

Especialización Profesional

Formación de Tenistas



tech formación
profesional



tech formación
profesional

Especialización Profesional Formación de Tenistas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/formacion-tenistas

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 14

07

Metodología

pág. 18

08

Titulación

pág. 22

01

Presentación

Instruirse en cuanto a la preparación y entrenamiento de los tenistas es crucial para lograr un desempeño óptimo en el deporte. Los preparadores físicos deben estar capacitados en áreas como la planificación de entrenamientos, el diseño de programas de acondicionamiento físico y la estrategia competitiva. Por este motivo, TECH ha creado una titulación que busca potenciar los conocimientos de los alumnos en esta área, dándoles acceso a un sector con un prometedor futuro en el mercado laboral. Todo ello, en una modalidad 100% online que da total libertad al estudiante para compaginar sus estudios con sus otras obligaciones e intereses. Además, emprenderás un itinerario académico de alto rigor, acompañado de métodos didácticos novedosos como el *Relearning*.

“

Conviértete en un preparador de Tenistas gracias a TECH y su innovadora metodología de aprendizaje en modalidad 100% online”



Un entrenador o preparador físico cualificado es capaz de diseñar programas de entrenamiento específicos para cada jugador. Esto, desde un enfoque para mejorar sus fortalezas y abordar sus debilidades, lo que a su vez aumenta la probabilidad de éxito en la cancha. La investigación constante y la actualización de habilidades son esenciales para el triunfo en la preparación física de los tenistas de élite.

Esta Especialización Profesional en Formación de Tenistas ofrece los contenidos más completos y actualizados en Sistemas de Entrenamiento, Planificación, Técnicas de Golpe de Revés y Especiales, y Psicología en el Tenis. De esta manera, tras finalizar el programa, podrás alcanzar una gran variedad de puestos en el mercado laboral, gracias a los materiales didácticos a la vanguardia del sector educativo.

Todo ello, a partir de un sistema de aprendizaje 100% online y con el permanente apoyo de un excelente cuadro docente compuesto por profesionales en activo en esta área. Además, tendrás las 24 horas del día para acceder a numerosos recursos multimedia, con los que llevar a cabo tus estudios de forma rápida y cómoda.

“ *Adquiere nuevas y mejores habilidades sobre Formación de Tenistas, gracias a un programa que te permitirá alcanzar tus metas profesionales más ambiciosas en este deporte*”



02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

TECH te permite acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

Es fundamental mantenerse actualizado con los recientes avances en tecnología y medicina deportiva, para poder aplicar las últimas innovaciones en el entrenamiento y la preparación física de los tenistas. De este modo, los alumnos que superen esta Especialización Profesional serán plenamente capaces de satisfacer las necesidades y preferencias de un deporte tan exigente. Es por esto que, con TECH, les surgirán múltiples oportunidades para obtener un puesto de éxito en esta área.

“

*Aprende todo acerca de la
Competición y la Mente del Tenista,
sin necesidad de desplazamientos
y en la comodidad de tu hogar”*





Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ Instructor personal de Tenis en academias especializadas
- ♦ Coordinador de programas de Tenis en centros recreativos
- ♦ Organizador de eventos y torneos de Tenis
- ♦ Árbitro o juez de Tenis en competencias y torneos no oficiales
- ♦ Comercial de materiales deportivos para Tenis



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

Tras superar este programa en Formación de Tenistas los alumnos llevarán a cabo su labor con la máxima eficiencia. Además, profundizarán en los diferentes conceptos esenciales de esta área, lo que les permitirá dominarlos y aplicar sus conocimientos a su trabajo, alcanzando el éxito profesional de forma rápida y precisa.

01

Evaluar el nivel de habilidades técnicas y tácticas de los tenistas

02

Planificar programas de entrenamiento personalizados según las necesidades de cada jugador

03

Manejar técnicas y estrategias avanzadas de juego

04

Guiar y corregir la ejecución de los golpes y movimientos específicos del tenis



05

Organizar y supervisar sesiones de entrenamiento y práctica

06

Fomentar la disciplina, el trabajo en equipo y la mentalidad competitiva en los tenistas

07

Examinar el progreso de los jugadores y ajustar los programas de formación en consecuencia

08

Mantener una comunicación efectiva con los jugadores, padres y otros miembros del equipo técnico

05

Dirección del curso

En el marco de esta destacada oferta educativa, TECH ha reunido a un equipo docente de renombre para esta titulación. Estos expertos han sido cuidadosamente seleccionados para diseñar y proporcionar los contenidos más avanzados del programa. Los alumnos tendrán la oportunidad de aprender de los mejores, adquiriendo las claves fundamentales para su desarrollo de tácticas, movimientos y jugadas específicas en este deporte de gran relevancia en el escenario internacional.

“

*Los mejores expertos en
Tenis te prepararán para que
puedas afrontar cualquier reto
en este apasionante deporte”*



Dirección del curso

D. Ramos Camacho, Alejandro

- ♦ Entrenador de Tenis en la Rafa Nadal Academy
- ♦ Entrenador en la Academia de Tenis JMO
- ♦ Entrenador en el Club de Tenis Valle de Aridane
- ♦ Graduado en Magisterio de Educación Primaria
- ♦ Monitor Nacional por la Real Federación Española de Fútbol
- ♦ RPT Nivel 2

“

Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”

06

Plan de formación

La estructura y el contenido de esta Especialización Profesional en Formación de Tenistas han sido diseñados por los destacados profesionales que conforman el equipo de expertos de TECH en esta materia. Dichos especialistas han volcado su dilatada experiencia y sus conocimientos más avanzados para crear un programa completo y a la altura de las expectativas más altas. Todo ello, basándose en la metodología pedagógica más eficiente, el *Relearning*.

“

Gracias al sistema Relearning, no tendrás que dedicar demasiado tiempo memorizando conceptos, sino que pondrás a prueba tus habilidades en situaciones concretas”



Módulo 1. Formación en las distintas etapas, entrenamiento, planificación y periodización

- 1.1. Aspectos generales del tenis en la base y su importancia
 - 1.1.1. Introducción al tenis base
 - 1.1.2. Evolución del entrenamiento del tenis en la base
 - 1.1.3. Conceptualización y definición del tenis por etapas
 - 1.1.4. Objetivos generales del impulso del trabajo del tenis por etapas
- 1.2. Objetivos generales y específicos del tenis en la formación
 - 1.2.1. Características del tenis por etapas
 - 1.2.2. Objetivos generales del tenis en formación
 - 1.2.3. Factores que influyen a la iniciación en el tenis
 - 1.2.4. Objetivos específicos de cada una de las etapas existentes en formación
- 1.3. Etapas de la formación tenística y cómo trabajar en cada una
 - 1.3.1. Etapa roja, definición y características
 - 1.3.2. Etapa amarilla, definición y características
 - 1.3.3. Etapa verde, definición y características
 - 1.3.4. Eficacia del entrenador en las diferentes etapas
- 1.4. Etapas posteriores a la formación, concepto y objetivos
 - 1.4.1. Etapa de precompetición, características generales
 - 1.4.2. Introducción a la etapa de competición, características y objetivos generales
 - 1.4.3. Etapa de alto rendimiento
 - 1.4.4. Etapa profesional
- 1.5. Concepto de entrenamiento, metodología y su evolución
 - 1.5.1. Concepto de entrenamiento y evolución a lo largo de la historia
 - 1.5.2. Sistema moderno de entrenamiento, en qué consiste
 - 1.5.3. Qué es la metodología
 - 1.5.4. Objetivos que tiene la metodología
- 1.6. Sistemas de entrenamiento en el tenis
 - 1.6.1. Tipos de entrenamiento de tenis según la carga de trabajo, frecuencia, volumen e intensidad
 - 1.6.2. Entrenamientos continuos e interválicos y sus características principales
 - 1.6.3. Sistemas específicos de entrenamiento (cubos, peloteos, puntos, etc.) y en que consiste cada uno de ellos
 - 1.6.4. En qué consisten los ejercicios durante el entrenamiento de tenis, el procedimiento a llevar a cabo, y sus componentes
 - 1.6.5. La variabilidad en el entrenamiento de tenis
 - 1.6.6. El entrenamiento particular y el entrenamiento grupal, principios teóricos y prácticos
- 1.7. La sesión de entrenamiento desde el punto de vista teórico y práctico
 - 1.7.1. Partes de la sesión de tenis y en qué consiste cada una de ellas
 - 1.7.2. Elaboración de la sesión de entrenamiento en función de los objetivos
 - 1.7.3. Cómo elaborar una sesión de entrenamiento
 - 1.7.4. Ejemplos teórico-prácticos de la elaboración de la sesión de entrenamiento
- 1.8. Concepto de planificación, sus fases y modelos
 - 1.8.1. Qué es planificar y que objetivos se persiguen a la hora de hacerlo
 - 1.8.2. Elementos a tener en cuenta a la hora de planificar y plantear objetivos: instalaciones, medios, características del jugador, competiciones, etc
 - 1.8.3. Consejos que seguir a la hora de realizar la planificación
 - 1.8.4. Fases de la planificación y cómo elaborarla
 - 1.8.5. Modelos actuales de planificación
- 1.9. Qué es la periodización, sus conceptos generales y específicos
 - 1.9.1. Concepto de periodización y características del tenis relacionadas con la periodización
 - 1.9.2. Diferencias entre periodización y planificación
 - 1.9.3. Qué beneficios aporta al entrenamiento y al jugador de tenis la periodización
 - 1.9.4. Características de la periodización
- 1.10. Fases anuales de tenistas en formación y competición
 - 1.10.1. La vida de un tenista
 - 1.10.2. La fase diaria
 - 1.10.3. Los microciclos
 - 1.10.4. Los mesociclos

Módulo 2. Técnica de realización de los golpes de tenis

- 2.1. Qué es la técnica, aspectos generales y específicos
 - 2.1.1. Qué es la técnica y la importancia de una correcta realización de los golpes de tenis
 - 2.1.2. Beneficios de la correcta técnica
 - 2.1.3. El ciclo del golpe, aspectos generales
 - 2.1.4. El talento
- 2.2. Evolución y empleo moderno de la técnica
 - 2.2.1. Visión tradicional de la técnica
 - 2.2.2. Evolución de la técnica a lo largo de la historia del tenis
 - 2.2.3. El empleo actual de la técnica. Visión moderna
 - 2.2.4. Mejora de la técnica en base a entrenamiento
- 2.3. Empuñadoras, uso, explicación e identificación
 - 2.3.1. Tipos de empuñaduras y explicación
 - 2.3.2. Cómo identificar diferentes empuñaduras y corrección de las mismas
 - 2.3.3. Uso de las empuñaduras en las diferentes situaciones del juego
 - 2.3.4. Las empuñaduras en el servicio
- 2.4. Producción de los golpes con efecto, uso y explicación y variabilidad
 - 2.4.1. Diferentes efectos en el saque, cómo ejecutarlos y su uso
 - 2.4.2. Velocidad y efecto
 - 2.4.3. Efecto liftado en los golpes de fondo y su uso
 - 2.4.4. Efecto cortado o *slice* en diferentes situaciones de juego, como ejecutarlo y su uso
 - 2.4.5. Efecto plano, cómo ejecutarlo y su uso en las diferentes situaciones de juego
- 2.5. Técnica del servicio y de la devolución
 - 2.5.1. Posición antes del servicio y empuñadura
 - 2.5.2. Lanzamiento de la pelota y recomendaciones
 - 2.5.3. Preparación, primer movimiento de la raqueta y carga en el hombro
 - 2.5.4. Uso de las piernas en el servicio
 - 2.5.5. Uso de la parte alta del cuerpo y rotaciones
 - 2.5.6. Punto de impacto y terminación
- 2.6. La devolución
 - 2.6.1. Empuñadura para la devolución
 - 2.6.2. Posición de espera en la devolución
 - 2.6.3. Tipos de devolución
 - 2.6.4. Aspectos técnicos a la hora de realizar el resto (derecha y revés)
- 2.7. Técnica del golpe de derecha
 - 2.7.1. Empuñaduras de derecha y preparación
 - 2.7.2. Movimiento de las piernas en la preparación del golpe de derecha
 - 2.7.3. Rotación y movimiento de la raqueta hacia detrás
 - 2.7.4. Rotación de caderas y hombros y avance de la raqueta hasta el impacto
 - 2.7.5. Impacto y terminación del golpe de derecha
- 2.8. Técnica del golpe de revés
 - 2.8.1. Empuñaduras y preparación en revés a una mano y revés a dos manos
 - 2.8.2. Movimiento de las piernas en la preparación del golpe de revés
 - 2.8.3. Rotación y movimiento de la raqueta hacia detrás
 - 2.8.4. Rotación de caderas y hombros y avance de la raqueta hasta el impacto
 - 2.8.5. Impacto y terminación dependiendo de si es revés a una mano o a dos manos
- 2.9. Técnica de los golpes en la red
 - 2.9.1. Empuñadura y posición de espera
 - 2.9.2. Movimiento de las piernas previo al golpeo en volea de derecha y de revés
 - 2.9.3. Rotación de los hombros en la preparación
 - 2.9.4. Impacto y movimiento del tren inferior a la hora de ir hacia la pelota
 - 2.9.5. Remate, preparación, impacto y terminación
- 2.10. Golpes especiales y su técnica
 - 2.10.1. La dejada y contra-dejada
 - 2.10.2. El globo
 - 2.10.3. El *passing-shot*
 - 2.10.4. Otros golpes especiales

Módulo 3. Ética del entrenador y psicología en el tenis

- 3.1. Código ético de un entrenador de tenis
 - 3.1.1. Introducción y definición del código ético
 - 3.1.2. Obligaciones y requisitos del entrenador de tenis
 - 3.1.3. Lealtad y corrupción
 - 3.1.4. Integridad en la competición
 - 3.1.5. Oferta y candidatura
 - 3.1.6. Normativa y procesos sancionadores
- 3.2. El entrenador de tenis y su función
 - 3.2.1. Quién es el entrenador de tenis, y que es entrenar a tenis
 - 3.2.2. Identidad del entrenador
 - 3.2.3. Objetivos del entrenador
 - 3.2.4. El rol del entrenador y su filosofía
- 3.3. Importancia de la psicología en el tenis
 - 3.3.1. La psicología en el deporte y sus características principales
 - 3.3.2. La función de la psicología en el tenis
 - 3.3.3. Beneficios del tenis a nivel psicológico
 - 3.3.4. Otros aspectos psicológicos del tenis
- 3.4. La concentración y el control de las emociones y los pensamientos
 - 3.4.1. Qué entendemos como concentración
 - 3.4.2. Factores que influyen en la concentración, problemas de concentración en el tenis y cómo trabajarla
 - 3.4.3. Factores que influyen en las emociones en el tenis y pautas para su mejora
 - 3.4.4. Los pensamientos y su relación con la confianza y la autoestima entre otros factores
- 3.5. Qué es el entrenamiento mental y que utilidad tiene
 - 3.5.1. Definición de entrenamiento mental
 - 3.5.2. Beneficios del entrenamiento mental y el uso de la psicología en el jugador de tenis
 - 3.5.3. Aspectos previos a tener en cuenta a la hora de llevar a cabo el entrenamiento mental
 - 3.5.4. Establecimiento de objetivos a nivel psicológico del tenista
- 3.6. Técnicas del entrenamiento mental de un tenista. Parte I
 - 3.6.1. Técnicas de control de la concentración
 - 3.6.2. Entrenamiento cognitivo y control de la atención
 - 3.6.3. Autodiscurso
 - 3.6.4. Visualización
 - 3.6.5. Rutinas
- 3.7. Técnicas de entrenamiento mental de un tenista. Parte II
 - 3.7.1. El programa del entrenamiento mental
 - 3.7.2. Cómo debe organizarse el entrenamiento psicológico del tenista
 - 3.7.3. Etapas del programa de entrenamiento mental del tenista
 - 3.7.4. Profesionales del entrenamiento mental
- 3.8. La competición y la parte mental en el tenista
 - 3.8.1. Fases que atraviesa un jugador de tenis a lo largo de su carrera a nivel psicológico
 - 3.8.2. *El momentum*
 - 3.8.3. Psicología y su importancia a la hora de afrontar malas etapas
 - 3.8.4. Psicología y su importancia a la hora de afrontar lesiones
- 3.9. Ejercicios prácticos para trabajar el aspecto mental en el juego del tenis
 - 3.9.1. La psicología y las situaciones de juego
 - 3.9.2. El aspecto mental en el servicio y la devolución
 - 3.9.3. El aspecto mental en el juego de fondo
 - 3.9.4. El aspecto mental en el juego de red
 - 3.9.5. El aspecto mental en las diferentes situaciones de partido
- 3.10. Los padres y el tenis. Aspectos psicológicos
 - 3.10.1. La relación entrenador-padre-jugador
 - 3.10.2. Funciones del padre del jugador de tenis y la visión positiva del mismo
 - 3.10.3. Errores del padre-entrenador
 - 3.10.4. Consejos para padres del jugador de tenis

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

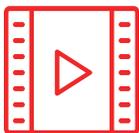
“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



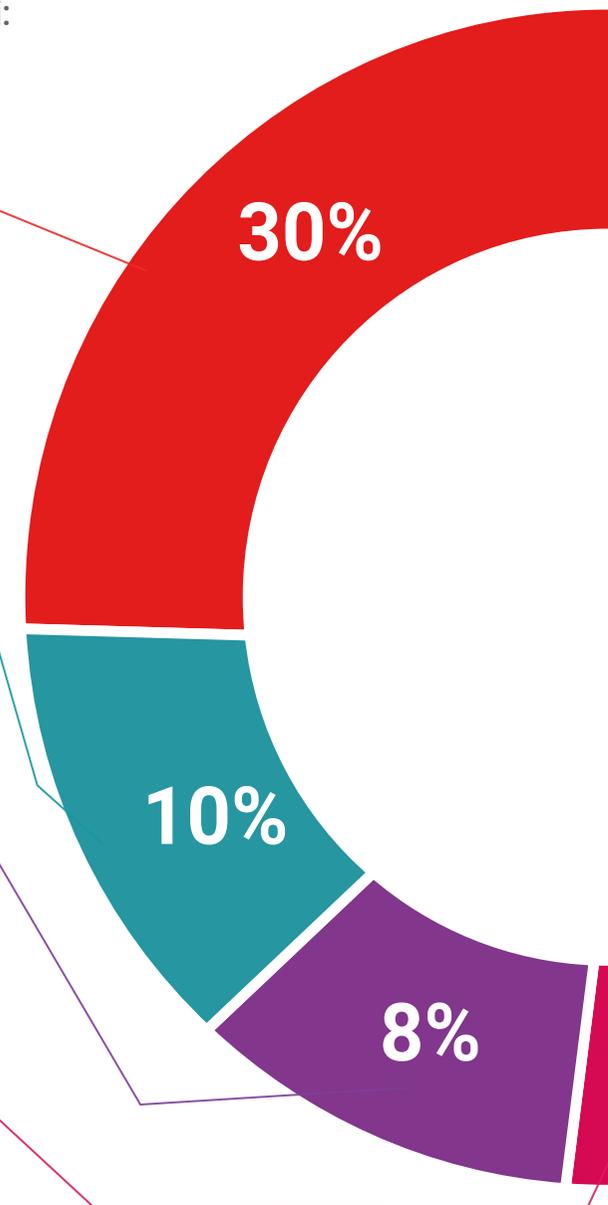
Prácticas de habilidades y competencias

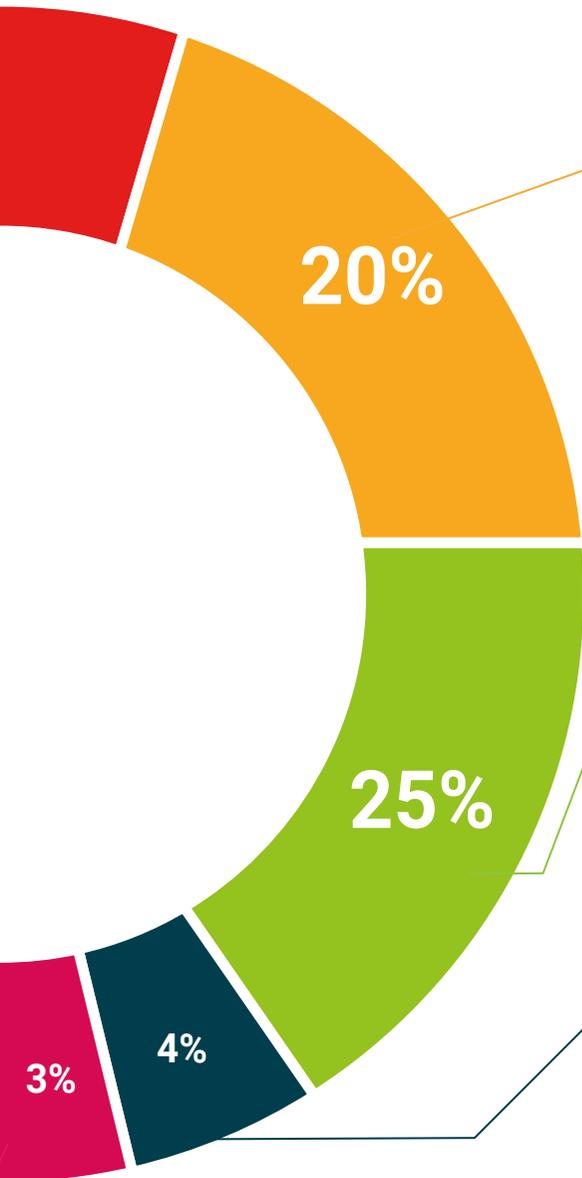
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



08

Titulación

La Especialización Profesional en Formación de Tenistas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Especialización Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Especialización Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en la Especialización Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Especialización Profesional en Formación de Tenistas**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**



salud futuro
confianza personas
educación información tutores
garantía acreditación enseñanza
instituciones tecnología aprendizaje
comunidad compromiso
atención personalizada innovación
conocimiento
desarrollo web formación
aula virtual idioma instituciones

tech formación profesional

Especialización Profesional Formación de Tenistas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Especialización Profesional

Formación de Tenistas

