

MÒDUL 1

Unitat 7

1.7.1.- Eix 2: la construcció del punt.

1.7.2.- El bagatge motor i intel·lectual dels 8-12 anys.

1.7.3.- Bases de psicomotricitat.

1.7.1.- Eix 2: la construcció del punt.

A partir del moment que el debutant comença a poder jugar la pilota de l'adversari, s'ha d'iniciar "l'aprenentatge" del punt. Aquesta fase és molt important: els jugadors tendeixen a trobar un cert plaer en pilotejar, fent intercanvis de tipus regularitat. És el pitjor hàbit que poden agafar. La meta del TT és fer punts, no pilotejar. Veiem arreu una quantitat de jugadors enamorats dels intercanvis que duren. La majoria no saben fer punts: engeguen el joc, i pilotegen fins que l'un o l'altre dels contraris fan la falta, i tornem-hi!

La concepció d'un punt és com una seqüència lògica que comença amb un servei que conté ja una intenció tàctica, i l'esquema de joc es desenvolupa, lògicament, a partir d'aquesta intenció: el jugador que aconsegueix molestar o sorprendre el seu oponent i l'impedeix de jugar agressivament, ha guanyat la iniciativa. Des de llavors guanyar el punt és una qüestió de tècnica, per mantenir la iniciativa i concloure. Veurem més tard que també es pot jugar agressivament contra la iniciativa, però a l'etapa de la iniciació, aquest últim principi és amplement suficient.

Els objectius pedagògics de l'eix 2 seran senzills, però duran el principiant a pensar just: no jugar per tal que l'adversari pugui tornar la pilota, sinó perquè no pugui. Els esquemes seran tan senzills que consistiran només en servei, restada i primera (o primera i segona pilota). Les fases de joc s'allargaran per si soles a

mesura que els jugadors siguin capaços de tornar les pilotes adverses. En la mateixa sala, quan hi ha jugadors que entren bé, hi ha també jugadors que controlen bé. De la mateixa manera, on hi ha jugadors que treuen bé, trobem jugadors que resten bé.

Aquí tractarem un punt molt important: la seguretat de les entrades. Veiem una quantitat de jugadors que entren o juguen tan fort per prendre la iniciativa, que tenen un percentatge molt baix d'encerts. És una manera errònia de concebre el joc: no s'entrena a encertar fent faltes. En canvi, el jugador ha de trobar amb quina força pot encertar el 80 % de les entrades, i de mica en mica, ho podrà fer més fort, amb el mateix percentatge. Conseqüentment, de la qualitat de les entrades de la sala depèn la rapidesa de progressió del control de la primera pilota. No hem de permetre que un jugador passi temps en "anar a recollir les pilotes", mentre el seu adversari entra a "cara o creu".

La progressió de l'eix 2 podria ser :

1.- Molestar l'adversari

- Fer observar al jugador quines són les pilotes que el molesten
- Molestar amb la col·locació de la pilota
- Molestar amb l'efecte de la pilota
- Molestar amb la rapidesa de la pilota

2.- Sorprendre l'adversari

- Sorprendre amb la col·locació de la pilota
- Sorprendre amb la rapidesa de la pilota

3.- Variar

- la col·locació de les pilotes
- la llargària de les pilotes
- la rapidesa de les pilotes
- la rotació (sobretot la tallada) de les pilotes

És suficient a l'inici, que cada esquema contingui una intenció de joc. Les combinacions vindran més tard. Tradicionalment, el primer esquema consisteix en un servei ràpid a una banda, i una entrada a l'altra banda. Però no hi ha pas l'obligació de començar així, l'important és la intenció de joc.

1.7.2.- El bagatge motor i intel·lectual dels 8-12 anys.

Les lliçons no poden pas ser idèntiques per als 8-10 anys i per als 10-12 anys, perquè el grau de maduresa d'aquestes edats fa que podem explicar quasi tots els fenòmens del TT als nens de 12 anys, i res als de 8 anys. Més ben dit: als nens de 8 anys, els hi haurem de fer descobrir els fenòmens físics del TT, explicant-los-hi de la manera més il·lustrada possible, i progressant pas a pas.

Hem de pensar que entre els 8 i els 10 anys descobreixen la geometria, la lògica, i de manera general totes les relacions causa - conseqüència. La comprensió dels fenòmens físics del tennis de taula requereix bons coneixements de geometria (nocions d'angles, de corbes), de física (rapidesa, acceleració, rotació, etc.) que els nens encara no han vist a l'escola. En canvi, el TT els permet descobrir-los d'una manera empírica, a condició que hi dediquem temps i paciència.

Pel que pertoca a la forma de les sessions, han de ser curtes per els 8 anys, contenir només una dificultat a la vegada, i variacions sobre el mateix tema. Escurçar les explicacions i passar ràpidament a les aplicacions.

Als 12 anys, els nens són capaços de comprendre tots els fenòmens, explicar-los i combinar-los. Les sessions poden ser més llargues i constar de més dificultats.

La progressió és bastant ràpida i les adquisicions són espectaculars si sabem actuar de manera adequada.

Des d'un punt de vista motriu, la progressió és encara més espectacular: als 8 anys, no saben prendre un impuls, agafar una embranzida o controlar la força. Als 12, si ho treballem bé, s'adquiriran totes les nocions bàsiques, per poc que en les sessions incloquem les nocions elementals de psicomotricitat.

1.7.3.- Bases de psicomotricitat.

Són de dos tipus:

- coneixement del cos propi i del seu funcionament mecànic
- estructuració espai - temps

Pel que pertoca el TT respecte al coneixement del cos, hem de fer descobrir l'arquitectura dels membres (no tan sols dels superiors, sinó també dels inferiors) de cara a l'organització de les articulacions i dels segments, i experimentar el que és possible de fer i el que no ho és. Fer observar que tenim dues articulacions que actuen per jugar de revés sobre la taula, i cap per jugar de dreta (com diríem aquesta mancança?).

També és important que el principiant s'adoni de les dimensions respectives de l'entorn i del seu cos : jutjar fins a quina distància pot estirar el braç, fins a quin punt pot jugar una pilota sense moure els peus, on s'ha de col·locar per poder arribar a totes les pilotes que toquin la taula.

L'espai i la noció de lloc "just" inclou també les dimensions (taula, espai de l'àrea de joc segons la distància des de la taula), però també, vist d'una manera dinàmica, el lloc on ha de trobar-se amb la pilota per jugar-la d'una certa manera (pilota alta que juguem per damunt de l'espatlla o del cap, pilota llarga que juguem lluny de la taula).

Formació d'Entrenadors de Tennis de Taula

Programació específica: Mòdul 1, Unitat 7

Autor: Gérard Le Roy
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula
Consell Català de l'Esport

És evident que excepte alguns casos particulars, la noció de lloc "just" és inseparable de la noció de moment just, sobretot si es tracta de la pilota en moviment. Aquest moment just s'ha de saber identificar a dins d'una trajectòria, i per tant, es tracta també de saber observar aquestes trajectòries per tal d'identificar-hi els diferents punts importants i poder preveure'ls.

A partir de la noció de moment - indret comença la part real de l'estructuració espai - temps en TT: fent variar la rapidesa podem incrementar la rapidesa del jutjament de les trajectòries, i per tant la capacitat de previsió, preparació i anticipació.