

Nombre del grupo: CASAL D´ESTIU

Horario: 9:00hs a 13:00hs

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



Objetivos:

- ✓ Trabajar la iniciación al 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 pequeña 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
9 a 9:15 hs	Pasamos lista Tallas de camisetas	Pasamos lista	Pasamos lista	Pasamos lista	Pasamos lista
9:15 a 10:45 hs	Juegos para conocerse	Patín a pedal	Pádel Surf	Juegos de Lleure	Rafting
10:45 a 11hs	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
11 a 12:45 hs	BigSup	Rafting	Taller náutico	Kayak	FIESTA
13:00 hs	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 de iniciación, se realiza cerca de la playa y alrededor de las boyas de entrada y salida del canal náutico. En cada kayak suben hasta 3 niños y un monitor les ayuda con 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 en una zona segura.

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.

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 trabajar la confianza de realizar actividades en el medio acuático. Es una gran tabla inflable muy cómoda y segura.

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.

Taller náutico:

En este taller los participantes aprenden los principios de la navegación, medidas de seguridad, los principales vientos de la costa Vilanovina. Y también nudos marineros que podrán poner en práctica en otras actividades.

Juegos de Lleure:

En esta actividad hacemos diferentes juegos como:

PECES AL AGUA

- Los niños deben ir de una "área" a otra sin ser tocados por otro niño, que puede moverse por todas partes menos por las áreas. Los que han de alcanzar el objetivo son los peces y el perseguidor es el pescador. Al grito de "Peces en el agua!" empezarán a correr. Los tocados serán pescadores. Al final gana el último a ser atrapado.

CAZA DE REBOTE

- Es un juego de persecución con balón tipo el popular mata-conejos. Gana el último en quedar vivo, se eliminan los tocados. Para tocar se debe hacer tocar la pelota en el suelo antes de tocar el perseguido. Los eliminados vuelven a la vida cuando es tocado quien los había matado antes.

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 se 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 las recuerda que pueden traer algo diferente para comer o beber este día. Siempre atendiendo que recomendamos bebidas sin azúcar.