

Sacar, pelotear y jugar puntos... Las campañas de la ITF Tennis... Play and Stay y Tennis10s.

Dave Miley.

Federación Internacional de Tenis.

RESUMEN

La ITF lanzó en 2007 una campaña mundial para incrementar la participación tenística en todo el mundo. Tennis...Play and Stay gira alrededor de la consigna "Sacar pelotear y jugar puntos" y trata de promocionar el tenis como fácil, divertido y saludable. Para la campaña es fundamental que cuando los entrenadores trabajen con iniciantes utilicen pelotas más lentas rojas, naranja y verdes, asegurando una primera experiencia tenística positiva y dinámica, jugando al tenis (sacando, peloteando y jugando puntos). La campaña Play and Stay llevó al lanzamiento de Tennis10s en 2009.

Palabras clave: Tennis 10s, Play and Stay.

Recibido: 10 de Mayo de 2010.

Aceptado: 12 de Junio de 2010.

Autor correspondiente: Dave Miley, Federación Internacional de Tenis.

Email: dave.miley@itftennis.com

¿POR QUÉ SE INTRODUJO TENNIS...PLAY AND STAY?

En 2002, se creó el Grupo de Trabajo de la ITF para la enseñanza del tenis con el objetivo de ver cómo se podía enseñar el tenis a los iniciantes de la mejor manera. El Grupo de Trabajo incluía a expertos en participación tenística provenientes de algunas de las federaciones de tenis y organizaciones de entrenadores más reconocidas.

El Grupo de Trabajo admitió que si bien el tenis está creciendo en muchos países, algunos de los más establecidos tenísticamente están enfrentándose a problemas relacionados con la participación, como consecuencia, fundamentalmente, de los cambios de estilo de vida. El hallazgo principal fue que nuestro deporte parece saber atraer a la gente pero no retenerla. El Grupo de Trabajo concluyó que era necesario

adaptar el deporte a las necesidades del cliente, el jugador iniciante, y acordar una posición común en cuanto a la enseñanza del tenis para dichos iniciantes.

Los mensajes clave de la campaña Tennis...Play and Stay son:

- El tenis es fácil...cuando los entrenadores que trabajan con jugadores iniciantes utilizan pelotas más lentas rojas, naranja o verdes.
- El tenis es divertido...cuando los jugadores iniciantes sacan, pelotean y juegan puntos desde la primera clase.
- La competición tenística puede ser divertida...cuando los formatos y sistemas de puntaje se acomodan a todos los estilos de vida.
- El tenis es saludable...la investigación realizada por la ITF en 2006 y publicada en la Revista Británica de Medicina del Deporte lo atestiguan.
- El tenis es un deporte para todos y todos los jugadores deben tener una calificación que les permita encontrar jugadores de nivel similar con quienes jugar.

¡La pelota es clave!

Utilizar la pelota adecuada con los iniciantes es crucial para la retención de jugadores. No hay duda de que las pelotas más lentas dan más tiempo y control y facilitan el peloteo. Sin



embargo, al comenzar la campaña se estimó que un 10% de los entrenadores de todo el mundo utilizaba las pelotas más lentas con sus jugadores iniciantes. Es por eso que la promoción de estas pelotas es un elemento clave de Tennis...Play and Stay y Tennis10s.

¡Pelotas más lentas, canchas más pequeñas, mejores juveniles!

Las pelotas más lentas no son solamente importantes para desarrollar iniciantes; los juveniles de alto nivel también se benefician pues les ayudan a aprender con mayor facilidad una técnica eficiente, permitiendo la implementación de tácticas más avanzadas que no se podrían lograr con una pelota normal en una cancha tradicional.

Adultos.... ¡Jueguen tenis más rápido!

Algunos de los principales países, Francia entre otros, han tenido mucho éxito con las pelotas más lentas a la hora de enseñar el tenis a adultos, ellos son un objetivo importante de Play and Stay. Igual que los niños, si los adultos no pueden sacar, pelotear y jugar puntos, en una cancha tradicional con una pelota normal, su entrenador deberá utilizar una pelota en una cancha donde puedan lograrlo.

Entrenar a jugadores con discapacidades

Las pelotas más lentas pueden ser sumamente útiles para entrenar a jugadores con discapacidades y aumentar enormemente su disfrute y su éxito en el tenis. Consulten el artículo de Mark Bullock que hace referencia al tenis para menores de 10 años y jugadores con discapacidades.

¿Qué pasa con la técnica?

Algunos entrenadores preguntan qué papel tiene la técnica cuando el énfasis está puesto en sacar, pelotear y jugar puntos desde la primera lección. La respuesta es que la técnica sigue siendo muy importante y cuando los entrenadores habiendo utilizado las pelotas más lentas han entusiasmado a sus jugadores con el juego de tenis, deberán comenzar con la instrucción técnica (y táctica) pertinente para ayudarles a sacar,

pelotear y jugar puntos de manera más efectiva. Esto es, realmente, una simple definición del enfoque basado en el juego, a veces mal interpretado por parte de los entrenadores de tenis.

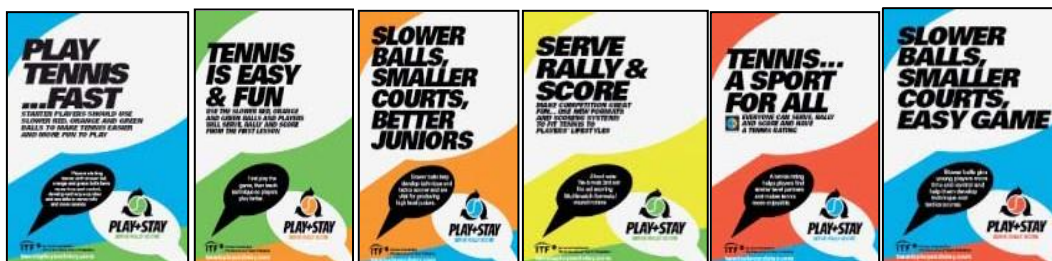
EL ENFOQUE BASADO EN EL JUEGO



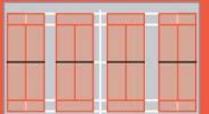


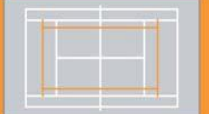


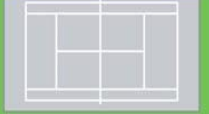



El enfoque basado en el juego es fundamental para la campaña Play and Stay. Esta es la base para todos los niveles de entrenamiento. Ya sea trabajando con iniciantes o con jugadores avanzados, toda la instrucción debe dirigirse a ayudar a los jugadores a jugar mejor. Toda instrucción impartida debe ser pertinente para que el jugador pueda implementar la táctica. En idioma sencillo de Play and Stay, el enfoque basado en el juego se define como "¡Sacar pelotear y jugar puntos...y luego dar la instrucción pertinente (técnica, táctica, física o mental) para ayudar al jugador a sacar pelotear y jugar puntos de manera más efectiva!"

¿QUÉ ES TENNIS10S?

Tennis10s es el tenis para los jugadores menores de 10 años y se juega con las pelotas más lentas rojas, naranja o verdes. Tennis10s se introdujo para dar una guía formal sobre el uso de las diferentes pelotas rojas, naranja y verdes y las canchas con competición para los jugadores menores de 10 años (ver la Tabla).

En la Asamblea General Anual de la ITF de 2010, la ITF solicitará a los países miembros que voten por una reglamentación según la cual sólo se podrá utilizar pelotas más lentas rojas, naranja, o verdes en las competiciones oficiales para menores de 10 y que no se podrá utilizar la pelota amarilla. La ITF tratará de introducir esta reglamentación desde 2012, para que los países tengan tiempo de adaptarse a la misma cuando fuere necesario. Actualmente, si bien muchos jugadores usan las pelotas más lentas para entrenar, la competición suele jugarse con las pelotas normales amarillas, lo cual tiene poco sentido. Una vez que las pelotas más lentas se utilicen para las competiciones, los entrenadores, obviamente, tendrán que usarlas para el entrenamiento.



| ETAPA | EDAD | PELOTA | CANCHA | RAQUETA *(Dependiendo del tamaño del jugador) | OPCIONES DE PUNTAJE | DESCRIPCIÓN DE LA ETAPA |
|--|---------------|---|---|--|---|---|
|  | 5-8 años |  (Espuma o Fieltro) 75% más lenta que la pelota amarilla |  11-12m (36-39ft) x 5-6m (16-19ft) Altura de la red: 80-83,8cm | Hasta 53cm (23")* | 1 x tie-break hasta 7 o 10 Mejor de 3 tie-breaks hasta 7 1 x set corto hasta 4 Partidos por tiempo | En Rojas, las pelotas más lentas, las canchas más pequeñas y las raquetas más cortas permitirán a los niños jugar tenis desde la primera lección. Los jugadores comienzan con partidos divertidos, en equipo, desarrollan buenas técnicas y utilizan tácticas reales. |
|  | 8-10 años |  50% más lenta que la pelota amarilla |  18m (60ft) x 6.5-8.23m (21-27ft) Altura de la red: 80-91cm | 58-63cm (23-25")* | Mejor de 3 tie-breaks hasta 7 1 x set corto hasta 4 | Los jugadores pasan a una cancha más grande, de acuerdo con su tamaño. La pelota es algo más rápida y continúa proporcionando una zona de golpe óptima y la posibilidad de implementar tácticas avanzadas. Los partidos son más largos que en Rojas, y los niños juegan eventos por "equipo" e también "individuales". |
|  | 9-10 años |  25% más lenta que la pelota amarilla |  Cancha normal | 63-66cm (25-26")* | 1 x set corto hasta 4 Mejor de 3 sets cortos hasta 4 (como 3er jugar 1 tie-break) | La pelota es más rápida que en Naranja, pero más lenta y rebota menos que la pelota amarilla. Esto ayuda a los jugadores experimentados a continuar desarrollando una buena técnica y a implementar tácticas avanzadas. Los partidos son algo más largos que en Naranja, y se juegan eventos tanto de "equipo" como "individuales". |
|  | 11 años y más |  Pelota amarilla |  Cancha normal | 66-73.7cm (26-29")* | Cualquier sistema de puntuación dentro de las Reglas de Tenis | Una vez que los jugadores han progresado las etapas Roja, Naranja y Verde suelen estar listos para entrenar y competir con la pelota amarilla en la cancha de tamaño normal. |

A partir de 2012, las reglas de la Federación Internacional de Tenis imponen que toda competición para menores de 10 años se organice utilizando las pelotas más lentas rojas, naranja, o verdes, en la cancha de tamaño apropiado, con una raqueta de tamaño apropiado también. Para aquellos jugadores que comiencen a jugar al tenis más tarde (es decir a los 9 años o más) también se recomienda comenzar el entrenamiento y la competición con rojas, antes de pasar a naranja y luego verdes.

¿LES RESULTA MÁS DIFÍCIL A LOS ENTRENADORES ORGANIZAR LA CLASE UTILIZANDO DIFERENTES TIPOS DE PELOTAS Y TAMAÑOS DE CANCHA?

Algunos entrenadores piensan que la logística de usar diferentes pelotas y tamaños de cancha les complicará la organización de sus clases. No obstante, el entrenamiento basado en el jugador significa hacer lo correcto para el alumno... ¡no lo que es más fácil para el entrenador! Requiere mayor organización, pero las canchas más pequeñas se arman rápidamente con tiras portátiles, pueden jugar más jugadores dentro de una cancha total y las pelotas más lentas duran más que las normales. Así es que hay muchas ventajas para favorecer el uso de las pelotas más lentas y las canchas más pequeñas, incluyendo la más importante, proporcionar una primera experiencia más positiva y dinámica para los iniciantes y una mayor retención haciendo el tenis más sencillo y más divertido.

RESUMEN

La reacción a la campaña y al lanzamiento de Tennis10s ha sido totalmente positiva. Los principales países han mostrado su apoyo total al cambio de reglamentación propuesto para la competición de los menores de 10 años y la ITF trabajará con

todas las federaciones para asegurar su exitosa implementación.

Tennis10s cuenta también con el apoyo comprometido de los circuitos ATP y WTA. Algunos de los mejores jugadores incluyendo a Federer, Nadal, Stosur y Jankovic han grabado mensajes de video apoyando Tennis10s

Para apoyar la campaña, la ITF ha producido mucho material de promoción y recursos para entrenadores en diferentes idiomas, todos con el logo Tennis...Play and Stay y Tennis10s. Para consultar este material u otra información importante relacionada con Tennis... Play and Stay por favor visitar www.tennisplayandstay.com o www.tennis10s.com.

La ITF considera que el lanzamiento de Tennis...Play and Stay y Tennis10s ha causado un gran impacto en el tenis mundial y esperamos que los entrenadores reconozcan y apoyen los cambios que implican estos dos proyectos sobre la forma de entrenar para los jugadores iniciantes y los menores de 10 años.

Recordar... El entrenamiento del tenis no es un deporte. ¡El deporte es el tenis! Nuestra tarea como entrenadores no se limita a enseñar técnica. Nuestro trabajo principal consiste en organizar el juego para que la gente experimente lo mejor que

tiene el tenis... ¡Sacar, pelotear y jugar puntos! ¡Utilicemos las pelotas más lentas para asegurarnos de que la mayor cantidad posible de personas pueda tener la oportunidad de Sacar pelotear y jugar puntos y de disfrutar y continuar jugando nuestro maravilloso deporte!

REFERENCES

Sheldon, K. M., Kasser, T., Smith, K., & Share, T. (2002). Personal goals and psychological growth: Testing an intervention to enhance goal attainment and personality integration. *Journal of Personality*, 70, 5-31.
<https://doi.org/10.1111/1467-6494.00176>

Weinberg, R.S., & Gould, D. (1999). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2010 Dave Miley.



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumendelicencia](#) - [Textocompletodelalicencia](#)