



# **CAMPUS ESPORTIUS ESTIU 2018**

**Dossier informatiu**

## 1. INTRODUCCIÓ

Aquesta Setmana Santa, el Club Tennis Natació Sant Cugat presenta una oferta d'activitats per a tots vosaltres.

El Club Tennis Natació Sant Cugat es complau en adjuntar tota la informació necessària per a conèixer les activitats, els objectius, tan esportius com pedagògics d'aquests casals.

El contingut d'aquest dossier i la seva lectura per la vostra part són fonamentals pel bon funcionament de les estades.

La nostra intenció és realitzar unes estades on, l'educació esportiva i la diversió sigui la principal finalitat. El més important per a nosaltres és que les activitats que s'hi duguin a terme comportin un aprenentatge significatiu per a tots els participants. Per a que esdevingui una realitat, cal que el disseny de les activitats i la professionalitat dels monitors assegurin el seu benestar i la seva seguretat, plantejant objectius educatius que s'assoleixin a través d'una metodologia i una programació adequada.

## 2. OBJECTIUS PRINCIPALS

- Assolir aprenentatges esportius bàsics en cada una de les activitats.
- Potenciar aspectes afectius i socials entre els alumnes, com la col·laboració, el respecte o la integració.
- Vetllar pels bons hàbits físico-esportius, en aspectes com la higiene, l'alimentació, l'ordre, etc.
- Gaudir de les vacances.

## 3. LES ACTIVITATS

### 3.1 ESPORTS

La secció d'esports és una de les que més agraden als participants. Partim de l'objectiu que practiquin i experimentin el màxim possible d'esports, ja que entenem que és el més interessant en aquestes edats. En tots els esports, es busquen objectius que permetin als participants adquirir coneixements bàsics sobre els mateixos. Per assolir-ho ens ajudem del joc pre-esportiu, mitjançant modificacions del reglament, del material, de l'espai de joc, etc.

### 3.2 JOCS

Amb els més grans, a part dels esports habituals, també realitzem una gran diversitat d'activitats. El concepte jocs engloba múltiples formes jugades com: gimcanes, grans jocs, jocs de pistes, jocs tradicionals, tallers de manualitats, etc. Una hora dedicada a potenciar la imaginació, la relació entre participants, i com no, passar-ho d'allò més bé.

### 3.3 PISCINA

En el cas de la natació, les activitats amb els més petits són dirigides principalment amb formes jugades. Els aprenentatges principals són la posició del cos a l'aigua, entrades a l'aigua, respiració i desplaçaments. Amb els més grans, es procura integrar jocs aquàtics combinat amb la tècnica d'estils.

### 3.4 TENIS

El tennis és l'esport de la casa. Entenem que els participants a les nostres estades tenen interès en iniciar-se en aquest esport i adquirir un cert domini i perfeccionament, ja que alguns d'ells porten un cert temps de pràctica. Amb els que s'inicien, el nostre objectiu prioritari són els de familiaritzar-se amb la raqueta, conèixer els fonaments tècnics i tàctics de l'esport i les normes més elementals.

### 3.5 PÀDEL

Incorporem l'activitat de pàdel per a nens i nenes a partir dels 8 anys. Els iniciarem en aquest atractiu esport.

### 3.6 ALTRES ACTIVITATS

#### 3.6.1 TALLERS

A l'igual que la resta d'activitats, la part d'expressió té molta importància. Dins el concepte tallers, englobem totes aquelles activitats artístiques i d'expressió com les manualitats, la teatralitat, la pintura, música, etc. En tot moment l'infant és el protagonista, el creador de l'obra, sempre amb l'ajut i l'orientació dels monitors/es.

#### 3.6.2 BALL

Per als nens i nenes d'edats compreses entre els 6 i els 12 anys. En aquesta activitat els introduïm en el món del moviment i la música, de la consciència corporal, de l'expressió mitjançant l'espai, el cos i la imaginació.

#### 3.6.3 MOTRICITAT

Activitat nova pels més petits de la casa (de 3 a 5 anys). Mitjançant formes jugades i circuits, faran un treball motriu, d'equilibri, coordinació, lateralitat...

#### 3.6.4 L'ANGLÈS, ACTIVITAT FONAMENTAL

Seguim apostant per treballar l'anglès a través de les activitats programades. Els més grans, tindran 1h d'anglès al dia, ja que l'activitat d'esports s'imparteix totalment en anglès. D'altra banda, els més petits, faran 2h i mitja a la setmana d'angles, amb diverses activitats i jocs que els hi servirà per enriquir-se amb molt vocabulari.

## 4. NORMATIVA BÀSICA

La normativa que a continuació detallem, cal que sigui respectada en benefici del nen o la nena inscrit.

Cal ser puntual en l'hora d'arribada.

### HORARIS D'ARRIBADA I RECOLLIDA

- ≈ L'estada consta de tres torns: matí, matí + dinar i tot el dia
- ≈ Tots els pares i mares tenen l'opció de pàrquing a partir de les 8.30 del matí (servei gratuït).
- ≈ Arribada habitual dels participants → de 8.30 a 9.00 a la zona de bosc.
- ≈ En cas de pluja, l'arribada serà al teatre
- ≈ Recollida dels participants de matí → entre les 13.45 i les 14.00 al bosc.
- ≈ Recollida dels que es queden a dinar → entre 15.00 i 15.30 al bosc.

Cada participant tindrà un punt de trobada i recollida, una zona marcada on cada dia serà rebut per un monitor/a i recollit pels pares. La zona escollida és el bosc de l'entrada o zona pícnic. El primer dia d'estades s'especificarà quina és aquesta zona, quan arribeu al club de seguida sereu atesos pels responsables i guiats fins el punt de trobada.

La inscripció a les estades no dona dret de soci ni als inscrits ni als pares o acompanyants, és a dir, no es pot gaudir de les instal·lacions (frontó, tennis, piscina, sala de joc, etc.) pel fet d'estar inscrit, a excepció del servei de bar-restaurant, que és obert als no socis.

- 4.1 No és permès, pel bon funcionament de les activitats, estar al mateix lloc on el vostre fill/a està realitzant una activitat concreta.
- 4.2 No es permetrà el joc amb consoles, Mp3 o similars durant el transcurs de les estades.
- 4.3 En cas de que sigui necessari donar al nen/a un medicament cal que ho comuniqui en el moment de la inscripció, de la mateixa manera que possibles al·lèrgies o altres observacions importants dels vostres fills/es. No es donarà cap medicament sense prèvia autorització escrita i degudament signada pel pare/mare o tutor.
- 4.4 Es prega que en cas que vingui una altra persona a recollir el nen/a ho comuniqui al responsable de grup per escrit a primera hora.
- 4.5 Recordeu que les places són limitades.
- 4.6 En cas d'observar la presència de polls al vostre fill/a, preguem ho comuniqui el més aviat possible a l'organització.
- 4.7 Es prega que els participants no portin objectes de valor a les estades. Tampoc és recomanable que disposin de diners.
- 4.8 L'organització es reserva el dret a donar de baixa a qualsevol inscrit que de forma greu alteri la convivència o el manteniment de les instal·lacions.
- 4.9 Un cop tancades les places no s'acceptarà cap canvi de dates ni retorn de diners.

## 5. MATERIAL NECESSARI

- Una bossa còmoda, tipus motxilla
- Pantaló curt i samarreta, a ser possible de colors clars. Tota la roba ha d'anar marcada amb el nom del nen/a.
- Calçat còmode (bambes), pels més petits preferible velcro.
- Banyador, casquet de bany i tovallola o barnús. Important també portar xanquetes.
- Raqueta de tennis adequada a l'edat. A partir de 8 anys raqueta de pàdel.
- Bossa de plàstic per la roba mullada.
- Un muda de recanvi pels més petits.
- Esmorzar (petit entrepà, fruita o suc).
- Crema protectora: els nens/es venen de casa amb crema solar.

## 6. EL DINAR

L'horari de dinar serà a les 13:00 pels nens/es de 3 a 5 anys (grup petits) i a les 14:00 a partir de 6 anys.

Les racions s'adaptaran a les característiques individuals del nen/a. En general la beguda que es servirà serà aigua, amb excepció d'algun dia concret que es podrà servir un refresc. Respecte al menú busquem una mica de varietat, que mengin de tot, però procurant que siguin coses que els hi agradin.

Tindreu el menú setmanal a la vostra disposició.