

UVOD V TEČAJ ZA TRENERJE TENISA C

Cilji

- Poznate nosilce programov usposabljanja,
- Poznate delovne kompetence in aktivnosti,
- Poznate cilje in vsebino programa,
- Poznate izpitne obveznosti.

Nosilci in izvajalci usposabljanja

- TZS, Trenerska organizacija TZS,
- Fakulteta za šport, Inštitut za šport,
- Olimpijski komite Slovenije.

Cilji tečaja

Kandidat načrtuje, organizira, izvaja in spremlja proces športne vadbe v športni panogi tenis v vseh njenih pojavnih oblikah.

Kompetence trenerja tenisa B

Kandidat pridobi znanja, spretnosti, veščine in odgovornosti za načrtovanje, organiziranje, izvajanje in spremljanje procesa športne vadbe v vseh pojavnih oblikah športne panoge tenis, s ciljem doseganja tekmovalnega dosežka, ohranjanja zdravja, dobrega počutja in vitalnosti, druženja oziroma zabave.

Kompetence trenerja tenisa B

Kandidat je sposoben poiskati in izvesti strateško kreativno rešitev za konkretne praktične probleme na posameznem področju treniranja; ob upoštevanju metod in orodij primernih za to področje. Strokovni delavec kaže sposobnost prenosa teoretičnih in praktičnih znanj pri reševanju problemov ter uspešno argumentira in zagovarja izbrane rešitve.

Aktivnosti trenerja 1

Strokovni delavec je sposoben:

- Izvajati učne in trenažne veščine,
- Upoštevati temeljne tehnične principe, učne metode in postopke, ustrezne rekvizite,
- Upoštevati taktične strategije, tehnične principe,
- Uporabljati komunikacijske tehnike,

Aktivnosti trenerja 2

Strokovni delavec je sposoben:

- Določati obremenitve in vsebine, ki so prilagojene sposobnostim, veščinam, izkušnjam, starosti in ciljem teniških igralcev,
- Svoje aktivnosti dokumentirati na način, da lahko spremlja učinke športne vadbe.

Podatki o tečaju

- Obseg tečaja: 120 ur
- Obseg obveznih vsebin: 20 ur
- Obseg posebnih vsebin: 100 ur
- Število dni tečaja: 20
- Minimalno število prijavljenih kandidatov: 15
- Maksimalno število prijavljenih kandidatov: 25

Vsebine

- Splošne vsebine,
- Osnove športnega treniranja,
- Preventiva športnih poškodb in pretreniranosti,
- Organizaicja in upravljanje,
- Komunikacija,
- Prehrana,
- Pravila tenisa,
- Šport in etika,
- Taktika tenisa,
- Biomehanika in tehnika tenisa,
- Treniranje tenisa,
- Psihološko treniranje,
- Spremljanje učinkov teniškega treninga.

Urnik

DAN	DATUM	TERMIN	URE	PREDMET	PREDAVATELJ	vrsta vsebine	izvedba
	19.11.2020			Odmor			
	19.11.2020	17.15-19.15	2	Preventiva športnih poškodb in pretreniranosti	Vedran Hadžič	obvezne vsebine	on-line
2	20.11.2020	16.00-17.00	1	Preventiva športnih poškodb in pretreniranosti	Vedran Hadžič	obvezne vsebine	on-line
	20.11.2020			Odmor			
	20.11.2020	17.15.-19.15	2	Preventiva športnih poškodb in pretreniranosti	Vedran Hadžič	obvezne vsebine	on-line
3	21/ 11/ 20	08.00-10.00	2	Osnove športnega treniranja	Aleš Filipčič	obvezne vsebine	on-line
	21.11.2020			Odmor			
	21.11.2020	10.30-12.30	2	Osnove športnega treniranja	Aleš Filipčič	obvezne vsebine	on-line
	21.11.2020			Odmor			
	21.11.2020	13.00-15.00	2	Osnove športnega treniranja	Aleš Filipčič	obvezne vsebine	on-line
4	26.11.2020	16.00-18.00	2	Osnove športnega treniranja	Aleš Filipčič	obvezne vsebine	on-line

Študijska literatura

- Izročki predavanj,
- ITF Teniški priročnik za trenerje,
- ITF Razvoj teniške tehnike,
- Gradiva, ki bodo razdeljena na tečaju.

Vloga vodje tečaja

- Podaja informacije, posluša, preverja ideje...
- Vzpodbuja kandidate k izmenjavi znanj in izkušenj
- Izziva kandidate, da analizirajo svoje delo
- Ustvarja prijetno in delovno vzdušje.

Kaj pričakujemo od kandidatov?

- Motivacijo za učenje
- Aktivno vključitev v izpeljavo tečaja
- Ustrezne komunikacijske sposobnosti
- Poznavanje tenisa, osnov tehnike, taktike...
- Ustrezna raven igralskih sposobnosti
- Točnost.

Izpitne obveznosti

Pogoj za pristop izpitu je vsaj 80% prisotnost na obveznih in posebnih vsebinah.

Praktični izpit, ki je sestavljen iz:

- teniškega treninga (taktično-tehničen, psihološki).

Izpolniti delovne zvezke,

Prikazati ustrezne osebnostne značilnosti,

Teoretični izpit iz obveznih in posebnih vsebin.

Kandidat lahko posamezni izpit opravlja največ trikrat.

Strokovni naziv

STROKOVNI DELAVEC 2,
ŠPORTNO TRENIRANJE – TENIS,
TRENER TENISA B (interni naziv).

Program ličenčnih seminarjev

Program licenčnega izobraževanja trenerjev tenisa,

- Obseg: 10 - 40 ur
- Pogoji: članstvo v Trenerski organizaciji TZS,
- Pridobitev letne licence,
- Prireditve: seminarji s tujimi predavatelji, Trenerska konferenca, obnovitveni seminarji.

Vprašanja?