

**Zeitschrift:** Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport  
**Herausgeber:** Scuola federale dello sport di Macolin  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** G+S

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Tennis: obiettivi 1995

## Le categorie dei giocatori

E' di capitale importanza adattare gli esercizi alle capacità dei giocatori, infatti, poiché un principiante non ha l'esperienza di gioco di un progressito, bisognerà assegnarli dei compiti differenti. A questo scopo abbiamo suddiviso i giocatori in tre categorie:

- principianti
- giocatori medi
- buoni giocatori

Siamo coscienti che questa suddivisione è soltanto teorica poiché vi sono giocatori che si trovano a cavallo tra una o l'altra categoria e costituiscono così un livello a parte.

### Principianti

Riteniamo principianti tutti quei giocatori che non hanno mai, o quasi mai giocato a tennis. Essi possiedono grandi possibilità di miglioramento per quanto riguarda la percezione e la facoltà di esecuzione, essi hanno inoltre molte difficoltà a coordinare i loro movimenti con quelli della palla che arriva.

Per la categoria dei «principianti» l'obiettivo è: inserire il gioco del tennis come occupazione sensata del tempo libero.

### Giocatori medi

Sono considerati giocatori medi coloro che si esercitano regolarmente e riescono perciò a risolvere differenti problemi e ad ottenere i primi successi. Essi sono capaci di effettuare il piazzamento della palla, di variare e di combinare i diversi colpi anche quelli con effetto.

Per la categoria dei «giocatori medi» l'obiettivo è: perfezionare e completare il gioco.

### Buoni giocatori

Fanno parte di questa categoria i giocatori che con l'esercitazione e l'allenamento finalizzati padroneg-

giano tutto il repertorio dei colpi. Inoltre conoscono un gran numero di varianti tecniche e tattiche e sanno anche applicarle con successo nel modo giusto e al momento giusto. Per la categoria dei «buoni giocatori» l'obiettivo è: continuare a sviluppare il gioco e promuovere le capacità individuali.

Il M 1 ottiene la formazione per insegnare ai principianti fino ai giocatori medi (2-3 anni di pratica di gioco fino a circa R8).

## Monitore 1

### Obiettivo

Saper introdurre il tennis come una giudiziosa occupazione del tempo libero.

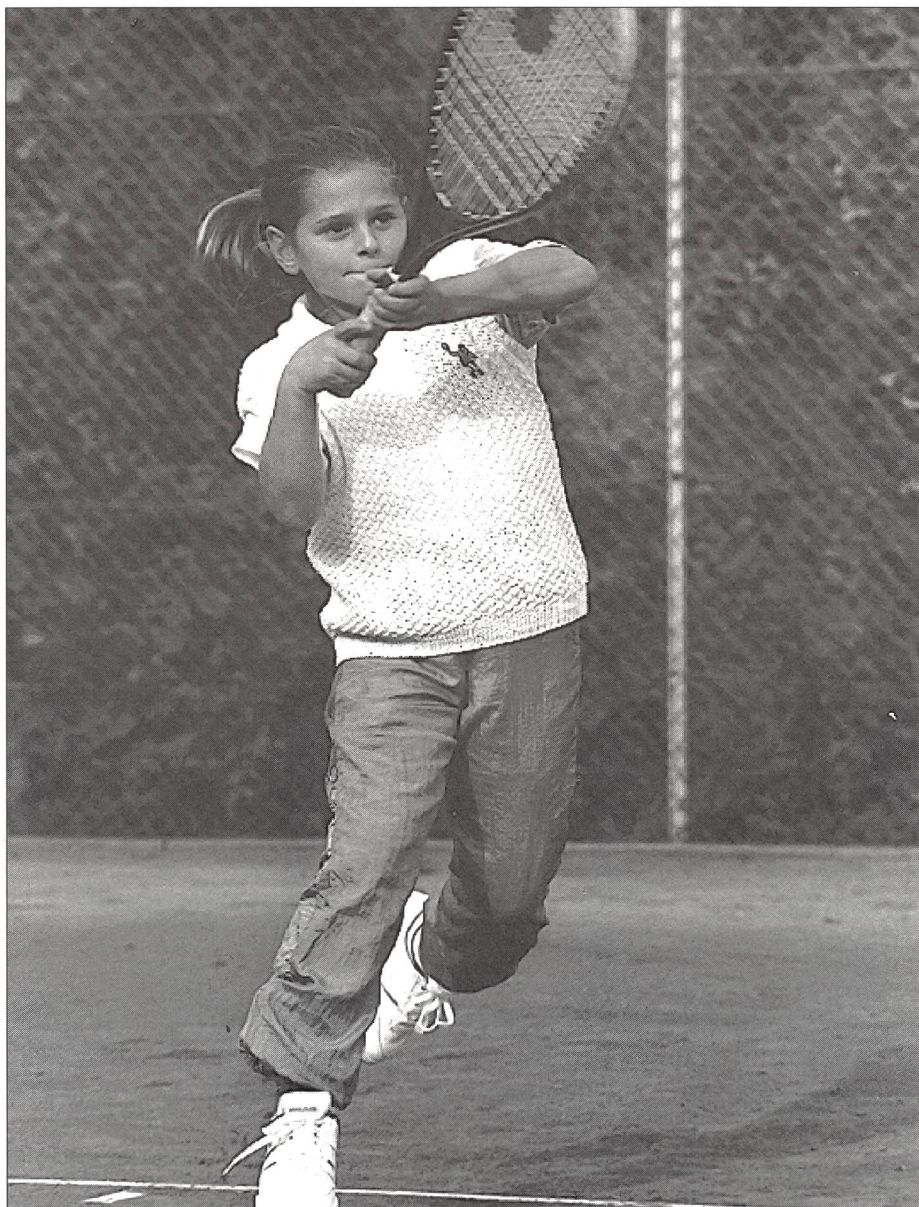
### Attività

Condurre l'allenamento di piccoli club oppure assistere il responsabile del centro di tennis/grandi club.

### Destinatari

Con questa formazione può insegnare ai principianti fino ai giocatori medi (2-3 anni di pratica di gioco, fino a circa R8).

Inoltre, può insegnare ai bambini e ai giovani di 10-20 anni.





## Monitore 2

### Obiettivo

Saper perfezionare e completare il gioco del tennis dei suoi allievi.

### Attività

Organizzare e condurre l'allenamento nei club/centri di tennis.

### Destinatari

Con questa formazione può insegnare ai giocatori medi (fino a circa R5).

Inoltre, può insegnare ai bambini e ai giovani di 10-20 anni.

## Monitore 3

### Obiettivo

Saper sviluppare il gioco del tennis dei suoi allievi e promuovere le qualità individuali.

### Attività

Organizzare e condurre l'allenamento in club/centri di tennis. Assistere una squadra e organizzare i tornei nell'ambito del club.

### Destinatari

Con questa formazione può insegnare a giocatori di livello superiore (fino a circa R2).

Inoltre, può insegnare ai bambini e ai giovani di 10-20 anni.

sponsabile di un centro/grande club

### – Destinatari

Segue una formazione adatta all'insegnamento con principianti e giocatori medi (2-3 anni di pratica, fino alla classifica R8). Insegna ai bambini e ai giovani di 10-20 anni.

### – Insegnamento

Insegnamento in gruppo (piccolo e grande).

### – Formazione

Il modello dell'azione è al centro dell'insegnamento. Una concreta formulazione degli obiettivi del giocatore e delle situazioni di gioco sono alla base della lezione.

## 2. Programma

### – Metodologia/didattica «insegnamento con principianti»

- senso della palla - giocare in modo sicuro e controllato
- piazzamento
- variare e combinare

Riconoscere e correggere gli errori  
Organizzazione dell'insegnamento  
Passaggio

## 3. Durata del corso

Durata: 6 giorni (42 ore)

## 5. Ammissione al CM G+S 1

### – Raccomandazione

– firma di un'organizzazione dove il candidato si impegna a svolgere l'attività di monitore:

- club di tennis
- centro
- scuola
- presidente dell'associazione

### – per CMF:

- SWISS TENNIS club/centro
- Federazione

- Almeno R7 nella classifica attuale, oppure test di idoneità tecnica al CM 1 per R8, R9 e giocatori senza classifica.

### Colpi da dimostrare:

- diritto e rovescio come colpi di fondo
- volée
- smash
- pallonetto
- servizio
- palleggi con un partner di capacità equivalente

Per la valutazione si tiene conto della forma (colpo tipo) e dell'efficienza. Questo test di idoneità deve essere fatto presso un esperto G+S di Tennis almeno 6 mesi prima dell'iscrizione al CM 1.

Il candidato monitore deve stabilire direttamente con l'esperto la data per il test. Gli indirizzi sono elencati nell'annuario SWISS TENNIS o possono essere richiesti all'Ufficio cantonale G+S. L'esperto che ha effettuato il test di idoneità per il CM1, conferma con la sua firma sul modulo di annuncio per il corso di monitori 1, che le esigenze tecniche richieste sono state soddisfatte.

L'esperto dichiara solo:  
idoneo per il CM1 / non idoneo per il CM1.

## 6. Esame di monitore

Teoria: 40 domande sulla materia trattata nel corso.

Metodologia: esercizi d'applicazione per 20-30 minuti

## 7. Qualifica

La qualifica «corso riuscito» viene data se nei campi teoria e metodologia si è ricevuta una nota sufficiente.

## 8. Diritto d'attività

Il monitore 1 che ottiene il riconoscimento è abilitato a svolgere l'attività di capocorso nei corsi di disciplina sportiva Tennis. ■

## CM 1: Foglio d'informazioni

Edizione 1995

### 1. Scopo della formazione

#### – Scopo

Il monitore introduce gli allievi al gioco del tennis e fa conoscere il tennis come una giudiziosa occupazione del tempo libero.

#### – Attività

Il monitore conduce l'allenamento in un piccolo club o assiste il re-