

**PROGRAMACIÓ
CAMPUS
MOTRIJOC**



**SÓN LA
BOMBA!**

**PROGRAMACIÓ
CAMPUS
INICIACIÓ ESPOR.**



**SÓN LA
BOMBA!**

CAMPUS MOTRIJOC I I.ESPORTIVA



AJUNTAMENT DE
SantCugat

OMET

Oficina Municipal d'Esports per a Tothom



Introducció

És una activitat destinada als més petits, que té com a eina de desenvolupament el propi cos. Mitjançant l'educació motriu, activitats aquàtiques, activitats a la natura, tallers sensorials i expressió corporal.

Iniciació als esports, natació utilitària i recreativa, jocs pre-esportius i recreatius, activitats a la natura, activitats amb rodes, tallers de plàstica i expressió corporal.



Horari general

Horari	Activitat
9.00 a 10.00h	Activitat esportiva
10.00 a 11.00h	Activitat esportiva
11.00 a 11.30h	Esmorzar
11.30 a 13.00h	Activitat aquàtica
13.30 a 14.30h	Dinar
14.30 a 15.15h	Racons de joc tranquil
15.15 a 16.45h	Tarda a la carta
16.45 a 17.00h	Berenar



Serveis

- **Servei d'acollida:** de 8.00 a 9.00h i de 17.00 a 18.00h (gratuïta, no cal inscripció prèvia)
- **Servei menjador:** dinar i berenar (opció tot el dia). Cuina pròpia.
- **Samarretes identificatives:** se'ls regalarà dues o més samarretes (segons torns). Dimart, Dimecres i Dijous.



Què cal portar

MOTRIJOC	
Roba i calçat esportiu	Roba de recanvi
Bata o samarreta vella	Crema solar (posar a casa i abans de la piscina)
Banyador i casquet de bany	Cantimplora o ampolla d'aigua
Tovallola	Esmorzar lleuger
Ulleres de natació (opcional)	Motxilla
Xancletes	Llibreta

Es recomana que tota la roba estigui marcada.
Es donarà a cada participant un equipament esportiu.

PROGRAMACIÓ CAMPUS INICIACIÓ ESPOR.



SÓN LA
BOMBA!

Què cal portar

INICIACIÓ ESPORTIVA

Roba i calçat esportiu

Casc de bici (quan es requereixi. És obligatori)

Bata o samarreta vella

Cantimplora o ampolla d'aigua

Banyador i casquet de bany

Crema solar (posar a casa i abans de la piscina)

Tovallola

Esmorzar lleuger

Ulleres de natació (opcional)

Motxilla

Xanquetes

Llibreta
















Es recomana que tota la roba estigui marcada.
Es donarà a cada participant un equipament esportiu.



OMET
















Oficina Municipal d'Esports per a Tothom

Programació

	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:00 - 9:00	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta
9:00 - 11:00	 Jocs de coneixença	 Jocs motrius	 Sensibilització musical	 Expressió corporal	 Gimcana
11:00 - 11:30	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
11:30 - 13:30	 Jocs d'aigua	 Piscina	 Excursió al bosc	 Piscina	 Jocs d'aigua
13:30 - 14:30	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR
14:30 - 15:15	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil
15:15 - 16:30	 Manualitat temàtica	 Taller amb fang	 Taller amb pintures	 Disfressa temàtica	 Pintar cares/contacontes
16:30 - 17:00	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR
17:00 - 18:00	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta

Campus Esportius OMET - Estiu 2019 **INICIACIÓ ESPORTIVA**
Programació



	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
8:00 - 9:00	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta
9:00 - 11:00	 Jocs de coneixença	 Iniciació als esports col·lectius	 Jocs tradicionals i cooperatius	 Expressió corporal	 Gimcana
11:00 - 11:30	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR	ESMORZAR
11:30 - 13:30	 Jocs d'aigua	 Piscina	 Sortida en bicicleta	 Piscina	 Jocs d'aigua
13:30 - 14:30	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR	DINAR
14:30 - 15:15	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil	Descans opcional/ Joc lliure tranquil
15:15 - 16:30	 Manualitat temàtica Jocs preesportius	 Taller amb fang Jocs preesportius	 Taller amb pintures Jocs preesportius	 Disfressa temàtica Jocs preesportius	 Pintar cares/contacontes Jocs preesportius
16:30 - 17:00	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR	BERENAR
17:00 - 18:00	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta	Acollida gratuïta

JORNADES ESPECIALS

SÓN LA BOMBA!

SETMANA	1 AL 5	8 AL 12	15 AL 19	22 AL 26	29 AL 2
TEMÀTICA	 AJUDA'NS A TROBAR ELS PIRATES	 BUSCAREM ELS ANIMALS MÉS GRANS	 FEM LA VOLTA AL MÓN	 DESCOBRIREM EL BOSC ENCANTAT	 CONEIXEM L'UNIVERS



Piscina – La Floresta

- **Estructura:** 1ª part de curset, 2ª part jocs dirigits 3ª part temps lliure controlat i acotat.
- **Metodologia:** Adaptem les activitats a tots els nivells. Material de flotació
- **Normativa:** Cada dia recordar la normativa als nens/es i vetllar perquè es compleixi.
- **Equip humà:** Monitors dins i fora de l'aigua.
- **Desplaçament:** Excursió

**PROGRAMACIÓ
CAMPUS
MOTRIJOC**



**PROGRAMACIÓ
CAMPUS
INICIACIÓ ESPOR.**



**SÓN LA
BOMBA!**

**SÓN LA
BOMBA!**

MOLTES GRÀCIES
Responsable: Cristina Costa

Oficina Municipal d'Esport per a Tothom
Passatge Baró de Coubertain, 5
08172 Sant Cugat del Vallès
Telf. 935 657 090
omet@teampartners.net



OMET Oficina Municipal d'Esports per a Tothom