



Federación Internacional de Tenis

Programa para la Formación de Entrenadores

Entrenador de jugadores iniciantes - intermedios (*ex nivel 1 de la ITF*)

Manual para el candidato

Competición

Copyright © ITF Coaching 2008



Se reservan todos los derechos. La reproducción o utilización de este trabajo en cualquier forma, electrónica, mecánica, u otros medios no conocidos, o inventados de ahora en adelante, incluyendo el fotocopiado, la xerigrafía, y la grabación u otro tipo de almacenamiento de información y sistema de recuperación están prohibidas sin el consentimiento y permiso de la ITF. Para obtener este permiso contactar al Departamento de Entrenamiento de la ITF.

Escrito por Miguel Crespo
Departamento de Entrenamiento de la ITF
Bank Lane, Roehampton
Londres SW15 5XZ
coaching@itftennis.com
www.itftennis.com/coaching
Tel./Fax. 34 96 34 61 90

Descargo de responsabilidad

Si bien se ha tenido cuidado con la preparación de este libro de trabajo, la ITF y los autores que han contribuido no aceptan responsabilidad alguna por pérdida, daño o lesión causada directa o indirectamente por, a través de o en conexión con ningún ejercicio, destreza, acción, instrucción o sugerencia descrita en este libro. Los entrenadores, jugadores y otros realizarán cualquier ejercicio, destreza o acción bajo su propio riesgo.

Cómo utilizar este libro de trabajo

Este libro ha sido designado para ayudarte en tu camino para ser entrenador de la ITF de jugadores iniciantes e intermedios. Incluye algunas de las actividades que realizarás durante las sesiones en cancha de este curso. También incluye secciones que te servirán para reflexionar sobre tu conocimiento y habilidades de entrenamiento y cómo piensas que estás en las diferentes etapas del curso.

El curso de la ITF para entrenadores de jugadores iniciantes e intermedios consta de cuatro unidades. Las tareas de evaluación para muchas de las unidades se han integrado (es decir, varios criterios de rendimiento de varias unidades se evalúan al mismo tiempo). Este **Libro de Trabajo Fuera de Cancha** se focaliza en todas las unidades de competencia.

Debes traer este libro a todas las sesiones en cancha y fuera de cancha y te servirá como recurso útil para completar la evaluación de tu curso y durante tu carrera como entrenador.

DATOS PERSONALES

Nombre:

Detalles de contacto:

- correo electrónico:

- teléfono:

Lugar del curso:

Fechas del curso:

Tutores del curso:

**CURSO PARA EL ENTRENADOR DE JUGADORES INICIANTES -
INTERMEDIOS
CONTENIDOS DE LA UNIDAD**

Entrenador de jugadores iniciantes - intermedios		Contenidos	
Unidad Nº	Título de la unidad	Contenido de la unidad	Descripción del contenido general
Unidad 1	<i>El Entrenamiento de jugadores iniciantes - intermedios</i>		
Sub Unidad 1.1.	Nivel de juego	Nivel de juego	Mostrar la competencia en ITN 7-8
Sub Unidad 1.2.	Teoría del entrenamiento (Ciencias del deporte)	Filosofía de entrenamiento Biomecánica Metodología de enseñanza Aprendizaje motriz Psicología Fisiología Crecimiento y desarrollo Medicina del deporte y Primeros auxilios Preparación física Planificación y organización Táctica	Comprender y aplicar los principios básicos de la teoría del entrenamiento a los jugadores iniciantes - intermedios
Sub Unidad 1.3.	Práctica de acondicionamiento (individual y grupal)	Comunicación Biomecánica Metodología de enseñanza Aprendizaje motriz Táctica Psicología	Comprender y aplicar los principios básicos del entrenamiento para los jugadores iniciantes - intermedios
Sub Unidad 1.4.	Equipamiento e instalaciones	Pelotas Raquetas Canchas Material de enseñanza	Comprender y aplicar el equipamiento e instalaciones básicas del entrenamiento para los jugadores iniciantes - intermedios
Unidad 2	<i>Organizar competiciones para jugadores iniciantes - intermedios</i>		
	Organización de competiciones	Reglas de tenis Formatos de competición Código de Conducta ITN Sistemas de puntaje	Comprender y aplicar los fundamentos de la competición para organizar competiciones básicas para jugadores iniciantes - intermedios
Unidad 3	<i>Gestionar y comercializar los programas de tenis para jugadores iniciantes - intermedios</i>		
	Gestionar y comercializar programas de tenis	Liderazgo Gerenciamiento Administración Marketing Planificación Asuntos éticos y legales	Comprender y aplicar los fundamentos de gestión y comercialización para organizar programas básicos para jugadores iniciantes - intermedios
Unidad 4	<i>Formar a jugadores iniciantes- intermedios, padres y entrenadores</i>		
	Formación	Bienestar Conciencia Desarrollo personal Antidopaje Programas de formación	Comprender y aplicar los fundamentos de la formación para organizar programas básicos para jugadores iniciantes - intermedios

1. ¿Piensas que los jugadores iniciantes deben jugar un “partido de tenis”/”competición” en su primera sesión? ¿El primer día que tienen contacto con el tenis? Justifica tu decisión.

Si / No:

¿Por qué?

2. ¿La competición es saludable para los jugadores iniciantes e intermedios? Justifica tu respuesta.

Si / No:

¿Por qué?

3. ¿Cómo explicarías a los jugadores iniciantes e intermedios los objetivos de la competición en su nivel? Justifica tu explicación.

El objetivo principal de la competición en el nivel iniciante e intermedio es...

¿Por qué?

4. ¿Cómo explicarías a los padres de los jugadores iniciantes e intermedios los objetivos de la competición en su nivel? Justifica tu explicación.

El objetivo principal de la competición en el nivel iniciante e intermedio es...

¿Por qué?

5. La competición debe adaptarse al nivel de juego de los jugadores iniciantes e intermedios. Indica cómo se puede lograr proporcionando tres ejemplos prácticos de diferentes situaciones que elijas.

Situación	Cómo se puede adaptar la competición

6. La adecuada comprensión y aplicación de las Reglas de Tenis es crucial para el juego de partidos. Revisa las Reglas de Tenis e indica las reglas básicas, que según tu opinión, deben conocer los jugadores iniciantes e intermedios desde su primera lección cuando jueguen su primer "partido de tenis". Justifica tu elección.

Regla	Descripción	Razón por la cual es crucial

7. La adecuada comprensión y aplicación del Código de Conducta es crucial para el juego de partidos. Revisa el Código de Conducta e indica los aspectos básicos, que según tu opinión, deben conocer los jugadores iniciantes e intermedios desde su primera lección cuando jueguen su primer "partido de tenis". Justifica tu elección.

Regla	Descripción	Razón por la cual es crucial

8. Hay muchos formatos de competición que se pueden utilizar cuando planificas la competición de jugadores iniciantes e intermedios. Por favor, enumera las ventajas y desventajas de los siguientes formatos y agrega otros, si deseas.

	<i>Ventajas</i>	<i>Desventajas</i>
<i>Desafío</i>		
<i>Eliminación</i>		
<i>Rotación</i>		
<i>Grupo</i>		
<i>Equipo</i>		
<i>Otros</i>		

9. Hay muchos sistemas de puntaje que se pueden utilizar para la competición de jugadores iniciantes e intermedios. Por favor, enumera las ventajas y desventajas de los siguientes sistemas de puntaje y agrega otros, si deseas.

<i>Sistema de puntaje</i>	<i>Ventajas</i>	<i>Desventajas</i>
<i>1, 2, 3...</i>		
<i>Sets cortos</i>		
<i>Muerte súbita</i>		
<i>Sin ventaja</i>		
<i>Tradicional</i>		
<i>Otros</i>		

10. Organiza una competición en la cual actúes como juez árbitro y juez de silla. Indica los pros y contras de este rol como entrenador de tenis. Justifica tu respuesta.

<i>Rol</i>	<i>Ventajas</i>	<i>Desventajas</i>
<i>Juez de silla</i>		
<i>Juez árbitro</i>		

11. Organiza una competición por equipos para jugadores iniciantes e intermedios en la cual actúes como representante del equipo. Según tu opinión, cuáles son tus roles principales?

a. b. c. d.

12. Organiza una competición por equipos para jugadores iniciantes e intermedios en la cual actúes como entrenador/capitán. Según tu opinión, ¿cuáles son los aspectos principales sobre los que puedes dar retroalimentación a tus jugadores?

- a.
- b.
- c.
- d.

13. Reflexiona después de una competición para jugadores iniciantes e intermedios. ¿Cuáles son los aspectos que piensas que se pueden mejorar? Justifica tus respuestas.

- a.
- b.
- c.
- d.

14. ¿Qué hay de nuevo? Escribe 3 nuevas ideas que has aprendido en este libro de trabajo e indica cómo las aplicarás a tu entrenamiento.

1.

2.

3.