

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 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.

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.

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
NAUČERA 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	
		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.

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

Praktični izpit, ki je sestavljen iz:

- teniškega treninga,
- 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.

Vprašanja?