

# Curso Universitario

## Técnica de Realización de los Golpes de Tenis

Avalado por la NBA





## Curso Universitario Técnica de Realización de los Golpes de Tenis

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/tecnica-realizacion-golpes-tenis](http://www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/tecnica-realizacion-golpes-tenis)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 16*

05

Metodología

---

*pág. 20*

06

Titulación

---

*pág. 28*

# 01

# Presentación

Uno de los aspectos en los que más insisten los entrenadores a los tenistas es en la técnica, hasta el punto de que les solicitan sobreponerla al resto de elementos. No en vano, una adecuada técnica permite marcar la diferencia en un partido, además de reducir el riesgo de lesiones. Por ello, el profesional deportivo tiene una ocasión única de actualización en esta materia con este título. A través de él, se abordará desde un punto de vista científico la técnica más eficiente para la realización de cada uno de los golpes en el Tenis, tanto los básicos como los especiales. Del mismo modo, se abordarán los diferentes tipos de efectos. Todo ello a través de un cómodo formato online.





“

*Actualízate en la técnica del Tenis para que tus jugadores sean capaces de realizar golpes que marquen la diferencia en un partido”*

Una técnica sólida es esencial para producir golpes consistentes y precisos, lo que permite al jugador mantener el control del partido y ganar puntos. La técnica también influye en la potencia y la efectividad del golpe, lo que es crucial para superar a un oponente experimentado. Además, es bien sabido que a su vez juega un papel determinante en la prevención de lesiones, ya que una técnica debidamente desarrollada minimiza el impacto en las articulaciones, frenando problemas a largo plazo.

Dado que es un elemento decisivo en el Tenis, los profesionales deportivos tienen la oportunidad de especializarse en este ámbito con todas las garantías de la mano de este programa de TECH. Así, perfeccionarán su entrenamiento a los tenistas de cara a la ejecución de golpes con mejor calidad que alcancen el mayor nivel posible de eficiencia técnica.

De este modo, a lo largo del Curso Universitario el alumnado recorrerá los aspectos generales y específicos de la técnica en el Tenis, analizando el ciclo del golpe y el factor del talento. Además, se examinará en detalle el uso de las empuñaduras, determinando qué tipos son los más adecuados y cómo emplearlas en distintas situaciones de juego. Pero, por supuesto, la titulación se centrará en la realización de golpes clave como el revés o la devolución, aparte de otros especiales como la dejada.

Sin lugar a duda, se trata de una especialización de alto valor que llevará al siguiente nivel la carrera del egresado como entrenador de Tenis. De hecho, tiene la ocasión de disfrutar de esta experiencia académica gestionando los plazos de su propio aprendizaje, siendo perfectamente compatible con sus obligaciones diarias.

Este **Curso Universitario en Técnica de Realización de los Golpes de Tenis** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ CEI desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en técnica del Tenis
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información deportiva y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Enseña a tus jugadores a lograr el mayor nivel de eficiencia técnica en sus golpes en solo 180 horas”*

“

*Obtén la especialización de alto nivel que buscas para que el tenista ejecute los golpes especiales con una técnica referente”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Aconseja a tus jugadores en los usos más adecuado de las empuñaduras según las situaciones de juego.*

*Gracias a este Curso Universitario, enseñarás las mejores técnicas del movimiento de piernas preparando el golpe del revés.*



# 02 Objetivos

Este Curso Universitario cubre una de las principales preocupaciones de los entrenadores respecto a sus jugadores. Por este motivo, los objetivos de la titulación se centran en dotar al profesional deportivo de las herramientas teórico-prácticas clave que le permitan trasladar al tenista los mejores consejos, ejercicios y pautas para pulir su técnica con garantías. De hecho, el programa posee un enfoque global precisamente para que el entrenador sea capaz de afrontar cualquier escenario relacionado con esta materia.





“

*¿El objetivo de TECH? Convertirte en el perfil de entrenador actualizado que requieren hoy en día los tenistas para perfeccionar su técnica”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Distinguir en las etapas que existen en la formación del tenista y saber cómo trabajar en cada una de ellas
- ♦ Conocer la normativa del tenis y saber cómo aplicarla
- ♦ Comprender la figura del entrenador de tenis desde un punto de vista ético y moral, y entender el papel crucial que juega el aspecto mental en los jugadores de tenis
- ♦ Profundizar en la preparación física necesaria que debe llevar un tenista y en la prevención de lesiones
- ♦ Concienciar de la importancia de la tecnología en el tenis actual y analizar la evolución de la misma





## Objetivos específicos

---

- Saber qué es la técnica, para qué se utiliza, y cómo lograrla de manera eficiente
- Conocer los golpes básicos del tenis y cómo realizarlos correctamente desde un punto de vista técnico
- Ahondar los golpes especiales del tenis, y saber cómo realizarlos correctamente desde un punto de vista técnico
- Aprender los distintos efectos que existen en el juego del tenis



*Consigue los objetivos del  
Curso Universitario para dominar  
los distintos efectos que existen  
a la hora de ejecutar un golpe*

# 03

## Dirección del curso

A la hora de confeccionar el cuadro docente de sus titulaciones, TECH presta especial atención al perfil de los candidatos, procurando que su bagaje profesional se ajuste a las necesidades del alumnado. Lo cierto es que en este programa esta apuesta ha llegado a un nuevo nivel gracias a un potentísimo profesorado que se postula como toda una referencia en este campo. En este caso, se encuentra conformado por expertos que han sobresalido como entrenadores de Tenis y que además han trabajado en las más ilustres academias profesionales tenísticas a nivel internacional. Han aplicado, de hecho, técnicas innovadoras de entrenamiento que les han convertido en figuras codiciadas por parte de clubes y federaciones.



“

*Déjate guiar por entrenadores altamente codiciados en el panorama tenístico internacional a través de sus innovadores contenidos”*

## Dirección



### D. Ramos Camacho, Alejandro

- ♦ Entrenador de Tenis en la Rafa Nadal Academy
- ♦ Entrenador en la Academia de Tenis JMO
- ♦ Entrenador en el Club de Tenis Valle de Aridane
- ♦ Graduado en Magisterio de Educación Primaria
- ♦ Monitor Nacional por la Real Federación Española de Fútbol
- ♦ RPT Nivel 2

## Profesores

### D. Esguevillas, Alberto

- ♦ Director del Club Deportivo Vegasport Arroyo
- ♦ Director del A Esguevillas Tennis Academy
- ♦ Director de la Fundación Excelentia Valladolid
- ♦ Máster en Desarrollo, Rendimiento e Innovación en el Tenis por la Universidad Isabel I
- ♦ Máster en Dirección de Organizaciones e Instalaciones Deportivas por la Universidad Politécnica de Madrid
- ♦ Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Europea Miguel de Cervantes



# 04

## Estructura y contenido

El temario del Curso Universitario incluye todos los elementos de interés en aras de perfeccionar la técnica de los jugadores de Tenis, siempre en línea con los últimos avances en este campo. Asimismo, este plan de estudios emplea el *Relearning* como sustrato metodológico, lo que garantizará la interiorización de los conceptos por parte de los alumnos en base a su reiteración en recursos sumamente dinámicos. Algunos de ellos son el análisis de casos, vídeos, resúmenes interactivos o ejercicios autoevaluativos.





“

*Actualízate con total comodidad consultando los variados recursos sobre la técnica en el Tenis con tu Tablet u ordenador”*

## Módulo 1. Técnica de realización de los golpes de tenis

- 1.1. La técnica, aspectos generales y específicos
  - 1.1.1. Qué es la técnica y la importancia de una correcta realización de los golpes de tenis
  - 1.1.2. Beneficios de la correcta técnica
  - 1.1.3. El ciclo del golpe, aspectos generales
  - 1.1.4. El talento
- 1.2. Evolución y empleo moderno de la técnica
  - 1.2.1. Visión tradicional de la técnica
  - 1.2.2. Evolución de la técnica a lo largo de la historia del tenis
  - 1.2.3. El empleo actual de la técnica. Visión moderna
  - 1.2.4. Mejora de la técnica en base a entrenamiento
- 1.3. Empuñadoras, uso, explicación e identificación
  - 1.3.1. Tipos de empuñaduras y explicación
  - 1.3.2. Cómo identificar diferentes empuñaduras y corrección de las mismas
  - 1.3.3. Uso de las empuñaduras en las diferentes situaciones del juego
  - 1.3.4. Las empuñaduras en el servicio
- 1.4. Producción de los golpes con efecto, uso y explicación y variabilidad
  - 1.4.1. Diferentes efectos en el saque, cómo ejecutarlos y su uso
  - 1.4.2. Velocidad y efecto
  - 1.4.3. Efecto liftado en los golpes de fondo y su uso
  - 1.4.4. Efecto cortado o slice en diferentes situaciones de juego, como ejecutarlo y su uso
  - 1.4.5. Efecto plano, cómo ejecutarlo y su uso en las diferentes situaciones de juego
- 1.5. Técnica del servicio y de la devolución
  - 1.5.1. Posición antes del servicio y empuñadura
  - 1.5.2. Lanzamiento de la pelota y recomendaciones
  - 1.5.3. Preparación, primer movimiento de la raqueta y carga en el hombro
  - 1.5.4. Uso de las piernas en el servicio
  - 1.5.5. Uso de la parte alta del cuerpo y rotaciones
  - 1.5.6. Punto de impacto y terminación





- 1.6. La devolución
  - 1.6.1. Empuñadura para la devolución
  - 1.6.2. Posición de espera en la devolución
  - 1.6.3. Tipos de devolución
  - 1.6.4. Aspectos técnicos a la hora de realizar el resto (derecha y revés)
- 1.7. Técnica del golpe de derecha
  - 1.7.1. Empuñaduras de derecha y preparación
  - 1.7.2. Movimiento de las piernas en la preparación del golpe de derecha
  - 1.7.3. Rotación y movimiento de la raqueta hacia detrás
  - 1.7.4. Rotación de caderas y hombros y avance de la raqueta hasta el impacto
  - 1.7.5. Impacto y terminación del golpe de derecha
- 1.8. Técnica del golpe de revés
  - 1.8.1. Empuñaduras y preparación en revés a una mano y revés a dos manos
  - 1.8.2. Movimiento de las piernas en la preparación del golpe de revés
  - 1.8.3. Rotación y movimiento de la raqueta hacia detrás
  - 1.8.4. Rotación de caderas y hombros y avance de la raqueta hasta el impacto
  - 1.8.5. Impacto y terminación dependiendo de si es revés a una mano o a dos manos
- 1.9. Técnica de los golpes en la red
  - 1.9.1. Empuñadura y posición de espera
  - 1.9.2. Movimiento de las piernas previo al golpeo en volea de derecha y de revés
  - 1.9.3. Rotación de los hombros en la preparación
  - 1.9.4. Impacto y movimiento del tren inferior a la hora de ir hacia la pelota
  - 1.9.5. Remate, preparación, impacto y terminación
- 1.10. Golpes especiales y su técnica
  - 1.10.1. La dejada y contra-dejada
  - 1.10.2. El globo
  - 1.10.3. El passing-shot
  - 1.10.4. Otros golpes especiales

05

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning.**

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”*



*Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.*



*El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.*

## Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“

*Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.*

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.



En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





#### Case studies

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



06

# Titulación

El Curso Universitario en Técnica de Realización de los Golpes de Tenis garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Global University.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Curso Universitario en Técnica de Realización de los Golpes de Tenis** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

**TECH Global University**, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Curso Universitario en Técnica de Realización de los Golpes de Tenis**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





**Curso Universitario**  
Técnica de Realización  
de los Golpes de Tenis

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Curso Universitario

## Técnica de Realización de los Golpes de Tenis

Avalado por la NBA

