

# CENTRO CULTURAL OLAVIDE EN CARMONA

CURSOS DE VERANO 2009

Código del Curso: **2009cc21**

## **FUNDAMENTOS DEL PÁDEL: DE LA INICIACIÓN AL ALTO RENDIMIENTO. FORMACIÓN COMPLEMENTARIA.**

Fecha: **Del 20 al 24 de Julio**

Coordinación: **Prof. Don Nicolás Fernández Martínez. Departamento de Deporte e Informática. Facultad del Deporte. Universidad Pablo de Olavide.**

Duración: **30 horas**

Libre Configuración: **3 créditos**

Tarifa: **120€**

Resumen del contenido del curso: **Analizar las características del pádel, las particularidades de su aprendizaje básico, así como la actuación física en este deporte, los planteamientos generales del entrenamiento y un análisis descriptivo de los golpes del pádel. Asimismo, en este curso se abordarán los fundamentos fisiológicos y exigencias metabólicas del pádel y la aplicación del entrenamiento de fuerza en jugadores de esta práctica deportiva.**

Dirigido a: **Monitores interesados en el área pádel u otro deporte de raqueta, profesionales de la Educación Física y el Deporte, cualquier persona preocupada por conocer el pádel, estudiantes de las licenciaturas de Ciencias de la Actividad Física, magisterio de Educación Física o ciclo formativo en Animación de Actividades Físicas y Deportivas, y a los que les interese obtener para su currículo personal créditos de libre configuración, o que deseen formarse en la realización de estudios sobre el tema.**

Programa:

<b>Lunes 20</b>	09'00-09'30	Recepción y entrega de documentación.
	10'00-10'30	Inauguración del curso.
	11'00-12'30	Conferencia: <b>“Déficit unilateral de potencia del tren inferior en jugadores de pádel”.</b> Prof. Don Luis Suárez Moreno-Arrones. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.

# CENTRO CULTURAL OLAVIDE EN CARMONA

## CURSOS DE VERANO 2009

- 12'00-14'00 Conferencia: **“De la planificación estratégica a la evaluación de actividades de un club de pádel”**.  
Prof. Dr. Don Alberto Nuviala Nuviala. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.
- 19'00-20'15 Taller: **“Pádel infantil: Principios básicos, ejemplos de ejercicios típicos, desarrollo de una sesión, planificación”**.  
Don Pablo Mozo. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- 20'15-21'30 Taller: **“Pádel femenino: Consideraciones específicas. Ejemplo de sesión de entrenamiento”**.  
Don Pablo Mozo. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- Martes 21** 10'00-11'45 Conferencia: **“Análisis de la estructura temporal en un partido de Pádel”**.  
Prof. Don Juan Carlos Trueba Sánchez. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.
- 11'45-12'15 Descanso.
- 12'15-14'00 Taller: **“Ejemplo de sesiones de entrenamiento alternativo con máquinas lanzabolas”**.  
Prof. Don Juan Carlos Trueba Sánchez. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.
- 19'00-20'15 Taller: **“Jugadores sub 18: Del pádel infantil al alto rendimiento. Ejemplos de progresiones de ejercicios según la edad y el nivel de desarrollo”**.  
Don Pablo Mozo. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- 20'15-21'30 Taller: **“El aficionado adulto. Recomendaciones y sesiones de Ejemplo”**.  
Don Pablo Mozo. Técnico de la Federación Española de Pádel.

# CENTRO CULTURAL **OLAVIDE EN CARMONA**

## CURSOS DE VERANO 2009

- Miércoles 22** 10'00-11'45 Conferencia: **“Entrenamiento Integral del Pádel”**.  
Don Javier Peña García. Técnico de la Federación Andaluza del Pádel.
- 11'45-12'15 Descanso.
- 12'15-14'00 Conferencia: **“Análisis cineantropométrico y mecánico de jugadores de élite nacional”**.  
Prof. Dr. Don Antonio Fernández Martínez. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.
- 19'00-20'15 Taller: **“El concepto del juego: Ejemplos prácticos para definir el Pádel a través de sus principales características”**.  
Don Martín Echegaray. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- 20'15-21'30 Taller: **“El alto rendimiento: Aspectos mentales del juego. Ejercicios de ejemplo”**.  
Don Martín Echegaray. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- Jueves 23** 10'00-11'45 Conferencia: **“El rol de las parejas. Entrenamiento psicológico pádel de competición”**.  
Don Óscar Lorenzo García. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- 11'45-12'15 Descanso.
- 12'15-14'00 Conferencia: **“Fortalecimiento de la faja lumbo-abdominal en base a las cadenas musculares predominantemente en el pádel”**.  
Prof. Dr. Don Francisco Javier Núñez. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.

# CENTRO CULTURAL OLAVIDE EN CARMONA

## CURSOS DE VERANO 2009

- 19'00-20'15 Taller: **“Distintos enfoques metodológicos para la enseñanza del Deporte. Ejercicios de ejemplo”**.  
Don Martín Echegaray. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- 20'15-21'30 Taller: **“El pádel golpe a golpe: breve análisis técnico y táctico de todos los golpes”**.  
Don Martín Echegaray. Técnico de la Federación Española de Pádel.
- Viernes 24** 10'00-11'45 Taller: **“Variantes técnico-tácticas de golpes por encima de la cabeza”**.  
Don Javier Peña García. Técnico de la Federación Andaluza de Pádel.
- 11'45-12'15 Descanso.
- 12'15-14'00 Conferencia: **“Variables biomecánicas de eficacia en los golpes de pádel”**.  
Prof. Dr. Don José Antonio González Jurado. Departamento de Deporte e Informática. Universidad Pablo de Olavide.
- 14'00-14'30 Clausura del curso y entrega de diplomas.

Patrocinadores y colaboradores:



ÁREA DE FORMACIÓN DE LA FEDERACIÓN ANDALUZA DE PÁDEL

ÁREA DE FORMACIÓN DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE PÁDEL