



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1

36209 VIGO

Tel. 986212982

Fax 986207399

www.fgtenis.net



XUNTA DE GALICIA

PRESIDENCIA

Secretaría Xeral para o Deporte

TECNIFICACIÓN PROVINCIAL

| PERIODICIDAD | TIEMPO DE ENTRENAMIENTO | DÍA | HORAS MÍNIMAS ENTRENAMIENTO | SEDES | JUGADORES | CONFIRMACIÓN PROVISIONAL TÉCNICOS |
|--------------|-------------------------|-----------------|-----------------------------|------------|-----------|--|
| 1/semana | 1,5 H + 1,5 H | A DETERMINAR | ALEVINOS 3H/SEMANA | A CORUÑA | 16 | LORENZO HERNÁNDEZ JOSE ANTONIO ANÓN BORJA IRIBARREN IAGO FERNÁNDEZ RONALD ÁLVAREZ |
| | | | | SANTIAGO | 8 | MIGUEL LAPIDO PEDRO SANCHEZ ROBERTO MARTINEZ SIMÓN FARIÑAS |
| | | | | FERROL | 8 | MATEO GARCÍA HIGINIO RIVAS CESAR VILASANCHEZ |
| | | | | LUGO | 8 | CAYETANO BURRIEZA |
| | | | INFANTILES 4H/SEMANA | ORENSE | 8 | ENRIQUE CONDE ADRIAN SAMPEDRO MANUEL RAMÓN GORGOJO |
| | | | | PONTEVEDRA | 8 | JUAN PABLO ÁLVAREZ AGRELO (CHIPÍ) |
| | | | | VIGO | 16 | HECTOR VÁZQUEZ JUAN JESÚS ANTÓN EDUARDO GIMÉNEZ JORGE GONZÁLEZ JORGE COMESAÑA ALEJANDRO MACEIRA |

TOTAL PROGRAMA

22097



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1

36209 VIGO

Tel. 986212982

Fax 986207399

www.fgtenis.net



1. INTRODUCCIÓN

Este programa nace para ofrecer a técnicos y jugadores una herramienta que permita mejorar su formación deportiva y profesional. Los criterios que se siguen buscan defender los valores que defiende la Federación Gallega de Tenis, ofreciendo una formación integral de la persona. Este proyecto exige por parte de todos un espíritu de colaboración, participación y comunicación para conseguir alcanzar los objetivos que nos planteamos, ya que no sólo buscamos la obtención de resultados deportivos destacados, sino crear una estructura potente que permita el desarrollo profesional de los técnicos y la formación integral de los tenistas Gallegos, desde alevines hasta absolutos, haciendo del tenis el medio en donde desarrollan buena parte de sus habilidades sociales, intelectuales y deportivas.

El programa de tecnificación provincial viene a mejorar la estructura del programa de tecnificación de la Federación Gallega de tenis. Esta organización quiere ofrecer unas buenas condiciones de entrenamiento hasta infantiles en todas las zonas de Galicia con el objetivo de incrementar el nivel del tenis Gallego.

2. OBJETIVOS.

- a. Incentivar a jugadores de nivel intermedio para incrementar el tiempo de entrenamiento.
- b. Detectar talentos deportivos.
- c. Contar con la participación de los mejores técnicos de toda Galicia.
- d. Llevar este programa a las ciudades mas importantes de Galicia.
- e. Unificar una Metodología de trabajo basada en las características de los golpes.
- f. Implementar la formación técnico - tactica de los jugadores gallegos.
- g. Organizar el programa de tecnificación sub 14 de forma equitativa entre las diferentes provincias.
- h. Motivar y asesorar a los jugadores en su formación deportiva.
- i. Establecer **mecanismos de colaboración y comunicación con los técnicos de los jugadores.**



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



1. SELECCIÓN JUGADORES

a. COMITÉ DE SELECCIÓN

i. Comité Técnico

1. Publica la convocatoria para la inscripción de los jugadores dentro del plan de tecnificación provincial.
2. Selección del grupo de técnicos que participarán en el programa.
3. Realización de 7 concentraciones, una por zona para la selección de jugadores.
4. Elaboración de listados priorizados de jugadores por provincias.

2. FUNCIONES GENERALES

a. COORDINADOR DEL PROGRAMA

- i. Seguimiento general del programa.
- ii. Coordinación con los técnicos provinciales.
- iii. Contacto y relación con los clubes colaboradores y técnicos de los jugadores.
- iv. Bajas, Altas, nuevas convocatorias.
- v. Faltas de asistencia, justificaciones, sustituciones, etc.

b. TÉCNICOS PROVINCIALES

i. Cada zona contará con varios técnicos, siguiendo los siguientes criterios:

1. Número de jugadores becados por zona.
2. Titulación mínima de Entrenador Nacional de Tenis(* será aceptado aquel profesional que sea considerado un entrenador de reconocido prestigio " a criterio del comité técnico")
3. Ser director de una escuela, o en su defecto en quien delegue el director de la escuela pero cumpliendo los criterios antes señalados y siempre siendo confirmado por el comité técnico.
4. Serán los encargados de llevar a cabo las sesiones con los contenidos de trabajo establecidos por el programa.
5. Cumplimiento del código ético.
6. Reunión trimestral para analizar el programa y a cada jugador.
7. El número de sesiones a realizar al mes dependerá de:
 - a. Número de jugadores.
 - b. Número de técnicos que participen por zona.
 - c. Instalaciones colaboradoras.



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



3. GRUPOS DE TRABAJO

- a. CRITERIOS
 - i. Categoría
 - ii. Nivel (esto quiere decir que si tenemos un jugador que por nivel se adapta mejor a una categoría superior, podemos incorporarlo en el grupo que encaje mejor)
- b. NÚMERO DE GRUPOS
 - i. Se establecerán en función de la zona.

4. COMUNICACIÓN Y GESTIÓN

- a. Publicación en la Web del listado inicial del grupo de entrenamiento
- b. Publicación en la Web del listado de confirmación de plazas para el 2º cuatrimestre.
- c. Confirmación de los jugadores del listado inicial.
- d. Realización de una nueva concentración para completar aquellas plazas que queden libres para el 2º cuatrimestre.
- e. Completar los listados con los jugadores suplentes.
- f. Cada semana los jugadores que vayan a faltar por cualquier causa, tendrán que comunicarlo con 4 días de antelación.

5. METODOLOGÍA DE TRABAJO.

Este apartado es básico para el buen funcionamiento del programa, ya que integrará la forma de trabajar de todos los técnicos, y servirá para crear un espacio común de entendimiento en donde los mayores beneficiados serán los jugadores becados con este programa.

- a. METODOLOGÍA BASADA EN LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS GOLPES.
 - i. Velocidad.
 - 1. Aplicación de Principios Biomecánicos.
 - ii. Profundidad.
 - 1. Proximidad a la red.
 - 2. Proximidad a la línea de fondo.
 - iii. Dirección.
 - 1. Fijas.
 - 2. Cambios de dirección.
 - iv. Efectos.
 - v. Altura.



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



b. ESTILOS DE ENSEÑANZA.

- i. Descubrimiento Guiado.
- ii. Asignación de Tareas.

c. TIPOS DE SESIÓN.

- i. Sesión 1.
 1. Realización del test ITN, y test físicos, grabación video.
 2. El técnico provincial una vez realizados los test, los enviará a los técnicos de los jugadores.
- ii. Sesión 2.
 1. Competición, competición simulada.
 2. Ejercicios buscando la mejora de las características del golpe (velocidad, profundidad, dirección, efecto, altura)
- iii. Sesión 3.
 1. Trabajo específico de juego de red.
 2. Transición fondo red.
 3. Trabajo de saque y resto.
- iv. Sesión 4.
 1. Trabajo específico de juego de red.
 2. Transición fondo red
 3. Trabajo de saque y resto.

d. SISTEMA DE ROTACIÓN DE TÉCNICOS

Cada técnico será el responsable de llevar a cabo 2 sesiones la semana que le toque, con una duración de 1,5 horas cada sesión.
La periodicidad de estas sesiones dependerá del número de técnicos que participen por zona. El día y el horario de entrenamiento debe ser el mismo en cada zona, esto quiere decir que podemos tener 7 organizaciones diferentes (1 por zona), pero cada zona sólo podrá tener una organización.

6. CONTENIDOS DE TRABAJO.

Establecimiento de una guía de formación técnica en función de la edad.
Como podemos ver en la programación de las sesiones, vemos que la importancia que le queremos dar al juego de red y $\frac{1}{2}$ pista es importante, ya que ocupa el 50% de las sesiones de entrenamiento.

La iniciación al tenis competitivo se produce en unas condiciones que no son favorables para el desarrollo del juego de $\frac{1}{2}$ pista y red, por los siguientes motivos:

- Condiciones físicas y antropométricas de los jugadores/as
- Tamaño de la pista.
- Niveles de velocidad y fuerza en el juego.

Esto hace que los jugadores no identifiquen la necesidad ni la importancia de desarrollar este tipo de juego, sin embargo, a medio largo plazo este juego se puede convertir en un buen arma a utilizar como esquema de juego, o incluso como recurso táctico ante jugadores de una determinada característica.



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



Por tanto los contenidos fundamentales del trabajo serían:

- a. TRABAJO ESPECÍFICO JUEGO DE RED
 - i. Trabajo técnico.
 - ii. Juego de pies
 - iii. Trabajo técnico – táctico.
 1. Situaciones ofensivas (favorables).
 2. Situaciones defensivas (desfavorables).
- b. TRANSICIÓN FONDO RED
 - i. Trabajo técnico
 1. Golpes con bote
 2. Golpes sin bote
 3. Entrebotes
 - ii. Trabajo técnico – táctico.
 1. Colocación – recolocación.
 - a. Combinaciones
 - i. En función de la posición del que sube.
 1. Situación ofensiva (favorable).
 2. Situación defensiva (desfavorable).
 - ii. En función de la posición del que se defiende.
 1. Situación ofensiva (favorable).
 2. Situación defensiva (desfavorable)
- c. CARACTERÍSTICAS DE LOS GOLPES
 - i. Velocidad
 1. Principios Biomecánicos
 - ii. Profundidad
 1. Proximidad a la red.
 2. Proximidad a la línea de fondo.
 - iii. Dirección
 1. Cruzadas
 2. Paralelas.
 3. Cambios de dirección.
 - a. Cruzadas.
 - b. Paralelas.
 - iv. Efectos.
 1. Plano.
 2. Cortado.
 3. Liftado.
 - v. Altura.
 1. Próxima a la red.
 2. Media altura.
 3. Alejada de la red.
 4. Globo.
- d. SERVICIO Y RESTO
 - i. Características del golpe
 1. Velocidad.
 2. Profundidad.
 3. Dirección.
 4. Efectos.
 5. Altura.
 - ii. Técnico – táctico.
 1. Modelos de juego.



Federación Gallega de Tenis
 Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
 36209 VIGO
 Tel. 986212982 Fax 986207399
 www.fgtenis.net



7. LISTADO DE JUGADORES/TÉCNICOS

| *NUMERO DE JUGADORES: | TÉCNICOS | PROVINCIAS | TOTAL |
|-----------------------|-----------|--------------|-----------|
| | 5 | CORUÑA | 16 |
| | 4 | SANTIAGO | 8 |
| | 3 | FERROL | 8 |
| | 6 | VIGO | 16 |
| | 1 | PONTEVEDRA | 8 |
| | 1 | LUGO | 8 |
| | 3 | ORENSE | 8 |
| TOTAL | 23 | TOTAL | 72 |

* El número de jugadores que se plantea es 4 por pista y entrenador.

| LISTADO DE JUGADORES POR PROVINCIA | | | | |
|------------------------------------|----------|--|-----------|----------|
| LUGO | | | | |
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

| TÉCNICOS |
|-------------------|
| CAYETANO BURRIEZA |

| ORENSE | | | | |
|----------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| MANUEL RAMÓN GORGOJO | | | | |
| ADRIAN SAMPEDRO | | | | |
| ENRIQUE CONDE | | | | |

**Federación Gallega de Tenis**

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
 36209 VIGO
 Tel. 986212982 Fax 986207399
 www.fgtenis.net



| CORUÑA | | | | |
|-------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| IAGO FERNANDEZ | | | | |
| RONALD ÁLVAREZ | | | | |
| LORENZO HERNÁNDEZ | | | | |
| BORJA IRIBARREN | | | | |
| JOSE ANTONIO AÑÓN | | | | |

| FERROL | | | | |
|-------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| HIGINIO RIVAS | | | | |
| MATEO GARCÍA DE | | | | |
| CESAR VILASANCHEZ | | | | |

| SANTIAGO | | | | |
|------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| PEDRO SÁNCHEZ | | | | |
| MIGUEL LAPIDO | | | | |
| ROBERTO MARTÍNEZ | | | | |
| SIMÓN FARIÑAS | | | | |



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



| VIGO | | | | |
|-------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| HECTOR VÁZQUEZ | | | | |
| JUAN JESÚS ANTÓN | | | | |
| ALEJANDRO MACEIRA | | | | |
| JORGE COMESAÑA | | | | |
| JORGE GONZÁLEZ | | | | |
| EDUARDO GIMÉNEZ | | | | |

| PONTEVEDRA | | | | |
|-----------------------------------|----------|--|-----------|----------|
| ALEVÍN | | | INFANTIL | |
| MASCULINO | FEMENINO | | MASCULINO | FEMENINO |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| TÉCNICOS | | | | |
| JUAN PABLO ÁLVAREZ AGRELO (CHIPÍ) | | | | |
| | | | | |

Se completarán las plazas de los jugadores y posibles incorporaciones de técnicos una vez realizadas las concentraciones de selección.



Federación Gallega de Tenis
 Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
 36209 VIGO
 Tel. 986212982 Fax 986207399
 www.fgtenis.net



8. CALENDARIO / PROGRAMACIÓN

CALENDARIO/ PROGRAMACIÓN

| FECHA | PONT. | | CORUÑA | | LUGO | | ORENSE | | VIGO | | SANTIAGO | | FERROL | |
|----------|-------|------|--------|------|------|------|--------|------|------|------|----------|------|--------|------|
| | TEC | CLUB | TEC | CLUB | TEC | CLUB | TEC | CLUB | TEC | CLUB | TEC | CLUB | TEC | CLUB |
| 7/11/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 14/11/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 21/11/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 28/11/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 05/12/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12/12/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 19/12/11 | | | | | | | | | | | | | | |
| 09/01/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 16/01/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 23/01/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 30/01/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 06/02/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 13/02/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 20/02/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 27/02/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 05/03/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12/03/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 19/03/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 26/03/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 02/04/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 09/04/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 16/04/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 23/04/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 30/04/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/05/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 14/05/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 21/05/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 28/05/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 4/06/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 11/06/12 | | | | | | | | | | | | | | |
| 18/06/12 | | | | | | | | | | | | | | |

- Se completará una vez que tengamos los jugadores, técnicos y sedes para llevar a cabo el programa.
- Como se observa se plantea una revisión en el mes de marzo para analizar posibles altas, bajas, etc.



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



9. CRITERIOS

a. ACCESO

- i. Estudio por parte de comité técnico de las solicitudes, teniendo en cuenta:
 1. Programa deportivo.
 2. Horas de entrenamiento.
 3. Condiciones de entrenamiento.
- ii. Cumplir las condiciones de ser Gallego, estar empadronado en la provincia, poseer licencia Federativa.
- iii. Realizar un mínimo de 3horas/semana/alevines y 4h/semana/infantiles con sus entrenadores del club.
- iv. Realización de una concentración en cada zona para evaluar el nivel de juego y decidir quién forma parte de cada grupo.
 1. Características:
 - a. Pruebas técnicas, técnico – tácticas y físicas.
 - b. Realización de un listado priorizado para acceso al programa por parte de comité de selección.
 - i. Coordinador del programa.
 - ii. Miembros del comité técnico.
 - iii. Director técnico FGT.
- v. Renovación de plazas libres con el listado priorizado, o realizando un nuevo proceso de selección.

b. PERMANENCIA

- i. Cumplir y respetar las indicaciones del entrenador.
- ii. Aprovechar las sesiones de entrenamiento.
- iii. Respeto a sus compañer@s de entrenamiento.
- iv. Asistencia a los entrenamientos.
- v. Informe positivo del técnico responsable acerca de aspectos técnico - tácticos, comportamiento y relación con sus compañeros.
- vi. Balance trimestral para renovación o nuevas incorporaciones.
- vii. Resultados deportivos destacados.

c. EXCLUSIÓN

- i. No cumplir ni respetar las indicaciones del entrenador
- ii. No aprovechar las sesiones de entrenamiento
- iii. No respetar a sus compañer@s de entrenamiento
- iv. Faltas de asistencia a los entrenamientos no justificadas
- v. Informe negativo del técnico responsable sobre aspectos técnico - tácticos, comportamiento y relación con sus compañeros
- vi. Falta de actitud en competición y entrenamientos.



Federación Gallega de Tenis

Fotógrafo Luis Ksado, 17-bajo, Of.1
36209 VIGO
Tel. 986212982 Fax 986207399
www.fgtenis.net



10. FUNCIONES/ CÓDIGO ÉTICO

a. TÉCNICOS

- i. Programar las sesiones
- ii. Cumplir los horarios y sesiones de trabajo.
- iii. Transmitir valores en sus sesiones de:
 1. Respeto.
 2. Esfuerzo.
 3. Solidaridad
- iv. Comprensión, respeto y colaboración entre los técnicos que trabajan dentro del programa.
- v. No utilizar estas sesiones buscando intereses particulares ni del club.

b. JUGADORES

- i. Asistencia y puntualidad en la sesiones
- ii. Comunicar con antelación y justificar las faltas de asistencia.
- iii. Respetar las indicaciones de los técnicos y cumplir con las tareas encomendadas.
- iv. Respetar y colaborar con sus compañeros de entrenamiento.
- v. Durante la temporada no se podrá cambiar a favor de ningún técnico o club que pertenezcan al programa de tecnificación provincial.
 1. Las consecuencias serían:
 - a. Cese del jugador en el programa de tecnificación provincial.
 - b. Cese del entrenador al favor del cual se ha hecho el cambio.
 2. En todo caso los argumentos para el cambio serán estudiados por el comité técnico para valorar la petición de cambio.
- vi. Número de faltas de asistencia sin justificar máximas (3)

11. CONDICIONES ECONÓMICAS

a. TÉCNICOS

- i. Pago de 68,20€ - 15% IRPF por cada 3 horas de entrenamiento a la semana.

b. JUGADORES

- i. Subvención de la Federación Gallega de tenis de 1,5 horas de entrenamiento con un sistema de rotación entre técnicos seleccionados por la FGT.