



CARREGAL DO SAL

CAMPO DE FÉRIAS

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS

VERÃO 2018

Projeto Pedagógico

Plano de Atividades/Cronograma





CARREGAL DO SAL

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS – VERÃO 2018

PROJETO PEDAGÓGICO DE ANIMAÇÃO



INTRODUÇÃO

A atividade física desempenha um papel fulcral no desenvolvimento pessoal, social e educativo das crianças e jovens, sendo a sua dinamização uma prioridade absoluta no incremento da sua qualidade de vida.

É neste pano de fundo que o Município de Carregal do Sal contempla o programa das Férias Desportivas Municipais, facultando a esta faixa etária uma pluralidade de atividades promotoras de hábitos de vida saudável através da alegria e divertimento.

OBJETIVOS

O programa das Férias Desportivas Municipais tem como objetivo essencial a ocupação dos tempos livres das crianças e jovens durante as férias letivas, oferecendo um conjunto de atividades alternativas. Por conseguinte, surgem como objetivos específicos:

- promover a integração social de todos através de jogos de cooperação grupal;
- fomentar hábitos de vida saudável com impacto positivo no desenvolvimento multifacetado das suas capacidades;
- desenvolver a educação e formação desportiva num leque abrangente de modalidades;
- dar a conhecer o meio envolvente nas suas vertentes ambiental, social, tecnológica e cultural.

DESTINATÁRIOS

Este projeto destina-se a todas as crianças e jovens de ambos os sexos e com idades compreendidas entre os 6 e os 18 anos de idade.

MODELO DE ORGANIZAÇÃO FUNCIONAL

O programa é semanal, não residencial e decorre de segunda a sexta-feira das 09h00m às 17h30m (exceto feriados) entre os dias 25 de junho e 14 de setembro de 2018. O número mínimo de participantes é 10 e o máximo é 100, os quais serão distribuídos por grupos homogéneos em função dos respetivos escalões etários. Os mesmos definidos para este campo de férias compreendem o 1º escalão dos 6 aos 10 anos de idade e o 2º escalão dos 10 aos 18 anos de idade, podendo sofrer alterações consoante o número e idade dos participantes.

Este projeto apresenta o seu campo de ação nas instalações desportivas e culturais do município de Carregal do Sal, bem como nas do respetivo Agrupamento de Escolas e outros locais de pertinente interesse aos participantes.

No que toca à alimentação, os almoços serão servidos na Escola Secundária de Carregal do Sal e na Escola Básica de Carregal do Sal com o horário compreendido entre as 12h e as

14h00m. Os mesmos são de boa qualidade, sendo constituídos por um pão, uma sopa, um prato de carne ou peixe e fruta ou doce.

As crianças e jovens participantes terão de trazer dois lanches para as pausas de reforço alimentar da parte da manhã e da parte da tarde.

No que concerne ao vestuário, os participantes deverão trazer roupa desportiva e prática, nomeadamente, t-shirts, calções ou fato de treino, sapatilhas e boné. Não obstante, deverão trazer também equipamento adequado à prática das atividades aquáticas: fato de banho, toalha, chinelos, touca e protetor solar.

Em termos de seguros, todos os participantes são cobertos por um seguro de acidentes pessoais com a apólice n.º 14.00075466.

Este campo de férias encontra-se registado no Instituto Português do Desporto e Juventude com o número 102/DRC com a data de 05/07/2013 para o acesso e exercício da atividade de organização de campos de férias ao Município de Carregal do Sal.

PREÇOS

	Horário	Com almoço	Sem almoço	Seguro
Manhã	09h00m - 12h30m	7 €	5 €	Incluído
Tarde	14h00m - 17h30m	7 €	5 €	Incluído
Diário	09h00m – 17h30m	10 €	7 €	Incluído
Semana	09h00m – 17h30m	25 €	17,50 €	Incluído
Mês	09h00m – 17h30m	80 €	60 €	Incluído

Nota: desconto de 10% para familiares diretos.

PLANO DE ATIVIDADES/CRONOGRAMA

O plano de atividades/cronograma encontra-se em anexo neste documento.

ORGANIZAÇÃO PEDAGÓGICA

Estratégias Educativas e Pedagógicas

Os participantes organizar-se-ão em grupos distintos, constituídos de acordo com a faixa etária / inscrições recebidas.

Os grupos serão assim constituídos consoante os escalões etários acima enumerados, permitindo adaptar o processo de intervenção pedagógica e o nível de cada atividade à faixa etária de cada grupo, assim como o número de técnicos legislado para cada faixa etária. No entanto, e devido sobretudo à sua natureza, algumas atividades são programadas para o grande grupo, fomentando deste modo a socialização entre todos os participantes.

Tal organização pretende facilitar toda a dinâmica organizativa do projeto, minimizando a dicotomia etária dos participantes: se por um lado têm de ser acessíveis às crianças mais jovens, por outro devem continuar a ser motivantes para os mais velhos.

Do ponto de vista pedagógico, valorizam-se os conhecimentos adquiridos por qualquer criança ou jovem participante, enfatizando sempre as aprendizagens de forma significativa. Em

todas elas são privilegiados valores como a inclusão, a diferença, o respeito, a cooperação e a segurança.

Atividades

As atividades contidas neste projeto compreendem 3 períodos distintos: período da manhã (desenvolvido entre as 09h00m e as 12h00m), período de almoço (entre as 12h30m e as 15h00m) e período da tarde (entre as 15h00m e as 17h30m). A conceção e organização do cronograma teve por base as linhas orientadoras das seguintes atividades:

- desporto e lazer: atividades que fomentem para a adoção de estilos de vida saudável e contacto com a natureza, objetivando-se na promoção da aprendizagem de habilidades motoras que confirmam maior autonomia e prazer à criança. Destacam-se os jogos desportivos (modalidades como futebol, andebol, basquetebol, badminton, ténis de mesa, patinagem, entre outros), jogos pré-desportivos (jogo da bola ao capitão, jogo do “mata”, jogo da “bola ao poste”, futebol humano, escalada, ginástica, entre outros), atividades aquáticas, jogos tradicionais, atividades ao ar livre (caminhadas, percursos pedestres, *peddy papers*), desportos de aventura (atividades radicais em vários contextos), atividades de culinária, entre outros;

- cultura: atividades que promovam o enriquecimento sociocultural das crianças através de ações multigeracionais. São de relevância as visitas à Biblioteca Municipal para a “Hora do Conto”, ao Museu Municipal, ao Centro Cultural para as sessões de cinema, ao quartel dos Bombeiros Voluntários (Carregal do Sal e Cabanas de Viriato), visitas fora do município (com disponibilidade dos transportes municipais), ações de sensibilização sobre alimentação saudável, suporte básico de vida, natação de salvamento, educação rodoviária entre outros;

- expressões artísticas: atividades que possibilitam a exploração de diversas áreas expressivas, desde o atelier de expressão plástica (pintura e moldagem) no Museu Municipal, as atividades de expressão musical, expressão dramática, entre outras;

- tecnologia: atividades de tecnologias de informação e comunicação, tais como a Internet Segura, entre outras.

ENQUADRAMENTO TÉCNICO

A equipa técnica é constituída por um coordenador – Técnico Superior do Município – e por Técnicos Superiores de diversas áreas – educação, desporto, cultura e informática – em número mínimo que garanta a segurança e acompanhamento dos participantes durante a execução das atividades. A cada técnico será atribuída a responsabilidade de dinamização de cada atividade de acordo com o seu perfil, formação ou experiência nas diversas áreas.

Não obstante, os mesmos poderão ser coadjuvados por assistentes operacionais ou auxiliares qualificados e selecionados pelo Município para a complementaridade do projeto.

Para além da equipa técnica apresentada, poderão participar outros técnicos especializados, convidados para a realização de atividades mais específicas.

Os elementos constituintes da mesma, todos do município de Carregal do Sal, são:

- Fernando Pires – Coordenador – Licenciado – Desporto;
- Guilherme Cardoso – Licenciado – Desporto;
- Rui Ferreira – Licenciado – Desporto;
- Vítor Pires – Mestrado – Educação e Desporto;
- Ana Campos – Licenciada – Educação;
- Rosa Maurício – Licenciada – Cultura;

- Paula Teles – Licenciada – Cultura;
- Carla Póvoas – Técnica – Informática;
- Cármen Cristo – Técnica – Informática;
- Pedro Moura – Técnico – Informática;
- Rui Pereira – Licenciado – Informática;
- João Pereira – Assistente técnico – Desporto;
- Carlos Alves – Assistente operacional – Desporto;
- José Pereira – Assistente operacional – Desporto;
- Luíza Trindade – Assistente operacional – Desporto;
- Mónica Trindade – Assistente operacional – Desporto.

COLABORADORES

Agrupamento de Escolas de Carregal do Sal;
Associação de Desporto e Educação Física de Carregal do Sal;
Bombeiros Voluntários de Carregal do Sal;
Bombeiros Voluntários de Cabanas de Viriato;
Centro de Saúde de Carregal do Sal;
Centro Social Professora Elisa Barros;
Clube de Futebol de Carregal do Sal;
Geoaventura;
Guarda Nacional Republicana;
Fundação Lapa do Lobo;
Sociedade Filarmónica de Cabanas de Viriato.

PLANO DE ATIVIDADES / CRONOGRAMA

Horário	25/06	26/06	27/06	28/06	29/06
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	ADEF Ginásio	Museu Municipal
	Suporte Básico de Vida Bombeiros Voluntários de Carregal do Sal Atividades Aquáticas	Andebol Associação de Andebol de Viseu	Workshops Cuidados a ter com o Sol Natação de Salvamento	Visita ao Ginásio	Visita ao Museu Municipal
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Biblioteca Municipal	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Pavilhão Municipal	Piscinas Municipais
	Hora do Conto	Jogos Tradicionais	Atividades Aquáticas	Futsal	Atividades Aquáticas
	02/07	03/07	04/07	05/07	06/07
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Parque Alzira Cláudio	Pavilhão Municipal	Bombeiros Voluntários Cabanas de Viriato	Piscinas Municipais
	Caminhada	Visita e atividades diversas	Basquetebol Associação de Basquetebol de Viseu	Visita ao Quartel	Jogos Pré-Desportivos
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	EBNA	Piscinas Municipais	Filarmonia e C. Social Cabanas de Viriato	Piscinas Municipais
	Atividades Aquáticas	Música	Atividades Aquáticas	Visita ao Centro Social Profª Elisa Barros Silva e à Sociedade Filarmonica Interação com os elementos da Banda Filarmonica	Atividades Aquáticas

	09/07	10/07	11/07	12/07	13/07
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Festas do Concelho
	Atividades Aquáticas	Andebol de Praia	Caminhada	Horta Comunitária	Visita ao Recinto
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Pavilhão Municipal	Piscinas Municipais	EBNA	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Boccia Associação de Paralisia Cerebral de Viseu	Atividades Aquáticas	Música	Polo Aquático	Caça ao Tesouro
	FERIADO	17/07	18/07	19/07	20/07
8:45 - 12:30		Piscinas Municipais	Lapa do Lobo	Piscinas Municipais	EBNA
		Atividades Aquáticas	Fundação Lapa do Lobo	“Educar a pedalar” Guarda Nacional Republicana	Música
12:30		<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30		Centro Cultural	Lapa do Lobo	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
		Cinema	Fundação Lapa do Lobo	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas

	23/07	24/07	25/07	26/07	27/07
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Parque Alzira Cláudio	Piscinas Municipais	Figueira da Foz
	Jogos Tradicionais	Tag-Rugby	Visita e atividades diversas	Atividades Aquáticas	Visita à Praia Pedagógica da Costa de Lavos
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Escola Secundária	EBNA	Piscinas Municipais	Pavilhão da Escola Secundária	Figueira da Foz
	Karaoke	Música	Atividades Aquáticas	Desportos de Raquetes	Visita à Praia Pedagógica da Costa de Lavos
	30/07	31/07	01/08	02/08	03/08
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	B.V. Carregal do Sal	Piscinas Municipais	Estádio Nossa Senhora das Febres	Piscinas Municipais
	Zumba Kids Associação de Desporto e Educação Física	Visita ao Quartel	Atividades Aquáticas	Futebol	Peddy Paper
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	EBNA	Centro Cultural	Piscinas Municipais	Pavilhão da Escola Secundária
	Atividades Aquáticas	Música	Cinema	Atividades Aquáticas	Atividades Gímnicas

	06/08	07/08	08/08	09/08	10/08
8:45 - 12:30	EBNA	Auditório da Escola Secundária	Pavilhão Municipal	Pavilhão da Escola Secundária	Núcleo Museológico das Escolas Primárias
	Música	Workshop Alimentação Saudável	Basquetebol Associação de Basquetebol de Viseu	Atividade de Orientação	Visita guiada
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Biblioteca Municipal	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	EBNA	Piscinas Municipais
	Hora do Conto	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Música	Atividades Aquáticas

	13/08	14/08	FERIADO	16/08	17/08
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Parque Alzira Cláudio	/	Piscinas Municipais	EBNA
	Hidro Kids	Visita e atividades diversas		Horta Comunitária	Música
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>		<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	EBNA	Piscinas Municipais		Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Música	Atividades Aquáticas		Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas

	20/08	21/08	22/08	23/08	24/08
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Pavilhão da Escola Secundária	Piscinas Municipais	A designar
	Jogos Tradicionais	Atividades Aquáticas	Badminton	Voleibol Praia	Viagem Surpresa
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	Centro Cultural	Piscinas Municipais	EBNA	A designar
	Atividades Aquáticas	Cinema	Atividades Aquáticas	Música	Viagem Surpresa

	27/08	28/08	29/08	30/08	31/08
8:45 - 12:30	Escola Secundária	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Pavilhão da Escola Secundária	Piscinas Municipais
	Karaoke	Ginástica Fitness	Tag-Rugby	Ténis de Mesa	Caminhada à Feira Semanal
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	EBNA	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Atividades Aquáticas	Música	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas

	03/09	04/09	05/09	06/09	07/09
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	EBNA	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Parque Alzira Cláudio
	Futebol Humano	Música	Jogos Sem Fronteiras	Atividades Aquáticas	Pintura ao ar livre
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Biblioteca Municipal	Piscinas Municipais	Centro Cultural	EBNA	Piscinas Municipais
	Hora do Conto	Atividades Aquáticas	Cinema	Música	Atividades Aquáticas

	10/09	11/09	12/09	13/09	14/09
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Pavilhão Municipal	Piscinas Municipais	Parque Alzira Cláudio	Piscinas Municipais
	Atividades Aquáticas	Futsal	Caminhada	Visita e atividades diversas	Atividades Aquáticas
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	EBNA	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Música	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas

NOTA: As atividades estão sujeitas a alterações.