

**Nombre del grupo:** ESPORTIU

**Horario:** 9:00hs a 13:00hs

**Lugar de acogida y recepción:** Oficinas // **Lugar de recogida:** Base puerta grande // **Comedor:** Base



**Objetivos:**

- ✓ Trabajar el deporte al aire libre de forma individual y cooperativa
- ✓ Promover el deporte como parte importante del aprendizaje
- ✓ Crear conciencia y conocimiento del medio que nos rodea

**Funcionamiento:**



Desde las 8:00h y hasta las 8:45h el monitor responsable de la acogida recibirá los niños en las oficinas. A partir de las 8:45h el grupo de acogida será trasladado a la parte posterior del edificio delante de la puerta de entrada a los vestuarios, allí se hará la recepción de los otros participantes a partir de esta hora.

Los monitores responsables se encargarán de la recepción y ubicación de cada participante en su respectivo grupo. A las 9:05h los monitores llevarán el grupo en la playa, pasarán lista y ubicarán las mochilas en el lugar indicado.

Antes de comenzar los monitores controlarán que todos los participantes se hayan puesto protector solar y luego comenzarán con las actividades programadas.

Alrededor de las 11h y, después de realizar la primera actividad, el grupo parará para desayunar y en este momento beberán agua y se reforzará la protección solar.

A las 12:45h y después de terminar la segunda actividad del día el grupo se dirigirá al vestuario para cambiarse de ropa y prepararse para la recogida. Los que se queden en el comedor serán dirigidos a la zona de espera dentro del mismo recinto de la playa.

A las 13:00h el resto del grupo se dirigirá a la puerta grande para ser recogidos por los padres o personas autorizadas.

**Seguridad en el casal:**



ROCROI da vital importancia a la seguridad, por lo que todo el material es homologado y se renueva anualmente, además contamos con un socorrista propio para supervisar todas las actividades. Es obligatorio el uso de chaleco salvavidas para realizar todas las actividades de agua. Por otra parte en todos los grupos tenemos un ratio de un monitor cada 10 niños como marca la ley.

**Actividades:**



Cada día hacen una actividad en la arena (talleres, juegos, deportes) y una actividad de iniciación al deporte de agua como puede ser barca de rafting, kayak, paddle surf, patines a pedal o BigSup. Una vez a la semana tienen una clase de yoga.

**Ejemplo de una semana**

|                        | Lunes                                | Martes        | Miércoles     | Jueves           | Viernes       |
|------------------------|--------------------------------------|---------------|---------------|------------------|---------------|
| <b>9 a 9:15 hs</b>     | Pasamos lista<br>Tallas de camisetas | Pasamos lista | Pasamos lista | Pasamos lista    | Pasamos lista |
| <b>9:15 a 10:45 hs</b> | Juegos para conocerse                | Patín a pedal | Yoga          | Juegos de Lleure | Pádel Surf    |
| <b>10:45 a 11hs</b>    | Almuerzo                             | Almuerzo      | Almuerzo      | Almuerzo         | Almuerzo      |
| <b>11 a 12:45 hs</b>   | Kayak                                | Vóley playa   | Rafting       | BigSup           | FIESTA        |
| <b>13:00 hs</b>        | Recogida                             | Recogida      | Recogida      | Recogida         | Recogida      |

## Descripción de actividades

### Kayak:

Los kayaks "auto vaciables", son los más estables y seguros para navegar por el mar.

Esta actividad se realiza alrededor de las boyas de entrada y salida del canal náutico y depende del viento hacemos una pequeña excursión hacia la Pasifae o hacia el Puerto. En cada kayak suben hasta 3 niños y un monitor les ayuda a hacer los primeros desplazamientos y la utilización de las palas.

### Rafting:

El rafting en el mar es una de las actividades más seguras ya que los niños están protegidos dentro de una embarcación inflable trabajando en equipo con las indicaciones del monitor. Esta actividad se desarrolla dentro de canal de navegación y saliendo un poco de las boyas de entrada y salida del mismo.

### Sup:

El sup (Pádel surf) es una tabla de unos 3 metros de largo y muy estable. En ella trabajamos el equilibrio y el desplazamiento con olas costeras, siempre bajo la atenta supervisión de nuestros monitores. Además también hacemos pequeñas excursiones como con el kayak.

### BigSup:

El BigSup es el hermano mayor del SUP. En esta embarcación de 6 metros de largo y 1,5 de ancho organizamos diferentes juegos para mejorar el trabajo en equipo a la vez que realizamos actividades en el medio acuático. Es una gran tabla inflable muy cómoda y segura. Navegamos dentro del canal náutico y depende del viento salimos también un poco fuera.

### Patín a pedales:

El patín a pedales es una de las actividades más solicitadas de nuestro casal. Es una embarcación construida en polietileno con una amplia capacidad de carga y provista de un tobogán por el que todos quieren deslizarse y disfrutar del agua. Es sin duda una actividad donde la alegría de los niños se ve reflejada inmediatamente.

### Vóley playa:

El vóley playa es una de las actividades deportivas más practicadas en verano. El grupo forma equipos mixtos que irán cambiando para que todos participen con los demás. Disponemos de varios campos para que nadie tenga que esperar para poder jugar.

### Juegos de ocio:

En esta actividad hacemos diferentes juegos como:

#### EL RESCATE

El rescate es un juego donde los participantes deben trasladar agua en unos envases con agujeros para llenar un cubo donde hay un pequeño pato de juguete que debe ser rescatado.

#### RIO DE LA VIDA

El río de la vida es un juego donde los participantes deben trabajar en equipo. Cada participante estará provisto de una "canaleta" de medio metro de largo que debe unir con la de los otros para formar un "río" por el que debe ir un balón de un punto a otro.

### Yoga:

Yoga es una palabra sánscrita, que tiene unos 5000 años y que significa unión. Se refiere a la unión de la conciencia individual con la Conciencia Universal. En el casal realizaremos ejercicios físicos de estiramientos y respiración para aprender los principios del yoga.

### Fiesta:

La fiesta de cada viernes es uno de los momentos más esperados por todos. En la misma los monitores dirigen diferentes pasos de bailes al son de la música cuidadosamente seleccionada y de acuerdo a la edad de los participantes. El día anterior se les recuerda que pueden llevar algo diferente para comer o ver este día. Siempre atendiendo que recomendamos bebidas sin azúcar.