



-  [SALUDA](#)
-  [NOTICIAS](#)
-  [HISTORIA](#)
-  [PLANTILLA](#)
-  [COMPETICIONES](#)
-  [OPENINTERN. 28F](#)
-  [RECORTES](#)
-  [PRENSA](#)
-  [GALERIAFOTOS](#)
-  [miniPINGPONG](#)
-  [C. TECNIFICACIÓN](#)
-  [ENLACES, FOTOS...](#)
-  [PREP. FÍSICA](#)
-  [CARTELES](#)
-  [LIBRO DE VISITAS](#)
-  [COMOCONTACTAR](#)
-  [AGRADECIMIENTOS](#)
-  [Novedades y Actualizaciones](#)



 [Deporte](#)
[Andaluz](#)

Priego de Córdoba " . date
("d/m/Y H:i:s",
filemtime('index2.php')))?
>

MODELO DE CAPTACIÓN DE TALENTOS EN TENIS DE MESA

AUTORES:

**LINARES TORRALBO, JORGE
GÁMEZ LÓPEZ, JUSTO**

El presente trabajo fue presentado como ponencia en el Congreso Mundial de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, celebrado en el Palacio de Exposiciones y congresos de Granada durante los días 10, 11, 12 y 13 de Noviembre de 1.993.

Sus autores: Jorge Linares Torralbo y Justo Gámez López, ambos licenciados en Educación Física por el I.N.E.F. de Madrid, pertenecen al cuerpo de profesores de Enseñanzas Secundarias y actualmente imparten clases en el Instituto de Formación Profesional "Fernando III El Santo" de la ciudad de Priego de Córdoba. Ambos están relacionados con el mundo de la Preparación Física y de la Educación Física y con el Tenis de Mesa, habiendo Jorge Linares jugado en División de Honor.

CONGRESO MUNDIAL

CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

MODELO DE CAPTACIÓN DE TALENTOS EN

TENIS DE MESA

AUTORES: LINARES TORRALBO, JORGE y GAMEZ LOPEZ, JUSTO

PROFESORES DE E.F. DEL I.F.P. FERNANDO III EL SANTO DE PRIEGO DE CÓRDOBA

10 AL 13 DE NOVIEMBRE DE 1.993

PALACIO DE EXPOSICIONES Y CONGRESOS DE GRANADA

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN

2. CARACTERÍSTICAS DEL JUGADOR DE TENIS DE MESA

2.1 Características generales del juego.

2.2 Características fisiológicas de la actividad motora de los jugadores.

2.3 Análisis de la cadena perceptivo-motora durante el juego.

2.3.1 Percepción y análisis de la situación.

2.3.2 Solución mental del problema.

2.3.3 Solución motriz del problema.

2.4 El jugador universal.

3. ESTUDIO DEL PROCESO DIDÁCTICO DE FORMACIÓN DEL JUGADOR.

3.1 Distintas fases de formación.

3.2 Selección y secuenciación de contenidos.

3.3 Directrices didácticas.

4. EL TALENTO DEPORTIVO.

4.1 Concepto de talento.

4.2 Factores que influyen en el talento deportivo.

4.3 Observaciones respecto a la selección de talentos en Tenis de Mesa.

5. BIBLIOGRAFÍA.

INTRODUCCIÓN

Cuando una pelota de 2,5 gramos te puede llegar a una velocidad de 180 Km./h., es decir 50 metros por segundo, en una mesa de solo 2,74 metros, el conocido Tenis de Mesa se eleva a niveles de competición donde el jugador sólo dispone de una fracción de segundo para analizar, decidir y ejecutar la respuesta adecuada.

En el presente trabajo se propone ir entrando en el complejo mundo del Tenis de Mesa, para explicar aquellos aspectos de la actividad que el entrenador debe tener presentes a la hora de la educación y formación de las cualidades del jugador.

Debemos señalar que la base del estudio que presentamos, se centra en el proceso evolutivo de formación del jugador a lo largo de su trayectoria deportiva más que en la propia conclusión del trabajo que sería la captación de talentos.

En primer lugar se analizan las características del jugador de élite desde el punto de vista fisiológico, secuencias que se producen en los mecanismos de la cadena sensomotora en la realización de un determinado golpe. Un vez definidas las características del juego, definimos como debe ser el jugador universal. Más tarde hacemos un repaso al proceso de formación del jugador desde la infancia hasta la especialización.

Finalmente y como conclusión, haremos algunas observaciones referentes a los futuros talentos que apuntan desde edad temprana.

La verdad es que muy poco hay escrito sobre el tema, todavía no se han definido los perfiles de exigencias del jugador, pero con este

trabajo, queremos entrar en los complejos mecanismos del desarrollo de la motricidad y su relación con el Tenis de Mesa.

CARACTERÍSTICAS DEL JUGADOR DE TENIS DE MESA

CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL JUEGO

La actividad competitiva de los deportes tiene aspectos muy parecidos en todas sus modalidades, sin embargo cada disciplina presente diferencias substanciales en relación a la actividad motora a realizar. Un indicativo común de todos los deportes es el alto grado de tensión psíquica, que se manifiesta de manera dramática en los momentos culminantes.

A este respecto el Tenis de Mesa no es una excepción, sino que presenta sus características propias.

Durante el desarrollo del juego no se presenta un alto grado de intensidad en el aspecto físico como ocurre en otros deportes, sino que se requiere la realización con gran destreza y calidad en su ejecución.

Desde el punto de vista de clasificación del Tenis de Mesa como deporte, se realizan diferentes actos motores, quedando encuadrado como una tarea motriz según su variabilidad del entorno predominantemente perceptiva (Knapp). Según los mecanismos de control sería una tarea motriz abierta (Poulton) y de regulación externa (Singer).

Es un deporte de alto contenido bioinformativo y biomecánico.

El escenario de juego está compuesto por una mesa de 2,74 metros de largo por 1,52 de ancho a 76 cm. de altura del suelo, separada en su centro por una red de 15,25 cm. de altura. La pelota tiene 38 cm. de diámetro y con un peso de 2,5 gramos.

A partir de estas condiciones el jugador cuenta con una raqueta y todos los recursos psicológicos, técnicos tácticos y físicos para realizar libremente un golpeo con la pelota para conseguir el objetivo final.

CARACTERÍSTICAS FISIOLÓGICAS DE LA ACTIVIDAD MOTORA DE LOS JUGADORES.

Si observamos un partido de competición, podemos detectar la importancia de la preparación física, puesto que el nivel alcanzado hace que la técnica y la táctica sean insuficientes para imponerse al adversario, especialmente en competiciones prolongadas como Campeonatos del Mundo, Olimpiadas, Campeonatos de España, fases de ascenso, etc.

Analizando detalladamente el transcurso de un partido, podemos observar que el tipo de esfuerzo desarrollado es de pequeños y rápidos desplazamientos con precisos y potentes lanzamientos del brazo para realizar los diferentes gestos técnicos, consecuencia de tres-seis golpes consecutivos en cada jugada y tiempo de recuperación entre 5 y 10 segundos.

Para la realización del presente estudio, controlamos la toma de la frecuencia cardíaca de varios jugadores de División de Honor de la liga española en los siguientes momentos: durante el calentamiento previo a la competición, justo en momentos antes del partido y al finalizar el mismo.

La media de resultados fue la siguiente:

- Durante el calentamiento
108 p.p.m.
- Antes de la competición
124 p.p.m.
- Después de competir
136 p.p.m.

Tal vez el concepto más valioso que vincula la preparación física con el Tenis de Mesa es el sistema de producción de energía durante el desarrollo del juego competitivo.

Para que el entrenamiento ejerza los efectos más beneficiosos, debe ser elaborado de tal modo que desarrolle las aptitudes fisiológicas específicas para asegurar el aporte energético al músculo en condiciones óptimas.

Por tanto antes de planificar el entrenamiento en Tenis de Mesa hay que reflexionar y analizar sobre los distintos esfuerzos que realiza el jugador en competición y a partir diseñar un plan de trabajo de preparación física.

En este deporte se requieren aptitudes como: coordinación, velocidad de reacción, velocidad gestual, fuerza explosiva, resistencia muscular.

Según Fox en el libro "Fisiología del deporte", el Tenis de Mesa posee un 80 % de actividad anaeróbica y un 20 % de aeróbica con un consumo máximo de Oxígeno alrededor de 60 ml/kg.min.

La fuente de energía principal que se utiliza durante el transcurso del partido es la del sistema ATP-CP, donde la energía se produce por la hidrólisis del fosfágeno y fosfato de creatina (almacenado en el músculo). Pensamos que el sistema de ácido láctico y el oxidativo entran en muy pocas ocasiones en el partido.

Por tanto el programa de preparación física se debe centrar en el trabajo anaeróbico - aláctico.

ANÁLISIS DE LA CADENA PERCEPTIVO MOTORA DURANTE EL JUEGO.

Vamos a analizar la secuencia que ocurre durante el periodo de tiempo que la bola sale del adversario hasta que realizamos nuestro contacto con la misma.

PERCEPCIÓN Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN.

En esta primera fase percibimos la situación que se plantea en la jugada, colocación del adversario (parte de la mesa donde está situado), tipo de golpe que ejecuta, efecto que imprime a la bola, velocidad, trayectoria, etc... Toda esta información que recibimos está en estrecha relación con nuestra experiencia y conocimientos ya realizados (memoria).

SOLUCIÓN MENTAL DEL PROBLEMA.

En la que se busca la solución a nivel cognitivo apropiada, donde existe una selección, organización de la conducta motriz. Si hemos percibido

que la bola viene a nuestro derecho cortada, decidimos a nivel mental realizar un top-spin de derecho hacia el revés del adversario, pasando a la siguiente solución.

SOLUCIÓN MOTRIZ DEL PROBLEMA.

También conocida como parte ejecutora de la actividad.

Es aquella que nosotros apreciamos en la realización de un golpe y que producirá un resultado bien positivo o negativo, los cuales por un mecanismo de Feed-Back llegarán a reforzar nuestra memoria y nos servirán de cúmulo de información para una posterior realización en circunstancias similares.

EL JUGADOR UNIVERSAL

Hemos visto oportuno realizar un estudio sobre el jugador universal ya que consideramos necesaria su consolidación para el proceso de formación del jugador.

Podemos definir al jugador universal como: "Aquel jugador que domina perfectamente todas las concepciones del juego definidas y la técnica necesaria para su desarrollo".

Creemos que el tipo de jugador ofensivo completo con top-spin es el que más se acerca a los supuestos anteriormente citados. Suele poseer la derecha como golpe decisivo de ataque construyendo su juego sobre los siguientes elementos técnicos:

- Contraataque de derecha de fuerza variada cerca de la mesa o a media distancia, y que cubre prácticamente toda la mesa.
- Contraataque de revés de intensidad débil o mediana y cerca de la mesa generalmente.
 - Ataque de derecha.
- Revés para comenzar el ataque o para descolocar.
 - Top-spin de derecha y de revés.
- Bloqueo activo de top-spin por ambos lados.
- Defensa cortada y generalmente de revés.
 - Servicios con y sin efecto.
- Contraataque desde lejos de la mesa.
 - Ataque sobre top-spin.
- Devolución de pelotas altas listadas.
- Peloteo acertado encima de la mesa y por ambos lados.

ESTUDIO DEL PROCESO DIDÁCTICO DE FORMACIÓN DEL JUGADOR

En la década de los sesenta, cuando el Tenis de Mesa se analiza de forma científica, se llega a la conclusión de que la mejor edad para un primer contacto con la mesa, es la comprendida entre los 8 y 10 años, ya que en esta edad el poder de asimilación es muy grande y el sistema

ciclotriza, le permite retener de forma inconsciente pero práctica los detalles de los diferentes golpes, permitiéndole adquirir una técnica de base importante para un posterior desarrollo de fases más complejas.

Anteriormente a los 10 años, es el profesor de Educación Física el encargado de educar al alumno y dotarle del bagaje motriz suficiente que asegure el perfecto y natural desarrollo del niño.

Según señala Gessel a los 10 años el niño se caracteriza por:

- Equilibrio de todas las funciones de desarrollo.
- La buena adaptación.
- Fuerte seguridad en sí mismo.
- Aire desenvuelto.
- Autoestima y principio de despliegue del adulto.

Por tanto antes de los 8 o 10 años, el niño no puede familiarizarse con todos los elementos que componen el Tenis de Mesa (raqueta, bola, colocación en la mesa, percepción de la trayectoria, anticipación perceptiva, etc...).

Caso de realizar un trabajo demasiado prematuro, se puede llegar a una deformación técnico - táctica en el futuro. Variar las condiciones de juego (altura de la mesa, raqueta, etc...) no parece ser una solución idónea en el proceso didáctico de formación. Así lo confirma la experiencia realizada en países más avanzados en este deporte, donde el método no ha dado mucho resultado.

En escuelas francesas, se ha experimentado en profundidad con niños de 5 años, siendo los adelantos insignificantes y con resultado de gran pérdida de tiempo, ya que tardaron tres años en conseguir lo que uno de ocho años en uno ("no maduración más aprendizaje igual a pérdida de tiempo", "maduración más aprendizaje igual a desarrollo") PIAGET.

DISTINTAS FASES DE FORMACIÓN:

Partimos de la base de que el jugador de 8 a 10 años no se dedica específicamente a este deporte, por lo que en el siguiente cuadro proponemos un modelo de formación deportiva general, organizada por etapas (Daniel Pintor, I.N.E.F. Granada 88)

1 - Etapa previa. Formación motriz básica.

Tareas básicas de Educación Física Básica y juegos múltiples (hasta 9 - 10 años)

2 - Formación multideportiva básica.

Juegos múltiples. Juegos pre - deportivos.

Aspectos cooperación oposición. Ampliar habilidades coordinativas. Participar en pequeñas competiciones. (9 y 10 años en niños y 11 en niñas).

3 - Consolidación, mejora y ampliación de la formación básica.

Pocos deportes, limitados según preferencias y aptitudes (hasta 14 años en niños y 13 en niñas).

4 - Perfeccionamiento básico.

Tenis de Mesa y otro complementario (hasta 16 años en niños y 15 en niñas).

5 - Fase de especialización.

Competición Tenis de Mesa. Otro complementario como práctica (hasta 18 años los jóvenes y 17 en las chicas).

SELECCIÓN Y SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS:

Entendemos por contenidos aquellos sobre los que versa el proceso de enseñanza-aprendizaje, constituyendo el eje alrededor del cual se organiza la acción educativa.

La secuencia de los contenidos es la siguiente (LUIS CALVO 1.993) :

- Forma de empuñar la raqueta.
 - Posición base.
- Los desplazamientos.
 - El corte.
- Ataque de derecha.
 - Ataque de revés.
- Top-spin de derecha.
 - Top-spin de revés.
- Bloqueo.
- Contra Top-spin.

Después de la posición base se realizarán ejercicios de familiarización pelota-mesa-raqueta.

Una vez definidos los distintos contenidos distribuidos de manera jerárquica según su complejidad en su ejecución, cada jugador deberá adaptarse a sus características aportando su creatividad y capacidad autónoma para conseguir de manera efectiva el objetivo motor planteado.

DIRECTRICES DIDÁCTICAS:

El joven Jugador, Padre y Entrenador tiene que estar informado sobre las oportunidades y riesgos que se encuentran en el campo del alto rendimiento.

El educador-entrenador deberá conocer los aspectos psicomotrices, cognoscitivos y afectivos del jugador, así como las leyes que regulan el desarrollo de las tres áreas.

- No plantear objetivos de éxito a corto plazo alterando el proceso natural de aprendizaje.

- Realizar un proceso paralelo y complementario entre la Educación Física escolar y la formación del jugador de Tenis de Mesa, donde el profesor de Educación Física tiene una labor importante en el proceso de formación.
- Las ambiciones por el éxito no deben descuidar la formación escolar y profesional de una manera perjudicial para la existencia.
- El entrenador no dirigirá a muchos alumnos (un máximo de 8 ó 10 alumnos).
- A los alumnos no se les debe imponer el entrenamiento como un trabajo sino como una distracción y como fuente de motivación.
 - No comenzar antes de los 8 ó 10 años.
- Utilizar ejercicios de flexibilización y potenciación que compensen la posible desviación en la columna vertebral, asegurando un desarrollo correcto.
- En las primeras sesiones de entrenamiento no excederse más de 45 minutos y con un máximo de tres sesiones semanales.
 - Ir incorporando paulatinamente el aprendizaje de los elementos técnicos en función de su dificultad de ejecución.
- No debemos valorar al entrenador por los triunfos tempranos de sus pupilos.
 - Se recomienda al principio la presa europea más que la asiática.
- Al principio la preparación física debe basarse en el desarrollo de la resistencia aeróbica y flexibilidad.
 - Paralelamente desarrollar las capacidades perceptivo-motrices, evitando el trabajo de resistencia anaeróbica.
 - No imponer al niño el tipo de juego a desarrollar, el determinará libremente su estilo (normalmente en relación con su personalidad).

EL TALENTO DEPORTIVO

CONCEPTO DE TALENTO

Entendemos por talento deportivo como la disposición por encima de lo normal de poder y querer realizar unos rendimientos elevados en el campo del deporte (Erwin Hahn 1988).

Unas investigaciones de Vanek 1979, indican que no sólo se necesitan dotes motores elevados sino un alto nivel de disposición al esfuerzo y gran personalidad.

FACTORES DE LOS QUE DEPENDE EL TALENTO DEPORTIVO

1. Requisitos antropométricos (altura, peso, morfología).
2. Cualidades físicas básicas (fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia).
3. Cualidades perceptivomotrices. (coordinación, agilidad, equilibrio)

4. Capacidad de aprendizaje (comprensión, capacidad de observación y análisis).
5. Predisposición para el rendimiento (perseverancia, disposición para el esfuerzo, aceptación de la frustración).
6. Dirección cognitiva (concentración, inteligencia motriz, creatividad y capacidad táctica)
7. Condiciones sociales (aceptación de un rol, inserción dentro de un equipo).

En tenis de mesa destacan los factores 3, 4 y 5 .

OBSERVACIONES RESPECTO A LA SELECCIÓN DE TALENTOS EN TENIS DE MESA.

Podíamos hablar de tres tipos de modelos en alumnos con predisposición hacia la actividad física en general.

Un talento motriz en general, que se observa en los niños en el hecho de que aprenden más fácil y más rápidamente.

Un talento deportivo, con una disposición al entrenamiento deportivo por encima de lo normal.

Un talento específico con requisitos físicos, técnicos, y psíquicos muy especializados.

Podemos concluir diciendo que el modelo de niño, que define las exigencias concretas para el Tenis de Mesa, debe poseer de una forma destacada las siguientes cualidades :

- Capacidad de aprendizaje.
- Coordinación dinámica general.
- Coordinación óculo-manual.
- Estructuración espacio-temporal.
- Capacidad de análisis perceptivo.
 - Velocidad de reacción.
 - Capacidad de atención.
- Creatividad y capacidad de iniciativa.
- Control de sus emociones.

BIBLIOGRAFÍA

· ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN LA EDAD ESCOLAR

Autor: Varios.
Editorial: Unisport.

· ENTRENAMIENTO CON NIÑOS

Autor: Erwin Hahn.
Editorial: Deportes Técnicas.

- **EJERCICIOS DE PSICOMOTRICIDAD INFANTIL**
 Autor: Liselott Diem.
 Editorial: Publicaciones ICCE.
- **DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE**
 Autor: Sánchez Bañuelos.
 Editorial: Gymnos.
- **FISIOLOGÍA DEL DEPORTE.**
 Autor: E. Fox.
 Editorial: Panamericana.
- **EDUCACIÓN PRIMARIA. TERCER CICLO. ED. FÍSICA**
 Autores: Varios.
 Editorial: Gymnos.
- **PSIQUISMO Y MOTRICIDAD.**
 Autor: B. J. Cratty
 Editorial: Kiné
- **LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL BASADA EN EL
 ATLETISMO**
 Autor: C. Alvarez del Villar.
 Editorial: Gymnos.
- **VOLEIBOL. TÉCNICA. TÁCTICA. ENTRENAMIENTO.**
 Autor: A. V. Ivorlov.
 Editorial: Stadium.
- **TENIS DE MESA. C.O.I. - F.E.T.M.**
 Autor: Varios.
 Edita: Federación Española Tenis de Mesa.
- **COLEGIO DE ENTRENADORES DE TENIS DE MESA**
 Autor: Varios.
 Edita: Federación Española Tenis de Mesa.
- **APUNTES DE I.N.E.F. MADRID**



[IMPRIMIR](#)



[\[INICIO\]](#) | [\[NOTICIAS\]](#) | [\[HISTORIA\]](#) | [\[PLANTILLA\]](#) | [\[COMPETICIONES\]](#) | [\[miniPINGPONG\]](#) |
[\[OPEN INTERNACIONAL\]](#) | [\[OTRAS COSAS\]](#) | [\[RECORTES DE PRENSA\]](#) | [\[GALERIA DE FOTOS\]](#) | [\[ENLACES\]](#) |
[\[FOTOGRAFIAS\]](#) | [\[CARTELES\]](#) | [\[VIDEOS\]](#) | [\[PREPARACION FISICA\]](#) | [\[AGRADECIMIENTOS\]](#) |
[\[LIBRO DE VISITAS\]](#) | [\[COMO CONTACTAR\]](#) |