CASAL ESPECIALITAT MULTIESPORT I LLEURE

HORARI D'EXEMPLE MATINS

Els horaris i tipus d'activitats de cada grup es defineixen segons l'edat dels infants (en funció dels continguts i objectius) i del volum total del casal (per adaptar-ne l'organització d'espais).

Un dels aspectes a tenir en compte és **el temps d'exposició al sol**. Per això, diàriament programem una activitat que permeti trencar l'exposició continuada al sol.

A la **reunió telemàtica del dimarts 20 de juny** explicarem amb més detall el programa i resoldrem tots els dubtes que pugui haver-hi.

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
09:00 09:45	Jocs de presentació	Iniciació esportiva	Motricitat o iniciació esportiva	Motricitat o iniciació esportiva	**ACTIVITAT DELS DIVENDRES**
09:45 10:30	Jocs - activitats lúdic esportives	Motricitat o iniciació esportiva	Natació	Jocs - activitats lúdic esportives	
10:30 11:00	*ESMORZAR*	*ESMORZAR*	*ESMORZAR*	*ESMORZAR*	
11:00 11:45	Activitats d'aula	Pàdel/Parc Multi Aventures	Jocs	Activitats d'aula	
11:45 12:30			Jocs d'aigua*		
12:30 13:00	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	Recollida material i dutxes	

***Els jocs d'aigua es realitzaran en el cas de no tenir indicacions que recomanin no fer-ne ús**

HORARI TARDES

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
13:30 15:00	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)	DINAR (2 TORNS)
15:00 15:15	DESCANS	DESCANS	DESCANS	DESCANS	DESCANS
15:15 16:15	A ESCENA!	IOGA I RELAXACIÓ	CUINEM!	CINEMA FUNDACIÓ I	CINEMA FUNDACIÓ II
16:15 16:45	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC	TEMPS DE JOC
16:45 17:00	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA	RECOLLIDA I ENTREGA

ACTIVITATS MULTIESPORT I LLEURE

Les activitats que realitza cada grup es programen en funció de l'edat dels infants

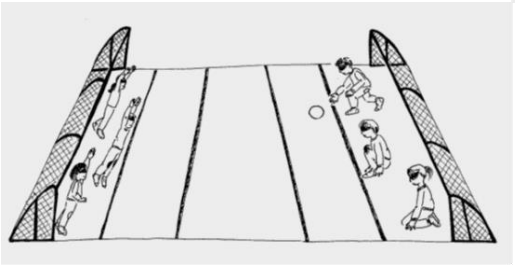
❖ INICIACIÓ ESPORTIVA

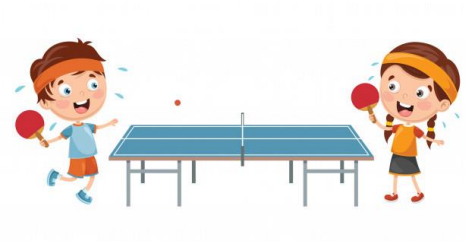
Introduir als infants en diferents esports a través de la seva vessant lúdica, pre esportiva i d'iniciació:

- Korfball
- Voleibol
- Tenis platja
- Tenis de taula
- Futbol
- Esports adaptats (cessió de material per part de la Diputació de Barcelona)
- Tchoukball
- Bubble football (amb bubbles pròpies)
- Altres









❖ JOCS I ACTIVITATS LÚDIC-ESPORTIVES

Aprofitar les diferents variants que els jocs ens proporcionen per jugar en grup

- Jocs de presentació i jocs de grup en rotllana
- Jocs tradicionals (infinitat de jocs que ens permeten jugar i moure el cos alhora)
- Jocs populars (amb la cessió de materials per part de la Diputació de Barcelona)





I Activitats i jocs amb i sense materials que ens permeten incidir en el desenvolupament físic, cognitiu i socio-afectiu dels infants

- Activitats esportives lúdiques de desenvolupament de les habilitats, la coordinació i la cooperació (amb i sense materials)
- Altres (xanques, activitats de corda, gimcanes ...)

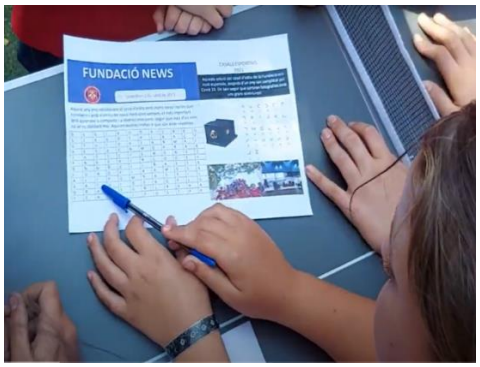






- **MOTRICITAT**. Activitats amb materials per incidir en el desenvolupament motriu dels infants més petits:
  - Cames elàstiques, matalassos d'educació física, pilotes escuma, pilotes fit ball, pilotes inestables ...
  - Bancs, rodes, cintes, cordes ...
  - Tanques, cons, piques, cèrcols ...

- **ACTIVITATS GRUPALS D'AULA** (Centre cívic Plaça Europa, aula i sala de jocs). Activitats a partir de la temàtica del casal:
  - Dinàmiques de grup
  - Habilitats representatives i comunicatives
  - Habilitats lingüístiques
  - Jocs d'enginy i resolució de problemes
  - Manualitats
  - Audiovisuals i activitats segons temàtica del casal
  - Jocs de taula (d'orientació grupal)





- **ACTIVITATS ALTERNATIVES**
  - Jocs d'aigua
  - Gimcanes
  - Room Escape
  - Excursions temàtiques
  - Etc....

ACTIVITATS DE TARDA

- **A ESCENA!**

Els diferents dilluns proposarem activitats en grup on posar a prova la nostra capacitat interpretativa en diferents contextos i fomentant el treball en equip

- **CUINEM!**

Hem seleccionat receptes molt divertides, creatives i amb l'ajuda de les arts plàstiques.

- **IOGA i RELAXACIÓ**

Activitat on aplicarem alguns mètodes senzills per facilitar moments de tranquil·litat i relaxació

- **CINEMA FUNDACIÓ**

Els dijous i divendres acabarem de manera pausada la setmana amb una peli per a tots els públics

- **TEMPS DE JOC**

Serà el temps que donarem per poder jugar de manera relaxada i lliure en espais on hi tenim ombra i amb els materials esportius i jocs dels que disposem

ACTIVITAT DELS DIVENDRES

Divendres 30 de juny i divendres 21 de juliol – PLATJA

Platja Castelldefels (autocar)





Divendres 07 de juliol – POBLE ESPANYOL

Activitats-tallers dirigits per la secció educativa del Poble Espanyol segons edat:

Pintem una piruleta de ceràmica; Festa major; Cursa d'orientació; Coneixem el poble

POBLE ESPANYOL
Barcelona

T-E grup escolar
AMB | Mobilitat
xarxa metropolitana
barcelona

Divendres 14 de juliol – JUMP YARD I SALTING HOSPITALET

Jump Yard per als més grans i Salting Hospitalet per als més petits (autocar)

JUMP YARD

salting



Divendres 28 de juliol – FESTA DE CLOENDA

Com sempre tanquem el casal amb una gran festa de cloenda!





ALTRES ACTIVITATS I COL·LABORACIONS

Activitats setmanals externes: Natació, Pàdel, Parc multi aventura

poliesportiu municipal gornal

PLUSPADEL INDOOR

ilusiona bowling

Material de préstec esportiu i sensibilitzador

Diputació Barcelona

Amb la col.laboració de l'Ajuntament de L'Hospitalet i l'ús del Centre Civic Plaça Europa



Ajuntament de L'Hospitalet

APROXIMACIÓ GENERAL ALS CASALS DE LA FUNDACIÓ

A la Fundació Esportiva L'Hospitalet Atlètic portem molts anys organitzant casals (de primavera, estiu i setembre), els quals hem viscut de manera gratificant tant a nivell d'experiència com de nombre de participants. Per nosaltres els casals són una gran oportunitat per seguir fomentant l'esport i els hàbits saludables en els infants. I és que, a banda de salut, l'esport i els jocs esportius són una eina que fomenta la cohesió social i el benestar emocional, permetent desenvolupar també valors fonamentals com el fet de compartir, el respecte, la tolerància o la inclusió. Per això, sempre des de dins ens exigim generar un context on regni el bon ambient i la companyonia.



Aquest és el motor de les persones que portem aquest projecte endavant. Tots aquests anys ens han servit per crear un grup de treball ben avingut que vol transmetre aquesta mateixa il·lusió als infants que hi participen. Per la nostra formació (titulats en Ciències de l'activitat física i l'esport, Tècnics en animació d'activitats físiques i esportives, monitors de lleure) els nostres casals tenen una orientació plenament esportiva i, alhora, a les activitats de lleure.

Per això oferim dues modalitats de casals diferenciades i disposem d'una instal·lació totalment condicionada i amb els materials necessaris per la pràctica de l'esport i l'activitat física, diferents sales on realitzar activitats alternatives, espais propers on desenvolupar jocs a l'aire lliure i altres instal·lacions municipals com el centre cívic de la Plaça Europa o el Poliesportiu Municipal Gornal on fem l'activitat de piscina amb els seus monitors i monitores especialistes en el medi aquàtic.

A banda d'això entenem que els casals també han de diversificar les propostes i, per això, durant la setmana gaudim d'excursions a l'exterior amb activitats programades o d'altres activitats no tant enfocades a l'activitat física però sí a la cohesió de grup, amb la intenció de fomentar els valors abans indicats i per desenvolupar alhora altres habilitats en els infants.

El Casal **MULTIESPORTIU I DE LLEURE** ens permet programar activitats molt més diverses i d'un un caire iniciàtic. El primer i principal objectiu és el de traslladar als infants que hem de gaudir cada instant que ens pot proporcionar el fet de

jugar i fer esport. Per afavorir aquest objectiu enfoquem la programació de les activitats des de dos principis: la diversitat i el fil conductor. Alhora de planificar la graella horària procurem diversificar el tipus d'activitats i adaptar-les a l'edat dels infants i als horaris més adients. A banda, alhora de preparar la setmana, busquem una temàtica que ens permeti fer de fil conductor d'algunes de les activitats que realitzem.



OBJECTIUS GENERALS

Entenem també que l'activitat esportiva comporta complir altres objectius generals que són transversals per a una entitat de l'esport de formació:

- Potenciar l'esport i l'activitat física com a hàbit saludable i vinculat a una experiència personal lúdica i compartida
- Fomentar el desenvolupament motriu, cognitiu i emocional mitjançant l'eina del joc
- Desenvolupar habilitats i destreses a partir de l'autoconeixement del propi cos i del domini i la convivència amb els mitjans que ens envolten
- Transmetre que l'esport es sempre una oportunitat, des de la vessant lúdica, de tenir la voluntat de voler fer-ho bé
- Crear espais, moments i activitats d'interrelació social on fomentar la cooperació, l'espontaneïtat, l'autogestió i la participació sempre en un context basat en valors de respecte, educació, inclusió i tolerància
- Inculcar valors relacionats amb la cura i el valor dels materials utilitzats, mantenir les instal·lacions netes entenent que són espais comuns i col·laborar en els moments requerits en l'organització i dinamització de les activitats.
- Fomentar les relacions socials que ens proporcionen els esports col·lectius i l'interès comú per l'esport

Tots i totes fem Fundació!

FEMFUNDACIÓ
ESPORT - INCLUSIÓ SOCIAL - VALORS