



Ajuntament de Badalona



# Complex Esportiu Montigalà



## 1. Objectius generals i específics del Casal Esportiu

- **Promocionar** l'accés a la pràctica esportiva a tot el públic potencial de l'activitat.
- **Fomentar** l'educació, la integració i la cohesió social a través de l'esport.
- **Fomentar** la salut i el benestar a través de l'esport.
- **Desenvolupar** un programa esportiu d'interès local adreçat als infants de la ciutat.
- **Potenciar** el lleure infantil.
- **Crear** un espai de diversió, relació i aprenentatge de nous esports.
- **Conduir** al descobriment dels diferents entorns que la ciutat de Badalona els ofereix.
- **Emprar** aquestes pràctiques per a la difusió i educació en valors.
- **Adquirir** d'hàbits saludables.
- **Iniciar** als infants en la pràctica de diferents esports.
- **Adquirir** un aprenentatge motor i cognitiu dels diferents esports que es programen.
- **Adquirir** un aprenentatge i/o reforçament de les condicions físiques.
- **Fomentar** unes relacions d'actitud i convivència.



**2. Horaris i funcionament**

DESCRIPCIÓ	HORARI GENERAL DEL CAMPUS	OBSERVACIONS D'ACCÉS A LA INSTAL·LACIÓ	
<b>Horari general</b>	De 08.00 a 15.00 h	<b>Arribada</b>	Per accedir al casal, l'infant acompanyat per un adult, haurà d'ensenyar el carnet per poder entrar. El nen/a, accedirà a la instal·lació esportiva amb un tècnic del casal.
<b>Horari acolliment</b>	De 08.00 a 09.00 h / De 14.00 a 15.00 h		
<b>Horari activitat</b>	De 09.00 a 14.00 h	<b>Recollida</b>	Per recollir a l'infant al casal, l'adult que el vingui a buscar, podrà accedir a la instal·lació esportiva i recollir al nen/a mostrant el carnet d'accés.
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quatre activitats d'1 h i/o 45'</li> <li>- A les 10.30 h aprox. esmorzar</li> <li>- Horari programat setmanalment</li> <li>- Horari amb l'activitat i l'espai on es dur a terme</li> </ul>	<b>Observacions:</b> <u>no es permetrà l'accés de cap adult a la instal·lació esportiva que no mostri el carnet del Casal Esportiu.</u>	

**Funcionament general**

- **Sol·licitud de permisos de sortides sense un adult, puntuals i per a tot el casal:** per demanar que un nen/a pugui sortir sol quan l'activitat del casal hagi acabat a les 14.00 h, s'haurà d'emplenar un document que el Servei d'Esports facilitarà als pares/mares o tutor/a legal de l'infant, que ho sol·liciti.
- **Entrades fora de l'horari d'inici de l'activitat del casal:** si per motius personals l'infant no pot arribar a les 09.00 h a la instal·lació esportiva, l'adult l'haurà de portar a l'infant directament al lloc on el grup està desenvolupant l'activitat.
- El desplaçament dels trajectes més llargs, es durà a terme amb autocar, i els desplaçaments més curts caminant.
- El ràtio de tècnics esportius i participants, serà el marcat pel Decret 267/2016, de 5 de juliol, de les activitats d'educació en el lleure. Aproximadament, cada deu nens/es un tècnic. Un coordinador per a tot el casal.
- Activitats directes programades pels nostres tècnics, i indirectes programades per entitats esportives de la ciutat.
- Es lliuraran dues samarretes a cada participant, que hauran d'utilitzar per venir al casal.
- Els pares/mares dels participants, per qualsevol dubte, es podran adreçar al Servei d'Esports de l'ajuntament o al coordinador.



### 3. Activitats del Casal Esportiu

#### Activitats d'iniciació esportiva

**Coneixements inicials sobre els esports d'equip:**

handbol, voleibol, vòlei platja, rugbi, futbol flag...

**Coneixements inicials sobre els esports amb implementes:**

bàdminton, beisbol, hoquei, pales de platja, tennis taula...

**Coneixements inicials sobre els esports individuals:**

atletisme, croquet, petanca...

**Coneixements inicials sobre els esports d'arreu del món:**

tamborí...

**Coneixements inicials sobre els esports tradicionals:**

tacatà, bitlles catalanes...

**Coneixements inicials sobre els esports aquàtics:**

natació, jocs aquàtics...

**Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:**

senderisme...

**Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:**

dances urbanes i expressió corporal

**Coneixements inicials sobre activitats lúdiques:**

malabars...

**Coneixements inicials sobre activitats recreatives:**

jocs grupals i tallers

**Aquestes activitats són orientatives, i pot ser que variïn durant el casal. Tanmateix, aquesta variació no modificarà en cap cas els objectius esportius i lúdics del casal.**

**a. Coneixement de diferents pràctiques esportives:**

- Reglament i normes de joc.
- Aprenentatge tècnic.
- Pràctica a través del joc i la competició. Segons l'edat del participant, s'aplicarà el mètode més adient.

**b. Activitats adaptades als diferents grups d'edats. En alguns casos els participants de menys edat, grups de 3/4 i/o 5/6, no realitzaran algunes de les activitats que no s'adaptin a les seves condicions i habilitats motrius.****c. Els esports es treballen en grups de màxim 10 nens/es amb 1 tècnic, i també tot el grup en conjunt, quan la proposta sigui un joc esportiu o una competició.**

- Fomentar la convivència i el treball en grup.
- Grups homogenis i no sempre els mateixos.

**d. Activitats a instal·lacions esportives i/o espais alternatius com: parcs, muntanya, platja. Per conèixer diferents llocs de la ciutat, i utilitzar l'espai com factor de motivació per a la pràctica.**



#### 4. Llocs on es duran a terme les activitats del Casal Esportiu

<b>Lloc del casal:</b>	<b>Complex Esportiu Montigalà</b> c/ Rossini, 8 / 93 4652989	
<b>Instal·lacions esportives municipals:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•Piscina Municipal Mireia Belmonte</li><li>•Complex Esportiu Montigalà</li><li>•Pistes d'atletisme Paco Aguila</li><li>•Camp de Futbol de Montigalà</li><li>•Poliesportiu de la Plana</li></ul>	<b>Parcs urbans de Badalona:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•Parc de les Muntanyetes</li><li>•Parc de Can Solei i Ca l'Arnús</li></ul>	<b>Platges de Badalona:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•Platja dels Pescadors (entre la Riera de Matamoros i el carrer de Mar)</li><li>•Platja dels Patins a Vela (entre el carrer de Mar i l'Avinguda de Martí Pujol)</li><li>•Platja de l'Estació (entre l'Avinguda de Martí Pujol i l'Avinguda de Sant Ignasi de Loiola)</li><li>•Platja del Pont del Petroli (entre l'Avinguda de Sant Ignasi de Loiola i la Plaça dels Patins de Vela)</li></ul> <b>Muntanya:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>•Serralada Marina</li></ul>

**5. Programa d'activitats i grups d'edats del Casal Esportiu**

Grup d'edats	Programa activitats
<b>Grup de 3 a 4 anys</b>	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'equip:</b> handbol, rugbi, futbol flag <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports individuals:</b> atletisme, croquet, petanca <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:</b> senderisme <b>Freqüència de pràctica:</b> un cop per torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports amb implements:</b> hoquei, pales de platja, tennis taula <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports aquàtics:</b> natació, jocs aquàtics <b>Freqüència de pràctica:</b> entre 3 i 4 hores setmanals (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:</b> danses urbanes i expressió corporal <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats recreatives:</b> jocs grupals i tallers <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports nàutics:</b> tallers de vela <b>Freqüència de pràctica:</b> 1 hora setmanal (1r i 2n)

**5. Programa d'activitats i grups d'edats del Casal Esportiu**

Grup d'edats	Programa activitats
Grup de 5 a 6 anys	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'equip:</b> handbol, rugbi, futbol flag <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports individuals:</b> atletisme, croquet, petanca <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports tradicionals:</b> tacatà <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:</b> senderisme <b>Freqüència de pràctica:</b> un cop per torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats lúdiques:</b> malabars. <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports amb implementes:</b> hoquei, pales de platja, tennis taula <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports aquàtics:</b> natació, jocs aquàtics. <b>Freqüència de pràctica:</b> entre 3 i 4 hores setmanals (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:</b> danses urbanes i expressió corporal <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats recreatives:</b> jocs grupals i tallers <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports nàutics:</b> tallers de vela <b>Freqüència de pràctica:</b> 1 hora setmanal (1r i 2n)



## 5. Programa d'activitats i grups d'edats del Casal Esportiu

Grup d'edats	Programa activitats
Grup de 7 a 9 anys	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'equip:</b> handbol, rugbi, futbol flag, voleibol, vòlei platja <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports individuals:</b> atletisme, croquet, petanca <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports tradicionals:</b> tacatà <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:</b> senderisme <b>Freqüència de pràctica:</b> un cop per torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats lúdiques:</b> malabars <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports amb implements:</b> bàdminton, beisbol, hoquei, pales de platja, tennis taula <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'arreu del món:</b> tamborí <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports aquàtics i esports nàutics:</b> natació, jocs aquàtics, caiac, pàdel surf <b>Freqüència de pràctica:</b> entre 3 i 4 hores setmanals (natació) 1 hora setmanal esports nàutics (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:</b> danses urbanes i expressió corporal <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats recreatives:</b> jocs grupals i tallers <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)





## 5. Programa d'activitats i grups d'edats del Casal Esportiu

Grup d'edats	Programa activitats
Grup de 10 a 12 anys	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'equip:</b> handbol, rugbi, futbol flag, voleibol, vòlei platja <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports individuals:</b> atletisme, croquet, petanca <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports tradicionals:</b> tacatà <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:</b> senderisme <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats lúdiques:</b> malabars <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports amb implements:</b> bàdminton, beisbol, hoquei, pales de platja, tennis taula <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'arreu del món:</b> tamborí <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports aquàtics i esports nàutics:</b> natació, jocs aquàtics, caiac, pàdel surf <b>Freqüència de pràctica:</b> entre 3 i 4 hores setmanals (natació) 1 hora setmanal esports nàutics (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:</b> danses urbanes i expressió corporal <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats recreatives:</b> jocs grupals i tallers <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)

**5. Programa d'activitats i grups d'edats del Casal Esportiu**

Grup d'edats	Programa activitats
<b>Grup de 13 a 14 anys</b>	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'equip:</b> handbol, rugbi, futbol flag, voleibol, vòlei platja <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports individuals:</b> atletisme, croquet, petanca <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports tradicionals:</b> tacatà <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports de muntanya:</b> senderisme <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats lúdiques:</b> malabars <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports amb implements:</b> bàdminton, beisbol, hoquei, pales de platja, tennis taula <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports d'arreu del món:</b> tamborí <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre els esports aquàtics i esports nàutics:</b> natació, jocs aquàtics, caiac, pàdel surf <b>Freqüència de pràctica:</b> entre 3 i 4 hores setmanals (natació) 1 hora setmanal esports nàutics (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre l'activitat física amb música:</b> danses urbanes i expressió corporal <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)
	<b>Coneixements inicials sobre activitats recreatives:</b> jocs grupals i tallers <b>Freqüència de pràctica:</b> mínim 2 hores per cada torn (1r i 2n)

## 6. Recomanacions generals

*Així doncs... Que cal portar?*



### Per fer les activitats a l'aire lliure!

- Gorra.
- Crema solar
- Banyador per les activitats d'esports nàutics
- Botella d'aigua i/o cantimplora

### Per fer l'activitat de la piscina!

- Barret de bany
- Banyador
- Tovallola
- Sabatilles de piscina

### Per esmorzar a mig matí!

- A les 10.30 h aturada de les activitats per esmorzar

### Per dinar a mig dia!

- Pels infants que es quedin fins a les tres del migdia, si volen, podran portar una carmanyola amb menjar. En aquests casos s'haurà de comunicar al tècnic responsable del grup

### Com a vestuari adequat per fer l'activitat!

- Roba còmoda per poder fer les activitats esportives, amb la samarreta que donem del casal
- Calçat esportiu que protegeixi els peus i els turmells. Pels més petits, de 3 a 5 anys, preferible de velcro
- Pels nens/es que duguin el cabell llarg, és recomanable dur gomes de cabell a la bossa i/o una diadema de roba

### Altres aspectes a tenir en compte!

- Portar roba de recanvi per si els nens/es es volen canviar durant o després de l'activitat
- Qualsevol canvi en el funcionament del Casal Esportiu, s'informarà amb un comunicat intern als pares/mares.
- El primer dia del casal es lliurarà l'horari d'activitat

## 6. Recomanacions generals

I a la bossa...  
Que hi posarem!

Tinc que ser una bossa  
còmoda, per agafar-me bé a  
l'esquena,  
i no molestar al caminar



Tota la roba de la piscina  
i de les activitats a l'aire lliure!

L'esmorzar!

Qui porti el dinar del mig dia!  
Aquest el deixarem al poliesportiu

Altres coses que posarem!

La roba de recanvi... Si voleu!  
Una tovallola... Encara que no hi hagi piscina  
La goma, pels cabell llargs

### Observacions!

Però no us preocupeu... Si la bossa pesa molt, i les hi molesta quan facin els desplaçaments entre els diferents espais d'activitats, les coses que no necessitin durant el dia, les podrem deixar al poliesportiu.

## 7. Exemple d'horari



Ajuntament de Badalona

# HORARI CASAL ESPORTIU



ACTIVITATS CASAL ESPORTIU – 1a setmana – 1r torn					
HORARI	Dilluns 1/07	Dimarts 2/07	Dimecres 3/07	Dijous 4/07	Divendres 5/07
De 09.30 – 10.30	<b>Jocs grupals</b> (Parc de Can Solei/Ca l'Arnús)	<b>Esports d'equip</b> Rugby (C.F. Mpal Llefià)	<b>Esports equip</b> Handbol (Poliesportiu la Plana)	<b>Esports implements</b> Bàdminton (Poliesportiu de Montigalà)	<b>Esports nàutics</b> Base de navegants BDN (Port de Badalona) 09.30 a 11.30 h
De 10.30 – 11.00	<b>ESMORZAR</b>				
D'11.00 – 11.45	<b>Jocs esportius/ E.Implements</b> Tacaçà (Parc de Can Solei/Ca l'Arnús)	<b>Esports implements</b> Beisbol (C.F. Mpal Llefià)	<b>Esports implements</b> Hoquei (Poliesportiu la Plana)	<b>Esports implements</b> Mini tennis (Poliesportiu de Montigalà)	<b>Esports nàutics</b> Base de navegants BDN (Port de Badalona) 09.30 a 11.30 h
D'11.45 – 12.30	<b>Esports implements</b> Bàdminton (Parc de Can Solei/Ca l'Arnús)	<b>Esports tradicionals</b> Bitlles catalanes (Termites Llefià) (11.30 a 13.30 h)	<b>Jocs esportius</b> (Platja dels Pescadors)	<b>Activitat amb música</b> Danses urbanes (Poliesportiu de Montigalà-Gimnàs)	<b>Jocs esportius</b> (Platja dels Pescadors)
De 12.45 – 13.30	<b>Esports aquàtics</b> Natació (Piscina Mpal. Mireia Belmonte)	<b>Esports tradicionals</b> Bitlles catalanes (Termites Llefià) (11.30 a 13.30 h)	<b>Esports aquàtics</b> Natació (Piscina Mpal. Mireia Belmonte)	<b>Esports individuals</b> Atletisme (llançaments i cursa) (Parc Muntanyetes)	<b>Esports aquàtics</b> Natació (Piscina Mpal. Mireia Belmonte)

**Grup: B****Edat: 7 a 9****Torn: 1r**



**Dubtes i consultes sobre el Casal Esportiu**

**Servei d'Esports**

Tel. 93 483 26 00

Correu: [esports@badalona.cat](mailto:esports@badalona.cat)



**Gràcies per la vostra assistència!**