
PRIMEROS PASOS PARA LA UNIFICACIÓN TÉCNICA DE LA CANTERA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

3 DE OCTUBRE DE 2020

DANIEL VALERO TUINENBURG



FTTCV

Federació Tennis Taula
Comunitat Valenciana

Preguntad todo lo que se os ocurra.

Interrumpid las veces necesarias.

Honestidad y concreción en las preguntas.

FUNCIONAMIENTO DE LA SESIÓN

PRESENTACIÓN

ASPIRACIONES



¿QUÉ ESPERAS DE ESTE CONGRESO?



¿PARA QUÉ QUIERES UTILIZAR LO QUE APRENDAS AQUÍ?

UN NIÑO COMIENZA A JUGAR A TENIS DE MESA...

- Presa
- Posición base y distancia a la mesa.
- Golpes básicos
- Desplazamientos



PRESA

- Posición neutra.
- Importancia de la posición de la muñeca en línea con el antebrazo..

NO FIJARSE EN JUGADORES
PROFESIONALES EN ESTE
ASPECTO



POSICIÓN BASE Y DISTANCIA A LA MESA



- Similar en muchos deportes.
- Piernas abiertas a la anchura de los hombros en iniciación.
- Distancia cómoda.
- Intentar evitar la tendencia a acercarse en exceso a la mesa.
- Crecimiento: adaptar la posición base en función al estirón del jugador.

GOLPEO DE DERECHA

- Posición del brazo.
- Separación brazo-cuerpo.
- Posición de la muñeca.
- Colocación de los pies.
- Separación de la mesa.



Elizabeta Samara (ROU)

GOLPEO DE REVÉS

- Posición de la muñeca.
- Posición de las piernas.
- Distancia a la mesa.
- Alineación del codo con la muñeca.



Georgina Pota (HUN)

TRANSICIÓN DERECHA – REVÉS

- Esta transición ha de realizarse siempre:
 - Con la pala por delante del cuerpo.
 - Con la pala por encima de la mesa.
- En este aspecto hay que estar muy atento, ya que una mala transición limita mucho la velocidad del jugador por la mala recuperación después de los golpes.



LA POSICIÓN DEL CODO ES LA MISMA EN LA DERECHA Y EN EL REVÉS

TOPSPIN DE DERECHA

- Colocación de la raqueta.
- Colocación de la muñeca.
- Apertura de la mano.
- Colocación de los pies.
- Distancia de la mesa.
- ¡Separación brazo-cuerpo!



TOPSPIN DE REVÉS

- Colocación de la muñeca.
- Codo delante del cuerpo.
- Distancia de la mesa.
- Colocación de los pies.



DESPLAZAMIENTOS



- Iniciar el desplazamiento con la pierna contraria al sentido del movimiento.
- Posición de los pies
 - Medio pie por detrás en la derecha
 - Paralelos en el revés

**NO ENSEÑAR EL PASO DOBLE
EN LA ETAPA DE INICIACIÓN**

¿CON EXPLICAR LAS
COSAS UNA VEZ ES
SUFICIENTE?

¿HAY QUE VOLVER A
EXPLICAR LOS GESTOS
UNA VEZ
MECANIZADOS?



ADAPTACIÓN DE GOLPES TÉCNICOS A LOS NUEVOS MATERIALES

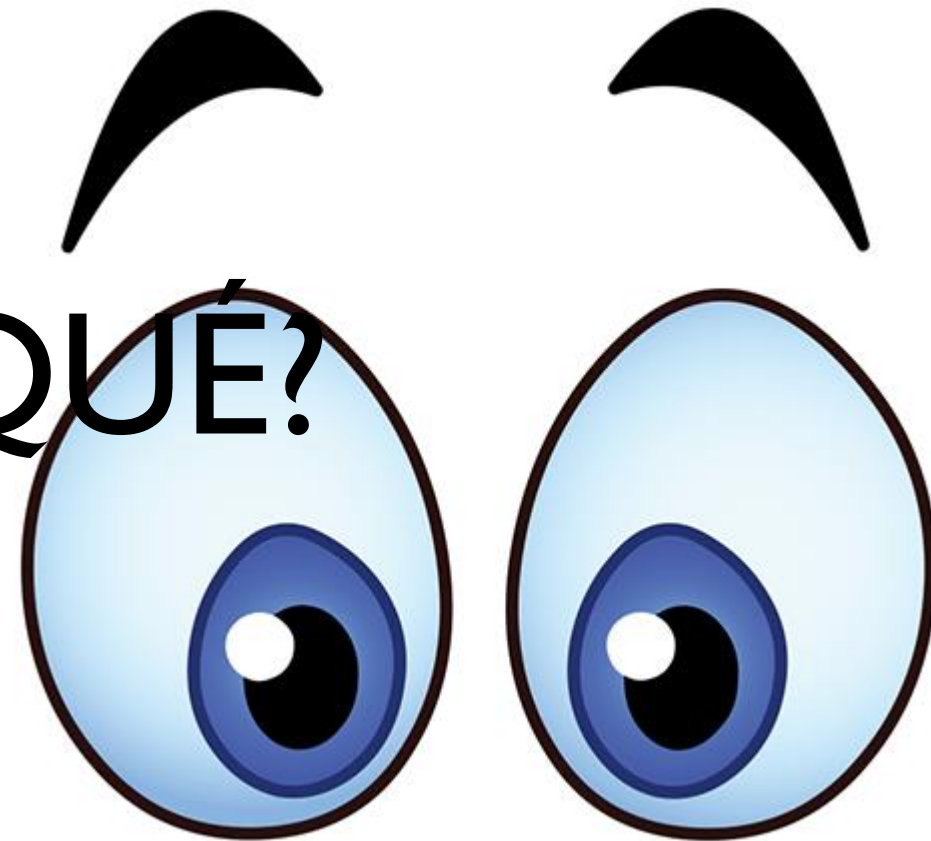
- Los cambios más relevantes en el tenis de mesa en los últimos tiempos han sido:
 - La eliminación del pegamento rápido.
 - La aparición de las gomas pre-encoladas o tensionadas.
 - Los 2 cambios que ha sufrido la pelota: de 38 a 40 mm y de celuloide a plástico.
 - El cambio de celuloide a plástico como material de fabricación de las pelotas ha producido un cambio mayor en el juego que el aumento de tamaño.
- Con la nueva pelota de plástico, los gestos han de ir hacia adelante y el ángulo de la raqueta tiene que estar más abierto.
- La pelota de plástico tiene menos rotación, y por tanto, al cerrar la pala, la pelota se va hacia abajo.





PROCEDIMIENTOS PARA CORREGIR ERRORES COMUNES

¿POR QUÉ?



LA FIGURA DEL JUGADOR – ENTRENADOR

- Concepto inventado por los clubes para solucionar el problema de pagar a un entrenador.
- Lo ideal para un club que quiere tener una buena base es tener un entrenador que no sea jugador.
- Es mejor tener un entrenador de la casa.
- El entrenador debe ser un ejemplo y hay circunstancias del juego que pueden impedirlo.

NO SE PUEDE ENTRENAR PARA UNO MISMO Y DIRIGIR UNA SALA SIMULTANEAMENTE DE FORMA CORRECTA

- Solución para jugador-entrenador.
 - Separar espacio y/o temporalmente los entrenamientos propios de los de la base.

¡Gracias!