

## **Programa de Tecnificación 2019-2020**

Dentro del Programa de Tecnificación dirigido por la Diputación General de Aragón (DGA) para todas las federaciones adscritas a la misma, la Escuela Territorial de la Federación Aragonesa de Tenis (FAT) es la encargada de elaborar y ejecutar dicho programa para el deporte del tenis.

### **1. Análisis de la modalidad deportiva**

El tenis es un deporte con unas características complejas, ya que está afectado por múltiples variantes que interactúan constantemente con el entorno de juego. Es un deporte individual, de oposición, sin contacto físico y en el que los jugadores se enfrentan a multitud de situaciones en los entrenamientos y en las competiciones en las que se pone en cuestión su capacidad de adaptabilidad y de transferencia de lo aprendido. Ésta es la realidad con la que se enfrentan los jugadores (siempre que en el texto aparezca este término se referirá a ambos géneros: el femenino y el masculino) de la Escuela Territorial de la Federación Aragonesa de Tenis (FAT) inmersos en este Programa de Tecnificación Cualificada.

En este deporte, el trabajo físico y mental tiene una gran importancia, por lo que desde los entrenamientos de la Escuela Territorial se pretende combinar y entremezclar estos aspectos con el trabajo técnico y táctico que se realiza en la propia pista de tenis.

A su vez, se considera fundamental el trabajo que el deportista realiza con los agentes más relacionados con él en su desarrollo personal y deportivo, por lo que desde la Dirección Técnica de la Escuela Territorial se trabaja continuamente en la formación de los propios técnicos que dirigen el Programa de Tecnificación, así como en la de las madres y padres de los deportistas. Obviamente, el programa con los deportistas es el que genera un mayor volumen de trabajo y al que se destina más tiempo y recursos. Pero, no por esto, consideramos que programas con los técnicos y con las madres y padres deban ser tenidos a menos, ya que el jugador necesita de unos técnicos que estén perfectamente formados en sus distintas parcelas y que los padres sepan cómo tienen que manejar la relación con sus hijos deportistas y con los técnicos de estos.

La FAT está realizando desde más de una década una labor de formación y de investigación de este deporte, de la que quizá ha faltado difusión externa, pero que, sin

duda, ha aportado conocimiento interno acerca de los procesos de entrenamiento y de competición de sus deportistas. Asimismo, se ha trabajado en la mejora de aspectos tan relevantes como el fomento de la deportividad y la prevención de comportamientos antideportivos o investigar las causas de abandono de este deporte a edades tempranas, fenómeno común en todo el territorio nacional de este deporte. En ambos casos se realizaron investigaciones que derivaron en una tesis doctoral y en un informe de investigación para la obtención del diploma de estudios avanzados de la Universidad de Zaragoza.

La Escuela Territorial de la FAT es la encargada de llevar a cabo este Programa de Tecnificación Cualificada. Dentro de la misma están encuadrados gran parte de los mejores jugadores de la Comunidad Autónoma de Aragón, en cada una de sus categorías. Estos jugadores son elegidos previo proceso de selección entre los mejores de su edad de los distintos clubes de Aragón. La Escuela Territorial de la FAT para la temporada 2019/2020 contará previsiblemente con 30 jugadores divididos en 3 grupos mediante la siguiente estructura (dentro del primer grupo se incluye a tres jugadores inmersos en el Programa de Aulas de Tecnificación y dentro del tercer grupo, a dos jugadoras, realizando todos ellos sus sesiones de entrenamientos durante las mañanas de 11:30 a 14:15 horas):

- *Grupo nº 1.* Jugadores de categorías cadete y junior. En este momento hay 9 deportistas (4 masculinos y 5 femeninas) de 15 a 18 años que entrenan de 16 a 18:45 horas.
- *Grupo nº 2.* Jugadores de categoría alevín. En este momento hay 10 deportistas (6 masculinos y 4 femeninas) de 11 y 12 años que entrenan de 18 a 20:15 horas.
- *Grupo nº 3.* Jugadores de categorías alevín e infantil. En este momento hay 11 deportistas (7 masculinos y 4 femeninas) de 12, 13 y 14 años que entrenan de 18:45 a 21:30 horas.

## **2. Criterios de inclusión de los deportistas**

Todos los años para el mes de junio, se realizan unas pruebas llamadas de selección, para seleccionar a los nuevos jugadores de la Escuela Territorial, que junto con los ya existentes conformarán la citada Escuela para la temporada siguiente.

De los diferentes clubes de Aragón nos remiten jugadores para que se valore su nivel a través de unas pruebas técnicas, tácticas y físicas estandarizadas, que junto con los resultados de la competición que asiduamente vienen realizando, nos proporciona un resultado para poder hacer la selección.

### **2.1. Criterios para la inclusión de los deportistas en el Programa de Tecnificación**

- La Escuela encargada de llevar a cabo el citado Programa es la Escuela Territorial de la Federación Aragonesa de Tenis.
- Las pruebas de captación de deportistas para el programa de tecnificación se realizarán durante los meses de mayo y junio en las instalaciones de la FAT.
- Se avisará a todos los clubes de Aragón de las pruebas a realizar para la inclusión de los tenistas dentro del programa de tecnificación.
- Se solicitarán jugadores/as de último año de benjamín (que tengan o cumplan 10 años). Podrán mandar a los jugadores/as que crean oportunos.
- A los 6 mejores clasificados/as según la clasificación para el master aragonés benjamín a fecha de la citación, se les citará expresamente.
- Las pruebas consistirán en acudir 2 días a las instalaciones de la Federación donde pasarán unas pruebas en pista, así como unas pruebas físicas.
- Para su inclusión en el Programa de Tecnificación se tendrán en cuenta las citadas pruebas tanto en pista, como físicas y su clasificación en el momento de las pruebas.
- La baremación será de la siguiente forma: 60% pruebas en pista, 30% pruebas físicas y 10% clasificación.
- La prueba de valoración técnico/táctica de cada jugador/a tendrá una duración de 75 minutos, mientras que la prueba de valoración física durará 30 minutos.
- El criterio para la selección de los deportistas que pasarán a formar parte de la Escuela Territorial de la FAT dependerá únicamente al equipo técnico de la misma.
- Por norma general serán seleccionados 2 jugadores y 2 jugadoras. Podrá haber alguna excepción tanto por el nivel mostrado por los jugadores/as en las pruebas, como por las plazas disponibles en el grupo correspondiente.

- La clasificación se baremará de la siguiente forma:

1: 10 puntos

2: 9 puntos

3: 8 puntos

4: 7 puntos

5: 6 puntos

6: 5 puntos

7: 4 puntos

8: 3 puntos

9: 2 puntos

10 en adelante: 1 punto

### **3. Descripción de objetivos**

Los objetivos generales del programa son los siguientes:

- Formar a nivel técnico y táctico a los mejores jugadores de la Comunidad durante los entrenamientos, individualizándolos según necesidades específicas del deportista, las cuáles, están desarrolladas en la ficha de seguimiento individual de cada jugador.
- Potenciar el trabajo mental del deportista a través de la *“Ficha de seguimiento de los aspectos mentales del jugador durante los entrenamientos”*, a través de la *“Evaluación y análisis de los comportamientos y conductas de los jugadores”* y mediante una *“Evaluación e Intervención individual que se hará con algunos jugadores específicos que reúnan unas características concretas”*.
- Buscar la mejora del rendimiento del jugador durante las competiciones a través del *“Formulario de rendimiento en el partido”*, el cual le tiene que proporcionar conciencia al deportista de lo qué ha hecho y cómo lo ha hecho en su respectiva competición.

- Conseguir que al final de la temporada 10 jugadores estén entre los 50 mejores clasificados de la clasificación de la Real Federación Española de Tenis (RFET) dentro del año de su categoría.
- Lograr que al final de la temporada 3 jugadores estén entre los 10 mejores clasificados de la clasificación de la Real Federación Española de Tenis (RFET) dentro del año de su categoría.

#### **4. Métodos para el seguimiento de los deportistas**

En las reuniones de la Dirección Técnica de la Escuela Territorial de la FAT, el equipo técnico valora tanto la progresión técnico-táctica, la física y la mental, como los resultados deportivos obtenidos de cada deportista.

Los aspectos técnico-tácticos de cada deportista se evalúan a través de la ficha de seguimiento personalizada que tiene cada jugador, habiendo desarrollado en la misma aquellos objetivos de rendimiento y de resultado que se consideran más apropiados para las necesidades de cada jugador.

En estas cuestiones técnico-tácticas, la evaluación que se realiza tiene unos parámetros mucho más cualitativos que cuantitativos, ya que en el tenis, por mucho que se realicen entrenamientos específicos destinados a la mejora de la eficacia de un golpe concreto y que luego éste se aplique en una situación de juego (lo cual se realiza en cada sesión de entrenamiento), siempre va a tener que verse reflejada esta evolución en las competiciones, ya que el deportista va a ligar ese aprendizaje técnico-táctico a la situación específica de competición que se requiera.

De ahí, que además de constatar el seguimiento de los objetivos de rendimiento del jugador en su ficha personal, éstos vayan ligados con los objetivos deportivos que nosotros les planteamos en conjunto, ya que en éstos se ve reflejado si el deportista ha sabido materializar esa determinada mejora en el momento de la competición.

## **5. Vinculación del PTC con otros programas de tecnificación deportiva**

La Real Federación Española de Tenis (RFET) es concedora del Programa de Tecnificación Cualificada 2019-2020 que vamos a desarrollar esta temporada, inmerso en la Planificación cuatrianual (2017-2020). El *feedback* que se aportan estas dos federaciones es importante, ya que la RFET ha presentado en este segundo trimestre de 2019, un programa de tecnificación denominado “*Tenis x Etapas*”, del que participamos igualmente siguiendo los parámetros que marca este organismo.