

# Programa de Formación de la ITF para Entrenadores Curso de Nivel 1



## Introducción al Curso de Entrenadores de Nivel 1



# Objetivos del Curso de Entrenadores de Nivel 1



- Proporcionar formación y titulación a entrenadores de jugadores iniciantes
- Proporcionar información sobre los temas más actuales de la enseñanza del tenis
- Proporcionar una oportunidad de intercambiar ideas sobre tenis con colegas y otras personas

# Contenidos



- Mini-tenis
- El rol del entrenador
- Entrenar a niños y jóvenes
- Técnica (básica y para intermedios)
- Táctica (individuales y dobles)
- Diagnóstico y corrección



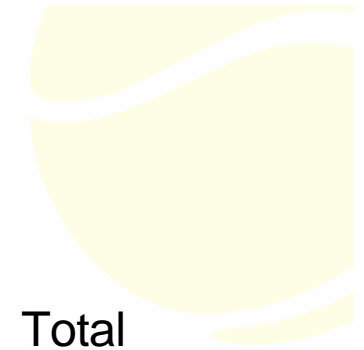
# Contenidos

- Entrenamiento: organización, progresiones, ejercicios, clases individuales y en grupo
- Entrenamiento mental para iniciantes
- Entrenamiento de la condición física
- Torneos
- Equipamiento
- Reglas del tenis

# HORARIO

	<u>Cancha</u>	<u>Aula</u>	<u>Total</u>
DÍA 1	5.00	1.30	6.30
DÍA 2	6.00	-	6.00
DÍA 3	3	3.30	6.30
DÍA 4	7.30	-	7.30
DÍA 5	6	-	6.00
DÍA 6	6	-	6.00
DÍA 7	4.30	2.30	7.00
DÍA 8	3.30	1.30	5.00
DÍA 9	4.30	-	4.30
<b>TOTAL</b>	<b>45</b>	<b>9</b>	<b>53</b>

# Horario



	<u>Cancha</u>	<u>Aula</u>	<u>Total</u>
1. Mini-tenis: desarrollo de la base	9.20	1.30	10.50
2. El rol del entrenador	-	2	2.00
3. Estrategia y táctica	1.30	-	1.30
4. Técnica	10	-	10.00
5. Entrenamiento, progresiones y drills	15	1	16.00
6. Diagnóstico y corrección	2.30	-	2.30
7. Torneos y reglas	-	1	1.00
8. Preparación física	.30	1	1.30
9. Entrenar a niños y jóvenes	-	1	1.0
10. Introducción y Resumen	-	2.30	2.30
11. Evaluación	9	1	10.00



# El Papel del Tutor

- Dar información
- Compartir información (entre entrenadores)
- Escuchar, discutir y resumir ideas
- Identificar y solucionar los problemas
- Motivar a los entrenadores a que analicen su propio trabajo
- Establecer planes de acción

# Procedimiento de Evaluación

1 día de exámenes



- Clases Individuales 3 1/2 horas
- Clases en Grupo 4 1/2 horas
- Demostraciones 1 hora
- Examen escrito 1 hora



# Componentes de Mini-tenis y Tenis en el Curso

- Días 1 y 2: Curso de Mini-tenis.  
Introducir el tenis a los iniciantes
- Días 3 al 8: Curso de Tenis. Tenis a  
iniciantes e iniciantes avanzados
- Día 9: Evaluación

# Lo que espera el Tutor de los Candidatos

- Motivación e interés en aprender
- Profesionalidad
- Buena conducta y niveles éticos
- Puntualidad, vestimenta adecuada, etc.
- Nivel de juego, conocimiento del tenis y de las ciencias del deporte razonables



# Reglas del Curso

- Puntualidad: Los candidatos tienen que estar listos para empezar cuando la clase se inicie
- Vestimenta y equipo: Tienen que vestirse de forma profesional. Han de llevar raqueta.
- Participación: Han de participar activamente mediante preguntas, sugerencias, etc.

# Propósito del Curso de Mini-tenis de 2 días



- Presentar el mini-tenis como instrumento para enseñar a jugar al tenis a iniciantes
- Mostrar ejercicios y juegos que los candidatos pueden usar en sus clases
- Mostrar la metodología de enseñanza básica y los golpes del tenis básicos necesarios para enseñar a los iniciantes