



Programació del Campus **Motrijoc** 2024



OMET ESTIU

Campus multiesportius per a
infants i joves d'13 a 2n de Batxillerat

2024

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ FARÉ EL 1r TORN (24-28 Juny)

Set.1	24-de juny	25-de juny	26-de juny	27-de juny	28-de juny
08:00-09:00	Festiu	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida
09:00-09:30	Festiu	Benvinguda al Casal i jocs de coneixença	Benvinguda	Benvinguda	Benvinguda
09:30-10:00	Festiu		Objectius piscina	Objectius del dia	Jocs musicals
10:00-11:15	Festiu	Esmorzar i conte contes	Piscina +esmorzar	Esmorzar i conte contes	Esmorzar i conte contes
11:15-12:30	Festiu	Jocs Tradicionals	Jocs Tradicionals	Jocs d'aigua	Jocs Tradicionals
12:30-13:30	Festiu	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar
13:30-14:30	Festiu	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada
14:30-15:30	Festiu	Treballem psico fina	Taller de construccions	Traballem les emocions	Anem al Parc
15:30-16:30	Festiu	Gimcanes	Relax meditatiu		
16:30-17:00	Festiu	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida
17:00-18:00	Festiu	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ FARÉ EL 2n TORN (1-5 Juliol)

Set.2	1-de jul. i	2-de jul.	3-de jul.	4-de jul.	5-de jul.
08:00-09:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida
09:00-09:30	Piscina + esmorçar	Benvinguda	Piscina + esmorçar	Benvinguda	Benvinguda
09:30-10:00		Objectius del dia		Objectius del dia	Jocs musicals
10:00-11:15		Esmorzar i conte contes		Esmorzar i conte contes	Esmorzar i conte contes
11:15-12:30	Jocs Tradicionals	Jocs creatius	Jocs Tradicionals	Jocs d'aigua	Jocs de Taula
12:30-13:30	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar
13:30-14:30	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada
14:30-15:30	Taller	Conèixer l'entorn	Taller de pintures	Traballeu les emocions	Tallers
15:30-16:30	Intercanvi de contes	Jocs H2O	Relax meditatiu		OLimpiades
16:30-17:00	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida
17:00-18:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ FARÉ EL 3r TORN (8-12 Juliol)

Set.3	8-de jul.	9-de jul.	10-de jul.	11-de jul.	12-de jul.
08:00-09:00	Acollida	Acollida	Anem a la Granja	Acollida	Acollida
09:00-09:30	Piscina + esmorçar	Benvinguda		Benvinguda	Benvinguda
09:30-10:00		Objectius del dia		Jocs tradicionals	Jocs musicals
10:00-11:15		Esmorzar i conte contes		Esmorzar i conte contes	Esmorzar i conte contes
11:15-12:30	Activitats de Circ	Jocs creatius		Jocs d'aigua	Sobre rodes
12:30-13:30	Dinar	Dinar		Dinar	Dinar
13:30-14:30	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada		Descans-Migdiada	Descans-Migdiada
14:30-15:30	Tallers	Anem al Parc	Taller toca-toca	Treballem les emocions: límits, ordre	Descobrim l'entorn
15:30-16:30	Intercanvi de contes		Parlem de la Granja		
16:30-17:00	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida
17:00-18:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ FARÉ EL 4t TORN (15-19 Juliol)

Set.4	15-de jul.	16-de jul.	17-de jul.	18-de jul.	19-de jul.
08:00-09:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida
09:00-09:30	Piscina + esmorçar	Benvinguda	Benvinguda	Benvinguda	Benvinguda
09:30-10:00		Objectius del dia	VAS	Objectius del dia	Jocs musicals
10:00-11:15		Esmorzar i conte contes		Esmorzar i conte contes	Esmorzar i conte contes
11:15-12:30	Activitats de Circ	Jocs creatius	Jocs cooperatius	Jocs d'aigua	Olimpiades
12:30-13:30	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar
13:30-14:30	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada
14:30-15:30	Taller	Anem al Parc	Manualitats	Treballem les emocions: recepte, esforç	Descobrim l'entorn
15:30-16:30	Intercanvi de conets				
16:30-17:00	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida
17:00-18:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ FARÉ EL 5è TORN (22-26 Juliol)

Set.5	22-de jul.	23-de jul.	24-de jul.	25-de jul.	26-de jul.
08:00-09:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida
09:00-09:30	Piscina + esmorçar	Benvinguda	Piscina + esmorçar	Benvinguda	Benvinguda
09:30-10:00		Objectius del dia		Objectius del dia	Jocs musicals
10:00-11:15		Esmorzar i conte contes		Esmorzar i conte contes	Esmorzar i conte contes
11:15-12:30	Jocs Tradicionas	Jocs creatius	Jocs Tradicionals	Jocs d'aigua	Jocs de Taula
12:30-13:30	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar	Dinar
13:30-14:30	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada	Descans-Migdiada
14:30-15:30	Activitats de Circ	Conèixer l'entorn	Taller de pintures	Treballem els valors	Tallers
15:30-16:30	Gimcana		Relax meditatiu		OLimpiades
16:30-17:00	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i Sortida	Berenar i acomiat
17:00-18:00	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida	Acollida

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ PORTARÉ CADA DIA DE CAMPUS

- Motxilla
- Esmorzar
- Ampolla d'aigua d'ús personal
- Roba esportiva
- Calçat esportiu
- Muda de recanvi
- Crema solar
- Gorra

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ PORTARÉ EL DIA DE LA GRANJA

- Motxilla
- Esmorzar
- Ampolla d'aigua d'ús personal
- Roba esportiva
- Calçat esportiu
- Muda de recanvi
- Crema solar
- Gorra

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



COM FARÉ NATACIÓ

- Faré curs de natació amb monitoratge especialitzat en NATACIÓ.
- M'explicaran la normativa de la instal·lació
- Em donaran un casquet de bany per anar tots iguals i facilitar la tasca del monitoratge.
- Ens deixaran un espai acordat amb la instal·lació per deixar motxilles, tovallola, i per evitar contactes amb altres grups.
- Nadarem en carrils reservats pels grups OMET, i tenim la piscina petita per nosaltres.
- M'adaptaran les activitats si tinc dificultats en el desplaçar-me autònomament.
- Em donaran material de flotació per ajudar-me a mantenir l'equilibri.
- El monitoratge estarà dins i fora de l'aigua per tenir un bon control del grup i ajudar-me.
- Un autocar ens recollirà i ens tornarà al INS PLA FARRERAS

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



QUÈ PORTARÉ A LA PISCINA i DIES DE JOCS D'AIGUA

- Banyador
- Tovallola
- Protector solar
- Gorra
- Motxilla
- Xancles
- Ampolla d'aigua personal
- Muda de recanvi

Programació del Campus **Motrijoc 2024**



Coordinador Campus Iniciació esportiva
ARNAU NAVARRO

604367958

Actiu a partir de 25de juny