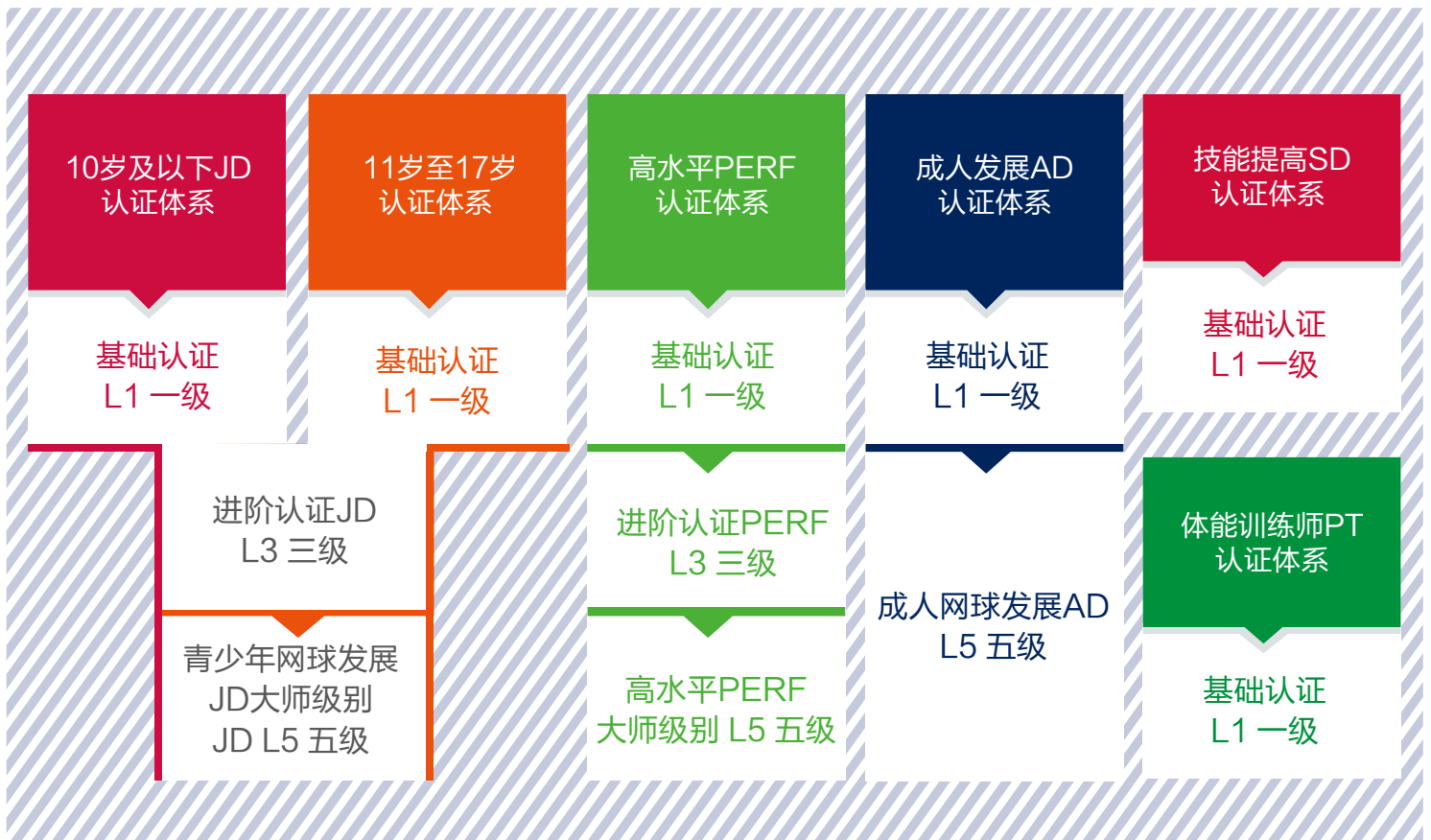


选择适合你自己的教练员发展路线



* 在接受任何L5五级培训之前学员必须以“P”级最终成绩通过之前项目的考核

PTR基础认证同NCACE L1一级等同。

PTR大师认证同NCACE L5五级等同。



更多信息请联系PTR中国办公室或
访问我们的网站

电话: 021-2201 0190 手机: 183-2117-6185

联系人: 杜蓓蓓

邮箱: daisy@ptrchina.com

网站: www.ptrchina.com

新浪微博 weibo.com/ptrchina @ptrchina



PTR基础认证体系

JD U10 L1 青少年发展认证课程一级

(结业后的教练针对教学对象为 10 岁及以下,已于 2012 年落地中国推广)

JD U10 L1 认证班着重强调建立一个能让 10 岁以下青少年快速学习的环境,课程分为两个部分:一个为 4 小时的 60 页教学导论预习和一个为期 3 天的培训班。培训班为参与者在 3 门认证考试而做准备。考试都将在球场上举行 - 技能考试、教学考试和笔试。

认证培训班主要内容

- * 教练的组织和交流技能
- * 网球课程的内容和结构
- * 针对不同年龄段的红、橙、绿球的进阶原则
- * 场地的划分和有效利用
- * 青少年的技能和比赛发展
- * 尽可能快的发球,对拉和得分
- * 适合不同年龄的比赛
- * 与家长们积极合作的信息

JD U11-U17岁业余青少年认证L1一级

(已于 2013 年落地中国推广)

本课程主要针对如何为年轻的球员创造一个舒适安全的学习环境,能让他们更多的享受网球的乐趣。课程内容包括适用于不同年龄段的沟通组织技巧,面对一对一的私人课程或是一对多的团体课程。本教学课程还讲述如何建立课程结构和内容,如何教会年轻学员领导力、指导夏令营活动和开展不同年龄段的比赛等。PTR 目前是唯一在此类年龄段开设认证课程的国际组织。

JD U10 L3青少年发展认证课程三级

(结业后的教练针对教学对象为 10 岁及以下,已于 2013 年落地中国推广)

JD U10 L3 认证班着重强调在 L1 课程的基础上建立一个能让 10 岁以下青少年快速学习的环境,并利用教学原则和学员在不同年龄段发展的特点灵活编制课程计划,创造性的实施课程内容。课程时间总共为 4 天,考试都将在球场上举行 - 技能考试、教学考试和笔试。

PERF L1 高水平发展训练认证课程一级

(结业后的教练针对教学对象为 10 岁 -16 岁专业或准专业年轻运动员,参与校队以及参与国内 U12, U14, U16, U18 比赛的青少年选手,已于 2012 年落地中国推广)

PERF 认证课程为有培养潜质的网球青少年选手训练的教练们而准备。这个课程分为两个部分:一个为 4 小时的 60 页教学导论预习(其中包括网上 25 道题的预考,预考分数将计入最终成绩)和一个为期 3 天的培训班。培训班为参与者在 3 门认证考试而做准备。技能考试、教学考试和书面考试。

认证培训班主要内容

- * 学习如何打造同网球比赛中实时场景相吻合的训练环境
- * 如何制定战术,同时学会在开放比分的场景中运用战术
- * 设计能满足所有选手有发展潜力的俱乐部课程
- * 组织和交流技能
- * 基本的高水平技能和比赛技能发展
- * 针对不同年龄段的红、橙、绿球的进阶原则
- * 场地的划分和有效利用
- * 青少年的技能和比赛发展
- * 尽可能快的发球,对拉和得分
- * 适合不同年龄的比赛
- * 与家长们积极合作的信息

PERF L3高水平发展训练认证课程三级

(结业后的教练针对教学对象为 10 岁 -16 岁专业和准专业高水平年轻运动员,以及参与校队或国内 U12,U14,U16,U18 比赛的青少年选手,计划 2014 年落地中国推广)

PERF 认证课程为有培养潜质的网球青少年选手训练的教练们而准备。这个课程为期 4 天,主要是在 L1 课程的基础上教会教练员如何根据不同战术、技术和体能训练的理论,灵活的制定和实施教学方案,达到培养高水平球员提高比赛竞技能力的目的。主要内容考试都将在球场上举行 - 技能考试、教学考试和笔试。

AD L1 成人认证课程一级

(结业后的教练针对教学对象 18 岁以上成人,已于 2001 年开始落地中国推广)

PTR 认证课程的传统项目,教会教练员如何开展针对 4 名以上成人初学者的团体培训课程。共有包括笔试、技能、纠错、送多球和团体教学的 5 项考试。课程主要分为以下几个部分:

认证培训班主要内容

- * 速成网球课程
- * 循序渐进的教学理念,包括球场大小、握拍方式和挥拍方式的循序渐进方式
- * 正反手、发球的 50 多做常见错误和纠正方式
- * 针对 4 名或以上学生的正手、反手、发球的 30 分钟团体教学课程
- * 针对 5 名以上学员的双底线、随上截击、双截击送多球技巧

SD L1 网球技能提高班一级

(结业后的教练针对所有年龄段,同时可以更自如的应付所有认证班中的技能认证考核,已于 2014 年落地中国推广。)

PTR 中国 2014 年 9 月开始向全国业余网球爱好者,普及型网球教练员和工作者所开发的针对提高网球综合技术的提高认证班课程。主要针对 21 项基本网球技术在场展开实战演练,使用循序渐进的教学方式,在多球和活球的场景下进行多次重复性练习,从而达到提高自我技术动作提高改良的目的。

认证培训班主要内容:

- * 大陆式握拍和喂球技巧,作为球员和教练的最重要握拍方式的各情景演练
- * 五种不同的球感,尤其是放小球和切小球的技巧
- * 截击,使用正确的握拍,步法移动和重心转移的技巧
- * 所有不同握拍的使用要领
- * 开放式站位和关闭式站位的使用环境
- * 单反和双反的优缺点
- * 平击发球、侧旋、上旋的要领

PT L1 网球体能培训师

(结业后的教练针对所有年龄段的网球专业运动员、为了提高其在网球竞技中的体能表现的网球爱好者而开设的理论和实践课程,于 2015 年底落地中国推广。)

PTR 中国 2016 年 3 月开始向全国网球教练,有兴趣从事网球体能训练的健身教练和体能教练,有兴趣了解体能训练内容并从中提高自我体能表现的网球运动爱好者开设了 Performance Trainer(简称 PT L1)的认证培训课程。

认证培训班主要内容:

- * 了解不同比赛风格和击球类型球员所需体能训练要求
- * 制定网球体能训练方案时所遵循的基本原则
- * 网球相关各项体能素质测试的标准操作流程
- * 20 余种网球专项力量训练的练习技巧和进阶,退阶原则
- * 如何制定速度、敏捷及反应训练计划以提高网球专项移动能力
- * 学会制定关于青少年,中老年或女性的训练计划

PTR大师认证体系

PTR 大师级网球课程 L5五级

(计划 2015-2017 年落地中国推广,目前只在美开课)

PTR 大师级网球课程旨在进一步提高教练员的综合知识和素养。参与课程的教练员必须在之前的 L1 或 L3 课程中获得专业级的综合评定方可参与学习。每一门大师级课程均有 200 个小时的在场、课堂、在线和两门课程实施项目。教练员有 2 年的时间来完成学业,并通过 18 门不同领域的考核项目持续不断的对于教练员能力进行评估。

PTR青少年发展大师L5五级

(计划 2015 年落地中国推广)

本课程发展教练员针对各年龄段青少年的俱乐部课程体系的计划和实施能力。教会年轻球员的发展方向 and 进阶体系,同时设计具有创造性的教学系统,最终让更多的青少年留在网球运动中。

PTR 高水平L5五级

(计划 2016 年落地中国推广,目前只在美开课)

本课程教会教练员在球员从青少年专业队发展到大学奖学金系统和 ITF/WTA/ATP 职业球员的综合课程设计和执行能力。教练员需要领会在不同阶段球员发展的不同领域的重要性,最终塑造其在比赛竞技中的终极表现。

PTR 成人发展L5五级

(计划 2017 年落地中国推广,目前只在美开课)

本课程教会教练员如何在俱乐部环境中开展各类课程的设计和执,包括心率网球,速成网球和不同比赛对抗计划等都有包括。如何照顾好每位成人学员的身体发展及社交发展的需要也是课程的重要内容。