



CURS TENNIS EN CADIRA DE RODES

TERRASSA, 28 I 29 DE JUNY DE 2012



::: CURS NACIONAL D'ESPECIALITZACIÓ EN TENNIS EN CADIRA DE RODES (NIVELL 1)

ORGANITZAT PER:

- *Àrea de Docència e Investigación de la Real Federación Española de Tenis*
- Àrea de Docència i Recerca Federació Catalana de Tennis

COL·LABORA:

- Atlètic Terrassa Hockey Club
- *Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Física (FEDDF)*
- Federació Catalana d'Esports per a Persones amb Discapacitat Física (FCEDF)

LLOC DE REALITZACIÓ:

- Instal·lacions de l'Atlètic Terrassa Hockey Club. Tel: 93 787 03 51 – 93 787 03 46
Ctra. de Castellar, Km 20.300
Ap. Correus 404, 08220, Terrassa (Barcelona)
COORDENADES GPS: 2º 02' 21"41º 35' 43"

PREU, DATES I HORARIS DEL CURS: 27 I 28 DE JUNY DE 2012

- Preu: el curs té un cost de **135€**
- Dimecres 27 de juny: de 9:00-13:30 i de 15:30 a 19:30
- Dijous 28 de juny: de 9:00 a 14:00

REQUISITS:

- Estar en possessió de la Llicència Federativa.
- Estar en possessió de la titulació de Monitor Nacional (o superior).

DOCUMENTACIÓ:

- Rebut d'inscripció.
- 1 fotocòpia de la titulació esportiva.
- 1 fotocòpia de la llicència federativa en vigor.

OBJECTIUS DEL CURS:

- Proporcionar els coneixements bàsics per poder impartir l'activitat amb garanties d'èxit.
- Mostrar les diferents adaptacions derivades del tennis convencional.
- Donar a conèixer els fonaments tècnic-tàctics del tennis en cadira de rodes.
- Adquirir els coneixements bàsics sobre la discapacitat física.

CONTINGUTS:

a) BLOC GENERAL:

- * ESPORT ADAPTAT I DISCAPACITAT

b) BLOC ESPECÍFIC

- * HISTÒRIA
- * REGLAMENT I SISTEMES DE COMPETICIÓ
- * EQUIPAMENT I TECNOLOGÍA
- * INICIACIÓ AL TENNIS EN CADIRA DE RODES
- * FONAMENTS TÈCNIC-TÀCTICS
- * SISTEMES D'ENTRENAMENT
- * ENTRENAMENT DE LA MOVILITAT ESPECÍFICA
- * LA PREPARACIÓ FÍSICA
- * PROMOCIÓ DEL TENNIS EN CADIRA DE RODES

INSCRIPCIONS:

- PREU D'INSCRIPCIÓ: 135 Euros (Inclou text: "Iniciación al tenis en silla de ruedas")
- ENVIAMENT D'INSCRIPCIONS: Per correu a les següents direccions:
 - Àrea de Docència RFET: San Cugat del Vallés s/n 28034 Madrid. Correu-e: docencia@rfet.es
Tel: 917355280, Fax: 917349516
 - Àrea de Docència i Recerca FCT: Passeig Vall Hebron, 196 – 08035 – Barcelona. Correu-e: moni.font@fctennis.cat
- INGRÉS EN COMPTE BANCARI Nº 2100 2838 77 0210052641 (RFET)
- TANCAMENT D'INSCRIPCIONS: Dilluns 7 de juny.
- ALLOTJAMENT I MANUTENCIÓ: Per compte de l'alumne/a

TITULACIÓ REBUDA: Certificat expedit per l'Àrea de Docència de la RFET. (Reconegut per la Real Federación Española de Tenis i la Federación Española de Deportes de Discapacitados Físicos).

NOTA: Degut al nombre limitat de places, es respectarà l'ordre d'inscripció. A tots els admesos se'ls comunicarà, per mail o telefònicament, la seva admissió.

La inscripció haurà d'incloure el justificant bancari del ingrés, així com la fotocòpia de la llicència o de la titulació de la RFET.

PROGRAMA DEL CURS [28 – 29 Juny 2012]

Dia 1

- 09:30-10:00 h.** Recepció i entrega de Material
- 10:00-11:30 h.** Introducció: Esport adaptat i discapacitat
- 11:30-12:30 h.** **Iniciació al tennis en cadira: Proposta pràctica (Pista).**
- Orientacions metodològiques
 - Maneig bàsic de la cadira
 - Exercicis bàsics de familiarització
- 12:30-13:00 h.** Descans
- 13:00-14:30 h.** **La discapacitat física**
- 14:30-16:00 h.** Menjar
- 16:00-17:00 h.** **Història, Reglament, Competició Nacional i Internacional. El tennis en cadira de rodes en Espanya: situació actual**
- 17:00-17:30 h.** **Equipament i tecnologia**
- 17:30-18:15 h.** **Fonaments tècnics:** Recolzaments i pivots. Seqüència de copejament
- 18:30-19:30 h.** **Fonaments tècnics:** Recolzaments i pivots. Seqüència de copejament (Pista)
- 19:30-20:30 h.** **Promoció del tennis en cadira.** (Captació jugadors, entitats, organització d'esdeveniments, etc...)

Dia 2

- 9:00-10:00 h. Fonaments de la preparació física en el tennis en cadira de rodes.
- 10:00-11:00 h. Treball de condició física i mobilitat específica en el tennis en cadira de rodes. Sistemes d'entrenament (Pista)
- 11:00-11:30 h. Pràctiques de jocs i exercicis en la iniciació (Pista)
- 11:30-12:00 h. Descans
- 12:00-12:30 h. Quad Tennis
- 12:30-13:00 h. Conclusions i orientacions per al tècnic
- 13:00-14:00 h Taula rodona amb tècnics i jugadors