

# Programa Avançado

## Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis

Reconhecido pela NBA





## Programa Avançado

### Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/programa-avancado/programa-avancado-coaching-psicologia-esporte-aplicada-tenis](http://www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/programa-avancado/programa-avancado-coaching-psicologia-esporte-aplicada-tenis)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 16*

05

Metodologia

---

*pág. 22*

06

Certificado

---

*pág. 30*

# 01

# Apresentação

Lidar com a pressão, o estresse e a ansiedade da preparação para torneios como Roland Garros ou o *US Open* é uma tarefa complexa para os jogadores de tênis. Portanto, esses profissionais se cercam de treinadores que não apenas cuidam de sua preparação física, mas também gerenciam adequadamente suas situações mentais para alcançar o sucesso da melhor maneira possível. Assim, a TECH criou essa formação, que fornecerá aos alunos o melhor conhecimento em *coaching* e psicologia esportiva para preparar atletas de alto nível. Por meio dele, você adotará as mais recentes técnicas de treinamento mental para jogadores de tênis ou dominará os exercícios que lhe permitirão controlar suas emoções na quadra. Tudo isso, 100% online e sem precisar se deslocar até um centro de estudos.







“

*Identifique, com essa certificação, as técnicas mais sofisticadas para ajudar o tenista a controlar as emoções e os pensamentos durante a partida e, conseqüentemente, a atingir seus objetivos profissionais”*

Jogadores de tênis como Roger Federer, Rafael Nadal ou Novak Djokovic tiveram que enfrentar, ao longo de suas carreiras, partidas intermináveis que duraram até 6 horas para ganhar títulos como Roland Garros ou o Australian Open. Nessas partidas, em que a tensão psicológica foi altamente exaustiva, eles conseguiram tomar as decisões certas porque possuem ferramentas eficazes para administrar suas emoções na quadra. Como os técnicos desempenham um papel crucial no gerenciamento dos sentimentos dos atletas, eles precisam de um alto nível de conhecimento nesse campo para orientá-los em direção a um bem-estar mental que lhes permita atingir suas metas.

Por esse motivo, a TECH elaborou este programa acadêmico, com o qual o aluno identificará os métodos mais avançados de *Coaching* e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis para aumentar suas oportunidades de formar profissionais de alto prestígio. Ao longo desse processo acadêmico, ele estabelecerá as estratégias psicológicas mais adequadas para ajudar o atleta a superar fases ruins de sua carreira ou lesões complexas. Além disso, você aprenderá técnicas para controlar emoções e pensamentos durante as partidas ou mecanismos para aumentar a autoconfiança.

Como esse curso é 100% online, o aluno terá uma excelente experiência de aprendizado sem precisar abrir mão de suas obrigações pessoais e acadêmicas. Você também terá acesso ao conteúdo didático em formatos de última geração, como o resumo interativo, o vídeo explicativo ou o teste de autoavaliação. Dessa forma, você terá uma educação totalmente resolvida e adaptada às suas preferências de estudo.

Este **Programa Avançado de Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Tênis profissional
- O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil fornece informações científicas e práticas sobre aquelas disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- Exercícios práticos onde o processo de auto-avaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- Destaque especial para as metodologias inovadoras
- Lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



*Esse Programa Avançado permitirá que você detecte as estratégias mais avançadas para ajudar, do ponto de vista mental, o tenista a superar suas lesões ou estágios negativos"*

“

*Por meio dessa certificação, você se aprofundará nos métodos mais modernos para gerar autoconfiança nos jogadores de tênis e ajudá-los a atingir suas metas competitivas”*

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.

*Estude este programa de qualquer lugar do mundo graças à oferta totalmente online disponível para você.*

*Amplie suas perspectivas de carreira para treinar os melhores jogadores de tênis do mundo inscrevendo-se nesse Programa Avançado.*



# 02

## Objetivos

A TECH elaborou essa qualificação com a intenção de oferecer ao aluno o conhecimento mais atualizado e útil em termos de Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis. Dessa forma, ele detectará as fórmulas mais eficientes para o treinamento mental do atleta ou se aprofundará no planejamento do treinamento adaptado às particularidades psicológicas do tenista. Esse aprendizado será garantido por meio do monitoramento desses objetivos gerais e específicos.







“

*Aumente suas chances de trabalhar com tenistas do ranking da ATP graças a essa qualificação que a TECH lhe oferece”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Distinguir as etapas existentes na formação do tenista e conhecer os métodos de trabalho em cada uma delas
- ♦ Conhecer as regras do tênis e saber como aplicá-las
- ♦ Compreender o papel do técnico de tênis sob um ponto de vista ético e moral, destacando a função crucial que o aspecto mental desempenha nos jogadores de tênis
- ♦ Analisar a preparação física necessária de um jogador de tênis e a prevenção de lesões
- ♦ Promover a conscientização sobre a importância da tecnologia no tênis atual e analisar sua evolução

“

*Cresça profissionalmente no mundo do tênis assimilando conhecimentos sobre coaching e psicologia esportiva que enriquecerão seu trabalho como coach”*







## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Ética do Técnico e Psicologia no Tênis

- ♦ Fornecer as ferramentas necessárias para que o aluno transforme-se em um líder positivo
- ♦ Apresentar noções básicas de psicologia e compreender sua importância no trabalho com jogadores de tênis
- ♦ Assimilar diferentes fórmulas para o treinamento mental
- ♦ Compreender os hemisférios do cérebro, sua importância e aplicabilidade no tênis

### Módulo 2. Formação nas Diferentes Etapas, Treinamento, Planejamento e Periodização

- ♦ Conhecer as diferentes etapas que compõem a formação no tênis
- ♦ Aprender como trabalhar em cada uma das diferentes etapas
- ♦ Diferenciar o tipo de bola utilizada em cada etapa
- ♦ Conhecer as medidas das quadras de tênis em cada etapa
- ♦ Ter conhecimento básico de diferentes sistemas de treinamento: *hand feeding*, *racquet feeding*, *coach volley*

### Módulo 3. Padrão de Jogo, Táticas e Estratégias

- ♦ Compreender o conceito de padrão de jogo, táticas e estratégias e diferenciá-los
- ♦ Conhecer as situações de jogo existentes
- ♦ De forma tática, compreender a forma correta de jogar, dependendo da posição na quadra e da bola recebida
- ♦ Analisar de forma detalhada as táticas no jogo de duplas
- ♦ Identificar o conceito de olho dominante e sua importância

# 03

## Direção do curso

Com a ideia em mente de criar programas acadêmicos do mais alto nível, a TECH selecionou os principais treinadores e instrutores de tênis para serem responsáveis por dirigir e ensinar essa qualificação. Além disso, os recursos didáticos disponíveis para o aluno ao longo deste Programa Avançado foram desenvolvidos especificamente por esses especialistas. Portanto, o conteúdo que esses professores fornecerão a você será totalmente aplicável à sua experiência de trabalho.







“

*Essa equipe de professores é formada por treinadores e instrutores de tênis ativos de alto nível, que lhe fornecerão os conhecimentos mais atualizados em treinamento e psicologia esportiva"*

## Direção



### Sr. Alejandro Ramos Camacho

- Técnico de tênis na Rafa Nadal *Academy*
- Técnico na Academia de Tênis JMO
- Técnico no Clube de Tênis Valle de Aridane
- Graduado em Ensino Fundamental
- Monitor Nacional pela Real Federação Espanhola
- RPT Nível 2

## Professores

### Sr. Federico Goldie Barrios

- ♦ Técnico de tênis na Rafa Nadal *Academy*
- ♦ Técnico da Associação Uruguaia de Tênis
- ♦ Técnico de tênis no Clube Bigua
- ♦ Professor de aulas em grupo e individuais de tênis
- ♦ ITF *Play Tennis* AUT/1TF
- ♦ ITF Nível I
- ♦ ITF Psicologia aplicada ao tênis



# 04

## Estrutura e conteúdo

O programa de estudos dessa qualificação é composto de 1 módulo por meio do qual o aluno assimilará os conhecimentos mais avançados sobre Coaching e Psicologia Esportiva Aplicada ao Tênis. Os materiais didáticos de que você desfrutará durante a duração desta Programa Avançado estão disponíveis em formatos como vídeos explicativos, testes de autoavaliação ou leituras complementares. Como resultado disso e por meio de uma metodologia 100% online, o profissional do esporte terá uma experiência de aprendizado totalmente agradável e individualizada.





“

*O Programa Avançado possui um currículo elaborado por treinadores e instrutores de tênis de alto nível para fornecer os conhecimentos mais avançados em coaching e psicologia aplicados a essa disciplina”*

## Módulo 1. Ética do Técnico e Psicologia no Tênis

- 1.1. Código ético de um técnico de tênis
  - 1.1.1. Introdução e definição do código ético
  - 1.1.2. Obrigações e requisitos do técnico de tênis
  - 1.1.3. Lealdade e corrupção
  - 1.1.4. Integridade na competição
  - 1.1.5. Oferta e candidatura
  - 1.1.6. Regulamentos e processos disciplinares
- 1.2. O treinador de tênis e sua função
  - 1.2.1. Quem é o técnico de tênis e o que é treinar tênis
  - 1.2.2. Identidade do técnico
  - 1.2.3. Objetivos do técnico
  - 1.2.4. O papel do técnico e sua filosofia
- 1.3. Importância da Psicologia no tênis
  - 1.3.1. A Psicologia no esporte e suas principais características
  - 1.3.2. O papel da Psicologia no tênis
  - 1.3.3. Benefícios do tênis em nível psicológico
  - 1.3.4. Outros aspectos psicológicos do tênis
- 1.4. Concentração e controle das emoções e pensamentos
  - 1.4.1. O que entendemos por concentração
  - 1.4.2. Fatores que influenciam a concentração, problemas de concentração no tênis e como trabalhá-los
  - 1.4.3. Fatores que influenciam as emoções no tênis e diretrizes para melhorá-las
  - 1.4.4. Os pensamentos e sua relação com a confiança e autoestima, entre outros fatores
- 1.5. O que é treinamento mental e qual sua utilidade
  - 1.5.1. Definição de treinamento mental
  - 1.5.2. Benefícios do treinamento mental e uso da Psicologia no jogador de tênis
  - 1.5.3. Aspectos preliminares a serem considerados ao realizar o treinamento mental
  - 1.5.4. Estabelecimento de metas psicológicas para o tenista
- 1.6. Técnicas de treinamento mental de um tenista. Parte I
  - 1.6.1. Técnicas de controle da concentração
  - 1.6.2. Treinamento cognitivo e controle da atenção
  - 1.6.3. Autodiscurso
  - 1.6.4. Visualização
  - 1.6.5. Rotinas
- 1.7. Técnicas de treinamento mental de um tenista. Parte II
  - 1.7.1. O programa de treinamento mental
  - 1.7.2. Como organizar o treinamento psicológico do tenista
  - 1.7.3. Etapas do programa de treinamento mental do tenista
  - 1.7.4. Profissionais do treinamento mental
- 1.8. A competição e a parte mental do tenista
  - 1.8.1. Fases pelas quais um jogador de tênis passa ao longo de sua carreira em nível psicológico
  - 1.8.2. *O momentum*
  - 1.8.3. Psicologia e sua importância ao enfrentar períodos difíceis
  - 1.8.4. Psicologia e sua importância ao lidar com lesões
- 1.9. Exercícios práticos para trabalhar o aspecto mental no jogo de tênis
  - 1.9.1. Psicologia e situações de jogo
  - 1.9.2. O aspecto mental no serviço e na devolução
  - 1.9.3. O aspecto mental no jogo de fundo
  - 1.9.4. O aspecto mental no jogo de rede
  - 1.9.5. O aspecto mental em diferentes situações de partida
- 1.10. Os pais e o tênis. Aspectos psicológicos
  - 1.10.1. A relação técnico-pai-jogador
  - 1.10.2. Funções do pai do jogador de tênis e sua visão positiva
  - 1.10.3. Erros do pai-técnico
  - 1.10.4. Dicas para os pais de jogadores de tênis

## Módulo 2. Formação nas Diferentes Etapas, Treinamento, Planejamento e Periodização

- 2.1. Aspectos gerais do tênis na base e sua importância
  - 2.1.1. Introdução à base do tênis
  - 2.1.2. Evolução do treinamento de tênis em nível de base
  - 2.1.3. Conceitualização e definição do tênis por etapas
  - 2.1.4. Objetivos gerais do impulso do trabalho do tênis por etapas
- 2.2. Objetivos gerais e específicos do tênis na formação
  - 2.2.1. Características do tênis por etapas
  - 2.2.2. Objetivos gerais do tênis na formação
  - 2.2.3. Fatores que influenciam a iniciação no tênis
  - 2.2.4. Objetivos específicos de cada um dos estágios existentes na formação
- 2.3. Etapas da formação no tênis e como trabalhar em cada etapa
  - 2.3.1. Etapa vermelha, definição e características
  - 2.3.2. Etapa amarela, definição e características
  - 2.3.3. Etapa verde, definição e características
  - 2.3.4. Eficácia do técnico em diferentes etapas
- 2.4. Etapas posteriores à formação, conceito e objetivos
  - 2.4.1. Etapa pré-competição, características gerais
  - 2.4.2. Introdução à etapa de competição, características gerais e objetivos
  - 2.4.3. Etapas de alto desempenho
  - 2.4.4. Etapa profissional
- 2.5. Conceito de treinamento, metodologia e sua evolução
  - 2.5.1. Conceito de treinamento e evolução ao longo da história
  - 2.5.2. Sistema de treinamento moderno, em que consiste
  - 2.5.3. O que é a metodologia
  - 2.5.4. Objetivos da metodologia
- 2.6. Sistemas de treinamento no tênis
  - 2.6.1. Tipos de treinamento de tênis de acordo com a carga de trabalho, frequência, volume e intensidade
  - 2.6.2. Treinamentos contínuos e intervalados e suas principais características
  - 2.6.3. Sistemas específicos de treinamento (drills, rallies, pontos, etc.) e o que cada um deles envolve
  - 2.6.4. O que envolvem os exercícios durante o treinamento de tênis, o procedimento a ser seguido e seus componentes
  - 2.6.5. A variabilidade no treinamento de tênis
  - 2.6.6. Treinamento individualizado e treinamento em grupo, princípios teóricos e práticos
- 2.7. A sessão de treinamento do ponto de vista teórico e prático
  - 2.7.1. Partes da sessão de tênis e o que cada uma delas envolve
  - 2.7.2. Elaboração da sessão de treinamento com base nos objetivos
  - 2.7.3. Como elaborar uma sessão de treinamento
  - 2.7.4. Exemplos teórico-práticos da elaboração da sessão de treinamento
- 2.8. Conceito de planejamento, suas fases e modelos
  - 2.8.1. O que é planejar e quais objetivos são perseguidos ao fazê-lo
  - 2.8.2. Elementos a serem considerados ao planejar e estabelecer objetivos: instalações, recursos, características do jogador, competições, etc
  - 2.8.3. Dicas a serem seguidas ao realizar o planejamento
  - 2.8.4. Fases do planejamento e como elaborá-las
  - 2.8.5. Modelos atuais de planejamento
- 2.9. O que é periodização, conceitos gerais e específicos
  - 2.9.1. Conceito de periodização e características do tênis relacionadas à periodização
  - 2.9.2. Diferenças entre periodização e planejamento
  - 2.9.3. Quais benefícios a periodização traz para o treinamento e para o jogador de tênis
  - 2.9.4. Características da periodização
- 2.10. Fases anuais de tenistas na formação e competição
  - 2.10.1. A vida de um tenista
  - 2.10.2. A fase diária
  - 2.10.3. Os microciclos
  - 2.10.4. Os mesociclos

### Módulo 3. Padrão de Jogo, Táticas e Estratégias

- 3.1. Conceitos gerais e diferenciação
  - 3.1.1. Conceitos gerais de padrão de jogo
  - 3.1.2. Conceitos gerais de tática
  - 3.1.3. Conceitos gerais de estratégia
  - 3.1.4. Diferenciação entre padrão de jogo, tática e estratégia
- 3.2. Estratégias e visão positiva no jogo individual
  - 3.2.1. Definição de estratégia
  - 3.2.2. Estratégia no tênis
  - 3.2.3. Conceitos estratégicos a serem considerados ao planejar uma partida
  - 3.2.4. Estratégias mais utilizadas no tênis
- 3.3. O que é um padrão de jogo, classificação e identidade do jogador
  - 3.3.1. Definição de padrão de jogo
  - 3.3.2. Tipos de padrões ou estilos de jogo
  - 3.3.3. Identidade do jogador
  - 3.3.4. Perfil do adversário, como identificá-lo e como executar a tática e estratégia com base nele
- 3.4. Conceituação da tática e características gerais
  - 3.4.1. Definição de tática e sua importância
  - 3.4.2. Evolução da tática ao longo da história do tênis
  - 3.4.3. Princípios da tática
  - 3.4.4. Tática profissional
- 3.5. Situações de jogo, jogadas no tênis e seus tipos
  - 3.5.1. O que é uma situação de jogo
  - 3.5.2. Situações de jogo existentes
  - 3.5.3. Definição das jogadas no tênis
  - 3.5.4. Tipos de jogadas
- 3.6. Considerações táticas gerais e específicas no jogo de fundo
  - 3.6.1. Introdução ao jogo de fundo
  - 3.6.2. Zonas da quadra no jogo de fundo e como jogar a partir de cada uma delas
  - 3.6.3. Objetivos a partir de cada zona da quadra
  - 3.6.4. Dicas para jogar com uma tática adequada no jogo de fundo







- 3.7. Considerações táticas gerais e específicas no jogo de rede
  - 3.7.1. Introdução ao jogo de rede
  - 3.7.2. Os primeiros quatro golpes e a aproximação à rede
  - 3.7.3. Cobrir o *Passing - Shot*
  - 3.7.4. Onde jogar o voleio
- 3.8. Considerações táticas gerais e específicas do serviço e da devolução
  - 3.8.1. Aspectos táticos gerais do serviço
  - 3.8.2. Intenção tática com o serviço
  - 3.8.3. Zonas de serviço
  - 3.8.4. Aspectos táticos gerais da devolução
- 3.9. Tática e estratégia na modalidade de duplas
  - 3.9.1. O jogo de duplas e sua evolução tática
  - 3.9.2. Visão moderna da tática de duplas
  - 3.9.3. Situações de jogo em duplas
  - 3.9.4. Tipos de jogadas em duplas
- 3.10. Lateralidade, aspectos gerais e aplicação tática
  - 3.10.1. O que é a lateralidade, conceito e significado
  - 3.10.2. Lateralidade homogênea e heterogênea
  - 3.10.3. Importância no tênis e identificação do tipo de lateralidade
  - 3.10.4. Uso da tática com base na lateralidade própria e do adversário



*Obtenha uma excelente experiência de aprendizado ao fazer esse curso por meio de materiais didáticos disponíveis em uma ampla variedade de formatos textuais e multimídia"*

# 05 Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem.

A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning.**

Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a ***New England Journal of Medicine.***







“

*Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”*



## Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

O nosso programa oferece um método revolucionário de desenvolvimento de competências e conhecimentos. O nosso objetivo é reforçar as competências num contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

*Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo"*



*Terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, com ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa de estudos.*



*O estudante aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolução de situações complexas em ambientes empresariais reais.*

## Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este programa da TECH é um programa de ensino intensivo, criado de raiz, que propõe os desafios e decisões mais exigentes neste campo, tanto a nível nacional como internacional. Graças a esta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, dando um passo decisivo para o sucesso. O método do caso, a técnica que constitui a base deste conteúdo, assegura que a realidade económica, social e profissional mais atual é seguida.

**“** *O nosso programa prepara-o para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira”*

O método do caso tem sido o sistema de aprendizagem mais amplamente utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não só aprendessem o direito com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas, a fim de tomarem decisões informadas e valorizarem juízos sobre a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard.

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Esta é a questão que enfrentamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos da vida real. Terão de integrar todo o seu conhecimento, investigar, argumentar e defender as suas ideias e decisões.

## Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

*Em 2019, alcançámos os melhores resultados de aprendizagem de todas as universidades online do mundo.*

Na TECH aprende-se com uma metodologia de vanguarda concebida para formar os gestores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, chama-se Relearning.

A nossa universidade é a única universidade de língua espanhola licenciada para utilizar este método de sucesso. Em 2019, conseguimos melhorar os níveis globais de satisfação dos nossos estudantes (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos...) no que diz respeito aos indicadores da melhor universidade online do mundo.





No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica. Esta metodologia formou mais de 650.000 licenciados com sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como a bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, capacidades de gestão, ciência do desporto, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

*O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.*

A partir das últimas provas científicas no campo da neurociência, não só sabemos como organizar informação, ideias, imagens e memórias, mas sabemos que o lugar e o contexto em que aprendemos algo é fundamental para a nossa capacidade de o recordar e armazenar no hipocampo, para o reter na nossa memória a longo prazo.

Desta forma, e no que se chama Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto em que o participante desenvolve a sua prática profissional.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



#### Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



#### Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



#### Práticas de aptidões e competências

Realizarão atividades para desenvolver competências e aptidões específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e capacidades que um especialista necessita de desenvolver no quadro da globalização em que vivemos.



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





#### Case studies

Completarão uma seleção dos melhores estudos de casos escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e instruídos pelos melhores especialistas na cena internacional.



#### Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



#### Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.





06

# Certificado

O Programa Avançado de Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Programa Avançado de Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao título de **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Programa Avançado, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Programa Avançado de Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis**

N.º Horas Oficiais: **450h**

Reconhecido pela NBA



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



**Programa Avançado**  
Coaching e Psicologia do  
Esporte Aplicada ao Tênis

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online



# Programa Avançado

## Coaching e Psicologia do Esporte Aplicada ao Tênis

Reconhecido pela NBA

