

# JORNADA DE ACTUALIZACIÓN PARA PROFESIONALES DE LA ENSEÑANZA DEL TENIS

MURCIA CLUB DE TENIS – 27 DE SEPTIEMBRE DE 2001

Miguel Crespo  
Federación Internacional de Tenis

## TEMA 3: NUEVOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA Y ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA: COMPRENSIÓN DEL JUEGO Y SITUACIONES DE JUEGO

Una buena filosofía de entrenamiento ha de basarse en la idea de que la máxima prioridad de todo entrenador es ayudar a que los jóvenes jugadores alcancen su máximo potencial como personas a través de su compromiso para ser mejores jugadores de tenis. Todo jugador ha de ser tratado con ecuanimidad y respeto por su valor individual intrínseco. El bienestar y felicidad a largo plazo de los jugadores tienen que valorarse más que los resultados o recompensas de un determinado momento.

Hay dos enfoques típicos que utilizan los entrenadores de alto rendimiento para trabajar con jugadores.

1. “El enfoque basado en el juego”
2. “El enfoque tradicional”

Es importante que los entrenadores se den cuenta de la existencia de ambos enfoques. El hecho de comprender el enfoque que uno tiene a la hora de entrenar puede tener un gran impacto sobre el desarrollo de los jugadores y del tenis en sí mismo.

### 1. Enfoque basado en el juego:

Se trata de un enfoque orientado al juego y a los objetivos. En este método de aprendizaje, el jugador aprende jugando y/o mediante situaciones de juego durante el entrenamiento. Con este sistema el objetivo es enseñar la técnica en el contexto del juego siempre que sea posible. Para la técnica han de establecerse ciertos fundamentos y un determinado rango de aceptabilidad, al tiempo que hay que tener en cuenta los atributos físicos individuales, los estilos de juego y los objetivos a largo plazo.

Dentro de este concepto es crucial que el entrenador conozca cuáles son las claves fundamentales para la ejecución de los golpes y asegurarse de que el jugador los realiza de la manera más global posible. El entrenador tiene que dividir y trabajar aisladamente la técnica sólo cuando sea necesario y durante el menor período de tiempo posible. La técnica tiene que aprenderse como parte del proceso global de desarrollo y habrá momentos en que el entrenador tenga que ajustarla sin que el jugador se dé cuenta.

### 2. Enfoque tradicional:

Este método hace hincapié en dividir la técnica de las habilidades específicas (golpes) y de los movimientos con el fin de conseguir los objetivos de jugar al tenis. Mediante este método a los jugadores se les enseña primero a pegar a la pelota de manera que luego puedan jugar. Este concepto ha sido muy popular en los Estados Unidos durante muchos años.

El **Enfoque basado en el juego** es generalmente el preferido para la enseñanza de jugadores jóvenes. Ha de enfatizarse el hecho de jugar partidos y de entrenar en situaciones de juego simuladas durante el proceso general de formación de jugadores. Recomendamos que el trabajo técnico aislado se reduzca lo más posible y se realice con la intención de incorporarlo a la situación de entrenamiento simulado cuanto antes.

El **Enfoque basado en el juego** no ha de mal interpretarse como algo que quita importancia a la técnica o al entrenamiento de movilidad fuera de la cancha. Por el contrario, creemos que el jugador aprenderá de manera más efectiva y completa cuando las habilidades técnicas se incorporen a todo el proceso de aprendizaje. Esto ha de producirse durante el entrenamiento simulado de partido o en los partidos. De la misma forma, pensamos que es igualmente importante el hecho de que este enfoque fomenta unos mayores niveles de diversión en el jugador, lo cual es un componente crítico en su desarrollo general. Por tanto es importante que los entrenadores tengan conocimientos amplios sobre todos los aspectos del proceso de desarrollo (p. ej. estrategia, táctica, técnica, psicología) para que sean capaces de integrar todas estas habilidades en el juego del tenista.

### **Elementos de comprensión del juego (ejercicios y juegos)**

- |                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| 1. Golpear la pelota            | 9. Profundidad       |
| 2. Pasarla por encima de la red | 10. Efecto           |
| 3. Meterla en la pista          | 11. Potencia         |
| 4. Pelotear con el compañero    | 12. Ritmo            |
| 5. Jugar contra el contrario    | 13. Espacio          |
| 6. Mover al contrario           | 14. Tiempo           |
| 7. Dirección                    | 15. Resultado        |
| 8. Altura                       | 16. Momentum táctico |

### **SITUACIONES DE JUEGO**

En el juego de individuales pueden distinguirse cinco situaciones diferentes:

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1. El jugador saca.  | 4. El jugador sube a la red    |
| 2. El jugador resta  | 5. El adversario sube a al red |
| 3. El jugador y su adversario<br>están en el fondo de la pista |                                |

Durante las clases, el entrenador debe tratar de organizar ejercicios para que los jugadores practiquen regularmente todas las situaciones de juego. En cada una de las cinco situaciones de juego hay una serie de posibilidades tácticas que puede utilizar el jugador. Es importante que los jugadores sean conscientes de

las diferentes posibilidades tácticas y que el entrenador se cerciore de que, durante el entrenamiento, tengan la oportunidad de llevarlas a la práctica. Obviamente, para utilizar adecuadamente las tácticas descritas a continuación, el jugador debe disponer de las herramientas técnicas necesarias.

**Preguntas:**

1. ¿Cuántos patrones tácticos distintos se utilizaron en cada situación?
2. ¿Cuáles eran las intenciones tácticas de cada patrón?
3. ¿Se dieron patrones encadenados?
4. ¿Cómo se pueden entrenar estos patrones en los distintos niveles (ejercicios, juegos, etc.)?