

II Congreso Nacional

ciencias aplicadas al tenis

APRENDIZAJE DEL TENIS BASADO EN LA COMPRESION DEL JUEGO

Diego Muñoz Marín

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Entrenador Nacional de Tenis

Luis García González

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Monitor Nacional de Tenis

Rafael Timón Andrada

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Guillermo Jorge Olcina Camacho

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

RESUMEN

El presente trabajo trata de exponer una metodología de enseñanza del tenis basada en la comprensión del juego, y en principios lúdicos, recreativos, y en el aprendizaje de conceptos, alejándonos de los tradicionales planteamientos técnicos de este deporte. Tratamos de abordar la enseñanza del tenis en base a situaciones de juego reales, introduciendo conceptos tácticos con una complejidad progresiva, que lleven al alumno a comprender el juego en primer lugar, mediante la solución de problemas tácticos. Para ello, se manipulan distintas situaciones de juego, aplicando diferentes principios tácticos y utilizando las herramientas técnicas, que llevan a comprender el juego de una forma más global y completa.

PALABRAS CLAVE

comprensión del juego, tenis, táctica, aprendizaje.

INTRODUCCION

Durante muchos años, la enseñanza del tenis se ha basado en un estilo de enseñanza directivo, donde el alumno tenía un papel pasivo durante el proceso de aprendizaje. Asimismo, el objetivo fundamental de la mayoría de los entrenadores y docentes, ha sido el desarrollo de los aspectos técnicos de este deporte, mediante tareas de repetición de golpes, dejando un poco de lado el trabajo perceptivo y de toma de decisiones. Como establecían Falkowski y Enríquez (1988) el dominio de los gestos técnicos debía ser el primer escalón para el aprendizaje en la práctica. Si bien,

son numerosos los estudios en torno a la Educación Física que establecen carencias y limitaciones de este tipo de aprendizaje técnico, como pueden ser una limitada capacidad de decisión y la escasa transferencia del aprendizaje técnico al juego real (Romero, 2001).

La carencia del trabajo cognitivo, a nivel perceptivo, decisivo y conceptual es evidente en las etapas de iniciación, lo cual va a limitar el desarrollo de los alumnos de tenis. Debemos partir de la base de que el tenis es un deporte en el que el jugador siempre trata de buscar soluciones ante situaciones problemáticas que se plantean. Es por ello que creemos conveniente que desde la etapa de iniciación se haga reflexionar al joven jugador acerca de su práctica. Nos encontramos de este modo con una eminente necesidad, esto es, el alumno ha de saber lo que está haciendo, y para ello, ha de poseer la formación conceptual necesaria, para poder entender el juego.

Mediante este trabajo queremos exponer un enfoque para la enseñanza del tenis, denominado **“aprendizaje comprensivo del tenis”**, cuya orientación básica es el aprendizaje basado en la táctica, e ir ofreciendo a los alumnos las herramientas técnicas necesarias para ir solucionando los problemas tácticos planteados.

1. Enseñanza basada en el juego. Importancia del aprendizaje conceptual.

Se trata de un enfoque orientado al juego y al aprendizaje del tenis basado en la comprensión del deporte. En este método de aprendizaje, el jugador aprende jugando y/o mediante situaciones de juego, siendo el objetivo enseñar la técnica en el contexto del juego siempre que sea posible. Dentro de este concepto es crucial que el profesor 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 profesor 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.

Además, los principios básicos de este modelo establecen como (Rink, 1998; citado por Romero, 2001):

- las estrategias de juego deben adquirirse a través de procesos cognitivos aprendidos.
- la táctica debe desarrollarse al mismo tiempo que las habilidades técnicas para aprender cómo se utilizan en el juego.

las estrategias de juego deberían enseñarse a través de la indagación y resolución de problemas.

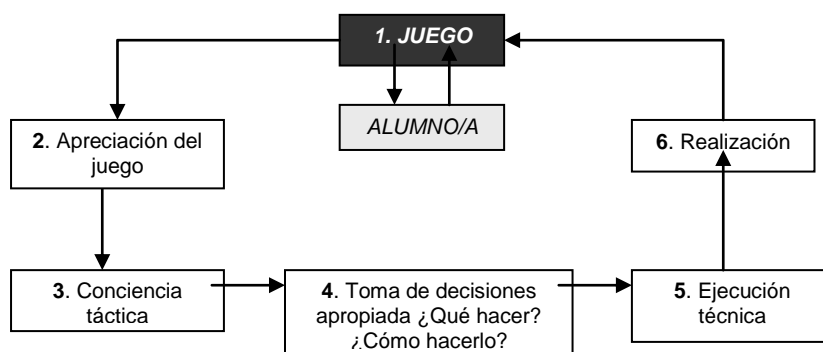


Figura 1. Modelo para la enseñanza de los juegos deportivos según Bunker y Thorpe (1982), en Thorpe (1992, p. 188), citado por García (2001).

De la misma forma, pensamos que es igualmente importante el hecho de que este enfoque fomenta unos mayores niveles de diversión en el alumno, lo cual es un componente importante en su desarrollo general, y en su vinculación con este deporte, creando un hábito de práctica deportiva fundamental para el alumno.

El enfoque basado en el juego se fundamenta en la idea de “enseñar a jugar al tenis”, ya que los alumnos que quieren aprender, saben que el tenis es un juego, y piensan que eso es exactamente lo que vienen a aprender. Según Pankhurst (1999), el tenis es un juego, y un juego trata de táctica, comprender lo que hay que hacer y cómo usar el espacio de juego. En el entrenamiento basado en los juegos se coloca a los jugadores en situaciones de juego desde el principio. Se les enseña a solucionar problemas (por ejemplo, de atacar y defender). Los entrenadores utilizan distintas metodologías para mejorar las habilidades de los jugadores para pensar y mejorar la técnica necesaria.

2. Estructura del modelo de enseñanza basada en el juego

Una vez expuesto nuestro enfoque de enseñanza del tenis basada en el juego, nos centraremos en la progresión que debemos seguir para llevar a cabo el proceso de enseñanza – aprendizaje, relacionada con las posibles situaciones de juego que existen en el tenis, y los principios básicos tácticos del mismo.

Según Pankhurst (1999), en el deporte del tenis, sea cual sea el nivel y la edad de los practicantes, distinguimos las siguientes situaciones de juego:

- Situación de servicio.
- Situación de resto.
- Situación de fondo de pista con el contrario jugando en el fondo de pista.
- Situación de aproximación a la red, o en la red, con el contrario en el fondo de pista.
- Situación de fondo de pista, con el contrario en aproximación a la red, o en la red.

Por otro lado, existen una serie de principios tácticos básicos, que debemos de trabajar en cada una de las situaciones de juego, y que son los siguientes:

- **Mantener la pelota en juego:** el principal objetivo de un alumno/jugador de tenis debe ser pasar la pelota por encima de la red.
- **Dirección de la pelota:** debemos enseñar a nuestro alumno a comprender que golpear a la pelota tras un desplazamiento, o incluso en carrera, es más difícil que golpear a la pelota en una situación estática sin desplazamiento previo. De este modo, el alumno debe intentar, como segundo objetivo, dirigir la pelota hacia espacios libres, lejos de la ubicación del otro jugador. El alumno debe comprender que los conceptos de “espacio y tiempo” son los más importantes en este deporte, es decir, dirigir la pelota hacia lugares libres alejados del jugador contrario en el menor tiempo posible.
- **Ubicación en “mi” parte de la pista:** debemos hacer comprender a nuestro alumno, que el otro jugador intentará dirigir su pelota hacia lugares alejados de su posición, de forma que adquiere mucha importancia la colocación del jugador en la pista, con el objetivo de alcanzar siempre la pelota enviada por el otro jugador (teoría de la bisectriz, figura 2).

- **Conocer y aprovechar mis mejores golpes:** debemos intentar enseñar a nuestro alumno que sus posibilidades de conseguir los objetivos propuestos aumentarán si es capaz de utilizar sus mejores golpes durante el mayor número de veces posible.
- **Conocer y aprovechar las debilidades del otro jugador:** debemos intentar que nuestro alumno aprenda a aprovechar los puntos débiles del otro jugador, lo que incidirá positivamente en la consecución de sus objetivos.

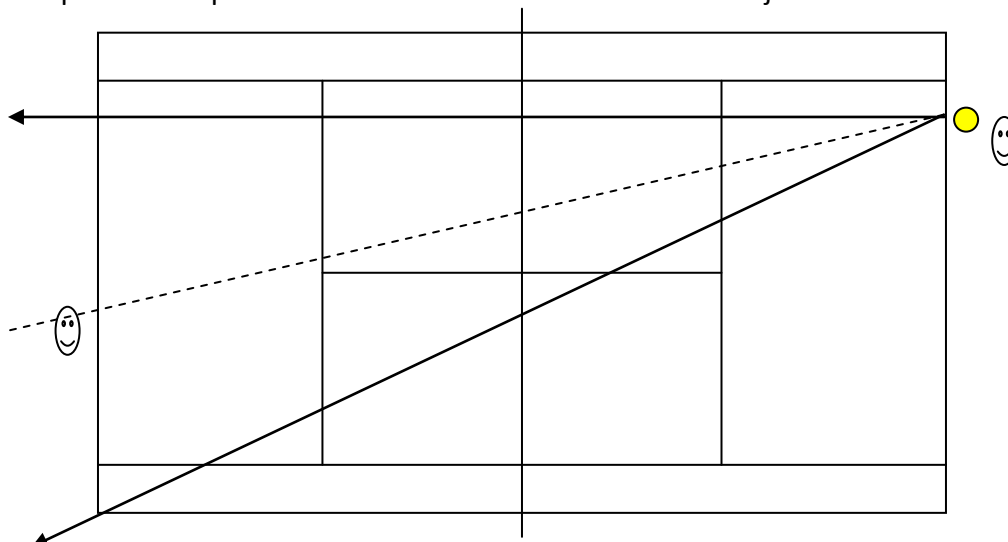


Figura 2. Teoría de la bisectriz, de ubicación del jugador en la pista.

El jugador debe ubicarse en la bisectriz del ángulo formado por los lugares más alejados donde el otro jugador pueda lanzarle la pelota

Evidentemente, debemos aportar a nuestro alumno las herramientas necesarias para llevar a cabo sus decisiones de juego. Para ello, distinguimos los siguientes gestos técnicos (RFET, 2005):

A) BASICOS:

- **Derecha:** golpe ejecutado cuando la pelota es golpeada tras el bote por el lado del brazo dominante.
- **Revés:** golpe ejecutado cuando la pelota es golpeada tras el bote por el lado del brazo no dominante.
- **Volea:** golpe ejecutado, tanto de derecha como de revés, sin que la pelota bote antes en nuestro campo. Normalmente, se realiza cerca de la red.
- **Remate:** golpe que se realiza impactando la pelota por encima de la cabeza.
- **Servicio:** golpe mediante el que se pone en juego la pelota, por detrás de la línea de fondo.

B) ESPECIALES: son golpes ejecutados con intención totalmente táctica, utilizando alguno de los golpes básicos para llevarlos a cabo.

- **Globo:** golpe que se ejecuta siempre con una trayectoria elíptica, con diferentes finalidades (sobrepasar al otro jugador que se encuentra en la red, conseguir más tiempo para recuperar una colocación óptima en la pista, etc)
- **Dejada:** golpe que bota muy cerca de la red, como si “dejáramos caer” la pelota suavemente al otro lado de la red.

- **Bote-pronto:** golpe que se ejecuta inmediatamente después de que la pelota haya botado en el suelo.
-
- C) **DE SITUACION:** se producen por una situación determinada del juego, relacionados con la ejecución o la acción anterior del otro jugador.
 - **Resto:** golpe que se ejecuta tras el bote de la pelota enviada como servicio.
 - **Passing-shot:** golpe que se realiza cuando el jugador rival se encuentra en la red, intentando que la pelota lo sobrepase por alguno de los laterales.
 - **Contra dejada:** dejada que se ejecuta como contestación a una dejada inmediatamente anterior realizada por el otro jugador.

Una vez establecidas las diferentes situaciones de juego, los aspectos tácticos básicos y las herramientas técnicas necesarias para llevarlos a cabo, expondremos los aspectos que podemos modificar y debemos utilizar para el óptimo aprendizaje de nuestro deporte. Entre ellos destacamos los siguientes:

- **Espacio de juego longitudinal:** debemos comenzar con la adaptación de las dimensiones de la pista, a la edad y nivel de nuestros jugadores. Podemos comenzar, en jugadores de temprana edad, en las zonas de servicio, para progresar posteriormente a zonas de $\frac{3}{4}$ de pista, y terminar en pista completa, en función del aprendizaje de los jugadores.
- **Espacio de juego transversal:** progresaremos desde espacios reducidos hacia espacios mayores, en cuanto a límites laterales de la pista. Debemos favorecer el aprendizaje con poco desplazamiento, donde podemos priorizar la consistencia de juego (pasar la pelota por encima de la red), para progresar hacia espacios más abiertos, con mayores posibilidades tácticas (jugar al espacio).
- **Pelota:** debemos utilizar, en las primeras etapas, pelotas de tenis sin presión, ya que permiten un mayor control de la pelota, menor bote, y menor velocidad de desplazamiento de la misma, favoreciendo y minimizando el impacto negativo que puede producir las limitaciones físicas de los alumnos.
- **Altura de la red:** para facilitar el aprendizaje de los aspectos tácticos básicos del tenis, podemos modificar la altura de la red, adaptándola a las características de nuestros jugadores. Debemos priorizar objetivos, en este caso los tácticos, y facilitar el cumplimiento de los mismos.
- **Golpes utilizados:** debemos seguir una progresión lógica en este sentido, relacionada fundamentalmente con las necesidades del juego. Si nos centramos en conceptos tales como la creación de espacios, debemos centrar nuestros esfuerzos en utilizar las herramientas adecuadas a nivel técnico, como pueden ser los golpes de fondo (derecha y revés), de forma que cuando el jugador comprenda que es necesario jugar cerca de la red en determinadas circunstancias, pues incorporaremos voleas y remates.
- **Dificultad de las situaciones tácticas:** debemos comenzar con la creación de situaciones que no suponga la ejecución de muchos golpes, para posteriormente, ir progresando cada vez más hacia situaciones más complejas.

También, debemos crear situaciones que faciliten o que dificulten la consecución del objetivo, para que el jugador discrimine en que momento debe realizar cada acción (por ejemplo: no debemos realizar aproximaciones a la red con golpes ejecutados desde el fondo de la pista, pues el porcentaje de éxito es menor que las ejecutadas desde mitad de la pista).

- **Percepción y decisión:** en primer lugar, plantearemos actividades donde se priorice la percepción a la decisión, es decir, situaciones en las que en función de la actitud del otro jugador, deba tomar una solución única (percepción sobre decisión), mientras que posteriormente plantearemos actividades con varias posibles soluciones ante la misma actitud del jugador contrario.

3. EJEMPLO DE SITUACION DE JUEGO

A continuación exponemos un ejemplo de esta metodología de enseñanza del tenis basada en conceptos.

SITUACIÓN: APROXIMACIÓN A LA RED	
OBJETIVOS:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aprender momentos eficaces de aproximación a la red. ✓ Aprender la mejor dirección de aproximación a la red. ✓ Mejorar golpes de aproximación a la red y volea.
CONTENIDOS:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Creación de espacios libres. ✓ Ocupación correcta de nuestro espacio. ✓ Golpes de aproximación. ✓ Golpes de volea.
ACTIVIDADES:	
<p><i>BREVE EXPLICACION DE LA SITUACIÓN A TRABAJAR.- Nuestra intención es que el alumno comprenda en que situaciones debe realizar la aproximación a la red, hacia donde debe enviar su pelota, como debe dirigirse a la red y donde debe ubicarse para cubrir el mayor espacio posible.</i></p>	
Actividad 1. “Desde donde puedo subir a la red”	
<p>El profesor lanza una pelota profunda, de forma que el jugador está obligado a subir a la red para volear tras el golpeo. El juego continua hasta la finalización del punto. <i>¿Qué ocurre con el punto? Normalmente el jugador lo perderá porque no le da tiempo a aproximarse a la red.</i></p> <p>IDEM, pero la pelota lanzada por el profesor es corta (mitad de pista).</p> <p><i>¿Qué ocurre con el punto? En esta ocasión, el jugador tiene tiempo para aproximarse a la red. Pero la consecución del punto dependerá de factores como hacia donde lance su pelota, hacia donde se dirija el jugador, y donde se ubique en la red.</i></p> <p>CONCLUSION: “debo subir a la red cuando me encuentre cerca de ella”.</p>	
Actividad 2. “Hacia donde lanzo mi pelota, si estoy desplazado”	
<p>Una vez discriminado el momento eficaz de aproximación, el profesor lanza pelota corta, hacia una lateral de la pista, de forma que el jugador está obligado a subir a la red para volear tras el golpeo. El juego continua hasta la finalización del punto.</p> <p><i>¿Qué ocurre con el punto? En este caso, pueden existir 2 opciones, que el jugador golpee su pelota cruzada, o que la envíe paralela. En el primer caso el jugador normalmente perderá el punto porque dejará demasiada pista libre tras el golpeo. En el segundo caso, el jugador incrementa sus posibilidades de ganar el punto, en función de cómo se dirija a la red y su ubicación en ella.</i></p> <p>CONCLUSION: “cuando realice una aproximación a la red con una pelota que golpee en un lateral de la pista (alejado del centro), debo lanzar paralelo, porque incrementan mis posibilidades de conseguir el punto.</p>	

Actividad 3. “Dónde me coloco en la red”

Una vez comprendido el lugar hacia donde lanzar la pelota de aproximación en determinadas circunstancias, el profesor parte de la misma situación, y en este caso, el jugador envía la pelota paralela y se aproxima a la red.

¿Qué ocurre con el punto?. En este caso, pueden ocurrir 2 cosas, que el jugador se dirija hacia el línea central cerca de la red, o que se dirija hacia el lugar donde ha lanzado su pelota, es decir, un poco desplazado del la línea central. En el primer caso, el jugador perderá normalmente el punto, pues el espacio dejado en la zona paralela es demasiado grande y facilita el passing-shot. En el segundo caso, el jugador incrementará sus posibilidades de conseguir el punto, pues ese lugar en la pista le permitirá cubrir muy bien el paralelo, mientras que también tendrá tiempo en volar ante una pelota cruzada, más difícil de ejecutar para el rival (teoría de la bisectriz).

CONCLUSIÓN: “debo subir a la red en la misma dirección en la que envié mi pelota, para poder cubrir mejor la pista ante los posibles lanzamientos del otro jugador”.

Actividad 4. “Cómo hago para poder subir a la red”

Tras la asimilación de estos conceptos, el profesor debe incrementar la dificultad, mediante la incorporación de más golpes en el juego, como puede ser la creación de situaciones favorables para subir a la red.

El profesor, envía una pelota al fondo de la pista, sin dificultad para el jugador, de forma que este debe intentar crear la situación de aproximación antes del tercer golpeo.

¿Qué ocurre?. En este caso, pueden ocurrir 2 cosas, que el jugador, envíe la pelota hacia el profesor, o que la envíe hacia espacios libres de la pista. En el primer caso, no se produciría ninguna situación favorable para subir a la red, pues el otro jugador lanzaría siempre pelotas al fondo ya que está en una situación cómoda de golpeo. En el segundo caso, incrementarían las posibilidades de crear la situación favorable para subir a la red.

CONCLUSION: “debo lanzar la pelota hacia lugares alejados del otro jugador, para que su golpeo pueda ser corto, y conseguir una situación favorable de aproximación a la red”.

Actividad 5. “Hacia donde lanzo mi pelota, si desplazo al otro”

Partiendo de la misma situación, y consiguiendo una situación favorable de aproximación a la red, el profesor permanecerá estático en el lugar del último lanzamiento del alumno, o por el contrario se desplazará rápidamente hacia el otro lugar.

¿Qué ocurre?. En este caso, pueden ocurrir 2 cosas, que el jugador, envíe la pelota hacia el profesor, o que la envíe hacia el espacio contrario a la ubicación del profesor. En el primer caso, existen posibilidades de conseguir el punto y también de no conseguirlo, pues el otro jugador tiene opción de golpear la pelota. En el segundo caso, el jugador tiene casi todas las posibilidades de conseguir el punto.

CONCLUSION: “debo percibir hacia donde se desplaza el otro jugador, para dirigir mi pelota de aproximación hacia el lado contrario”.

Actividad 6. “Hacia donde voleo”

Por último, tras la asimilación de estos conceptos, el jugador debe comprender hacia donde debe lanzar su pelota cuando vuela. El jugador consigue realizar la aproximación a la red, de forma que el profesor es capaz de golpear su pelota, en situación desplazada.

¿Qué ocurre?. En este caso, pueden ocurrir 2 cosas, que el jugador, envíe la volea hacia el profesor, o que la envíe hacia el espacio contrario de la pista. En el primer caso, las posibilidades de conseguir el punto se reducen bastante, pues el otro jugador, vuelve a estar en buena situación para golpear. En el segundo caso, el jugador tiene todas las posibilidades de conseguir el punto.

CONCLUSION: “debo volar hacia el lado contrario del que realizo la aproximación, pues hay mucho espacio libre, y no doy tiempo al otro jugador a llegar a la pelota”.

Estas actividades hacen referencia a una situación de juego, de la que partimos, pero el jugador consigue comprender los aspectos básicos de la aproximación a la red, incorporando conceptos como “espacios libres”, “ocupación de mi espacio”, “situaciones favorables”, y llevándolo a cabo con las herramientas técnicas necesarias.

No cabe duda, que mientras trabajamos de esta forma, podemos ir corrigiendo aspectos técnicos de los golpes, aunque nuestro objetivo más importante sea la asimilación por parte del jugador de conceptos de juego.

BIBLIOGRAFIA

- Pankhurst, A. (1999) Enseñanza basada en el juego. *ITF Coaches review*, 19, 11-13.
- Real Federación Española de Tenis (2005). *Apuntes del Curso de Monitor Nacional de Tenis*.
- García, J. A. (2001). *Adquisición de la competencia para el deporte en la infancia: el papel del conocimiento y la comprensión en la toma de decisiones en balonmano*. Tesis doctoral. Cáceres: Universidad de Extremadura.
- Falkowski y Enríquez (1988). *Aprendiendo a jugar: el juego como medio en el aprendizaje de la técnica*. Madrid, Editorial Esteban Sanz Martínez.
- Romero, S. (2001). *Formación deportiva: nuevos retos en educación*. Sevilla: Servicio de publicaciones de la Universidad de Sevilla.
- Rink, J. E. (1998). *Teaching physical education for learning*. Boston, Editorial McGraw Hill.