

PRACTICA DE TACTICA: LA ANTICIPACION

por Miguel Crespo Celda

1. Definición.

La anticipación en tenis significa adivinar cuáles son las intenciones del contrario de forma que el jugador se pueda preparar adecuadamente para reaccionar.

La anticipación es una cualidad táctica que desarrolla el jugador intermedio y avanzado y que le permite tomar ventaja sobre su contrario en una situación normal de partido.

Podemos decir que toda anticipación consta de varios elementos:

- Percepción de las intenciones del contrario.
- Decisión sobre lo que conviene hacer.
- Ejecución de la acción.

Es decir, que en todo proceso de anticipación, al tratarse de un elemento táctico, podemos distinguir un aspecto mental (percepción y decisión) y otro físico (ejecución).

2. Importancia.

La anticipación tiene grandes ventajas porque:

- Se sorprende al contrario.
- Evita que éste juegue cómodo y tranquilo.
- Compensa la falta de movilidad del jugador.
- Compensa las carencias físicas o técnicas.
- Reduce el tiempo de respuesta del contrario.

3. Tipos de anticipación.

Podemos distinguir dos tipos básicos de anticipación:

- Anticiparse a la trayectoria de la pelota (es la más importante).
- Anticiparse a los movimientos y gestos del contrario.

4. Anticipación en los distintos niveles de juego.

La anticipación sufre una evolución de la misma forma que lo hacen los jugadores. Es difícil anticiparse a los golpes de los jugadores principiantes porque ellos mismos no saben ni siquiera donde van a dirigir la pelota.

Por el contrario, es algo más fácil anticiparse a los jugadores de nivel intermedio porque intentan utilizar la técnica y la táctica adecuadas ya que han sido entrenados de esa forma.

Por último, es muy difícil lograr anticiparse al juego de un jugador avanzado porque estos han desarrollado unas técnicas de "amago" y "camuflaje" para evitar que se descubran sus intenciones.

5. Factores de los que depende la anticipación.

Entre otros podemos destacar los siguientes:

- **Concentración:** Un jugador que se concentra en los aspectos más importantes del juego tiene mayores probabilidades de acertar y descubrir las intenciones del contrario.

- **Inteligencia en el juego:** Los jugadores que tienen ese "sentido" de pensar las jugadas de forma previa son capaces de adelantarse a su oponente.

- **Experiencia:** El conjunto de situaciones previas que ha vivido el jugador, si se ha encontrado en ese contexto anteriormente y ha reaccionado de forma adecuada o no, le ayudarán a anticiparse con éxito.

- **Habilidad para cubrir la pista correctamente:** Si el jugador desarrolla una buena técnica de "posicionamiento en la pista" (teoría de la bisectriz, etc.) al mismo tiempo que es capaz de llevar a cabo un juego de pies eficiente, también podrá anticiparse con más acierto.

- **Velocidad de reacción y de ejecución:** Es el factor físico que está directamente relacionado con la capacidad de anticipación del tenista.

6. ¿Cuándo hay que anticiparse?

1. Anticiparse siempre que sea posible.

2. Cuanto más difícil y adversa sea la situación para un jugador mayor es la necesidad de anticiparse a las intenciones del contrario.

3. Cuando la situación es totalmente desesperada, por ejemplo, si dejamos una volea muy alta y muy corta, la anticipación es un deber, es decir, el jugador ha de elegir uno de los dos lados y jugárselo al "todo o nada". En este caso suele ser un factor de suerte.

7. Técnicas para mejorar la anticipación.

A continuación se exponen algunas técnicas y métodos que pueden ayudar al jugador a anticiparse con mayor éxito a las intenciones del contrario.

- Conocer las situaciones ofensivas, neutras y defensivas (teoría de las velocidades de la pelota y teoría del semáforo aplicada a los colores de las pelotas): Durante un peloteo la pelota viaja a tres velocidades distintas;
 - + Normal: El jugador ha de golpear lo más fuerte posible pero controlando el golpe.
 - + Más rápida: El jugador ha de reducir la velocidad del golpe.
 - + Más lenta: El jugador ha de aumentar la velocidad del golpe.

Estas tres posibles velocidades se pueden relacionar con la teoría "del semáforo":

- + Rojo: Peligro, pelota rápida, reducir la velocidad.
- + Amarillo: Precaución, pelota normal, control.
- + Verde: Vía libre, pelota lenta, aumentar la velocidad.

En tenis se trata de que lleguen la mayor cantidad posible de pelotas "verdes" ya que cuando viene una pelota de esas características el jugador puede jugarse el punto.

La anticipación consiste básicamente en adivinar el tipo de "color" que tiene la pelota que va a llegar.

- Saber hacia donde se tiene que recuperar la posición (teoría de los imanes): El jugador tiene que recuperar su posición siempre hacia el imán que está más próximo.

- Estudiar al contrario con antelación: Gran parte del trabajo de anticipación hay que llevarlo a cabo antes de que empiece el partido. El jugador ha de analizar las características de su oponente y saber cómo reacciona ante las distintas situaciones de partido.

- Conocer las reacciones habituales de los jugadores ante situaciones comunes: Por ejemplo, cuanto más se fuerce a un jugador más probabilidades existen de que juegue un globo en lugar de un golpe normal.

- Analizar la calidad del propio golpe para decidir qué tipo de movimiento se ha de realizar: Por ejemplo, si un jugador realiza un passing cruzado y bajo, tendrá que adelantarse porque lo normal es que la volea baja del contrario se quede corta, pero si el passing es alto y al centro, deberá correr en diagonal hacia el lado libre de la pista porque el contrario jugará hacia allí su volea alta ganadora.

- Analizar la calidad del golpe del contrario para decidir qué tipo de movimiento se ha de realizar: Por ejemplo si el contrario tiene un segundo saque liftado muy alto es mejor adelantarse para restar muy delante y tomar la iniciativa,

pero si su segundo es cortado y angulado hay que esperar y salir más en diagonal para cortar el ángulo de la pelota.

- Forzar a que el contrario haga el golpe que el jugador quiere: Presionarle en determinadas situaciones sobre un golpe en concreto de forma que lo realice de forma incómoda. Por ejemplo cambiando la posición que se adopta para restar, etc.

- Inducir al contrario para que haga el golpe que el jugador quiere: Por ejemplo, si sabemos que es un jugador de fondo de pista, dejarle pelotas cortas para que "pique" y suba a la red de forma que luego el jugador le pueda pasar fácilmente. Si estamos "vendidos" en la red, movernos hacia un lado y dejar la pista abierta para que juegue a la zona libre, puede ser que falle por tenerlo tan fácil o que tire donde está el jugador, etc.

- Saber "leer" las intenciones del contrario: En ocasiones, el oponente "telegrafía" el golpe que quiere hacer y nuestro jugador ha de saber interpretar ese mensaje que recibe. Esto puede realizarse de las siguientes formas;

+ Observar la trayectoria y velocidad de la pelota: De esta forma se sabe el "color" que tiene y si se tratará de una situación ofensiva, neutra o defensiva.

+ Observar el bote de la pelota: Todas las pelotas rebotan de la pista con un efecto liftado, no importa el efecto que tuvieran antes, unas lo hacen con mayor altura que otras, además también hay que estar atento a los posibles malos botes.

+ Observar la preparación del golpe del contrario: Aspectos tales como la empuñadura, el arco de trayectoria de la raqueta, la elevación de la pelota en el saque, pueden indicar la dirección del golpe, su efecto, etc.

+ Observar el impacto del golpe: Si el contrario devuelve una pelota que le ha llegado corta, lo más normal es que realice un golpe cruzado, si la pelota le ha sobrepasado, lo lógico es realizar un golpe cruzado.

+ Observar el acompañamiento de golpe: Su altura y dirección pueden indicar el tipo de golpe que se ha ejecutado o el movimiento que el jugador va a realizar tras haber ejecutado el golpe.

+ Observar la colocación del jugador: La posición de los pies, la colocación del cuerpo, etc. Si el jugador adopta una posición abierta, lo normal es que el golpe sea paralelo, los hombros son los que dan la clave para saber el tipo de golpe que el oponente va a realizar.

+ Observar los patrones de juego del contrario: Las jugadas que repite una y otra vez. Las preferencias que tiene en cuanto a golpes, direcciones, efectos, movimientos, etc. Si recurre a patrones de juego habituales cuando se le

ataca (derecha cruzada, revés paralelo, dejadas, etc.). Saber qué es lo que hace en situaciones difíciles, si es agresivo y arriesga mucho cuando lo tiene todo perdido, etc.

8. ¿Cómo evitar que el contrario se anticipe?

Podemos dar los siguientes consejos:

- Variar el juego: Evitar seguir un patrón fijo que permita predecir al contrario lo que se va a hacer. Combinar la velocidad con la colocación, pero sin apartarse excesivamente del patrón de juego habitual que se tiene.

- Camuflar las intenciones para intentar confundir al contrario:

+ Utilizar la misma preparación para los golpes de fondo que para las dejadas.

+ Utilizar la misma posición de preparado para golpes paralelos y cruzados.

+ Utilizar la misma elevación de la pelota para los distintos saques con efecto.

+ Variar la posición de preparado para el servicio (colocarse más al extremo y realizar servicios planos).

+ Si se va a jugar saque y volea, hacer esta jugada dos veces seguidas y a la tercera quedarse en el fondo.

+ Si se han jugado dos passings caso seguidos, al tercero jugar un globo.

+ Cuando se deja una pelota muy fácil al contrario a media pista, simular que no se tiene interés por el punto caminando hacia el fondo de la pista para desconcertar al contrario y luego reaccionar rápidamente.

+ En dobles, dar instrucciones falsas al compañero de forma que las oigan los otros y así no sepan a qué atenerse.