

# **Estructurando una Escuela de Tenis**

## **Introducción**

*En la actualidad la base del tenis son los clubes. El primer contacto de todo jugador con este deporte se da en ellos. Por eso, cualquier cambio masivo en el deporte tiene que comenzar a nivel club.*

*A veces ocurre que el enfoque de la mayoría de los clubes es meramente social, teniendo como resultado que el tenis de alto rendimiento no alcance un nivel competitivo internacionalmente.*

*Puede ocurrir que en los clubes se den clases de tenis pero en muy pocas ocasiones se manejen escuelas. Mientras no logremos tener una verdadera escuela en cada club el volumen de jugadores de competencia va a deprimirse para sacar jugadores a escala internacional.*

*El objetivo de este artículo es ayudar a todos los interesados a entender el concepto de escuela de tenis y a guiarlos en la formación de una de ellas en sus clubes.*

## **¿Qué es una escuela de tenis?**

*Una escuela de tenis es un programa de varios niveles estructurado progresivamente para que los alumnos vayan aprendiendo y desarrollándose de una manera más eficiente y de acuerdo a sus habilidades.*

## **Características de una buena escuela**

*El tenis te ayuda a:*

- Se deben de tener diferentes niveles de desarrollo desde iniciación hasta alto rendimiento.*
- La escuela debe agrupar a sus alumnos de acuerdo a su nivel de juego, interés, y edad. El peor error que se puede cometer es juntar alumnos con un interés meramente social con alumnos con intereses de competir nacionalmente.*
- Los grupos de la escuela deben de ser flexibles y deben poder ser modificados cuando se requiera.*
- Se debe de tener un sistema de evaluación.*
- Los objetivos de cada uno de los niveles deben de ser muy claros.*

## **Administración e implementación**

*Toda escuela debe de contar con un manual de procedimientos en el que se debe de encontrar lo siguiente:*

**Misión y Objetivos:** *La misión y los objetivos de la escuela son el fundamento de la organización, son la guía en la que nos vamos a basar para la toma de decisiones. Solo teniendo muy claro hacia donde vamos podemos lograr nuestras metas. En la elaboración de la misión de la escuela se deben de analizar aspectos como estos:*

- ¿La escuela tiene un enfoque social o competitivo?*

- *¿Para que grupo de jugadores están estructurados los programas?*
- *¿Prefiero volumen o voy a ser selecto?*
- *¿Cuáles son mis objetivos financieros?*
- *¿Qué tan importante es el ganar?*
- *¿Qué tanto quiero que se involucren los padres?*

*Un buen ejercicio para elaborar los objetivos de la escuela es acomodar los siguientes aspectos en orden de importancia para el programa:*

- *Desarrollo técnico.*
- *Desarrollo de la condición física.*
- *Desarrollo de liderazgo.*
- *Enseñar un deporte que se pueda practicar de por vida.*
- *Dar oportunidad a las familias de hacer una actividad conjunta.*
- *Dar la oportunidad de una actividad recreativa sana y divertida.*
- *Desarrollar la confianza en sí mismos de los jugadores.*
- *Enseñar a competir y a cooperar.*
- *Ganar.*
- *Desarrollar el sentido de la responsabilidad.*
- *Desarrollar un semillero.*

**Reglamento.** *El reglamento se va a basar en nuestra misión y objetivos y debe de incluir toda información que pueda ayudar a lograr un desarrollo armónico del programa. El reglamento por escrito nos permitirá educar a todos los participantes, previniendo malentendidos en el futuro. Los siguientes ejemplos son aspectos importantes que deben de ser tomados en cuenta en el reglamento.*

- *Forma de pago*
- *Fecha límite de pago*
- *Procedimiento en caso de pago atrasado.*
- *Procedimiento en caso de enfermedad.*
- *Procedimientos en caso de lluvia.*
- *Visita de entrenadores a los torneos*
- *Comportamiento de padres durante las prácticas y los torneos.*
- *Comportamiento esperado de los alumnos.*
- *Manejo del equipo*
- *Sanciones.*

**Plan anual.** *Debemos de tener un plan anual por programa en donde incluyamos nuestros objetivos por periodo de entrenamiento junto con eventos importantes como torneos, juntas, días festivos, etc.*

#### ***Elaboración del plan anual:***

*Para los programas en los cuales se prepara a los muchachos para jugar torneos se debe de planear en base al calendario de torneos y usando el sistema de periodización del entrenamiento en el cual se tienen la siguientes fases:*

- *Periodo de preparación general*
- *Periodo de preparación especial*
- *Periodo pre competitivo*
- *Periodo competitivo*

- *Periodo de transición*

*A grandes rasgos si visualizamos una etapa de entrenamiento que comienza con el periodo de preparación general y termina en competencia, los entrenamientos en cancha deben de ir de lo general a lo específico, de la técnica a la táctica. De mucho volumen y poca intensidad a mucha intensidad y poco volumen, de drills a situaciones de juego a partidos.*

*En la parte física los entrenamientos en la etapa general deben de ayudarnos a desarrollar la base atlética general enfatizando el entrenamiento aeróbico, la fuerza básica y la flexibilidad. Conforme avanza la temporada de igual manera que en la cancha, el entrenamiento físico se debe volver más específico, con más intensidad y menos volumen, de tal manera que el enfoque poco a poco se mueva hacia el entrenamiento de velocidad y potencia.*

*De igual manera el entrenamiento mental también se debe de manejarse de lo general a lo específico.*

*Para los programas en donde no hay competencias el programa se puede hacer siguiendo los siguientes pasos:*

- *Hacer una lista de todo lo que se quiere enseñar.*
- *Acomodar todos los aspectos de acuerdo a su importancia.*
- *Definir el tiempo por mes que se le va a dedicar a cada elemento.*
- *Colocar cada elemento en el plan anual.*

**Bitácora de entrenamiento.** *Todos los días se debe de llevar una bitácora de entrenamiento para llevar un registro real de actividades. Estas anotaciones son muy importantes porque en ciertos momentos el plan de entrenamiento puede diferir del entrenamiento programado.*

**Evaluaciones.** *Todo programa necesita un plan de evaluaciones tanto para motivar al jugador como para orientar al entrenador. Las evaluaciones deben de cubrir la técnica, la táctica, la preparación física y la parte mental. Por otro lado también es importante que el director del programa evalúe a los entrenadores periódicamente, y que los padres tengan oportunidad de evaluar el programa y a los entrenadores.*

**Lista de asistencia.** *La lista de asistencia nos permite identificar a los alumnos que por falta de entrenamiento se rezagan del grupo.*

**Juntas con los padres.** *El contacto con los padres es de suma importancia. Para organizar esto deben tenerse en cuenta estos puntos:*

- *Descripción del programa*
- *Horarios*
- *Mención del grupo al que va dirigida*
- *Números y lugar de contacto e inscripción*
- *Costo*
- *Fecha de cierre de inscripciones*
- *Fecha de inicio, fin y periodo de vacaciones.*
- *Fecha de la junta de orientación previa.*
- *Otra información pertinente*

**Base de datos.** Entre más información se tenga de los alumnos, más fácil será la comunicación. La información mínima que se necesita de cada alumno es el nombre, fecha de nacimiento, dirección y teléfono.

**Procedimientos de emergencia.** Es importante tener a la mano teléfonos importantes en caso de un accidente.

**Reportes.** Manejar algún tipo de reporte periódico nos ayuda a enfocar al alumno y mantener informados a los padres. Además es necesario obtener reportes periódicos de todos los entrenadores de los diferentes grupos para evaluarlos.

La información que deben de contener estos reportes de los entrenadores es:

- Nombre del grupo
- Periodo que se evalúa
- Fecha de la evaluación
- Altas, Bajas y razones
- Ingreso real contra el presupuestado.
- Objetivos del periodo y logros.
- Planes a futuro.
- Resumen de juntas y eventos
- Lista de asistencia
- Situaciones extra ordinarias.

**Evaluación médica, historial médico y forma de consentimiento.** Esta información puede ser muy útil en caso de emergencia.

**Presupuesto.** Todo programa debe de tener un presupuesto de ingresos, gastos y resultados. Un presupuesto es simplemente un estimado de ingresos menos un estimado de gastos para llegar a un resultado financiero esperado.

**Comentario final:** Como pueden ver, una escuela es simplemente un sistema de enseñanza estructurado que facilita el aprendizaje del tenis. Como usuario de un club, es muy importante exigir la creación de una verdadera escuela de tenis, ya que solo así conseguiremos el mejor servicio para nuestros hijos.

Como entrenadores muchas veces vemos nuestro trabajo únicamente como maestros en la cancha y nos olvidamos que el trabajo fuera de cancha es igual de importante ya que hace nuestro trabajo en cancha mucho más efectivo.