.</i>	Evaluación escrita
	Rol del entrenador: <ul style="list-style-type: none"> Comprender los fundamentos del rol del entrenador cuando trabaja con jugadores principiantes. Comprender la importancia de sus “propias cualidades” (cómo ser) cuando está entrenando. Poseer la dedicación y compromiso necesarios con altos estándares para introducir personas al tenis. Luchar por desarrollar una autonomía y responsabilidad básicas. Asumir una responsabilidad básica hacia la compleción de las tareas, demostrar independencia en el rol, trabajar en su rol bajo guía en contextos laborales predecibles y supervisar el trabajo de otros. 	
	Evaluar debilidades y fortalezas básicas como entrenador: <ul style="list-style-type: none"> Utilizar un análisis FODA básico par autoevaluarse como entrenador. Podrá básicamente reconocer el propio nivel de competencia. 	
	Acceder a formación continua: <ul style="list-style-type: none"> Investigar y documentar más profundamente sobre la formación /entrenamiento para mejorar el desarrollo profesional del jugador y el entrenador. Demostrar auto-responsabilidad y auto-dirección en su propio aprendizaje. Mejorar la comunicación y competencias sociales básicas asumiendo la responsabilidad del auto conocimiento para cambiar comportamientos. Demostrar habilidad para acceder a la formación continua, recursos, información y material. Identificar oportunidades básicas de formación continua. 	
4.2. Organizar the formación	Planificar actividades básicas de formación tenística y no-tenística para jugadores principiantes, colegas entrenadores y padres fuera de la cancha: <ul style="list-style-type: none"> Planificar formación básica tenística y no-tenística fuera de la cancha. Compilar información básica para ayudar en el proceso de planificación. 	Evaluación escrita
	<i>El entrenador puede organizar bajo supervisión su propio proceso de formación básica y el de otros participantes significativos.</i> <ul style="list-style-type: none"> Organizar actividades de formación para todas las partes involucradas. 	
4.3. Implementar la formación	Desarrollar, implementar y evaluar un programa para el bienestar del entrenador: <ul style="list-style-type: none"> Evaluar las necesidades básicas para el estilo de vida. Seleccionar las estrategias fundamentales para tratar las necesidades del estilo de vida. Preparar y ejecutar un plan básico para las necesidades del estilo de vida. Evaluar de manera básica la efectividad de estas estrategias para crear un estilo de vida más equilibrado. 	Evaluación escrita
	<i>El entrenador puede realizar su propio proceso de formación bajo supervisión y el de otros participantes significativos.</i> <ul style="list-style-type: none"> Implementar programas de formación para todas las partes involucradas. 	
	Implementar un plan de desarrollo personal: <ul style="list-style-type: none"> Comprender la importancia de solucionar problemas básicos utilizando e integrando información conocida de fuentes expertas teniendo en cuenta temas sociales y éticos. Anotarse en un plan de desarrollo personal para mejorar como entrenador de tenis. Considerar la retroalimentación ofrecida por otros. 	
	Hacer referencia a la droga en el deporte, la protección de los niños y hábitos saludables: <ul style="list-style-type: none"> Acceder a conceptos fundamentales relacionados con la droga en el tenis y hábitos saludables e información. Aconsejar a los jugadores y ofrecer información sobre la droga en el tenis y hábitos saludables. Ajustarse a reglas, políticas y regulaciones específicas del tenis relacionadas con las drogas y hábitos saludables del tenis. Aconsejar a jugadores sobre los principios fundamentales y pautas para protección de los niños. 	

	<p>Referirse a la formación en valores a través del tenis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurarse de que jugadores, entrenadores y padres aprendan los valores adecuados a través del juego de tenis. 	
	<p>El espíritu deportivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asegurar el espíritu deportivo y comportamientos de juego limpio entre jugadores, entrenadores y jugadores en todo momento. 	
<p>4.4. Evaluar la formación</p>	<p><i>El entrenador puede evaluar bajo supervisión su propio proceso de formación básica y el de otros participantes significativos.</i></p>	
	<p>Aplicar técnicas de auto reflexión para evaluar y modificar el rendimiento de entrenamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar procedimientos básicos de auto reflexión para evaluar el rendimiento/ comportamiento del entrenamiento. • Básicamente revisar las sesiones y el rendimiento general del entrenamiento. 	