

STAGE NAZIONALE DI SPECIALIZZAZIONE MINITENNIS

30 agosto - 01 settembre 2024 CSEN Arena Cavareno (Tn)

Uno stage di specializzazione progettato per fornire agli istruttori gli strumenti necessari per guidare i giovani atleti attraverso le fasi iniziali dell'apprendimento del tennis, con un approccio olistico che tiene conto dello sviluppo fisico, tecnico, tattico dei giocatori.

CONTENUTI DIDATTICI

1. Le progressioni didattiche nel minitennis

Le progressioni didattiche sono fondamentali per garantire un percorso di apprendimento graduale e coerente. Esploreremo le fasi chiave dello sviluppo tecnico e tattico, dall'uso di racchette più piccole e palline più lente, fino all'introduzione di drills più complessi. Analizzeremo come queste progressioni supportano l'acquisizione delle abilità fondamentali del tennis.

2. La struttura di lezione nel minitennis

Una lezione ben strutturata è la base di un efficace processo di apprendimento. Discuteremo come organizzare lezioni che siano dinamiche, coinvolgenti e adattate alle esigenze dei giovani giocatori. Esamineremo la divisione della lezione in segmenti chiari, come il riscaldamento, l'introduzione di nuove abilità, il gioco e il raffreddamento.

3. Le abilità tecniche nel minitennis

Le abilità tecniche sono il fondamento del gioco di tennis. Esploreremo le tecniche di base per il servizio, il diritto, il rovescio e la volée, focalizzandoci su come insegnare questi colpi in modo sicuro e progressivo. Analizzeremo come integrare l'insegnamento delle abilità tecniche con attività divertenti e stimolanti.

4. Le abilità tattico-strategiche nel minitennis

Lo sviluppo delle abilità tattico-strategiche è essenziale per trasformare i giovani giocatori in pensatori del gioco. Esamineremo come introdurre concetti tattici semplici, come la posizione in campo e la scelta dei colpi, in modo che i giocatori possano iniziare a comprendere il gioco a livello strategico.

5. L'approccio olistico nel minitennis

Un approccio olistico riconosce l'importanza dello sviluppo globale del giocatore. Discuteremo come integrare l'allenamento fisico, mentale e sociale nel programma di minitennis, per promuovere uno sviluppo equilibrato e sostenibile.

6. Le abilità motorie nel minitennis

Le abilità motorie di base sono cruciali per lo sviluppo di un giocatore di tennis. Esploreremo esercizi e giochi progettati per migliorare la coordinazione, l'agilità, l'equilibrio e la forza, fornendo una base solida per le abilità tecniche del tennis.

7. I mezzi didattici nel minitennis

I mezzi didattici possono trasformare le lezioni di tennis in esperienze coinvolgenti e divertenti. Esamineremo una varietà di strumenti e tecnologie, come app per l'allenamento, videoregistrazioni e simulazioni, che possono essere utilizzati per migliorare l'apprendimento e la motivazione dei giovani giocatori.

8. La fase di competizione nel minitennis

Introdurre i giovani giocatori alla competizione in modo positivo è fondamentale per il loro sviluppo. Discuteremo come preparare i giocatori per le competizioni, gestire le aspettative e promuovere uno spirito sportivo, enfatizzando il divertimento e l'apprendimento piuttosto che il risultato.

REQUISITI

- Diploma CSEN di Istruttore Tennis regionale o nazionale
- Tesserino Tecnico in corso di validità
- Certificato medico di idoneità sportiva

ORGANIZZAZIONE E COSTI

L'orario dello stage è dalle 9 alle 13 e dalle 14.30 alle 17.30 sabato, mentre domenica si svolgerà nella mattinata dalle 9 alle 13. A fine giornata, a discrezione dei partecipanti potranno essere organizzati dei tornei o altra attività.

I partecipanti potranno scegliere tra due formule:

- € 300,00 che comprende 2 pernotti in mezza pensione e formazione
- € 235,00 che comprende 1 pernottamento in mezza pensione e 1 giornata di formazione

**L'Hotel è dotato di Centro benessere a disposizione degli ospiti. Supplemento di € 15 al giorno per la camera singola. Eventuali accompagnatori potranno usufruire dello stesso trattamento dei corsisti presso l'Hotel convenzionato. Per chi arriva venerdì check-in entro le 18.30.

La quota va versata tramite bonifico bancario sul conto IT55P0585634670086571414482 intestato a "Csen Comitato Trentino Alto Adige", causale Stage Istruttore Tennis + nome e cognome, entro e non oltre il 24 agosto 2024. Per ulteriori informazioni o per esigenze personali potete inviare una mail a info@csentennis.com oppure contattare il referente Nazionale del settore Tennis CSEN prof. Diego Valentini, mob.: 348 5102828.

L'iscrizione sarà considerata valida compilando la domanda di iscrizione attraverso il [form online](#) sul sito www.csentennis.com