

# Desarrollo y Técnica

## Tácticas de Tenis

Por... [Alejo Russell](#)

### Patrones de Juego para ser un Tenista Ganador por Profesorado de Tenis / Alejo Russell

#### Capítulo 1

#### Principios de los Patrones de Juego

Los puntos en el Tenis se conforman de una secuencia de golpes. Cuando Ud. repite una secuencia particular de golpes, su juego comienza a tomar una forma seriada de patrones de juego. Por esto que en este artículo se han tomado un sistema de patrones de juego de los mejores jugadores del momento, basados en "su" forma de jugar. Antes de comenzar a trabajar en los patrones, de todas formas, es imperativo que Ud. entienda las bases de ellos. Todos los Patrones de Juego que Ud. encontrará en este Libro fueron contruidos bajo secuencias de juego y estrategias que han sido testeadas durante mucho tiempo. Una vez que Ud. comprenda cada uno de los principios y experimente con ellos en la cancha, comenzara a ver los resultados sobre la base de lo que nosotros aquí le recomendamos.

#### EL TENIS ES UN JUEGO DE ERRORES

En todos los niveles de juego, el 85% de los puntos son perdidos a causa de un error. Naturalmente el 15% restante corresponden a tiros ganadores. El secreto entonces para tener un Tenis ganador es poner a su adversario en problemas y forzarlo a tomar golpes riesgosos. Entre los jugadores de "alta" performance, los errores generalmente ocurren por estar en mala posición, poca potencia en

el golpe o jugar el punto con desgano. En todos los niveles de juego, los "errores No forzados" son una parte muy importante de cada partido, generalmente debido a una pobre interpretación o elección del golpe o por deficiencias técnicas. Si Ud. puede reducir este número de "errores No forzados" un poquito y forzar a su oponente a que cometa algunos otros, la balanza se volcara decididamente hacia su lado.

## RECOMENDACIONES PARA REDUCIR LOS ERRORES

- Su primer objetivo en cada golpe es pasar la red. Si Ud. y su oponente son ambos jugadores de base, envíe sus golpes 1 metro y medio o dos por encima de la red para eliminar los errores en la red y asegurarse tiros profundos.
- Envíe la pelota bien dentro de las líneas para jugar con un buen margen de error. Inclusive los Tenistas Top conocen el riesgo de jugar a las líneas. Marque un objetivo en forma cuadrada de 2 metros x 2 mts a cada lado de las paralelas y la línea de base para darle a sus golpes un buen margen de error. **Ver figura 1.1**
- Cuando Ud. se encuentre en problemas durante un punto y sea forzado a jugar un golpe defensivo, envíe un golpe alto, profundo y cruzado para que pueda recuperar la posición correcta en la cancha para el próximo golpe.
- Temprano en el punto, golpee sus tiros cruzados profundos o profundos al medio. Esto reduce el riesgo de error y pondrá a su oponente a la defensiva.
- Seguir el movimiento de la pelota y una preparación temprana de los golpes son la llave para tener tiros consistentes. Golpee cada pelota en su zona de golpe y este bien balanceado en el momento del

contacto.

- Es generalmente más seguro devolver la pelota desde donde viene que cambiarle el ángulo a la trayectoria, por ejemplo: la manera más segura de devolver un revés cruzado es con otro revés cruzado. Solamente cambie la dirección de la pelota cuando tenga el control y en una buena posición para atacar.

### Leyenda\*

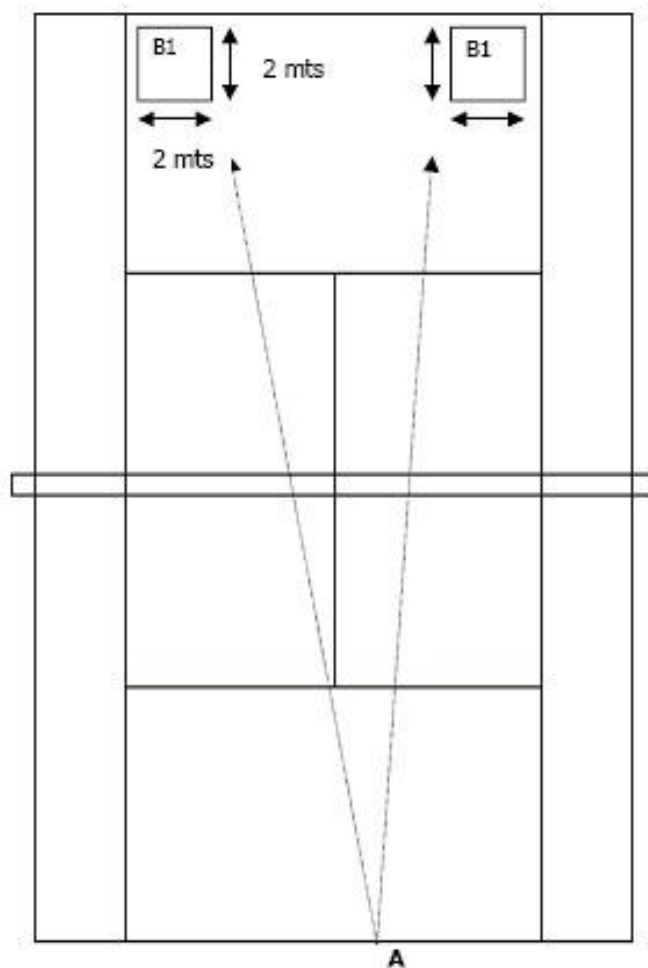


Figura 1.1 2 metros desde la paralela y dos metros desde la línea de base son los mayores envíos para los golpes de base.

## **GOLPEE HACIA LA CANCHA ABIERTA**

Una vez que ha desarrollado sus habilidades hacia un nivel donde Ud. puede dirigir sus golpes consistentemente sobre la red dentro de la cancha, Ud. esta listo para desear poder apuntar y tirar la pelota bien lejos de su adversario. Debido a que su adversario no puede cubrir todos los ángulos posibles de una vez, siempre habrá un lado "abierto" adonde dirigir la pelota. Ud. podrá golpear la pelota fuera de su alcance para lograr un tiro ganador. O al menos Ud. podrá forzar a su oponente a correr la pelota y complicarlo para que pueda ejecutar su tiro de devolución. Sus chances de poder lograr un tiro ganador mejoran si al efectuar este tiro Ud. asume una posición dentro de la cancha listo para atacar la red porque su oponente tendrá menos tiempo para reaccionar.

## **JUEGUE A CONTRAPIE DE SU Oponente**

Durante el punto, su oponente estará esperando que Ud. juegue hacia los lados "abiertos", particularmente si Ud. ha manejado algunos tiros complicados para él o inclusive tiros ganadores. Como su oponente comenzará a anticipar esos tiros a los lados abiertos y tal vez "lea" sus intenciones en cuanto a la dirección de sus tiros, Ud. ahí deberá jugar la pelota detrás de él. Este encontrara extremadamente difícil cambiar la dirección de su carrera, ganar balance y ajustarse a la pelota que Ud. le tiro. Esta estrategia es efectiva contra jugadores que son muy rápidos moviéndose de lado a lado, más si ellos son buenos anticipando tiros a la zona abierta. Esto también trabaja muy bien cuando Ud., tiro a su oponente lejos de la línea de base a hacia un lado y está tratando de volver a tomar

el centro de la cancha para proteger su "lado abierto".

## **USE ANGULOS HACIA EL LADO ABIERTO**

Muchos jugadores aprendieron a golpear tiros de base profundos del lado de su oponente para protegerse del ataque de este sobre pelotas cortas. Si bien esto suena como una estrategia básica, Ud. también deberá usar ángulos de la cancha de lado a lado tratando a abrir esas áreas donde Ud. podrá enviar sus tiros ganadores o explotar los lados flojos de su oponente. Con golpear algunos golpes de base en forma cruzada, buscando ángulos, estará forzando a su oponente a jugar tiros de devolución desde fuera de la línea de lado (paralela) pudiendo Ud. golpear en esa oportunidad hacia la "zona abierta" dejada por él. Cuando tenga oportunidad mire a los jugadores de Clay como ellos usan los ángulos para sacar a su oponente de la cancha hacia los lados y hacia fuera de la cancha, tomando la pelota antes y dirigiendo tiros cruzados para dejar a su oponente fuera de distancia.

## **MUEVA A SU Oponente POR TODA LA CANCHA**

Mezclando sus tiros variando la velocidad, profundidad, lugar y efectos estará complicando permanentemente a su oponente en cada punto. Muchos de sus oponentes lo frustrarán con su parsimonia durante puntos largos, a menos que Ud. pueda forzarlos a cubrir toda la cancha. Su oponente deberá tener un gran estado físico, buen balance y movimientos eficientes para llegar a una serie de buenos golpes y responder con un golpe ofensivo que lo descoloque a Ud. Si bien su oponente puede ser capaz de responder a su juego, las chances mejoran con el tiempo de juego, deberá luego luchar contra la fatiga, el cansancio y ya no podrá llegar a

todos sus golpes. En la mayoría de los niveles de juego, el secreto es el mover a su oponente por toda la cancha, variando con tiros cortos y largos y hacia los lados. Ud. encontrará muy efectivo comenzar el punto con un tiro profundo a la base seguido de un golpe angulado o un drop shot, que fuerce a su oponente a moverse hacia delante a gran velocidad. Su próximo golpe puede ser una derecha al otro lado o pasarlo con un globo. Luego de varias corridas hacia delante, y hacia los lados, su oponente seguramente pensara que esta frente a un partido bien difícil.

## **AJUSTESE A SU Oponente**

Una de las mayores atracciones del Tenis es el tratar de encontrar las debilidades de su oponente y explotarlas para beneficio propio. Si Ud. sospecha que tiene un revés defensivo flojo, Ud. debería sacar al revés y tirar tiros profundos al revés hasta que presente algún otro tiro flojo por donde seguir atacando. Por otro lado si Ud. descubre que su oponente tiene un tiro favorito, que envía tiros ganadores y lo fuerza a Ud. a jugar, entonces deberá tratar de neutralizar ese golpe. Si tuviera un saque duro de devolver, deberá colocarse un par de pasos más atrás para tener tiempo de preparar la devolución. Si su oponente tiene un saque kick con mucho efecto que lo obliga a golpear la devolución por encima de su cabeza, mueva un poco sus pies para acomodarse de derecha o golpee un tiro corto a sus pies para que deba devolver levantando la pelota.

## **AJUSTESE A LAS CONDICIONES**

El sol, viento, temperatura, y humedad afectan el juego de todos los tenisistas. La experiencia de poder jugar en todas las condiciones es invaluable, así que practique bajo estas condiciones para tratar de lograr una mejor adaptación a estos factores externos. Deberá

aprender a ajustar sus tiros para poder jugar con viento, golpee con más efecto con el viento a sus espaldas y tire más alto y profundo con el viento en contra. Los globos y drop shots trabajan bien con el viento de frente. Encontrará que jugar globos cuando su oponente tiene el sol en la cara le dará más chances de ganar puntos.

## **COMO PUEDEN AYUDAR LOS PATRONES DE JUEGO**

El próximo Capítulo nos introduce en los "Patrones de Juego" recomendados por los mejores Coaches del mundo y le enseña a Ud. a seleccionar el patrón de juego que se adapta mejor a su estilo de juego. Estos patrones, basados en lo anteriormente mencionado y discutido, lo ayudarán a tomar lo mejor de sus propios golpes. El jugar partidos se convertirá en algo automático. Sus tiros en partidos ahora tendrán sentido, y Ud. se pondrá literalmente en mejor posición para ganar cada punto.