

Especialización Profesional

Coaching y Psicología Deportiva

Aplicada al Tenis



Especialización Profesional Coaching y Psicología Deportiva Aplicada al Tenis

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/coaching-psicologia-deportiva-aplicada-tenis

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

En el mundo del Tenis, la técnica y la destreza física son importantes, pero también lo es la salud mental de los atletas. El *coaching* y la psicología deportiva son clave para mejorar el rendimiento en el terreno de juego y alcanzar el éxito en esta disciplina. Por eso, la combinación de estas dos áreas ayuda a los jugadores a desarrollar habilidades y estrategias tanto físicas como mentales para maximizar su desempeño. Este programa de TECH se enfoca en afianzar estas competencias a través de un amplio conjunto de recursos multimedia que te permiten adaptar el estudio a tu disponibilidad. Además, la titulación es 100% online, lo que posibilita el acceso a la plataforma virtual desde cualquier lugar, permitiendo una instrucción completa y actualizada.

“

Matricúlate ahora y aprovecha esta ocasión única de dominar los avances más significativos en el abordaje terapéutico del profesional del Tenis”





El Tenis ha ido evolucionando con el tiempo, convirtiéndose en una disciplina cada vez más exigente tanto física como mentalmente. Los jugadores profesionales necesitan contar con habilidades de alto nivel, así como una buena salud mental para poder competir internacionalmente y alcanzar el éxito en los torneos. Por eso, esta capacitación se presenta como una herramienta fundamental para el desarrollo de una carrera exitosa.

Para ello, tendrás acceso a un contenido especializado en la ética del entrenador y la psicología de este deporte. Abordarás aspectos como el control de las emociones para entrenar la concentración y atención. También ahondarás en los sistemas de preparación según la carga de trabajo, la frecuencia, el volumen o la intensidad, sin dejar de lado las situaciones de juego y las estrategias tácticas.

Y todo ello a través de un formato 100% online para que puedas acceder a la plataforma virtual desde dónde y cuándo quieras, adaptando tu ritmo de estudio a tus disponibilidades. La metodología *Relearning*, por su parte, fomenta el aprendizaje activo y participativo, por lo que irás aprendiendo de manera progresiva, organizando los recursos como te interese. Sin duda, una oportunidad única para mejorar el rendimiento dentro y fuera de la cancha.

“

Hand Feeding, Racquet Feeding o Coach Volley, domina los diferentes sistemas de entrenamiento y capacítate en un sector que no deja de crecer”

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 garantiza el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni densas tramitaciones 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

Este programa ofrece una amplia gama de salidas laborales en el ámbito del Tenis. Entre ellas, destacan las relacionadas con el análisis físico, la preparación física y mental, el asesoramiento terapéutico o la coordinación de equipos. Además, podrás desempeñarte tanto en clubes deportivos, aplicando las habilidades y conocimientos que adquieras contribuyendo a que los atletas alcancen su máximo potencial.

“

Conviértete en un líder positivo y accede a nuevas oportunidades laborales relacionadas con el Tenis y el acondicionamiento físico”





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?

Esta Especialización Profesional te convertirá en un líder positivo dispuesto a desarrollar estrategias físicas y mentales que favorezcan el rendimiento deportivo de tus jugadores. Dominarás el funcionamiento de los hemisferios del cerebro, lo que te permitirá aplicar estos conocimientos en las tácticas de juego y los entrenamientos.

01

Implementar habilidades de liderazgo positivo en el jugador

02

Aplicar principios básicos de psicología en el trabajo con jugadores de Tenis

03

Utilizar técnicas de entrenamiento mental para mejorar el rendimiento del jugador

04

Desarrollar conocimientos sobre los hemisferios cerebrales y su aplicación en el Tenis





05

Diseñar estrategias tácticas adecuadas según la posición en la pista y la recepción de la bola

06

Aplicar tácticas específicas para el juego de dobles en el Tenis

07

Integrar la noción del ojo dominante y su importancia en el rendimiento tenístico

08

Ejecutar diferentes sistemas de entrenamiento, como *hand feeding*, *racquet feeding* y *coach volley*

05

Dirección del curso

El equipo docente de este programa está compuesto por expertos altamente cualificados y con experiencia en el mundo del Tenis de élite. Cada uno de ellos posee un amplio conocimiento en su área de especialización, lo que te permitirá adquirir habilidades prácticas y aplicables en el ámbito profesional. Además, están comprometidos con el éxito de sus estudiantes y por ello, han diseñado cuidadosamente los materiales académicos. En definitiva, se trata de una oportunidad excepcional para llevar tu carrera laboral al siguiente nivel.

“

Aprovecha la experiencia de reconocidos especialistas, quienes han llevado a muchos jugadores a convertirse en profesionales destacados en el mundo del Tenis”





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

El objetivo de esta especialización es proporcionarte las habilidades más destacadas en el campo del Tenis profesional, y para ello, TECH ha diseñado un plan de estudios disruptivo e innovador. El programa se compone de una variedad de recursos didácticos, como vídeos, lecturas y resúmenes interactivos, todos ellos disponibles en una plataforma virtual. Además, la capacitación se imparte completamente online, lo que te brinda la libertad de adaptar tu aprendizaje a tus horarios personales. De esta manera, tendrás la oportunidad de obtener una educación personalizada y adaptada a tus necesidades individuales.

“

Disfruta de un plan de estudios creado por destacados entrenadores y preparadores de Tenis, quienes te brindarán los conocimientos más avanzados en coaching y psicología deportiva”



Módulo 1. Ética del entrenador y psicología en el Tenis

- 1.1. Código ético de un entrenador de Tenis
 - 1.1.1. Introducción y definición del código ético
 - 1.1.2. Obligaciones y requisitos del entrenador de Tenis
 - 1.1.3. Lealtad y corrupción
 - 1.1.4. Integridad en la competición
 - 1.1.5. Oferta y candidatura
 - 1.1.6. Normativa y procesos sancionadores
- 1.2. El entrenador de Tenis y su función
 - 1.2.1. Quién es el entrenador de Tenis, y que es entrenar a Tenis
 - 1.2.2. Identidad del entrenador
 - 1.2.3. Objetivos del entrenador
 - 1.2.4. El rol del entrenador y su filosofía
- 1.3. Importancia de la psicología en el Tenis
 - 1.3.1. La psicología en el deporte y sus características principales
 - 1.3.2. La función de la psicología en el Tenis
 - 1.3.3. Beneficios del Tenis a nivel psicológico
 - 1.3.4. Otros aspectos psicológicos del Tenis
- 1.4. La concentración y el control de las emociones y los pensamientos
 - 1.4.1. Qué entendemos como concentración
 - 1.4.2. Factores que influyen en la concentración, problemas de concentración en el Tenis y cómo trabajarla
 - 1.4.3. Factores que influyen en las emociones en el Tenis y pautas para su mejora
 - 1.4.4. Los pensamientos y su relación con la confianza y la autoestima entre otros factores
- 1.5. Qué es el entrenamiento mental y que utilidad tiene
 - 1.5.1. Definición de entrenamiento mental
 - 1.5.2. Beneficios del entrenamiento mental y el uso de la psicología en el jugador de Tenis
 - 1.5.3. Aspectos previos a tener en cuenta a la hora de llevar a cabo el entrenamiento mental
 - 1.5.4. Establecimiento de objetivos a nivel psicológico del Tenista
- 1.6. Técnicas del entrenamiento mental de un Tenista. Parte I
 - 1.6.1. Técnicas de control de la concentración
 - 1.6.2. Entrenamiento cognitivo y control de la atención
 - 1.6.3. Autodiscurso
 - 1.6.4. Visualización
 - 1.6.5. Rutinas
- 1.7. Técnicas de entrenamiento mental de un Tenista. Parte II
 - 1.7.1. El programa del entrenamiento mental
 - 1.7.2. Cómo debe organizarse el entrenamiento psicológico del Tenista
 - 1.7.3. Etapas del programa de entrenamiento mental del Tenista
 - 1.7.4. Profesionales del entrenamiento mental
- 1.8. La competición y la parte mental en el Tenista
 - 1.8.1. Fases que atraviesa un jugador de Tenis a lo largo de su carrera a nivel psicológico
 - 1.8.2. El *momentum*
 - 1.8.3. Psicología y su importancia a la hora de afrontar malas etapas
 - 1.8.4. Psicología y su importancia a la hora de afrontar lesiones
- 1.9. Ejercicios prácticos para trabajar el aspecto mental en el juego del Tenis
 - 1.9.1. La psicología y las situaciones de juego
 - 1.9.2. El aspecto mental en el servicio y la devolución
 - 1.9.3. El aspecto mental en el juego de fondo
 - 1.9.4. El aspecto mental en el juego de red
 - 1.9.5. El aspecto mental en las diferentes situaciones de partido
- 1.10. Los padres y el Tenis. Aspectos psicológicos
 - 1.10.1. La relación entrenador-padre-jugador
 - 1.10.2. Funciones del padre del jugador de Tenis y la visión positiva del mismo
 - 1.10.3. Errores del padre-entrenador
 - 1.10.4. Consejos para padres del jugador de Tenis

Módulo 2. Formación en las distintas etapas, entrenamiento, planificación y periodización

- 2.1. Aspectos generales del Tenis en la base y su importancia
 - 2.1.1. Introducción al Tenis base
 - 2.1.2. Evolución del entrenamiento del Tenis en la base
 - 2.1.3. Conceptualización y definición del Tenis por etapas
 - 2.1.4. Objetivos generales del impulso del trabajo del Tenis por etapas
- 2.2. Objetivos generales y específicos del Tenis en la formación
 - 2.2.1. Características del Tenis por etapas
 - 2.2.2. Objetivos generales del Tenis en formación
 - 2.2.3. Factores que influyen a la iniciación en el Tenis
 - 2.2.4. Objetivos específicos de cada una de las etapas existentes en formación
- 2.3. Etapas de la formación tenística y cómo trabajar en cada una
 - 2.3.1. Etapa roja, definición y características
 - 2.3.2. Etapa amarilla, definición y características
 - 2.3.3. Etapa verde, definición y características
 - 2.3.4. Eficacia del entrenador en las diferentes etapas
- 2.4. Etapas posteriores a la formación, concepto y objetivos
 - 2.4.1. Etapa de precompetición, características generales
 - 2.4.2. Introducción a la etapa de competición, características y objetivos generales
 - 2.4.3. Etapa de alto rendimiento
 - 2.4.4. Etapa profesional
- 2.5. Concepto de entrenamiento, metodología y su evolución
 - 2.5.1. Concepto de entrenamiento y evolución a lo largo de la historia
 - 2.5.2. Sistema moderno de entrenamiento, en qué consiste
 - 2.5.3. Qué es la metodología
 - 2.5.4. Objetivos que tiene la metodología
- 2.6. Sistemas de entrenamiento en el Tenis
 - 2.6.1. Tipos de entrenamiento de Tenis según la carga de trabajo, frecuencia, volumen e intensidad
 - 2.6.2. Entrenamientos continuos e interválicos y sus características principales
 - 2.6.3. Sistemas específicos de entrenamiento (cubos, peloteos, puntos, etc.) y en que consiste cada uno de ellos
 - 2.6.4. En qué consisten los ejercicios durante el entrenamiento de Tenis, el procedimiento a llevar a cabo, y sus componentes
 - 2.6.5. La variabilidad en el entrenamiento de Tenis
 - 2.6.6. El entrenamiento particular y el entrenamiento grupal, principios teóricos y prácticos
- 2.7. La sesión de entrenamiento desde el punto de vista teórico y práctico
 - 2.7.1. Partes de la sesión de Tenis y en qué consiste cada una de ellas
 - 2.7.2. Elaboración de la sesión de entrenamiento en función de los objetivos
 - 2.7.3. Cómo elaborar una sesión de entrenamiento
 - 2.7.4. Ejemplos teórico-prácticos de la elaboración de la sesión de entrenamiento
- 2.8. Concepto de planificación, sus fases y modelos
 - 2.8.1. Qué es planificar y que objetivos se persiguen a la hora de hacerlo
 - 2.8.2. Elementos a tener en cuenta a la hora de planificar y plantear objetivos: instalaciones, medios, características del jugador, competiciones, etc
 - 2.8.3. Consejos que seguir a la hora de realizar la planificación
 - 2.8.4. Fases de la planificación y cómo elaborarla
 - 2.8.5. Modelos actuales de planificación
- 2.9. Qué es la periodización, sus conceptos generales y específicos
 - 2.9.1. Concepto de periodización y características del Tenis relacionadas con la periodización
 - 2.9.2. Diferencias entre periodización y planificación
 - 2.9.3. Qué beneficios aporta al entrenamiento y al jugador de Tenis la periodización
 - 2.9.4. Características de la periodización
- 2.10. Fases anuales de Tenistas en formación y competición
 - 2.10.1. La vida de un Tenista
 - 2.10.2. La fase diaria
 - 2.10.3. Los microciclos
 - 2.10.4. Los mesociclos

Módulo 3. Patrón de juego, táctica y estrategia

- 3.1. Conceptos generales y diferenciación
 - 3.1.1. Conceptos generales de patrón de juego
 - 3.1.2. Conceptos generales de táctica
 - 3.1.3. Conceptos generales de estrategia
 - 3.1.4. Diferenciación entre patrón de juego, táctica y estrategia
- 3.2. Estrategias y visión positiva en el juego de individuales
 - 3.2.1. Definición de estrategia
 - 3.2.2. La estrategia en el Tenis
 - 3.2.3. Conceptos estratégicos a tener en cuenta a la hora de plantear un partido
 - 3.2.4. Estrategias más usadas en el Tenis
- 3.3. Qué es un patrón de juego, clasificación e identidad del jugador
 - 3.3.1. Definición de patrón de juego
 - 3.3.2. Tipos de patrones o estilos de juego
 - 3.3.3. Identidad del jugador
 - 3.3.4. Perfil del jugador contrario, cómo identificarlo y cómo llevar a cabo la táctica y estrategia dependiendo del mismo
- 3.4. Conceptualización de la táctica y características generales
 - 3.4.1. Definición de táctica e importancia
 - 3.4.2. Evolución de la táctica a lo largo de la historia del Tenis
 - 3.4.3. Principios de la táctica
 - 3.4.4. Táctica profesional
- 3.5. Las situaciones de juego, las jugadas en el Tenis y sus tipos
 - 3.5.1. Qué es una situación de juego
 - 3.5.2. Situaciones de juego existentes
 - 3.5.3. Definición de las jugadas del Tenis
 - 3.5.4. Tipos de jugadas
- 3.6. Consideraciones tácticas generales y específicas del juego de fondo
 - 3.6.1. Introducción al juego de fondo
 - 3.6.2. Zonas de la pista en el juego de fondo y cómo jugar desde cada una de ellas
 - 3.6.3. Objetivos desde cada zona de la pista
 - 3.6.4. Consejos para jugar con una correcta táctica en el juego de fondo
- 3.7. Consideraciones tácticas generales y específicas del juego de red
 - 3.7.1. Introducción al juego de red
 - 3.7.2. Los primeros cuatro golpes y la aproximación a la red
 - 3.7.3. Cubrir el *passing-shot*
 - 3.7.4. Dónde jugar la volea
- 3.8. Consideraciones tácticas generales y específicas del servicio y la devolución
 - 3.8.1. Aspectos tácticos generales del servicio
 - 3.8.2. Intención táctica con el servicio
 - 3.8.3. Zonas de servicio
 - 3.8.4. Aspectos tácticos generales de la devolución
- 3.9. Táctica y estrategia en la modalidad de dobles
 - 3.9.1. El juego de dobles y su evolución táctica
 - 3.9.2. Visión moderna de la táctica de dobles
 - 3.9.3. Situaciones del juego de dobles
 - 3.9.4. Tipos de jugadas en el juego de dobles
- 3.10. Lateralidad, aspectos generales y aplicabilidad táctica
 - 3.10.1. Qué es la lateralidad, concepto y significado
 - 3.10.2. Lateralidad homogénea y heterogénea
 - 3.10.3. Importancia en el Tenis e identificación del tipo de lateralidad
 - 3.10.4. Empleo de la táctica en función de la lateralidad propia y del rival

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.



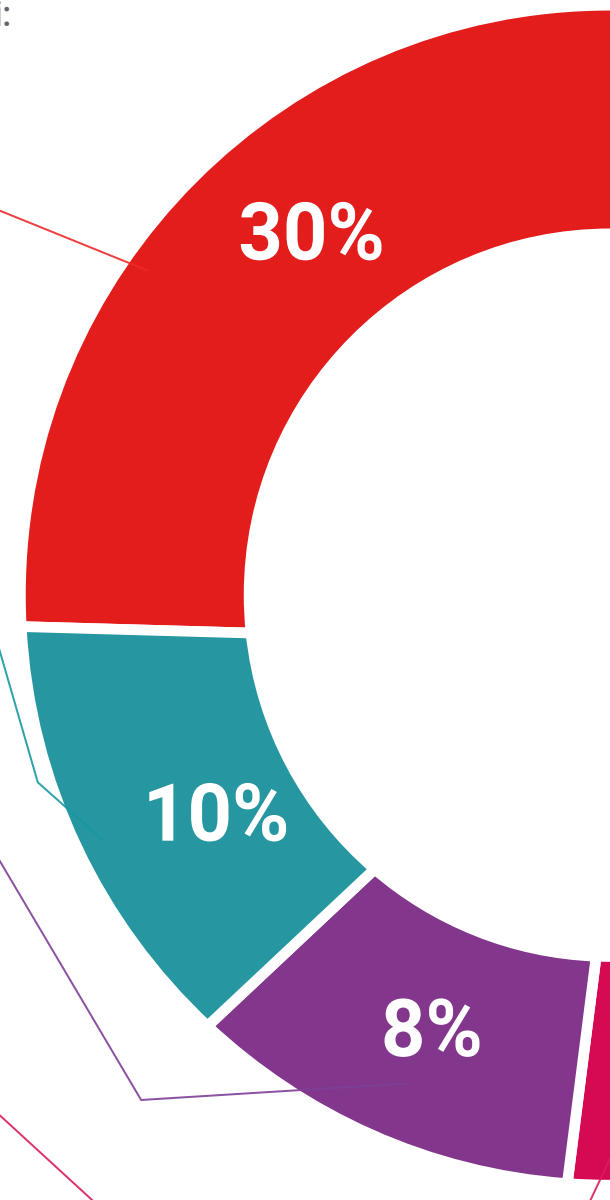
Prácticas de habilidades y competencias

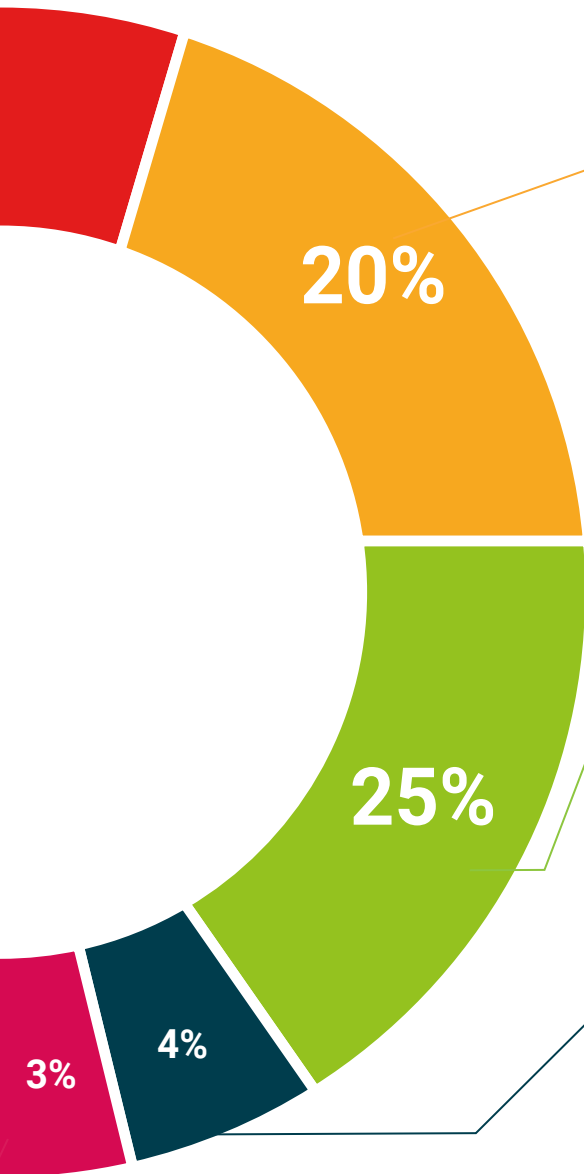
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



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 Coaching y Psicología Deportiva Aplicada al Tenis 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 Coaching y Psicología Deportiva Aplicada al Tenis**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**





Especialización Profesional Coaching y Psicología Deportiva Aplicada al Tenis

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Especialización Profesional Coaching y Psicología Deportiva Aplicada al Tenis

