

Tenis BOLÍVAR
NIT: 800244795 - 6

Cartagena de Indias D.T. y C. 2 de septiembre de 2024

Doctor
CAMPO ELIAS THERÁN HUMANEZ
Director IDER
Cartagena de Indias D. T. y C.

REFERENCIA: solicitud de apoyo para el desarrollo de la estrategia "**Tenis en los Barrios".**

Cordial saludo,

PRESENTACION:

La Liga de Tenis Bolívar, en nuestra calidad de profesionales de la pedagogía y entrenamiento del deporte del tenis ofrecemos al IDER nuestra capacidad laboral para poder llevar a cabo conjuntamente los programas de Expansión de este deporte en niños entre los 5 y los 10 años de las escuelas, comunidades y colegios de estratos menos favorecidos en el distrito de Cartagena con duración de tres meses.

Este programa incluirá práctica de Pre-tenis, Mini tenis recreativo, social, competitivo y/o de rendimiento y se desarrollará en las instalaciones de los barrios de las 3 localidades:

Barrios por Localidad 1: Amberes, Siete de Agosto y Canapote
Localidad 2: Gaviotas, Los Alpes, Las Palmeras.
Localidad 3: Blasdelezo, El Campestre, 20 de Julio.

INTRODUCCION:

Luego de analizar el carácter social del deporte y sus implicaciones económicas, afectivas y formativas, hemos concluido que es el medio ideal a través del cual los niños pueden aprovechar la franja de tiempo libre extra escolar para realizar una actividad en la cual se conjugue varios objetivos que conlleven a mejorar la calidad de vida.

El proceso de enseñanza y aprendizaje del tenis de campo, nos permite crear y desarrollar en el alumno una serie de valores y hábitos que repercuten positivamente en el desarrollo de sus habilidades cognitivas, en su motivación para realizar tareas escolares, en su estado de salud mental y físico y en su relación con el medio ambiente y con sus compañeros.

Por lo anterior, La Liga de Tenis considera indispensable colaborar y aceptar el reto de la implementación, desarrollo y seguimiento de este programa de masificación del tenis, que le brindará a la población elegida los elementos necesarios para su desarrollo social, económico y cultural.

OBJETIVOS:

- Crear una Escuela de formación deportiva en Tenis de Campo a través del Programa con Escuelas del Distrito que cumpla con los principios pedagógicos y deportivos necesarios para lograr el rendimiento del individuo y una mejora en la calidad de vida.
- Contribuir a la mejora de la salud mental y física de los niños de las Escuelas y colegios escogidos para el programa, mediante la práctica y el aprendizaje del Tenis de Campo.
- Optimizar el uso del escenario deportivo mediante la ejecución de programas de masificación de esta disciplina deportiva. Dar a conocer este deporte en el distrito de Cartagena.

JUSTIFICACION:

Muchos debates, discusiones, seminarios e investigaciones acerca de la calidad de vida de la población y de su rendimiento dentro de la sociedad, concluyen que estos dos factores están condicionados por el bienestar general del individuo y su relación tanto con el medio como con sus familias y compañeros de colegio; de tal forma que si existiera alguna actividad a través de la cual se pudiera lograr esto utilizando el tiempo libre extra-escolar se podría beneficiar no sólo al niño sino indirectamente al grupo con el que interactúe.

La práctica de un deporte en los niños trae múltiples beneficios en su formación y educación, contribuye al fortalecimiento de la disciplina, la moral, las buenas costumbres y los ayuda a socializar con otras personas. Este programa busca en el largo plazo la difusión del deporte y brindar la oportunidad a niños de bajos recursos de aprovechar su tiempo libre en actividades que los ayuden a cubrir sus necesidades de recreación, a conservar su salud y a ser mejores personas.

De igual manera este programa contribuye a darle a los escenarios deportivos un toque social y ponerlos al servicio de la comunidad con unos lineamientos y parámetros de organización definidos que permitan obtener óptimos resultados. El tenis en los barrios lo vamos a desarrollar en las canchas múltiples de las tres localidades, ya que se llevaran

mallas portátiles donde podemos aprovechar el espacion y ubicar varias canchas simultaneas de los siguientes barrios:

Localidad 1: Amberes, Siete de Agosto y Canapote
Localidad 2: Gaviotas, los Alpes, las Palmeras.
Localidad 3: Blasdelezo, El Campestre, 20 de Julio.

DESARROLLO:

Como todo programa y proceso hablamos de una secuencia metódica sujeta a unos principios que se deben cumplir con ciertos parámetros o metas antes de pasar al siguiente aspecto de desarrollo; así pues, estructuramos unos niveles en los cuales se habrán de desarrollar algunos medios específicos y su evaluación dependerá de los logros y avances obtenidos, así como de la edad biológica y cronológica del niño deportista.

FASE INICIAL:

Selección del grupo de niños que conformarán el Programa así:
Se trabajará con 9 grupos de 20 niños cada uno por cada Localidad, esto nos da un total de poblacion por localidad de 180 niños, con lo que se impacta una totalidad de 540 niños del distrito de Cartagena, clasificado por edades y con clases 4 horas por semana.

Impactar por edad poblacional:
Niños de 7 años : 180 entre las 3 localidades
Niños de 8-9 años: 180 entre las 3 localidades
Niños de 10-11 años: 180 entre las 3 localidades

Los horarios son:

- Lunes y Jueves: Niños de 7 años 3-5pm
- Martes y Viernes: Niños de 8-9 años 3-5pm
- Miércoles y Sábados: Niños de 10-11 años 3-5pm y 8-10am

NIVEL 1: PRE-TENIS SEIS SEMANAS

PARTE FISICA	PARTE TECNICA	PARTE PSICOLOGICA
• Irradiación o Aprendizaje • Coordinación Visomanual • Coordinación Visopédica	• Global • Tenis Rodado • Mini – Tenis	• Motivación • Disciplina



• Equilibrio Dinámico • Ritmo • Diferenciación • Velocidad de Reacción • Anticipación • Flexibilidad	• Pre - Tenis	• Responsabilidad

NIVEL 2: MINI-TENIS OCHO SEMANAS

PARTE FISICA	PARTE TECNICA	PARTE PSICOLOGICA
• Técnica Básica • Coordinación Específica • Balance y ritmo de ajuste • Velocidad de acción • Velocidad de proyección • Resistencia General • Flexibilidad	• Mini-tenis • Técnica de golpes básicos • Técnicas de mallas • Técnica del Servicio • Efectos	• Conciencia del Esfuerzo • Inicio de la competencia • Relación de Equipo

NIVEL 3: 1 AÑO

PARTE FISICA	PARTE TECNICA	PARTE PSICOLOGICA
• Iniciación al Tenis • Coordinación especial • Velocidad de acción • Fuerza general • Resistencia anaeróbica • Resistencia aeróbica • Flexibilidad	Armonía y fluidez de: • Golpes básicos • Golpes de malla y saque • Técnica de golpes especiales. • Aplicación táctica de la técnica • Primeros patrones de juego	• Manejo de situaciones de stress • Manejo de la ansiedad • Manejo de la voluntad.

NIVEL 4: 2 AÑOS

PARTE FISICA	PARTE TECNICA	PARTE PSICOLOGICA
• Habilidades coordinadas	• Consistencia en golpes básicos.	• Estados de arranque

• Resistencia Específica • Fuerza Específica • Velocidad – autoconfianza • Flexibilidad	• Profundidad en golpes básicos. • Dominio en golpes especiales. • Afianzamiento táctico. Análisis táctico del rival. • Estrategias y patrones de juego.	• Ansiedad y control emocional.

RECURSOS Y PRESUPUESTO:

Los principales recursos consisten en los espacios físicos o instalaciones deportivas del municipio y de los profesionales encargados del desarrollo del Programa en sus diferentes niveles.

El programa como tal no tiene ningún costo para los alumnos, es decir la Liga de Tenis destina las canchas necesarias en los horarios establecidos para que se dicten las clases; sin embargo el desarrollo del mismo implica una serie de inversiones entre los que se incluyen los descritos en el siguiente presupuesto, y que cobija hasta el Nivel No. 2, es decir, los 3 meses, el aporte que entregara la liga enseñanza es con 46 horas como apoyo, ya que se darán a la comunidad 144 horas de clases de tenis

Descripción Requerimiento	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total
1 Coordinador	98 horas	$ 100.000	$ 9.800.000
3 Instructores	98 horas	$ 60.000	$ 17.640.000
3 Monitores	98 horas	$ 50.000	$ 14.700.000
Bolas punto rojo y bola naranja	500 tarros que vienen por 3 bolas da un total 1.500 pelotas de tenis.	$ 32.500	$ 16.250.000
Conos	180 unidades	$ 4.000	$ 720.000
Lazos	180 unidades	$ 4.000	$ 720.000
Aros	180 unidades	$ 4.000	$ 720.000
Balones de caucho	180 unidades	$ 6.000	$ 1.080.000
Colchonetas	180 unidades	$ 25.000	$ 4.500.000
Hidratación	2520 unidades	$ 2.000	$ 5.040.000
Uniformes camiseta tela deportiva saque la	540 Uniformes	$ 60.000	$ 32.400.000



NIT: 800244795 - 6

humedad de adentro hacia afuera, con logotipo ider			
Raquetas	180 unidades	$ 160.000	$ 28.800.000
• Mallas Portátiles	30 unidades	**$ 1.500.000**	$ 45.000.000
• Festival cada mes y medio en el complejo de raquetas, en los que se realizaran competencias, juegos didácticos y premiación a deportistas.	2 Festivales	**$ 4.000.000**	$ 8.000.000
		TOTAL	**$ 185.370.000**

Cualquier información adicional o aclaración con gusto la resolveremos en nuestra oficina en el complejo de Raquetas, Tel: 6561225, cel: 3014588853 –3102649700.

Cordialmente,

GUSTAVO RAFAEL RODRIGUEZ NAVARRO
C. C. # 73. 158. 471 de Cartagena
Director administrativo y financiero Liga de Tenis de Bolivar