

5



6



## ASPECTO TÉCNICO

En esta parte es muy importante destacar la sensación de acompañar a la bola con las terminaciones para lograr la profundidad deseada.

La velocidad del golpe para lograr la profundidad la dejamos para más adelante, siempre prevalecerá el control y la continuidad en los peloteos en pareja, golpeando con un movimiento bonito (correcto).

Variénten la posición de juego para que entiendan que las terminaciones y preparaciones serán distintas en función de la distancia que debe recorrer cada bola.

Si los niños aprenden a jugar contemplando estas variables, sus cabezas trabajaran como el autofocus de una cámara de fotográfica, ajustando su swing para lograr determinado resultado.

### Fotos:

- 5 Derecha preparación / terminación.
- 6 Balance del cuerpo y reacción de brazos en el golpe de revés.

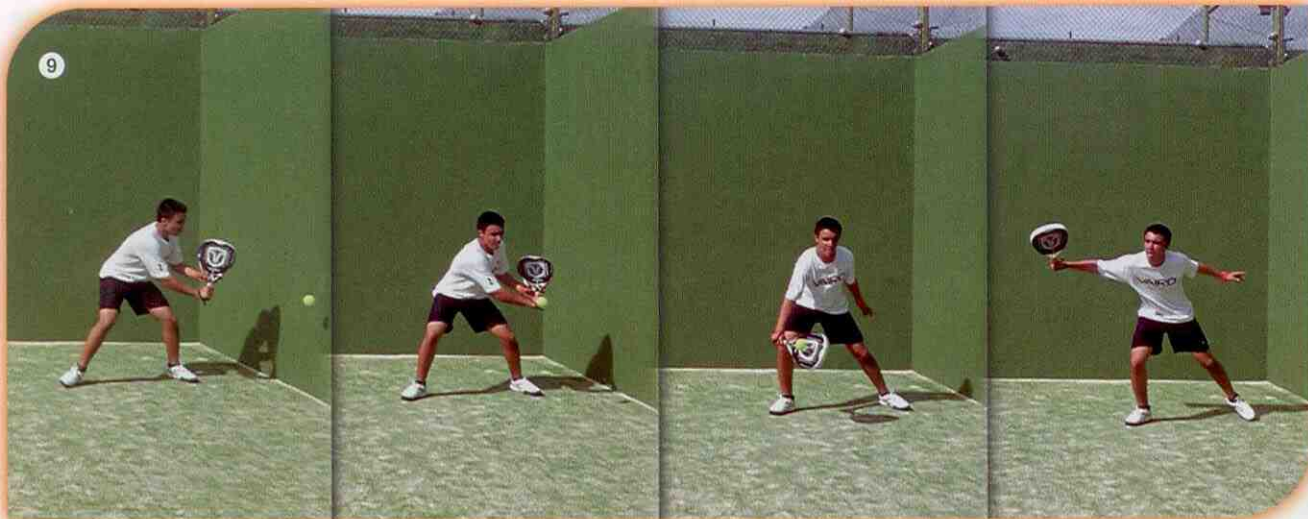


# CONSEJOS PARA MEJORAR EL JUEGO DE LOS NIÑOS

# KIDS VAIRO Academy



POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI



## CONSEJOS PARA MONITORES

Es el momento y el nivel de juego ideal para hacerles tomar conciencia a los niños sobre el resultado de cada golpe.

Se los puede filmar para que vean sus ejecuciones, el ritmo del movimiento, las terminaciones, donde y cuanto bota cada bola y como se colocan con respecto a la bola.

Sus demostraciones y las de los jugadores profesionales servirán como buenos ejemplos y servirán para reforzar sus instrucciones.

Trabajen la profundidad en sus golpes primero con peloteos con bolas a una misma velocidad y luego con cambios de velocidad intentando conseguir llevar la bola a la zona asignada.

Recuerden hacer las correcciones sin interrumpir los peloteos a no ser que deban sugerir algo importante o cambiar de ejercicio.

### Fotos:

9 Progresión de salida de pared de revés con profundidad.

VAIRO Academy Kids



top  
padel

# CONSEJOS PARA MEJORAR EL JUEGO DE LOS NIÑOS

# KIDS VAIRO Academy



por HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI



## CONSEJOS PARA MONITORES (NIÑOS 6 A 8 AÑOS)

Los profesores pueden colocar sobre la red una cuerda simulando una red más alta o una zona con marcas o conos que determine la profundidad en la que la bola debe volar, esto les dará una mayor idea sobre el vuelo de la bola y los motivará en la práctica.

Deben participar en los drills demostrando como y donde impactan a la bola para que vuele más destacando el ángulo de entrada de la pala con respecto a la bola (cara ligeramente abierta) y la colocación del cuerpo como para conseguir determinado resultado.

Después de observar el resultado inicial de sus ejecuciones y ver como incorporan los respectivos ajustes, los profes lo deberán guiar con algunas acotaciones para conseguir el objetivo pautado. Desafíenlos con juegos de precisión y competencias dando mayor puntuación a los envíos que entren en la zona pautada.

### Fotos:

3 Progresión revés avanzando.

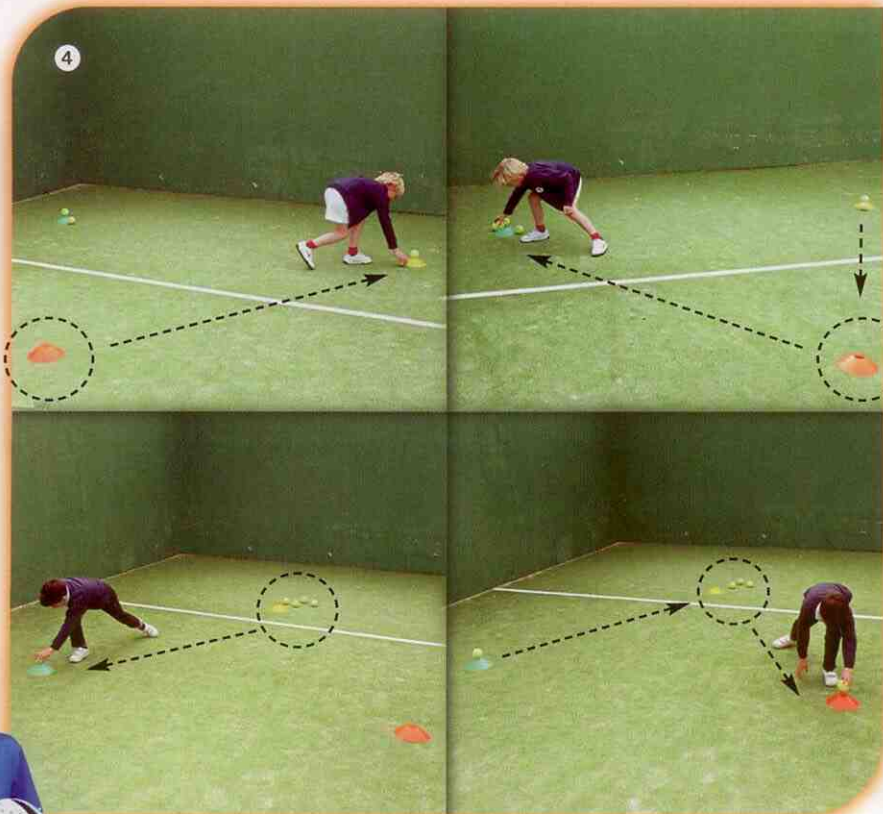
VAIRO Academy Kids





POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI

SEVAIRO Academy Kids



## NIVEL INICIACIÓN

### DESPLAZAMIENTOS Y EJERCICIOS

Inculquenles jugar siempre detrás de la bola y trabajen con los niños la reacción inicial y la lectura de la bola del rival.

La preparación rápida del golpe favorecerá el gesto de la terminación y el ritmo del swing. En este nivel de juego cuando la preparación es tardía o muy lenta la terminación es más acelerada y descontrolada.

También colabora la trasferencia del peso del cuerpo en la profundidad de golpe.

Les pueden realizar ejercicios de desplazamientos y colocación del cuerpo impartiendoles ordenes con números para cada movimiento y poniendo marcas en el suelo.

**Ejemplo:** 1 retroceso de revés, 2 retroceso de derecha, 3 avance derecha, 4 avance de revés, o sea una jugada podrá ser 1-2-3-4, otra 3-1-2-4.

### Fotos:

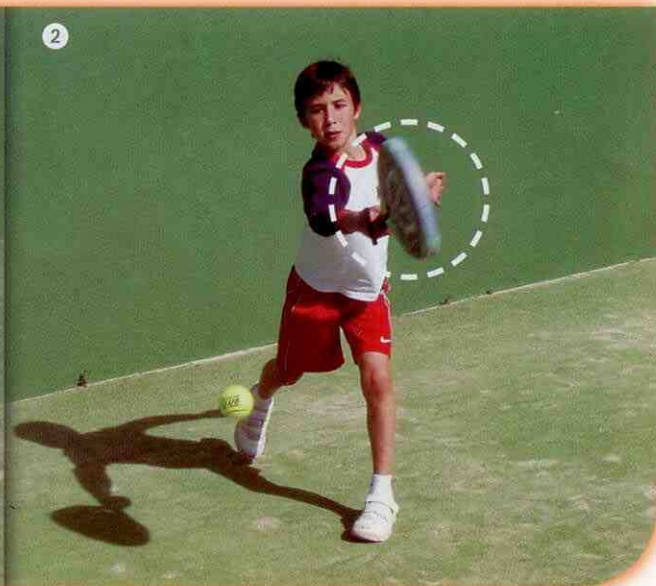
4 Ejercicios desplazamientos en diagonal hacia adelante y hacia atrás.





POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI

Vairo Academy Kids



## NIVEL INICIACIÓN OBJETIVO

Una vez que los niños de nivel iniciación comienzan a tener regularidad en su juego y dirección en sus peloteos, les enseñaremos a jugar con **PROFUNDIDAD**. Manejaremos la profundidad con las terminaciones de los golpes y con el vuelo de la bola. Le inculcaremos al niño que no es necesario pegar fuerte para llevar la

bola más al fondo de la pista, sino pasando la bola un poco más alta sobre la red o alargando la terminación del golpe.

En muchos casos deberán impactar la bola dejándola caer un poco más para golpearla de abajo hacia arriba y adelante.

Les tendremos que aclarar que no es un globo lo que deben jugar sino una bola más bombeada.

Golpeando así lograrán mayor profundidad y regularidad.

### Fotos:

- 1 Derecha entrando por debajo de la bola.
- 2 Terminación derecha.





POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI

VAIRO Academy Kids



## NIVEL PERFECCIONAMIENTO

### DESPLAZAMIENTOS Y EJERCICIOS

Deben inculcar el hábito de jugar con mucha movilidad y a desplazarse bajo el centro de gravedad bajo para que golpeen agarrados al suelo y con un buen balance del cuerpo.

Un buen modelo a seguir es la movilidad que tienen los jugadores de tenis de alta competencia, como ellos están continuamente jugando en puntas de pie y con el cuerpo encorvado en las ejecuciones.

Con ejercitaciones físicas exigentes modelarán el carácter del joven jugador haciéndolo más combativo y más fuerte ante la adversidad. Simulen en los entrenamientos físicos jugadas y situaciones de juego parecidas a las reales.

Trabajen en equipo con un preparador físico especialista en pádel para planificar las sesiones de práctica en pista y fuera de ella.

#### Fotos:

10 Ejercicios con la bola rodando en el suelo.



# CONSEJOS PARA MEJORAR EL JUEGO DE LOS NIÑOS

# KIDS VAIRO Academy



POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI



VAIRO Academy Kids

## NIVEL PERFECCIONAMIENTO ASPECTO TÉCNICO-TÁCTICO

Trabajar la profundidad no significa solo jugar envíos largos sino saber que porción de movimiento debe el niño realizar para un golpe profundo, corto o angulado. Esto les permitirá aplicar las distintas estrategias para sus rivales, ya que a algunos les resulta difícil moverse hacia, adelante, atrás o a los lados.

La profundidad se la aplica en todos los golpes, de fondo, con rebote, de contra pared, voleas, bandejas y smash. Dominando las variantes de profundidades podrán utilizar el golpe adecuado en el momento oportuno.

### Fotos:

- ① Volea de revés a zona.
- ② Nivel de hombros volea de derecha.



POR HORACIO ÁLVAREZ CLEMENTI

VAIRO Academy Kids



## NIVEL PERFECCIONAMIENTO

En el nivel perfeccionamiento es importantísimo jugar profundo ya que cuanto más lejos se tenga al rival más tiempo tendrán para resolver la jugada y este supuestamente les jugará envíos menos ofensivos.

Los ejercicios los realizarán manejando un margen menor del vuelo de la bola (no tan por encima de la red) que en el nivel de juego anterior y con mayor velocidad de bola, cumpliendo con las profundidades pautadas. Es vital que observen el nivel de los hombros y el balance del cuerpo en cada golpe ya que eso influirá en el resultado del golpe.

También deberán considerar la velocidad de la bola del rival y a que distancia de la red acaban golpeando para decidir cuánto vuelo, acompañamiento y fuerza requiere cada golpe para alcanzar el objetivo previsto.

### Fotos:

- 7 Posición de los hombros.
- 8 Punto de impacto con ángulo de pala ligeramente abierto.

