

ESTRUCTURA DE LA CLASE SIGUIENDO EL ENFOQUE BASADO EN EL JUEGO

Por Dr. Miguel Crespo
Responsable de Investigación,
Departamento de Desarrollo,
Federación Internacional de Tenis

Congreso Nacional de la Real Federación Española de Tenis, Castelldefels, 2002.

1. INTRODUCCIÓN

- **Evolución de la metodología de enseñanza y entrenamiento:**
 - La etapa inicial: global.
 - La etapa analítica.
 - Los métodos modernos.
- **La necesidad de un nuevo enfoque en la enseñanza:**
 - Investigaciones de la ITF sobre la imagen del tenis en el mundo.
 - La competencia de otros deportes.
 - Investigaciones sobre metodología y ciencias del aprendizaje.
 - El papel de las ciencias del deporte en la nueva metodología.
 - El cambio en el juego del tenis.
- **Los orígenes del enfoque basado en el juego:**
 - ¿A qué vienen los jugadores a nuestras clases de tenis?...
 - La pregunta es siempre la misma en todas las clases de tenis del mundo:
“Profesor: ¿Cuándo podemos jugar un partido de tenis?”
 - La respuesta parece ser siempre la misma: **“¿Aún queda bastante?”**
 - ¿Puede un jugador iniciante jugar al tenis en la primera clase?
 - ¿Cuánto tiempo tarda un iniciante en jugar realmente al tenis?
 - ¿Es esto un problema para enseñar mejor y a más jugadores?
 - ¿Han dado solución a este problema los métodos de enseñanza tradicionales?
 - ¿Cómo podemos solucionarlo?
- **Aspectos históricos:**
 - Surgido en la Universidad de Loughborough (Gran Bretaña).
 - Centrado en la enseñanza de deportes a alumnos de secundaria.
 - Autores representativos: Torpe, Almond, Bunker, etc.
- **Denominaciones:**
 - Enfoque basado en la comprensión del juego.
 - Enfoque del juego.
 - Práctica jugada.
- **Aplicación en deportes:**
 - Inicialmente en deportes de equipo.
 - En deportes practicados en la escuela.
 - En deportes con menor dificultad técnica.

- En deportes individuales y con implemento (tenis) se aplica más tarde
- **Aplicación en tenis:**
 - Aplicado al tenis por Rod Torpe (Loughborough) y sus colaboradores.
 - Otra línea de aplicación originaria es la de Jean Brechbuhl (Suiza) en los años 80.
 - Louis Cayer (Canadá) recoge las ideas en su Método de las acciones.
 - La ITF lo toma como base de su programa de tenis en los colegios y de su programa de formación de profesores.
 - Adoptado por numerosas Asociaciones Nacionales en sus programas de entrenamiento y de formación de profesores (Estados Unidos, Gran Bretaña, Bélgica, Italia, etc.).
- **Ejemplos de métodos de enseñanza del tenis modernos:**
 - Enfoque basado en el juego.
 - Método JAJ.
 - Método de las acciones.
 - Método de practicar jugando.
 - Deporte adaptado o mini-deporte: mini tenis.

2. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL ENFOQUE BASADO EN EL JUEGO

- **Objetivos fundamentales:**
 - Que el jugador sea capaz de jugar al tenis lo antes posible.
 - De esta forma podrá disfrutar más y practicar más asiduamente.
 - Para ello es fundamental combinar las habilidades motrices y la comprensión del juego del tenis.
- **Comprender el juego del tenis:**
 - Importancia de comprender el juego: tener “sensación del juego”.
 - Para saber las exigencias del tenis.
 - Para saber lo que el jugador tiene que mejorar.
- **El tenis como deporte de habilidades abiertas:**
 - No hay dos golpes iguales.
 - No hay dos situaciones iguales.
 - Hay gran variedad de opciones, alternativas, soluciones, situaciones...
 - La toma de decisiones es fundamental.
 - El entrenamiento ha de ser también abierto.
 - Los métodos tradicionales enseñan el tenis como un deporte de habilidades cerradas
- **Redefinir el juego del tenis:**
 - Importancia del intercambio.
 - Adaptarlo a las habilidades del jugador.
 - Comprender los aspectos comunes entre el tenis de iniciantes y el tenis de avanzados.
- **El papel de la táctica:**
 - Es la base de todo juego y es la base de la vida.

- Los métodos tradicionales han supeditado la táctica a la técnica.
 - Los jugadores han aprendido la táctica tras dominar la técnica.
 - El jugador ha de saber encontrar las alternativas tácticas de las distintas situaciones de juego del tenis
 - Por ello hay que partir siempre de las situaciones de juego tácticas.
 - Es decir, la táctica (QUÉ) va antes que la técnica (COMO).
- **Componentes del conocimiento tácticos en el tenis:**
 - Espacio.
 - Tiempo.
 - Potencia.
- **Momentos tácticos en una jugada del tenis:**
 - Leer.
 - Responder.
 - Recuperar.
- **Contenidos tácticos básicos:**
 - Consistencia.
 - Movilidad y colocación.
 - Características de la pelota: dirección, altura, profundidad, efecto.
 - Potencia del golpe.
- **Aplicación práctica de los contenidos tácticos:**
 - Situaciones de juego:
 - i. Servicio.
 - ii. Devolución.
 - iii. Juego de fondo.
 - iv. Subida a la red y juego de red.
 - v. Juego contra el jugador que está en la red.
 - Intenciones de juego:
 - i. Atacar
 - ii. Defender
 - Manejo del tiempo:
 - i. Ganar tiempo.
 - ii. Ritmo del peloteo.
 - Manejo del espacio:
 - i. En la cancha propia.
 - ii. En la cancha del contrario.
- **El papel de la técnica y de la biomecánica:**
 - La técnica es un medio para la táctica.
 - Los métodos tradicionales se han centrado demasiado en el trabajo de elementos técnicos (empuñaduras, movimientos de la raqueta, etc.).
 - Pero han olvidado los elementos biomecánicos.
 - Estos aspectos biomecánicos son los fundamentales de la técnica:
 - i. Balance,
 - ii. Inercia,
 - iii. Oposición de fuerzas,
 - iv. Momentum,

- v. Energía elástica,
 - vi. Cadena de coordinación,
 - vii. Velocidad, etc.).
- No hay que dar tanta importancia al estilo (la interpretación de la técnica que hace cada jugador).
- Considerar el equilibrio entre:
 - i. Conformidad: Respetar las leyes biomecánicas.
 - ii. Efectividad: Ganar el punto.
 - iii. Eficiencia: Utilizar la menor energía posible y evitar lesiones.
- **El papel de los jugadores:**
 - Son el centro del proceso de enseñanza.
 - Tienen que participar preguntando, proponiendo.
 - Tienen que pensar alternativas, soluciones...
 - Tienen que interactuar con los compañeros y con el profesor.
 - Quieren retos y tareas en las que tengan que esforzarse y hacerlo bien.
- **El papel de los entrenadores:**
 - Son facilitadores del proceso de enseñanza.
 - Tienen que proponer situaciones, problemas, retos, tareas...
 - Hay de utilizar estrategias de descubrimiento guiado y de resolución de problemas.
 - Utilizar preguntas efectivas.
 - Escuchar a los alumnos
 - Reconocer que es importante aprender de los alumnos.
 - Saber que la enseñanza es un proceso sin fin que progresa constantemente y en el que hay que estar actualizándose continuamente.
- **La estructura de la clase o sesión:**
 - Tradicional:
 - i. Explicación.
 - ii. Demostración.
 - iii. Práctica.
 - iv. Corrección.
 - v. Juego.
 - Basada en la comprensión del juego:
 - i. Juego inicial.
 - ii. Análisis de las necesidades.
 - iii. Ejercicios.
 - iv. Juego final.
- **La importancia del juego:**
 - Establece el reto del tenis.
 - Sirve para probar las habilidades de los jugadores.
 - Sirve para probar distintas alternativas.
 - Sirve para tomar decisiones.
 - Sirve para saber qué es lo que hay que mejorar.
- **La creación del juego:**
 - Adaptación de:

- i. Las reglas.
 - ii. El material.
 - iii. El espacio.
 - iv. Los jugadores.
 - Definido de acuerdo a las capacidades de los jugadores.
- **La organización de la clase:**
 - Evitar las filas lo más posible.
 - Utilizar:
 - i. Ejercicios individuales.
 - ii. Asignación de tareas por parejas o tríos.
 - iii. Estaciones.
 - iv. Rotaciones.
 - v. Trabajo individual del entrenador con los alumnos en la clase en grupo
- **Programación de las clases:**
 - Tradicional:
 - i. Empieza con la derecha, luego el revés, el servicio, etc.
 - ii. Cada día se enseña un golpe.
 - iii. Son contenidos fundamentalmente técnicos.
 - iv. Se incluyen los contenidos tácticos cuando se dominan los técnicos.
 - Basada en la comprensión del juego:
 - i. Empieza con objetivos tácticos basados en situaciones de juego.
 - ii. Cada día se enseña un objetivo táctico relacionado con uno o más elementos técnicos.
 - iii. Los contenidos son fundamentalmente tácticos.
 - iv. Los contenidos tácticos y técnicos se trabajan y desarrollan al mismo tiempo.
- **La importancia de la competición:**
 - En otros deportes se compete inmediatamente desde el inicio.
 - En tenis hay que esperar:
 - i. Se considera que es muy difícil.
 - ii. Los entrenadores no utilizan competiciones adaptadas.
 - iii. Solo se puede competir cuando se dominan los golpes.
 - Falta de motivación de los jugadores que puede llevar al abandono.
- **Problemas de las nuevas metodologías:**
 - Falta de relación entre los avances científicos y los entrenadores.
 - Posible rechazo por parte de los entrenadores.
 - i. Reconocen la necesidad del cambio.
 - ii. No tienen la suficiente confianza para hacerlo.
 - iii. Les faltan argumentos para llevarlo a cabo.
 - Posible rechazo por parte de los padres.
 - Las mejoras técnicas no se ven tan pronto.
- **Malos entendidos más habituales con respecto a las nuevas metodologías:**

- Esto es algo completamente nuevo. No tiene nada que ver con lo que se ha hecho antes. El cambio es muy grande.
 - No hay que enseñar nada de técnica. Ni empuñaduras, ni posiciones de golpeo...ni nada.
 - Sólo táctica...todo táctica..muchas toma de decisiones...
 - No hay que dar consejos a los alumnos. Ellos tienen que descubrirlo todo.
 - No hay que planificar ni programar las clases...hay que improvisar.
 - Hay que encadenar un juego tras otro y así sucesivamente.
 - Todo vale. No importa como se le pega a la pelota, lo importante es pasarla.
 - Hay que olvidarse de los métodos analíticos...enseñar sólo global..todo global.
- **Investigaciones sobre las nuevas metodologías:**
 - Los alumnos disfrutan más.
 - Los alumnos comprenden más el tenis.
 - Hay que mejorar los aspectos relacionados con el trabajo técnico.
 - Es necesario investigar más sobre la aplicación de estas metodologías en jugadores de todos los niveles, sexos y edades.

3. EJEMPLOS PRÁCTICOS DE LA ENSEÑANZA USANDO EL ENFOQUE BASADO EN EL JUEGO

- **La actitud del profesor**
 - Hay que ser abierto, flexible y estar preparado para cambiar la metodología tradicional de enseñanza.
 - Hay que convertir las clases en un “laboratorio de aprendizaje”
 - Hay que comprometerse para enseñar mejor y que los alumnos disfruten más jugando al tenis.
 - Prepararse e intentar saber más sobre el tenis y los métodos de enseñanza modernos.
 - Combinar los aspectos teóricos del tenis con los prácticos en la cancha.
 - Intentar evolucionar y hacer algo nuevo y distinto a la forma en que el entrenador fue enseñado a jugar.
- **Nivel de iniciantes**
 - Objetivo de la clase: Mover al contrario adelante y atrás.
 - Situación de juego: Peloteo desde el fondo de la pista
 - Problema táctico: ¿Cómo presionar al contrario moviéndolo?
 - Habilidades técnicas: Aprendizaje de los golpes de fondo.
- **Nivel de intermedios**
 - Objetivo de la clase: Pasar al contrario que está en la red
 - Situación de juego: Jugar contra el jugador de la red
 - Problema táctico: ¿Qué alternativas hay para pasar al contrario que está en la red?
 - Habilidades técnicas: Aprendizaje del passing shot y del globo con sus variantes.

- **Nivel avanzado**
 - Objetivo de la clase: Atacar desde el principio del punto
 - Situación de juego: Servicio
 - Problema táctico: ¿Qué opciones tácticas tengo para atacar al contrario desde el principio del punto?
 - Habilidades técnicas: Mejora del primer servicio al lado débil o abierto del contrario y del segundo golpe tras el servicio.

4. CONCLUSIONES

- **Para los jugadores:**
 - Son más independientes.
 - Son más libres.
 - Interaccionan más.
 - Piensan más.
 - Están más preparados para tomar decisiones.
 - Pueden ser más críticos y creativos.
 - Aprender a jugar al tenis con más sentido del juego.
 - Desarrollan un juego más individualizado y menos automático.
 - Se divierten más jugando al tenis.

- **Para el entrenador:**
 - Tiene que ser más creativo.
 - Tiene que tener un concepto más amplio de la enseñanza y del tenis.
 - Ha de estar actualizándose continuamente.
 - Tiene que preparar las clases con muchas variantes y alternativas.
 - El método aumenta la cantidad de jugadores que desean seguir asistiendo a clases de tenis.
 - Le facilita alcanzar las metas.
 - Observa a los jugadores como progresan individualmente.
 - Facilita el proceso de aprendizaje.
 - Observa como los jugadores disfrutan en sus clases.
 - Observa como los jugadores comprenden más el juego del tenis.

- **Para la enseñanza:**
 - Las clases serán mejores porque los alumnos prefieren aprender a jugar al tenis que aprender un método para jugar al tenis
 - Facilita la participación individual máxima.
 - Facilita el aprendizaje activo con menos tiempo de instrucción.
 - La competición es más equilibrada.
 - Ofrece más oportunidades.
 - Supone una evolución.
 - Se mejora el proceso por que se puede enseñar mejor a más gente.
 - Permite adaptar la metodología a alumnos de distintos niveles de juego, edades y sexos:
 - i. Iniciantes sin experiencia anterior.
 - ii. Iniciantes con talento.
 - iii. Jugadores de nivel intermedio o perfeccionamiento interesados simplemente en disfrutar del tenis.

- iv. Jugadores de nivel intermedio o perfeccionamiento interesados en progresar en el tenis.
- v. Jugadores de nivel avanzado dedicados a la competición.
- vi. Jugadores de élite profesionales.