

El proceso de transición para el uso de la bola Amarilla en la enseñanza del tenis

Caio Corrêa Cortela ^a , Juan Pedro Fuentes García ^b , Michael Davis Higuera ^c & Layla Maria Campos Aburachid ^d 

^aFederación Paranaense de Tenis, Curitiba, Brasil. ^b Universidad de Extremadura, Badajoz, España. ^c Departamento de Integridad y Desarrollo, Federación Internacional de Tenis, Londres, Reino Unido. ^d Universidad Federal de Mato Grosso, Cuiabá, Mato Grosso, Brasil.

RESUMEN

Tras más de 10 años desde el lanzamiento de la campaña *Play and Stay*, aún hoy en día se observa una falta de estudios científicos centrados en las estrategias empleadas en el proceso de transición entre las etapas que conforman el programa Tennis10s. En este sentido, basándonos en entrevistas con coordinadores expertos responsables de los programas de iniciación deportiva de los clubes brasileños, el presente estudio tuvo como objetivo describir las estrategias llevadas a cabo por ellos para la transición desde la "bola verde" hasta la "bola amarilla"

Palabras clave: tenis, iniciación deportiva, competición, Tennis 10s.

Recibido: 16 Junio 2019

Aceptado: 24 Septiembre 2019

Autor correspondiente: Caio Corrêa Cortela, Federación Paranaense de Tenis, R. Pastor Manoel Virgínio de Souza, 1020 - Capão da Imbuia, Curitiba - PR, 82810-400, Brasil. Email: capacitacao@cbtenis.com.br

INTRODUCCIÓN

El empleo de bolas amarillas de baja presión es considerado por la Federación Internacional de Tenis (ITF) un aspecto clave en el proceso de iniciación deportiva (Miley, 2010). Según Newman (2010), las bolas más lentas proporcionan más tiempo para la respuesta del alumno, facilitando su devolución y ayudando al desarrollo y adopción de patrones táctico-técnicos más avanzados y representativos del tenis competitivo, que deben ser empleados en el futuro para alcanzar el máximo rendimiento.

Los estudios que involucran materiales adaptados han proporcionado evidencias favorables para el uso de adaptaciones estructurales en el tenis infantil (Buszard et al., 2016). En situaciones de pruebas de los golpes, Buszard et al. (2014) reportaron impactos positivos en el rendimiento del golpe de derecha en aquellos niños que utilizaron materiales y pelotas adaptados a su grupo de edad, en comparación con los que emplearon materiales convencionales, presentando mayor eficacia y eficiencia tanto en el desempeño del golpe, como su patrón de movimiento. En este mismo sentido, Larson y Guggenheimer (2013) describieron que los tenistas que realizaron pruebas de los golpes en condiciones adaptadas (Etapa Naranja) presentaron, en comparación con los resultados obtenidos con bolas y pistas convencionales,

resultados significativamente superiores, golpeando con mayor velocidad y precisión, y obteniendo un mayor porcentaje de eficacia.

En situación de aprendizaje, Farrow y Reid (2010) reportaron resultados similares a los observados durante las pruebas, confirmando que los niños expuestos a las condiciones adultas de juego presentaban menor oportunidad de aprendizaje, golpeando menos bolas por cada sesión de entrenamiento, obteniendo menor éxito en la realización de los golpes y relatando menor motivación para seguir involucrados en la práctica del tenis.

Durante los partidos y/o competiciones, también se demostró que las limitaciones derivadas del uso de materiales adaptados tienen un efecto positivo en los comportamientos de los jugadores. Así, el estudio de Fitzpatrick et al. (2017) mostró que los partidos disputados en condiciones adaptadas (Etapa Roja y Naranja) favorecieron el aumento de los intercambios de bolas. Schmidhofer et al. (2014) declararon que los partidos en condiciones Naranja del programa Tennis 10s fueron los más próximos al juego profesional en cuanto al número de puntos ganados en la red y al ritmo de ejecución de los golpes. Kachel et al. (2014) relataron que el uso de pelotas verdes en vez de pelotas amarillas promovió cambios en los

patrones de juego adoptados por los niños, haciéndolos más agresivos cuando empleaban bolas verdes, realizando más subidas a la zona de la red, intercambios de pelotas más veloces y una mayor frecuencia de golpes dentro de la zona de confort.

Pese al incremento del número de investigaciones sobre la comprensión de los efectos de las adaptaciones estructurales y metodológicas en el proceso aprendizaje/entrenamiento del tenis para niños, aún se sabe poco sobre la influencia de las estructuras de práctica y del uso de materiales adaptados en el proceso de progresión adecuada de los niños entre las diferentes etapas del Tennis 10s (Buzard et al., 2018).

Según la teoría del enfoque basado en los constreñimientos, al adaptar el material del juego, se cambia la interacción de tres tipos de factores o constreñimientos (individuales, ambientales y de tarea) que por tanto cambia la acción y el potencial para la acción por parte del individuo (Davids et al., 2008). En este caso, al adaptar el material con pelotas más lentas y de bote más bajo, los niños pueden adaptar su técnica y táctica para conformar con sus habilidades y capacidades, a través de un proceso de descubrimiento o aprendizaje divergente. Esto puede servir como punto de comienzo para comprender cuando pasar de una etapa del programa Tennis 10s al siguiente: un jugador debe pasar a la siguiente etapa cuando sus capacidades le permitan empezar a hacer o aprender habilidades representativas del nivel competitivo del juego, cuando el individuo ya tiene idea de los patrones y/o es capaz de ejecutarlas como si tuviera un estilo de juego similar a un individuo de nivel competitivo. Esto implica que ya es competente en el nivel anterior.

Así, la transición del uso de bolas es un punto crucial en el proceso de iniciación deportiva, especialmente el paso de la bola Verde (25% más lenta) a la Amarilla. Una transición mal conducida en esa etapa arriesgaría el trabajo de las etapas anteriores, provocando adaptaciones no deseadas en los fundamentos táctico-técnicos básicos. Con el fin de evitar el escenario anteriormente descrito, el objetivo del presente estudio fue describir el proceso de transición del uso de la pelota Verde a la Amarilla en clubes brasileños.

MÉTODOS

La muestra de estudio estuvo compuesta por 14 coordinadores de clubes brasileños de gran prestigio en la iniciación deportiva y formación de tenistas. Los profesionales entrevistados se caracterizaron por presentar experiencia previa con tenistas de nivel regional (7), nacional (4) e internacional (3), siendo el tiempo promedio de experiencia como entrenador de $23,8 \pm 11,8$ años.

En el momento de recopilar los datos, los clubes analizados contaban con 2.980 alumnos involucrados en programas de iniciación deportiva (aún no introducidos en el uso de la bola amarilla). La mayor parte de los programas se iniciaron con niños de aproximadamente cinco años de edad, terminando en la participación de la etapa Verde, a los 10.

La categorización de los resultados se llevó a cabo mediante el "análisis temático" de Sparkes y Smith (2014), considerando

para el análisis y discusión las unidades de registro que agrupaban las respuestas de tres coordinadores, o más.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Reflejado en la Figura 1, presentamos la única categoría en la que al menos tres coordinadores mostraron consenso.

Coordinadores	Categoría
(S6; S12; S13)	Utilizando simultáneamente las bolas verdes y amarillas en las sesiones.

Figura 1. Estrategias para la transición del uso de la bola verde a la amarilla.

[...] los entrenadores van empleándolas más al final del año. Los entrenadores ya comienzan a emplear las bolas, mezclando. [...] a partir del final de septiembre. En enero ya van a estar jugando (refiriéndose a jugar solo con bolas amarillas). (S12 - 70'52").

Pese a que algunos coordinadores manifestaban adoptar algún procedimiento específico para la transición, fue imposible identificar claramente en sus discursos que el proceso de transición de bolas ocurrió sistemática y empíricamente, no existiendo criterios bien definidos para la conducción del proceso (tiempo de intervención, tiempo de utilización destinado a la utilización de cada tipo de bola dentro de la sesión, estructura de prácticas empleadas...).

[...] creo que tiene que ser de forma natural. El principal punto que los entrenadores han manifestado es la observación del profesor, para estar muy atento con ese cambio. No tengo todavía un proceso muy organizado para que pueda decir "estamos bien sistematizados, lo estamos haciendo así" - no existe eso todavía. Lo que existe hoy es un proceso... en realidad es una atención diferenciada para esos niños que están en fase de transición. Principalmente en la empuñadura y altura del punto de impacto. (S5 - 47'28").

El "ojo clínico" del entrenador apareció como principal parámetro para determinar cómo y con qué velocidad realizar la transición. En las palabras de los coordinadores, la altura del punto de impacto de la raqueta con la bola y las empuñaduras empleadas destacaron como criterios de referencia de observación del entrenador. Estos dos factores son justamente los más afectados por el uso de las bolas Verdes que, según Kachel et al. (2015) y Newman (2010), y de acuerdo con la teoría del enfoque basado en contreñimientos (Davids et al., 2008), posibilitan puntos de impacto más adecuados para los niños, debido al material de confección de las pelotas y la presión, que permite optimizar la adaptación de la acción a la estatura de los niños en esta etapa.

Así como expusieron Buzard et al. (2018), la competición demostró desempeñar un papel importante al inicio de la transición entre las bolas/etapas. Cuatro coordinadores declararon que este proceso comienza unos meses antes del final del año de competiciones vigente, posibilitando condiciones para que los niños puedan adaptarse y competir con la pelota amarilla en los circuitos de verano, al iniciarse la nueva temporada. En ese escenario, la "Copa Guga", una de las

principales competiciones del país, fue citada por dos coordinadores como la última con bolas adaptadas e inicio del proceso de transición a la bola amarilla.

Estos resultados refuerzan el papel desempeñado por el sistema competitivo en las orientaciones de los programas de entrenamiento, desde las primeras etapas de preparación deportiva, al largo plazo (Gonçalves et al., 2016). Así, se hace necesario analizar los pros y contras inherentes a extender el uso de la pelota Verde de forma regular en competiciones hasta edades más avanzadas. Esta modificación podría minimizar los impactos de la transición, especialmente los relacionados con el punto de contacto y el cambio de empuñadura, en virtud de la mayor estatura y fuerza de los niños.

CONCLUSIONES

Ante la inexistencia de investigaciones sobre la transición entre etapas en el programa Tennis 10s de la ITF, aconsejamos realizar estudios basados en el impacto de diferentes condiciones de práctica, especialmente en las combinaciones de diferentes materiales (bolas verdes y amarillas), mediante variabilidad de la práctica empleando diferentes instrumentos, implementos y materiales (peso, dimensiones, texturas...). Todo lo anterior puede ayudar a obtener los mejores resultados de aprendizaje en cuanto a adquisición, retención y transferencia en la fase de transición de etapa.

Dada la identificación del "ojo clínico" del entrenador y la importancia puesta en ciertos factores del juego como la empuñadura y altura del punto de impacto para la transición de los niños al siguiente etapa, y dada una comprensión presentada por el enfoque basado en constreñimientos, nos parece importante empezar a analizar sistemáticamente que factores pueden servir para predecir un buen rendimiento del individuo en la siguiente etapa, para poder establecer pautas para la transición entre etapas no basado en la edad sino en la capacidad. Esto podría resultar en una mejor tasa de participación y adquisición de habilidades, y una menor tasa de deserción en las edades formativas de los jugadores.

Nota: los autores agradecen el apoyo financiero y logístico de la Confederación Brasileña de Tenis para el desarrollo de este estudio.

REFERENCIAS

- Buszard, T., Farrow, D., Reid, M. & Masters, R. (2014). Modifying equipment in early skill development - a tennis perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 218-225. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.893054>
- Buszard, T., Reid, M., Masters, R. & Farrow, D. (2016). Scaling the Equipment and Play Area in Children's Sport to improve Motor Skill Acquisition: A Systematic Review. *Sports Med.* 46(6), 829-843. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0452-2>
- Buszard, T., Farrow, D. & Westerbeek, H. (2018). Evaluation of the ITF Tennis Play and Stay campaign since its inception in 2007. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Davids, K., Button, C. and Bennett, S. (2008). Dynamics of skill acquisition: a constraints-led approach. Leeds; Champaign, IL: Human Kinetics.
- Farrow, D. & Reid, M. (2010). The effect of equipment scaling on the skill acquisition of beginning tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 28(7), 723-732. <https://doi.org/10.1080/02640411003770238>
- Fitzpatrick, A., Davids, K. & Stone, J.A. (2017). Effects of Lawn Tennis Association mini tennis as task constraints on children's match-play characteristics. *Journal of Sports Sciences*, 35(22), 2204-2210. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1261179>
- Goncalves, G.H.T., Cortela, C.C., Klering, R.T., Bulso, R. & Balbinotti, C.A.A. (2016). The role of the tennis competition for children on the basic technical and tactical fundaments development. *Conexões*, 14(2), 30-52. <https://doi.org/10.20396/conex.v14i2.8646012>
- Kachel, K., Buszard, T. & Reid, M. (2015). The effect of ball compression on the match-play characteristics of elite junior tennis players. *Journal of Sports Sciences*, 33:3, 320-326, DOI: 10.1080/02640414.2014.942683
- Larson, E. J. & Guggenheimer J. D. (2013). The Effects of Scaling Tennis Equipment on the Forehand Groundstroke Performance of Children. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12, 323-331. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.942683>
- Miley, D. (2010). Serve rally and score: the ITF tennis play and stay campaign and tennis 10s. *Coaching and Sport Science Review*, 51, 3-5.
- Newman, J. (2010). Why slower balls and smaller courts for 10 and under players? *Coaching and Sport Science Review*, 51, 5-7.
- Schmidhofer, S., Leser, R. & Ebert M. (2014). A comparison between the structure in elite tennis and kids tennis on scaled courts (Tennis 10s). *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 14(3), 829-840. <https://doi.org/10.1080/24748668.2014.11868761>
- Sparkes, A.C. & Smith, B. (2014). Qualitative research methods in Sport, Exercise and Health. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203852187>

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2019 Caio Corrêa Cortela, Juan Pedro Fuentes García, Michael Davis Higuera & Layla Maria Campos Aburachid



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.

[Resumen de licencia - Texto completo de la licencia](#)