



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE

“Manuel Fajardo”

Villa Clara



Trabajo de Diploma

**ACCIONES METODOLÓGICAS PARA ELEVAR EL NIVEL
TÁCTICO EN EL DOBLE DE LOS TENISTAS DE LA CATEGORÍA
13-14 AÑOS**

Autor: Alain Castillo Triana.

Tutores: M.Sc. Silvia Pedroso Hurtado.

Esp. Manuel de Jesús Sarduy Fernández.

Curso

2013-2014



Dedicatoria.

A mi esposa, por su valiosa ayuda y darme la confianza de que podía lograrlo.

A mi hija, por ser la inspiración para hacer cualquier tarea.

A mi madre, por sus sacrificios y desvelos.

A mi abuela por su ayuda incondicional en todo momento.

A mis hermanas, por ser mis ejemplos y compromiso de continuar.



Agradecimientos

A mi esposa e hija, mi mayor motivación.

A mi mamá, ya que sin ella no hubiese sido posible mi existencia en este mundo.

Al dedicado e inquebrantable trabajo de mis tutores Silvia y Sarduy.

A mis hermanas, que me han enseñado que de la rutina diaria también se aprende ya que se adquiere experiencia.

Y a las tantas personas maravillosas de este mundo: ahí estás incluido tú, el que me ayudó, el que siempre estuvo dispuesto, el que me brindó amor. A ti y a los demás, agradecido por siempre.



RESUMEN

La presente investigación tiene el propósito de diseñar acciones metodológicas para elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años, de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez” de Villa Clara. En los antecedentes teóricos que actúan como marco referencial de este estudio, son analizados los fundamentos básicos del juego de dobles en el Tenis, las generalidades de la preparación táctica del tenista y la preparación táctica en el evento de dobles. Se asume un enfoque metodológico cuantitativo y el diseño empírico está estructurado en tres etapas de trabajo. Como resultado de la primera etapa de trabajo que se realiza con los equipos escolares 13/14 años femenino y masculino, se obtiene la demanda a la que debe responder la propuesta en cuanto al nivel táctico en el doble. La segunda etapa refleja los aspectos metodológicos de las acciones, congruentes con las posiciones teóricas que se defienden y acorde con las necesidades determinadas, las acciones se concretan en incorporar la táctica del doble a una sesión de entrenamiento de cada microciclo y planificar competencias preparatorias de dobles durante el macrociclo. En la tercera etapa la calidad teórica metodológica de las acciones diseñadas se evalúan en su implementación, lográndose mejoras en el nivel táctico en el doble, en todas las categorías, constatándose la efectividad de las mismas para provocar los cambios previstos.



ABSTRACT

This research aims to design methodologies to raise the tactical level twice tennis players Category 13/14 years of EIDE "Hector Ruiz Pérez" de Villa Clara shares. In the theoretical background to act as a framework of this study are analyzed the basic fundamentals of the game of doubles in tennis, the generalities of tactical preparation and tactics of tennis training in the doubles event. A quantitative methodological approach is assumed and empirical design is structured in three stages of labor. As a result of the first stage of work being done with school teams age 13/14 male and female, the demand for the proposal to be answered regarding the tactical level is obtained twice. The second stage reflects the methodological aspects of actions, consistent with the theoretical positions that are defended and in line with the needs identified, actions are specified to incorporate the tactics of a double training session each microcycle preparatory and planning skills doubles during the macrocycle. In the third stage the theoretical methodological quality of the designed actions are evaluated in implementation, achieving improvements in the tactical level twice, in all categories, confirming the effectiveness thereof to cause the expected changes.



ÍNDICE	
RESUMEN	
I INTRODUCCIÓN	1
II DESARROLLO	
CAPÍTULO 1: MARCO TEORICO REFERENCIAL.....	7
1.1-Generalidades del Tenis.....	8
1.2-La preparación táctica en el deporte.....	11
1.3-Fundamentos básicos del juego de dobles en el tenis.	18
1.4-La preparación táctica de los dobles.	22
CAPÍTULO 2: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN	24
2.1-Definición y operacionalización de variables	24
2.2-Descripción del contexto educativo donde se desarrolla la investigación	28
2.3-Métodos utilizados durante la investigación	29
2.4- Propuesta de acciones metodológica	29
CAPÍTULO 3: ANÁLISIS DE RESULTADOS	42
3.1-Análisis de los resultados obtenidos en la etapa inicial	42
3.2-Análisis de los resultados obtenidos en la evaluacion final	47
III CONCLUSIONES	54
IV RECOMENDACIONES.....	55
V BIBLIOGRAFÍA.....	1
VI ANEXOS	



I- INTRODUCCIÓN

El Tenis en el contexto actual forma parte de los programas de investigaciones en el área educativa. A lo largo de la historia moderna del Tenis se observa una interesante evolución en su metodología de enseñanza. En general, se puede afirmar que los antiguos métodos utilizados por los entrenadores han dado paso a nuevos enfoques que intentan mejorar la enseñanza y que están centrados en principios que hacen del tenis algo más sencillo y divertido de aprender (Crespo,1999).

Esta evolución, obedece fundamentalmente al hecho de que el Tenis se está beneficiando de la integración progresiva, dentro de las corrientes de investigación científica en el deporte, y de las aplicaciones prácticas de los diferentes estudios.

Los trabajos sobre Tenis realizados en campos como la Medicina en general (Galiano, 1998), la Fisiología (Groppel y Roetert, 1992), la Dietética (Bergeron y cols., 1995), la Psicología (Balaguer y Atienza, 1994), la Historia (Gillmeister, 1981), la Biomecánica (Elliott, 1989) y la Sociología (Carlsson, 1988), son cada vez más numerosos y sus resultados han contribuido al logro de importantes aportes para el mejor conocimiento de este deporte.

Estos estudios han permitido los avances que hoy se tienen en la enseñanza del Tenis, donde autores como: Carballo (1999), Blasco (1999) y Crespo (1999), la han dividido en tres etapas: la primera abarca hasta los años 40, la segunda comprende desde los años 50 a los 80, mientras que la tercera contempla la metodología utilizada en nuestros días. En los inicios de la enseñanza y la práctica del Tenis (en los años 40), la idea central de los métodos de enseñanza utilizados por los entrenadores, estaba basada en el principio comúnmente aceptado de que el Tenis es un deporte muy técnico y como tal, exige un gran dominio de la coordinación psicomotriz y presenta una complejidad extrema, si no se dominan los golpes o movimientos específicos



adecuados, para las distintas situaciones. Esta es una visión del Tenis como deporte de habilidad típicamente cerrada.

Esta dificultad innata del deporte que nos ocupa hizo que los entrenadores se centraran casi exclusivamente en el trabajo técnico como aspecto o contenido fundamental de la enseñanza del Tenis en los niveles iniciales.

Ya en los años 50 a los 80 la idea fundamental no difiere sustancialmente de la sostenida en la etapa anterior donde el entrenador seguía pensando en el Tenis como un deporte muy técnico. Sin embargo, el método de enseñanza utilizado para la consecución del fin, es decir, del dominio de la técnica del Tenis se comportó distinto.

Los métodos analíticos, bien sean secuenciales o progresivos, parten del principio de que hay que analizar el gesto técnico y con el fin de hacerlo más sencillo para el alumno, dividirlo en etapas o secuencias.

El entrenador, de este modo, seguía un procedimiento fijo para todos los alumnos, ya que todos debían pasar por las distintas etapas o progresiones de cada golpe o movimiento. El entrenador, más que un buen jugador que demuestre adecuadamente el golpe, ha de conocer totalmente las distintas fases en las que se descompone.

Una de las consecuencias de este proceso es que se da una formación uniforme a todos los alumnos del grupo. A diferencia de la metodología anterior, los jugadores no imitan el modelo que demuestra el profesor. Sin embargo, tienen que copiar una secuencia de fases de un golpe. Las consecuencias son las mismas, no se tienen en cuenta las características particulares de cada alumno ni su evolución en el proceso de aprendizaje.

Los métodos analíticos solucionaron, en parte, la problemática existente en cuanto a la corrección de los errores técnicos ya que presentaban ciertas



progresiones de dificultad en la enseñanza que beneficiaban a aquellos alumnos con problemas en el aprendizaje. (Carballo y Blasco, 1999).

Por otro lado, también supusieron la introducción de las clases en grupo y la masificación del Tenis mediante el concepto de "Escuela de Tenis". Ya no era necesario que la clase fuera de dos personas (profesor y alumno), sino que empezaron a proliferar las clases grupales.

Sin embargo, se trata de métodos todavía centrados en los aspectos puramente técnicos del Tenis, con una concepción claramente autoritaria en cuanto al papel del entrenador que es quien dirige la clase y tiene los conocimientos. Los aspectos individuales de los jugadores siguen sin tenerse demasiado en cuenta. La organización no permite la interacción entre los alumnos quienes siguen sin jugar al Tenis, solo golpean pelotas.

Las clases son grupales, porque en la cancha hay un grupo de alumnos, pero en realidad se trata más de una clase individual (entre el profesor y el alumno) muy corta, mientras los otros alumnos esperan, recogen pelotas o se distraen con lo que pueden. El elevado "tecnicismo" de este método junto con la estática organización ha tenido consecuencias poco positivas para la práctica del Tenis, ya que lo han llevado a que se considere un juego poco divertido y difícil de aprender.

Este enfoque y el anterior, siguen existiendo en la mente de algunos entrenadores, se denominan metodologías "tradicionales", frente a las "nuevas metodologías", que son las actualizadas siguiendo los nuevos principios adaptados de las Ciencias del Deporte.

Se considera que la metodología tradicional, ha optado por enseñar la técnica del Tenis de manera aislada, con el fin de solucionar la compleja naturaleza de nuestro deporte. La base de esta estrategia está en permitir al jugador realizar los movimientos necesarios para dominar la técnica del Tenis.



Sin embargo, uno de los resultados del uso de esta metodología es que el alumno puede dominar la técnica en situaciones aisladas (por ejemplo ejercicios), pero algo muy habitual en el Tenis es cuando muchos alumnos juegan Alto durante el entrenamiento y no pueden utilizar sus golpes durante los partidos porque no saben ni cuándo ni cómo hacerlo.

De hecho, esto les sucede al no comprender el uso táctico de la técnica, nunca han aprendido los aspectos tácticos. Este problema ha sido una de las razones que han producido la evolución metodológica hacia lo denominado "enfoque basado en el juego" en la enseñanza del Tenis (Crespo y Cooke, 1999).

En realidad, a partir de los años 90 se observa una mayor apertura de los enfoques metodológicos aplicados al Tenis. En especial, cabe resaltar los trabajos de la escuela francesa (Brechtbuhl, 1986; Dugal, 1991; FFT, 2000) y de la inglesa (Torpe, 1983), entre otros.

Esta "enseñanza basada en el juego" se centra en las ideas de Thorpe (1983), quien desarrolló su concepto original al sugerir que la comprensión y el conocimiento de los fundamentos del juego, así como el desarrollo de la táctica básica, deben anteponerse al dominio de las habilidades motrices (técnicas) en todos los deportes.

Esto es totalmente contrario al enfoque de la enseñanza del Tenis de forma tradicional. Coincidimos con los autores antes mencionados que la metodología de la enseñanza basada en el juego, desarrolla un mayor interés y diversión en el alumno, pues el objetivo de la clase no es realizar un golpe aisladamente, sino el de jugar un juego o un partido.

También indica que si los alumnos comprenden los fundamentos tácticos del juego serán capaces de aprender las habilidades técnicas necesarias para aplicarlos dentro del contexto del juego y de un partido. Esta metodología afirma que un alumno aprendiendo una habilidad técnica dentro de un contexto abierto



la realizará mejor que si la aprende en un contexto cerrado (Brechtbühl y Ancker, 2000).

En el Tenis de hoy en día la técnica (acción) debe entenderse como una función de los principios biomecánicos y como una manera de aplicar las tácticas más eficientemente (Elliott, 1989) .La técnica de ejecución de golpes de un jugador siempre debe depender de su intención táctica. Dicho en términos sencillos, la forma (técnica) siempre debe estar supeditada a la función (táctica).

Por lo tanto, cuando el entrenador tenga que ayudar al jugador para aprender a jugar al Tenis, ha de intentar concentrarse en las intenciones tácticas y en los fundamentos de la biomecánica, y concebir la técnica como un medio de ejecutar la táctica con más eficacia (Crespo y Miley, 1999).

En Cuba, el proceso de enseñanza ha tomado las sendas más avanzadas de la pedagogía contemporánea y no son pocos los especialistas e investigadores con afán para promover estas tendencias, a tono con lo que en el resto del mundo se considera acerca de la enseñanza y la formación de los recursos humanos.

En el Tenis se compite en diferentes categorías y géneros, además en eventos de individuales y dobles, que también pueden ser mixtos y en competencias por equipos. En los últimos años se ha producido un descenso de los resultados en los eventos de dobles que no se corresponden con los obtenidos en los eventos de individuales por los mismos atletas.

Después de la revisión del programa de preparación tenística, se detectan las carencias de acciones encaminadas al desarrollo de la táctica de dobles en la categoría escolar 13/14 años, así como la no existencia de competencias preparatorias para el evento de dobles en la categoría mencionada, a pesar del beneficio del juego de dobles, según investigaciones, para el desarrollo de los jugadores.



A partir de analizar todo lo antes expuesto se nos presenta la siguiente *Situación problémica*:

Insuficiente nivel táctico en el doble de tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, de Villa Clara.

Problema científico:

¿Cómo elevar el nivel táctico en el doble de tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, de Villa Clara?

El problema científico quedó enmarcado en el siguiente *objeto de estudio*: La preparación táctica de dobles.

El *campo de acción* se limita: al nivel táctico en el doble en tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, de Villa Clara.

Objetivo general:

Diseñar acciones metodológicas para elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años, de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, de Villa Clara.

Objetivos específicos:

- a) Determinar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”.
- b) Elaborar acciones metodológicas para elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13-14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”.
- c) Evaluar las acciones metodológicas para elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13-14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, en su implementación.



Hipótesis: al implementar las acciones metodológicas se eleva el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”

En el *marco metodológico* se emplearon los siguientes métodos y/o técnicas:

Del nivel teórico:

- Analítico sintético
- Sistémico estructural

Del nivel empírico:

- Análisis de documentos
- Observación
- Entrevista
- Experimento (en su variante Preexperimento)

Del nivel matemático estadístico

- Distribución Empírica de Frecuencia
- Promedio (Media)



II- DESARROLLO

CAPÍTULO 1: MARCO TEORICO REFERENCIAL

1.1-Generalidades del Tenis

El Tenis, llamado el deporte blanco, es una disciplina incluida en los juegos deportivos. El Tenis ha logrado una expansión tal, que se practica en casi todos los países del mundo. La FIT (Federación Internacional de Tenis) promueve ayudas a los países más pobres, contribuyendo a desarrollar posibles talentos.

El Tenis en Cuba se introduce en 1890. El primer campeonato fue en 1903, por lo que lleva entre nosotros 111 años organizado.

En 1924 se comenzó a participar en la Copa Davis, y después de 28 años de ausencia en estas lides, el equipo cubano se reincorporó en 1987. El elenco local después de ganar el grupo II y I de la zona americana, en 1993 protagonizó la hazaña de llegar al grupo mundial donde cayeron ante los potentes conjuntos de Suecia y Rusia. Anteriormente Cuba había llegado a finales de la zona americana en los años 1924 y 1959.

El equipo cubano de Copa Davis se ha mantenido entre el grupo II y el grupo III, donde se encuentra actualmente

Las chicas clasificaron en 1991 al grupo mundial de la Copa Federación, se han mantenido entre el grupo I y el grupo II de la zona americana, donde existe buen nivel.

Es un deporte individual, aunque también se juegan dobles y torneos por equipos. Se juega net por medio, en diferentes superficies de la cancha (lenta o rápida) y con diferentes tipos de pelotas, tiene lugar en diversas condiciones climáticas y características propias del jugador en cuanto a sus recursos técnicos, tácticos y su estado físico y psíquico.



Los jugadores de Tenis necesitan desarrollar parámetros psicomotores y perceptivos como la velocidad de reacción, velocidad de acción, calcular perspectivas visuales de espacio y tiempo, coordinación óculo-manual, capacidad de exactitud del esfuerzo muscular, el desarrollo del aparato vestibular para el balance y el equilibrio, percepciones especializadas como son “sentido del implemento (raqueta), de la pelota, la cancha, altura de la net, distancia, ritmo de peloteo, esfuerzo realizado, etc.”

Requieren también exactitud y precisión en la reacción para lograr anticipación de sus acciones al golpear la pelota desde varios lugares, con diferentes efectos, direcciones y velocidad.

Los fenómenos de la atención son muy importantes, así como su intensidad y estabilidad, volumen, distribución, amplitud, cambio y concentración durante el golpeo a la pelota y su recuperación en el tiempo de pausa. Los tenistas deben desarrollar representaciones ideomotoras para la adquisición fina y exacta de los movimientos técnicos y específicos, el control y aumento de la eficacia de los golpes.

El jugador de Tenis en una situación de partido tiene como objetivo básico golpear la pelota de manera que el contrario no pueda devolverle, eso se logra jugando con Mediodad y seguridad, manteniendo la pelota en juego (consistencia) o arriesgándose, tratando de atacar, pegar golpes ganadores u obligar al adversario a cometer errores.

Jugar golpes profundos (más allá de la línea de servicio y cerca de la línea de fondo) presenta numerosas ventajas, obliga al contrario a retroceder, permite “cerrar” muchos ángulos que disminuyen su precisión (colocar las pelotas en zonas específicas de cruce, paralelas o invertidas con una intención determinada), y lo fuerza a devolver pelotas cortas, ofreciéndole la posibilidad de abrir ángulos en el siguiente golpe.



El Tenis es un deporte que se caracteriza por un predominio de movimientos rápidos y de fuerza explosiva, de tipo combinado. El juego exige que el tenista se desplace en todas las direcciones, mientras más prolongada es la carrera, más marcadas serán las variaciones vegetativas, se hacen arracadas bruscas, paradas, cambios de dirección, donde hay ruptura de la inercia de los procesos vegetativos.

El trabajo muscular es fundamentalmente dinámico, sin embargo en algunos momentos del juego los músculos desarrollan tensiones estáticas considerables, pero breves. En los jugadores de Tenis se dan diferentes tipos de contracciones musculares, las cuales dependen de la energía que proporciona el ATP.

La intensidad del juego es variable, existiendo pausas durante el juego, produciéndose recuperaciones parciales. Esto significa que requiere explosiones repetidas de gran actividad y de corta duración, intercaladas por cortos períodos de reposo entre golpes (impacto de la pelota con la raqueta) y períodos de reposo más largos entre puntos y en cambios de lado de la cancha, es decir, es un deporte de aceleraciones múltiples.

El tenista debe tomar gran cantidad de decisiones durante las situaciones cambiantes de juego: requiere de una gran movilidad de los procesos corticales y extrapolación para la resolución de las situaciones tácticas, por esto necesita percibir la situación (a través del analizador visual y el campo visual), analizar, tomar la decisión y luego realizar la ejecución motora, a esto sigue un proceso de retroalimentación, lo hace al aceptar la solución o modifica el paso inadecuado para lograr un solución táctica efectiva.

Los tenistas necesitan volcar en situaciones de control y evaluación del entrenamiento (Test Pedagógicos o competencias), todo lo aprendido y asimilar mejor las experiencias acumuladas. Una adecuada expresión psicológica para enfrentar estas situaciones les permite tomar decisiones oportunas, mantener la



estabilidad de la concentración, el nivel de auto confianza y autocontrol ante las fallas, esto influye en el nivel de rendimiento que puedan mostrar en la cancha.

El nivel de aspiraciones y la autoevaluación sobre la base de la conciencia de sí permite al jugador regular sus operaciones sobre la base de sus posibilidades reales y saber tomar conciencia de lo que necesita para elevar su rendimiento.

No se concibe la preparación de un jugador de Tenis competitivo al margen de un trabajo multidisciplinario. Las exigencias de este deporte demandan el aporte de las ciencias para potenciar al máximo posible las particularidades funcionales, técnicas, tácticas y psíquicas del atleta, inmerso no solo en el contexto social deportivo, sino en el contexto personal, docente, familiar, tan importante para el rendimiento deportivo, por tanto merecen toda nuestra atención.

1.2- La preparación táctica en el deporte.

Existen diversas definiciones de lo que es la táctica en el deporte. Puni, A. Z. (1998), señala que es un conjunto de procedimientos de aplicación de la técnica deportiva y el empleo de la fuerza de los deportistas, de acuerdo con las condiciones concretas de la competencia y de las acciones prácticas, tanto de los compañeros de equipo como de los contrincantes.

No obstante, a consideración del autor de esta tesis, se trata de algo más que la actualización de la técnica y las fuerzas del deportista, por lo que se asume la definición del destacado profesor Matvéev, L (1983), cuando plantea que “en general, el concepto de táctica deportiva abarca todos los modos más o menos racionales de conducción del certamen por el deportista (táctica individual) y por el equipo deportivo (táctica de equipo) supeditado a un determinado plan de alcance del objetivo de la competencia.



En este sentido para Ucha, F. (2009), la táctica depende de muchos factores que van desde las habilidades de percepción y representación visual de las condiciones de la competencia, y el contrario, como de los conocimientos tácticos, la destreza y hábitos, las capacidades físicas que permitan garantizar las ejecuciones en condiciones diversas de la actividad competitiva.

El autor citado anteriormente se refiere a las acciones tácticas como soluciones prácticas, que persiguen el mejor resultado posible de la actividad global, colectiva, en la mayor parte, aplicada a las situaciones problemas del juego, como consecuencia de las acciones y reacciones de los adversarios y compañeros.

Entrenadores y deportistas basan las acciones tácticas en un plan elaborado previamente y que tiene entre sus objetivos afectar el grado de rendimiento del adversario, colocándolo en una situación donde los esfuerzos por ganar se minimicen.

El empleo de planes tácticos es muy conocido en deportes de juego con pelota, también en todas las modalidades de los deportes de combate y aisladamente en deportes individuales como resulta por muestra el atletismo.

Cañizares, M, (2004) refiriéndose a la preparación básica de los boxeadores, estima que el razonamiento táctico se basa en el aprovechamiento de los conocimientos correspondientes a la capacidad de observar atentamente, de captar y apreciar rápidamente la situación, de adoptar oportunamente la decisión correcta.

Por su parte, Puni, A. Z. (1998), abordando este tema en el Tenis de mesa, subraya que es la capacidad para jugar eficientemente con el máximo de aprovechamiento de la fortaleza física y mental con todas las oportunidades que nos ofrece durante un juego y después de este.



En el mismo sentido, Cruz, J, y Riera, J (1991), consideran la táctica como la forma examinada y juiciosa de la competencia deportiva con el contrario, regida por un reglamento y basada en las capacidades y la colaboración de los distintos jugadores que se adaptan correspondientemente a las condiciones y tiene como objeto alcanzar el resultado más alto posible.

Otros autores como Ramos, J, y Herrero, (1991), ofrecen una definición a partir de la consideración de los recursos que utiliza la táctica y plantean que es la elección de la técnica, la fuerza, la habilidad y la voluntad a utilizar, más el convencimiento para alcanzar la victoria.

Borboto, E. (1993), se proyecta desde el punto de vista de los factores que influyen o determinan las manifestaciones tácticas, al destacar la tonalidad de los procedimientos individuales y colectivos, tanto en el ataque como en la defensa, adecuados a los reglamentos de este deporte, a las formas de luchas del contrario y a las numerosas condiciones de juego. Por su parte, Arre, D. comparte este punto de vista, y señala que es una actividad dirigida hacia el éxito óptimo, se debe ejecutar de acuerdo con los conocimientos tácticos, las habilidades técnicas, la facultad condicional, la rapidez de reacción, las propiedades de voluntad y otros componentes.

Definiciones cercanas a la táctica como habilidad aparecen en la literatura en trabajos de Cruz, J, Riera y J (1991), al plantear que la táctica es la habilidad de conducir el combate y la diversidad en situaciones competitivas.

Estos autores además señalan que la planificación preliminar de las acciones tácticas tiene siempre un carácter probable, porque ni los deportistas ni los entrenadores, disponen casi nunca de una información absolutamente completa acerca de los adversarios de la competencia.



La táctica en el Tenis.

La estrategia impone la elaboración de un plan general o esquema de juego, mientras que la táctica es la puesta en práctica de dicho plan durante el partido. Esta juega un papel fundamental en el Tenis a todos los niveles y las mejoras que se realicen en cualquier destreza estratégica y táctica serán también decisivas para la evolución óptima del tenista.

El objetivo del enfoque táctico para la enseñanza del Tenis es mejorar el rendimiento general del jugador mediante la combinación del conocimiento táctico y de la ejecución técnica. La “comprensión del juego” es un enfoque de la didáctica deportiva, aboga por el uso de minisituaciones de juego desde el comienzo del proceso de enseñanza en que los niños desarrollan fácilmente los conocimientos técnicos – tácticos y estratégicos, además de la tomas de decisiones.

En la enseñanza del Tenis en la actualidad se considera esta disciplina como un deporte de técnica abierta en el que cada golpe es distinto. El jugador nunca juega el mismo golpe dos veces, cada golpe requiere que el jugador siga el proceso siguiente: percepción, decisión, acción y reacciones / comentarios (feedback).

En el Tenis de hoy, la técnica ha de contemplarse como algo que está en función del uso de los principios biomecánicos adecuados y un medio para aplicar la táctica de forma más eficiente. La técnica de golpeo de un jugador tiene que depender siempre de una intención táctica. Para decirlo de manera simple, la forma técnica ha de seguir a la función táctica.



Contenido del Entrenamiento Táctico en el Tenis.

<i>Contenido</i>	<i>Características</i>
Posición en la pista	Situación de ataque y defensa, según la distancia de la red.
Trayectoria de la pelota.	Juzgar la intención táctica de un golpe por la trayectoria de la pelota.
Movimiento de los jugadores	Juzgar la intención táctica de una jugada por el movimiento del jugador.
Conductas de los jugadores	Adaptar la táctica a las reacciones conductuales propias y del contrario.
Planteamiento, ejecución y análisis técnico.	Táctica principal y táctica secundaria, cambios de tácticas, obtención de conclusiones tácticas, sistema de análisis y toma de datos.
Progresiones tácticas	Control, seguridad, altura, profundidad, dirección, potencia, efecto, variedad, ritmo, consistencia, etc.

Principios generales que debe servir de guía para la aplicación de la táctica

I. Elaborar un plan o esquema que recoja los principales aspectos:

- El tipo de juego propio y del contrario (puntos fuertes y débiles).
- La condición física propia y del contrario.
- Diferencias de capacidad propia y del contrario.
- Las condiciones variables: superficie de la pista, condiciones climáticas (sol, viento, altura y temperatura), las características del oponente, aspectos externos (presión por el entrenador, padre, público, amigos, entre otros) y relaciones con el contrario, árbitros y organizadores.



II. Controlar el juego (consistencia, profundidad, seguridad y Mediodad)

- Es poco realista querer insistir en tácticas complejas o avanzadas antes que el jugador haya adquirido la técnica básica.
- En las primeras etapas de su desarrollo hay que alentar a los jugadores a aumentar el margen de seguridad de sus golpes, haciendo pasar la pelota más alta por encima de la red y evitando jugar demasiado cerca de las líneas exteriores.
- Jugar golpes profundos (más allá de la línea de servicio y cerca de la línea de fondo) presenta numerosas ventajas:
 - Obliga al adversario a retroceder.
 - Obliga a devolver pelotas que botan alto.
 - Obliga al contrario a jugar desde una posición alejada, con lo que disminuye su precisión.
 - Obliga al contrario a devolver pelotas cortas, ofreciendo la posibilidad de abrir ángulos en su siguiente golpe.
- Para los jugadores novatos y pocos experimentados, la estrategia más importante es mantener la pelota en juego, es decir la Mediodad y evitar cometer errores no forzados.

III. Atacar los puntos débiles del contrario

A menudo resulta útil aprovechar las debilidades del contrario, sin intentar jugar la pelota fuera de un alcance o realizar un golpe ganador directo. La mayoría de los puntos débiles pueden detectarse observando la mediodad del adversario, ejemplo: uno de los dos lados (el revés o la derecha), las



pelotas (altas, bajas, cortas y profundas), los golpes en movimiento, entre otros.

Desde los primeros golpes de calentamiento antes de un partido se debe evaluar el juego del adversario y buscar cualquier punto débil. Una vez que el jugador lo haya descubierto, recordarlo y utilizarlo en provecho propio.

IV. Seleccionar los golpes adecuados

La capacidad del jugador para distinguir y diferenciar los diversos tipos de pelotas que le llegan del contrario es sumamente importante al tomar decisiones acertadas a la hora de seleccionar sus golpes. Los golpes que llegan del otro lado de la red pueden ser: pelotas fáciles, pelotas relativamente difíciles y pelotas difíciles.

5. Jugar variado y tomar la iniciativa

Es necesario tratar de asumir y mantener la iniciativa para dominar el “flujo” y el “ritmo” del partido, intentar mover al adversario y hacerle correr variando la dirección, la profundidad, dirigiendo los golpes a la cancha abierta, jugándole a “contrapié”, atacando a la red, pegándole de dejada.

VI. Jugar al porcentaje

Hay que conocer siempre bien la propia capacidad para colocar la pelota dentro de los límites de las líneas (consistencia y seguridad) y al realizar un juego con golpes de ataque (agresividad). El jugador debe ser capaz de evaluar sus posibilidades de éxito al ejecutar un determinado golpe, según su experiencia anterior en los entrenamientos y en los partidos. Basándose en esa información, se debe seleccionar un golpe con alto porcentaje de éxito que sea adecuado en su situación actual. Siendo el objetivo fundamental del juego de porcentaje reducir al mínimo el número de errores no forzados. Los tres elementos principales en el juego de porcentaje son:



- La medioidad: mantener la pelota en juego, poner el primer servicio, el resto, la primera volea.
- La mentalidad agresiva / de ataque: utilizar siempre que sea posible el golpe más potente y más fiable.
- La precisión / control: dirigir la pelota a zonas específicas de la cancha.

VII. Tener anticipación

Es necesario desarrollar la anticipación desde que los jugadores son principiantes. La anticipación entraña la predicción de la posición futura de la pelota antes que el adversario la impacte y la utilización de dicha información para aportar una respuesta apropiada a un golpe. Muchas veces para colocarse en posición de ejecutar un golpe, el jugador debe anticipar el golpe antes del impacto del adversario.

VIII. Adaptación al cambio de táctica

Cada uno debe percatarse de lo que es capaz de conseguir personalmente en el aspecto táctico, y no debe precipitarse probando nuevas tácticas en un partido sin haberlas experimentado previamente en el entrenamiento.

1.3-Fundamentos básicos del juego de dobles en el Tenis

Como su nombre lo indica el juego de dobles requiere de la interacción de cuatro jugadores en el terreno. Este juego presenta varios beneficios para el desarrollo de los jugadores escolares (LTA, 1993; Tenis Canadá, 1994). Según estos autores, este juego fomenta el desarrollo general del juego completo, les permite a los jugadores adquirir la confianza de jugar en la red ya que solo tienen que cubrir la mitad de la cancha, les estimula a jugar en juego ofensivo, especialmente al utilizar la táctica de servicio y volea, permite a los jugadores abrir mayores ángulos que los utilizados al jugar el individual, contribuye a



desarrollar un resto de servicio sólido y preciso, los jugadores sienten menos presión porque la comparten con el compañero y por ello frecuentemente se divierten y disfrutan más y el éxito en los dobles puede hacer que el jugador se sienta más confiado en los individuales.

Además de los beneficios planteados anteriormente, para el juego de dobles se necesitan tener en cuenta varios aspectos al formar la pareja de dobles:

- Si hay un jugador fuerte, normalmente este debe jugar en el lado de la ventaja, pues en dicho lado tendrá que jugar más puntos en situaciones de ventaja (a un punto de la victoria o derrota en el juego).
- Si uno de los jugadores es zurdo, generalmente debe jugar en el lado de las ventajas, a menos que ambos jugadores tengan mejor revés que derecha.
- Si uno de los jugadores es muy bueno en la mitad derecha o izquierda de la cancha debe jugar en su lado favorito.

Al enseñar la estrategia y la táctica en los juegos de dobles hay siempre que seguir algunas directrices principales:

- Conviene jugar puntos de porcentaje alto.
- No dejarse atrapar en media pista.
- Poner siempre el primer servicio.
- Ir a la red lo antes posible.
- Utilizar globos para desarticular al adversario de su posición en la red.
- Conviene jugar golpes al centro.
- Hay que restar cruzado o jugar un globo sobre el jugador de enfrente.



- Responder a un globo con un globo.
- Mantener la pelota baja por encima de la red.
- Comunicación constante con el compañero.
- Cruzarse de vez en cuando para que el contrario no sepa qué van a hacer.

Muchos tenistas consideran más atractivos el juego de dobles; se sienten más relajados y disfrutan la sensación de la responsabilidad compartida. Para jugar un partido de dobles se requiere también una táctica y una estrategia adecuada, donde forman parte de un equipo y cada jugador debe percatarse tanto de los puntos fuertes y débiles de su compañero como del equipo contrario. Muchos de los principios que inspiran la estrategia y la táctica en el juego de individuales son igualmente aplicables a los dobles; sin embargo, el juego en equipo, la colocación correcta en la cancha y la mentalidad ofensiva son especialmente importantes.

El enfoque basado en el juego para la enseñanza del doble permite que los principiantes jueguen al Tenis desde las primeras clases, comprendan el juego y sepan cuál es su papel en el juego, qué tienen que hacer para mejorar su juego, disfruten de la clase y jueguen al Tenis. Los entrenadores pueden trabajar la enseñanza del doble a los iniciantes, teniendo en cuenta las siguientes progresiones:

- 1- Normalmente los alumnos aprenden la técnica de los golpes y a pelotear (peloteos de mini tenis).
- 2- Se trabaja el juego de dobles, jugándose en la zona de mini tenis (según las habilidades de los jugadores) y se colocan a ambos jugadores de cada pareja, en la línea de fondo, donde se disputan



algunos puntos, empezando el punto con el lanzamiento fácil por abajo por parte de uno de los jugadores.

- 3- Crear situaciones de juego (fundamentalmente de dobles) y ofreciendo ayuda técnica individual o en grupo, con el fin de mejorar la manera en que se juega.
- 4- Aumentar las exigencias del juego de manera que se desafíen sus habilidades tácticas (las parejas solo ganan puntos cuando volean y han de defender o atacar en equipo.) o técnica (empezar el juego con un saque técnicamente correcto).

No pasará mucho tiempo hasta que el entrenador explique las posiciones básicas de los jugadores de dobles.

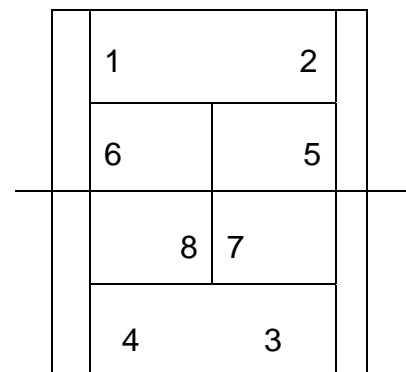
- 5- Hacer que los jugadores piensen en cómo resolver las situaciones problemáticas a través del juego de dobles.

Conceptos tácticos básicos del juego de dobles:

- 1- Posiciones básicas para jugar dobles.

Para los jugadores principiantes, la colocación adecuada sobre la cancha es el factor más importante para poder jugar al doble con buenos resultados.

1. Al servir al lado de iguales.
2. Al servir al lado de ventajas.
3. Al restar en el lado de iguales.
4. Al restar en el lado de ventajas.
5. Cuando nuestro compañero saca hacia el lado de iguales.





6. Cuando nuestro compañero saca hacia el lado de ventajas.
7. Cuando nuestro compañero resta en el lado de ventajas.
8. Cuando nuestro compañero resta en el lado de iguales.

Es posible que sea necesario realizar ligeros ajustes en dichas posiciones para adaptarse mejor a los diferentes tipos de adversarios.

2- ¿Quién juega la derecha y quién juega la izquierda en el equipo?

No hay principios absolutos, pero hay que practicar.

- Entre dos compañeros con un nivel desigual, poner el más preparado a la izquierda.
- Si uno es derecho y el otro es zurdo, este último es quien juega a la izquierda.
- Si los dos son derechos, poner a la izquierda el que tenga mejor revés

3- Comunicación entre los jugadores.

Una de las claves para una buena pareja de dobles es la comunicación eficaz. Comunicación, respeto mutuo, comprensión, aprecio y aceptación deben ayudar a los jugadores para alcanzar un estado emocionante equilibrado. Es mejor hablar demasiado que poco; los jugadores deben esforzarse por decirse algo positivo después de cada punto.

1.4-La preparación táctica de los dobles

En este apartado se hace referencia a la preparación que se debe llevar a cabo por los entrenadores para la obtención de una buena pareja de dobles, así como su óptima forma deportiva a la hora de la competición. Como se menciona al principio de este epígrafe, si se habla de la preparación que deben



llevar las parejas de dobles, el análisis debe realizarse desde diferentes puntos de vista.

Desde el punto de vista técnico, los atletas deben ser jugadores que dominen todos los golpes básicos y auxiliares. Por ejemplo, deben de tener un buen primer servicio ya que el mismo es fundamental para esta modalidad, también debe existir un dominio total y perfecto de la volea que es el arma fundamental, existen otros tipos de golpes que son importantes para la obtención de un excelente doblista como son el globo, las devoluciones cruzadas.

Desde el punto de vista táctico los jugadores deben dominar todo en cuanto a: juego a los espacios vacíos que tan fundamental es para esta modalidad, los movimientos de las parejas dentro del terreno es vital en diferentes situaciones que se puedan presentar en un momento determinado del partido.

En la preparación del juego de dobles los jugadores deben adaptar sus tácticas a:

Adversarios desconocidos: Hay que informarse de lo máximo posible, lo antes posible y preparar un plan.

Adversarios conocidos: Identificar de antemano los puntos fuertes y débiles, técnicos y tácticos de los adversarios. Preparar un plan sobre esta base. (Crespo y Miley, 1999).

Para formar una buena pareja de dobles siempre hay que tener en cuenta que si hay un jugador más fuerte que otro debe jugar del lado izquierdo para que juegue más situaciones de ventaja. Si uno de los dos es zurdo jugará del lado de ventaja a no ser que los dos tengan mejor revés que derecha. Debe existir un conocimiento total de un jugador hacia otro, tanto en tipo de reacciones como en comportamiento bajo presión. También debe existir constante armonía



entre los jugadores y lo más importante es la comunicación que es indispensable para lograr el éxito.

CAPÍTULO 2: MARCO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

2.1-Definición y operacionalización de variables

Se consideró el nivel táctico en el doble a partir de los criterios del autor (Loehr, 1991), cuando precisa que expresa la posición, golpes y movimiento de cada pareja y jugador en los dobles.

A partir de esta definición se determinaron las unidades y categorías de análisis, así como los indicadores para su evaluación. Esto permitió guiar metodológicamente el estudio e interpretación de la problemática existente en cuanto al nivel táctico de los jugadores.

Unidades, categorías de análisis e indicadores determinados:

El jugador que saca.

a) Posición.

Eficaz:

- Más próxima a la línea lateral de individuales que en el juego de individuales.
- La posición más o menos adelantada después del saque en dependencia de la zona.

b) Golpes.

Eficaz:

- Ubica un 80 de primeros saques.
- Juega el servicio con profundidad.
- Varía el servicio para mantener la incertidumbre.



- Ajusta con el compañero sobre la colocación de cada servicio con antelación al inicio de cada punto.
- Trata de sacar y volear en cada servicio.
- Pone la primera volea dirigiéndola o cruzada a los pies del contrario.

c) Movimiento.

Eficaz:

- Mantiene la ofensiva.
- Se mueve rápidamente para volear dentro de la zona de servicio.
- Se mueve rápidamente hacia el centro de la mitad de la cancha.
- Cae dentro de la cancha con pasos explosivos hacia la red, seguidos de un Split step y posteriormente una primera volea.
- Si juega la primera volea cruzada, se mueve hacia el centro para cubrir los ángulos de las posibles respuestas.

El compañero del jugador que saca.

a) Posición.

Eficaz:

- No cubre exageradamente los golpes paralelos, se coloca en el centro del cuadrado de servicio.
- Adopta una posición dinámica, inclinado hacia adelante, manteniéndose activo, listo para moverse y apoyar al compañero.
- Ímpetu hacia adelante en función del servicio.
- Trata de interceptar todos los restos dirigidos al centro.

b) Golpes.

Eficaz:

- Hace que los adversarios volean hacia arriba.
- Dirige la pelota al medio entre los contrarios.
- Se cruza lo más frecuentemente posible.



- Usa los tres tipos de cruce: reacción, anticipación y tras una señal.
- El sacador debe acusar recibo de la señal verbalmente para indicar que está de acuerdo.

c) Movimiento.

Eficaz:

- Se mueve hacia adelante al escuchar el sonido del servicio.
- Se mueve en respuesta a la dirección del servicio previamente conocida.
- Se mueve para cubrir los golpes en paralelo, si el servicio es angulado.
- Si el resto llega al sacador, retrocede un poco.
- Si el resto es globo por encima de los dos jugadores, estos deben cambiar de lado hacia la línea de servicio contraria.
- Usan simulacro de cruce, como variación para confundir a la pareja que resta.

El jugador que resta.

a) Posición.

Eficaz:

- Próximo a la línea de fondo para conectar el resto pronto.
- Más adelantado o más atrasado según la calidad del primero o segundo servicio.
- Modificar la posición si podemos anticipar el servicio, ejemplo: moviéndose al revés para restar de derecha.
- Adoptar una posición más próxima a la línea de fondo si queremos restar y subir a la red.

b) Golpes.

Eficaz:

- Intenta pasar todos los restos.
- Doble moderno, usar el resto de potencia (pegar con efecto liftado).



- Utiliza opciones: cruzado (potencia o angulado), paralelo (potencia), al pasillo (precisión) y globo (al medio o paralelo).
- Intenta llegar a la net si el resto es bueno.
- Resta profundo si el sacador se queda atrás.
- Intenta hacer que los adversarios volean hacia arriba.
- Cuando está en dificultades juega un globo alto y profundo al centro

c) Movimiento.

Eficaz:

- Moverse hacia adelante y ejecutar un Split step.
- Moverse para un servicio angulado, recordando que la recuperación no es tan importante como en los individuales.
- Moverse hacia el centro del cuadro de servicio, al aproximarse a la red.

Compañero del jugador que resta.

a) Posición.

Eficaz:

- Ejerce un papel más agresivo tras el resto, poniendo presión sobre la primera volea del sacador.
- El jugador debe colocarse justo dentro de la línea de servicio, e incluso más adelante para el segundo saque.

b) Golpes.

Eficaz:

- Intercepta la primera volea o defiende si el compañero ha restado Bajo.
- No juega nunca la primera volea corta.
- Si le juegan un globo sobre la cabeza hay que alcanzarlos y acabar el punto, de volea o de remate.
- Volea delante, no detrás.



- Evita jugar dejadas, o dejadas de volea al interceptar la pelota.
- Juega profundo y al centro, si el remate es difícil.

c) Movimiento.

Eficaz:

- Se mueve hacia adelante si el resto es bueno.
- Usa la finta como variación, para forzar al sacador a volear en paralelo.
- Al cruzarse, se mueve en diagonal hacia la red, no en paralelo o se aparta de ella.
- Si el resto es deficiente se mueve hacia atrás o ajusta la posición unos pocos pasos.

A partir del comportamiento de estos indicadores, las categorías de análisis se clasificaron de:

- Alto: Si en más del 70 % de las observaciones, los indicadores resultaron evaluados de eficaces.
- Medio: Si entre el 50 % y el 70 % de las observaciones, los indicadores resultaron evaluados de eficaces.
- Bajo: Si en menos del 50 % de las observaciones los indicadores resultaron evaluados de eficaces.

2.2- Descripción del contexto educativo donde se desarrolla la investigación

Se trabajó con los 12 atletas (7 hembras y 5 varones), de la categoría escolar 13/14 años de edad, insertados en la disciplina deportiva de Tenis, perteneciente a la EIDE "Héctor Ruiz Pérez", de la provincia Villa Clara, en el curso 2013-2014.

Los atletas tienen una experiencia deportiva entre siete u ocho años, aspecto de gran relevancia en la investigación porque permitió revelar la formación que han recibido para desempeñarse en el evento de dobles, además de la



posibilidad de seleccionar la pareja adecuada en dependencia de sus potencialidades y carencias que posibilite la cohesión entre la pareja, elemento decisivo para el éxito en este evento, descrito desde la teoría.

2.3- Métodos utilizados durante la investigación

2.3.1- Análisis de documentos

Este método se utilizó con el objetivo de determinar la presencia de acciones, actividades u orientaciones para trabajar la preparación táctica en dobles teniendo en cuenta la importancia de las mismas, tanto en la preparación individual como en su desarrollo como atletas. Los documentos revisados fueron el Programa de preparación del tenista y los Planes de entrenamiento de la categoría. (Anexo # 1).

2.3.2- Entrevista

-Entrevista semiestructurada a los profesores deportivos (ver anexo # 2): se empleó una guía estructurada con un listado previamente elaborado de puntos de referencias sobre el evento de dobles. Esta permitió al investigador una mayor flexibilidad respecto a la manera, el orden y el lenguaje con que se abordan los puntos o preguntas, pudiendo adecuarse a cada situación concreta y expresar las preguntas de manera que se comprendan fácilmente. La forma en que se busca la información no es estandarizada y se logra mayor riqueza de datos cualitativos. (Colectivo de Autores, 2006)

Este método se les aplicó a los dos profesores deportivos relacionados directamente con los tenistas de la categoría 13/14 años, con el objetivo de recopilar información sobre la situación existente en el juego de dobles. Se realizó en el mes de septiembre del 2013 y se constató la misma con la observación realizada en el diagnóstico inicial.

Entrevista semiestructurada a los escolares tenistas (ver anexo # 3): fue utilizada para recopilar información sobre las preferencias en los atletas de los



eventos de Tenis, su autovaloración sobre las fortalezas en diferentes áreas en eventos de dobles y las situaciones de juego durante los mismos.

La entrevista se realizó al finalizar la sesión de entrenamiento, en la etapa de diagnóstico y se constató con la observación realizada durante la misma.

2.3.3- Observación

Específicamente, en nuestro estudio presentó la siguiente organización:

- a) Se definieron las unidades de observación en función de las categorías fundamentadas teóricamente para el estudio de la preparación táctica en los dobles.
- b) Se precisó de un protocolo para la recogida de información.
- c) Se observó y registró lo ocurrido en el contexto natural donde tienen lugar los acontecimientos.
- d) Se analizó e interpretó la información recogida, a partir de las unidades y categorías de análisis determinadas.

Para su desarrollo se sugirió una serie de requisitos que son generalmente reconocidos, como la intencionalidad, la sistematicidad, su capacidad para generar hipótesis, su vínculo con los supuestos teóricos de partida (coherencia teórico – metodológica), y un registro organizado.

Se consideró la observación como un método que permite obtener información sobre un fenómeno o acontecimiento, tal y como este se produce. Es un proceso sistemático por el que un especialista recoge información relacionada con cierto problema. (Rodríguez, Gil y García Jiménez 2002).

Este método fue utilizado para diagnosticar el nivel táctico en el doble de tenistas de la categoría 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez. Se realizó la



observación no participante, para no interferir, ni modificar la marcha cotidiana de lo observado, pretendiendo la máxima objetividad y veracidad posible. La misma se efectuó de forma sistematizada, donde se establecieron 4 unidades de análisis, así como los indicadores para evaluar las categorías de posición, golpe y movimiento (ver anexo # 4).

El registro de observación se realizó por los dos profesores deportivos del alto rendimiento en dos momentos de la investigación durante los cinco días de la semana: primeramente en la etapa de diagnóstico en los cuatro primeros microciclos del macrociclo y en la etapa de evaluación, durante las competencias preparatorias, en los microciclos 11, 19 y 23, del macrociclo en estudio.

2.4 Propuesta de acciones metodológicas

A partir de la determinación del nivel táctico de los tenistas en el doble, se elaboran acciones para mejorar la preparación táctica de los tenistas 13/14 años de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez”, de Villa Clara, donde participan los equipos de ambos sexos de esta categoría y los 2 entrenadores del alto rendimiento.

Objetivo de las acciones: elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años.

Las acciones parten del objetivo general y se derivan con un carácter vertical en objetivos del trabajo táctico del juego de dobles en las clases y las competencias preparatorias, donde se presentan las orientaciones metodológicas, la ubicación en el plan de entrenamiento y el proceder de cada una de las actividades a realizar.



Metodología para el cumplimiento de las acciones:

- Determinar la sesión de entrenamiento de cada microciclo, donde se va a incorporar la táctica del doble, teniendo en cuenta los elementos técnicos planificados en el plan de entrenamiento.
- Planificar competencias preparatorias de dobles durante el macrociclo una vez concluido cada uno de los elementos técnicos.

Trabajo táctico del juego de dobles en las clases

Clases de servicio

-Objetivo general: Mejorar la táctica del servicio en el juego de dobles.

-Ubicación en el Plan de Entrenamiento: mesociclo básico desarrollador, primera frecuencia de la semana.

Clase 1: microciclo 7.

Clase 2: microciclo 8.

Clase 3: microciclo 9.

Clase 4: microciclo 10.

-Participan: equipo femenino y masculino categoría escolar 13/14 años y los dos entrenadores.

-Duración: 3 horas.

-Lugar: Terreno de Tenis.

Clase # 1 de servicio

-Objetivo: Servir abierto y cortado con subida a la net e inclinación al centro de la cancha.

-Orientaciones metodológicas:



- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de ubicar el primer servicio en el doble, así como la subida a la net después de realizar el servicio, con vistas a volar dentro de la cancha en la zona de servicio.

Se orienta servir abierto y cortado al cuadro de iguales, y después al cuadro de ventajas.

Participan 4 jugadores rotando todos por el servicio, y siempre jugándose el punto.

Se utilizará diana en la zona abierta de ambos cuadros, y el servicio debe tener profundidad y efecto.

El servidor debe subir a la net hacia el centro de la mitad de la cancha, con vista a realizar la primera volea.

Se rotan las parejas cada un games.

Clase # 2 de servicio

-Objetivo: Sacar hacia el medio o el cuerpo del contrario para evitar el ataque y provocar una devolución débil.

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.



- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de ubicar el primer servicio en el doble, así como la subida a la net después de realizar el servicio, con vistas a volear dentro de la cancha en la zona de servicio.

Se realiza el ejercicio en situación semiabierta, logrando ubicar el primer servicio hacia la diana en el centro del cuadro, con posterior subida a la net.

Cada jugador realiza dos puntos al cuadro de derecha, y dos puntos al cuadro de revés.

Se rotan las parejas y se juega el punto.

Posteriormente en situación abierta, se juegan cuatro games.

El servidor debe subir a la net, cargándose hacia el centro de la cancha, con vistas a realizar primera volea.

Clase # 3 de servicio

-Objetivo: Sacar hacia dentro o al lado débil del contrario para provocar una devolución corta.

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:



Se insiste en la importancia de ubicar el primer servicio en el doble, así como la subida a la net después de realizar el servicio, con vistas a volear dentro de la zona de servicio.

Se realiza el ejercicio con una situación semiabierta, donde se utiliza la diana en la parte dentro del cuadro de iguales, buscando el lado débil del contrario.

Importante, utilizar primer servicio e impactar en la diana, con posterior subida a la net. Cada jugador realiza dos puntos al cuadro de derecha, se rotan las parejas y se juega el punto en situación abierta, se juega un games por atleta, sirviendo hacia dentro o al lado débil del contrario.

Clase # 4 de servicio

-Objetivo: Servir al revés del contrario hacia afuera y luego realizar volea en uno o dos tiempos.

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de ubicar el primer servicio en el doble, así como la subida a la net después de realizar el servicio, con vistas a volear dentro de la zona de servicio.

El servicio se ejecuta en situación semiabierta, realizando el mismo hacia la diana situada en el extremo exterior del cuadro de revés, se insiste en realizar primer servicio con profundidad y efecto liftado, con posterior subida a la net e inclinación hacia el centro de la cancha, participan cuatro jugadores rotando las parejas por el servicio y siempre jugándose el punto.



Se rota cada dos puntos al final en situación abierta, se juegan cuatro games.

Clases de devolución

-Objetivo general: Mejorar la táctica de la devolución en el juego de dobles.

-Ubicación en el Plan de Entrenamiento: primera frecuencia de la semana

Clase 1: microciclo 12, mesociclo choque intensivo.

Clase 2: microciclo 13, mesociclo choque intensivo.

Clase 3: microciclo 14, mesociclo choque intensivo.

Clase 4: microciclo 15, mesociclo choque intensivo.

Clase 5: microciclo 18, mesociclo estabilizador.

-Participan: equipo femenino y masculino categoría escolar 13/14 años y los 2 entrenadores

-Duración: 3 horas, Lugar: Terreno de tenis

Clase # 1 de devolución

-Objetivo: Devolver al centro de la cancha y a los pies del contrario para debilitar el ataque y realizar un cruce corto.

Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se inicia el ejercicio con una situación semiabierta, el profesor en el lateral derecho y en contra al restador, inicia con pelota liftada al cuadro de iguales, los contrarios al restador, uno en la net y el otro en la línea de servicio del lateral derecho.

El restador devuelve al centro y a los pies del jugador de la línea de servicio y en un segundo golpe de la pareja que resta, realizar cruce corto.



Se rotan las parejas cada 4 pelotas y el profesor cambia de paralelo.

Se realiza el mismo ejercicio en situación abierta, iniciando el punto el jugador que sirve, 4 restos por el lado de iguales y 4 por el lado de ventaja.

Se juegan 4 games.

Clase no 2 de devolución

-Objetivo: Devolver corto y cruzado ante un juego de saque y volea del contrario para decidir punto o debilitar el ataque.

Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de la devolución en el doble, teniendo en cuenta que el servidor después del saque, estará en breve en la net. También se enfatiza en devolver con efecto liftado o efecto cortado, siempre y cuando no se levante la bola; así como en realizar Split step y ubicarse en cancha, según sea primer o segundo servicio más adelantado o atrasado, intentando siempre llegar a la net después de una correcta devolución.

Se inicia el ejercicio con una situación semiabierta a partir de una bola lanzada por el profesor, ubicado en el paralelo del servidor, donde la devolución se realizará hacia la diana situada en el exterior del cuadro de saque, tanto derecha como revés y con efecto liftado.

Se rotan las parejas cada cuatro puntos, posteriormente se realiza el ejercicio en situación abierta con servicio hacia ambos cuadros, donde cada jugador devuelve dos veces al cuadro derecha, y dos al de revés.

Al final se juegan cuatro games.



Clase no 3 de devolución

-Objetivo: Golpear derecha o revés con globo ofensivo liftado para obtener una ventaja táctica

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de la devolución en el doble, teniendo en cuenta que el servidor después del saque, estará en breve en la net. También se enfatiza en devolver con efecto liftado o efecto cortado, siempre y cuando no se levante la bola; así como en realizar split step y ubicarse en cancha, según sea primer o segundo servicio más adelantado o atrasado, intentando siempre llegar a la net después de una correcta devolución.

Se comienza el ejercicio con una situación semiabierta, bola lanzada por el profesor, ubicado en el paralelo del servidor hacia el cuadro derecha y cuadro de revés, donde el atleta devuelve tanto derecha o revés con efecto liftado, utilizando globo liftado de forma paralela hacia el fondo de la cancha, y buscando impacto en la diana, se sube a la net y se juega el punto.

Se rotan las parejas cada dos puntos en el cuadro derecha y el cuadro de revés, se realiza el ejercicio en situación abierta a partir del servicio con devolución de globo paralelo liftado, se juega el punto, cada estudiante- atleta devuelve dos veces por cada cuadro. Al final se juegan cuatro games.

Clase no 4 de devolución

-Objetivo: Devolver de slice al centro de la cancha para favorecer situación defensiva efectiva



-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:

Se insiste en la importancia de la devolución en el doble, teniendo en cuenta que el servidor después del saque, estará en breve en la net. También se enfatiza en devolver con efecto liftado o efecto cortado, siempre y cuando no se levante la bola; así como en realizar split step y ubicarse en cancha, según sea primer o segundo servicio más adelantado o atrasado, intentando siempre llegar a la net después de una correcta devolución.

El profesor ubicado en el paralelo del servidor, inicia el punto hacia el cuadro derecha y después al cuadro revés en situación semiabierta, donde se devuelve con slice, tanto derecha como revés al centro de la cancha, jugándose el punto y haciendo énfasis en la subida a la net a partir de la devolución. Se realiza en situación abierta sirviendo hacia ambos cuadros, cada atleta juega dos puntos y se rotan las parejas. Al final se juegan cuatro games.

Clase no 5 de devolución

-Objetivo: Devolver cruzado a fondo para sacar al jugador fuera de la cancha y realizar volea ganadora

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.
- Información de los objetivos.
- Preparación teórica.
- Calentamiento general y especial.
- Parte principal:



Se insiste en la importancia de la devolución en el doble, teniendo en cuenta que el servidor después del saque, estará en breve en la net. También se enfatiza en devolver con efecto liftado o efecto cortado, siempre y cuando no se levante la bola; así como en realizar Split step y ubicarse en cancha, según sea primer o segundo servicio más adelantado o atrasado, intentando siempre llegar a la net después de una correcta devolución.

Se comienza el ejercicio, el profesor ubicado en el paralelo del servidor a partir de una situación semiabierta, lanza la pelota al cuadro derecha y después al cuadro revés, devolviendo cruzado a fondo según la diana, se insiste en la subida a la net y volea ganadora del atleta que devuelve.

Se juega el punto dos veces por cada cuadro y después se rotan los jugadores en situación abierta, se realiza el ejercicio con servicio desde la línea de fondo, cada atleta juega dos puntos por cada cuadro y se cambian las posiciones, al final se juegan 4 games.

Competencias preparatorias

Objetivo general de las competencias: Evaluar la táctica del servicio, devolución e intercambio en la net, en situaciones de competencia.

Ubicación de las competencias:

1ra Etapa general, mesociclo 3 básico estabilizador, microciclo 11.

2da Etapa especial, mesociclo 5 estabilizador, microciclo 19.

3ra Etapa especial, mesociclo 6 control preparatorio, microciclo 23.

-Participan: equipo femenino y masculino categoría escolar 13/14 años y los 4 entrenadores que van a completar la guía de observación.

-Duración: 3 horas.

-Lugar: Terreno de tenis

Competencia primera

-Objetivo: Evaluar la táctica del servicio y subida a la net en el juego de dobles.

-Orientaciones metodológicas:

- Presentación y pase de lista.



- Información sobre objetivo y realización del torneo: se realizará un todo contra todos a 8 games.
 - El profesor llevará una guía de observación, donde se tendrán en cuenta las siguientes categorías a evaluar del jugador que saca.
- Posición, golpe, movimiento

Para finalizar la actividad, el profesor teniendo en cuenta los resultados de la guía, evaluará al jugador que saca y pedirá a los estudiantes-atletas su valoración sobre la evaluación realizada.

Competencia Segunda

- Objetivo: Evaluar la táctica del servicio y subida a la net con devolución del contrario en el juego de dobles.
- Orientaciones metodológicas:
- Presentación y pase de lista.
 - Información sobre objetivo y realización del torneo: se realizará un todo contra todos a 8 games.
 - El profesor llevará una guía de observación, donde se tendrán en cuenta las siguientes categorías a evaluar del jugador que saca y del jugador que resta:
- Posición, golpe, movimiento.

Estas categorías se evalúan en un nivel Alto, Medio y Bajo.

Para finalizar la actividad, el profesor teniendo en cuenta los resultados de la guía, evaluará al jugador que saca y el que resta, y pedirá a los estudiantes-atletas su valoración sobre la evaluación realizada.

Competencia tercera

- Objetivo: Evaluar la táctica del servicio, devolución e intercambio en la net, en situaciones de competencia.
- Orientaciones metodológicas:
- Presentación y pase de lista.
 - Información sobre objetivo y realización del torneo: se realizará un todo contra todos a 8 games.



- El profesor llevará una guía de observación, donde se tendrán en cuenta las siguientes categorías a evaluar del jugador que saca, del jugador que resta y el movimiento en equipo:
 - Posición, golpe, movimiento.

Estos categorías se evaluarán en un nivel Alto, Medio y Bajo.

Para finalizar la actividad, el profesor teniendo en cuenta los resultados de la guía evaluará a cada jugador y pedirá a los atletas su valoración sobre la evaluación realizada.

CAPÍTULO 3: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

A continuación se realizará el análisis de los resultados derivados de la etapa de diagnóstico y después de implementadas las acciones dirigidas a mejorar la preparación táctica de los dobles en tenistas de la categoría escolar 13/14 años.

Se contrastaron los resultados iniciales y finales alcanzados a partir de los instrumentos de medición aplicados, lo que permitió realizar inferencias acerca de la efectividad de las acciones puestas en práctica.

3.1-Análisis de los resultados obtenidos en la evaluación inicial

Con el propósito de ordenar su exposición se procederá inicialmente a presentar el estudio realizado a los documentos normativos del deporte, se continua con el análisis de las entrevistas realizadas a los profesores deportivos y a los escolares tenistas, sobre sus preferencias de los eventos de Tenis, su autovaloración sobre las fortalezas en diferentes áreas en eventos de dobles y las situaciones de juego y finalmente se evalúa el nivel táctico de los escolares tenistas en los juegos de dobles. Los resultados fundamentales según los métodos aplicados fueron los siguientes:



Análisis de documentos.

Se revisó el Programa de preparación del tenista y no aparecen dentro de la preparación táctica, objetivos específicos del doble en la categoría escolar 13/14 años, además se revisaron los planes de entrenamiento de ambos sexos de la categoría escolar 13/14 años y adolecen de orientaciones metodológicas sobre la preparación táctica para el juego de dobles, que garanticen elevar el nivel táctico de los tenistas en el evento de doble.

Resultados de la entrevista

Los resultados recogidos en las entrevista a los dos profesores deportivos que trabajan con la categoría en estudio (anexo # 2), coinciden en que existen problemas en la táctica en el juego del doble de ambos equipos. Las posibles causas mencionadas que pudieran influir en estas deficiencias fueron: la escasa preparación que se le designa al juego de dobles, la no existencia de acciones en el programa de preparación para el deportista para el trabajo en este evento y el déficit de competencias que permitieran desarrollar más el juego de dobles. En cuanto a la preparación táctica para el evento de dobles fue considerada por los entrenadores de muy beneficiosa, porque desarrolla el nivel general de los jugadores y los ayuda a ser atletas más completos para enfrentar los partidos de individual. Dentro de las acciones propuestas por los entrenadores para mejorar la táctica del juego de dobles se destacaron: la incorporación de clases dentro de los microciclo, encaminadas a trabajar con los diferentes elementos específicos del juego de dobles, así como la realización de competencias.

Los resultados recogidos en las entrevista a los atletas (anexo # 3), brindaron aspectos generales acerca de los mismos sobre su edad biológica y deportiva, así como sus preferencias de los eventos de Tenis, su autovaloración sobre las fortalezas en diferentes áreas en eventos de dobles y las situaciones de juego durante los mismos.



En cuanto a sus edades estas oscilan entre los 13 y 14 años. Tienen 13 años, 9 alumnos (6 hembras y 3 varones) y 14 años, 3 alumnos (1 hembras y 2 varones).

La práctica de este deporte supera los 7 años para todos los atletas investigados. Estos entrenan una sesión diaria que tiene como duración aproximada tres horas, durante cinco jornadas semanales, con dos días de descanso (fin de semana).

Referente a la preferencia por el evento de individual o dobles, 10 alumnos (83%) prefieren el individual y 2 alumnos (17%) prefieren el evento de dobles.

Sobre el área con mayor fortaleza en eventos de dobles, en cuanto a la Técnica un 60% de los atletas la ubican en un nivel Alto y un 40% en Medio, la Táctica se evalúa en un nivel Alto en el 30% de los atletas, 50% la evalúan Medio y 20% Bajo. Para el Físico el 100% se evalúa en un nivel Medio y en el área Psicológica el 70% se evalúa Medio y el 30 % Bajo.

En cuanto a la calificación en situación de juego de dobles el servicio se encuentra en un nivel Alto en un 20% de los atletas y Medio en el 80%, la devolución del servicio se evalúa en un nivel Alto en un 30% y Medio en el 70%.

Resultados de la observación

A partir del análisis de los indicadores evaluados para el nivel táctico de dobles, se pudo constatar que para el jugador que saca, la categoría posición fue evaluado con un nivel Alto en los 20 registros de observación, teniendo en cuenta que en más del 80 % de los casos, los jugadores estaban más próximos a la línea lateral de individuales y tomaban posición más o menos adelantada después del saque. El golpe se evalúa con un nivel Bajo, de forma general para estos jugadores por ubicar solo un 45 % de los primeros saques, para el caso



de jugar el servicio con profundidad y variar el mismo, se logra en el 30 % de los registros. Los datos muestran que en el 15 % de las observaciones, se ajusta con el compañero, sobre la colocación de cada servicio con antelación al inicio de cada punto, al igual que poner la primera volea, dirigiéndola o cruzada a los pies del contrario. Solo se saca y volea en el 50% de cada servicio. Para el movimiento, los datos muestran mejores resultados que el indicador anterior: se observa que en el 65 % de los casos se mantiene la ofensiva y se mueven rápidamente para volear dentro de la zona de servicio, así como hacia el centro de la mitad de la cancha, en el 55 % caen dentro de la cancha con pasos explosivos hacia la red, seguidos de un Split step y posteriormente una primera volea y en el 50 % cuando jugaron la primera volea cruzada se movieron hacia el centro para cubrir los ángulos de las posibles respuestas.

En los datos recogidos para el compañero del jugador que saca, la posición fue evaluada en un nivel Medio teniendo en cuenta que el 55 % de los registros, se coloca en el centro del cuadrado de servicio y adopta una posición dinámica, con Ímpetu hacia adelante en función del servicio, solo trata de interceptar los restos dirigidos al centro en el 60% de los casos.

Para la categoría golpes, la evaluación fue de nivel Medio, hace que el 60 % de de las voleas de los adversarios sean hacia arriba, en el 50 % de los casos dirigen la pelota al medio entre los contrarios y se cruzan lo más frecuentemente posible. Según los registros, en el 55 % de los datos usan los tres tipos de cruce y el sacador da acuse de recibo de la señal verbalmente, para indicar que está de acuerdo.

En el movimiento del compañero del jugador que saca, se constata por la observación que en el 30 % de los casos se mueve hacia adelante al escuchar el sonido del servicio, así como en respuesta a la dirección del servicio previamente conocida. Solo en el 50 % se mueve para cubrir los golpes en paralelo, si el servicio es angulado y si el resto llega al sacador, retrocede un



poco. En el caso que el resto sea globo por encima a los dos jugadores, solo en el 40 % cambian de lado hacia la línea de servicio contraria, comportándose el uso de simulacro de cruce en un 35 %, evaluándose en un nivel Bajo este indicador.

Los datos en El jugador que resta, registran que la posición se clasifica en un nivel Alto por recogerse los datos para este indicador en más del 70 % de las observaciones, no comportándose de igual forma para los golpes. Este indicador se evalúa en un nivel Bajo, constatándose los datos que en el 50 % de los casos pasa los restos. El uso de doble moderno y utilizar opciones, solo se registra en el 30 % de las observaciones, intentando llegar a la net en el 45 % de las observaciones, al igual que la realización del resto profundo si el sacador se queda atrás. No logra que los adversarios voleen hacia arriba en más del 70 % y solo en el 25 % de los casos, cuando está en dificultades juega un globo alto y profundo al centro. Para el movimiento, la clasificación es de nivel Medio, logra moverse hacia adelante y ejecutar un Split step en el 65 % de las observaciones y se mueven para un servicio angulado y hacia el centro del cuadro de servicio, al aproximarse a la red en el 50 % de las observaciones.

El Compañero del jugador que resta, durante el diagnóstico presenta una posición evaluada de nivel Medio, teniendo en cuenta que en el 60 % de los casos se coloca justo dentro de la línea de servicio, e incluso más adelante para el segundo saque. Los golpes recogidos en la observación para este jugador se clasifican de nivel Bajo, solo en el 40 % de los casos intercepta la primera volea o defiende si el compañero ha restado Bajo. Juega la primera volea corta en más del 50 % de los registros y cuando le juegan un globo sobre la cabeza solo en el 45 % de las observaciones fue alcanzado, acabando el punto, de volea o de remate.

Según la observación se constata que este jugador solo volea delante, no detrás en el 40 % de los casos y evita jugar dejadas, o dejadas de volea al



interceptar la pelota en el 30 % de los registros, igual comportamiento tiene jugar profundo y al centro, si el remate es difícil. El movimiento presenta la misma clasificación que el indicador anterior para este jugador, se mueve hacia adelante si el resto es bueno solo en el 55 % de los casos, usando la finta como variación, para forzar al sacador a volear en paralelo, en el 30 % de las observaciones. En el caso de cruzarse, se mueve en diagonal hacia la red, no en paralelo o se aparta de ella en el 40 % de los casos, iguales registros presenta moverse hacia atrás o ajusta la posición unos pocos pasos, si el resto es deficiente.

La tabla # 1 muestra los resultados finales de las categorías evaluadas para el nivel táctico de dobles.

Tabla # 1

<i>Categorías</i>	<i>Unidades de análisis</i>			
	Jugador que saca	Compañero del jugador que saca	Jugador que resta	Compañero del jugador que resta
Posición	Alto	Medio	Alto	Medio
Golpe	Bajo	Medio	Bajo	Bajo
Movimiento	Medio	Bajo	Medio	Bajo

3.2- Análisis de los resultados de la evaluación final

Se utilizaron en la evaluación final, los métodos empleados inicialmente para el diagnóstico. Esta evaluación se realizó durante las competencias preparatorias, ubicadas en diferentes etapas del macrociclo en estudio: etapa general, mesociclo 3 básico estabilizador, microciclo 11; etapa especial, mesociclo 5 estabilizador, microciclo 19 y etapa especial, mesociclo 6 control preparatorio, microciclo 23



Los resultados fundamentales fueron los siguientes:

A partir del análisis de los indicadores evaluados para el nivel táctico de dobles, se pudo constatar que para el jugador que saca, la categoría posición fue evaluada en un nivel Alto en los 20 registros de observación, teniendo en cuenta que en más del 90 % de los casos, los jugadores estaban más próximos a la línea lateral de individuales y tomaban posición más o menos adelantada después del saque.

El golpe se evaluó en un nivel Alto para estos jugadores por ubicar un 90% de los primeros, para el caso de jugar el servicio con profundidad y variar el mismo, se logra en el 85 % de los registros. Los datos muestran que en el 80 % de las observaciones, se ajusta con el compañero, sobre la colocación de cada servicio con antelación al inicio de cada punto, al igual que meter la primera volea, dirigiéndola o cruzada a los pies del contrario. Se saca y volea en el 90% de cada servicio.

Para el movimiento, los datos muestran resultados similares al indicador anterior, se observa que en el 90 % de los casos se mantiene la ofensiva y se mueven rápidamente para volear dentro de la zona de servicio, así como, hacia el centro de la mitad de la cancha, en el 95 % caen dentro de la cancha con pasos explosivos hacia la red, seguidos de un split step y posteriormente una primera volea y en el 90 % cuando jugaron la primera volea cruzada, se movieron hacia el centro para cubrir los ángulos de las posibles respuestas.

En los datos recogidos para el compañero del jugador que saca, la posición fue evaluada en un nivel Alto teniendo en cuenta que en el 90 % de los registros, se coloca en el centro del cuadrado de servicio y adopta una posición dinámica, con ímpetu hacia adelante en función del servicio e intercepta los restos dirigidos al centro en el 80% de los casos.



En el golpe, la evaluación fue de nivel Medio ya que hace que 70 % de de las voleas de los adversarios sean hacia arriba, en el 60 % de los casos dirigen la pelota al medio entre los contrarios y se cruzan lo más frecuentemente posible. Según los registros, en el 65 % de los datos usan los tres tipos de cruce y el sacador da acuse de recibo de la señal verbalmente, para indicar que está de acuerdo.

En el movimiento del compañero del jugador que saca, se constata por la observación que en el 80 % de los casos se mueve hacia adelante al escuchar el sonido del servicio, así como en respuesta a la dirección del servicio previamente conocida. En el 90 % se mueve para cubrir los golpes en paralelo, si el servicio es angulado y si el resto llega al sacador, retrocede un poco. En el caso de que el resto es globo por encima a los dos jugadores, en el 85 % cambian de lado hacia la línea de servicio contrario, comportándose igual el uso de simulacro de cruce, evaluándose Alto este indicador.

Los datos en El jugador que resta, registran que la posición se clasifica en un nivel Alto por recogerse los datos para este indicador en más del 70 % de las observaciones, no comportándose de igual forma para los golpes. Esta categoría se evalúa en la etapa final en un nivel Medio, constatándose en los datos que en el 70 % de los casos pasa los restos. El uso de doble moderno y utilizar opciones, solo se registra en el 65 % de las observaciones, al igual que el intento de llegar a la net, la realización del resto profundo si el sacador se queda atrás se lo aprecia en el 70 % de las observaciones. No logra que los adversarios volean hacia arriba en más del 70 % y en el 65 % de los casos, cuando está en dificultades, juega un globo alto y profundo al centro.

Para el movimiento, la clasificación es Alta, ya que logra moverse hacia adelante y ejecutar un Split step en el 85 % de las observaciones y se mueven para un servicio angulado y hacia el centro del cuadro de servicio, al aproximarse a la red en el 90 % de las observaciones.



El compañero del jugador que resta, durante el diagnóstico presenta una posición evaluada en un nivel Alto teniendo en cuenta que en el 80 % de los casos se coloca justo dentro de la línea de servicio, e incluso más adelante para el segundo saque.

Los golpes para este jugador se clasifican de un nivel Medio, ya que en el 70 % de los casos intercepta la primera volea o defiende si el compañero ha restado Bajo. Juega la primera volea corta en el 65 % de los registros y cuando le juegan un globo sobre la cabeza en el 65 % de las observaciones fue alcanzado, acabando el punto, de volea o de remate. Según la observación se constata que este jugador solo volea delante, no detrás en el 70 % de los casos y evita jugar dejadas, o dejadas de volea al interceptar la pelota en el 50 % de los registros, igual comportamiento tiene jugar profundo y al centro, si el remate es difícil.

El movimiento presenta la misma clasificación que la categoría anterior para este jugador, se mueve hacia adelante si el resto es bueno en el 65 % de los casos, usando la finta como variación, para forzar al sacador a volear en paralelo, en el 70 % de las observaciones. En el caso de cruzarse, se mueve en diagonal hacia la red, no en paralelo o se aparta de ella, en el 60 % de los casos, iguales registros presenta moverse hacia atrás o ajusta la posición unos pocos pasos, si el resto es deficiente.

La tabla # 2 muestra los resultados finales de las categorías evaluadas para el nivel táctico de dobles, en las competencias preparatorias.

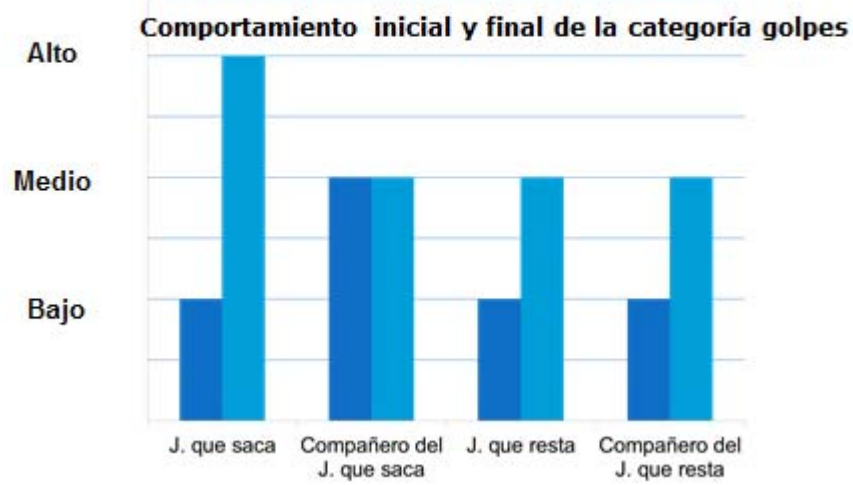


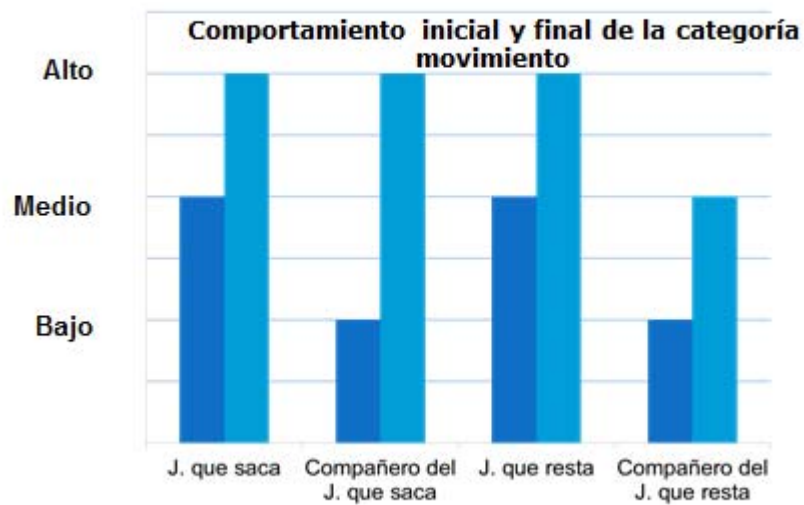
Tabla # 2:

<i>Categorías</i>	<i>Unidades de análisis</i>			
	Jugador que saca	Compañero del jugador que saca	Jugador que resta	Compañero del jugador que resta
Posición	Alto	Alto	Alto	Alto
Golpe	Alto	Medio	Medio	Medio
Movimiento	Alto	Alto	Alto	Medio

Como se aprecia, después de la aplicación de las acciones se logra mejorar el nivel táctico en los dobles, constatándose la efectividad de las mismas para provocar los cambios previstos.

A continuación se brinda en las siguientes gráficas de barras la comparación de los resultados obtenidos de las categorías evaluadas de posición, golpes y movimiento, a partir de las medianas calculadas en el diagnóstico inicial y después de haber aplicado las acciones metodológicas, quedando evidenciada su efectividad para elevar el nivel táctico en el doble de los tenistas de la categoría 13/14 años, de la EIDE “Héctor Ruiz Pérez” de Villa Clara.







III- CONCLUSIONES

En el nivel táctico de los dobles, las categorías de posición, golpe y movimiento, fueron evaluados entre un nivel Medio y Bajo, en la generalidad de los casos para el jugador que saca, el jugador que resta y los compañeros de estos jugadores.

Se elaboraron acciones organizadas en el trabajo táctico del juego de dobles y competencias preparatorias, dirigidas a mejorar la preparación táctica de dobles en atletas de la categoría escolar 13/14 años.

En la evaluación de las acciones en su implementación se comprobó que en el nivel táctico las categorías se evaluaron entre nivel Medio y Alto en la generalidad de los casos, constatándose la efectividad de las acciones propuestas para mejorar la preparación táctica de los tenistas escolares de 13/14 años de la EIDE "Héctor Ruiz Pérez"



IV-RECOMENDACIONES

Desarrollar investigaciones dirigidas a la búsqueda de nuevos elementos teóricos y metodológicos que contribuyan a la preparación táctica de dobles en tenistas en las siguientes direcciones:

- Formas de superación profesional del profesor deportivo.
- Los resultados de las competencias individuales vinculados a la preparación táctica de dobles.
- Las oportunidades del contexto para ampliar las acciones de preparación táctica de dobles en tenistas de diferentes categorías.



V- BIBLIOGRAFÍA

- BALAGUER, I. & ATIENZA, F.L. (1994): «*Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis*». Apunts, 31, 285-299.
- BALAGUER, I., FUENTES, I., MELIÁ, J.L., GARCÍA-MERITA, M.L.Y PÉREZ RECIO, G. (1993): «*El perfil de los estados de ánimo (POMS): Baremos para estudiantes valencianos en el contexto deportivo*». Revista de Psicología del Deporte, 4, 39-52.
- BARBARANELLI, C. Y CAPRARA, G.V. (2002): «*Studies of the big five questionnaire*». En de Raad, B. y Perugini, M. Big five assessment. (pp. 109-124). Ashland, OH, US: Hogrefe & Huber Publishers.
- BERGERON, M., ARMSTRONG, L.E, MARESH, C. (1995): «*Fluid and electrolyte losses during tennis in the heat*». Clinics in Sports Medicine. 14 nº 1. pg. 23-32.
- BERMÚDEZ, J. (1995): «*Cuestionario "Big Five"*». Adaptación al castellano del cuestionario BFQ de G.V.
- BILALIC, M., MCLEOD, P. Y GOBET, F. (2007): «*Personality profiles of young chess players*». Personality and Individual Differences, 42(6), pp. 901-910.
- BORBOTO, E. (1993). «*Psicología del deporte conceptos y aplicaciones*». F.C Madrid. Ediciones Morata.
- BRECHBÜHL, J. (1986): «*La maitrise du tennis*». Payot. Lausanne.
- BRECHBÜHL, J. & ANCKER, P. (2000): «*El método de acción en el tenis*». ITF Coaching and Sports Science Review, 22, 7-10.
- CAÑIZARES, M (2004). «*La zona del desarrollo próximo en el deporte. Una reflexión teórica y preliminar*». Artículo publicado en [http// efdeporte.com](http://efdeporte.com) revista digital Buenos Aires No10 marzo 2004.
- CAPRARA, G.V., BARBANERELLI, C., BORGOGNI, L. Y PERUGINI, M. (1993): «*The "Big Five Questionnaire": A new Questionnaire to assess the five factor model*». Personality and individual Differences, 15, 281-288.
- CAPRARA, G.V., BARBARANELLI, C. Y BORGOGNI, L. (1994): «*Big Five Questionnaire*». Firenze, Italia: O.S. Organizzazioni Speciali.



- CARBALLO, C. & BLASCO, M. (1999): «*Problemas en la enseñanza del tenis: Planteamientos y posibles soluciones*». ITF Coaches Review, 19, 16-17.
- CARLSON, R. (1988): «*The socialization of elite tennis players in Sweden: An analysis of the player's backgrounds and development*». Sociology of Sport Journal, 5, 241-256.
- COSTA, P.T. Y MCRAE, R.R. (1985): «*The NEO Personality Inventory Manual*». Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources.
- COSTA, P.T. Y MCRAE, R.R. (1992): «*The NEO-PI Personality Inventory*». Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources.
- CRESPO, M. (1999): «*Metodología de la enseñanza del tenis*». ITF Coaches Review, 19, 3-4.
- CRESPO, M. & COOKE, K. (1999): «*El enfoque táctico para la enseñanza del tenis*». ITF Coaches Review, 19, 10-11.
- CRESPO, M., & MILEY, D. (1999): «*Manual para Entrenadores Avanzados*». ITF Ltd. Londres.
- CRUZ, J. Y RIERA, J (1991). «*Psicología del deporte: Aplicaciones y perspectiva*». Barcelona Editorial Martínez Roca.
- DAVIES D. (1991): «*Factores psicológicos en deporte competitivo*». Ancora S.A. Barcelona. Trad. al castellano de Psychological Factors in Competitive Sports. London: Flamer Press. 1989.
- DIGMAN, J.M. (1990): «*Personality Structure: Emergence of the Five Factors Model*». Annual Review of Psychology, 41, 417- 440.
- DOSIL, J. (2004): «*Personalidad y Autoconfianza*». En J. Dosil (Ed.): Psicología de la Actividad Física y el Deporte, pp. 199-228. Ed.: McGraw Hill.
- DUGAL, J. (1991): «*Análisis y tratamiento didáctico de las Actividades Físico Deportivas: el ejemplo del tenis*». Revista de Educación Física.
- ELLIOT, B. (1989): «*Biomechanics of tennis*». En C. Vaughan (Ed.). Biomechanics of Sport (pp.264-285). London: CRC Press.
- FEDERACIÓN FRANCESA DE TENIS. (2000): «*El niño es lo primero, el alumno viene después*». ITF Coaching and Sports Science Review, 22, 8-9.
- FIERRO, A. (1996): «*Manual de Psicología de la Personalidad*». Ed.: Paidós.



- GALIANO, D. (1998): «*Urgencias en el tenis*». Archivos de Medicina del deporte. Vol. XV, 66, 337-341.
- GARCÍA-NAVEIRA, A. (2005): «*Estilo de Personalidad en jugadores de fútbol*». Asociación de Psicología del Deporte Argentina. http://www.psicodeportes.com/articulos/estilo_personal_jf.html.
- GARCÍA-NAVEIRA, A. (2007): «*Estudio de la Personalidad en deportistas desde los modelos de Cattell, Eysenck y Costa y McRae: Estado en cuestión*». III Congreso Internacional de Ciencias de la Salud y el Deporte. Comité Olímpico Español. Noviembre del 2007.
- GIMENO, F. (1999): «*Variables Psicológicas implicadas en el Rendimiento Deportivo: Elaboración de un Cuestionario*». Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad Nacional a Distancia. Tesis Doctoral no publicada.
- GIMENO, F. BUCETA, J.M. Y PÉREZ-LLANTADA, M.C. (1999): «*El cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (C.P.R.D.): Características psicométricas*». En A. López de la Llave, M.C. Pérez-Llantada y J.M. Buceta (eds.). Investigaciones breves en Psicología del Deporte. Madrid: Dykinson.
- GILLMEISTER, H. (1981): «*The origin of European ball games: a re-evaluation and linguistic analysis*». Stadion, 7, 19-51
- GOLDBERG, L.R. (1990): «*An alternative description of Personality: The Big Five-Factor Structure*». Journal of Personality and Social Psychology, 59 (6), 1216-1229.
- GONDOLA, J.C. Y TUCKMAN, B.W. (1982): «*Psychological mood states in average maraton runners*». *Perceptual and Motor Skills*, 55, 1295-1300.
- GROPPEL, J.L. & ROETERT, E.P. (1992): «*Applied Physiology of tennis*». *Sports Medicine*, 14, 4, 260-268.
- MAHONEY, M.L. (1989): «*Psychological predictors of elite and non-elite performance in olympic weightlifting*». International Journal of Sport Psychology, 20, 1-12.
- MAHONEY, M.J., GABRIEL T.K., & PERKINS, T.S. (1987): «*Psychological skills and exceptional athletic performance*». The Sport Psychologist, 181-199.



- MARTÍN-ALBO, J. M., MARRERO, G. Y NUÑEZ, J.L. (2000): «*Perfil de Personalidad del Tenista*». Revista de Psicología del Deporte. ISSN 1132-239X. Vol. 9, Nº 1-2, 2000, págs. 21-36.
- MCGOWAN, R.W. Y JORDAN, C.D. (1988): «*Mood states and physical activity*». Recreation and Dance Journal, 15, 12-13, 17-32.
- McNAIR, D.M. LORR, M. Y DROPPLEMAN, L.F. (1971): «*Manual for the profile of Mood States*». San Diego, California: Edits/Educational and Industrial Testing Service.
- MCRAE, R.R. Y COSTA, P.T. (1987): «*Validation of the Five Factor model of Personality across instrument and observers*». Journal of Personality and Social Psychology, 52, 81-90.
- MATVÉEV, L. (1983) «*Fundamentos del entrenamiento deportivo*». MOSCÚ: ED. RÁDUCA.
- MIRANDA, M. (2001): «*Algunos problemas que se presentan en la enseñanza del tenis*». ITF Coaching and Sports Science Review, 23, 6-7.
- MORGAN, W.P. (1980a): «*Test of Champions: The Iceberg profile*». Psychology Today, 39-108.
- MORGAN, W.P., COSTILL, D.L., FLYNN, M.G., RAGLIN, J.S. Y O'CONNOR, P.J. (1988): «*Mood disturbance following increased training in swimmers*». Medicine and Science in Sports and Exercise, 20, 408-414.
- MORGAN, W.P. Y POLLOCK, M.L. (1977): «*Psychologic Characterization of the Elite Distance Runner*». New York. *Annals of the Academy of Sciences*; 301: 382-403.
- MOUREY, A. (1986): «*Tennis et Pedagogie*». Ed. Vigot. Paris.
- NUÑEZ, J.L. (1999): «*Personalidad y motivación del jugador de tenis*». Anuario de filosofía, psicología y sociología. ISSN 1139-8132, Nº 2, 1999, págs. 249-254.
- PÉREZ, M. C. (2002): «*Caracterización del Entrenador de Alto Rendimiento Deportivo*». Cuadernos de Psicología del Deporte. Vol. 2, nº1, pp. 15-33.
- PÉREZ G., SOLANAS, A. Y FERRER, M. (1993): «*Monitorización continua del estado de ánimo en nadadores*». Apunts, 30 (116), 87-97.



- PIEDMONT, R.L., HILL, D.C. Y BLANCO, S. (1999): «*Predicting athletic performance using the five-factor model of personality*». *Personality and Individual Differences*, nº 27, pp. 769-777.
- PUJALS, C. (2006): «*Estudio de la personalidad de los deportistas: Diferencias entre futbolistas y no deportistas, en función del nivel competitivo y categoría*». Trabajo fin de Máster. Máster en Psicología de la Actividad Física UAM.
- PUNI, A. Z. (1998). «*La preparación psicológica para las competencias deportivas*». Moscú Editorial Física Cultura y Deporte.
- RAMOS, J, Y HERRERO, G. H (1991). «*Psicología del deporte: Aplicaciones y perspectiva*». Barcelona, Editorial Martínez Roca
- REMOR. E. (2005, Marzo): «*Propuesta de un cuestionario breve para la evaluación de la competitividad en el ámbito deportivo*». Comunicación presentada en el XI Congreso Nacional y Andaluz de Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Málaga, España. Publicado en *Panorama de la psicología del deporte en España*. Juan Antonio Mora y Fernando Chapado (Editores). Edita: Instituto Andaluz del Deporte. 2005. Formato CD-ROM. Pp. 369-380.
- RODRÍGUEZ, R. (2006):«*Diferencias psicológicas en Kárate entre Deportistas de élite y amateurs*». Máster de Psicología del Deporte UAM-COE. Trabajo fin de máster.
- RUIZ, R. (2004a): «*Análisis de las características psicológicas, deportivas y sociales en el deporte del judo a nivel competitivo: Una propuesta teórica y metodológica para la predicción del rendimiento*». Tesis doctoral no publicada. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, 2004.
- RUIZ, R. (2004b): «*Análisis de las características psicológicas, deportivas y sociales de los entrenadores de judo a nivel nacional: Un estudio descriptivo y correlacional*». Trabajo fin de Máster no publicado. Máster en Alto Rendimiento Deportivo. Comité Olímpico Español - Universidad Autónoma de Madrid.
- RUIZ, R. (2005a): «*Análisis de diferencias de personalidad en el deporte del judo a nivel competitivo en función de la variable sexo y categoría de edad deportiva*». Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 5, nº 1 y 2. pp. 29-48.



- SARDUY FERNÁNDEZ, MANUEL DE JESÚS. (2012): « *Acciones para la preparación táctica en la categoría juvenil*». Tesis de Especialidad del alto rendimiento en el tenis de campo. UCCFD “Manuel Fajardo”, V.C.
- THORPE, R. (1983): «*An understanding approach to the teaching of tennis*». Bulletin of Physical Education, vol, 19, nº1. Spring.
- UCHA, F. (2009). «*Establecimiento de meta: Un procedimiento para incrementar los resultados deportivos*». Instituto de medicina. La Habana.
- VALDÉS, H.M. (1998): «*Personalidad y Deporte*». Ed. Inde. Barcelona.
- VANDEN AUWEELE, I., CUYPER, B.; VAN MELE, V.; Y RZEWNICKI, R. (1993): «*Elite performance and personality: from description and prediction to diagnosis and intervention*». En R.N. Singer, M. Murphey y L.K. Tennat (eds.). Handbook of Research on Sport psychology, (257-289). NY: McMillan Publishing Company.
- VEALEY, R.S. (2002): «*Personality and Sport Behavior*». En T.H. Horn (ed.), Advances in sport psychology, Champign, Ill.: Human Kinetics.
- WATSON, D. Y TELLEGEN, A. (1985): «*Toward a consensual structure of mood*». Psychological Bulletin, 98, 219-235.
- WEINBERG, R.S. Y GOULD, D. (1996): «*Fundamentos de la psicología del deporte y del ejercicio físico*». Barcelona: Ariel.
- WILSON, V.E., MORLEY, M.C Y BIRD, E.I. (1980): «*Mood profile of marathon runners, joggers and non-exercisers*». Perceptual and Motor Skills, 50, 117-118.



VI ANEXOS

Anexo # 1

Análisis de documentos

Objetivo: comprobar cómo se refleja en los documentos normativos del deporte la problemática referida al juego de dobles.

Documentos a revisar:

- Programa de Preparación del Deportista.
- Planes de entrenamiento de ambos equipos.
- Clases de ambos equipos.

Aspectos a tener en cuenta.

Acciones relacionadas con el evento de dobles en el Programa de Preparación del Deportista

Existencia de ejercicios encaminados a la preparación del juego de dobles en el macrociclo

Ubicación de los ejercicios en las en las unidades de entrenamiento



Anexo # 2

Entrevista al profesor deportivo

Entrevistador:

Entrevistado:

Lugar:

Fecha y hora:

Objetivo: recopilar información sobre la labor del profesor deportivo para la preparación táctica de dobles de los tenistas en la categoría 13/14 años.

-Aspectos generales:

Años de experiencia en la enseñanza del deporte:

Años de experiencia en la labor con la categoría 13/14 años:

¿Se ha percatado si existen dificultad con la táctica de los dobles en el equipo que usted entrena?

¿Cuál o cuáles causas usted considera que pudieran influir en esta problemática? Explique.

¿Considera usted beneficiosa la preparación táctica de los tenistas en el juego de dobles? Argumente.

¿Pudiera referirse a acciones a realizar para contribuir a la preparación táctica de los los tenistas en el juego de dobles?

Gracias por su colaboración.



Anexo # 3

Entrevista a los escolares tenistas

Objetivo: Recopilar información sobre aspectos vinculados con el evento de dobles y las situaciones de juego durante los mismos.

La información que usted nos pueda brindar es de suma importancia para el desarrollo de nuestra investigación, le agradecemos su sinceridad y cooperación al respecto.

Nombre y apellidos: _____

Fecha de Nacimiento: _____ Edad deportiva: _____

Preferencia por el evento de individual o dobles: _____

Área con mayor fortaleza en eventos de dobles: Alto, Medio y Bajo.

- Técnica --
- Táctica --
- Físico --
- Psicológica --

Calificación en situación de juego de dobles: B, R, M.

- Servicio --
- Devolución del servicio --
- Acercamiento y juego en la net --

Gracias por su colaboración.



Anexo # 4

Guía de observación

Objetivo: Evaluar el comportamiento de las categorías de cada unidad de análisis del evento de dobles en la categoría escolar de 13-14 años de edad.

El jugador que saca.

<i>Categorías</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Clasificación</i>	
		<i>Eficaz</i>	<i>No eficaz</i>
Posición	Más próxima a la línea lateral de individuales que en el juego de individuales. La posición más o menos adelantada después del saque en dependencia de la zona.		
Golpes	Ubica un 80 de primeros saques. Juega el servicio con profundidad. Varía el servicio para mantener la incertidumbre. Ajusta con el compañero sobre la colocación de cada servicio con antelación al inicio de cada punto. Pone la primera volea dirigiéndola o cruzada a los pies del contrario.		
Movimiento	Mantiene la ofensiva. Se mueve rápidamente para volear dentro de la zona de servicio. Se mueve rápidamente hacia el centro de la mitad de la cancha. Cae dentro de la cancha con pasos explosivos hacia la red, seguidos de un Split step y posteriormente una primera volea. Si juega la primera volea cruzada, se mueve hacia el centro para cubrir los ángulos de las posibles respuestas.		



El compañero del jugador que saca.

<i>Categorías</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Clasificación</i>	
		<i>Eficaz</i>	<i>No eficaz</i>
Posición	<p>No cubre exageradamente los golpes paralelos, se coloca en el centro del cuadrado de servicio.</p> <p>Adopta una posición dinámica, inclinado hacia adelante, manteniéndose activo, listo para moverse y apoyar al compañero.</p> <p>Ímpetu hacia adelante en función del servicio.</p> <p>Trata de interceptar todos los restos dirigidos al centro.</p>		
Golpes	<p>Hace que los adversarios voleen hacia arriba.</p> <p>Dirige la pelota al medio entre los contrarios.</p> <p>Se cruza lo más frecuentemente posible.</p> <p>Usa los tres tipos de cruce, reacción, anticipación, y tras una señal.</p> <p>El sacador debe acusar recibo de la señal verbalmente para indicar que está de acuerdo.</p>		
Movimiento	<p>Se mueve hacia adelante al escuchar el sonido del servicio.</p> <p>Se mueve en respuesta a la dirección del servicio previamente conocida.</p> <p>Se mueve para cubrir los golpes en paralelo, si el servicio es angulado.</p> <p>Si el resto llega al sacador retrocede un poco.</p> <p>Si el resto es globo por encima a los dos jugadores, estos deben cambiar de lado hacia la línea de servicio contraria.</p> <p>Usan simulacro de cruce, como variación para confundir a la pareja que resta.</p>		



El jugador que resta.

<i>Categorías</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Clasificación</i>	
		<i>Eficaz</i>	<i>No eficaz</i>
Posición	<p>Próximo a la línea de fondo para conectar el resto pronto.</p> <p>Más adelantado o más atrasado según la calidad del primero o segundo servicio.</p> <p>Modifican la posición si se puede anticipar el servicio, ejemplo: moverse al revés para restar de derecha.</p> <p>Adoptan una posición más próxima a la línea de fondo, si se quiere restar y subir a la red.</p>		
Golpes	<p>Intenta pasar todos los restos.</p> <p>Doble moderno: usa el resto de potencia (pega con efecto liftado).</p> <p>Utiliza opciones: cruzado (potencia o angulado); paralelo (potencia); al pasillo (precisión) y globo (al medio o paralelo).</p> <p>Intenta llegar a la red si el resto es bueno.</p> <p>Resta profundo si el sacador se queda atrás.</p> <p>Intenta hacer que los adversarios voleen hacia arriba.</p> <p>Cuando está en dificultades juega un globo alto y profundo al centro.</p>		
Movimiento	<p>Se mueve hacia adelante y ejecuta un Split step.</p> <p>Se mueve para un servicio angulado, tiene en cuenta que la recuperación no es tan importante como en los individuales.</p> <p>Se mueve hacia el centro del cuadro de servicio, cuando se aproxima a la red.</p>		



Compañero del jugador que resta.

<i>Categorías</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Clasificación</i>	
		<i>Eficaz</i>	<i>No eficaz</i>
Posición	<p>Ejerce un papel más agresivo tras el resto, poniendo presión sobre la primera volea del sacador.</p> <p>Se coloca justo dentro de la línea de servicio, e incluso más adelante para el segundo saque.</p>		
Golpes	<p>Intercepta la primera volea o defiende si el compañero ha restado Bajo.</p> <p>No juega nunca la primera volea corta.</p> <p>Si le juegan un globo sobre la cabeza hay que alcanzarlos y acabar el punto, de volea o de remate.</p> <p>Volea delante, no detrás.</p> <p>Evita jugar dejadas, o dejadas de volea al interceptar la pelota.</p> <p>Juega profundo y al centro, si el remate es difícil.</p>		
Movimiento	<p>Se mueve hacia adelante si el resto es bueno.</p> <p>Usa la finta como variación, para forzar al sacador a volear en paralelo.</p> <p>Al cruzarse, se mueve en diagonal hacia la red, no en paralelo o se aparta de ella.</p> <p>Si el resto es deficiente se mueve hacia atrás o ajusta la posición unos pocos pasos.</p>		