

## CASAL ESPORTIU PÀDEL WIN JESÚS

### ESTRUCTURA

Estructurem la programació a partir de diferents grups d'edat i nivell i així ajustar els continguts d'acord a les necessitats de cada etapa madurativa, oferint propostes diferents cada dia. Tenint en compte que el Pàdel és un esport de situació, totes les tasques estaran orientades a treballar els tres mecanismes de moviment:

### “El company, l'adversari i la pilota”

Mitjançant els mecanismes de percepció, decisió i execució, sempre a través del joc.

La programació està dividida en blocs, que són:

- Bloc d'habilitats i destreses bàsiques (tècnica)
- Bloc de fonaments bàsics (tàctica i joc col·lectiu)
- Activitats aquàtiques



### ACTIVITATS

Totes les activitats es desenvoluparan per mig de formes jugades, a més a més aquest any per tal d'educar i reeducar els aspectes socio afectius de l'esport, realitzarem una mini "lliga Inter campus" (segons nivell dels nens).

### GRUPS D'EDAT

Nens/es nascuts entre el 2015-2014 – 5è i 6è primària

Nens/es nascuts entre el 2013-2012 – 1r i 2n ESO

Nens/es nascuts entre el 2011-2010 – 3r i 4t ESO

## OBJECTIUS

Iniciar al desenvolupament de la pràctica del pàdel, amb les seves conseqüents habilitats motores de base.

- Iniciar al desenvolupament de les capacitats tècniques i tàctiques bàsiques.
- Iniciar al desenvolupament i reforçament de les capacitats coordinatives bàsiques.
- Identificar els aspectes tècnics i tàctics del Pàdel
- Conèixer la importància de la pràctica d'activitats d'inici i d'acabament de les sessions per seguir educant i reeducant el moviment (mobilitat articular, estiraments i/o flexibilitat)
- Assumir els aspectes socio-afectius de l'esport: companyerisme, treball en grup, respecte als adversaris, respecte a les normes, tècnics...

## HORARI

### Grup nivell inicial-mig

Horari Pàdel Mitjà					
Dies	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9:00-9:15	Entrada				
9:15-10:30	Pavelló Esports Individuals	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports Individuals	Pistes de Pàdel Tècnica	Torneig Intern
10:30-11:00	Esmorzar				
11:00-12:00	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports d'equip	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports d'equip	Torneig Intern
12:20-13:00	Piscina				
13:15-13:30	Sortida				

### Grup nivell mig-avançat

Horari Pàdel Superior					
Dies	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
9:00-9:15	Entrada				
9:15-10:30	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports d'equip	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports d'equip	Torneig Intern
10:30-11:00	Esmorzar				
11:00-12:00	Pavelló Esports Individuals	Pistes de Pàdel Tècnica	Pavelló Esports Individuals	Pistes de Pàdel Tècnica	Torneig Intern
12:20-13:00	Piscina				
13:15-13:30	Sortida				

## **NORMES FUNCIONAMENT**

L'entrada al Casal esportiu de Pàdel , es farà per la porta principal de WIN Jesús, a partir de les 08:00 si és acollida, o a les 09.00 hora d'inici del campus, per la porta exterior a les pistes de Pàdel hora d'inici del campus, l'accés serà per la porta metàl·lica principal del Pavelló on els nens/es trobaran amb el seu monitor. Us demanem que resteu el mínim temps possible per agilitzar el començament de les activitats i així poder prestar l'atenció al grup des d'un bon començament.

La recollida de nens/es al final de la jornada es farà per la mateixa porta d'entrada. La sortida serà a les 13:30h pels inscrits sense acollida i a les 14.00 h pels inscrits a l' acollida.

Els nens/es que tornin sols a casa hauran d'haver lliurat l'**autorització** corresponent, que es pot omplir en el moment de fer la inscripció. Si no s' ha signat aquesta autorització, s'haurande quedar a la instal·lació fins que els vinguin a buscar. En qualsevol moment podeu demanar autoritzacions al coordinador del casal o bé a recepció.

Cal respectar l'horari d'activitat, els nens/es no podran sortir abans del casal sense prèvia notificació al coordinador per part dels pares o tutors legals.

Cada nen/a rebrà una samarreta, que haurà de portar necessàriament en les sortides. Per motius climatològics les activitats programades es poden suspendre. En aquest cas se'n faran d'altres d'alternatives i es farà el possible per recuperar, un altre dia, les que s'han hagut de suspendre. Sempre i quant sigui possible.

Els nens/es hauran de portar des del primer dia i cada jornada:

### **Roba i calçat esportiu**

#### **Pala**

#### **Banyador, tovallola i xanquetes**

#### **Gorra i crema d'alta protecció solar**

És important que vagin correctament equipats per a desenvolupar les activitats, és per això que es recomana no portar sandàlies, faldilles, camises ... Es recomana no portar objectes de valor (mòbils, rellotges, diners ...). En cap cas ens fem responsables de la pèrdua dels mateixos.

No administrarem cap tipus de medicació sense la recepta mèdica i l'autorització expressa dels pares o tutors. Recordeu, per tant, notificar per escrit si el vostre fill/a segueix algun tractament, així com qualsevol observació important respecte a dietes, intoleràncies, al·lèrgies...

Els grups seran de 20 amb 2 monitors responsables i un monitor de suport. Tots els grups estaran formats per edats a fi d'aconseguir la màxima homogeneïtat, i a partir d'aquí els tècnics seran els encarregats d'unificar els grups en funció del nivell dels participants a fi de fer més eficaç l'aprenentatge.

S'ha de respectar la preferència de grup (fitxa d'inscripció) , però no es farà mai un canvi en el mateix moment d'inici del casal.

És important que tots els participants portin esmorzar i recomanem que el portin en carmanyoles reutilitzables en lloc de paper d'alumini o plàstic. Aconsellem els entrepans, la fruita i els cereals en lloc de pastissos industrials. Un cop iniciades les activitats del casal l'horari d'informació i atenció serà exclusivament de 9:00 a 13:30 o per WhatsApp.

**Coordinadora:** Júlia Roda 634239157

**Director tècnic:** Julià Rubí 662663644

Fora d'aquest horari per a qualsevol aclariment o dubte podeu contactar amb nosaltres a través de l' e-mail: [jrubi@tortosaport.cat](mailto:jrubi@tortosaport.cat)

ENTRADES I SORTIDES

