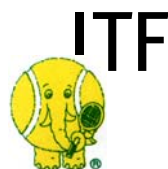




# MOMENTUM EN TENIS: IMPLICACIONES TÁCTICAS

Departamento de Desarrollo de la



# INTRODUCCIÓN

# Momentum

- Utilizado durante muchos años en deporte
- Describe el poder cuasi mágico que posee un jugador de vez en cuando en los partidos.

Kriese (1989)

# Momentum

- Cuando está a tu favor, es la fuerza mayor de todas pues permite que todo funcione a tu gusto.
- Cuando está en tu contra, tus esfuerzos parecen ser inútiles contra algo que es insuperable.

Kriese (1989)

# Momentum

- Durante un partido:
  - No suele estar siempre con uno de los jugadores
  - Va pasando de uno a otro
  - Causa un altibajo total del rendimiento
  - Es fugaz
  - No se puede predecir

Kriese (1989)

# Momentum

## La pregunta es...

¿Se puede controlar este poder?

Kriese (1989)

# Los retos del juego

- **Patrones:**
  - ¿Cuáles son los patrones para los intercambios iniciales (saques y restos)?
  - ¿Qué patrones quiero usar para desarrollar el peloteo?
- **Momentum:**
  - ¿Soy consciente del momentum del partido?
  - ¿Cuándo y cómo utilizo la presión u otras formas de jugar puntos?
- **Manos:**
  - ¿Mantengo mis habilidades intactas y mis manos listas para reaccionar ante situaciones de presión?

# CONSEJOS SOBRE MOMENTUM



# Consejos sobre Momentum

- Principios de Conversión
- Principios de Acción – reacción
- Momentum basado en la puntuación

# Consejos sobre Momentum

## Principios de Conversión

- De Bob Love
- Hacer una conversión significa ganar 3 puntos seguidos
- Una doble conversión es ganar 4 puntos seguidos
- Una triple conversión es ganar 5 puntos seguidos, etc.

# Consejos sobre Momentum Principios de Conversión

- El primer objetivo para controlar el momentum:
  - Hacer conversiones
  - Evitar que el contrario las haga

# Consejos sobre Momentum

## Principios de Conversión

- ¿Cómo hacerlo?:
  - Reconocer todas las secuencias de 2 puntos ganadas y perdidas
  - Ganar el punto de conversión (3º) se consigue utilizando la táctica de presión retardada
  - Evitar que el contrario gane un punto de conversión se consigue:
    - Rompiendo el ritmo tras el 2º punto perdido, y
    - Utilizando la táctica de presión rápida
  - La toma de datos es excelente para reconocer los puntos de conversión durante un partido.

Kriese (1989)



# Consejos sobre Momentum Principios de Conversión

- ¡Tres puntos seguidos, empieza el momentum!

# Consejos sobre Momentum

## Principios de Acción-Reacción

- Hay 4 acciones que causan una reacción que es positiva o negativa cuando se juega un punto:
  - Gran golpe del contrario
  - Gran fallo del contrario
  - Gran golpe propio
  - Gran fallo propio

# Consejos sobre Momentum

## Principios de Acción-Reacción

Acción	Gran golpe del contrario	Gran error del contrario	Gran golpe propio	Gran error propio
<b>Reacción</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar táctica de presión rápida para ganar el punto inmediatamente.</li> <li>• Evitar desde el primer golpe el momentum del contrario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar presión rápida de inmediato para aumentar el tempo de los puntos</li> <li>• Atacar cuando el contrario está incómodo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Volver a los fundamentos manteniendo la agresividad</li> <li>• Generalmente jugar presión retardada pero sin jugar dudando.</li> <li>• Aumentar el tempo entre puntos pero sin correr</li> <li>• No dar a los contrarios dianas rápidas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma tiempo para calmarte y volver a tus fundamentos en los que tienes confianza</li> </ul>

# Consejos sobre Momentum

## Según el resultado:

### Introducción

- Cuando se va perdiendo, el jugador:
  - Jugará mejor
  - Generalmente jugará más agresivo.
- Cuando se va ganando, el jugador:
  - Cometerá más fallos tontos
  - Generalmente se acelerará



# Consejos sobre Momentum

## Según el resultado:

### Introducción

- Generalmente los jugadores tienen la tendencia de hacer lo máximo para controlar la situación.
- El buen competidor generalmente mostrará su mejor tenis cuando esté contra la pared.
- El jugador tiene que estar atento sobre cuando utilizar:
  - Presión retardada (puntos de cambio)
  - Presión rápida (puntos de cambio de momentum)
  - Fundamentos (puntos de momentum)

Kriese (1989)

# Consejos sobre Momentum

## Según el resultado:

### Introducción

- La decisión de jugar:
  - Presión retardada (puntos de cambio)
  - Presión rápida (puntos de cambio de momentum)
  - Fundamentos (puntos de momentum)
- Se basa en el resultado y se coordina con:
  - Conversiones
  - Principios de acción-reacción

# Momentum según el resultado: Punto cambio (presión retardada)

- Jugar de esta forma cuando se va ganando o cuando se va perdiendo por 3 puntos
- Mantener el ritmo entre puntos
- No dar dianas fáciles
- Mantener la posición en la cancha
- No cambiar de direcciones o jugar a una esquina
- Meter los primeros saques
- Usar los fundamentos sin dudar
- El primer punto del juego cuando se va ganando tiene que ser agresivo

# Momentum según el resultado:

## Punto cambio momentum (presión rápida)

- Generalmente usa este punto cuando se pierde
- Tomar tiempo y seguir luchando entre puntos
- Jugar agresivo
- Jugar puntos rutinarios
- Subir a la red lo más posible
- Mantener las emociones altas y la actitud confiada y agresiva

# Momentum según el resultado: Punto de momentum

- Generalmente usar estos puntos cuando se está igualado o se gana por 2 puntos.
- Tu estilo básico
- Haz lo que tú sabes hacer con total confianza
- Recuerda que tu objetivo a largo plazo es hacer que este estilo de juego sea consistente, incluso si pierdes algunos puntos.

# Momentum según el resultado: Posibilidades de puntuación

- En muchos casos se puede utilizar el siguiente cuadro para decidir el tipo de punto que hay que jugar cuando se sigue la puntuación para decidir el control del momentum:

0-0	→	Punto de Momentum
15-0, 0-15	→	Punto de cambio, Cambio Mom.
30-0, 0-30, 15-15	→	Punto de Momentum
40-0, 30-15, 15-30, 0-40	→	Punto de cambio, Cambio Mom.
40-15, 30-30, 15-40	→	Punto de Momentum
40-30, 30-40	→	Punto de cambio, Cambio Mom.
Deuce	→	Punto de Momentum
Ad-In, Ad-Out	→	Punto de cambio, Cambio Mom.

Deuce

CURSO PARA ENTRENADORES DE NIVEL III

Kriese (1989)

# Momentum según el resultado: Posibilidades de puntuación

- Las excepciones son: 30-15, 40-30 PT.
- Si has estado ganando 30-0, ó 40-15 entonces hay que seguir los principios de acción-reacción.
- Nota: Cuando estás remontando un juego para dominar, cambiar:
  - La formación
  - Las dianas
- Funciona muy bien

# Momentum según el resultado: Posibilidades de puntuación

- En general:
  - Cuando vayas ganando – Juega inteligentemente
  - Cuando vayas perdiendo – Juega agresivo
  - Cuando vas igualado – Hacer lo normal es suficiente



# Momentum

## Otras cosas que pueden pasar

- Si las oportunidades para ganar los juegos no se convierten, especialmente cuando se ganan 2 ó 3 puntos seguidos
- Retraso por lluvia
- Retraso por lesión
- Cantos erróneos del contrario o del línea
- Molestias por parte del contrario
- Violaciones del Código
- Cambios de material

# Momentum

## Otras cosas que pueden pasar

- Para superarlas o aprovecharlas, el jugador ha de:
  - Ser consciente de la situación
  - Seguir los consejos apropiados según los principios de momentum

# Momentum Inmediato

## Consideraciones

- Al final de cada punto, juego y set, el jugador ha de ser consciente de:
  - Sus momentos altos, bajos y neutrales
  - Los momentos altos, bajos y neutrales del contrario
- Decisiones que tomar:
  - Presión rápida
  - Presión retardada
  - Otras tácticas
- Pueden estar relacionadas con las situaciones emocionales altas, bajas y neutrales.

# Momentum Inmediato

## Consideraciones: Si estás a tope

### Si estás a tope

- No seguir intentándolo a tope
- Sino:
  - Intentar mantener el ritmo
  - Hacer que el contrario baje de nivel
- Usar tus fundamentos

### Si el contrario está a tope

- Hay que contrarrestarlo con presión rápida para que baje su nivel

# Momentum Inmediato

## Consideraciones: Si estás bajo

### Tu nivel está bajo

- Hay que cambiarlo inmediatamente con fundamentos sólidos
- Buscar la oportunidad para ganar confianza
- Intentar ir a la situación neutral

### El nivel de tu contrario está bajo

- No se puede correr con la presión continua
- Usar presión gradual y continua
- Reaccionar a su buen juego con presión inmediata

# Momentum Inmediato

## Consideraciones: Neutral

### Tus momentos neutrales

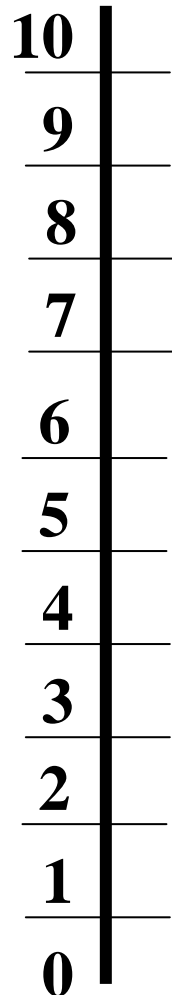
- Llegarán a ser negativos sino:
  - Dominas el juego
  - Aumentas tu nivel para estar a tope

### Los momentos neutrales del contrario

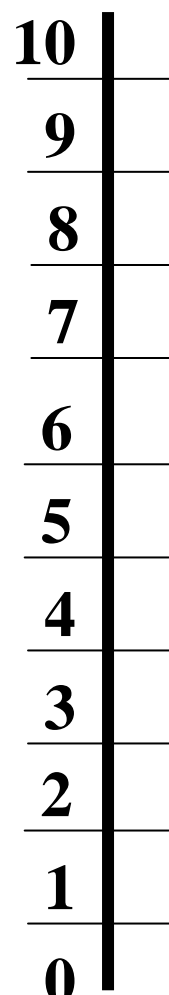
- Le darán oportunidad para mejorar
- Hay que intentar que no mejore sino que empeore

# Auto-evaluación de Momentum 31

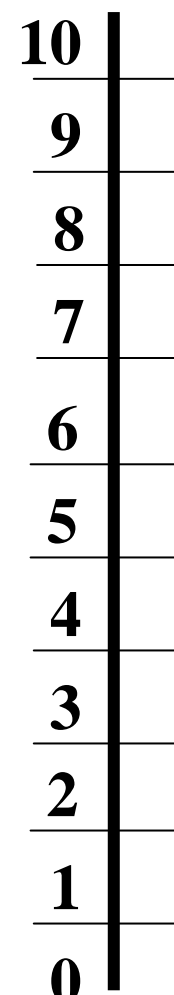
**Presión  
retrasada**



**Aplicar Presión  
Rápida**



**Contrarrestar Presión  
Rápida**



# Momentum

## Notas para Jugadores de Fondo

- Táctica de presión retardada desde el fondo:
  - Más golpes sobre el RV para atacar la DR
  - Más golpes sobre la DR para atacar el RV
  - Más golpes sobre los lados para atacar el centro
  - Más golpes sobre el centro para atacar los lados
  - No cambiar la dirección en los primeros golpes de transición
  - Muchos de los patrones de presión retardada se juegan con golpes planos



# Momentum

## Notas para Jugadores de Fondo

- Tácticas de presión rápida desde el fondo:
  - Patrones de movimiento cruzado
  - Patrones para hacer subir al otro– largo– largo– corto
  - Combinaciones de 2 ó 3 pelotas:
    - Jugar a una esquina 2 veces, luego mover al contrario con profundidad, ritmo o colocación
    - Jugar de esquina a esquina y luego a contra pié contra un contrario rápido
  - Muchos de los patrones de presión rápida se juegan con golpes globeados