

CONCEPTOS IMPORTANTES PARA LA ENSEÑANZA DEL TENIS

Por Miguel Crespo (Federación Internacional de Tenis)

1. Introducción: La diferencia entre jugar al tenis y enseñar a jugar al tenis.

A. Primera pregunta para los asistentes: ¿Ha cambiado el juego del tenis durante los últimos 20 – 25 años?

B. Segunda pregunta para los asistentes: ¿Ha cambiado la enseñanza del tenis durante los últimos 20 – 25?

C. Conclusiones a las respuestas a ambas preguntas: Entonces... ¿Qué y cómo enseñamos?

2. Las últimas conclusiones de la investigación de la Federación Internacional de Tenis sobre el grado de participación de la gente en todo el mundo indican que:

A. El tenis no parece ser un juego muy divertido de aprender y de jugar. (por ejemplo: Es el nº 21 en orden de preferencia por la población de EEUU).

B. Las características innatas del tenis y las de otros deportes y actividades tienen su influencia (dificultad del tenis, formatos de competición, etc.).

C. España: Gran éxito del tenis español a nivel internacional: ¿Estamos aprovechando este éxito para tener más jugadores?...Hay un descenso progresivo y considerable de licencias federativas durante los últimos años.

D. ¿Qué podemos hacer ante esta situación como entrenadores?: Por ejemplo revisar nuestros objetivos a la hora de enseñar.

3. Objetivos del proceso de enseñanza para un entrenador moderno:

A. ¿Cuál es el objetivo del entrenador moderno? : Es necesario enseñar mejor (es obvio).

B. Hay que intentar conseguir más satisfacción, diversión y rendimiento tanto por parte de los jugadores como del entrenador para atraer a más practicantes y que estos jueguen mejor y durante más tiempo al tenis.

C. Entonces...¿No sería conveniente pensar en lo que hacemos cada día?: Una buena idea puede ser comparar los enfoques de enseñanza antiguos con los nuevos.

4. Para empezar: ¿De dónde obtiene el entrenador la información?

A. Enfoque antiguo: La experiencia y el “olfato” lo son todo. Los libros y los estudios no valen para nada.

B. Enfoque moderno: Combinación de la experiencia y de las conclusiones de las Ciencias Aplicadas al Deporte.

C. Conclusión: Usa lo bueno que tiene la experiencia e intenta hacer prácticos los resultados de las investigaciones.

5. Contenidos: ¿Qué es lo que se enseña a los tenistas?

- A. Enfoque antiguo: Basado en la enseñanza de la técnica (modelos) y centrándose en habilidades de proyección como aspectos más importantes en todos los niveles.
- B. Enfoque moderno: Basado en la enseñanza de situaciones (tácticas) y centrado tanto en las habilidades de proyección como en las de recepción y en la coordinación.
- C. Conclusión: Enseñar habilidades abiertas frente a enseñar habilidades cerradas porque el tenis es un deporte de habilidades abiertas.

6. Cómo se presenta la información: ¿Cómo explico las cosas?

- A. Enfoque antiguo: Basado en el uso exclusivo de los métodos analíticos (descomponer el golpe en fases). ¿Hemos llegado a enseñar un método para aprender a jugar al tenis en lugar de enseñar a jugar al tenis?
- B. Enfoque moderno: Basado en la combinación de los métodos analíticos y globales (enseñar el golpe en su totalidad).
- C. Conclusión: Empieza con global y usa analítico si no se ve progresión en el aprendizaje, si el alumno comete errores (no entiende, no puede...)

7. Cómo se motiva a los jugadores: ¿Qué les digo?

- A. Enfoque antiguo: Basado en el uso de la motivación extrínseca (premios) y de la motivación hacia el resultado (sólo se premia al mejor).
- B. Enfoque moderno: Basado en el uso de la motivación intrínseca (mejorar) y de la motivación hacia el rendimiento (se premia también al que más se esfuerza).
- C. Conclusión: Intentar que se cree un clima motivacional orientado hacia el rendimiento y la cooperación entre los jugadores.

8. El papel de los jugadores: Organización de la clase

- A. Enfoque antiguo: Basado en el uso de la fila: Hacen lo que el entrenador les dice y uno a uno cada vez.
- B. Enfoque moderno: Basado en el uso de asignación de tareas y enseñanza recíproca. Entrenamiento por estaciones, todos trabajan al mismo tiempo. Filas de no más de 3 alumnos.
- C. Conclusión: Más actividad e independencia, menos control. Desorganización organizada.

9. El papel del entrenador: ¿Cuál es el estilo que tiene el entrenador?

- A. Enfoque antiguo: Basado en la utilización de estilos autoritarios. El profesor lo sabe todo, el alumno sólo tiene que atender y hacer lo que se le dice.
- B. Enfoque moderno: Basado en la utilización de estilos de descubrimiento guiado y resolución de problemas. El profesor pregunta, plantea un problema y el alumno responde, busca soluciones al problema.
- C. Conclusión: Más preguntas efectivas y menos comentarios poco eficientes. La forma de enseñar que tiene el profesor es ayudar a que el alumno aprenda. Es importante combinar los estilos según las distintas

situaciones: en casos de emergencia (autoritario), en el resto de las situaciones (democrático).

10. Dar información: Análisis y mejora del jugador

- A. Enfoque antiguo: Basado en el entrenador como el Dr. No, corrigiendo el modelo (Diagnóstico y Corrección). Enfoque negativo: hay que cambiar o corregir.
- B. Enfoque moderno: Basado en el análisis y mejora de una situación dada frente al diagnóstico y corrección general, usando preguntas efectivas, comentarios específicos pero con sentido y el “sandwich positivo”.
- C. Conclusión: Usar un enfoque más positivo, involucrar al jugador en el proceso de mejora. Mejorar lo que el jugador tiene manteniendo los fundamentos para que tenga más confianza en sí mismo.

11. Trabajando la táctica: Enseñar patrones y situaciones, no modelos

- A. Preguntar primero al jugador: ¿Qué quieres hacer?: objetivo táctico (altura, profundidad, dirección, velocidad, etc.)
- B. Preguntar luego al jugador: ¿Cómo lo vas a hacer?: objetivo técnico
- C. Conclusión: Fijar situaciones de juego durante el entrenamiento. Todo golpe (técnica) tiene una razón táctica de ser (un objetivo en el partido).

12. Trabajando la técnica: Respetar al individuo y a la situación (ejemplos)

- A. Empuñadura en el golpe de derecha
- B. Movimiento de la raqueta hacia atrás en golpes de fondo y voleas
- C. Posición en el impacto en el golpe de derecha y de revés
- D. Uso de las partes del cuerpo (caderas y muñeca)
- E. El tronco en el servicio (el servicio liftado)
- F. Acompañamiento
- G. Balance

13. Trabajando para la competición: Hacer que los jugadores piensen por sí mismos. Hacerlos independientes del entrenador:

- A. Mejorar las estrategias de toma de decisiones por parte de los jugadores
- B. Dar opciones (comentarios del entrenador tras los puntos y en los cambios de lado)
- C. Hacer que las apliquen en la pista durante los entrenamientos

14. Conclusiones: “Renovarse o morir, es decir, quedarse como uno está”

- A. Hay que ser inteligente: Es necesario utilizar los nuevos métodos de enseñanza para conseguir un mayor rendimiento y satisfacción de todos.
- B. Hay que ser feliz: Así uno será mejor entrenador
- C. ¡Nunca es demasiado tarde para cambiar!