



Desarrollo de talentos en el tenis – Hablar el idioma.

Paul Roetert, Mark Kovacs y Miguel Crespo.

Asociación de Tenis de Estados Unidos.

RESUMEN

Cuando se profundiza en cualquier área de estudio nueva o diferente, una de las primeras cosas que hay que hacer es familiarizarse con la terminología adecuada. Probablemente nadie se sentiría a gusto tomando clases de tenis con alguien que hablara de “golpe desde la izquierda” en lugar de “revés” o que confundiese “voleas” con “remates”. Obviamente, nos cuestionaríamos la credibilidad de ese profesor. El mismo concepto se aplica para el desarrollo de talentos; existe cierta confusión con respecto a lo que realmente significa. Sin embargo, es muy importante, que nosotros, entrenadores de tenis, comprendamos no solamente la terminología adecuada sino también los conceptos subyacentes, particularmente en lo que atañe al correcto desarrollo de nuestros jugadores. Veamos lo que existe actualmente en la literatura científica sobre este tema.

Palabras clave: Talentos, Desarrollo, Terminología.

Recibido: 17 de Septiembre de 2009.

Aceptado: 29 de Octubre de 2009.

Autor correspondiente: Paul Roetert, Asociación de Tenis de Estados Unidos.

Email: eproetert@gmail.com

¿QUÉ ES EL TALENTO Y CÓMO LO IDENTIFICAMOS?

Si buscamos en el diccionario la palabra “talento” encontramos la siguiente definición, “una habilidad especial y natural” y “una capacidad para el logro o éxito”. Entonces, ¿cómo encontramos a los atletas apropiados y los atraemos al tenis? (identificación de talentos) y cuando ya están en el tenis, ¿cómo ayudamos a su desarrollo sistemático (desarrollo de talentos). Se afirma que es inútil seleccionar un talento para un deporte si ese talento no ha seleccionado primero ese deporte (Dick, 1992). Según nuestra experiencia, esto puede ser parcialmente verdadero pues la “motivación” o el “deseo de triunfar” pueden ser los factores más importantes en el desarrollo de la pericia. No obstante, la mayoría de los jugadores comienzan a jugar tenis gracias a un pequeño empujoncito de uno de sus padres u otra persona significativa para ellos. El tenis tiene un beneficio agregado, a diferencia de deportes como la gimnasia y el baloncesto: jugadores con diferentes características y tamaños pueden ser igualmente exitosos.

Práctica deliberada y juego deliberado

La teoría de la “práctica deliberada” fue desarrollada por Ericsson y otros (1993) y está basada sobre la idea de que la competencia en cualquier área está explícitamente ligada a la cantidad y tipo de entrenamiento practicado. Su investigación demuestra que muchas de las características que anteriormente se suponía que reflejaban el talento innato son en realidad el resultado de intensa práctica extendida durante

un mínimo de 10 años. La práctica deliberada es cualquier actividad diseñada para mejorar el rendimiento actual, pero no es juego, no es trabajo y no es observar el rendimiento de otros. La práctica siempre es pertinente al rendimiento, siempre plena de esfuerzo y no inherentemente amena. (Starkes, 2000). Baker y Cote (2006), por otro lado, creen que el énfasis puesto en el entrenamiento estructurado y arduo, indicativo del enfoque de especialización temprana, puede haber dejado de lado un factor sumamente importante para la participación en el deporte juvenil- la diversión. Definen “juego deliberado” como las actividades del deporte diseñadas para maximizar el disfrute inherente. Los jugadores pueden regular el juego de tenis utilizando reglas flexibles adaptadas a partir de reglas de tenis estandarizadas. El valor inmediato del juego deliberado es la motivación para continuar jugando tenis y el valor posterior es que los jugadores jóvenes pueden desarrollar la habilidad de procesar la información de diferentes situaciones deportivas. Davids (2000) afirma que el tiempo y la cantidad de práctica no deben verse como las únicas limitaciones para la adquisición de destrezas. Asuntos tales como la influencia hereditaria y las diferencias en motivación también deben considerarse. El punto fundamental puede no ser el número de horas de práctica acumulada necesarias para lograr la excelencia, sino, cómo mejorar la calidad de la instrucción para evitar que futuros talentos pierdan tiempo durante las varias fases de la carrera deportiva (van Rossum, 2000).

Desglose

Todos sabemos que los mejores jugadores golpean la pelota de manera más eficiente que los iniciantes. En parte se debe a que han aprendido a agrupar los diferentes componentes de sus movimientos y swing a partir de partes separadas hasta lograr compilarlos. Este proceso se llama desglose (chunking) y permite que los jugadores junten sub- elementos dentro de una unidad única. (Schmidt & Lee, 1999). Esto también se llama programa motor.

Tareas estáticas versus tareas dinámicas

Una tarea estática implica el rendimiento de un conjunto específico de acciones, generalmente en una progresión paso a paso (como si fuese una receta). Esto es vitalmente importante para muchas áreas. Un cirujano necesita un abordaje paso a paso para reparar un ligamento, y un carpintero necesita seguir un orden específico para construir una escalera. Este tipo de actividad se beneficia más por medio de la práctica deliberada. Contrariamente, las tareas dinámicas son una combinación de tareas estáticas, a veces en orden aleatorio. El tenis es una combinación de tareas estáticas y dinámicas. Aprender un golpe de derecha con posición abierta con una pelota alimentada por una máquina es una tarea estática que puede practicarse durante horas y el jugador mejorará habilidad para pegar dicho golpe. Sin embargo, esta habilidad es totalmente diferente de la habilidad requerida para pegar una derecha con posición abierta estando 5-5 en el tercer set contra un jugador que pega con mucho liftado en una cancha lenta de tierra batida.

Una vez aprendida la habilidad estática, la investigación demuestra que muchos individuos consciente o inconscientemente evitan la práctica futura deliberada; y eligen, por el contrario, concentrarse en actividades muy arraigadas que pueden limitar sus mejoras futuras. (Ericsson, Krampe y otros, 1993).

Creatividad

Los expertos en tenis se caracterizan por su comportamiento creativo extraordinario. Los jugadores talentosos despliegan un rendimiento individual en el cual la creatividad es primordial. La creatividad puede definirse como la habilidad de producir soluciones a una tarea dada que es a la vez novedosa (original, inesperada) y adecuada (útil). Los entrenadores deberán comprender la importancia de ayudar a los jugadores a desarrollar su creatividad accediendo al conocimiento existente en varios niveles de abstracción, combinando conceptos anteriormente separados y mejorando sus destrezas de atención en situaciones de presión. (Memmert, 2009).

Practicar la variabilidad (interferencia contextual).

Los entrenadores deben crear entornos de práctica que proporcionen un rendimiento inmediato de las destrezas

deseadas. Sin embargo, en muchos casos los beneficios a corto plazo no consideran los beneficios a largo plazo de varias estrategias de práctica.

Cuando los jugadores tratan de aprender dos nuevas destrezas de tenis (golpe de derecha y de revés), el entrenador suele estructurar la práctica en bloques; derecha primero hasta que el jugador logra dominarla y luego revés. Sin embargo, la investigación sobre el aprendizaje motor demuestra que practicar destrezas utilizando una estructura aleatoria de la práctica (pegando algunas derechas, luego reverses, luego derechas nuevamente, y así sucesivamente) produce una mejor retención a largo plazo (siempre y cuando los fundamentos básicos de los golpes - empuñadura y patrón del golpe- hayan sido enseñados previamente). Esto se llama interferencia contextual. La práctica combinada de golpes de derecha y revés genera una interferencia a corto plazo (que puede entenderse como la degradación del rendimiento) cuando se compara con una estructura bloqueada de la práctica. Esto da como resultado posiblemente más errores a corto plazo, pero mejor adquisición de destrezas a largo plazo. La investigación apoya esta visión en muchos deportes incluido el tenis (Douvis, 2005).

Mes de nacimiento e identificación de talentos

Existe un sesgo (generalmente no intencional) en las clasificaciones tenísticas y selección para equipos de federaciones nacionales, en los equipos por grupos de edad, programas y becas para atletas que son físicamente maduros para su edad cronológica. Los atletas nacidos en la primera mitad del año son quienes usualmente tienen mejores resultados y son físicamente más admirables cuando se los compara con sus pares. Como consecuencia, muchos individuos talentosos no reciben suficiente atención de parte de los entrenadores y asociaciones nacionales durante sus edades tempranas porque sus resultados son menos impresionantes que los de aquellos que pueden ser 6-12 meses mayores y son físicamente más maduros (Zmajic, 1996; Filipic, 2001).

Hay consenso entre los investigadores y los entrenadores: la detección temprana de talentos y el temprano desarrollo son componentes vitales para el desarrollo de jugadores de nivel elite (Bouchard, Malina y otros, 1997; Lidor y Lavyan 2002).

La mayoría de los individuos de nivel internacional, atletas incluidos, fueron primero alentados para que participen de su profesión (deporte) por instigación o estímulo de un familiar cercano (Bloom 1985; Lidor y Lavyan 2002). Un porcentaje muy pequeño de atletas de nivel mundial fue alentado para participar en su deporte de elección por un profesor de educación física o entrenador deportivo (Lidor y Lavyan 2002). Según algunos informes, solamente un 20% de los atletas de elite afirmaron que ellos mismos se habían inclinado inicialmente hacia su deporte (Lidor y Lavyan 2002). Según la

literatura es prácticamente imposible que un atleta logre el éxito en los niveles más altos sin en el apoyo de una unidad familiar central (Bloom 1985; Cote 1999).

La literatura no es concluyente con respecto a la edad perfecta para que un individuo se exponga a su deporte ni la relación entre esta edad y el rendimiento de nivel elite (Lidor y Lavyan 2002). No es indispensable comenzar un programa de entrenamiento estructurado desde muy temprana edad y en deportes como el tenis, los iniciantes más tardíos pueden ser igualmente exitosos (Bouchard, Malina y otros 1997; Lidor y Lavyan 2002). Sin embargo, se evidenció una clara diferencia entre los atletas de elite y casi-elite en la cantidad de tiempo que practicaban y a cuántas sesiones semanales asistían durante los tres años iniciales de participación en su deporte (Lidor y Lavyan 2002). Los individuos que lograron el éxito deportivo a nivel elite, se afirmó retrospectivamente, habían tenido más horas de práctica semanal durante los tres primeros años en su deporte comparados con los atletas casi elite (Lidor y Lavyan 2002).

Especialización en un único deporte versus actividades físicas múltiples

Se discute entre muchos investigadores y entrenadores si la participación en múltiples deportes o actividades físicas a temprana edad es beneficiosa durante los estadios tardíos de desarrollo del talento. Esto se debe al efecto del aprendizaje de múltiples destrezas motoras incluyendo la velocidad, agilidad, estabilidad de la potencia, múltiples patrones de movimiento variados que permiten que el joven atleta desarrolle un esquema de movimientos sólido y bien organizado. (Schmidt y Lee 1999).

Motivación y esfuerzo

La motivación intrínseca es una de las mayores diferencias entre los atletas elite y casi elite. Un estudio demostró que el 87% de los jugadores de nivel elite afirmó estar más intrínsecamente motivado comparado con sólo un 32% de los atletas de nivel casi elite (Lidor y Lavyan 2002).

Los investigadores han estudiado las percepciones de jugadores, padres, y entrenadores sobre el desarrollo de los talentos en tenistas junior de elite e indican que la participación en el tenis elite junior es un esfuerzo de equipo en el cual los jugadores, padres y entrenadores cumplen roles específicos. También se indica que los padres y jugadores deben hacer sacrificios y son los primeros quienes cumplen los principales roles para proporcionar apoyo emocional y tangible. Sin embargo, muchas veces son considerados como una fuente de presión cuando se involucran demasiado en los entornos competitivos (Wolfenden y Holt, 2005).

Otra investigación sobre los padres en los Estados Unidos (Gould y otros, 2008) revela que la mayoría de los padres

ejercen una influencia positiva, propugnan una perspectiva del tenis adecuada, enfatizan el desarrollo del niño y brindan apoyo. Por otro lado, una minoría de padres puede percibirse que ejercen influencia negativa, exigiendo, dominando y mostrando una orientación hacia los resultados.

Gestión de talentos

Es importante que el entrenador comprenda que el talento de un jugador es un componente de éxito, que ayudará a lograr la meta principal de ser un mejor jugador. El talento no es una meta en sí, pero desarrollar el talento, sí lo es.

Manejar el talento es la habilidad de fusionar el compromiso con las metas estratégicas del jugador y el entrenador. El talento no debe ser la preocupación central de los programas de tenis. Más bien, se debe apuntar a la estrategia de un exhaustivo desarrollo del jugador a largo plazo (LTPD), combinando el desarrollo físico, mental, táctico y técnico de cada jugador.



El talento, tomado aisladamente, subdesarrollado o sobre estimado, es inútil. El talento pierde su potencia si es abandonado sin dirección o sin guía. El talento revela todo su valor si está "conectado" y alineado con el LTPD. De este modo, el entrenador podrá desarrollar todas las competencias que necesita el jugador.

Es importante destacar, que cuando se trabaja con un talento, los entrenadores deben tomar consciencia de la pertinencia de los llamados "intangibles". Incluyen, pero no se limitan a: conocimiento, destrezas (saber hacer), inteligencia, autonomía, responsabilidad, valores, ética en el trabajo, esfuerzo, respeto, habilidad para aprender y adaptarse, innovación, creatividad, y muchos otros.

Pautas para el desarrollo de jugadores de tenis talentosos

El rol de un entrenador es incrementar el rendimiento en cancha de sus jugadores. Existen muchos métodos, estrategias y técnicas para lograr un mejor rendimiento, pero toda la enseñanza y el entrenamiento deben basarse en el paradigma que el entrenador es un facilitador del talento a través del aprendizaje y desarrollo, y no un creador de talento.

Para entrenar de manera efectiva a jugadores de tenis talentosos, el entrenador debe trabajar los siguientes aspectos:

- Crear un clima de compromiso, trabajo arduo y esfuerzo en el cual dicho clima esté orientado hacia el rendimiento, la cooperación y el logro de lo mejor que puede ser cada jugador.
- Entablar una buena relación con los jugadores utilizando la escucha empática, y la comprensión, compartiendo metas y creencias comunes a fin de crear una "cultura de rendimiento".
- Desarrollar la consciencia ayudando a los jugadores a comprenderse a sí mismos por medio de la auto-reflexión y valorizando la opinión de otras personas significativas.
- Motivar siempre. Mantener el foco en el proceso no en el resultado. Mantener las prácticas organizadas, desafiantes y orientadas al propósito. Ayudar a los jugadores a disfrutar y apreciar los valores y recompensas del trabajo arduo. Estimular y recompensar el trabajo arduo, la disciplina y la dedicación a la tarea.
- Generar la adecuada confianza a través de una visión de realismo. Ayudar a que "mantengan los pies en la tierra" pero levantando los brazos para "alcanzar las estrellas".



- Comunicar directamente, de manera efectiva y abiertamente. Escuchar con mayor atención las necesidades de los jugadores. Formular algunas preguntas más y utilizar principalmente preguntas abiertas. Cambiar el comportamiento y en lugar de dar consejo permitir que el jugador sugiera y tome propiedad

de las sesiones de práctica, ejercicios y de su desarrollo tenístico.

- Proporcionar retroalimentación específica, constructiva y significativa.
- Ayudar a los jugadores a concentrarse en sus metas creando el encuadre mental apropiado para cada situación. La concentración suele perderse cuando los jugadores o su entorno se focalizan principalmente en metas a corto plazo olvidando el panorama general.
- Estimular a los jugadores a pensar y actuar por sí mismos. Deben hacerse responsables de los resultados de sus acciones.
- Conferirles poderes, no consejo, y estar listos para aceptar las soluciones generadas por los jugadores.
- Apoyar a los jugadores para que aprendan otras habilidades - además de las propias del tenis - que les ayudarán a llegar a ser grandes jugadores (conducta ética, respeto de las reglas, espíritu deportivo, atención a los detalles, etc.).
- Ser flexible y tratar a cada jugador de manera individual según sus necesidades, fortalezas y debilidades.
- Comprender cuando se debe ser más director o autócrata; cuándo los jugadores no cuentan con la experiencia necesaria como para tomar decisiones, cuándo están bajo presión o cuándo no tienen toda la información pertinente.
- Utilizar el conocimiento y la tecnología en todas sus formas (información, investigación e innovación) para mejorar el entrenamiento que beneficiará directamente a los jugadores talentosos.

REFERENCIAS

- Bloom, B. S. (1985). *Developing talent in young people*. New York, Ballantine Books.
- Bouchard, C., M. Malina, et al. (1997). *Genetics of fitness and physical performance*. Champaign, IL, Human Kinetics.
- Cote, J. (1999). "The influence of family in the development of talent in sport." *The Sport Psychologist* 13: 395-417. <https://doi.org/10.1123/tsp.13.4.395>
- Douvis, S. J. (2005). Variable practice in learning the forehand drive in tennis. *Perceptual and motor skills*. Vol. 101, no2, pp. 531-545 <https://doi.org/10.2466/pms.101.2.531-545> <https://doi.org/10.2466/PMS.101.6.531-545>
- Ericsson, K. A., R. T. Krampe, et al. (1993). "The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance." *Psychological Review* 100(3): 363-406. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.3.363>
- Filipic, A. (2001). Birth date and success in tennis, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 23, 9-11.

- Gould, D.; Lauer, L.; Rolo, C.; Jannes, C.; Pennisi, N.. (2008). The Role of Parents in Tennis Success: Focus Group Interviews With Tennis Coaches. *The Sport psychologist*; 22 (1), 18-37
<https://doi.org/10.1123/tsp.22.1.18>
- Guest, C. B., G. Regehr, et al. (2001). "The life long challenge of expertise." *Medical Education* 35: 78-81.
<https://doi.org/10.1046/j.1365-2923.2001.00831.x>
- Lidor, R. and N. Lavyan (2002). "A retrospective picture of early sport experiences among elite and near-elite Israeli athletes: Developmental and psychological perspectives." *International Journal of Sport Psychology* 33: 269-289.
- Memmert, D. (2009). Noticing unexpected objects improves the creating of creative solutions - inattention blindness by children influences divergent thinking negatively. *Creativity Research Journal*, 21 (2-3), 302-304.
<https://doi.org/10.1080/10400410802633798>
- Schmidt, R. A. and T. D. Lee (1999). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*. Champaign, IL, Human Kinetics.
- Zmajic, H. (1996). Are the top tennis players born in January, *ITF Coaching and Sport Science Review*, 9, 3-4.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2009 Paul Roetert, Mark Kovacs y Miguel Crespo.



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](#) - [Textocompletodelalicenci](#)