

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 - http://www.teniska-zveza.si/trenerji/internetna_stran/
- Fakulteta za šport, Inštitut za šport - <https://www.fsp.uni-lj.si>
- Olimpijski komite Slovenije - <https://usposabljanje.olympic.si>

Cilji tečaja

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

Kompetence trenerja tenisa C

Kandidat pridobi znanja, spretnosti, veščine in odgovornosti za 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 C

Kandidat načrtuje, organizira, izvaja in spremlja trening ter je sposoben izvajati temeljne učne in trenažne veščine na čim bolj enostaven način, tako da upošteva temeljne tehnične principe, učne metode in postopke, taktične strategije ob uporabi ustreznih učnih pripomočkov, rekvizitov, komunikacijskih in vadbenih oblik.

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: 22 ur
- Obseg posebnih vsebin: 98 ur
- Število dni tečaja: 20
- Minimalno število prijavljenih kandidatov: 15
- Maksimalno število prijavljenih kandidatov: 25

Vsebine

- Splošne vsebine,
- Osnove gibanja,
- Osnove športne vadbe,
- Osnove medicine športa,
- Psihosocialne osnove športa,
- Odgovornost in zakonodaja v športu,
- Komunikacija,
- Poučevanje tenisa,
- Organizacija treninga,
- Taktika tenisa,
- Tehnika tenisa,
- Treniranje tenisa,
- Psihološki trening,
- Kondicijski trening.

Urnik



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI SKLAD
SOCIJALNI SKLAD
NAUČIŠA V VAŠO PRIHODNOST

URNIK ŠPORTNO TRENIRANJE - TENIS - 1. STOPNJA

DAN	DATUM	TERMIN	URE	PREDMET	PREDAVATELJ	DEMONSTRATOR	VRSTA VSEBINE	VRSTA PROSTORA	
1	5.03.2020	14.00-15.00	1	Splošne vsebine	Aleš Filipčič		posebne vsebine	Predavalnica	
		15.00-17.00	2	Osnove gibanja	Aleš Filipčič		obvezne vsebine	Predavalnica	
				Odmor					
		17.30-19.30	2	Osnove gibanja	Aleš Filipčič		obvezne vsebine	Predavalnica	
				Odmor					
		20.00-21.00	1	Osnove gibanja	Aleš Filipčič		obvezne vsebine	Predavalnica	
2	6.03.2020	08.30-10.30	2	Komunikacija	Aleš Filipčič		posebne vsebine	Predavalnica	
				Odmor					
		11.00-12.00	1	Komunikacija	Aleš Filipčič	Tomaž Berendijaš, Aleš Germič	posebne vsebine	Igrišče (3)	
		12.00-13.00	1	Komunikacija	Aleš Filipčič		posebne vsebine	Predavalnica	
				Odmor					
		13.30-15.30	2	Komunikacija	Aleš Filipčič		posebne vsebine	Predavalnica	
		08.30-09.30	1	Komunikacija	Aleš Filipčič		posebne vsebine	Predavalnica	
		09.30-11.30	2	Osnove športne vadbe	Aleš Filipčič		obvezne vsebine	Predavalnica	

Študijska literatura

- Izročki predavanj,
- ITF Teniški priročnik za trenerje,
- ITF Razvoj teniške tehnike,
- Gradiva, ki bodo razdeljena na tečaju
- Študijska gradiva lahko najdete na:
<https://www.aftennis.si>
- Video gradiva: YT Ales Filipcic

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.

Naloge kandidatov (predavanja na daljavo)

1. Vpišete se v „chat“ na začetku in koncu vsakega dne
2. Odgovorite na zastavljena vprašanja v času posameznega predavanja („chat“)
3. Zastavite vsaj eno vprašanje na koncu vsakega predavanja (“chat”).

Izpitne obveznosti

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

Praktični izpit, ki je sestavljen iz:

- teniškega treninga (poučevanje, taktično-tehničen),
- demonstracije udarcev.

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 1,
ŠPORTNO TRENIRANJE – TENIS,
TRENER TENISA C (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
- V letu, ko obiskujete tečaj ne potrebujete licence.

Vprašanja?