

UN ANALISIS DE LAS CARACTERISTICAS DE LAS PRINCIPALES HABILIDADES DE LOS JUGADORES DE DEFENSA-ATAQUE DE MEJOR RANKING Y EL USO DE SUS DESTREZAS

Jianjun Tang y Xiuwen Wu, Universidad de Educación Física de Beijing, Beijing 10084, China

1. INTRODUCCION

Los programas de educación audio-visuales en Educación Física y la utilización de las computadoras y los sistemas de creación de imagen por TV han cambiado el análisis de la enseñanza y el entrenamiento de tenis de mesa en forma cualitativa y cuantitativa. Nosotros utilizamos una microcomputadora avanzada (SMC-70 GP) para analizar las principales habilidades de tres jugadores de clase mundial de ataque y defensa, Liang Geliang, Chen Xinhua y Tong Ling. El objetivo era proveer de una investigación de referencia a los profesionales del tenis de mesa.

2. CORTE DE DERECHA

2.1 *Análisis del corte de derecha contra topspin alto*

Liang Geliang, Chen Xinhua y Tong Ling son excelentes jugadores de defensa-ataque. Cuando ellos juzgan que una pelota es un topspin alto, ellos cambian el centro del cuerpo hacia la pierna derecha (todos ellos son diestros), mantienen sus ojos sobre la pelota, y balancean el brazo de la paleta hacia atrás y arriba. La punta de la paleta está ligeramente más alta que sus hombros, con el ángulo del codo cercano a los 60°. Al mismo tiempo el cuerpo se endereza. Ellos cortan la pelota hacia abajo violentamente con la espalda y las rodillas arqueadas para ayudar al control de la pelota. La cara de la paleta está ligeramente hacia arriba en el punto de contacto, y el contacto es debajo de la mitad de la pelota. El ángulo entre el brazo y el codo es cerca de 105° después del contacto, cerca de 45° más que antes, mostrando que ellos extienden su esfuerzo cortando hacia abajo. Después de finalizar el golpe ellos ajustan su posición, el centro del cuerpo entre los dos pies, y se preparan para organizar el próximo golpe.

2.2 *Análisis de Corte de Derecha contra Topspin rápido*

Antes de cortar una curva muy rápida, la paleta es llevada atrás y arriba. El extremo de la paleta está aproximadamente tan alta como la cabeza. La parte superior del cuerpo (torso) se desplaza hacia la derecha. El ángulo del codo es cerca de 70°. La paleta se mueve hacia adelante y hacia abajo, y toca la mitad inferior de la pelota cuando está descendiendo. En este momento, la velocidad del corte hacia abajo es muy alta. Esto no solamente ayuda a vencer la potencia y fuerza hacia adelante del topspin, sino que también incrementa la potencia del efecto hacia atrás. El ángulo del codo es cerca de 115° después del corte. Vuelven a la posición base con un pequeño salto de trabajo de pies después del movimiento de corte.

2.3 *Análisis del Corte de Derecha contra Ataque rápido*

Antes de cortar un ataque rápido, el cuerpo se desplaza hacia la derecha. La paleta es balanceada hacia arriba, con su cara aproximadamente vertical. Girando la cintura, el brazo toma potencia para contactar a la pelota más violentamente. La muñeca se cierra tan pronto la paleta toma contacto con la pelota de forma de compensar la fuerza de rebote hacia arriba de la pelota y para controlar el arco de la devolución. Cuando la pelota deja la paleta, la paleta es balanceada hacia abajo, casi hasta llegar al piso. El jugador regresa a la posición base con un ligero salto.

2.4 *Análisis de un Corte de Derecha contra una pelota con Efecto hacia atrás ó sin Efecto*

Contra un pesado efecto hacia atrás, la cara de la paleta está ligeramente abierta. La paleta se lleva un poco más alto que durante el corte común, con un ángulo del codo de cerca de 80°. Al contacto ese ángulo es cercano a los 125°. Tan pronto la paleta toca la pelota, el jugador hace uso de girar su cintura y coordina la parte superior del brazo con la muñeca, para incrementar la fuerza del efecto hacia atrás. Un análisis de computadora muestra que cuando ellos cortan la pelota con pesado efecto hacia atrás, utilizan solamente 0.08 segundos desde el punto más elevado del balanceo hacia atrás hasta contactar la pelota; ellos balancean el brazo a muy alta velocidad.

Cuando los tres jugadores cortan una pelota sin efecto, el balanceo hacia atrás es menor que contra un fuerte efecto hacia atrás. El ángulo del codo comienza a cerca de 85°, la paleta es balanceada hacia

adelante y hacia abajo, en el contacto el ángulo del codo es cercano a 115°. La cara de la paleta está ligeramente abierta, tocando la mitad inferior de la pelota. Toma solamente 0,1 segundo desde el punto más alto del balanceo hacia atrás hasta el momento en el cual la paleta toca la pelota.

2.5 Análisis de Corte de Derecha contra un Ataque al Medio del Cuerpo

La pierna derecha se mueve hacia atrás a medida que la pelota se aproxima hacia la mitad derecha de su cuerpo, preparándose para un corte de derecha. Luego, la cadera gira rápidamente hacia la derecha, y el brazo y muñeca ponen evidente potencia hacia adelante y hacia abajo; la cara de la paleta está ligeramente abierta, el balanceo subsiguiente (follow-through) es hacia abajo después del golpe. Regresan rápidamente a la posición base.

3. CORTE DE REVES

Liang Geliang, Tong Ling y Chen Xinhua todos juegan con diferentes tipos de gomas sobre los dos lados de la paleta. Para cortar las curvas rápidas en el revés ellos utilizan goma de puntos largos.

3.1 Análisis del Corte de Revés contra Tospin pesado

Antes que estos jugadores de primer nivel corte una curva con mucho efecto, la paleta es balanceada más alta que el hombro izquierdo. Cuando ellos golpean, el movimiento hacia abajo y hacia la derecha con la ayuda del cuerpo es obvio. Las rodillas están flexionadas a un grado comparativamente alto, y los pies están firmemente colocados. Esto les provee buenas condiciones para balancear el cuerpo, poniendo fuerza en el corte y en moverse rápidamente. El antebrazo corta violentamente hacia adelante, hacia la derecha y hacia abajo en el momento cercano en que la paleta está por tocar la pelota. El punto de contacto es bajo: la paleta toca la mitad inferior de la pelota. Después que la pelota deja la paleta, los pies rápidamente presionan hacia abajo y el cuerpo regresa a la posición base. Desde la descripción por computadora podemos ver que en el punto más alto del balanceo hacia arriba de la paleta el ángulo del codo es cerca de 70°. En el punto de contacto es cercano a los 110°, y cuando el corte finaliza, es cercano a los 150°.

3.2 Análisis del Corte de Revés contra una Curva

Todos estos jugadores tienen cortes de revés diferentes contra una curva. Cuando la pelota curva se acerca al cuerpo, las rodillas se flexionan de forma tal de mantener el centro del cuerpo estable. El antebrazo rápidamente se balancea hacia arriba, a la altura del hombro. Al mismo tiempo, el cuerpo gira hacia la izquierda, y el centro del cuerpo está sobre el pie izquierdo. En el punto más alto del balanceo hacia atrás el ángulo del codo es cerca de 65°. Es cerca de 115° en el momento de contacto y cerca de 145° a la finalización del golpe.

3.3 Análisis del Corte de Revés contra un Ataque Rápido

Cuando ellos cortan un ataque rápido, la parte superior del cuerpo (torso) se gira hacia la izquierda. La paleta es balanceada arriba hacia el hombro izquierdo, se muestra ligeramente vertical. En el contacto la cara de la paleta está casi en un ángulo recto con el piso, y a medida que cae golpea la mitad inferior de la pelota. La fuerza sobre la pelota es más hacia la derecha y abajo, que hacia adelante.

3.4 Análisis del Corte de Revés contra la Pelota al Medio

Cuando estos jugadores juzgan que la pelota del rival está llegando sobre la mitad izquierda de sus cuerpos, ellos mueven un pie hacia atrás para dar espacio al balanceo (swing). El antebrazo luego corta hacia adelante y hacia abajo rápida y potentemente. Mientras tanto la muñeca se pone ligeramente derecha hacia arriba pero no se gira sino hasta el punto más bajo del arco de la pelota devuelta. En el contacto, la paleta roza contra la parte inferior ó media inferior de la pelota para incrementar un pesado efecto hacia atrás.

4.- DEVOLUCION DE PELOTA CORTA

4.1 Análisis de la Devolución de Liang Geliang de Pelota Corta

Generalmente, Liang devuelve la pelota moviendo el pie derecho hacia adelante ó cruzando éste sobre el pie izquierdo. Cuando el cuerpo está cerca de la mesa, éste se soporta a sí mismo con el pie delantero y flexiona las rodillas para mantener el balance. El arco de la pelota está controlado por la muñeca en el punto de contacto. Después del contacto el pie delantero rápidamente regresa mientras el jugador se prepara para el golpe siguiente.

5.- APLICACION DE LAS HABILIDADES

El corte es una destreza básica defensiva. Tiene dos características principales: constancia y mutabilidad. Su constancia se muestra por el jugador posicionado lejos de la mesa y golpeando cuando la pelota está

descendiendo de forma tal que él tiene tiempo suficiente para prepararse a devolver la pelota. La pelota es más fácil de devolver cuando está descendiendo dado que su velocidad y efecto han disminuído. La mutabilidad del corte se muestra principalmente en el cambio del efecto y la ubicación. Un corte que combina el cambio del efecto con el cambio de trayectoria de pelotas, y la variación de la ubicación lado a lado, corta-larga hace muy difícil la devolución del rival ó incluso lo hace perderla. Desde que las curvas rápidas aparecieron (topspin rápidos) la regularidad parece haber llegado a ser pasiva. El jugador de corte necesita fortificar el cambio de efecto, incrementar la importancia del desarrollo de su habilidad con un corte regular como cimiento y para enfatizar la disparidad entre pelota con efecto y sin efecto. El debe combinar el cambio de efecto con el cambio de ubicación, y debe cambiar corte pasivo en corte activo. El necesita desarrollar el sentido de ataque y debe ser capaz de atacar toda vez que él tenga la oportunidad. Esta es la dirección en la cual el juego de corte se desarrolla. Tan lejos como la aplicación de sus habilidades lo permite, los jugadores de corte puede dividirse en dos tipos: defensa-ataque y ataque-defensa.

5.1 Aplicación de Habilidades Defensa-Ataque

5.1.1. Esta es la habilidad principal que Tong Ling, Liang Geliang, Chen Xinhua y otros "jugadores defensivos" de primer nivel utilizan, combinando corte con efecto y sin efecto con ataque. Ellos a menudo adoptan tácticas como: por ejemplo, enviar pesado efecto hacia atrás al rincón izquierdo de su rival, y luego enviar una pelota sin efecto al rincón derecho para forzar al rival a moverse desde la izquierda hacia la derecha y desde la derecha a la izquierda. Ellos hacen difícil para el rival juzgar el efecto, de forma tal que él devuelve una pelota de baja calidad ó aún la pierde completamente. Algunas veces ellos envían pelotas sin efecto al lado izquierdo del rival y luego pesado efecto hacia atrás a su lado derecho. Algunas veces ellos envían pelotas sin efecto largas y repentinamente una pelota corta con efecto hacia atrás pesado. Ellos utilizan estos métodos para forzar al rival a devolver la pelota mientras se está moviendo lateralmente ó de atrás hacia adelante, confundiéndolo con el cambio de efecto y el punto de contacto sobre la mesa. Esto incrementa la dificultad del rival en hacer curvas rápidas y atacar, así crea las condiciones y las oportunidades para que estos jugadores contragolpeen mientras cortan. El jugador debe ser capaz de cortar pelotas con grandes cambios en efecto y para cambiar el punto de contacto sobre la mesa para mover y confundir al rival, creando por medio de esto las oportunidades de ataque. El debe ser capaz de encontrar las oportunidades aún para contragolpear aún cuando su rival se ha dado cuenta del cambio de efecto y punto de contacto y está jugando invariablemente.

5.1.2. Combinar cortes cortos con contragolpes a la esquina. Chen Xinhua y Liang Geliang pueden cortar la pelota a la esquina de la mesa con revés y derecha desde la mitad de la mesa y desde muy cerca de la red forzando a sus rivales a producir una curva de baja calidad. Esto les provee la oportunidad para contratacar.

5.1.3. Combinar corte y bloqueo con ataque

Chen Xinhua, Liang Geliang y otros son buenos moviendo sus pies repentinamente hacia adelante para bloquear la pelota mientras que de otra forma estarían cortando continuamente produciendo nuevamente oportunidades para contratacar.

5.2 Combinación de ataque con corte

Por esto queremos decir más ataque que cuando combinamos corte con ataque. Tiene un alto porcentaje de puntos ganadores.

5.2.1. La combinación de Chen Xinhua de ataque con corte. Además de su corte sobresaliente, Chen es muy buen atacante de curvas. Su ímpetu para contratacar es fuerte. El utiliza ambos, revés y derecha para atacar cuando él juega contra un jugador de curvas. Tan pronto como la fuerza y velocidad de la curva de su rival decrece, él inmediatamente detiene su corta y en su lugar produce curvas. El también tiene un fuerte sentido de ataque después del servicio. El a menudo sirve a pelota con efecto ó sin efecto desde cualquier lado, con la intención de montar un inmediato ataque.

5.2.2. La combinación de Liang Geliang de ataque con corte. Liang puede ajustar su golpe fácilmente y con total destreza cambia a contrataques de derecha después de cortes continuos de derecha continuamente. El también puede cambiar de corte a curva. Si él tiene la oportunidad, él puede atacar y marcar tantos continuamente. El tiene un fuerte sentido de ataque después del servicio. En el momento crítico del juego, él a menudo marca tantos atacando después de servicios engañosos. Cuando él tiene

dificultad en contragolpear, él cambiará de ataque a defensa, buscando una oportunidad para contragolpear nuevamente.

Si el jugador de corte trata de hacer progresar su habilidad para contragolpear y devolver la curva y si él trata de desarrollar nuevas destrezas, él alcanzará con certeza mejores performances.