

Master Privato

Tennis Professionistico

Approvato dall'NBA





tech università
tecnologica

Master Privato

Tennis Professionistico

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/scienze-motorie/master/master-tennis-professionistico

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Competenze

pag. 14

04

Direzione del corso

pag. 18

05

Struttura e contenuti

pag. 22

06

Metodologia

pag. 34

07

Titolo

pag. 42

01

Presentazione

Dietro le prestazioni agonistiche di star come Novak Djokovic, Rafael Nadal o Carlos Alcaraz ci sono allenatori eccellenti, responsabili di fornire loro gli strumenti chiave per il successo. Per raggiungere questo livello di gioco, i tennisti professionisti devono migliorare non solo gli aspetti tecnici e tattici, ma anche gli elementi psicologici e nutrizionali che permettono loro di raggiungere il successo. TECH ha creato questa qualifica, che fornirà agli studenti gli strumenti per perfezionare le loro conoscenze al fine di preparare tennisti di alto livello. Durante il corso, gli studenti apprenderanno in modo approfondito le strategie per pianificare il carico fisico dell'atleta o per adattare la sua dieta alla fase agonistica, il tutto da casa propria grazie al formato 100% online.



“

Grazie a questo Master Privato apprenderai le tecniche più aggiornate di pianificazione e periodizzazione dell'allenamento fisico della stagione per aiutare il tennista professionista a raggiungere i propri obiettivi agonistici”

Il mondo del tennis professionistico ha subito una notevole evoluzione tattica, tecnologica e fisica negli ultimi anni. Gli atleti hanno quindi bisogno di un allenamento che massimizzi le loro prestazioni in campo e che permetta loro di raggiungere tutti gli obiettivi agonistici. Sono stati sviluppati metodi all'avanguardia basati sull'uso dei *Big Data*, che consentono di analizzare le statistiche e i dati dell'atleta e di adattare la preparazione ad essi.

Queste innovazioni, insieme ad altre come l'uso dell'analisi video per individuare e perfezionare gli errori commessi o l'adozione di strategie nutrizionali aggiornate per prevenire gli infortuni, offrono eccellenti vantaggi ai tennisti per raggiungere il successo sportivo. Per questo motivo, gli allenatori che desiderano lavorare con gli atleti ATP e WTA sono obbligati a incorporare tutti questi progressi nella loro metodologia professionale.

Per questo motivo, TECH ha ideato questo programma, grazie al quale lo studente assimilerà le conoscenze più rilevanti e aggiornate nell'ambito del Tennis Professionistico per consentire la sua crescita sportiva. Durante questo periodo accademico, gli studenti approfondiranno la pianificazione e la periodizzazione dell'allenamento fisico durante la stagione per i giocatori professionisti, sulla base delle più recenti evidenze scientifiche. Individuerà inoltre i benefici dell'applicazione dell'analisi video per perfezionare il lavoro di tattica e tecnica, oltre ad acquisire le nozioni più all'avanguardia per sviluppare una dieta mirata a massimizzare le prestazioni dell'atleta.

Poiché questo Master Privato è impartito con una metodologia 100% online, gli studenti saranno in grado di sviluppare i propri programmi di studio per ottenere un insegnamento efficace. Allo stesso modo, avranno a disposizione risorse didattiche in un'ampia gamma di formati testuali e multimediali. In questo modo, si potrà ottenere un processo di apprendimento pienamente risolutivo e adattato ai propri compiti personali e professionali.

Questo **Master Privato in Tennis Professionistico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ Sviluppo di casi pratici presentati da esperti di tennis d'élite
- ◆ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ◆ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ◆ Enfasi speciale sulle metodologie innovative
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



Acquisisci, attraverso questo programma, le strategie più efficaci per utilizzare l'analisi video per migliorare lo sviluppo tattico e tecnico del tennista professionista"

“

Accedi a un programma di studi progettato da allenatori di tennis professionisti, che ti forniranno le conoscenze con la massima applicabilità alle tue esperienze sportive”

Amplia le tue competenze psicologiche per comprendere la mente dell'atleta di alto livello e adattare il tuo allenamento ad essa per ottimizzare i tuoi risultati.

Grazie ai materiali didattici in formato video o di sintesi interattiva che il Master Privato in Tennis Professionistico offre, apprendrai in modo risolutivo e divertente.

Il personale docente comprende professionisti del settore, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.



02

Obiettivi

Questo Master Privato è stato progettato con la premessa di fornire agli studenti le conoscenze più rilevanti e aggiornate nel mondo del tennis professionistico. Durante questa esperienza accademica, saranno in grado di individuare gli aspetti biomeccanici più avanzati per ottimizzare il colpo e i meccanismi tecnologici che contribuiscono a migliorare lo sviluppo dell'atleta durante il suo allenamento. Questo apprendimento sarà preservato dal raggiungimento dei seguenti obiettivi generali e specifici.





“

Aumenta notevolmente le tue conoscenze tecniche, psicologiche e nutrizionali per offrire la preparazione più completa ai tennisti più prestigiosi”



Obiettivi generali

- ◆ Distinguere le diverse fasi dell'allenamento tennistico e sapere come lavorare in ciascuna di esse
- ◆ Conoscere le regole del tennis e saperle applicare
- ◆ Comprendere la figura dell'allenatore di tennis da un punto di vista etico e morale, e capire il ruolo cruciale che l'aspetto mentale gioca nei tennisti
- ◆ Approfondire la preparazione fisica necessaria che un tennista deve avere e la prevenzione degli infortuni
- ◆ Sensibilizzare sull'importanza della tecnologia nel tennis di oggi e analizzarne l'evoluzione





Obiettivi specifici

Modulo 1. L'allenamento nelle diverse fasi, la pianificazione e la periodizzazione

- ◆ Conoscere le diverse fasi del tennis in allenamento
- ◆ Sapere come lavorare in ognuna delle diverse fasi
- ◆ Distinguere il tipo di palla utilizzato in ogni fase
- ◆ Conoscere le misure dei campi da tennis in ciascuna fase
- ◆ Avere una conoscenza di base dei diversi sistemi di allenamento:
Hand Feeding, Racquet Feeding, coach Volley, ecc

Modulo 2. Storia e regole

- ◆ Comprendere le regole che compongono il tennis singolo
- ◆ Comprendere le regole del tennis doppio
- ◆ Imparare il codice di condotta

Modulo 3. Tecnica dei colpi di tennis

- ◆ Sapere cos'è la tecnica, a cosa serve e come realizzarla in modo efficace
- ◆ Conoscere i colpi di base del tennis e come eseguirli correttamente da un punto di vista tecnico
- ◆ Conoscere i colpi speciali del tennis e sapere come eseguirli correttamente dal punto di vista tecnico
- ◆ Conoscere i diversi effetti che esistono nel gioco del tennis

Modulo 4. Biomeccanica e movimento

- ◆ Capire cos'è la biomeccanica
- ◆ Capire, attraverso esempi teorici e pratici, come funzionano i colpi a livello biomeccanico
- ◆ Analizzare l'efficienza di ogni colpo dal punto di vista biomeccanico
- ◆ Rendere lo studente consapevole dell'importanza del gioco di gambe
- ◆ Sapere come muoversi correttamente sul campo da tennis

Modulo 5. Schema di gioco, tattica e strategia

- ◆ Comprendere il concetto di schema di gioco, tattica e strategia e distinguerli
- ◆ Comprendere le situazioni di gioco esistenti
- ◆ Capire a livello tattico come giocare correttamente a seconda della posizione in campo e della palla in arrivo
- ◆ Approfondire la tattica nella modalità del doppio
- ◆ Identificare il concetto di occhio dominante e la sua importanza

Modulo 6. Etica del coaching e psicologia nel tennis

- ◆ Fornire gli strumenti necessari allo studente per diventare un leader positivo
- ◆ Introdurre le nozioni di base della psicologia e comprenderne l'importanza nel lavoro con i tennisti
- ◆ Assimilare diverse formule per l'allenamento mentale
- ◆ Comprendere gli emisferi del cervello, la loro importanza e applicabilità nel tennis

Modulo 7. Preparazione fisica e prevenzione degli infortuni

- ◆ Rendere lo studente consapevole dell'importanza della preparazione fisica per ottenere una migliore prestazione del giocatore
- ◆ Comprendere e sviluppare i concetti di resistenza, forza, coordinazione e agilità, tra gli altri
- ◆ Comprendere il lavoro di elasticità e stretching come metodo per prevenire gli infortuni

Modulo 8. Alimentazione, integrazione e idratazione per i tennisti

- ◆ Approfondire l'importanza dell'alimentazione in un tennista
- ◆ Identificare la differenza tra carboidrati, proteine, grassi, vitamine e minerali
- ◆ Conoscere l'alimentazione che un tennista dovrebbe seguire durante le settimane di allenamento, a seconda dell'intensità dell'allenamento, e durante le gare
- ◆ Capire quali elementi sono consentiti e quali no in relazione all'integrazione sportiva
- ◆ Comprendere il concetto di idratazione, la sua importanza per il tennista e come praticarla correttamente

Modulo 9. Tennis adattato e disabilità

- ◆ Conoscere le origini del tennis adattato e il suo sviluppo
- ◆ Identificare i diversi tipi di tennis adattati ai diversi tipi di disabilità esistenti
- ◆ Analizzare le regole di questi tipi di competizioni





Modulo 10. Tecnologia applicabile al tennis e analisi video

- ◆ Approfondire l'uso della tecnologia nel tennis, la sua importanza e la sua evoluzione
- ◆ Comprendere come l'uso della tecnologia e dell'intelligenza artificiale influenzi il tennista
- ◆ Identificare il possibile utilizzo della tecnologia durante l'allenamento
- ◆ Capire cos'è l'analisi video e il ruolo che svolge per il tennista
- ◆ Acquisire familiarità con gli strumenti che possono essere utilizzati dal tennista durante l'allenamento

“

Aumenta, attraverso questa qualifica, le tue possibilità di allenare tennisti di alto livello come Carlos Alcaraz o Novak Djokovic”

03

Competenze

Questa qualifica è stata sviluppata con l'idea che lo studente acquisisca le competenze necessarie per preparare in modo efficace i tennisti di alto livello, occupandosi delle loro esigenze fisiche, tecniche e persino tecnologiche. In soli 12 mesi e con la consulenza di allenatori leader in questa disciplina, si acquisiranno una serie di competenze che permetteranno di aiutare i migliori sportivi a raggiungere le loro sfide professionali più complesse.





“

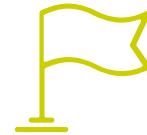
Diventa un allenatore di tennis di alto livello grazie alle competenze che acquisirai durante questo Master Privato”



Competenze generali

- ◆ Distinguere tra tattica, strategia e schema di gioco
- ◆ Padroneggiare la corretta esecuzione tecnica dei colpi nel tennis
- ◆ Capire cos'è la biomeccanica, a cosa serve e qual è il punto più efficiente nell'esecuzione dei movimenti coinvolti nei colpi
- ◆ Individuare l'importanza dell'alimentazione e dei suoi derivati nel mondo del tennis e interpretare se una dieta è la più appropriata
- ◆ Individuare i meccanismi per un uso efficace della tecnologia nel mondo del tennis di oggi





Competenze specifiche

- ◆ Pianificare una stagione adatta agli obiettivi e alle competizioni di ogni atleta
- ◆ Distinguere le diverse impugnature esistenti
- ◆ Distinguere tra tecnica e biomeccanica applicata al tennis
- ◆ Identificare gli obiettivi tattici di ciascun giocatore in ciascuna delle diverse fasi di gioco
- ◆ Rivolgersi ai giocatori in modi diversi a seconda della situazione
- ◆ Lavorare fisicamente per prevenire gli infortuni dentro e fuori dal campo

“

Ottenere, attraverso questa qualifica, le strategie più aggiornate per il rendimento in campo in base alle caratteristiche dell'avversario”

04

Direzione del corso

Grazie all'instancabile impegno di TECH nel fornire un'istruzione di qualità ai suoi studenti, sono stati nominati eccellenti allenatori di tennis professionisti per guidare e fornire questa qualifica. Questi esperti, che hanno lavorato in centri importanti come la *Rafa Nadal Academy* sono responsabili dell'elaborazione dei contenuti didattici che gli studenti avranno a disposizione durante il Master Privato. Le conoscenze che adotteranno saranno state precedentemente applicate nella loro esperienza lavorativa.



“

Questa qualifica è impartita da allenatori e formatori attivamente impegnati nel tennis d'élite, che ti forniranno le conoscenze più aggiornate del settore”

Direzione



Dott. Ramos Camacho, Alejandro

- ◆ Allenatore di tennis presso la Rafa Nadal Academy
- ◆ Allenatore presso l'Accademia di tennis JMO
- ◆ Allenatore presso il Tennis Club Valle de Aridane
- ◆ Laurea in Insegnamento della Formazione Primaria
- ◆ Monitor Nazionale della Federazione Reale Spagnola
- ◆ Livello 2 di RPT

Personale docente

Dott. Concepción Barquer, Daniel

- ◆ Istruttore di tennis e padel, e nutrizionista
- ◆ Istruttore di padel presso la Scuola di tennis e padel JMO
- ◆ Farmacista
- ◆ Laurea in farmacia presso l'Università di La Laguna
- ◆ Laurea in Nutrizione e Dietetica presso l'Università CEU San Pablo
- ◆ Istruttore di tennis RPT livello 1, 2 e 3
- ◆ Istruttore di padel RPP livello 1 e 2
- ◆ Corso in Nutrizione e Integrazione Sportiva

Dott. Goldie Barrios, Federico

- ◆ Allenatore di tennis nella Rafa Nadal Academy
- ◆ Allenatore presso l'Associazione Tennis Uruguay
- ◆ Allenatore di tennis presso il Club Bigua
- ◆ Maestro di lezioni di tennis individuali e di gruppo
- ◆ ITF *Play Tennis* AUT/1TF
- ◆ ITF Livello I
- ◆ Psicologia del tennis ITF



Dott. Manco, Antonio

- ◆ Allenatore di tennis nella *Rafa Nadal Academy*
- ◆ Allenatore nell'Accademia *Global Tennis Team*
- ◆ Allenatore nella Accademia *Global Tennis Team*
- ◆ Laurea presso l'Università Tor Vergata di Roma
- ◆ Master in Tecniche presso l'Università Tor Vergata di Roma
- ◆ Allenatore di II livello della Federazione Italiana Tennis
- ◆ Preparatore fisico della Federazione Italiana Tennis

Dott. Barreto Mazorra, Eusebio

- ◆ Allenatore di tennis e preparatore fisico
- ◆ Allenatore di tennis e preparatore fisico presso il Club de Tenis Tafira
- ◆ Allenatore di tennis presso gli Impianti Sportivi di La Pardilla
- ◆ Laurea in Scienze dell'attività fisica e dello sport presso l'ULPGC
- ◆ Corsi RPT di livello 1, 2 e 3

Dott. Zapata, Óscar

- ◆ Dietista e allenatore di Tennis
- ◆ Allenatore di tennis nella *Rafa Nadal Academy*
- ◆ Istruttore di tennis presso il Cet Alcalá
- ◆ Laurea Specialistica in Dietetica
- ◆ Master Privato in Nutrizione Sportiva
- ◆ Master in *Personal Trainer*

Dott. Gazivoda, Petar

- ◆ Responsabile della Tecnologia presso la *Rafa Nadal Academy*
- ◆ Allenatore presso l'Accademia di tennis di Catalunya
- ◆ Allenatore di tennis presso il Club Sánchez-Casal
- ◆ Laurea in Economia Aziendale e Tecnologia

05

Struttura e contenuti

Il programma di questa qualifica è composto da 10 moduli in cui lo studente apprenderà i dettagli della preparazione al tennis professionale, approfondendo gli aspetti tecnici, nutrizionali e psicologici. Tutti i materiali didattici accessibili durante la durata del programma sono disponibili in formati all'avanguardia, come il video esplicativo, il riassunto interattivo e il test di autovalutazione. Lo studente potrà usufruire di un insegnamento 100% online, completamente adattato alle sue preferenze di studio.





“

Usufruisce di una qualifica la cui metodologia 100% online ti permetterà di apprendere gli aspetti chiave del Tennis Professionistico senza doverti spostare da casa tua”

Modulo 1. L'allenamento nelle diverse fasi, la pianificazione e la periodizzazione

- 1.1. Aspetti generali del tennis a livello di base e loro importanza
 - 1.1.1. Introduzione al tennis di base
 - 1.1.2. Evoluzione dell'allenamento del tennis di base
 - 1.1.3. Concettualizzazione e definizione del tennis a tappe
 - 1.1.4. Obiettivi generali dello sviluppo dell'allenamento tennistico a tappe
- 1.2. Obiettivi generali e specifici del tennis in allenamento
 - 1.2.1. Caratteristiche del tennis a tappe
 - 1.2.2. Obiettivi generali del tennis in allenamento
 - 1.2.3. Fattori che influenzano l'iniziazione al tennis
 - 1.2.4. Obiettivi specifici di ciascuna delle fasi di allenamento esistenti
- 1.3. Fasi dell'allenamento tennistico e modalità di lavoro su ciascuna fase
 - 1.3.1. Fase rossa, definizione e caratteristiche
 - 1.3.2. Fase gialla, definizione e caratteristiche
 - 1.3.3. Fase verde, definizione e caratteristiche
 - 1.3.4. Efficacia dell'allenatore nelle diverse fasi
- 1.4. Fasi post-allenamento, concetto e obiettivi
 - 1.4.1. Fase pre-gara, caratteristiche generali
 - 1.4.2. Introduzione alla fase di gara, caratteristiche generali e obiettivi
 - 1.4.3. Fase di alta prestazione
 - 1.4.4. Fase professionale
- 1.5. Concetto di allenamento, metodologia e sua evoluzione
 - 1.5.1. Concetto di allenamento e sua evoluzione nel corso della storia
 - 1.5.2. Il sistema di allenamento moderno. In cosa consiste?
 - 1.5.3. Che cos'è la metodologia?
 - 1.5.4. Obiettivi della metodologia
- 1.6. Sistemi di allenamento nel tennis
 - 1.6.1. Tipi di allenamento nel tennis in base al carico di lavoro, alla frequenza, al volume e all'intensità
 - 1.6.2. Allenamenti continui e intervallati e loro caratteristiche principali
 - 1.6.3. Sistemi di allenamento specifici (secchi, rallies, punti, ecc.) e caratteristiche di ciascuno di essi
 - 1.6.4. In cosa consistono gli esercizi durante l'allenamento tennistico, la procedura da eseguire e le loro componenti
 - 1.6.5. Variabilità nell'allenamento del tennis
 - 1.6.6. Allenamento individuale e di gruppo, principi teorici e pratici
- 1.7. La sessione di allenamento dal punto di vista teorico e pratico
 - 1.7.1. Parti della sessione di tennis e caratteristiche di ciascuna di esse
 - 1.7.2. Elaborazione della sessione di allenamento in funzione degli obiettivi
 - 1.7.3. Come elaborare una sessione di allenamento
 - 1.7.4. Esempi teorico-pratici di elaborazione di una sessione di allenamento
- 1.8. Concetto di pianificazione, fasi e modelli
 - 1.8.1. Che cos'è la pianificazione e quali sono gli obiettivi della pianificazione?
 - 1.8.2. Elementi da tenere in considerazione nella pianificazione e nella definizione degli obiettivi: strutture, mezzi, caratteristiche del giocatore, competizioni, ecc
 - 1.8.3. Suggerimenti da seguire durante la pianificazione
 - 1.8.4. Fasi della pianificazione e modalità di pianificazione
 - 1.8.5. Modelli di pianificazione attuali
- 1.9. Che cos'è la periodizzazione? Concetti generali e specifici
 - 1.9.1. Il concetto di periodizzazione e le caratteristiche del tennis legate alla periodizzazione
 - 1.9.2. Differenze tra periodizzazione e pianificazione
 - 1.9.3. Quali sono i vantaggi della periodizzazione per l'allenamento e per il tennista?
 - 1.9.4. Caratteristiche della periodizzazione
- 1.10. Fasi annuali dell'allenamento e dei tennisti agonisti
 - 1.10.1. La vita di un tennista
 - 1.10.2. La fase giornaliera
 - 1.10.3. I microcicli
 - 1.10.4. I mesocicli

Modulo 2. Storia e regole

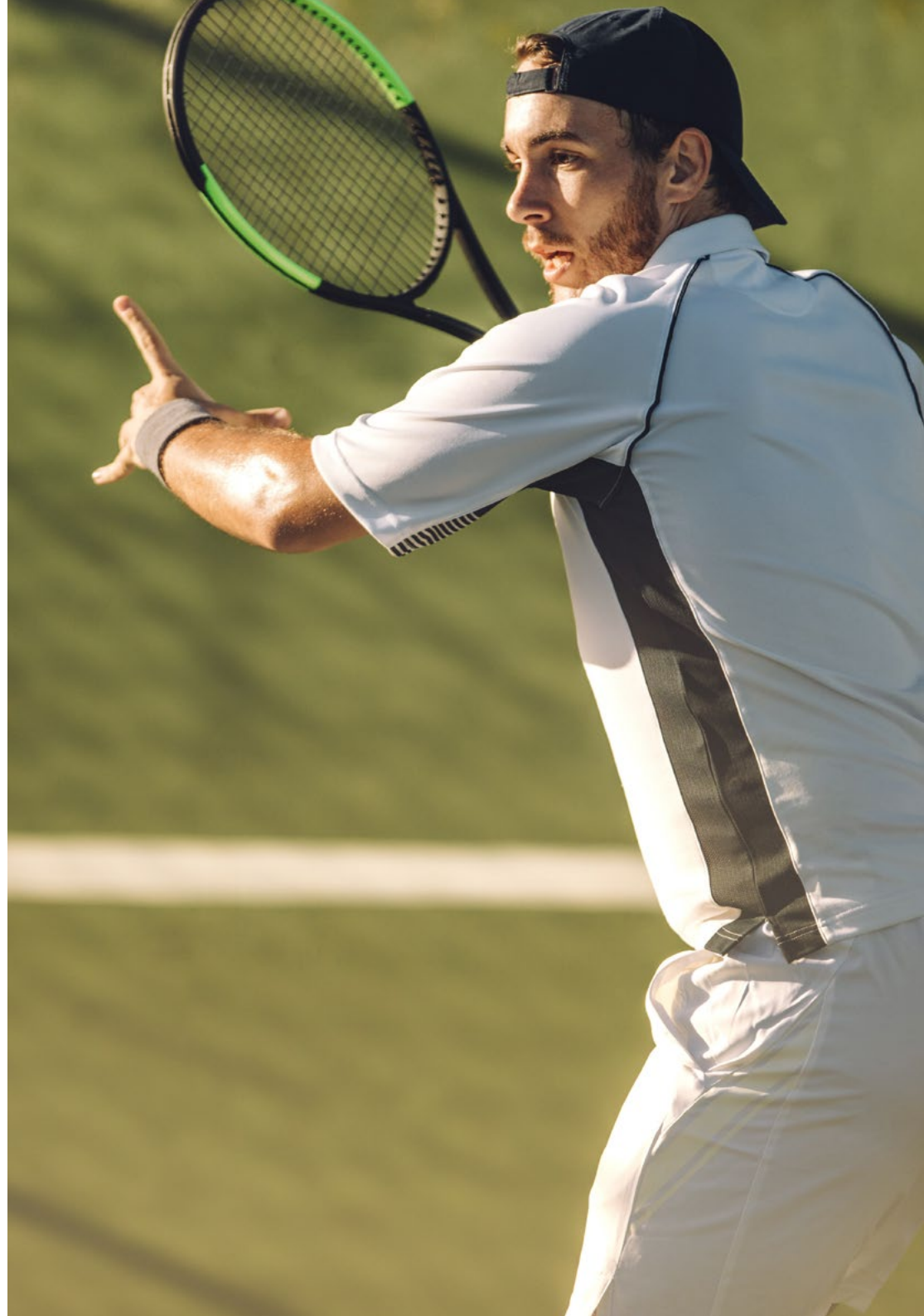
- 2.1. Sviluppo storico del tennis e dei suoi regolamenti
 - 2.1.1. Cos'è il tennis, dove è stato inventato e come si è evoluto nel corso della storia
 - 2.1.2. Cronologia del tennis
 - 2.1.3. La forma del conteggio, la provenienza e l'evoluzione e altri aspetti normativi
 - 2.1.4. I tornei di tennis, la loro storia e il tennis a livello olimpico
- 2.2. Il campo da tennis, le diverse superfici e la loro classificazione
 - 2.2.1. Evoluzione del campo da tennis
 - 2.2.2. Misure del campo e aspetti generali e specifici
 - 2.2.3. Le diverse superfici esistenti, concetti generali e specifici
 - 2.2.4. Divisione dei campi da tennis in base alla velocità della superficie
- 2.3. La racchetta, la pallina e le attrezzature permanenti
 - 2.3.1. La racchetta da tennis, la pallina e la sua cronologia storica
 - 2.3.2. Aspetti normativi delle racchette e delle palline da tennis
 - 2.3.3. Che cos'è un'attrezzatura permanente e i suoi aspetti normativi
 - 2.3.4. La palla tocca la linea o la palla tocca la struttura permanente
- 2.4. Servizio e ritorno
 - 2.4.1. Scelta del server e del ricevitore
 - 2.4.2. Scelta dei lati e del servizio
 - 2.4.3. Cambi di lato, regole e particolarità
 - 2.4.4. Errori di servizio. *Let* e ripetizione del servizio
 - 2.4.5. Un ritorno è buono
- 2.5. Cambi di lato, punteggio e sistemi alternativi
 - 2.5.1. Cambi di lato del campo e relative regole
 - 2.5.2. Sistema di punteggio nel gioco, nel set e nelle partite
 - 2.5.3. Sistemi di punteggio alternativi
 - 2.5.4. Un giocatore perde il punto
- 2.6. Il codice di condotta
 - 2.6.1. Che cos'è il codice di condotta e quali sono i suoi obiettivi
 - 2.6.2. Vantaggi del Codice di condotta e sua evoluzione
 - 2.6.3. Aspetti generali del codice di condotta
 - 2.6.4. Aspetti specifici del codice di condotta

- 2.7. Sistemi di competizione e loro alternative e regolamenti
 - 2.7.1. Quali sistemi di competizione esistono
 - 2.7.2. Regolamenti dei diversi concorsi esistenti
 - 2.7.3. I moderni tipi di competizione e i loro vantaggi
 - 2.7.4. La competizione nelle fasi di allenamento e i suoi regolamenti
- 2.8. Arbitri in pista, importanza e loro funzione
 - 2.8.1. Ruolo dell'arbitro in campo
 - 2.8.2. Istruzioni al giocatore
 - 2.8.3. Sistemi di arbitraggio. Locchio di falco e le sue peculiarità
 - 2.8.4. Principio del gioco continuo
 - 2.8.5. Disagio dei giocatori
 - 2.8.6. Correzione degli errori
- 2.9. Il gioco del doppio e le sue regole
 - 2.9.1. Aspetti generali del gioco del doppio
 - 2.9.2. Punteggio nel gioco del doppio e opzioni esistenti
 - 2.9.3. Servizio e ritorno nel gioco di doppio
 - 2.9.4. Competizioni di doppio
- 2.10. Tornei di tennis professionistici, circuiti e relativi regolamenti
 - 2.10.1. Evoluzione dei tornei professionistici, dei circuiti e dei loro regolamenti fino ai giorni nostri
 - 2.10.2. Tornei di tennis esistenti e loro regolamenti
 - 2.10.3. Circuito ATP e WTA e aspetti regolamentati da norme e regolamenti
 - 2.10.4. I diversi premi dei tornei di tennis e gli aspetti regolati dal regolamento

Modulo 3. Tecnica dei colpi di tennis

- 3.1. Che cos'è la tecnica? Aspetti generali e specifici
 - 3.1.1. Che cos'è la tecnica e l'importanza della corretta esecuzione dei colpi di tennis?
 - 3.1.2. Vantaggi di una tecnica corretta
 - 3.1.3. Il ciclo dei colpi, aspetti generali
 - 3.1.4. Il talento

- 3.2. Evoluzione e uso moderno della tecnica
 - 3.2.1. Visione tradizionale della tecnica
 - 3.2.2. Evoluzione della tecnica nella storia del tennis
 - 3.2.3. L'uso attuale della tecnica. Visione moderna
 - 3.2.4. Il miglioramento della tecnica attraverso l'allenamento
- 3.3. Impugnature, uso, spiegazione e identificazione
 - 3.3.1. Tipi di impugnature e spiegazione
 - 3.3.2. Come identificare i diversi tipi di impugnatura e correzione delle impugnature
 - 3.3.3. Uso delle prese in diverse situazioni di gioco
 - 3.3.4. Impugnature nel servizio
- 3.4. Produzione di colpi di rotazione, uso e spiegazione e variabilità
 - 3.4.1. Diversi colpi di rotazione nel servizio, come eseguirli e il loro utilizzo
 - 3.4.2. Velocità e rotazione
 - 3.4.3. Effetto lift nei colpi da fondo campo e suo utilizzo
 - 3.4.4. Effetto *Slice* in diverse situazioni di gioco, modalità di esecuzione e utilizzo
 - 3.4.5. Rotazioni piatte, modalità di esecuzione e loro utilizzo in diverse situazioni di gioco
- 3.5. Tecnica di servizio e di risposta
 - 3.5.1. Posizione prima del servizio e impugnatura
 - 3.5.2. Lancio della palla e raccomandazioni
 - 3.5.3. Preparazione, primo movimento della racchetta e caricamento delle spalle
 - 3.5.4. Uso delle gambe nel servizio
 - 3.5.5. Uso della parte superiore del corpo e rotazioni
 - 3.5.6. Punto di impatto e completamento
- 3.6. La risposta
 - 3.6.1. Impugnatura per la risposta
 - 3.6.2. Posizione della attesa nella risposta
 - 3.6.3. Tipi di risposta
 - 3.6.4. Aspetti tecnici del colpo di risposta (dritto e rovescio)



- 3.7. Tecnica del dritto
 - 3.7.1. Impugnature e preparazione del dritto
 - 3.7.2. Movimenti delle gambe nella preparazione del colpo di dritto
 - 3.7.3. Rotazione e movimento all'indietro della racchetta
 - 3.7.4. Rotazione delle anche e delle spalle e movimento in avanti della racchetta fino all'impatto
 - 3.7.5. Impatto e completamento del dritto
- 3.8. Tecnica dei colpi di rovescio
 - 3.8.1. Impugnature e preparazione nei colpi di rovescio a una mano e di rovescio a due mani
 - 3.8.2. Movimenti delle gambe nella preparazione del colpo di rovescio
 - 3.8.3. Rotazione della racchetta e movimento all'indietro
 - 3.8.4. Rotazione delle anche e delle spalle e movimento in avanti della racchetta fino all'impatto
 - 3.8.5. Impatto e completamento a seconda che si tratti di rovescio a una mano o a due mani
- 3.9. Tecnica dei colpi a rete
 - 3.9.1. Impugnatura e posizione di attesa
 - 3.9.2. Movimento delle gambe prima di colpire le volèe di dritto e di rovescio
 - 3.9.3. Rotazione delle spalle in preparazione
 - 3.9.4. Impatto e movimento della parte inferiore del corpo per andare verso la palla
 - 3.9.5. Finitura, preparazione, impatto e terminazione
- 3.10. Colpi speciali e loro tecnica
 - 3.10.1. Il drop shot e il contrattacco
 - 3.10.2. Il lob
 - 3.10.3. Il *Passing Shot*
 - 3.10.4. Altri colpi speciali

Modulo 4. Biomeccanica e movimento

- 4.1. Cos'è la biomeccanica e la sua evoluzione
 - 4.1.1. Definizione e introduzione alla biomeccanica
 - 4.1.2. Evoluzione del concetto di biomeccanica nel corso della storia
 - 4.1.3. Qual è lo scopo della biomeccanica e quali sono i suoi obiettivi
 - 4.1.4. Vantaggi della biomeccanica e componenti principali
 - 4.1.5. Visione tradizionale dell'insegnamento dei colpi di tennis e visione moderna dell'insegnamento dei colpi di tennis
- 4.2. L'esecuzione corretta della tecnica e i suoi benefici
 - 4.2.1. Definizione di tecnica ottimale
 - 4.2.2. Componenti della tecnica
 - 4.2.3. Vantaggi della tecnica ottimale
 - 4.2.4. Esecuzione della tecnica ottimale
- 4.3. La variabilità come parte fondamentale dell'esecuzione dei colpi
 - 4.3.1. Concetto di variabilità
 - 4.3.2. Variabilità meccanica nell'esecuzione del colpo
 - 4.3.3. Variabilità meccanica nello sviluppo del colpo
 - 4.3.4. Variabilità meccanica nel carico tissutale
- 4.4. Principi di biomeccanica nel tennis. BIOMECCANICA
 - 4.4.1. Equilibrio
 - 4.4.2. Inerzia
 - 4.4.3. Opposizione di forze
 - 4.4.4. *Momentum*
 - 4.4.5. Energia elastica
 - 4.4.6. Catena di coordinazione
- 4.5. Catena di coordinazione
 - 4.5.1. Definizione
 - 4.5.2. Catene di coordinazione e di movimento
 - 4.5.3. Come generare potenza nei colpi
 - 4.5.4. Problemi nelle catene di coordinazione

- 4.6. Le fasi del colpo nel tennis
 - 4.6.1. Preparazione e movimento all'indietro della racchetta
 - 4.6.2. Movimento in avanti della racchetta
 - 4.6.3. Impatto
 - 4.6.4. Accompagnamento e conclusione
- 4.7. Aspetti biomeccanici generali dei colpi da fondo campo
 - 4.7.1. Biomeccanica dei colpi di dritto. Parte I
 - 4.7.2. Biomeccanica dei colpi di dritto. Parte II
 - 4.7.3. Biomeccanica del colpo di rovescio a due mani
 - 4.7.4. Biomeccanica del colpo di rovescio a una mano
- 4.8. Aspetti biomeccanici generali in servizio e al rientro
 - 4.8.1. Biomeccanica del servizio di tennis. Parte I
 - 4.8.2. Biomeccanica del servizio di tennis. Parte II
 - 4.8.3. Biomeccanica della risposta nel tennis
 - 4.8.4. Biomeccanica del rovescio nel tennis
- 4.9. Aspetti biomeccanici generali dei colpi a rete
 - 4.9.1. Biomeccanica della volée di dritto
 - 4.9.2. Biomeccanica della volée di rovescio
 - 4.9.3. Biomeccanica dell'*Approach*
 - 4.9.4. Biomeccanica del rovescio
- 4.10. Movimento, spostamenti e gioco di gambe
 - 4.10.1. Quali sono i movimenti nel tennis?
 - 4.10.2. Fasi del movimento nel tennis
 - 4.10.3. Importanza del lavoro di piedi
 - 4.10.4. Come lavorare sul lavoro di piedi nel tennis
- 5.2. Strategie e visione positiva nel gioco in singolo
 - 5.2.1. Definizione di strategia
 - 5.2.2. La strategia nel tennis
 - 5.2.3. Concetti strategici da tenere in considerazione quando si pianifica una partita
 - 5.2.4. Le strategie più utilizzate nel tennis
- 5.3. Che cos'è uno schema di gioco? Classificazione e identità dei giocatori
 - 5.3.1. Definizione di schema di gioco
 - 5.3.2. Tipi di schemi o stili di gioco
 - 5.3.3. Identità del giocatore
 - 5.3.4. Profilo del giocatore avversario, come identificarlo e come realizzare tattiche e strategie in funzione di esso
- 5.4. Concettualizzazione delle tattiche e caratteristiche generali
 - 5.4.1. Definizione di tattica e importanza
 - 5.4.2. Evoluzione della tattica nella storia del tennis
 - 5.4.3. Principi della tattica
 - 5.4.4. Tattica professionale
- 5.5. Situazioni di gioco, giocate nel tennis e loro tipologie
 - 5.5.1. Che cos'è una situazione di gioco?
 - 5.5.2. Situazioni di gioco esistenti
 - 5.5.3. Definizione delle mosse del tennis
 - 5.5.4. Tipi di colpi di tennis
- 5.6. Considerazioni tattiche generali e specifiche per il gioco da fondo campo
 - 5.6.1. Introduzione al gioco da fondo campo
 - 5.6.2. Zone del campo nel gioco da fondocampo e modalità di gioco da ciascuna di esse
 - 5.6.3. Obiettivi da ogni zona del campo
 - 5.6.4. Suggestioni su come giocare con la tattica corretta nel gioco da fondo campo
- 5.7. Considerazioni tattiche generali e specifiche per il gioco a rete
 - 5.7.1. Introduzione al gioco a rete
 - 5.7.2. I primi quattro colpi e l'approccio a rete
 - 5.7.3. Coprire il *Passing Shot*
 - 5.7.4. Dove giocare la volée?

Modulo 5. Schema di gioco, tattica e strategia

- 5.1. Concetti generali e differenziazione
 - 5.1.1. Concetti generali di schema di gioco
 - 5.1.2. Concetti generali di tattica
 - 5.1.3. Concetti generali di strategia
 - 5.1.4. Differenziazione tra schema di gioco, tattica e strategia

- 5.8. Considerazioni generali e specifiche sul servizio tattico e sulla restituzione
 - 5.8.1. Aspetti tattici generali del servizio
 - 5.8.2. Intento tattico del servizio
 - 5.8.3. Zone del servizio
 - 5.8.4. Aspetti tattici generali della risposta
- 5.9. Tattica e strategia del doppio
 - 5.9.1. Il gioco del doppio e la sua evoluzione tattica
 - 5.9.2. La visione moderna della tattica nel doppio
 - 5.9.3. Situazioni di gioco nel doppio
 - 5.9.4. Tipi di giocate nel doppio
- 5.10. Lateralità, aspetti generali e applicabilità tattica
 - 5.10.1. Cos'è la lateralità, concetto e significato
 - 5.10.2. Lateralità omogenea ed eterogenea
 - 5.10.3. Significato nel tennis e identificazione del tipo di lateralità
 - 5.10.4. Uso di tattiche in base alla propria lateralità e a quella dell'avversario

Modulo 6. Etica del coaching e psicologia nel tennis

- 6.1. Codice etico dell'allenatore di tennis
 - 6.1.1. Introduzione e definizione del codice etico
 - 6.1.2. Obblighi e requisiti dell'allenatore di tennis
 - 6.1.3. Lealtà e corruzione
 - 6.1.4. Integrità nelle competizioni
 - 6.1.5. Offerte e candidature
 - 6.1.6. Regolamenti e processi sanzionatori
- 6.2. L'allenatore di tennis e il suo ruolo
 - 6.2.1. Chi è l'allenatore di tennis e che cos'è il tennis coaching
 - 6.2.2. Identità dell'allenatore
 - 6.2.3. Obiettivi dell'allenatore
 - 6.2.4. Il ruolo dell'allenatore e la sua filosofia
- 6.3. Importanza della psicologia nel tennis
 - 6.3.1. La psicologia nello sport e le sue caratteristiche principali
 - 6.3.2. Il ruolo della psicologia nel tennis
 - 6.3.3. Benefici psicologici del tennis
 - 6.3.4. Altri aspetti psicologici del tennis
- 6.4. Concentrazione e controllo delle emozioni e dei pensieri
 - 6.4.1. Cosa si intende per concentrazione?
 - 6.4.2. Fattori che influenzano la concentrazione, problemi di concentrazione nel tennis e come risolverli
 - 6.4.3. Fattori che influenzano le emozioni nel tennis e linee guida per il loro miglioramento
 - 6.4.4. I pensieri e il loro rapporto con la fiducia e l'autostima, tra gli altri fattori
- 6.5. Che cos'è l'allenamento mentale e come è utile
 - 6.5.1. Definizione dell'allenamento mentale
 - 6.5.2. Benefici dell'allenamento mentale e dell'uso della psicologia nel tennista
 - 6.5.3. Aspetti preliminari da tenere in considerazione quando si effettua l'allenamento mentale
 - 6.5.4. Definizione degli obiettivi a livello psicologico del tennista
- 6.6. Tecniche di allenamento mentale del tennista. Parte I
 - 6.6.1. Tecniche di controllo della concentrazione
 - 6.6.2. Allenamento cognitivo e controllo dell'attenzione
 - 6.6.3. Parlare con sé stessi
 - 6.6.4. Visualizzazione
 - 6.6.5. Routine
- 6.7. Tecniche di allenamento mentale per un tennista Parte II
 - 6.7.1. Il programma di allenamento mentale
 - 6.7.2. Come deve essere organizzato l'allenamento psicologico del tennista
 - 6.7.3. Fasi del programma di allenamento mentale del tennista
 - 6.7.4. Professionisti dell'allenamento mentale
- 6.8. La competizione e l'aspetto mentale del tennista
 - 6.8.1. Fasi che un tennista attraversa nel corso della sua carriera a livello psicologico
 - 6.8.2. Il *Momentum*
 - 6.8.3. La psicologia e la sua importanza nell'affrontare le fasi negative
 - 6.8.4. La psicologia e la sua importanza nella gestione degli infortuni

- 6.9. Esercizi pratici per lavorare sull'aspetto mentale del gioco del tennis
 - 6.9.1. Psicologia e situazioni di gioco
 - 6.9.2. L'aspetto mentale del servizio e del ritorno
 - 6.9.3. L'aspetto mentale nel gioco da fondo campo
 - 6.9.4. L'aspetto mentale nel gioco a rete
 - 6.9.5. L'aspetto mentale in diverse situazioni di gioco
- 6.10. Genitori e tennis. Aspetti psicologici
 - 6.10.1. Il rapporto allenatore-genitore-giocatore
 - 6.10.2. I ruoli del genitore del tennista e la visione positiva del tennista
 - 6.10.3. Errori del genitore-allenatore
 - 6.10.4. Consigli per i genitori dei tennisti

Modulo 7. Preparazione fisica e prevenzione degli infortuni

- 7.1. Preparazione fisica nel tennis e sua importanza
 - 7.1.1. Introduzione alla preparazione fisica del tennista
 - 7.1.2. Evoluzione della preparazione fisica nel corso della storia
 - 7.1.3. Importanza della preparazione fisica nel tennis
 - 7.1.4. Benefici della preparazione fisica nel tennis
- 7.2. Aspetti fisiologici del tennista e come valutarli
 - 7.2.1. Cos'è la fisiologia e a cosa serve
 - 7.2.2. Fattori fisiologici che influenzano il tennis
 - 7.2.3. Profilo fisiologico del tennista
 - 7.2.4. Lo sviluppo fisico del tennista e la sua evoluzione nelle diverse tappe
- 7.3. Fasi dell'allenamento fisico
 - 7.3.1. Introduzione alla preparazione fisica
 - 7.3.2. Parti dell'allenamento
 - 7.3.3. Fasi di preparazione e pre-gara
 - 7.3.4. Allenamento fisico in gara e post-gara
- 7.4. Il tennista e le principali abilità fisiche
 - 7.4.1. Resistenza, concetto e caratteristiche generali
 - 7.4.2. La forza, concetto e caratteristiche generali; l'aumento della potenza nel tennista
 - 7.4.3. La coordinazione nel tennista
 - 7.4.4. Flessibilità nel tennista
 - 7.4.5. Velocità e agilità nel tennista
- 7.5. Tennis professionale e preparazione fisica
 - 7.5.1. Importanza della preparazione fisica prima e durante i tornei
 - 7.5.2. La pianificazione e la periodizzazione dell'allenamento fisico stagionale per i giocatori professionisti
 - 7.5.3. L'allenamento fisico durante la competizione e tra le competizioni
 - 7.5.4. La preparazione fisica a seconda del tipo di giocatore e del tipo di torneo a cui ci si deve preparare
- 7.6. Preparazione fisica nel tennis femminile
 - 7.6.1. Introduzione ed evoluzione della preparazione fisica nel tennis femminile
 - 7.6.2. Caratteristiche specifiche della preparazione fisica nel tennis femminile
 - 7.6.3. Adattamenti e differenze con l'allenamento fisico nel tennis femminile
 - 7.6.4. Altri aspetti da tenere in considerazione
- 7.7. Prevenzione degli infortuni, concetto e importanza
 - 7.7.1. Introduzione al lavoro di prevenzione degli infortuni, alla sua importanza e ai suoi benefici
 - 7.7.2. Importanza dell'allenatore nella prevenzione degli infortuni
 - 7.7.3. I tipi di infortuni più comuni nei tennisti
 - 7.7.4. Cause degli infortuni nei tennisti
- 7.8. Trattamento degli infortuni e modalità di prevenzione
 - 7.8.1. Riabilitazione
 - 7.8.2. Sviluppo di un piano di riabilitazione
 - 7.8.3. Esercizi di prevenzione e consigli su come eseguirli
 - 7.8.4. Suggestimenti per i tennisti nel campo della prevenzione degli infortuni
- 7.9. Il recupero del tennista
 - 7.9.1. Introduzione e importanza del recupero nei tennisti
 - 7.9.2. Vie di recupero nei tennisti: controllo
 - 7.9.3. Vie di recupero nei tennisti: gestione
 - 7.9.4. Recupero nelle diverse condizioni in cui si trovano i tennisti
- 7.10. Preparazione fisica dei tennisti in sedia a rotelle
 - 7.10.1. Introduzione alla preparazione fisica dei tennisti in sedia a rotelle
 - 7.10.2. Specifiche dell'allenamento dei tennisti in carrozzina
 - 7.10.3. Aspetti da tenere in considerazione per la preparazione fisica del tennista in sedia a rotelle
 - 7.10.4. Prevenzione degli infortuni per i giocatori di tennis in sedia a rotelle

Modulo 8. Alimentazione, integrazione e idratazione per i tennisti

- 8.1. Alimentazione, considerazioni generali e importanza nel tennis
 - 8.1.1. Introduzione al concetto di alimentazione nel tennis
 - 8.1.2. Aspetti generali dell'alimentazione
 - 8.1.3. Evoluzione storica del concetto di alimentazione in relazione al tennis
 - 8.1.4. Importanza dell'alimentazione per il tennista
- 8.2. Tipi di nutrienti e loro benefici e contributi
 - 8.2.1. Cosa sono i nutrienti?
 - 8.2.2. I nutrienti essenziali e la loro definizione
 - 8.2.3. Funzioni svolte dai nutrienti nel nostro organismo
 - 8.2.4. Dove si trovano questi nutrienti?
- 8.3. La dieta del tennista
 - 8.3.1. Quali sono le esigenze nutrizionali dei tennisti?
 - 8.3.2. Caratteristiche del tennista e fabbisogno corrispondente
 - 8.3.3. Come si compone la dieta di un tennista
 - 8.3.4. Cosa non deve mangiare un tennista?
- 8.4. Preparazione della dieta del tennista. Tecniche moderne per la dieta del tennista
 - 8.4.1. Come preparare la dieta del tennista
 - 8.4.2. Esempi di dieta dei tennisti professionisti
 - 8.4.3. Sovraccarico di carboidrati 3 giorni prima della partita
 - 8.4.4. La "razione d'attesa"
- 8.5. Alimentazione del tennista in allenamento e in gara
 - 8.5.1. Cosa deve mangiare il tennista durante l'allenamento?
 - 8.5.2. Alimentazione del tennista prima della partita
 - 8.5.3. Alimentazione del tennista durante la partita
 - 8.5.4. Alimentazione del tennista dopo la partita
 - 8.5.5. Alimentazione del tennista con un carico pesante di partite o durante un viaggio
- 8.6. Idratazione nel tennis
 - 8.6.1. Concetto di idratazione
 - 8.6.2. Importanza dell'idratazione nel tennis
 - 8.6.3. La termoregolazione
 - 8.6.4. Problemi di disidratazione nel tennis
 - 8.6.5. Tipi di bevande

- 8.7. Idratazione in allenamento e in gara
 - 8.7.1. Strategie pratiche di idratazione
 - 8.7.2. Esigenze di idratazione in allenamento
 - 8.7.3. Esigenze di idratazione prima delle gare
 - 8.7.4. Fabbisogno di idratazione durante la gara
 - 8.7.5. Fabbisogno di idratazione dopo la gara
- 8.8. Che cos'è l'integrazione e quali sono i suoi benefici
 - 8.8.1. Introduzione all'integrazione
 - 8.8.2. Effetti sulla salute dell'integrazione sportiva
 - 8.8.3. Benefici dell'integrazione sportiva
 - 8.8.4. Gli integratori sportivi sono sicuri?
- 8.9. Tipi di integrazione per i tennisti
 - 8.9.1. I migliori integratori per i tennisti
 - 8.9.2. Integratori di aminoacidi
 - 8.9.3. Integratori di antiossidanti
 - 8.9.4. Integrazione durante gli allenamenti e le partite
- 8.10. Doping nel tennis, casi e divieti
 - 8.10.1. Definizione di doping
 - 8.10.2. Controlli antidoping
 - 8.10.3. Sostanze considerate doping
 - 8.10.4. Casi di doping nel tennis nella storia

Modulo 9. Tennis adattato e disabilità

- 9.1. Il tennis come sport inclusivo e la sua evoluzione storica
 - 9.1.1. Lo sport per disabili e la sua inclusività
 - 9.1.2. Lo sport adattato
 - 9.1.3. Il tennis come sport inclusivo
 - 9.1.4. Visione attuale dello sport per disabili
- 9.2. Che cos'è la disabilità e che rapporto ha con il tennis
 - 9.2.1. Il concetto di disabilità e il suo rapporto con il tennis nel corso della storia
 - 9.2.2. Il tennis e la disabilità nella storia
 - 9.2.3. Benefici del tennis per le persone con disabilità
 - 9.2.4. Stato attuale del tennis e della disabilità

- 9.3. Tennis e disabilità dal punto di vista dell'allenatore
 - 9.3.1. Introduzione
 - 9.3.2. Etica per gli allenatori di persone con disabilità
 - 9.3.3. L'allenamento per le persone con disabilità sensoriali
 - 9.3.4. Allenamento per persone con disabilità fisiche
- 9.4. Concetto di disabilità fisica e considerazioni generali
 - 9.4.1. Concetto di disabilità fisica
 - 9.4.2. Diversi tipi di disabilità fisica
 - 9.4.3. Tennis e disabilità fisica
 - 9.4.4. Adattamenti al tennis per le persone con disabilità fisica
- 9.5. Il tennis su sedia a rotelle, la sua evoluzione e le sue caratteristiche
 - 9.5.1. Introduzione
 - 9.5.2. Evoluzione storica del tennis su sedia a rotelle
 - 9.5.3. Caratteristiche principali del tennis su sedia a rotelle
 - 9.5.4. Missione del tennis su sedia a rotelle
- 9.6. Competizione e altre caratteristiche del tennis su sedia a rotelle
 - 9.6.1. Il rapporto tra sport, disabilità e i suoi benefici
 - 9.6.2. Tipi di competizioni di tennis su sedia a rotelle
 - 9.6.3. Il tennis su sedia a rotelle come sport olimpico
 - 9.6.4. Organizzazioni che sostengono il tennis su sedia a rotelle
- 9.7. Regole e regolamenti del tennis su sedia a rotelle
 - 9.7.1. Regolamento del tennis su sedia a rotelle
 - 9.7.2. Regole di ammissione
 - 9.7.3. La sedia a rotelle
 - 9.7.4. Punteggio e regole generali
- 9.8. Tennis e disabilità sensoriali
 - 9.8.1. Definizione di disabilità sensoriale
 - 9.8.2. Dichiarazione di obiettivi per il tennis e la disabilità sensoriale
 - 9.8.3. Benefici per le persone che giocano a tennis
 - 9.8.4. Il tennis per le persone con problemi di udito
 - 9.8.5. Il tennis per i non vedenti

- 9.9. Tennis e disabilità intellettiva I
 - 9.9.1. Introduzione
 - 9.9.2. Tipi di disabilità intellettiva
 - 9.9.3. Evoluzione del tennis e della disabilità intellettiva
 - 9.9.4. Benefici del tennis per le persone con disabilità intellettiva
- 9.10. Tennis e disabilità intellettiva II
 - 9.10.1. Tornei e tipi di competizioni per il tennis adattato
 - 9.10.2. Attrezzature necessarie per il tennis adattato alle disabilità intellettive
 - 9.10.3. Allenamento al tennis per persone con disabilità intellettiva
 - 9.10.4. Il ruolo dell'allenatore e della famiglia nel tennis per persone con disabilità intellettiva

Modulo 10. Tecnologia applicabile al tennis e analisi video

- 10.1. L'evoluzione della tecnologia, considerazioni generali e sul tennis
 - 10.1.1. Importanza della tecnologia nello sport di oggi
 - 10.1.2. L'evoluzione della tecnologia nel tennis nel corso della storia
 - 10.1.3. Tipi di tecnologie applicabili al tennis
 - 10.1.4. Metodologia tecnologica
- 10.2. L'importanza della tecnologia e dell'innovazione nel tennis e i suoi benefici
 - 10.2.1. La tecnologia, la sua applicabilità al tennis e la sua importanza
 - 10.2.2. Obiettivi dell'implementazione delle nuove tecnologie nel tennis
 - 10.2.3. Vantaggi dell'uso della tecnologia nel tennis
 - 10.2.4. R&S&I nell'industria del tennis
- 10.3. La tecnologia sul campo da tennis
 - 10.3.1. Evoluzione dei campi da tennis nella storia
 - 10.3.2. I campi da tennis attuali e la loro tecnologia
 - 10.3.3. Pubblicità dei campi da tennis
 - 10.3.4. Tecnologia delle attrezzature da tennis
- 10.4. Occhio di falco e altri sistemi di arbitraggio
 - 10.4.1. Che cos'è l'occhio di falco?
 - 10.4.2. Come si usa l'occhio di falco?
 - 10.4.3. Vantaggi dell'uso dell'occhio di falco in gara
 - 10.4.4. Quando ho il diritto di usare l'occhio di falco?
 - 10.4.5. Altri sistemi di arbitraggio



- 10.5. La racchetta da tennis, la sua evoluzione e l'implementazione della tecnologia nella racchetta da tennis
 - 10.5.1. Tipi di racchette esistenti
 - 10.5.2. Evoluzione della racchetta da tennis nella storia
 - 10.5.3. La racchetta da tennis in funzione dello stile di gioco del giocatore
 - 10.5.4. Nuove tecnologie disponibili nelle racchette da tennis
- 10.6. Le corde, l'evoluzione e i tipi in funzione dello stile di gioco
 - 10.6.1. Importanza delle corde per i tennisti
 - 10.6.2. L'evoluzione delle corde nel corso della storia
 - 10.6.3. Tipi di corde e loro classificazione
 - 10.6.4. Tensione delle corde e tipi di corde in funzione dello stile di gioco del tennista
- 10.7. Che cos'è la videoanalisi e quali sono i suoi vantaggi per i tennisti
 - 10.7.1. Concetto di videoanalisi
 - 10.7.2. Obiettivi della videoanalisi nei tennisti
 - 10.7.3. Vantaggi per i giocatori e gli allenatori nell'uso della videoanalisi
 - 10.7.4. Videoanalisi e tattica
- 10.8. L'abbigliamento, la pallina da tennis e la sua evoluzione e implementazione della tecnologia
 - 10.8.1. Evoluzione dell'abbigliamento da tennis nel corso della storia
 - 10.8.2. Tipi di scarpe a seconda della superficie del campo da tennis
 - 10.8.3. Evoluzione della pallina da tennis nel corso della storia
 - 10.8.4. Tipi di palline da tennis e loro classificazione in base alla velocità
- 10.9. Esempi pratici di utilizzo della tecnologia e dell'analisi video nel lavoro tecnico
 - 10.9.1. Analisi e miglioramento dei colpi da fondo campo con l'ausilio della videoanalisi
 - 10.9.2. Analisi e miglioramento del servizio con l'ausilio della videoanalisi
 - 10.9.3. Analisi e miglioramento delle volée tramite analisi video
 - 10.9.4. Altri aspetti tecnici con l'analisi video
- 10.10. Esempi pratici di utilizzo della tecnologia e dell'analisi video nel lavoro tattico
 - 10.10.1. Analisi video e miglioramento dell'altezza della palla. Esercizi per correggerla
 - 10.10.2. Analisi video e miglioramento della profondità. Esercizi per correggerla
 - 10.10.3. Analisi video e direzione della palla. Esercizi per migliorarla
 - 10.10.4. Analisi video e miglioramento delle zone di servizio. Esercizi per migliorarla

06

Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***





“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”



Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.



Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.

Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.

Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



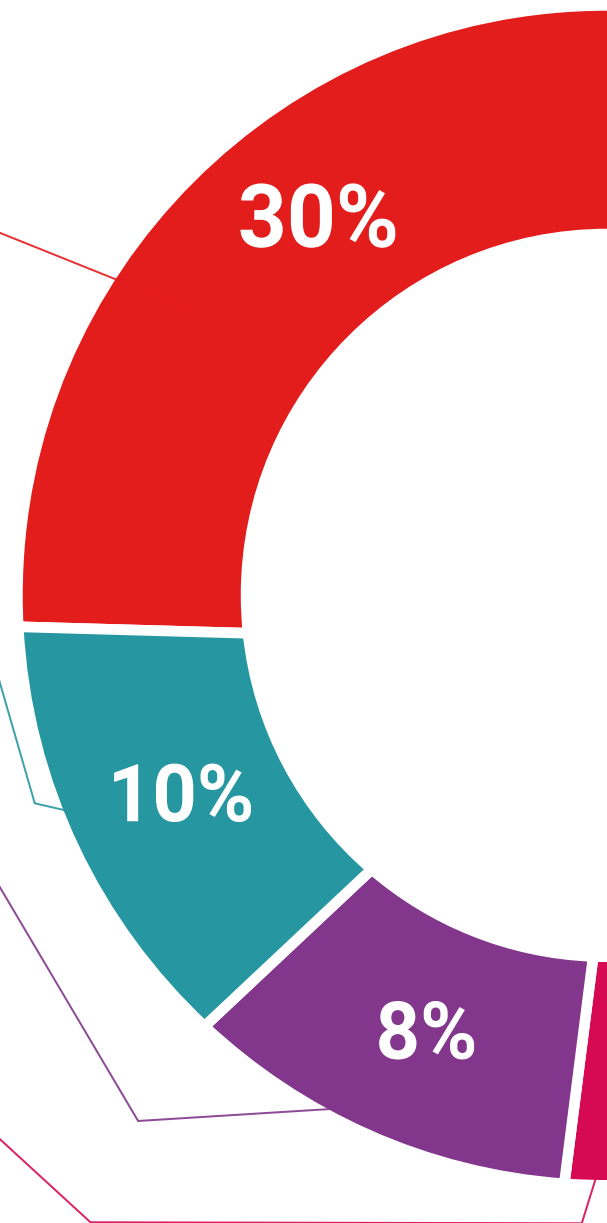
Pratiche di competenze e competenze

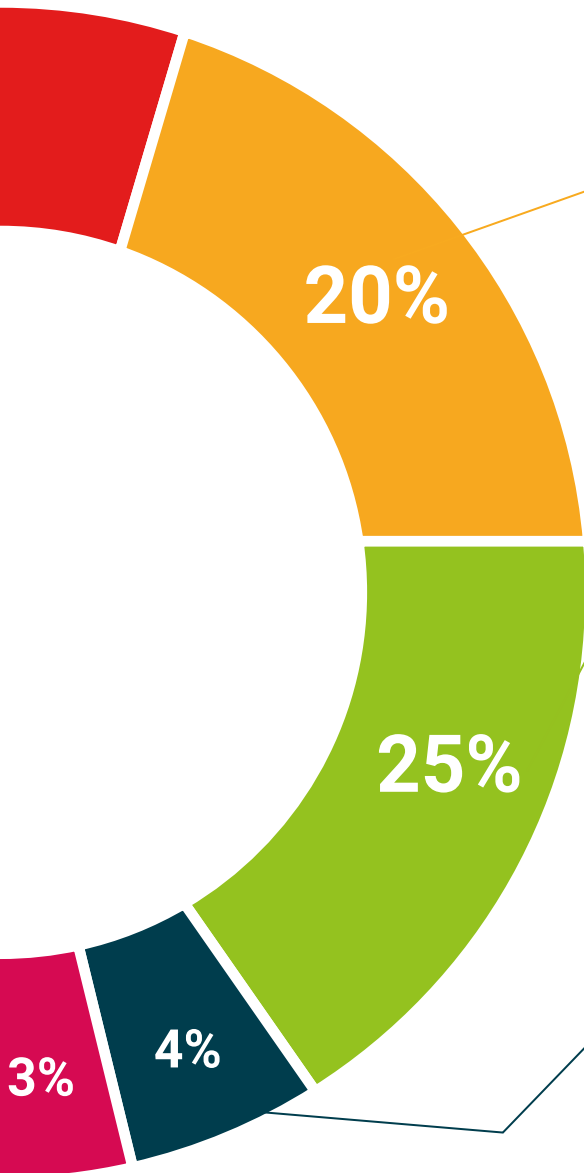
Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



07 Titolo

Il Master Privato in Tennis Professionistico garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Master Privato rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Master Privato in Tennis Professionistico** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

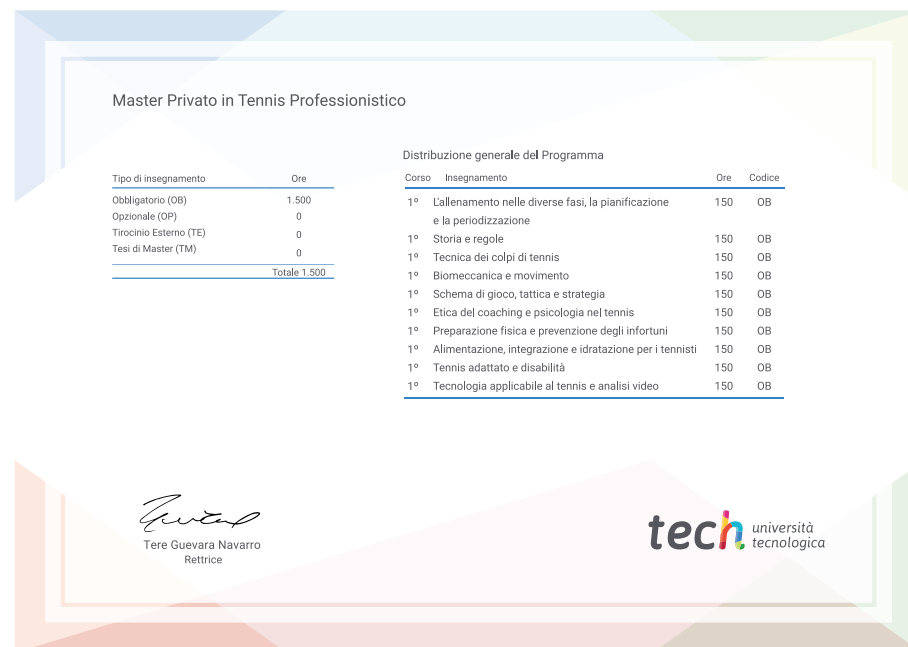
Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Master Specialistico** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Master Specialistico, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Master Privato in Tennis Professionistico**

N° Ore Ufficiali: **1.500 o.**

Approvato dall’NBA



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue

tech università
tecnologica

Master Privato

Tennis Professionistico

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Master Privato

Tennis Professionistico

Approvato dall'NBA

