

Curso

Coaching e Psicologia no Tênis

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica



Curso

Coaching e Psicologia no Tênis

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicação: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtitute.com.br/ciencias-do-esporte/curso/coaching-psicologia-tenis



Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

Um técnico de tênis deve ser capaz de ser um líder para os jogadores. Isso envolve a capacidade de inspirar e orientar, gerenciando técnicas psicológicas que permitem que os jogadores superem os obstáculos que encontram. Essa é uma dimensão crucial nesse esporte, que vem ganhando cada vez mais importância, e o profissional do esporte poderá consolidar sua atualização por meio desse programa. Você desenvolverá as ferramentas necessárias para se tornar um líder positivo, aperfeiçoando suas metodologias de trabalho ao se dirigir aos jogadores, dependendo da situação. Tudo isso e muito mais estará disponível para o aluno em qualquer lugar.





66

Administre técnicas avançadas de treinamento com as quais você extrairá todo o potencial de seus jogadores graças a este Curso”

É sabido que o aspecto mental é hoje crucial para qualquer jogador de tênis. No nível profissional, há jogadores que têm excelente técnica, quase perfeição em habilidades táticas e estão em ótima condição física. No entanto, se não desenvolverem o aspecto psicológico, a balança em uma partida pode pender a favor do jogador que trabalhou seu estado mental.

Por esse motivo, uma especialização que se concentre nessa dimensão é de enorme valor para os instrutores, que encontrarão uma opção perfeita com este Curso. Por meio de seu conteúdo, eles analisarão em detalhes as ferramentas que serão úteis para ajudar o jogador na área psicológica, enfatizando o controle das emoções e as técnicas para evitar a perda de concentração na competição.

Com tudo isso, o profissional do esporte obterá um alto nível de preparação em fórmulas de treinamento mental, reforçando sua posição como treinador. Tudo o que você precisa é de um dispositivo com conexão à Internet, que lhe dará acesso a uma extensa biblioteca digital de recursos sobre Psicologia do Tênis, que poderá ser consultada a qualquer momento. Na verdade, esses materiais acadêmicos foram desenvolvidos pelos maiores especialistas em Coaching aplicado a esse esporte.

Este **Curso de Coaching e Psicologia no Tênis** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Coaching e Psicologia no Tênis
- O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil fornece informações científicas e práticas sobre aquelas disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- Exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- Destaque especial para as metodologias inovadoras
- Lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet

“

Uma oportunidade única de se atualizar sobre as diferentes fórmulas de treinamento mental para jogadores de tênis"

“

Aperfeiçoe suas técnicas de treinamento para incorporar o fator psicológico com a metodologia educacional que a TECH lhe oferece”

O corpo docente deste curso inclui profissionais da área que transferem a experiência do seu trabalho para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Desenvolva estratégias valiosas para atingir os jogadores, dependendo das especificidades de cada situação.

O curso aprofunda o perfil ético que um treinador de tênis deve ter por meio de uma qualificação global.



02

Objetivos

O programa deste Curso contém uma série de objetivos que visam à aquisição bem-sucedida de competências relacionadas às mais avançadas técnicas de treinamento para impulsionar os jogadores de tênis. Nesse sentido, durante o curso do programa, o aluno se desenvolverá por meio de ferramentas teóricas e práticas inovadoras. Com eles, você dominará a aplicabilidade no Tênis dos aspectos relacionados à Psicologia, sempre em linha com os últimos avanços nesse campo.



“

*Seja um líder positivo dos jogadores
ao final desse programa abrangente”*

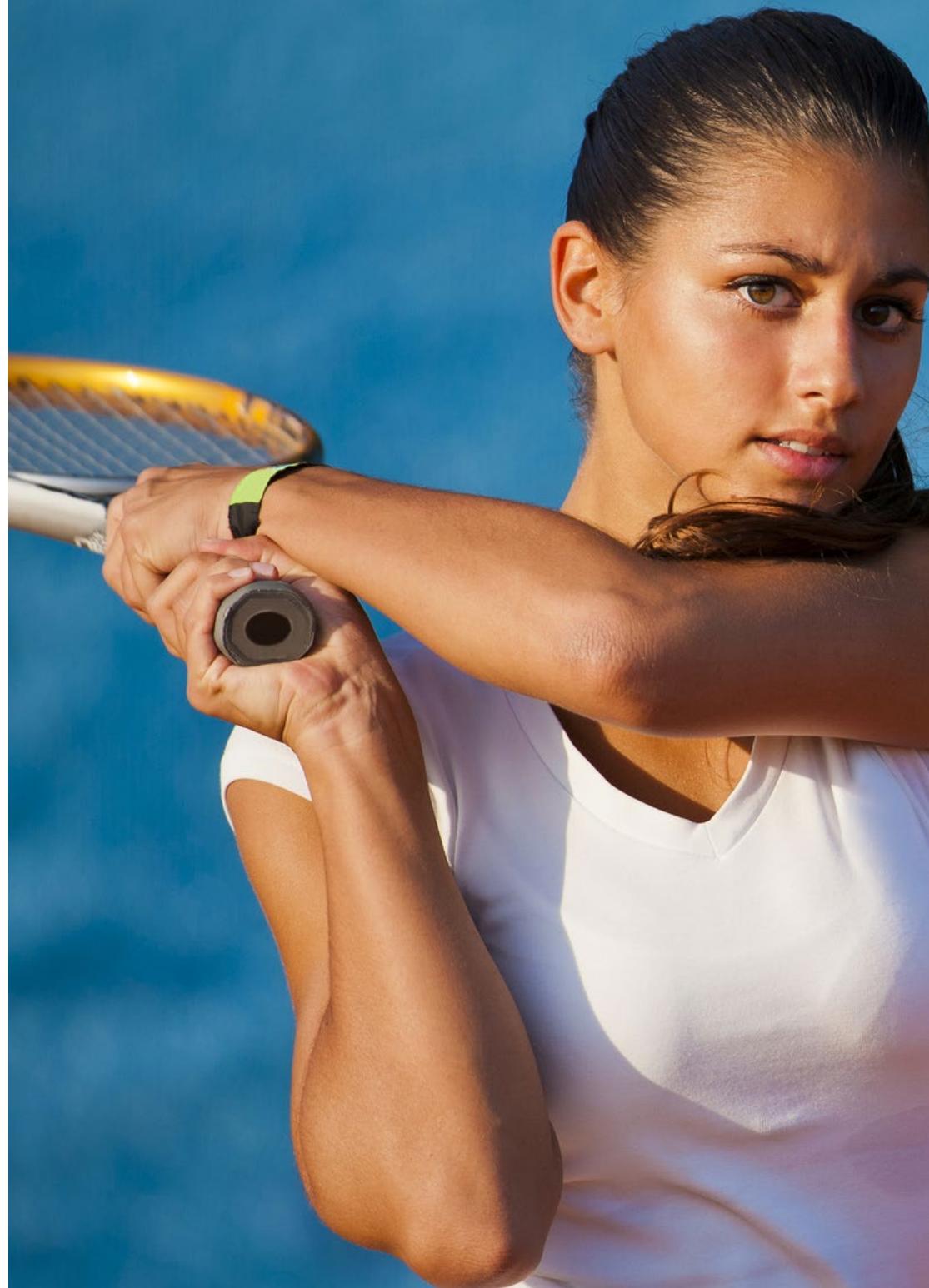


Objetivos gerais

- Distinguir as etapas existentes na formação do tenista e conhecer os métodos de trabalho em cada uma delas
- Conhecer as regras do tênis e saber como aplicá-las
- Compreender o papel do técnico de tênis sob um ponto de vista ético e moral, destacando a função crucial que o aspecto mental desempenha nos jogadores de tênis
- Analisar a preparação física necessária de um jogador de tênis e a prevenção de lesões
- Promover a conscientização sobre a importância da tecnologia no tênis atual e analisar sua evolução

“

Atualize-se em técnicas eficazes, como o discurso pessoal ou a visualização, para transferi-las a seus jogadores”





Objetivos específicos

- Conhecer as diferentes etapas que compõem a formação no tênis
- Aprender como trabalhar em cada uma das diferentes etapas
- Diferenciar o tipo de bola utilizada em cada etapa
- Conhecer as medidas das quadras de tênis em cada etapa
- Ter conhecimento básico de diferentes sistemas de treinamento: *hand feeding, racquet feeding, coach volley*
- Fornecer as ferramentas necessárias para que o aluno transforme-se em um líder positivo
- Apresentar noções básicas de psicologia e compreender sua importância no trabalho com jogadores de tênis
- Assimilar diferentes fórmulas para o treinamento mental
- Compreender os hemisférios do cérebro, sua importância e aplicabilidade no tênis

03

Direção do curso

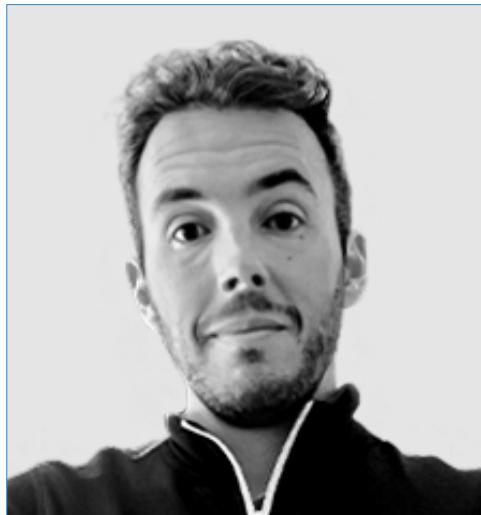
A melhor capacitação possível em Coaching e Psicologia no Tênis graças à incorporação de reconhecidos especialistas no corpo docente. Treinadores ilustres que ocuparam cargos de grande responsabilidade em academias de tênis profissional de renome mundial não só prepararam tenistas de alto nível com sucesso no aspecto físico, mas também atuaram como *Coachs* para ajudá-los a obter o melhor de si e superar suas adversidades. Não é de surpreender, portanto, que sejam as figuras por trás de jogadores de tênis excepcionais que se destacaram por sua resistência mental.



“

Conte com todas as informações essenciais para o Coaching e a Psicologia no Tênis, graças aos treinadores dedicados que estão por trás de excelentes jogadores de tênis com grande força mental”

Direção



Sr. Alejandro Ramos Camacho

- Técnico de tênis na Rafa Nadal Academy
- Técnico na Academia de Tênis JMO
- Técnico no Clube de Tênis Valle de Aridane
- Graduado em Ensino Fundamental
- Monitor Nacional pela Real Federação Espanhola
- RPT Nível 2

Professores

Sr. Federico Goldie Barrios

- Técnico de tênis na Rafa Nadal Academy
- Técnico da Associação Uruguaia de Tênis
- Técnico de tênis no Clube Bigua
- Professor de aulas em grupo e individuais de tênis
- ITF *Play Tennis* AUT/1TF
- ITF Nível I
- ITF Psicologia aplicada ao tênis



04

Estrutura e conteúdo

O programa de estudos do Curso de Coaching e Psicologia no Tênis tem várias vantagens. Uma das principais vantagens é que o aluno poderá acessar o curso online e sem ter que se submeter a horários pré-determinados, já que a TECH entrega a gestão do seu tempo acadêmico. Além disso, ao entrar no Campus Virtual, o estudante encontrará uma experiência educacional altamente dinâmica, podendo aprofundar os conceitos ensinados pelos professores por meio de vídeos, diagramas interativos, leituras complementares, análise de casos e muito mais.



66

Através de vídeos ou resumos interativos, você analisará as melhores estratégias psicológicas para lidar com problemas como lesões"

Módulo 1. Formação nas Diferentes Etapas, Treinamento, Planejamento e Periodização

- 1.1. Aspectos gerais do tênis na base e sua importância
 - 1.1.1. Introdução à base do tênis
 - 1.1.2. Evolução do treinamento de tênis em nível de base
 - 1.1.3. Conceitualização e definição do tênis por etapas
 - 1.1.4. Objetivos gerais do impulso do trabalho do tênis por etapas
- 1.2. Objetivos gerais e específicos do tênis na formação
 - 1.2.1. Características do tênis por etapas
 - 1.2.2. Objetivos gerais do tênis na formação
 - 1.2.3. Fatores que influenciam a iniciação no tênis
 - 1.2.4. Objetivos específicos de cada um dos estágios existentes na formação
- 1.3. Etapas da formação no tênis e como trabalhar em cada etapa
 - 1.3.1. Etapa vermelha, definição e características
 - 1.3.2. Etapa amarela, definição e características
 - 1.3.3. Etapa verde, definição e características
 - 1.3.4. Eficácia do técnico em diferentes etapas
- 1.4. Etapas posteriores à formação, conceito e objetivos
 - 1.4.1. Etapa pré-competição, características gerais
 - 1.4.2. Introdução à etapa de competição, características gerais e objetivos
 - 1.4.3. Etapas de alto desempenho
 - 1.4.4. Etapa profissional
- 1.5. Conceito de treinamento, metodologia e sua evolução
 - 1.5.1. Conceito de treinamento e evolução ao longo da história
 - 1.5.2. Sistema de treinamento moderno, em que consiste
 - 1.5.3. O que é a metodologia
 - 1.5.4. Objetivos da metodologia
- 1.6. Sistemas de treinamento no tênis
 - 1.6.1. Tipos de treinamento de tênis de acordo com a carga de trabalho, frequência, volume e intensidade
 - 1.6.2. Treinamentos contínuos e intervalados e suas principais características
 - 1.6.3. Sistemas específicos de treinamento (drills, rallies, pontos, etc.) e o que cada um deles envolve
 - 1.6.4. O que envolvem os exercícios durante o treinamento de tênis, o procedimento a ser seguido e seus componentes
 - 1.6.5. A variabilidade no treinamento de tênis
 - 1.6.6. Treinamento individualizado e treinamento em grupo, princípios teóricos e práticos
- 1.7. A sessão de treinamento do ponto de vista teórico e prático
 - 1.7.1. Partes da sessão de tênis e o que cada uma delas envolve
 - 1.7.2. Elaboração da sessão de treinamento com base nos objetivos
 - 1.7.3. Como elaborar uma sessão de treinamento
 - 1.7.4. Exemplos teórico-práticos da elaboração da sessão de treinamento
- 1.8. Conceito de planejamento, suas fases e modelos
 - 1.8.1. O que é planejar e quais objetivos são perseguidos ao fazê-lo
 - 1.8.2. Elementos a serem considerados ao planejar e estabelecer objetivos: instalações, recursos, características do jogador, competições, etc
 - 1.8.3. Dicas a serem seguidas ao realizar o planejamento
 - 1.8.4. Fases do planejamento e como elaborá-las
 - 1.8.5. Modelos atuais de planejamento
- 1.9. O que é periodização, conceitos gerais e específicos
 - 1.9.1. Conceito de periodização e características do tênis relacionadas à periodização
 - 1.9.2. Diferenças entre periodização e planejamento
 - 1.9.3. Quais benefícios a periodização traz para o treinamento e para o jogador de tênis
 - 1.9.4. Características da periodização
- 1.10. Fases anuais de tenistas na formação e competição
 - 1.10.1. A vida de um tenista
 - 1.10.2. A fase diária
 - 1.10.3. Os microciclos
 - 1.10.4. Os mesociclos

Módulo 2. Ética do Técnico e Psicologia no Tênis

- 2.1. Código ético de um técnico de tênis
 - 2.1.1. Introdução e definição do código ético
 - 2.1.2. Obrigações e requisitos do técnico de tênis
 - 2.1.3. Lealdade e corrupção
 - 2.1.4. Integridade na competição
 - 2.1.5. Oferta e candidatura
 - 2.1.6. Regulamentos e processos disciplinares
- 2.2. O treinador de tênis e sua função
 - 2.2.1. Quem é o técnico de tênis e o que é treinar tênis
 - 2.2.2. Identidade do técnico
 - 2.2.3. Objetivos do técnico
 - 2.2.4. O papel do técnico e sua filosofia
- 2.3. Importância da Psicologia no tênis
 - 2.3.1. A Psicologia no esporte e suas principais características
 - 2.3.2. O papel da Psicologia no tênis
 - 2.3.3. Benefícios do tênis em nível psicológico
 - 2.3.4. Outros aspectos psicológicos do tênis
- 2.4. Concentração e controle das emoções e pensamentos
 - 2.4.1. O que entendemos por concentração
 - 2.4.2. Fatores que influenciam a concentração, problemas de concentração no tênis e como trabalhá-los
 - 2.4.3. Fatores que influenciam as emoções no tênis e diretrizes para melhorá-las
 - 2.4.4. Os pensamentos e sua relação com a confiança e autoestima, entre outros fatores
- 2.5. O que é treinamento mental e qual sua utilidade
 - 2.5.1. Definição de treinamento mental
 - 2.5.2. Benefícios do treinamento mental e uso da Psicologia no jogador de tênis
 - 2.5.3. Aspectos preliminares a serem considerados ao realizar o treinamento mental
 - 2.5.4. Estabelecimento de metas psicológicas para o tenista
- 2.6. Técnicas de treinamento mental de um tenista. Parte I
 - 2.6.1. Técnicas de controle da concentração
 - 2.6.2. Treinamento cognitivo e controle da atenção
 - 2.6.3. Autodiscorso
 - 2.6.4. Visualização
 - 2.6.5. Rotinas
- 2.7. Técnicas de treinamento mental de um tenista. Parte II
 - 2.7.1. O programa de treinamento mental
 - 2.7.2. Como organizar o treinamento psicológico do tenista
 - 2.7.3. Etapas do programa de treinamento mental do tenista
 - 2.7.4. Profissionais do treinamento mental
- 2.8. A competição e a parte mental do tenista
 - 2.8.1. Fases pelas quais um jogador de tênis passa ao longo de sua carreira em nível psicológico
 - 2.8.2. O *momentum*
 - 2.8.3. Psicologia e sua importância ao enfrentar períodos difíceis
 - 2.8.4. Psicologia e sua importância ao lidar com lesões
- 2.9. Exercícios práticos para trabalhar o aspecto mental no jogo de tênis
 - 2.9.1. Psicologia e situações de jogo
 - 2.9.2. O aspecto mental no serviço e na devolução
 - 2.9.3. O aspecto mental no jogo de fundo
 - 2.9.4. O aspecto mental no jogo de rede
 - 2.9.5. O aspecto mental em diferentes situações de partida
- 2.10. Os pais e o tênis. Aspectos psicológicos
 - 2.10.1. A relação técnico-pai-jogador
 - 2.10.2. Funções do pai do jogador de tênis e sua visão positiva
 - 2.10.3. Erros do pai-técnico
 - 2.10.4. Dicas para os pais de jogadores de tênis

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: ***o Relearning***.

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o ***New England Journal of Medicine***.



66

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cílicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Estudo de caso para contextualizar todo o conteúdo

Nosso programa oferece um método revolucionário para desenvolver as habilidades e o conhecimento. Nosso objetivo é fortalecer as competências em um contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo”



Você terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, por meio de um ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa.



Através de atividades de colaboração e casos reais, o aluno aprenderá a resolver situações complexas em ambientes reais de negócios.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este curso da TECH é um programa de ensino intensivo, criado do zero, que propõe os desafios e decisões mais exigentes nesta área, em âmbito nacional ou internacional. Através desta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado em direção ao sucesso. O método do caso, técnica que constitui a base deste conteúdo, garante que a realidade econômica, social e profissional mais atual seja adotada.

“

Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira”

O método do caso é o sistema de aprendizagem mais utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de Direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações realmente complexas para que tomassem decisões conscientes e julgassem a melhor forma de resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Esta é a pergunta que abordamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos reais. Terão que integrar todo o conhecimento, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões.

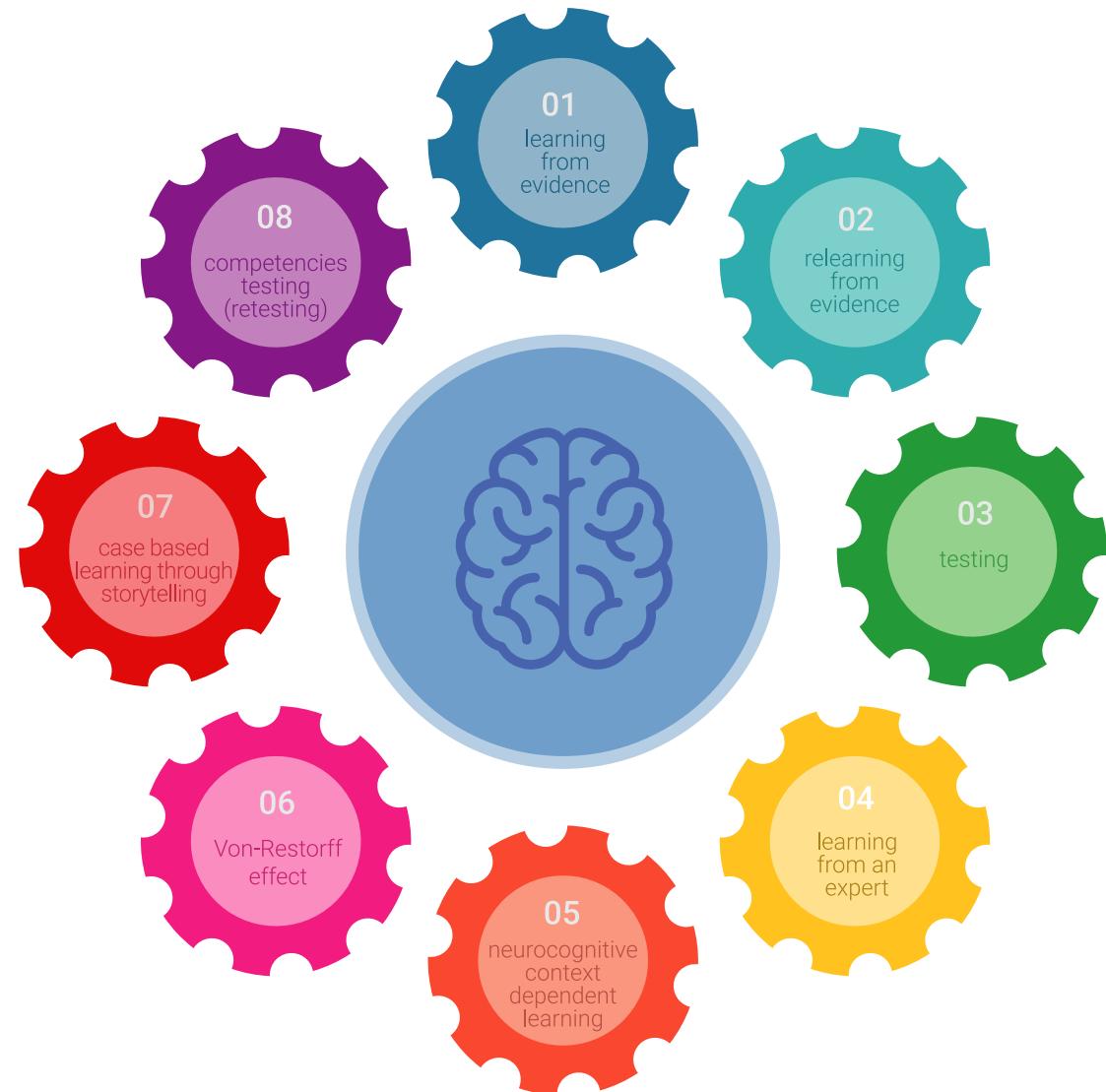
Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019, entre todas as universidades online do mundo, alcançamos os melhores resultados de aprendizagem.

Na TECH o aluno aprende através de uma metodologia de vanguarda, desenvolvida para capacitar os diretores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, se chama Relearning. Nossa universidade é uma das únicas que possui a licença para usar este método de sucesso. Em 2019 conseguimos melhorar os níveis de satisfação geral dos nossos alunos (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos, entre outros) com relação aos indicadores da melhor universidade online.





No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica. Esta metodologia já capacitou mais de 650 mil universitários com um sucesso sem precedentes em campos tão diversos como a bioquímica, a genética, a cirurgia, o direito internacional, habilidades administrativas, ciência do esporte, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isso em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

A partir das últimas evidências científicas no campo da neurociência, sabemos como organizar informações, ideias, imagens, memórias, mas sabemos também que o lugar e o contexto onde aprendemos algo é fundamental para nossa capacidade de lembrá-lo e armazená-lo no hipocampo, para mantê-lo em nossa memória a longo prazo.

Desta forma, no que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto onde o aluno desenvolve sua prática profissional.

Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



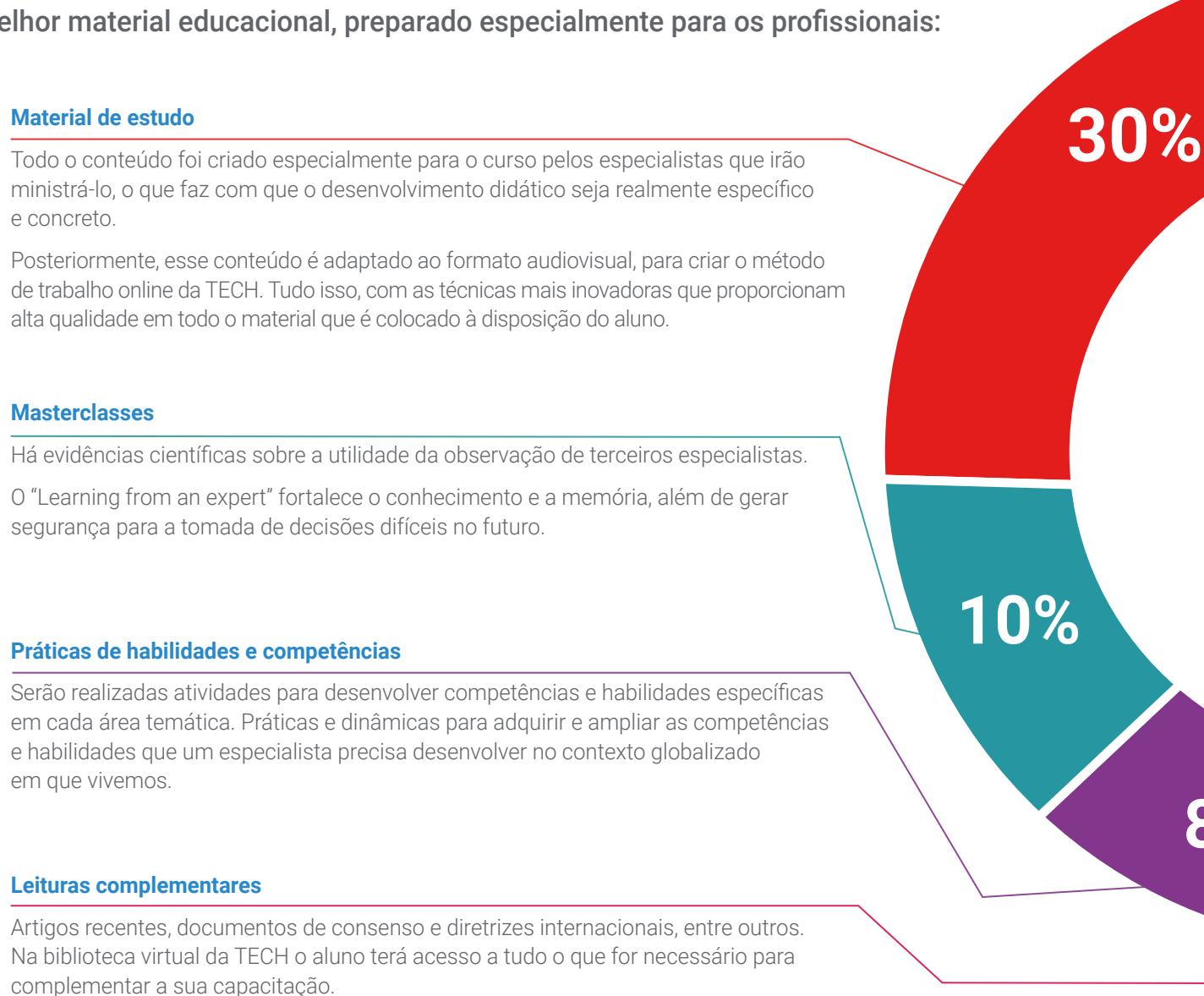
Práticas de habilidades e competências

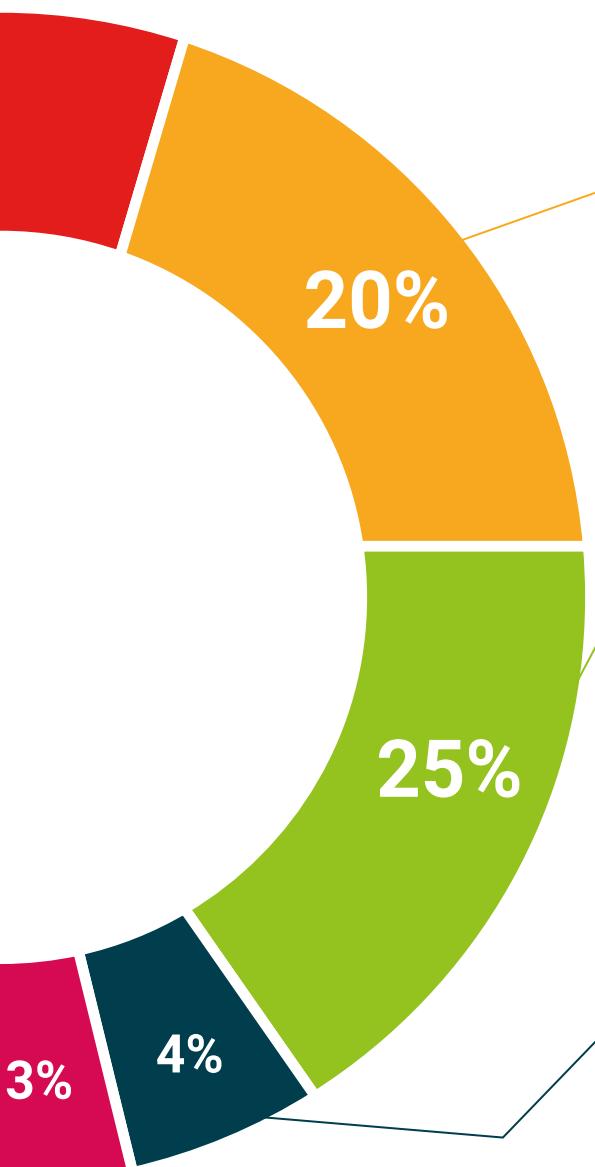
Serão realizadas atividades para desenvolver competências e habilidades específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e ampliar as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no contexto globalizado em que vivemos.



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de caso

Será realizada uma seleção dos melhores estudos de caso escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas do cenário internacional.



Resumos interativos

A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliarmos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



06

Certificado

O Curso de Coaching e Psicologia no Tênis garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



66

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica"

Este **Curso de Coaching e Psicologia no Tênis** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Coaching e Psicologia no Tênis**

N.º de Horas Oficiais: **300h**

Reconhecido pela NBA



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade competências
atenção personalizada
conhecimento inovação
assente qualidade
desenvolvimento sustentabilidade



Curso
Coaching e Psicologia
no Tênis

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicação: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Coaching e Psicologia no Tênis

Reconhecido pela NBA

