

INFLUENCIA DEL EQUIPAMIENTO EN LA PRÁCTICA Y APRENDIZAJE DEL TENIS

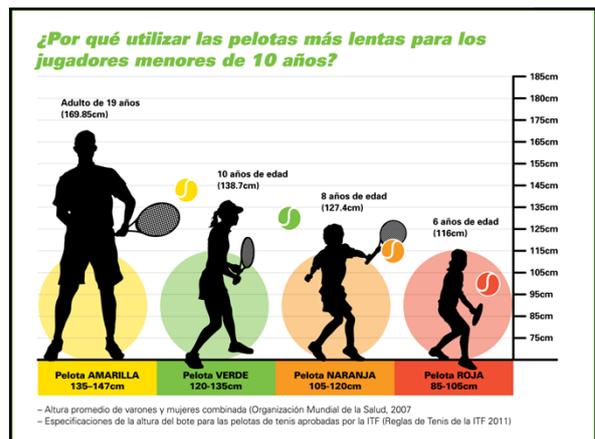
David Sanz Rivas
Director Área Docencia e Investigación
RFET



INDICE

- ◉ INTRODUCCIÓN
- ◉ CAMPAÑAS DE PROMOCIÓN DE LA ITF
 - PLAY & STAY
 - OTRAS CAMPAÑAS RELACIONADAS
 - TENNIS 10S
 - TENNIS XPRESS
- ◉ EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS EN OTROS PAISES
- ◉ PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EN TORNO AL PLAY & STAY
- ◉ PROYECTO INVESTIGACIÓN RFET Y AVANCE RESULTADOS

INTRODUCCIÓN

UTILIZACIÓN DE LAS PELOTAS LENTAS EN EL MUNDO

ESTADÍSTICAS CLAVE
 Cuando se lanzó "Play and Stay" en 2007, la ITF estimó que, de sus 205 países miembros, la cantidad de países que usaba 2 o más pelotas más lentas era...

7 países / 3.4% de los países (2007)

Hoy, en 2009, exactamente a 2 años del lanzamiento de "Play and Stay", la ITF estima que la cantidad de países que usa 2 o más pelotas más lentas es...

117 países / 57.1% de los países (2009)

UTILIZACIÓN DE LAS RAQUETAS EN EL MUNDO

ESTADÍSTICAS CLAVE
 En 2003, la cantidad de raquetas junior que se vendieron en USD fue...

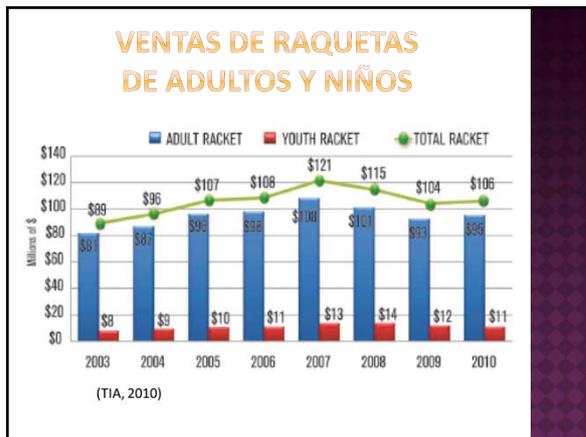
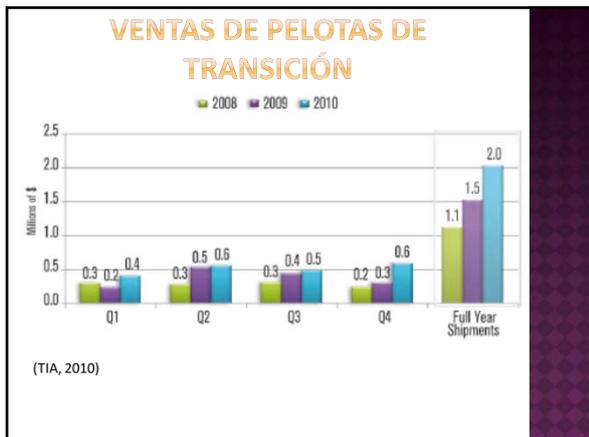
745,011

En 2008, la cantidad de raquetas junior que se vendieron en USD fue...

1,341,106 (Aumento de 80%)

(Estadística por cortesía de la Asociación de Industrias Para Tenis - www.tennisindustry.org/research)





2. CAMPAÑAS PROMOCIÓN ITF

Incrementar el número y adherencia de jugadores

Official programme of The International Tennis Federation

Campaign

EASY • FUN • HEALTHY

- *Tennis is easy...* when coaches use the slower red, orange or green balls
- *Tennis is fun...* when starter players serve, rally and score from the first lesson
- *Tennis is competitive & fun...* formats & scoring systems exist to suit all lifestyles
- *Tennis is healthy...* when players serve, rally and score; research supports this
- *Tennis is a sport for all...* everyone who can serve, rally and score should have a rating

Supporting Programmes

tennis 10s

10 and Under Tennis

- SMALLER
- SLOWER
- EASIER
- FUN

11-17 tennis programme

CURRENTLY IN DEVELOPMENT

- EXCITING
- ENERGETIC
- FAST
- FITNESS

tennis Xpress

18+ Adult Tennis

- ACTIVE
- HEALTHY
- SOCIAL
- IMPROVEMENT

Club Level

- Player rating
- Competition
- Playing opportunities
- Playing partners
- Recognition of improvement
- Sport for all

- Recognised quality club
- Providing an active club environment
- Promoting and using play+stay concepts
- Attracting & retaining players of all ages
- Providing quality competitive & coaching programs for all levels

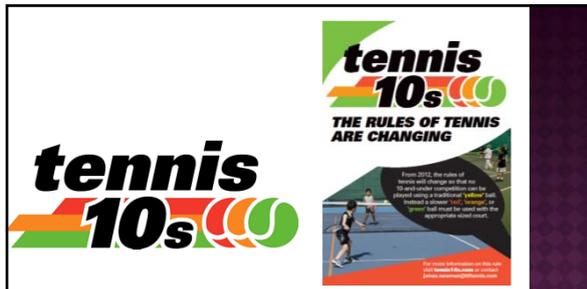
tennisplayandstay.com

SLOGAN

SERVE • RALLY • SCORE

El mejor drill del tenis

OFICIALMENTE ARRANCA EN 2007 DURANTE LA ITF AGM

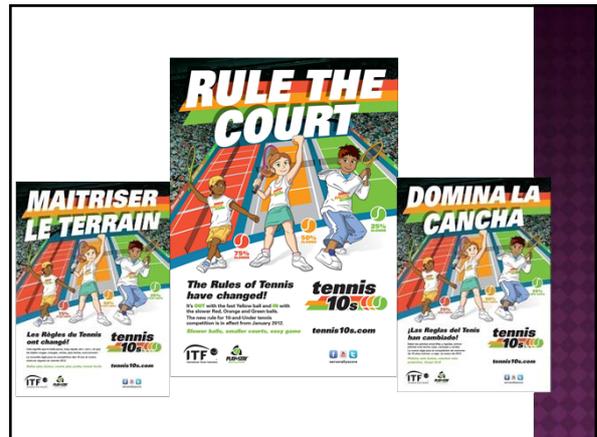


tennis 10s

tennis 10s
THE RULES OF TENNIS ARE CHANGING

From 2013, the rules of tennis will change and that is the only reason you should be playing using a traditional "adult" ball. However, it is important that "tennis 10s" balls must be used with the appropriate equipment.

Cambio de regla aprobada en la AGM de la ITF en Washington



RULE THE COURT

MAITRISER LE TERRAIN

DOMINA LA CANCHA

tennis 10s

The Rules of Tennis have changed!

Les Règles de Tennis ont changé!

Las Reglas del Tenis han cambiado!

ITF PLAY-STAY

ITF MANUAL DE PREPARACIÓN Y MARCAJE DE PISTAS



tennis 10s | **PLAY-STAY**
ITF Official Programme

Tennis 10s: Marking Red and Orange Courts - A Guidance Manual

The new rules for 10 and under competition comes into worldwide effect from January 2013. The rule states that the standard competition size is to be used for playing 10 and under tennis ball with the dimensions of a court 10m "Orange" or "Clear" balls on the appropriate size court.

First Edition | December 2011

TENNIS 10S TRÍPTICOS INFORMATIVOS



tennis 10s

10 & UNDER TENNIS: A GUIDE FOR PARENTS

10 & UNDER TENNIS: A GUIDE FOR PARENTS

TENIS PARA NIÑOS DE 10 AÑOS O MENOS: GUÍA PARA PADRES

FRENCH | SPANISH



PLAY-STAY **ITF**

TENNIS IS EASY, FUN & HEALTHY

Change to coming 10 terms

www.tennisplayandstay.com

¿ QUÉ DICE LA INVESTIGACIÓN ?



Ward, T., and Groppe, J.L. (1980). Selección de los implementos deportivos: ¿Puede basarse en indicarse antropométricos? *Motor Skill Theory and Practice*, 4, 103.

- La relación entre las características físicas de las personas y los materiales que utilizan en el deporte influye en su rendimiento. El éxito y / o fracaso en el aprendizaje de las habilidades físicas de los deportes con implemento como es el caso del tenis, en parte dependerá de la habilidad del tenista en acelerar y/o desacelerar el implemento; es decir demostrar el control.
- Las investigaciones sugieren que el rendimiento óptimo en tenis se puede predecir utilizando varios indicadores, por ejemplo, altura, peso, edad, experiencia de juego, tamaño de la mano, y la longitud del brazo.
- En este trabajo se propone delimitar las variables a una serie de coeficientes antropométricos basados en las características individuales. Los resultados preliminares sugieren que el rendimiento mejora cuando las características físicas del intérprete y del implemento se optimizan.



Elliott, B. (1981). Selección de la raqueta de tenis: Un factor en el desarrollo temprano de habilidades. *Australian Journal of Sport Sciences* 1(1), 23-25.

- El estudio examinó la influencia del tamaño de la raqueta en el aprendizaje de las habilidades del tenis en los niños iniciantes de 7 - 10 años.
- Los resultados mostraron que los iniciantes que utilizan las raquetas adaptadas mostraron resultados superiores al grupo que utilizaba las raquetas normales.
- Los resultados de este estudio demuestran la importancia de aprender habilidades básicas de tenis en una edad temprana utilizando una raqueta en relación con el tamaño del niño.



© Journal of Sports Sciences and Medicine (2006) 8, 373-381
http://www.jssm.org

Research article

The 3th Australasian Conference on Mathematics and Computers in Sport, 3-5 July 2006, Queensland, Australia

LOW COMPRESSION TENNIS BALLS AND SKILL DEVELOPMENT

John Hammond¹ and Christina Smith²

¹ School of Education, Southern Cross University, Lismore, NSW, Australia
² Department of Exercise Science & Sport Management, Southern Cross University, Lismore, NSW, Australia

- Pelotas de baja presión y desarrollo de habilidades**
 - Se investigaron los efectos de la utilización de pelotas baja de presión durante el entrenamiento con jugadores iniciantes.
 - Los resultados de las pruebas de habilidad no indicaron diferencia en la capacidad de aprendizaje.
 - Los peloteos fueron más largos lo cual proporcionó más oportunidades para dar feedback positivo.
 - Los entrenadores pensaron que los iniciantes que jugaron con pelotas lentas mejoraron su técnica así como la potencia sus golpes.

Journal of Sports Sciences, May 2010, 28(7): 723-732

The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players

DAMIAN FARROW¹ & MACHAR REID²

¹ Skill Acquisition, Australian Institute of Sport, Belconnen, ACT and ² Tennis Australia, Melbourne, Victoria, Australia
(Accepted 11 March 2010)

- Efecto del uso de material adaptado en la habilidad de los jugadores de tenis principiantes.**
 - Se examinó la eficacia del material adaptado (compresión de la pelota y el tamaño de la pista)
 - Los resultados demostraron que el grupo que practicaba con una **pelota estándar y cancha estándar** (tenis de adultos) **golpearon muchas menos veces** de derecha y de revés que los jugadores que utilizaban material adaptado.
 - Esto influyó en que tuvieron menos éxito que los del grupo de material adaptado.
 - Además, los jugadores que utilizaron **pelotas lentas y canchas cortas**, se mostraron **más felices por su experiencia** jugando al tenis que quienes no utilizaron material adaptado.

Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health, 2011, 7, 157-160

157

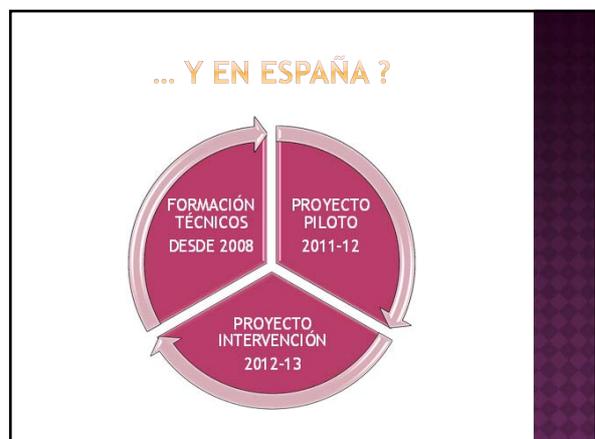
Open Access

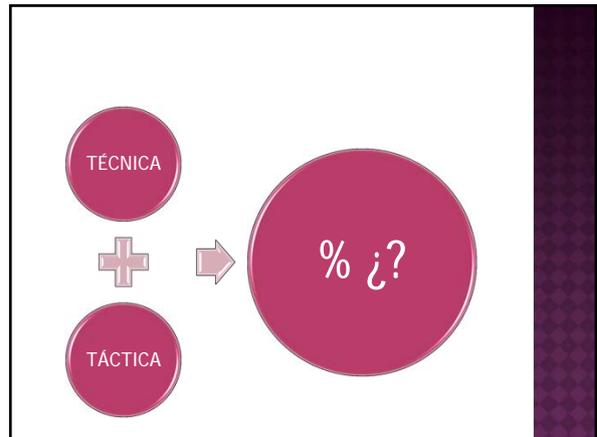
Benefits of Exercise with Mini Tennis in Intellectual Disabilities: Effects on Body Image and Psychopathology

Maria Carolina Hardoy^{1,2,*}, Maria Luisa Senus², Francesca Floris², Federica Sancassiani², Maria Francesca Moro², Gisa Mellino², Maria Efisia Lecca², Siria Adamo², Mauro Giovanni Carta²

¹Reald University Vlore, Albania; ²Center for Liaison Psychiatry and Psychosomatics, University of Cagliari, Italy

- Beneficios del ejercicio con mini-tenis en la discapacidad intelectual: efectos sobre la imagen corporal y psicopatología.**
 - Se evalúa la eficacia de un programa de mini tenis como agente terapéutico en la rehabilitación psicosocial de participantes afectados por leve / moderada discapacidad intelectual.
 - Los practicantes de mini-tenis mostraron una **disminución estadísticamente significativa de aspectos psicopatológicos, así como de ansiedad.**
 - Además se observó un aumento estadísticamente significativo en la coordinación viso motora.
 - Los resultados obtenidos son alentadores y sugieren la **eficacia potencial de mini tenis como apoyo auxiliar en los programas de rehabilitación**, en particular para mejorar las habilidades de coordinación viso motora y estimular la autoestima de los participantes.





2.1 DE LOS INICIOS A LOS AÑOS 40

Planteamiento	<ul style="list-style-type: none"> El tenis es un deporte muy técnico. Exige un gran dominio de la coordinación viso-motriz Complejidad extrema: si no se dominan los golpes Tenis es un deporte de habilidad típicamente cerrada. Los entrenadores se centran casi exclusivamente en el trabajo técnico (empuñaduras, movimientos, juego de pies, etc). El alumno debe dominar el gesto técnico antes de empezar a "jugar al tenis".
Estrategia utilizada	<ul style="list-style-type: none"> Estrategias globales puras (demostraciones ralentizadas del modelo completo, del principio al final del golpe). El alumno imita el patrón de movimiento. El entrenador debe ser un buen jugador para presentar el modelo adecuado. Movimiento ralentizado y acompañado de una explicación Explicaciones al mismo tiempo utilizando términos mecánicos.

(Crespo & Reid, 2007)

Organización de la clase	<ul style="list-style-type: none"> Se enfatiza el entrenamiento individual: un profesor con un alumno. Las clases en grupo se consideran poco prácticas pues es difícil lograr una gran cantidad de repeticiones.
Contenido predominante	<ul style="list-style-type: none"> Impone un rol definitivo a la técnica o modelo que el entrenador muestra a los alumnos. La técnica es el contenido básico que el alumno debe dominar. Los alumnos tienen que imitar el modelo propuesto por el profesor. En la corrección, el entrenador se centra en el diagnóstico y análisis de los errores tomando como criterio el modelo demostrado. El alumno ha repetir el modelo hasta alcanzar una ejecución similar a la del entrenador. Se deja poco margen al estilo personal de cada jugador. La táctica sólo se enseña cuando el alumno domina totalmente la técnica necesaria para jugar partidos.

(Crespo & Reid, 2007)

2.2. LA ETAPA ANALÍTICA: DE LOS 50 A LOS 80

(Crespo & Reid, 2007)

Planteamiento	<ul style="list-style-type: none"> El tenis es un deporte muy técnico. Los métodos analíticos dividen el gesto técnico en etapas o secuencias para hacerlo más sencillo para el alumno. Se sigue un orden fijo para todos los alumnos. El entrenador, más que un buen jugador que demuestre adecuadamente el golpe, ha de conocer totalmente las distintas fases en las que se descompone. Se da una formación uniforme a todos los alumnos del grupo. Los jugadores no imitan el modelo que demuestra el profesor. Copian la secuencia de fases de un golpe. No se tiene en cuenta el estilo de cada alumno. Rol autoritario del entrenador (dirige la clase y tiene los conocimientos).
Estrategia utilizada	<ul style="list-style-type: none"> El entrenador demuestra el golpe en diferentes fases. Se puede empezar por el inicio del golpe o por la fase más importante. El alumno practica cada fase hasta imitar el movimiento uniéndolas todas Generalmente, no se pasa a la siguiente fase hasta no haber aprendido la anterior. Aunque un alumno domine el golpe en su totalidad, el método requiere pasar por las fases para mejorarlas antes de realizar totalmente el golpe. Todos los alumnos han de seguir todos los pasos del método.

Organización de la clase	<ul style="list-style-type: none"> Se inician las clases en grupo: Masificación mediante la escuela de tenis. Muchas son clases individuales (profesor-alumno) dentro de una clase en grupo. No hay interacción entre los alumnos. La disposición de los alumnos más habitual es la de las filas. La actividad de los alumnos se reduce al golpeo o la recogida de pelotas.
Contenido predominante	<ul style="list-style-type: none"> Impone un rol definitivo a la técnica del jugador. La corrección de los golpes se aborda mediante el uso de progresiones. Los alumnos consideran el tenis como una sucesión de movimientos técnicos. Tienen poca o ninguna relación con el juego. Se juega poco, se golpea mucho. Se repiten secuencias de golpes que, en muchos casos, impiden al alumno poner la pelota en juego e iniciar un intercambio de golpes. La táctica se aprende cuando se ha dominado la técnica. No se sabe si los alumnos aprenden a jugar al tenis o aprenden un método para jugar al tenis. La pregunta es: ¿Se divierten los alumnos?

(Crespo & Reid, 2007)

2.3 ETAPA CONTEMPORÁNEA

El uso de metodologías tradicionales permite dominar la técnica en los ejercicios de entrenamiento, pero en situaciones de partido no comprenden ni saben en qué momento utilizar esta técnica
(Turner et al., 2001)

A través de la táctica los jugadores demostraban un mejor rendimiento en el juego (precisión y toma de decisiones) y disponían de un mayor nivel de conocimiento específico que los jugadores que venían de métodos tradicionales.

(McPerson 1991, McPerson, French, 1991, Turner 2003)



3. CARACTERÍSTICAS DE LOS MÉTODOS MODERNOS

3.1. OBJETIVOS

COMPETENCIA MOTRIZ

¿qué es la competencia motriz?
¿difiere del simple dominio técnico? ¿supone un nuevo aspecto a considerar en la enseñanza-aprendizaje de un deporte?



El aprendizaje debería realizarse, por tanto, en situaciones en las que el jugador pudiera formarse un esquema de actuación lo más amplio y variado posible, capaz de adaptarse a las potenciales situaciones del medio.

La forma en la que se almacena un esquema será más o menos abierta en función de la variabilidad de la práctica durante su aprendizaje.



4. ¿CÓMO PODER HACER TODO ESTO ?



¿ COMO PONER EN PRÁCTICA ESTO?

PRACTICA VARIABLE

Cantidad de práctica o número de ensayos

Cantidad de componentes variados en la sesión

Amplitud de las variaciones empleadas

Organización de las sesiones de práctica variable

5. CONTENIDOS



¿QUÉ VALORAR?	¿CÓMO?
EN PARTIDO	GANAR O PERDER ¿SÓLO?
EN ENTRENAMIENTO	

6. CONCLUSIONES

La práctica en el aprendizaje motor



¿El aprendizaje técnico sólo responde a la repetición de acciones, para lograr la eficacia?

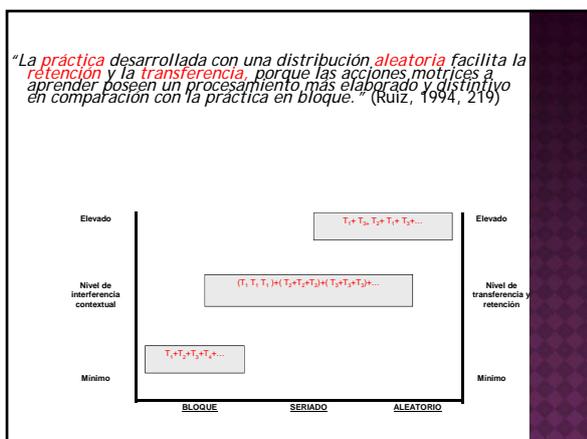
HIPÓTESIS DEL TIEMPO TOTAL

↓

La práctica no produce en sí misma aprendizaje, sino que depende de lo que suceda durante esa práctica.

La cantidad de práctica es un facilitador, pero no es determinante del aprendizaje.

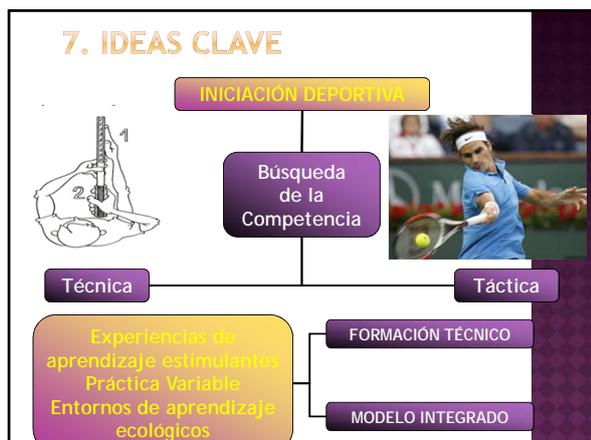
IMPLICACIÓN COGNITIVA



6. CONCLUSIONES

- LA PRÁCTICA VARIABLE FAVORECE LA ADQUISICIÓN DE PATRONES MOTORES EN ENTORNOS ABIERTOS (Magill, R.A., 1993).
- LA INTERFERENCIA CONTEXTUAL FAVORECE EL APRENDIZAJE EN ENTORNOS NO ESTABLES.
- EL ENTRENADOR DEBE TENER UNA LABOR ACTIVA EN EL ENTRENAMIENTO, PARA SELECCIONAR LA INFORMACIÓN RELEVANTE, APORTÁNDOLA EN EL MOMENTO PRECISO E IMPLICANDO COGNITIVAMENTE AL ALUMNO (Moreno, F.J., 1999).
- NO HAY ESTUDIOS CONCLUYENTES SOBRE LA DETERMINACIÓN DE UNA ORIENTACIÓN U OTRA, PERO SI INVESTIGACIONES QUE HACEN RAZONABLE PENSAR EN LAS BONDADES DE LA PRÁCTICA VARIABLE





- ### EVALUACIÓN TÉCNICA
- ACCIONES EVALUADAS
 - GOLPE DE FONDO
 - SERVICIO
 - SITUACIÓN DE JUEGO
 - CESTO CON TÉCNICO EN "T" Y SERIES EN BLOQUE DE 6 BOLAS
 - REGISTRO DE EFICACIA Y DE EFICIENCIA
 - ANÁLISIS OBSERVACIONAL
 - VALORACIÓN TÉCNICA EJECUCIÓN
 - N° BOLAS DENTRO DE LAS ZONAS (PROFUNDIDAD 3/4)

EVALUACIÓN TÁCTICA

- ACCIONES EVALUADAS
 - GOLPE DE FONDO
 - SERVICIO
- SITUACIÓN DE JUEGO
 - INTERCAMBIO CON PROFESOR BOLA NARANJA/VERDE (4 BOLAS)
 - Fondo-fondo en el inicio
 - INTERCAMBIO CON PROFESOR BOLA CONVENCIONAL(4 BOLAS)
 - Fondo-fondo en el inicio
- REGISTRO DE EFICACIA Y DE EFICIENCIA
 - ANÁLISIS OBSERVACIONAL
 - Nº BOLAS MANTENIDAS EN JUEGO EN TOTAL
 - VARIABLES TÁCTICAS

EVALUACIÓN EFICACIA PERCIBIDA

- TRAS CADA 2 SESIONES (CADA SEMANA)
 - REALIZADA EN PISTA CON EL ENTRENADOR
 - CUMPLIMENTADA POR TODOS LOS GRUPOS

MODELO FICHA DE SESIÓN

RFET
RED FEDERATIVA DE ENTRENADORES TENIS ESPAÑA

NIVEL: Básico (Primera y Segunda Enseñanza)		Nº SESIÓN: 4	
CONTENIDOS: Fundamentos de los elementos del juego: Intercambio, Espacio Propio			
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> - Aplicar de manera correcta el intercambio y responder a través de la pista. - Controlar la velocidad de la respuesta en los golpes. - Mantener la consistencia tras el golpe. 			
PRESENCIA: Profesor, Alumnos		MATERIAL: Pista, Balón, Racket	
RECURSOS: Bola Naranja, Bola Verde, Trayectoria, Intercambios			
PARTE	TIEMPO	DESCRIPCIÓN	GRÁFICO
FASE INICIAL	5	- Calentamiento general (dinámico mediante carrera continua combinando diferentes desplazamientos y habilidades elementales: Bata, carrera lateral, zigzag, L, curvas, saltos, etc.) - Coordinación de movimientos de segmentos torso-cabeza. - Coordinación de movimientos de segmentos torso-brazos.	
	10	- Juego con material específico del tenis. a) A partir de un golpe de bola, de fondo se debida a partir de un golpe con la pista se aplica a la forma de pillar con el material, se hace intercambio entre dos grupos de jugadores. b) Los golpes, cada tres golpes con un golpe de fondo de otro grupo. Cada grupo tendrá una pista, se divide en tres zonas en la que se debe hacer una respuesta específica con la pista y se repite cambiando diferentes habilidades (jocadas, acortada, etc.) - Juego de parejas. - Intercambio la pista en dos minutos por el jugador que, en una pista, comienza a jugar y a cada lado de la pista se juega el 1º y el 2º golpe. Al alumno, después de jugar el primer golpe se le da la pista al jugador que juega el segundo golpe. El jugador puede comenzar para cambiar la posición de intercambio. Variante: Disponer a los alumnos en parejas para realizar los intercambios. - Trabajo con trayectorias de intercambio.	
FASE DE DESARROLLO	15	- El profesor hace con los alumnos en dos filas el círculo de la "T" una bola a cada lado de la pista para cada alumno golpea a la bola con el racket. - Situación 1: una pista de fondo buscando una dirección. - Situación 2: golpe de fondo a la bola de fondo buscando una respuesta cruzada.	
	10	- Juego de parejas en el campo central de la pista (zona de servicio) con una pista, comienza a jugar el jugador que, en una pista, comienza a jugar y a cada lado de la pista se juega el 1º y el 2º golpe. Al alumno, después de jugar el primer golpe se le da la pista al jugador que juega el segundo golpe. El jugador puede comenzar para cambiar la posición de intercambio. Variante: Disponer a los alumnos en parejas para realizar los intercambios. - Trabajo con trayectorias de intercambio.	
FASE FINAL	5	- Por parejas (o a jugadores por parejas), en cada lado de la pista, se juega un golpe de fondo buscando una dirección y se repite cambiando una habilidad (jocada, acortada, etc.) - Trabajo con trayectorias de intercambio.	

TEST CONTROL

EVAUACIÓN TÉCNICA
Modelo RFET 360

↓

EVALUACION TÉCNICO-TÁCTICA
Modelo 360

↓

EVALUACION SATISFACCION
Test Eficacia Percibida

CRONOGRAMA

DICIEMBRE
ENERO

• INFORMACIÓN A ENTRENADORES
• ELABORACION DE PROTOCOLOS

FEBRERO-
ABRIL

• INTERVENCIÓN
• EVALUACIÓN DIAGNÓSTICO
• SESIONES (20)
• EVALUACION FINAL

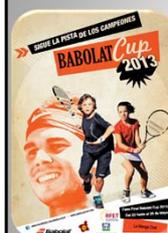
MAYO-
JUNIO

• ANÁLISIS DE RESULTADOS
• ELABORACION DE CONCLUSIONES

EMPRESAS COLABORADORAS EN EL PROYECTO

CONCLUSIONES

- Materiales adaptados al jugador favorecen el aprendizaje
- Situaciones de práctica que estimulen el aprendizaje
- Intercambio en oposición/colaboración desde las primeras sesiones
- Práctica de, al menos, dos o más situaciones de juego en cada sesión



PROYECTO: METODOLOGÍA INTERVENCIÓN EN LA INICIACIÓN AL TENIS A TRAVÉS DEL MODELO PLAY & STAY

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE TENIS
BABOLAT

