

Diplomado

Coaching y Psicología en el Tenis

Avalado por la NBA





Diplomado Coaching y Psicología en el Tenis

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/coaching-psicologia-tenis

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

Un entrenador de Tenis debe ser capaz de erigirse, a su vez, como un líder para los jugadores. Esto implica la capacidad de inspirar y guiar, manejando técnicas psicológicas que logren que los tenistas se sobrepongan a los obstáculos que se encuentren. Se trata de una dimensión crucial en este deporte que cada día gana más enteros, por lo que el profesional deportivo podrá consolidar su puesta al día mediante este programa. Así, desarrollará las herramientas necesarias para convertirse en un líder positivo, perfeccionando sus metodologías de trabajo a la hora de dirigirse a los jugadores dependiendo de la situación. Todo esto y más lo tendrá al alcance el alumno desde cualquier lugar.





“

Maneja avanzadas técnicas de Coaching con las que extraerás todo el potencial de tus jugadores gracias a este Diplomado”

Es bien sabido que la faceta mental resulta hoy en día crucial en cualquier tenista. A nivel profesional, existen jugadores que cuentan con una técnica excelente, rozan la perfección en cuanto a capacidades tácticas y disponen de una condición física referente. No obstante, si no desarrollan el aspecto psicológico la balanza en un partido se puede declinar en favor del tenista que sí haya trabajado su estado mental.

Por tal motivo, una especialización que ponga el foco en esta dimensión resulta de enorme valor para los entrenadores, quienes encontrarán una opción perfecta con este Diplomado. A través de sus contenidos, analizarán en detalle las herramientas que les serán de utilidad para ayudar al jugador en el ámbito psicológico, haciendo hincapié en el control de las emociones y en las técnicas para no perder la concentración en la competición.

Con todo esto, el profesional deportivo obtendrá una alta preparación en fórmulas para el entrenamiento mental, reforzando su posición como entrenador. Para ello, tan solo necesitará un dispositivo con conexión a Internet, el cual le dará acceso a una extensísima biblioteca digital de recursos sobre la Psicología en el Tenis que podrá consultar en cualquier momento. De hecho, estos materiales académicos han sido elaborados por grandes especialistas del Coaching aplicado a este deporte.

Este **Diplomado en Coaching y Psicología en el Tenis** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Coaching y Psicología en el Tenis
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información deportiva y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Una oportunidad única de actualización en las diferentes fórmulas de entrenamiento mental para los jugadores de Tenis”

“

Perfecciona tus técnicas de entrenamiento para incorporar el factor psicológico con la metodología educativa que TECH te ofrece”

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Desarrolla valiosas estrategias para dirigirte a los jugadores dependiendo de las especificidades de cada situación.

Profundiza en el perfil ético que debe tener un entrenador de Tenis merced a una titulación de carácter global.



02

Objetivos

El diseño de este Diplomado contiene una serie de objetivos dirigidos a la exitosa adquisición de competencias referidas a las técnicas de Coaching más avanzadas para impulsar a los jugadores de Tenis. En este sentido, durante el transcurso del programa el alumno se irá desarrollando mediante innovadoras herramientas teórico-prácticas. Con estas dominará la aplicabilidad en el Tenis de los aspectos relacionados con la Psicología, siempre en línea con los últimos avances en esta materia.





“

Ejerce como líder positivo de los jugadores al finalizar este completísimo programa”



Objetivos generales

- ♦ Distinguir en las etapas que existen en la formación del tenista y saber cómo trabajar en cada una de ellas
- ♦ Conocer la normativa del tenis y saber cómo aplicarla
- ♦ Comprender la figura del entrenador de tenis desde un punto de vista ético y moral, y entender el papel crucial que juega el aspecto mental en los jugadores de tenis
- ♦ Profundizar en la preparación física necesaria que debe llevar un tenista y en la prevención de lesiones
- ♦ Concienciar de la importancia de la tecnología en el tenis actual y analizar la evolución de la misma



Actualízate en técnicas tan efectivas como el Autodiscurso o la Visualización para trasladárselas a tus jugadores”





Objetivos específicos

- ♦ Conocer las distintas etapas de las que se compone el tenis en formación
- ♦ Saber cómo se trabaja en cada una de las distintas etapas
- ♦ Distinguir entre el tipo de pelota usada en cada etapa
- ♦ Conocer las medidas de las pistas de tenis en cada etapa
- ♦ Disponer de conocimientos básicos sobre diferentes sistemas de entrenamiento:
hand feeding, racquet feeding, coach volley
- ♦ Brindar las herramientas necesarias para que el alumno se convierta en un líder positivo
- ♦ Introducir nociones básicas sobre psicología y entender su importancia en el trabajo con jugadores de tenis
- ♦ Asimilar diferentes fórmulas para el entrenamiento mental
- ♦ Entender los hemisferios del cerebro, su importancia y su aplicabilidad en el tenis

03

Dirección del curso

La mejor especialización posible de los alumnos en el Coaching y Psicología del Tenis está sobradamente asegurada gracias a la incorporación en el cuadro docente de auténticos maestros en la materia. Ilustres entrenadores que han ostentado cargos de gran responsabilidad en academias profesionales tenísticas de renombre mundial no solo han preparado con garantías a tenistas de alto nivel en el aspecto físico, sino que han ejercido como *Coachs* para ayudarles a sacar lo mejor de sí mismos y superar sus adversidades. No es de extrañar, por tanto, que sean las figuras detrás de excepcionales tenistas que han destacado por su fortaleza mental.



A close-up photograph of a tennis racket head and a bright yellow tennis ball resting on a reddish-brown court surface. The racket's strings are in sharp focus, creating a grid pattern. The background is blurred, showing a person in a blue shirt. The image is partially obscured by a large blue diagonal graphic element on the right side of the page.

“

Cuenta con todas las claves en Coaching y Psicología en el Tenis gracias a entrenadores consagrados que están detrás de destacados tenistas de gran fortaleza mental”

Dirección



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 Educación Primaria
- ♦ Monitor Nacional por la Real Federación Española
- ♦ RPT Nivel 2

Profesores

D. Goldie Barrios, Federico

- ♦ Entrenador de tenis en la *Rafa Nadal Academy*
- ♦ Entrenador en la Asociación Uruguaya de Tenis
- ♦ Entrenador de tenis en el Club Bigua
- ♦ Profesor de clases grupales e individuales de tenis
- ♦ ITF *Play Tennis* AUT/ITF
- ♦ ITF Nivel I
- ♦ ITF Psicología aplicada al tenis



04

Estructura y contenido

El temario del Diplomado en Coaching y Psicología en el Tenis cuenta con múltiples ventajas. Una de las principales es que el alumno podrá acceder a él de manera online y sin tener que someterse a horarios predeterminados, pues TECH le cede la batuta de la gestión de sus tiempos académicos. Además, al entrar al Campus Virtual se encontrará con una experiencia educativa sumamente dinámica, pudiendo profundizar en los conceptos impartidos por los docentes a través de vídeos, esquemas interactivos, lecturas complementarias, análisis de casos y mucho más.



“

A través de vídeos o resúmenes interactivos, analizarás las mejores estrategias psicológicas para afrontar problemas como las lesiones”

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. Ética del entrenador y psicología en el tenis

- 2.1. Código ético de un entrenador de tenis
 - 2.1.1. Introducción y definición del código ético
 - 2.1.2. Obligaciones y requisitos del entrenador de tenis
 - 2.1.3. Lealtad y corrupción
 - 2.1.4. Integridad en la competición
 - 2.1.5. Oferta y candidatura
 - 2.1.6. Normativa y procesos sancionadores
- 2.2. El entrenador de tenis y su función
 - 2.2.1. Quién es el entrenador de tenis, y que es entrenar a tenis
 - 2.2.2. Identidad del entrenador
 - 2.2.3. Objetivos del entrenador
 - 2.2.4. El rol del entrenador y su filosofía
- 2.3. Importancia de la psicología en el tenis
 - 2.3.1. La psicología en el deporte y sus características principales
 - 2.3.2. La función de la psicología en el tenis
 - 2.3.3. Beneficios del tenis a nivel psicológico
 - 2.3.4. Otros aspectos psicológicos del tenis
- 2.4. La concentración y el control de las emociones y los pensamientos
 - 2.4.1. Qué entendemos como concentración
 - 2.4.2. Factores que influyen en la concentración, problemas de concentración en el tenis y cómo trabajarla
 - 2.4.3. Factores que influyen en las emociones en el tenis y pautas para su mejora
 - 2.4.4. Los pensamientos y su relación con la confianza y la autoestima entre otros factores
- 2.5. Qué es el entrenamiento mental y que utilidad tiene
 - 2.5.1. Definición de entrenamiento mental
 - 2.5.2. Beneficios del entrenamiento mental y el uso de la psicología en el jugador de tenis
 - 2.5.3. Aspectos previos a tener en cuenta a la hora de llevar a cabo el entrenamiento mental
 - 2.5.4. Establecimiento de objetivos a nivel psicológico del tenista
- 2.6. Técnicas del entrenamiento mental de un tenista. Parte I
 - 2.6.1. Técnicas de control de la concentración
 - 2.6.2. Entrenamiento cognitivo y control de la atención
 - 2.6.3. Autodiscurso
 - 2.6.4. Visualización
 - 2.6.5. Rutinas
- 2.7. Técnicas de entrenamiento mental de un tenista. Parte II
 - 2.7.1. El programa del entrenamiento mental
 - 2.7.2. Cómo debe organizarse el entrenamiento psicológico del tenista
 - 2.7.3. Etapas del programa de entrenamiento mental del tenista
 - 2.7.4. Profesionales del entrenamiento mental
- 2.8. La competición y la parte mental en el tenista
 - 2.8.1. Fases que atraviesa un jugador de tenis a lo largo de su carrera a nivel psicológico
 - 2.8.2. El *momentum*
 - 2.8.3. Psicología y su importancia a la hora de afrontar malas etapas
 - 2.8.4. Psicología y su importancia a la hora de afrontar lesiones
- 2.9. Ejercicios prácticos para trabajar el aspecto mental en el juego del tenis
 - 2.9.1. La psicología y las situaciones de juego
 - 2.9.2. El aspecto mental en el servicio y la devolución
 - 2.9.3. El aspecto mental en el juego de fondo
 - 2.9.4. El aspecto mental en el juego de red
 - 2.9.5. El aspecto mental en las diferentes situaciones de partido
- 2.10. Los padres y el tenis. Aspectos psicológicos
 - 2.10.1. La relación entrenador-padre-jugador
 - 2.10.2. Funciones del padre del jugador de tenis y la visión positiva del mismo
 - 2.10.3. Errores del padre-entrenador
 - 2.10.4. Consejos para padres del jugador de tenis

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”



Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.



El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.

Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“*Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. 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. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.

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

Nuestra universidad 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 de la mejor universidad online en español.



En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



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, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



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 las futuras decisiones difíciles.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán 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 y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Case studies

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



06

Titulación

El Diplomado en Coaching y Psicología en el Tenis garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Coaching y Psicología en el Tenis** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

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

Título: **Diplomado en Coaching y Psicología en el Tenis**

N.º Horas Oficiales: **300 h.**

Avalado por la NBA



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado

Coaching y Psicología en el Tenis

- » Modalidad: online
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: **TECH** Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Coaching y Psicología en el Tenis

Avalado por la NBA

