



PROJECTE EDUCATIU TÈCNIC NIVELL 2

Entrenador Nacional de Tennis

Convocatòria Novembre 2019

Centre Municipal de Tennis Vall d'Hebron, 196.

Barcelona



**Generalitat
de Catalunya**

 **esportcat**

Índex de contingut

Índex de contingut	1
Introducció	3
1. La Formació en Tennis.....	3
2. Cursos de Tècnic d'Esport	3
3. Programa del Curs	3
4. El bloc formatiu específic.....	3
5. Calendari.....	4
Pla d'estudis del Curs.....	5
6. Estructura de programació i disseny.....	5
7. Projectes transversals.....	5
8. Blocs de Continguts.....	6
Claustre.....	9

Introducció

1- La Formació en Tennis

Segons els convenis signats amb l'Escola Catalana de l'Esport de la Generalitat de Catalunya i amb l'Àrea de Docència e Investigació de la Real Federación Española de Tennis (RFET), l'Àrea de Docència i Recerca de la Federació Catalana de Tennis (FCT) és l'encarregada d'impartir els cursos d'ensenyament i formació de tècnics, així com d'homologar les titulacions que acrediten la capacitat i validesa per a tot l'estat espanyol, actuant la FCT com a delegació de la RFET.

2- Cursos de Tècnic d'Esport

El curs de Tècnic d'Esport dels nivells I, II i III es realitzen en col·laboració amb l'Escola Catalana de l'Esport seguint la legislació vigent. Aquestes tres titulacions són les que reconeix la Llei de Regulació de les professions de l'esport a Catalunya (Llei 3/2008) i permeten el registre directe al Registre Oficial de Professionals de l'Esport de Catalunya (ROPEC).

- Tècnic d'Esport Nivell 1 – Monitor Nacional
- **Tècnic d'Esport Nivell 2 – Entrenador Nacional**
- Tècnic d'Esport Nivell 3 – Professor Nacional

3- Programa del Curs

Bloc Comú:

- Gestiona: Escola Catalana de l'Esport
- Càrrega lectiva: 180 hores

Bloc Específic:

- Gestiona: Federació Catalana de Tennis
- Càrrega lectiva: 180 hores

Bloc de Pràctiques:

- Gestiona: Federació Catalana de Tennis
- Càrrega lectiva: 200 hores

4- Bloc formatiu específic

El curs d'entrenador de tennis Nivell 2 està destinat a aquells tècnics que volen especialitzar-se en l'entrenament i desenvolupament de jugadors/es de competició. Els candidats ideals serien aquells tècnics compromesos en desenvolupar les seves pròpies competències professionals per transformar i afavorir el rendiment dels jugadors/es a llarg i curt termini.

Els pre-requisits necessaris per als candidats són la superació de la prova tècnica d'accés i comptar amb la certificació de Tècnic de Nivell 1.

El curs proporciona una experiència formativa integral i holística, que procura transferir al tècnic els coneixements disponibles des de les diverses disciplines que afecten el rendiment d'un/a tennista. La formació té un caràcter semi-presencial, on es combina l'exposició i vivenciació dels continguts presencials amb ponents i professors experts, amb la integració i transferència del coneixement als 2 projectes transversals que l'alumne haurà d'anar construint (el Portafoli d'Aprenentatge i el Pla de Desenvolupament d'un jugador/a).

5- Calendari

Presencial			No presencial		Exàmens i avaluacions	
Horari	Dies	Mes	Dies	Mes	Dies	Mes
9-15h	2	Desembre 2019	5	Desembre 2019	29	Gener 2020
9-15h	3	Desembre 2019	6	Desembre 2019	30	Gener 2020
9-15h	4	Desembre 2019	12	Desembre 2019	31	Gener 2020
9-15h	9	Desembre 2019	13	Desembre 2019		
9-15h	10	Desembre 2019	19	Desembre 2019		
9-15h	11	Desembre 2019	20	Desembre 2019		
9-15h	12	Desembre 2019	23	Desembre 2019		
9-15h	13	Desembre 2019	27	Desembre 2019		
9-15h	16	Desembre 2019	30	Desembre 2019		
9-15h	17	Desembre 2019	31	Desembre 2019		
9-15h	18	Desembre 2019	2	Gener 2020		
9-15h	7	Gener 2020	3	Gener 2020		
9-15h	8	Gener 2020	13	Gener 2020		
9-15h	9	Gener 2020	14	Gener 2020		
9-15h	10	Gener 2020	15	Gener 2020		

El curs de nivell 2 s'obté a través de :

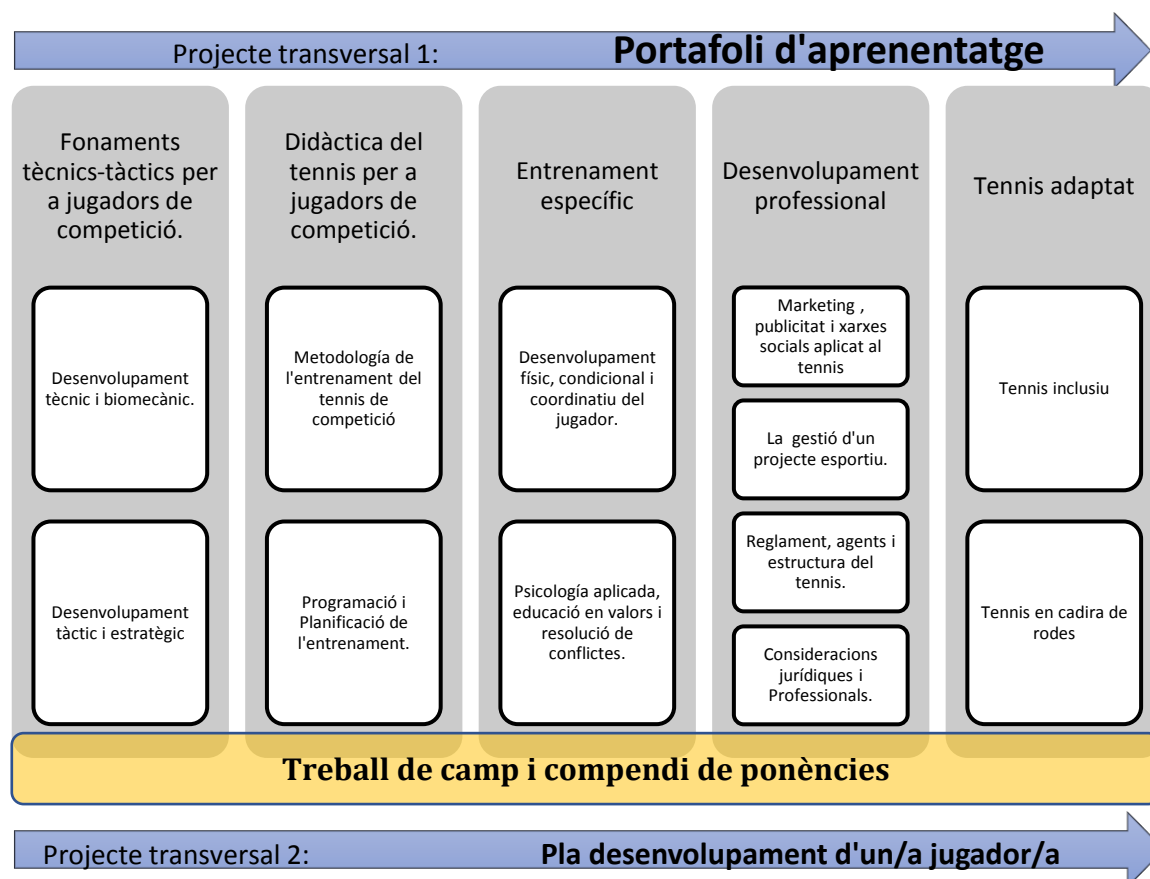
- L'assistència a les 15 sessions intensives presencials.
- Construcció autònoma i tutoritzada dels dos projectes de treball continuat i autònom no-presencial (Portafoli i Pla de Desenvolupament).
- Superació dels exàmens i avaluacions.

Algunes de les sessions i tallers presencials tindran el caràcter de **“Ponència”** i **seran obertes a la comunitat de tècnics**, amb l'objectiu d'afavorir l'actualització de coneixements dels tècnics ja titulats.

Pla d'Estudis del Curs

6- Disseny i estructura de programació del Curs

El Real Decret 1363/2007 dictamina un pla formatiu comú per tots els ensenyaments esportius en període transitori format per 5 Àrees Formatives que la FCT Desplega en diversos Blocs de Continguts:



El disseny curricular del curs s'organitza en 9 blocs de continguts programats durant els 30 dies del curs (15 presencials i 15 no-presencials). Cada bloc de continguts sorgeix de les 5 Àrees que dictamina el BOE en la seva ordenació sobre l'ensenyament esportiu en Règim Transitori. Els blocs, es van interrelacionant de manera coherent a través de les estratègies de concreció curricular, el treball de camp i l'elaboració dels dos projectes transversals.

7- Projectes transversals (PT)

Es requereix que els tècnics construeixin de manera autònoma dos projectes transversals durant el transcurs del bloc específic no-presencial. L'elaboració d'aquests PT té com a objectiu integrar i transferir el coneixement adquirit als blocs de continguts, en dos nivells diferents:

- L' autoregulació i consciència del propi procés d'aprenentatge i creixement professional (PT-1)
- La transferència del coneixement a un context aplicat (PT-2)

➤ **PT-1. Portafoli d'aprenentatge.**

La funció i objectiu del Portafoli d'Aprenentatge és la de registrar la pròpia millora i desenvolupament com a tècnic durant el procés d'aprenentatge. Aquest document haurà de plasmar i esdevenir l'evidència de que s'han assolit les competències professionals necessàries per ser Tècnic de Nivell 2.

➤ **PT-2. Pla de desenvolupament d'un jugador.**

Durant el procés de formació, cada tècnic haurà d'elaborar un Pla/Projecte de desenvolupament per a un/a jugador/a en un context de competició i rendiment. Aquest projecte pretén ser una aplicació pràctica per al día a día del tècnic, esdevenint model de referència per a desenvolupar la seva feina amb els jugadors que treballi. Contarà amb la transferència dels diferents mòduls de continguts des de l'elaboració d'un calendari de competició i programació tècnic-tàctica, fins a les pautes de nutrició e hidratació, passant per els elements de prevenció de lesions i entrenament mental.

8- Àrees formatives i blocs de continguts

Àrea: DIDÀCTICA DEL TENNIS PER JUGADORS/ES DE COMPETICIÓ		
15 hores lectives	Professor: Miqui Moreno i Ernest Baiget.	5 sessions de 3h
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Metodologia i didàctica de l'entrenament de competició. Teoria. • Sessió 2: Metodologia i didàctica de l'entrenament de competició. Aplicació a pista. • Sessió 3: Programació i planificació de l'entrenament de competició • Sessió 4: Programació i supervisió de la iniciació del tennis. • Sessió 5: Ponència per determinar 		
Àrea: FONAMENTS TÈCNICS-TÀCTICS PER A JUGADORS DE COMPETICIÓ		
Bloc: Desenvolupament tàctic i estratègic del jugador/a		
16 hores lectives	Professor: Miqui Moreno i Gonzalo López.	8 sessions de 2h
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Marc teòric de la tàctica i l'estratègia • Sessió 2: Marc teòric de la tàctica i l'estratègia. • Sessió 3: Desenvolupament tàctic a pista. • Sessió 4: Desenvolupament tàctic a pista. • Sessió 5: Desenvolupament tàctic. • Sessió 6: Desenvolupament tàctic. • Sessió 7: Entrenament cognitiu i de la presa de decisions. • Sessió 8: Ponència per determinar 		

Bloc: Desenvolupament tècnic i biomecànic del jugador/a		
14 hores lectives	Professor: Miqui Moreno i Marc Casabó	7 sessions de 2h
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Bases teòriques de la tècnica i la biomecànica. • Sessió 2: Tècnica dels cops del tennis (punt de partida nivell 1) i diferències nivell 2. • Sessió 3: El joc de fons: cop de dreta i de revés. • Sessió 4: El joc de xarxa, el servei i la restada. • Sessió 5: El joc de peus. • Sessió 6: Anàlisi tècnic del jugador. • Sessió 7: Ponència per determinar 		
Àrea: DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL		
12 hores lectives	Professor: Equip FCT	6 sessions de 2 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Benvinguda i presentació (Miqui Moreno i Toni Fuentes). • Sessió 2: Regulació professional (Toni Fuentes) • Sessió 3: Creació d'una marca professional i XXSS (Dani Llorba) • Sessió 4: Material específic (Xavi Segura). • Sessió 5: Consideracions jurídiques i bases legals per un Entrenador de tennis. (Pere Torras) • Sessió 6: Reglament i estructura de la competició (Jordi Margó). 		
Àrea: ENTRENAMENT ESPECÍFIC		
Bloc: Ciències aplicades i de l'esport.		
10 hores lectives	Professor: Ernest Baiget i Toni Martinez	5 sessions de 3 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Preparació física i desenvolupament condicional (bases teòriques). • Sessió 2: Preparació física i desenvolupament condicional (entrenament integrat). • Sessió 3: Preparació física i desenvolupament condicional (tendències en escalfament) • Sessió 4: Preparació física i desenvolupament condicional (prevenció i readaptació) • Sessió 5: Medicina esportiva aplicada al tennis (Creu Blanca) 		
Bloc: Entrenament invisible		
15 hores lectives	Professor: Elena Sosa	5 sessions de 2 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Psicologia aplicada al tennis • Sessió 2: Psicologia aplicada al tennis • Sessió 3: Resolució de conflictes • Sessió 4: Educació en valors. • Sessió 5: Nutrició i ajudes ergogèniques. (Anna Sauló) 		

Àrea: TENNIS ADAPTAT		
Bloc: TENNIS INCLUSIU		
4 hores lectives	Professor: Marina Bronchales i Pau Castanyer	2 sessions 2 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Tennis i Discapacitat • Sessió 2: Promoció i desenvolupament programes de tennis inclusiu. 		
Bloc: TENNIS EN CADIRA DE RODES		
4 hores lectives	Professor: Marina Bronchales	2 sessions de 2 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Sessió 1: Tennis en cadira de competició. • Sessió 2: Tennis en cadira de competició 		

Treball de camp: Experiències entrenament jugadors/es professionals.		
8 hores	Professor: Miqui Moreno	4 sessions de 2 hores
<ul style="list-style-type: none"> • Albert Ramos- JM Diaz • Carla Suarez- Marc Casabó • Paula Badosa- Xavi Budó • Aliona Bolsova- Anna Alcazar/Lourdes Domínguez 		

Claustre de Professorat

- **Sr. Miquel Moreno**
Cap d'Estudis i Docència FCT.
Coordinador i entrenador del Pla Català de Desenvolupament de Jugadors/es.
Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport.
Postgrau en Lideratge i Coaching Esportiu.
Doctorant en Psicologia de l'Esport.
- **Sr. Toni Fuentes**
Responsable Gestió Acadèmica FCT.
Tècnic d'Esport Nivell 3.
Docent al CIC.
- **Sr. Oscar Mas**
Director Esportiu FCT
Graduat en Empresarials.
Màster en Gestió Esportiva.
Habilitat com a tècnic Nivell 2.
Ex-entrenador de tennistes professionals.
- **Dr. Ernest Baiget**
Doctor en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.
Professor titular de la UVIC-UCC
Coordinador Assignatura Tennis a INEFC Barcelona.
Preparador Físic de jugadors de competició.
- **Sr. Marc Casabó**
Entrenador de Carla Suarez (2007-2020).
Entrenador Laura Pous (2002-2012).
Entrenador Estrella Cabeza (2005-2010).
Habilitat per ECE com a tècnic d'alt nivell.
Diplomat en Fisioteràpia.
- **Sr. Gonzalo Lopez**
Ex jugador professional.
Entrenador de jugadors professionals
Director Pro Tennis Coaching Barcelona
Conferenciant i formador a RFET i ITF.
- **Sra. Elena Sosa**
Llicenciada en Psicologia
Màster en Psicologia de l'Alt Rendiment.
Màster Co-Active coach al Augere Coaching Institute
Psicòloga de la Residència Blume, equip nacional de Waterpolo i equip de Júnior LTA
- **Sra. Marina Bronchales**
Responsable de Tennis Adaptat i docent de la FCT
Tècnica esportiva en Tennis Nivell 2 (Entrenadora Nacional).

- **Sr. Daniel Llurba.**
Director de Comunicació i Màrqueting FCT
Diplomatura en Ciències Empresarials.
Llicenciatura en Publicitat i Màrqueting,
Màster en direcció de Màrqueting.
Postgrau en Direcció Financera i Fiscal d'entitats esportives.
- **Sr. Jordi Margó**
Cap d'àrbitres de la FCT
Jutge de cadira distintiu blanc de la ITF.
Jutge àrbitre distintiu blanc de la ITF.
- **Sr. Pere Torras**
Cap de l'àrea Jurídica de la FCT
Llicenciat en Dret.
Màster en Direcció Executiva i Recursos Humans.
Jutge Àrbitre Distinció plata per ITF
- **Sr. Toni Martinez**
Llicenciat en Ciències de l'Activitat física i l'Esport.
Màster en Osteopatia.
Màster en Alt Rendiment.
Màster en Rehabilitació i Prevenció de lesions.
- **Sr. Xavi Segura**
Encordador del equip espanyol de Copa Davis.
Fundador i CEO de XStringer.