



LA ESTRATEGIA Y LA TÁCTICA EN EL TENIS DE INICIACIÓN

Dr. Miguel Crespo



LA TÁCTICA EN LA INICIACIÓN AL TENIS

Prof. M. Crespo



Definiciones de táctica

- "Arte que enseña a poner en orden las cosas"
- "Arte de disponer, mover y emplear las tropas en el campo de batalla"
- "Sistema que se emplea hábilmente para conseguir un fin"
- " Conjunto de medios utilizados para ganar una guerra"

Definiciones de técnica

- "Conjunto de recursos y conocimientos de un arte o una ciencia"
- "Aplicación práctica de una ciencia o arte"
- " Pericia para utilizar tales recursos"
- "Habilidad para ejecutar cualquier cosa o para conseguir algo"

Relaciones entre estrategia, táctica y técnica en el tenis

- Estrategia: Jugar al ataque
- Táctica: Subir a la red
- Técnica: Golpe de subida a la red

Objetivos de la táctica en iniciación

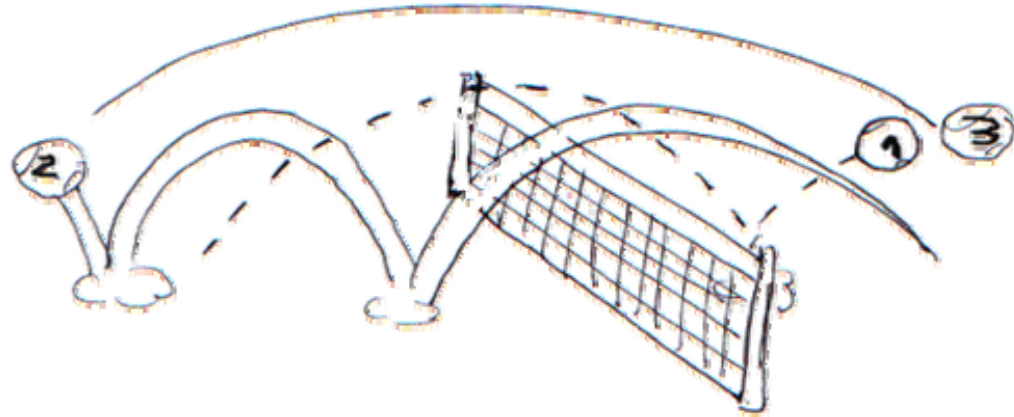
- Conocer la pista, la red y las posiciones de los jugadores
- Conocer las trayectorias básicas de la pelota
- Conocer las situaciones tácticas básicas y las fases de juego
- Conocer el uso táctico de los golpes
- Conocer el uso táctico de las zonas de la pista
- Aplicar la táctica a ejercicios y juegos
- Aprender al unísono táctica y técnica

¿Cuándo empezar a enseñar la táctica?

- En la etapa de iniciación
- Cuando el iniciante sea capaz de golpear la pelota con cierto control
- Al mismo tiempo que se enseñan los fundamentos de los golpes básicos
- Antes de participar en las competiciones
- Desde las primeras etapas
- Entender la lógica interna del juego
- Recurrir a aspectos técnicos (control) cuando sea necesario

Las progresiones tácticas en iniciación

- Control: Zonas de Impacto
- Seguridad: Consistencia
- Trayectorias
 - Altura
 - Dirección
 - Profundidad

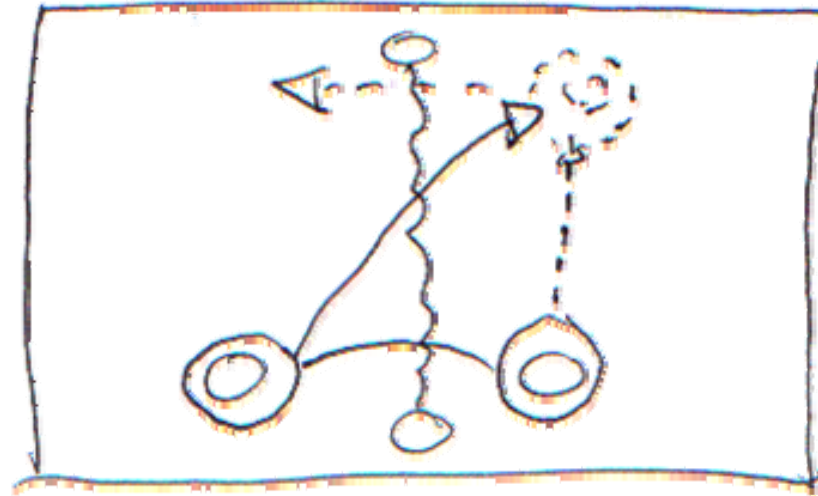


Metodología de la táctica en iniciación

- Enseñanza mediante el descubrimiento
- Presentar problemas del juego a los alumnos
- ¿Quién puede o quién sabe?

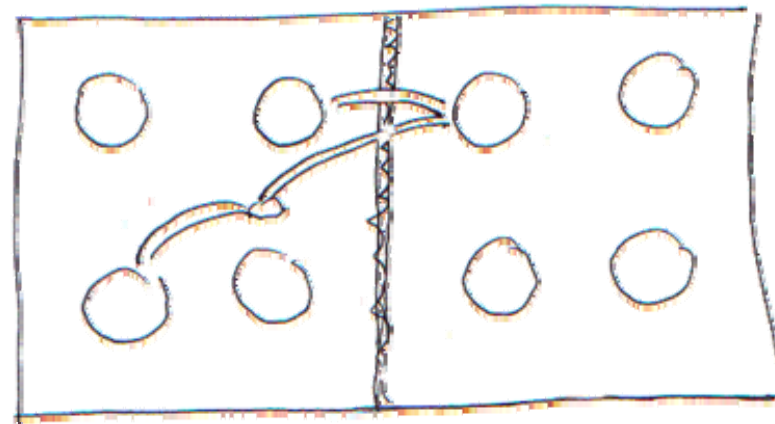
Las intenciones del juego

- Ataque
- Defensa
- Neutral
- Contra ataque



Las intenciones del juego: Ataque

- Iniciativa
- Dentro de la pista
- Espacio
- Profundidad
- Altura
- Potencia



Las intenciones del juego: Defensa

- Reacción
- Fuera de la pista
- Ganar tiempo
- Estrategias:
 - Espacio
 - Profundidad
 - Altura
 - Menos Potencia

Las intenciones del juego: Neutral

- Preparación
- Desde el fondo
- Pelotas cómodas
- Estudio de los jugadores:
 - Buscar la oportunidad

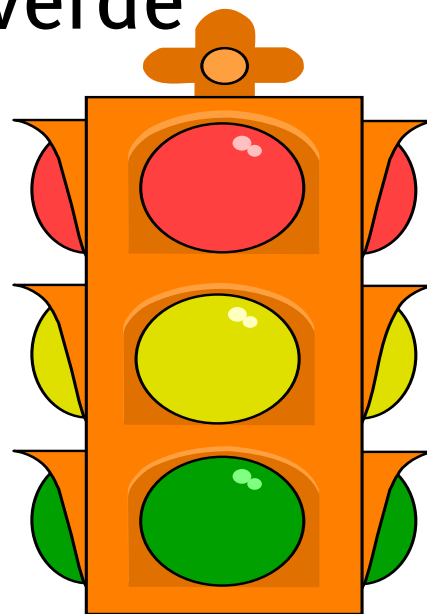
Las intenciones del juego: Contra ataque

- Oportunidad:
 - Pelota corta
 - Jugador desequilibrado
 - Jugador descolocado
 - Pelota floja

Las zonas de juego : La teoría del semáforo

- Fondo de la pista: rojo
- Media pista: ámbar
- Zona de red: verde

FORZAR



PREPARAR

GANAR

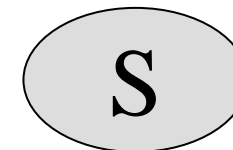
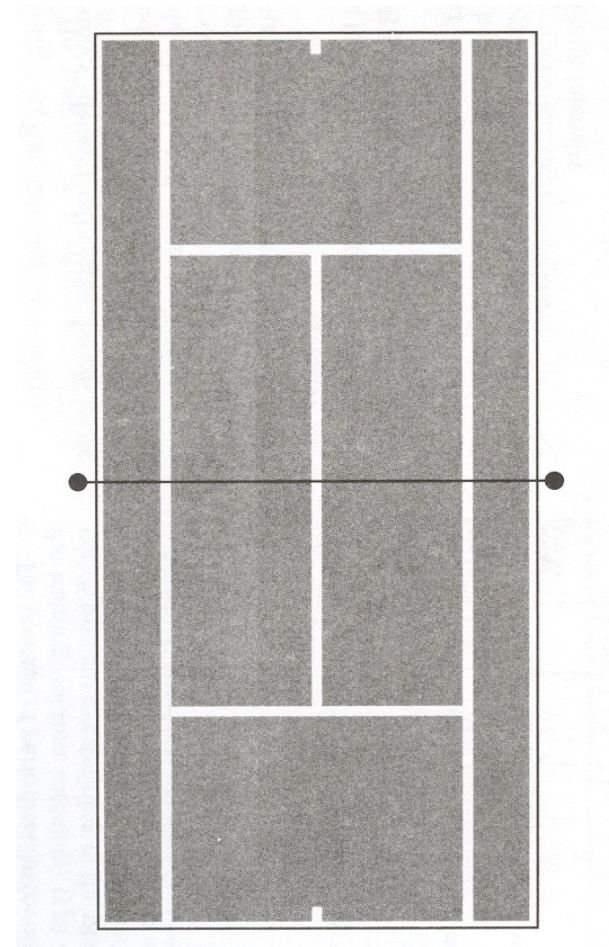
Las situaciones de juego

- 1º. Servicio
- 2º. Resto
- 3º. Juego desde el fondo de la pista
- 4º. Juego de red
- 5º. Juego de fondo contra juego de red

El servicio

Generalidades

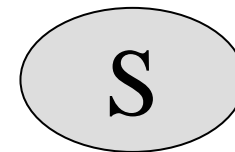
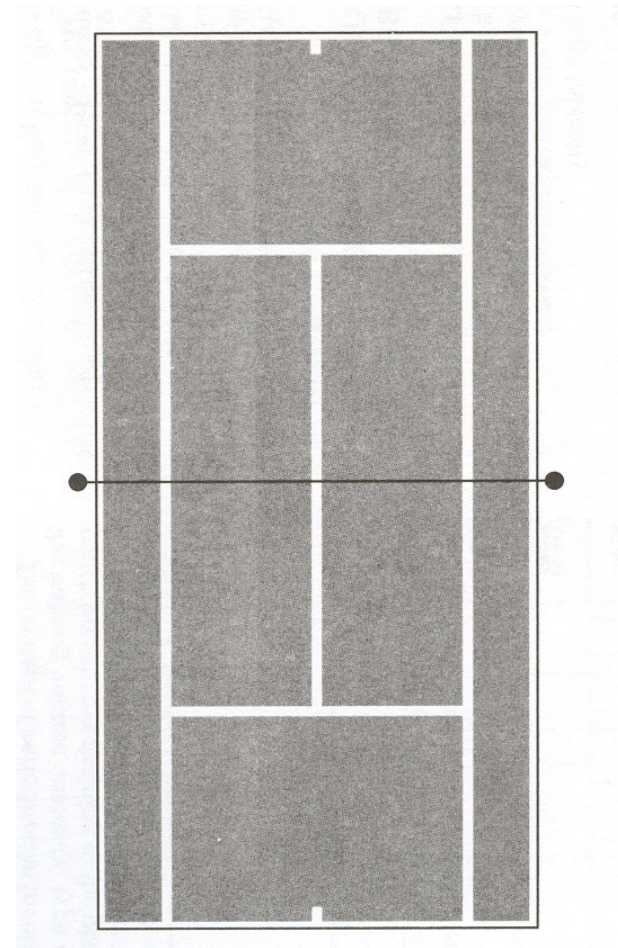
- Fundamental
- Todos los puntos empiezan con el servicio
- Poner la pelota en juego
- Colocación determinada del jugador
- 2 opciones por punto



El servicio

Táctica básica

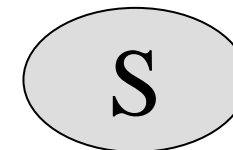
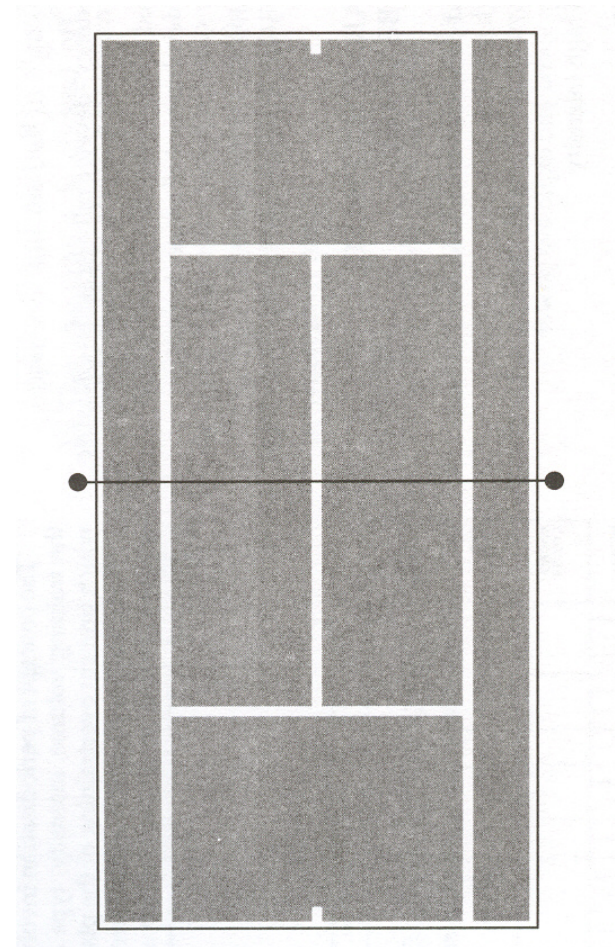
- Pegarle a la pelota antes de botar
- Que pase la red
- Que bote en el cuadro de servicio correspondiente



El servicio

Táctica básica

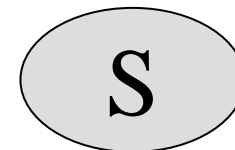
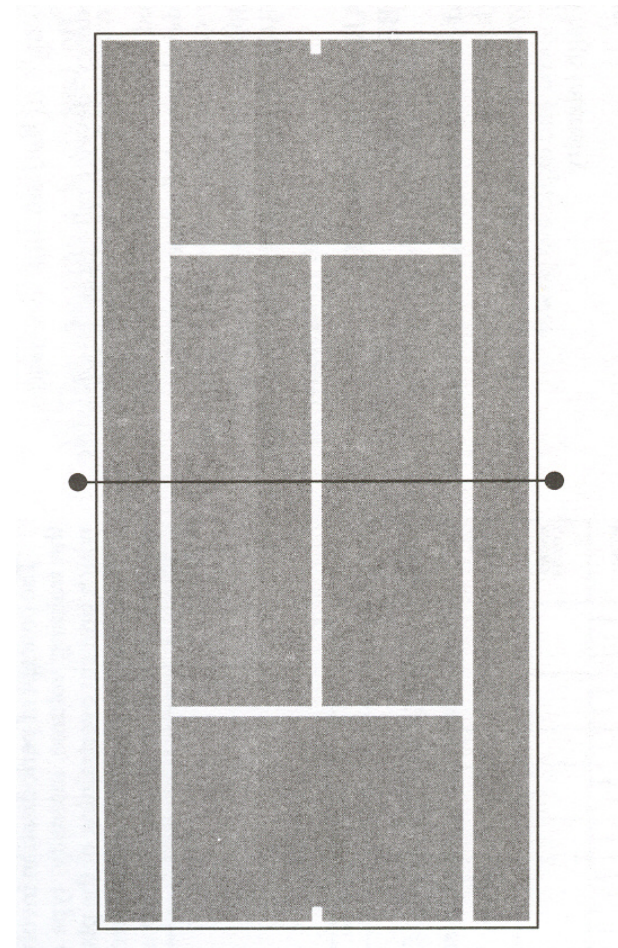
- Consistencia: Meter muchos primeros saques
- Dirección:
 - Al lado libre del cuadro
 - Al lado débil del contrario
- Profundidad: Cerca de la línea de servicio



El servicio

Táctica básica

- **Altura:**
 - Mejor que bote alto para dificultar el resto
- **Potencia:**
 - Combinación con consistencia

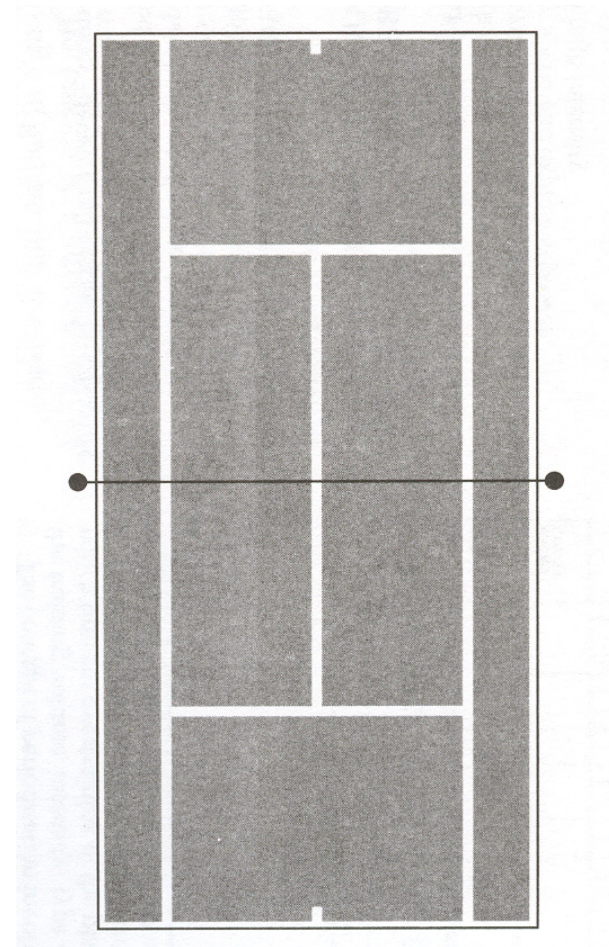


El resto

Generalidades

- Respuesta del servicio
- Fundamental
- En todos los puntos hay que restar excepto si:
 - Es doble falta
 - Es ace
- Golpe tras el bote
- No puede ser de volea
- El restador puede estar colocado donde quiera

R

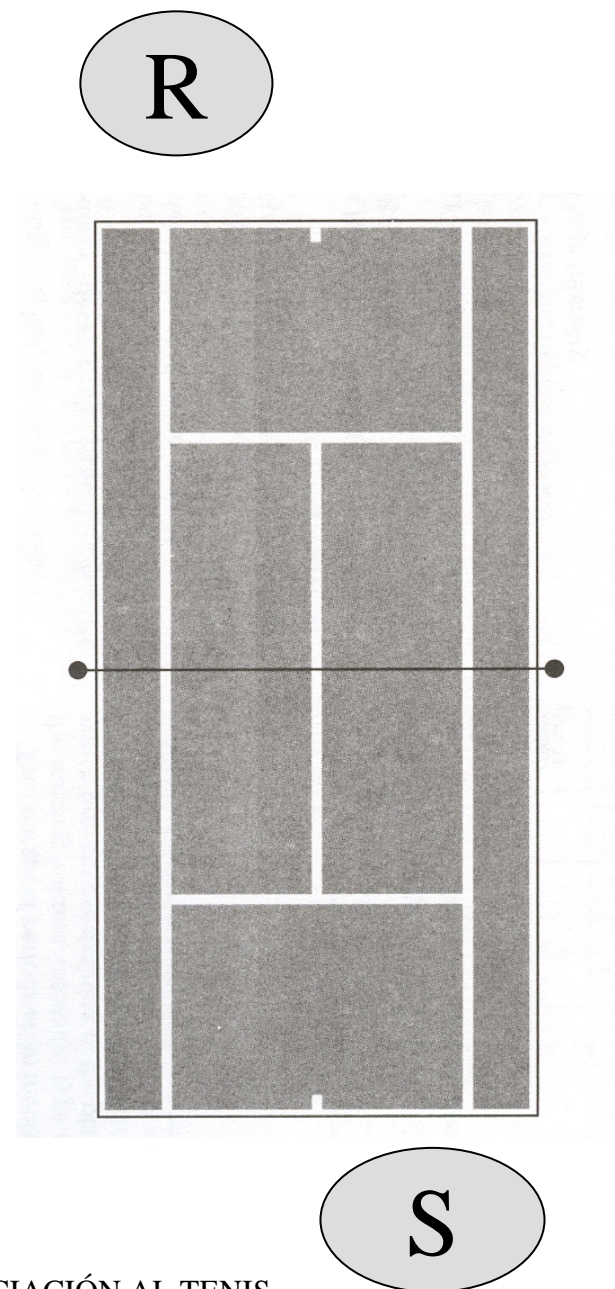


S

El resto

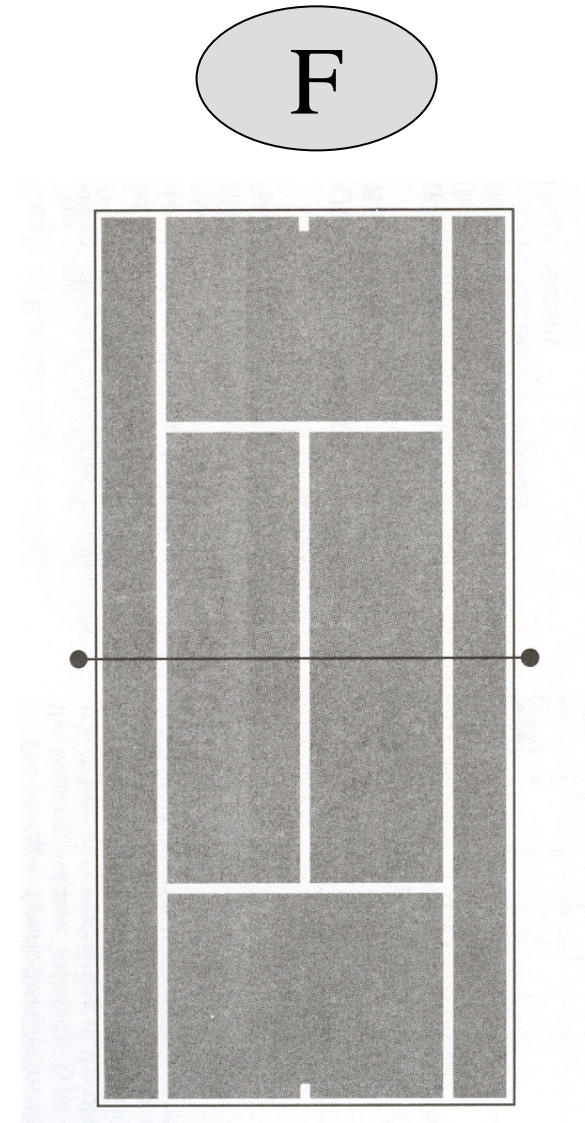
Táctica básica

- Tocar la pelota
- Consistencia: Pasarla por encima de la red muchas veces
- Dirección:
 - Al lado libre de la pista
 - Al lado débil del contrario



Juego de fondo Generalidades

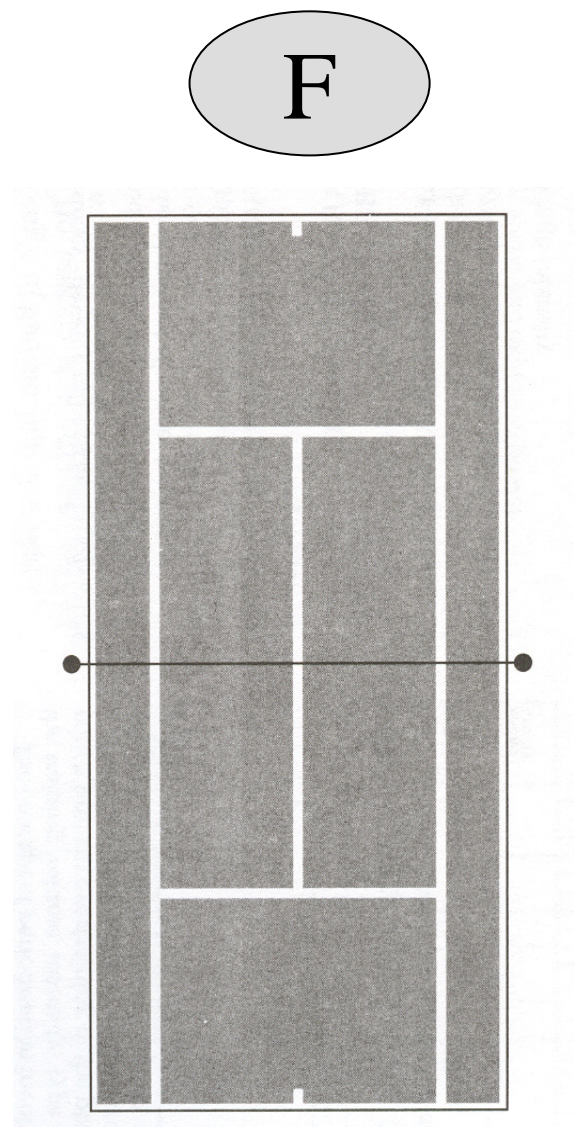
- Fase de juego más habitual
- 2 golpes:
 - Derecha
 - Revés
- Fundamental en iniciación
- Da seguridad



Juego de fondo

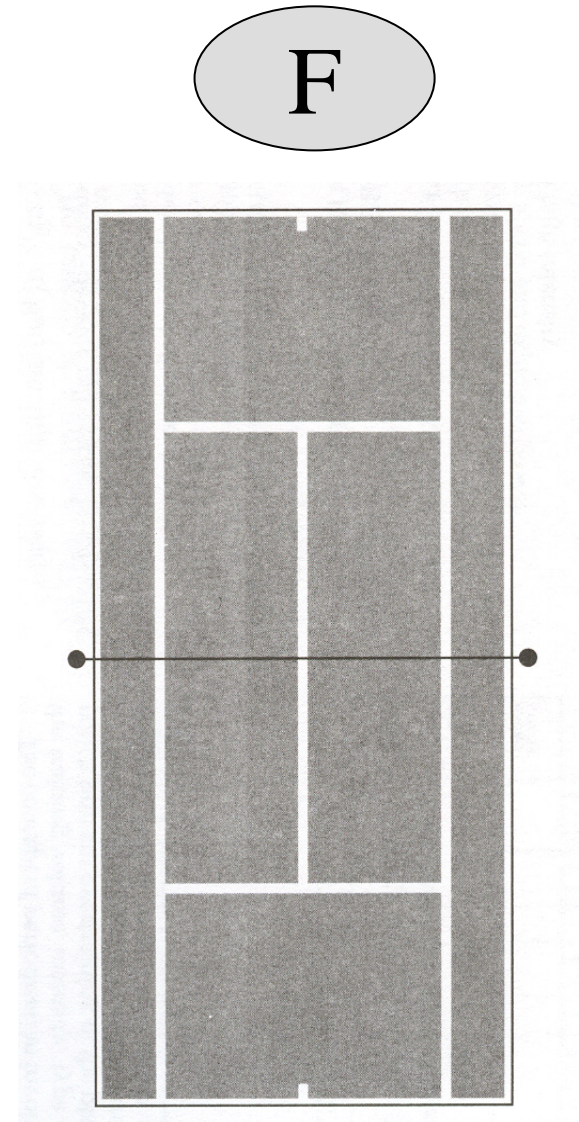
Táctica básica

- Consistencia: Pasar la pelota sobre la red y que bote dentro de la pista
- Altura: En iniciación es mejor jugar alto
- Profundidad: En iniciación es mejor jugar profundo
- Dirección:
 - A la pista libre
 - Al lado débil del contrario



Juego de fondo Táctica básica

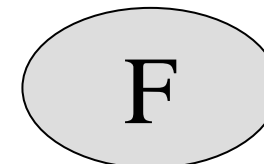
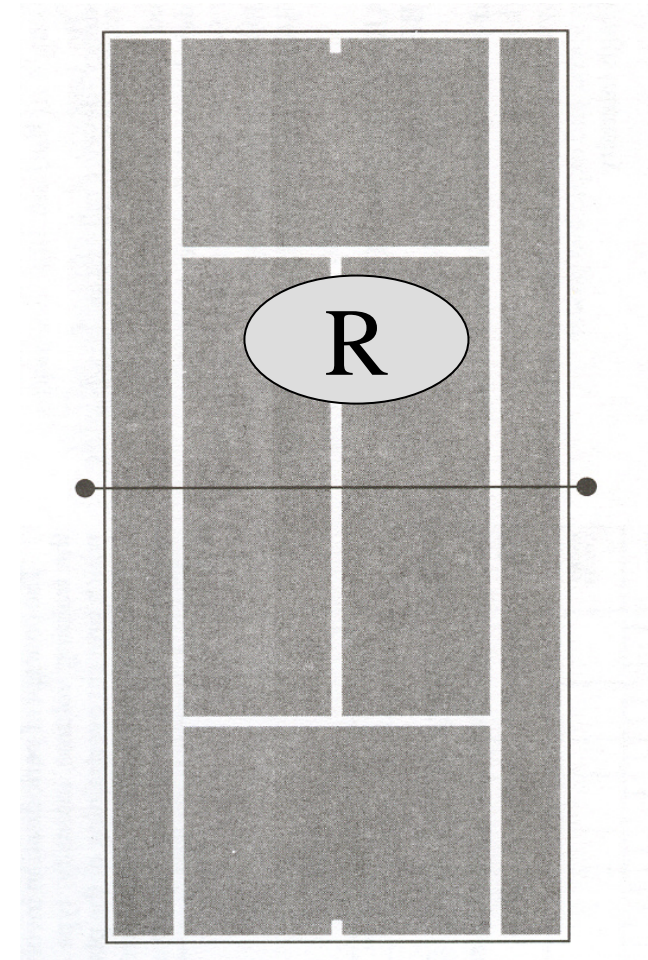
- Otros patrones:
 - Cambio de direcciones: Derecha – izquierda
 - Cambio de profundidades: Larga - corta



Subida y juego de red

Generalidades

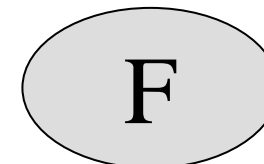
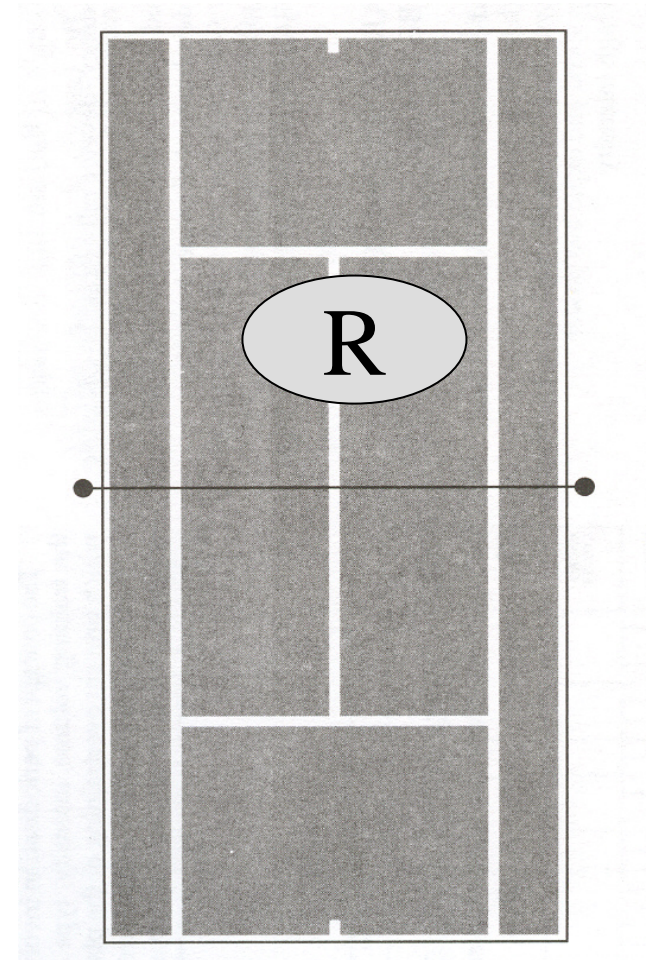
- En iniciación es menos habitual
- Supone tomar más riesgo
- Atacar
- Acabar el punto antes
- Cuanto más rápida sea la superficie, más se sube a la red



Subida a la red

Táctica básica

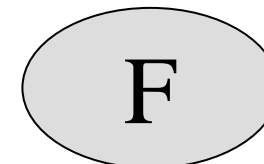
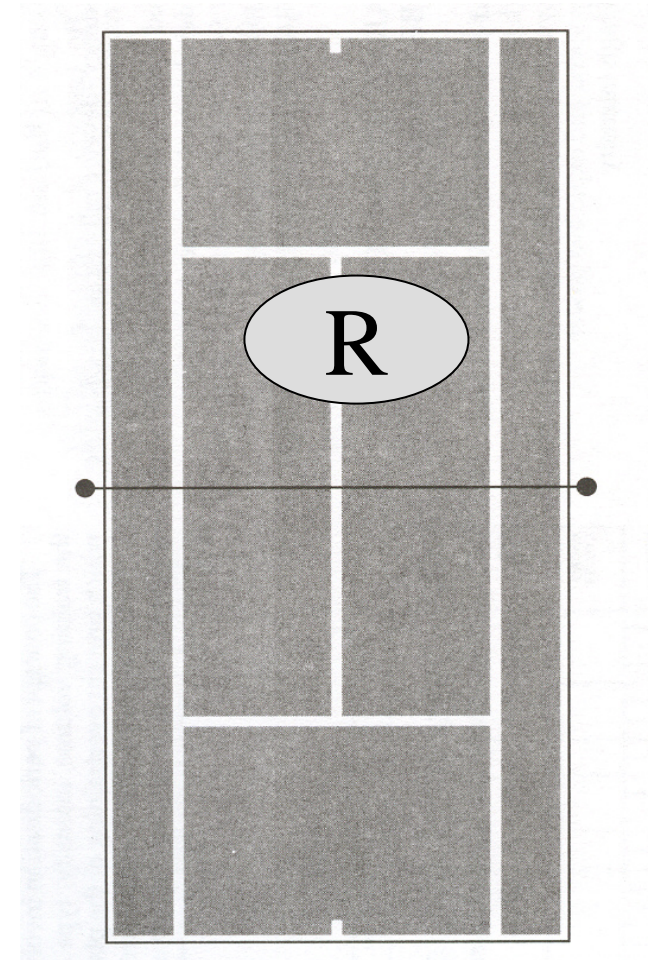
- ¿Cuándo subir?
 - Con las pelotas cortas
- ¿Cómo subir?
 - Con el mejor golpe
 - Golpe profundo
 - Golpe bajo
 - Correr rápido
- ¿Dónde subir?
 - Al lado libre
 - Al lado débil del contrario



Juego en la red

Táctica básica

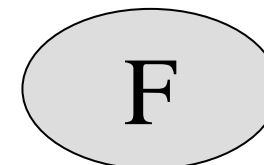
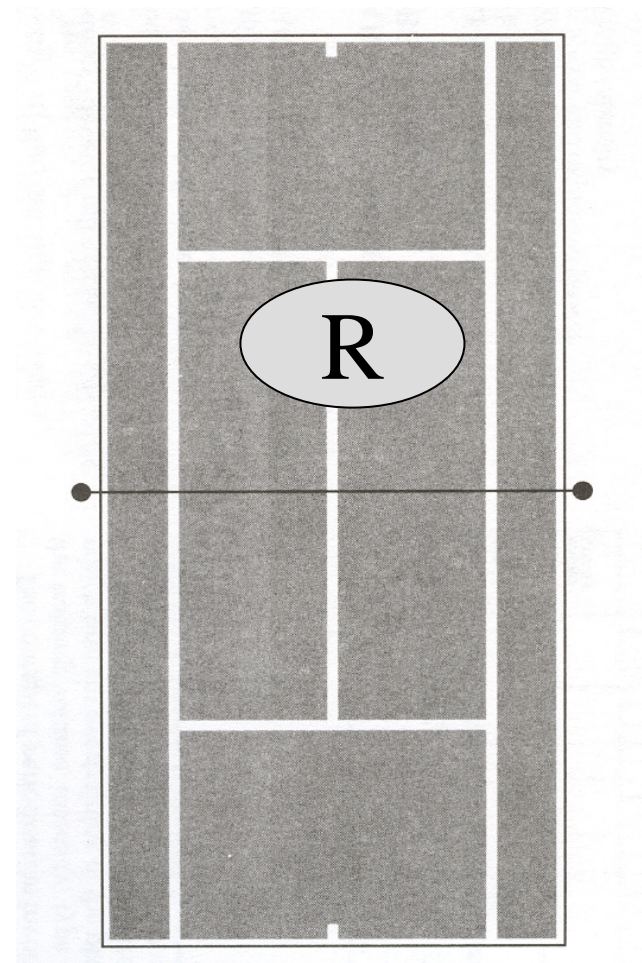
- ¿Cuándo jugar?
 - Por iniciativa propia
 - Por un golpe corto del otro
- ¿Cómo jugar?
 - Golpes definitivos
 - Cuantos menos golpes, mejor



Juego en la red

Táctica básica

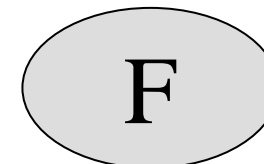
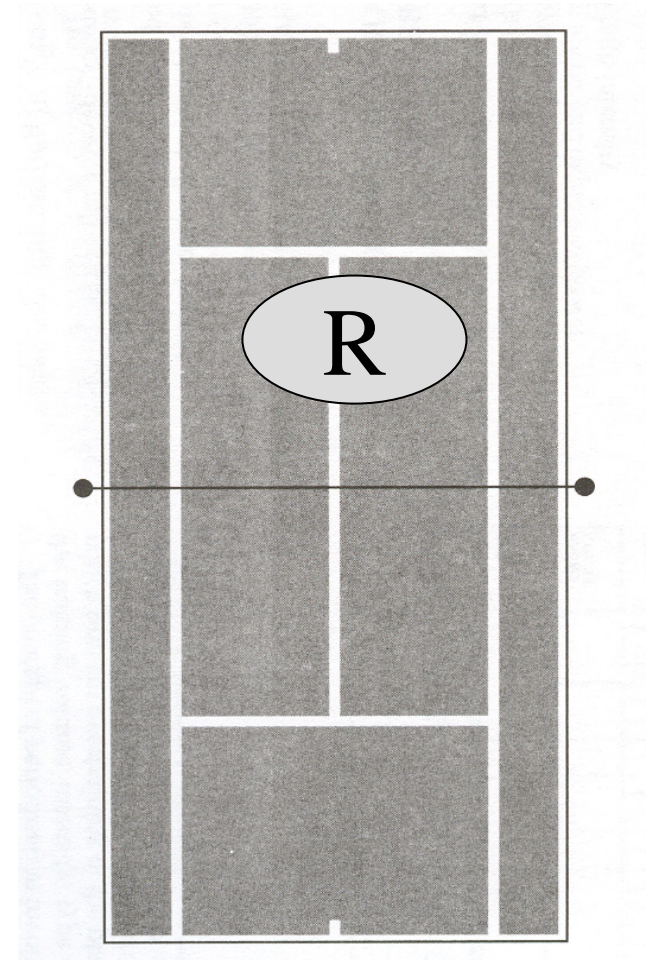
- ¿Qué golpes se usan?
 - Bajos o a media altura: Voleas
 - Altos: Remate
- ¿Dónde colocarse?
 - No muy pegado a la red



Juego en la red

Táctica básica

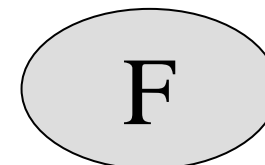
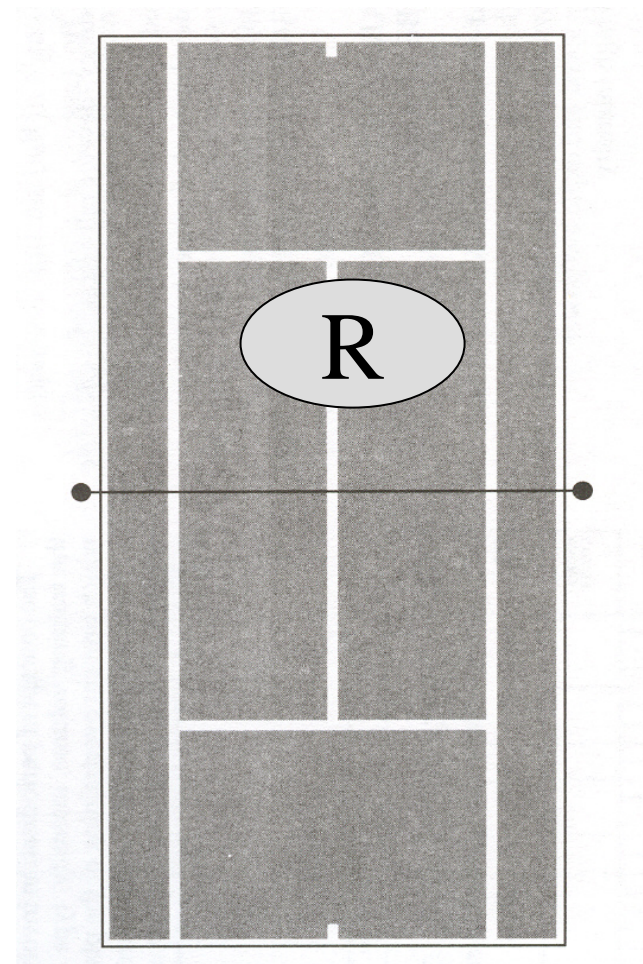
- ¿Dónde volear / rematar?
 - Al lado libre
 - Al lado débil del contrario
 - Profundo o muy corto



Jugar contra el jugador de la red

Generalidades

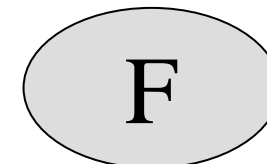
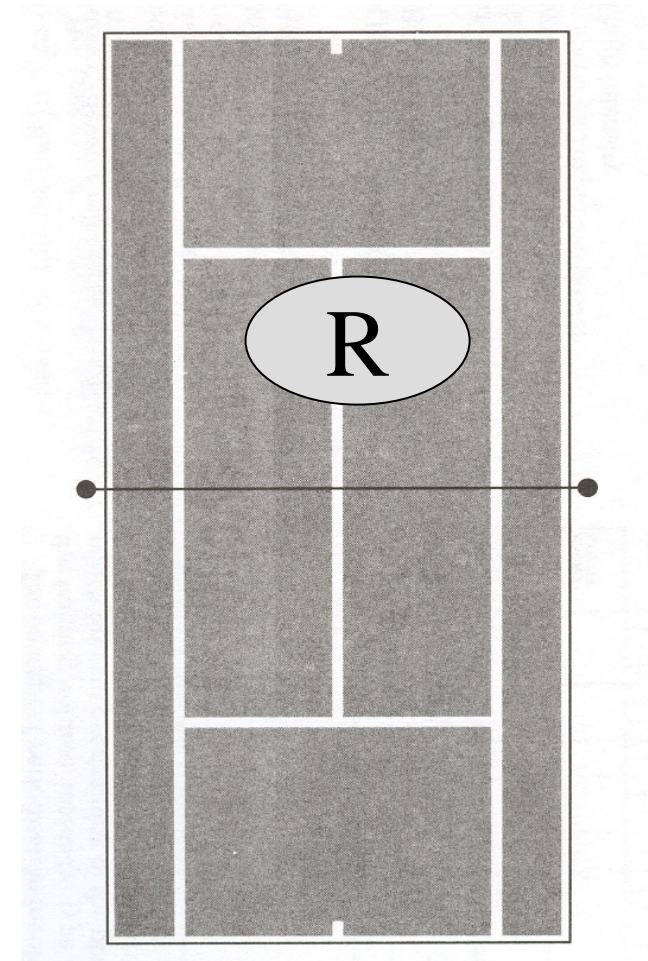
- Generalmente:
 - Jugador de la red:
Posición ofensiva
 - Jugador de fondo:
Posición defensiva
- Pero en iniciación estos papeles se cambian



Jugar contra el jugador de la red

Táctica básica

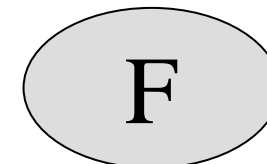
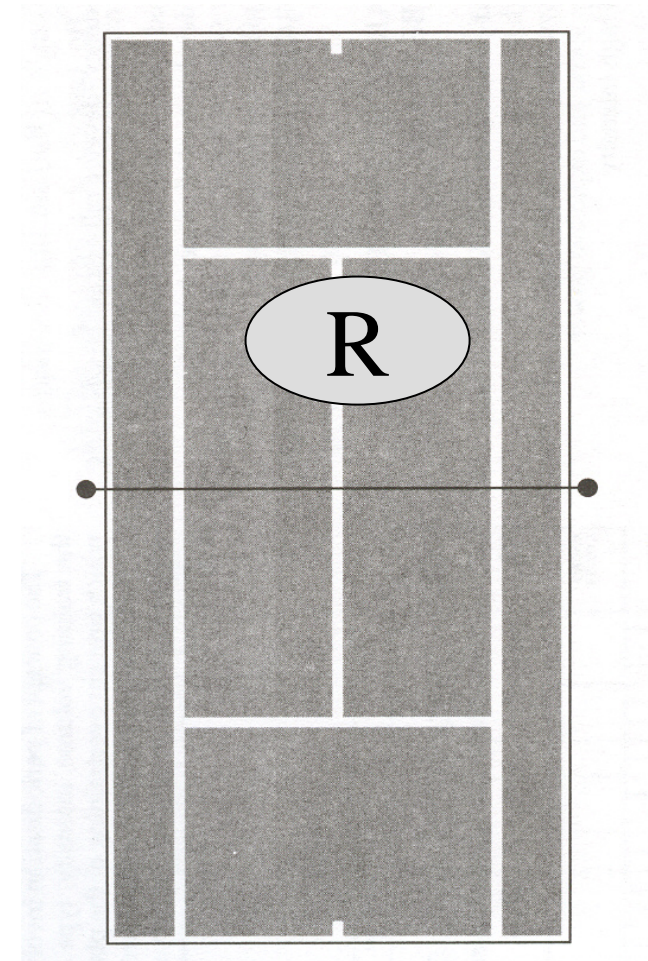
- Objetivo principal:
Pasar al contrario
- ¿Cómo?
 - Por los lados: Passing
 - Por arriba: Globo



Jugar contra el jugador de la red

Táctica básica

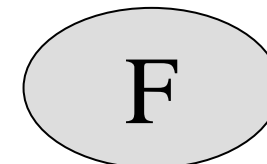
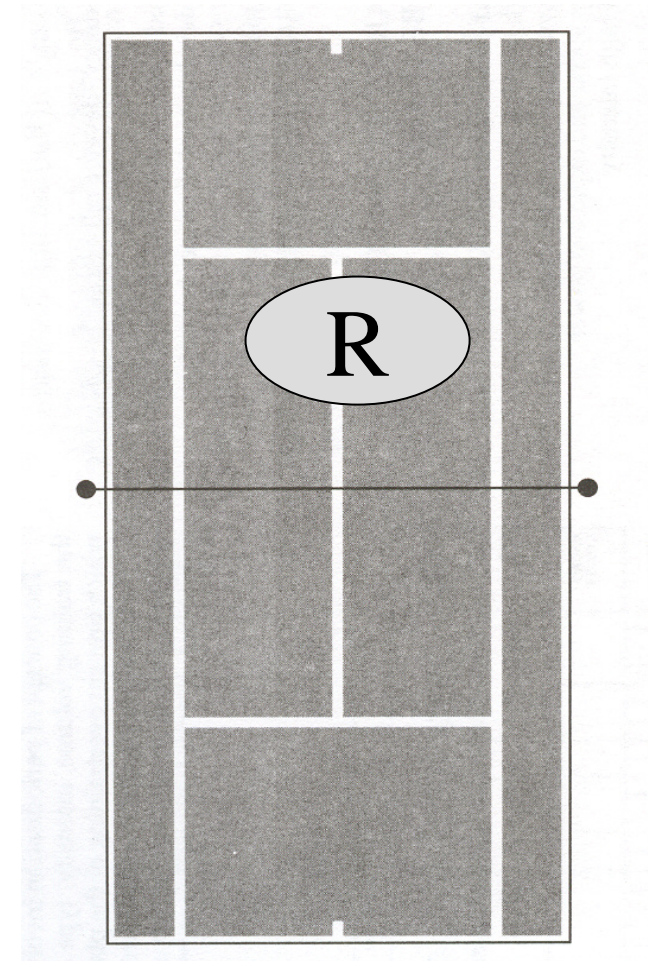
- En iniciación:
 - El globo es el golpe más habitual
 - 2 tipos:
 - Globo defensivo: Habitual en iniciación, alto y profundo
 - Globo ofensivo: Más bajo



Jugar contra el jugador de la red

Táctica básica

- Passing:
 - Directo: Pasar con un golpe
 - Indirecto: Hacer volar al contrario
 - Golpe:
 - Paralelo y profundo
 - Cruzado y corto



Tácticas básicas en iniciación

- **La pelota**
- **El espacio**
- **El tiempo**

Tácticas básicas en iniciación

La pelota

- La pelota y la red
- La pelota y las líneas de la pista
- La pelota y el contrario
- La pelota y el propio jugador

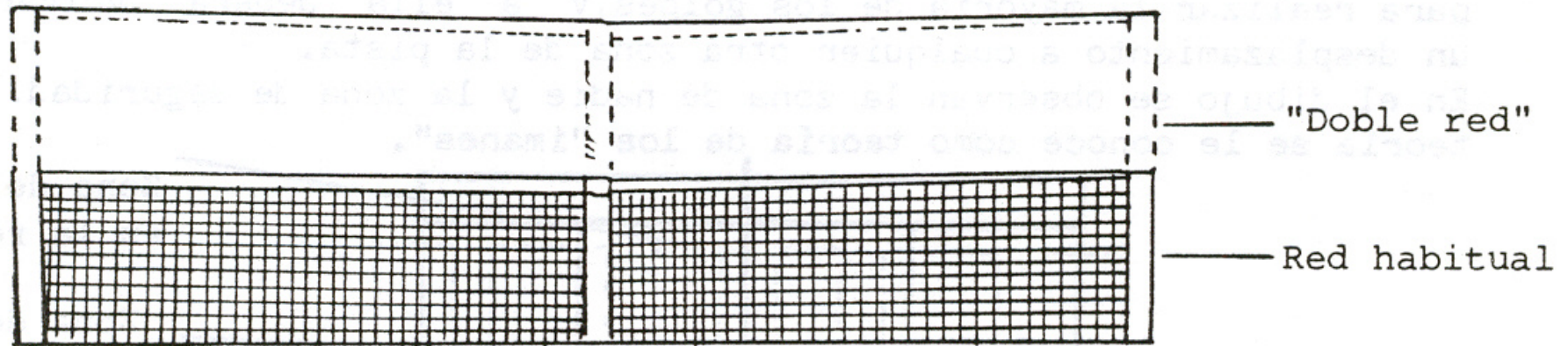
Tácticas básicas en iniciación

La pelota y la red

- **Pasar la pelota sobre la red**
 - Primer obstáculo a superar
 - Zona de franqueo
 - Jugar sobre una doble red
 - Darse un margen de error
 - Define el gesto técnico

Tácticas básicas en iniciación

La pelota y la red



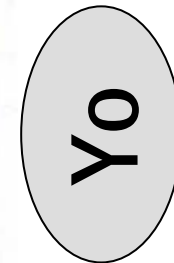
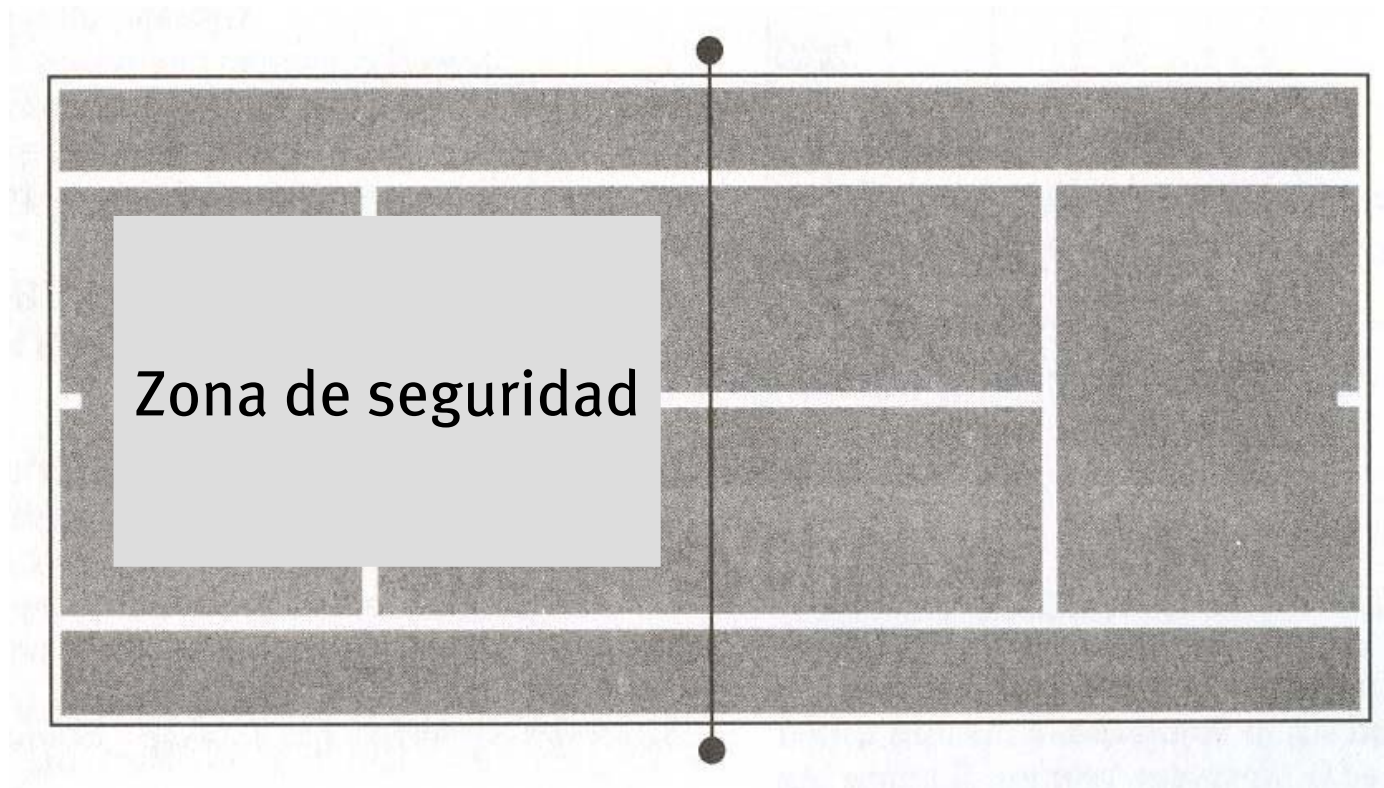
La pelota y las líneas de la pista

- **Meter la pelota dentro de la pista**
 - Segundo obstáculo a superar
 - Zona de bote
 - Jugar sobre una doble línea
 - Darse un margen de error
 - Define el gesto técnico

Tácticas básicas en iniciación

La pelota y las líneas de la pista

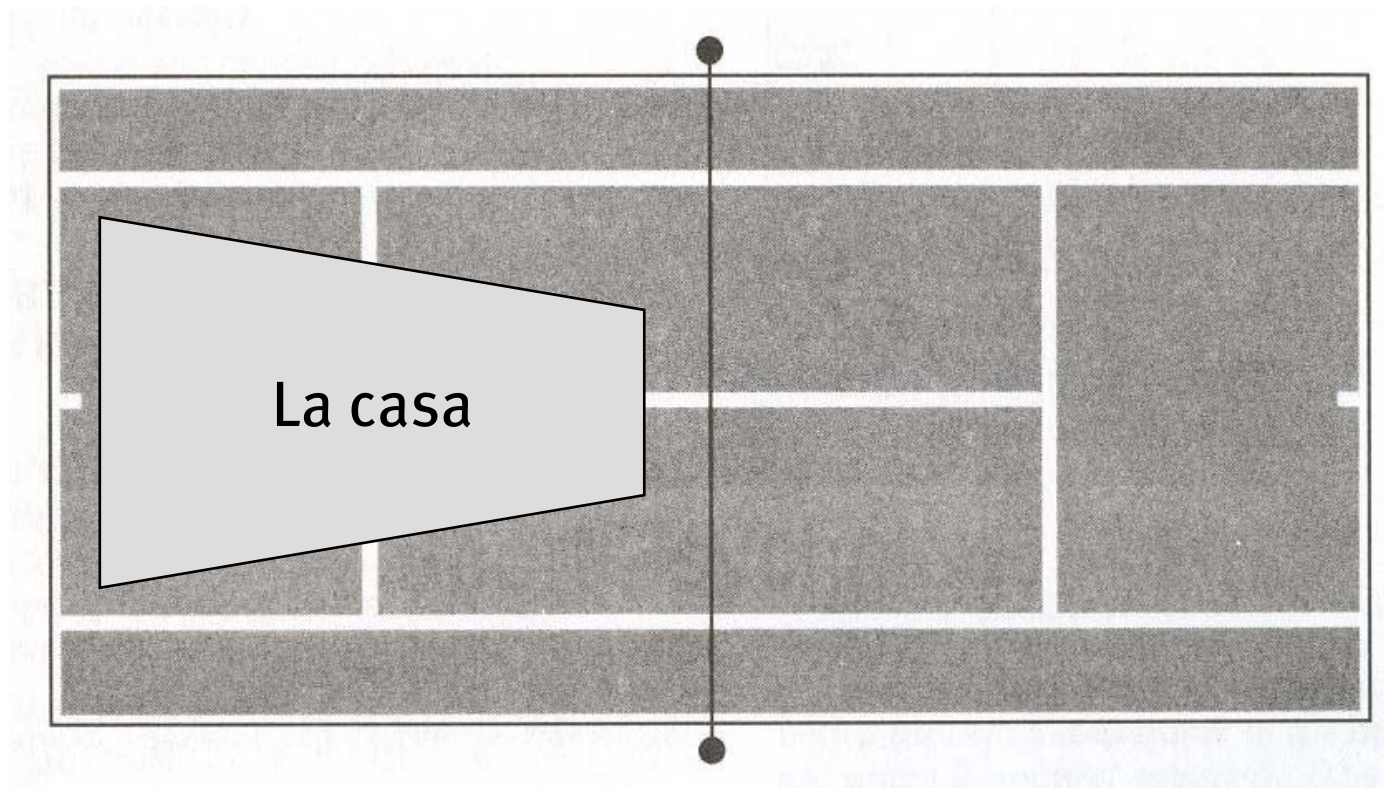
39



Tácticas básicas en iniciación

La pelota y las líneas de la pista

40



Tácticas básicas en iniciación

La pelota y el contrario

- Jugar donde el contrario no esté (delante, detrás o a los lados)
- Jugar al lado débil del contrario
- Mover al contrario (cambio de direcciones)
- Jugar cambiando alturas, velocidades, ritmo

Tácticas básicas en iniciación

La pelota y el propio jugador

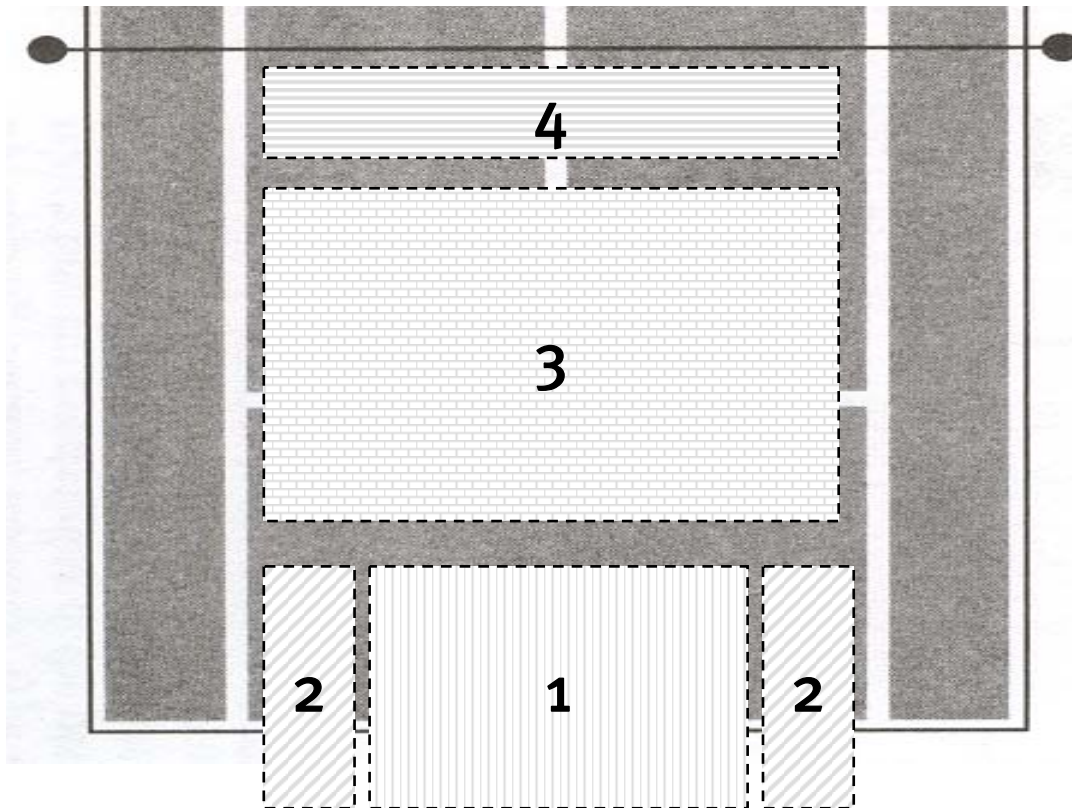
- Dominar la pelota
- Que la pelota no nos domine
- Que la pelota esté siempre delante
- Que la pelota esté más tiempo en el campo del otro que en el nuestro

Tácticas básicas en iniciación

El espacio

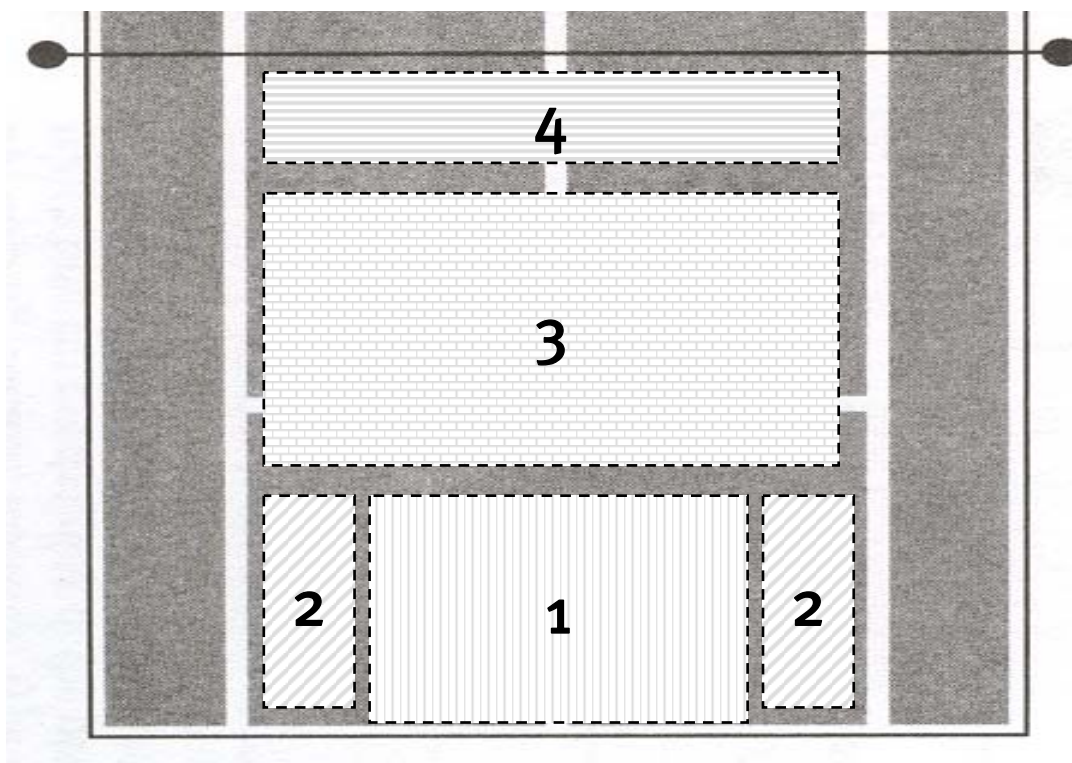
- los espacios de juego
 - espacio propio
 - espacio adverso
- zonas de seguridad
- zonas de desequilibrio
- zonas a evitar
- zonas a buscar

Espacio de juego propio



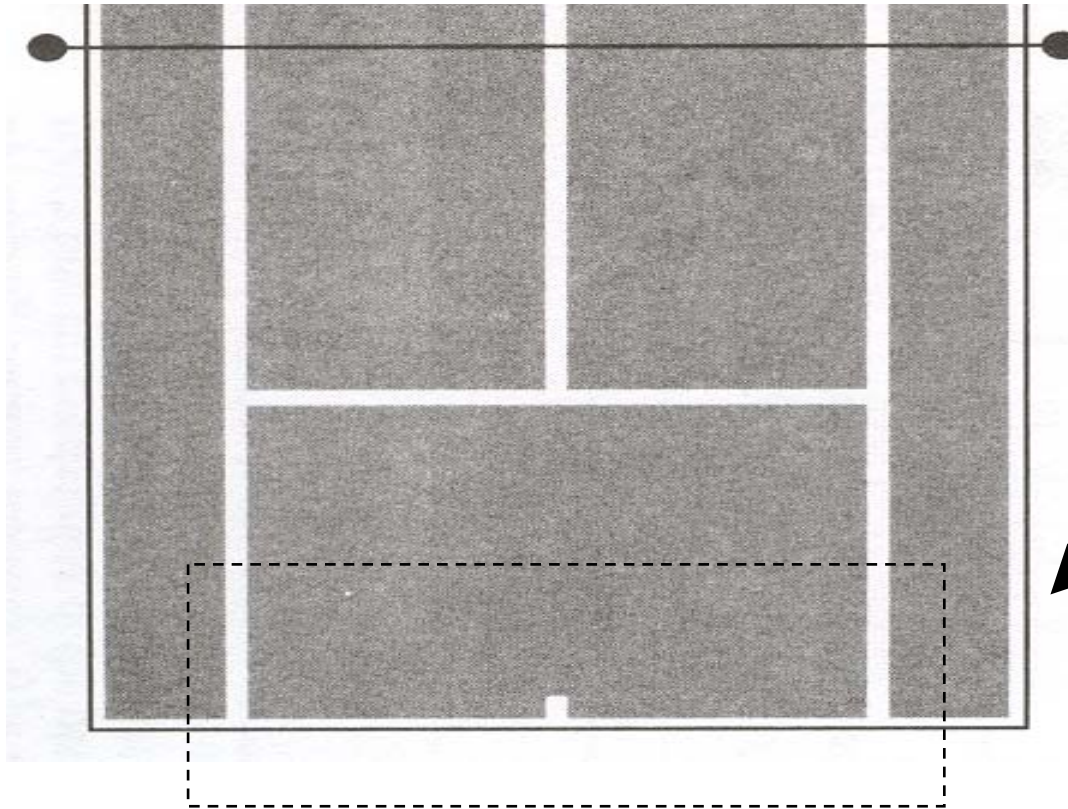
1. Zona más segura
2. Zona segura pero lejos del centro
3. Zona a evitar
4. Zona segura pero de estancia corta

Espacio de juego contrario



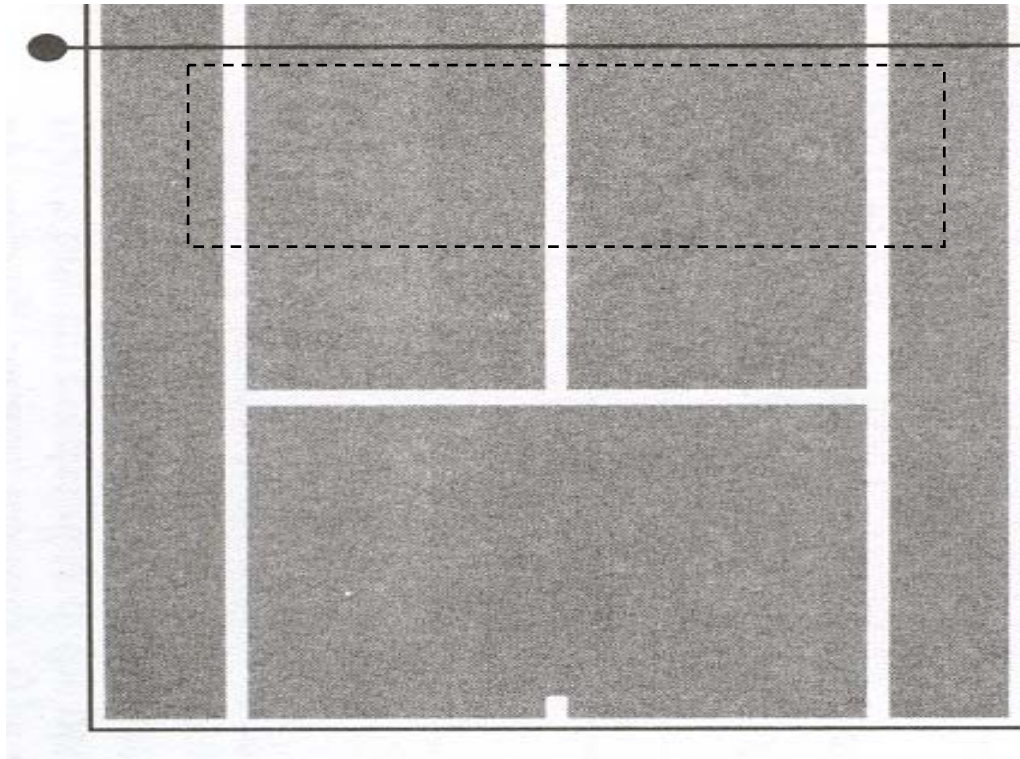
1. Zona más segura donde dirigir la pelota
2. Zona efectiva pero algo arriesgada
3. Zona a evitar
4. Zona segura pero algo arriesgada

Zonas de seguridad



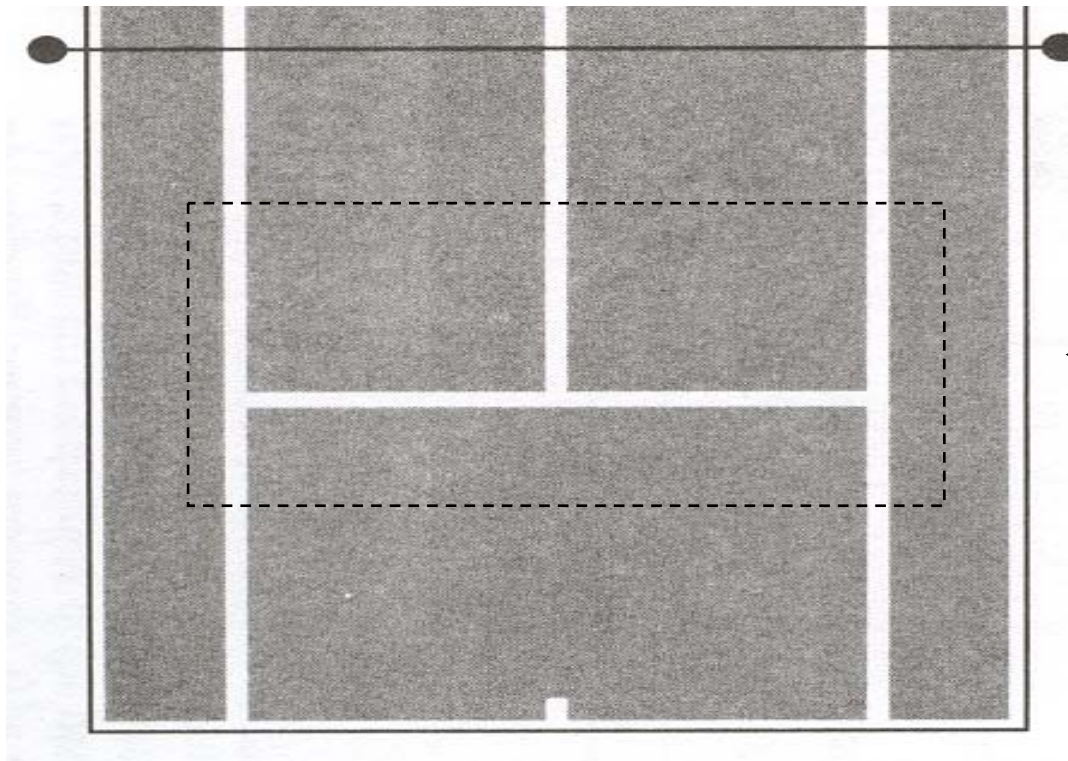
1ª zona más segura
de la pista para
jugadores
iniciantes

Zonas de seguridad



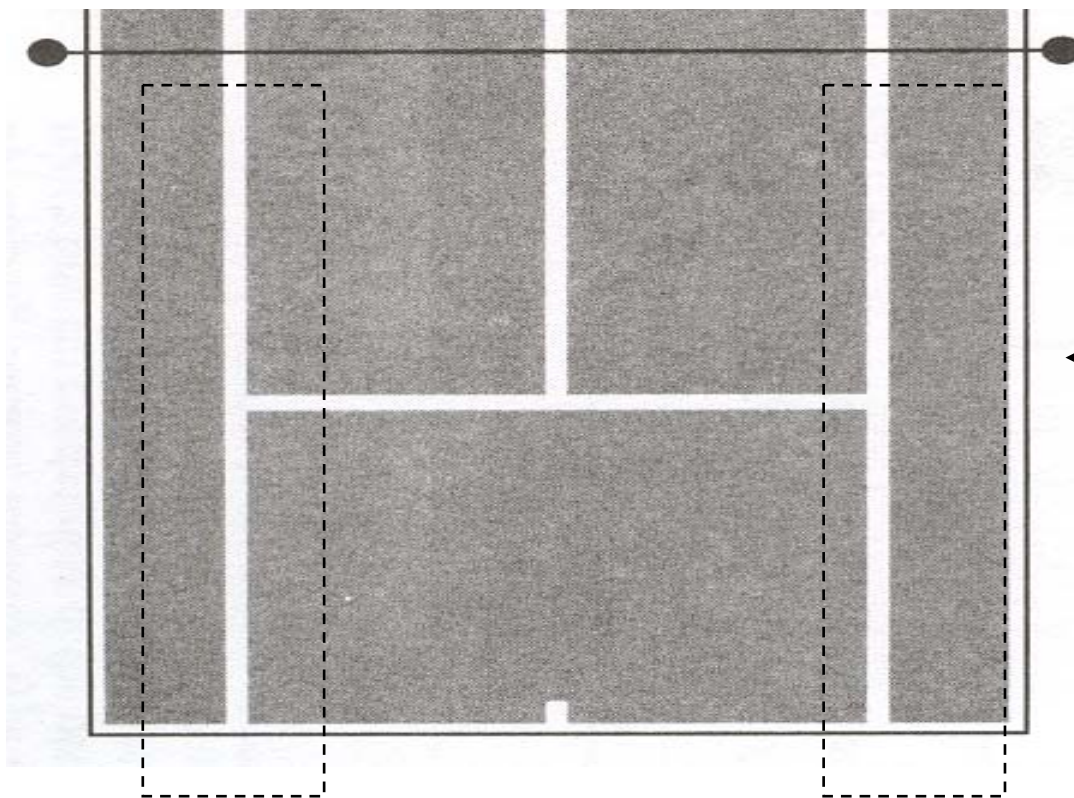
2^a zona más segura
de la pista para
jugadores
iniciantes

Zonas de desequilibrio



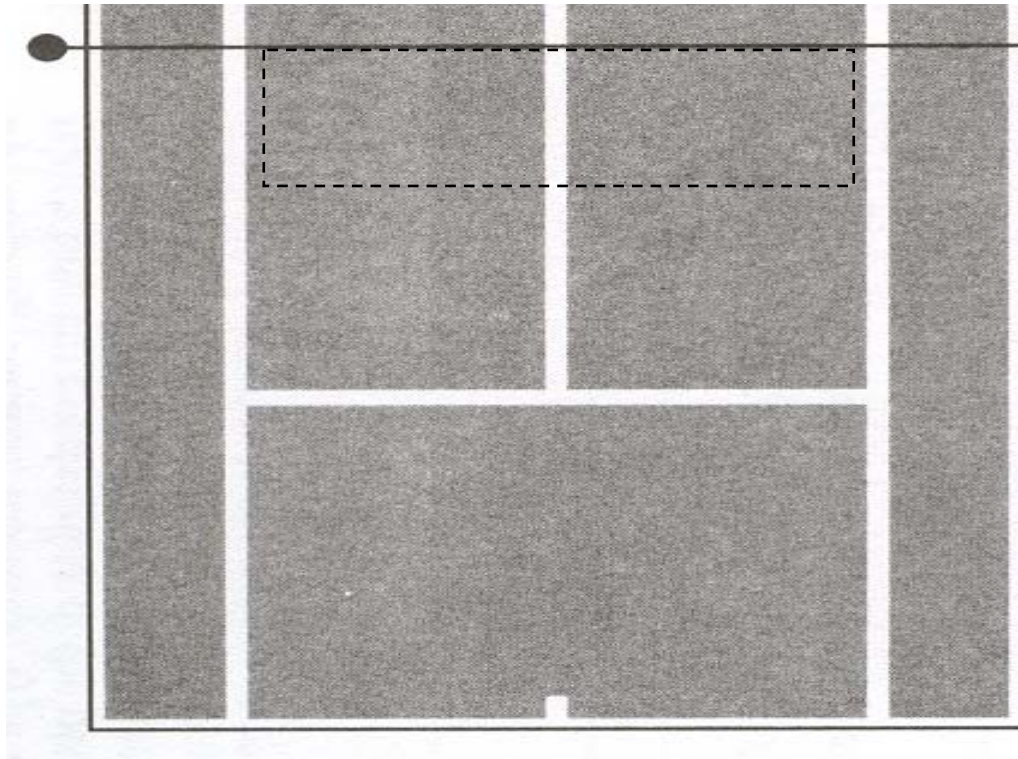
- No hay que dirigir la pelota ahí si no está el contrario
- Si el contrario está ahí, jugarle a los pies
- No hay que golpear la pelota desde ahí

Zonas de desequilibrio



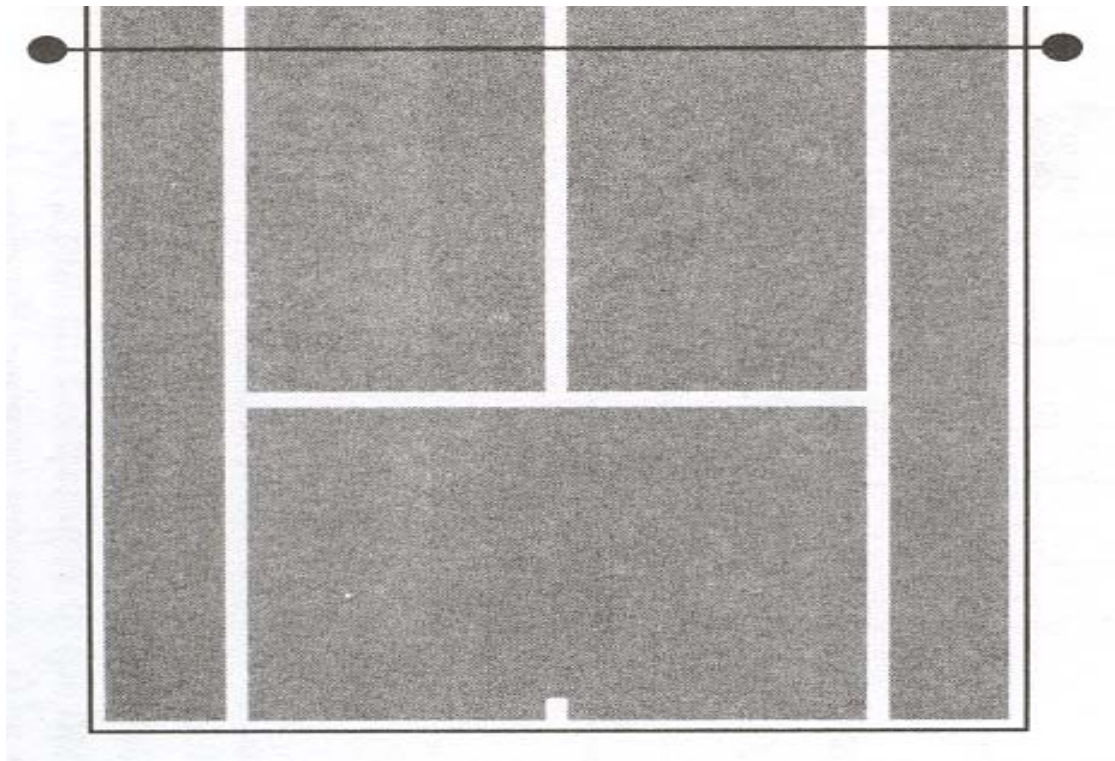
-Cuando se está
situado en una de
esas zonas, se
deja demasiada
pista libre

Zonas de desequilibrio



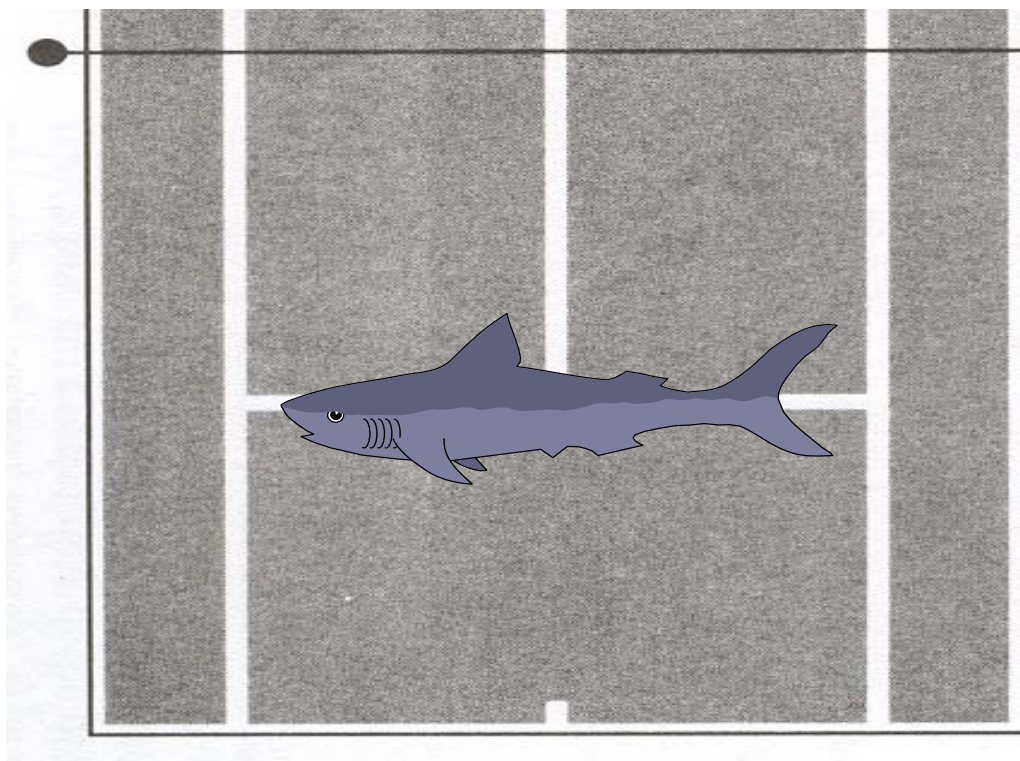
-Cuando se está situado demasiado cerca de la red, se deja demasiada pista libre por detrás

Zonas de desequilibrio



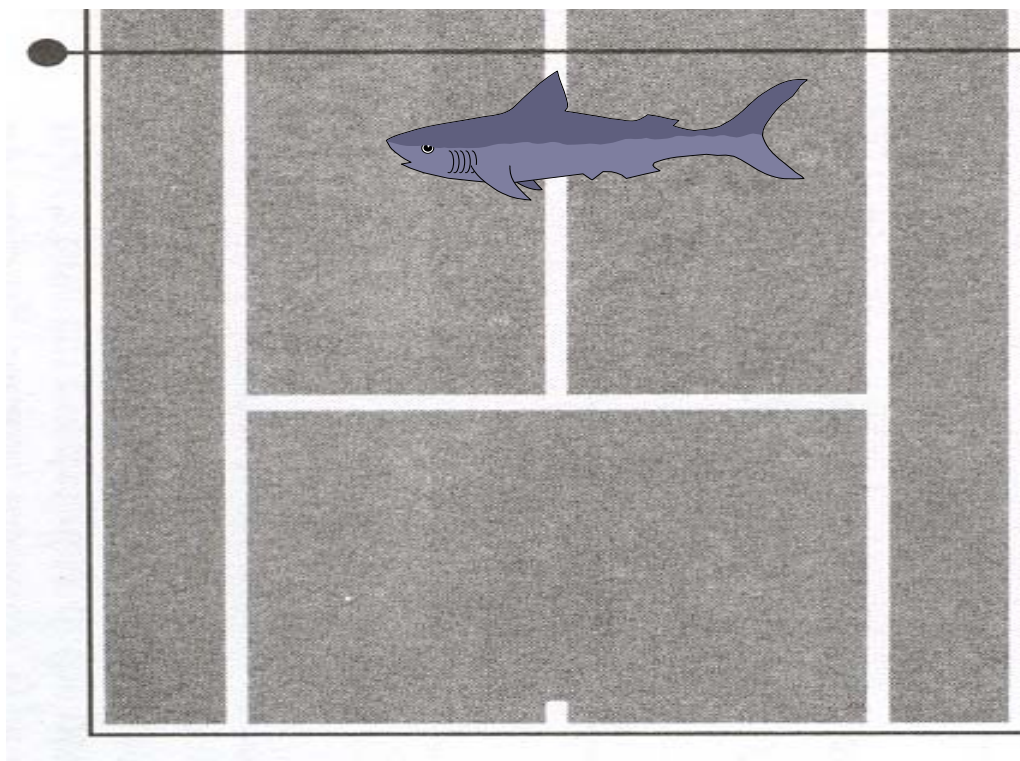
-Cuando se está situado demasiado lejos de la línea de fondo, se deja demasiada pista libre por delante

Zonas a evitar



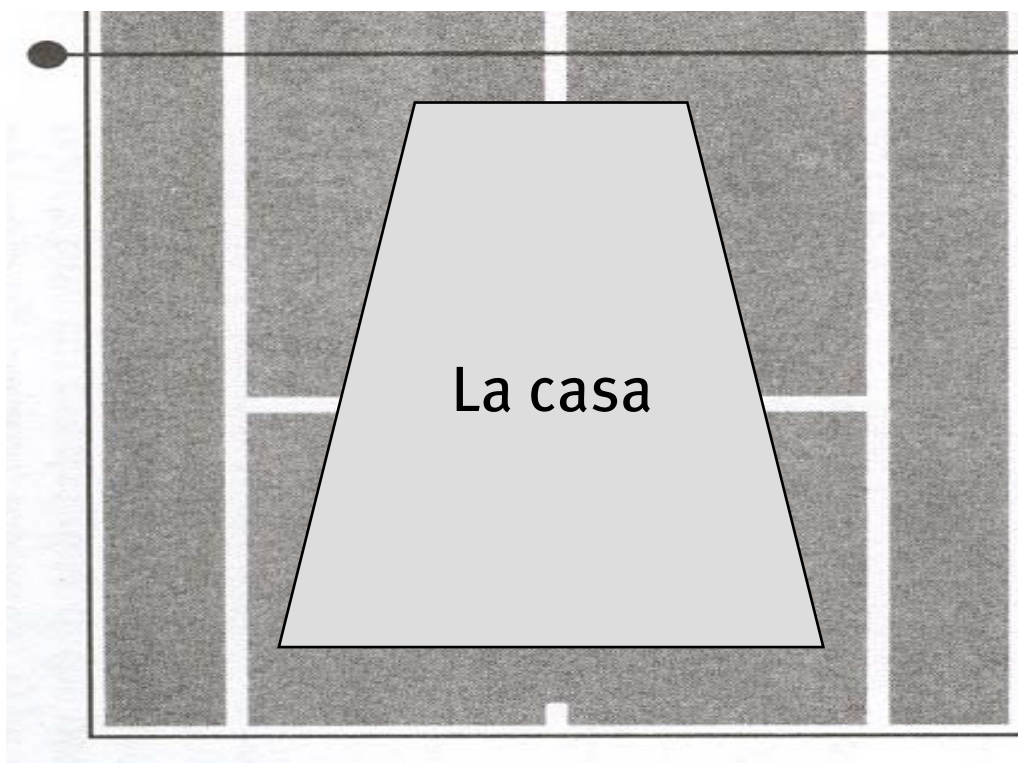
- El medio de la pista es la “tierra de nadie”
- Hay que evitarlo

Zonas a evitar



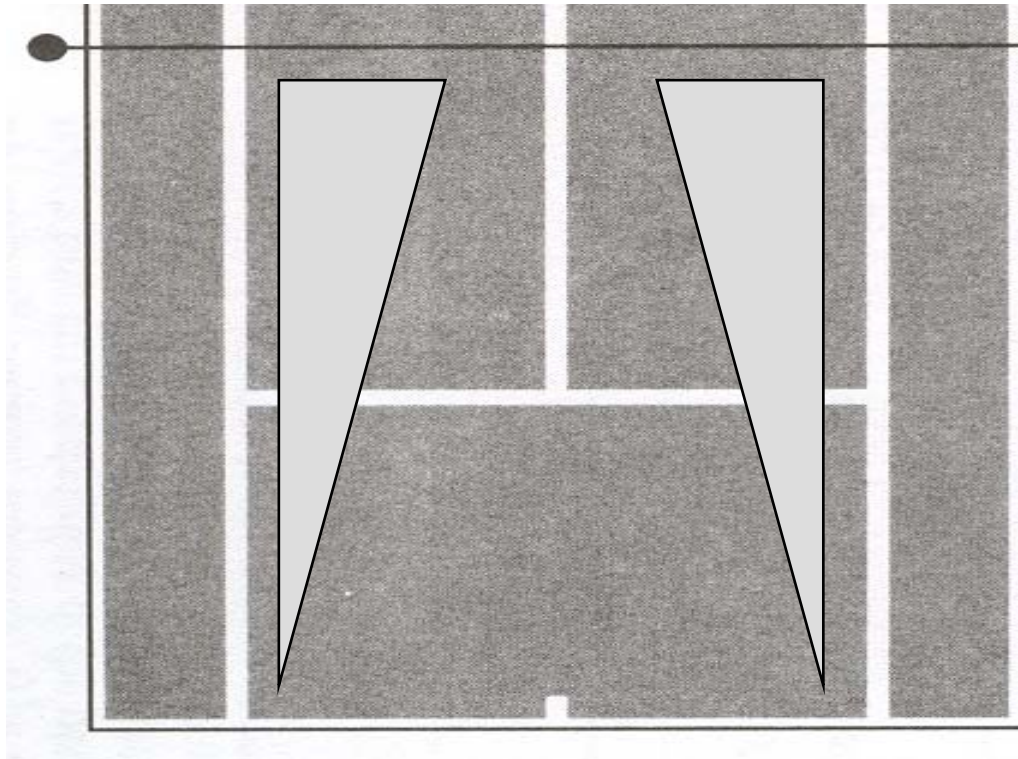
← -Hay que evitar estar demasiado tiempo en la red o muy pegado a ella

Zonas a buscar



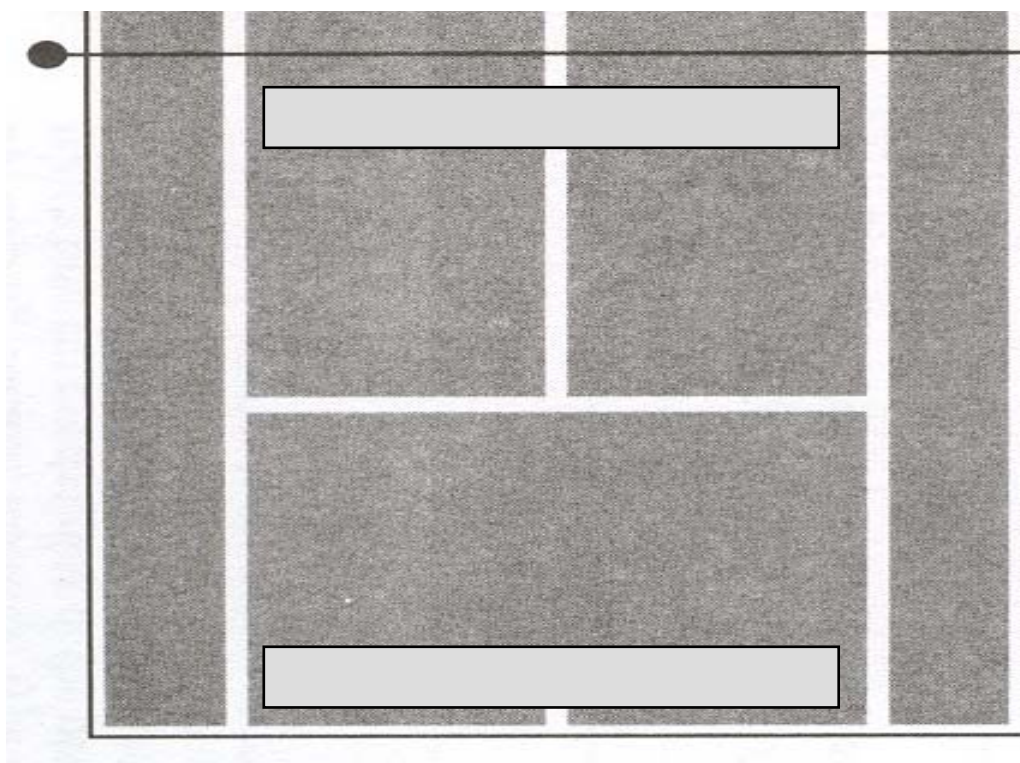
-Si se quiere jugar seguro hay que buscar el centro de la pista

Zonas a buscar



-Si se quiere atacar hay que mover al contrario buscando los laterales

Zonas a buscar



- ← -Si se quiere atacar hay que jugar donde no esté el contrario:
- Muy cerca de la red
 - Muy profundo

Tácticas básicas en iniciación

El tiempo

- Gestión del tiempo
- El ritmo de juego
- Cuando la pelota está en juego
- Cuando la pelota no está en juego

Tácticas básicas en iniciación

Gestión del tiempo

- Intentar que el tiempo juegue a favor de uno
- Relacionado con:
 - el ritmo de juego
 - Aspectos psicológicos

Tácticas básicas en iniciación

El ritmo de juego

- La cadencia con que se juega
- Tres tipos de ritmo:
 - Rápido
 - Normal
 - Lento

Tácticas básicas en iniciación

Tiempo cuando la pelota está en juego

Rápido	Normal	Lento
<ul style="list-style-type: none"> • Avanzar hacia la pelota • Pegarle antes • Jugar pelotas rápidas • Jugar plano • Jugar raso • Jugar corto 	<ul style="list-style-type: none"> • Esperar que llegue la pelota • Pegarle cuando llega • Jugar pelotas a media velocidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Retroceder • “Aguantar el golpe” • Jugar pelotas lentas • Jugar liftado • Jugar alto • Jugar profundo

Tácticas básicas en iniciación

Tiempo cuando la pelota no está en juego

Rápido	Normal	Lento
<ul style="list-style-type: none">• Colocarse rápidamente para sacar o restar• Sacar el segundo saque justo tras el primero	<ul style="list-style-type: none">• Respetar el tiempo en cambios de lado 90'• Respetar el tiempo entre puntos 25'	<ul style="list-style-type: none">• Apurar el tiempo en cambios de lado y el tiempo entre puntos

Táctica y actitud

Actitud	Táctica
Motivación	Claro plan táctico
Concentración	Patrones tácticos sólidos
Auto-confianza	Jugar tácticamente de forma inteligente
Control emocional	Asegura el control táctico
Visualización	“Anticiparse” tácticamente

Conclusiones

- Que el iniciante aprenda los fundamentos tácticos jugando al tenis
- Desarrollar táctica y técnica al unísono
- Poner las bases para que el jugador sea tácticamente inteligente y creativo
- Nota: Parte de este material está basado en textos de la RFET