



DEPARTAMENTO DE GESTÃO ORGANIZACIONAL
Unidade de Gestão do Desporto

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

PROGRAMA



INTRODUÇÃO

A promoção e dinamização da prática da atividade física e desportiva junto dos mais jovens contribui fortemente para enraizar, generalizar e democratizar o seu acesso. A sua prática constitui um fator decisivo na melhoria da saúde e da qualidade de vida das pessoas sendo fundamental no desenvolvimento da sua formação social, pessoal e educativa.

É nesta perspetiva que o Município de Penafiel pretende desenvolver um programa de atividades lúdicas e desportivas de ocupação dos tempos livres para esta faixa etária da população e, em paralelo, que promovam a cultura de hábitos desportivos e estilos de vida saudáveis através do divertimento, lazer e alegria.

Neste contexto procuramos desenvolver um conjunto de atividades que, na medida do possível, reflita e dê resposta às motivações intrínsecas e extrínsecas das crianças e jovens, proporcionando-lhes atividades individuais e coletivas, que sejam adequadas às diferentes faixas etárias e níveis de maturação.

OBJETIVOS

1. O programa tem por objetivo primordial proporcionar à população jovem a ocupação dos tempos livres durante as suas férias escolares através da oferta de um conjunto de atividades físicas, desportivas, didáticas e recreativas. Deste objetivo central, pretende-se assegurar os seguintes objetivos específicos:

- a) Promover a integração social e a socialização dos jovens através da sua participação grupal;
- b) Promover uma cultura de hábitos e estilos de vida saudáveis com impacto positivo no processo de desenvolvimento dos jovens ao nível da sua saúde e qualidade de vida.
- c) Promover a educação e a formação desportiva em determinadas modalidades;
- d) Promover e enraizar a participação desportiva regular nos jovens com o consequente aumento dos índices de prática desportiva no concelho de Penafiel.

DESTINATÁRIOS

Este programa destina-se a todos os jovens com idades compreendidas entre os 7 e os 12 anos.

MODELO DE ORGANIZAÇÃO FUNCIONAL

O programa é semanal, não residencial a funcionar de 2.ª a 6.ª feira com um número máximo de 70 participantes, os quais serão distribuídos por grupos homogéneos em função dos respetivos escalões etários

A inscrição poderá ser feita para um máximo de 2 semanas à escolha do participante. Podem, no entanto, inscrever-se em mais do que duas semanas, desde que existam vagas nas semanas do respetivo interesse.

CRONOGRAMA/CALENDÁRIO

Este programa tem início no dia 2 de julho e termina no dia 03 de agosto. As atividades irão decorrer semanalmente de 2.ª a 6.ª feira entre as 09h00 e as 17h30 nos espaços desportivos e de lazer do Complexo de Piscinas Municipais de Penafiel e outros espaços e instalações em função dos programas a incluir. Os inscritos serão divididos em grupos homogéneos em função da respectiva faixa etária. O programa terá um total de 5 semanas num total de 212,5 horas, desenvolvendo-se pelos seguintes períodos:

- ✓ Semana 1: de 02 a 06 de julho;
- ✓ Semana 2: de 09 a 13 de julho;
- ✓ Semana 3: de 16 a 20 de julho;
- ✓ Semana 4: de 23 a 27 de julho;
- ✓ Semana 5: de 30 de julho a 03 de agosto.

LINHAS ORIENTADORAS

A conceção e planeamento do programa das atividades das férias desportivas tiveram como base as seguintes linhas orientadoras/programáticas:

- a) Desportivas/lúdicas: atividades destinadas à prática de atividades desportivas e desenvolvimento motor, que serão desenvolvidas no período da manhã e tarde.

b) Didáticas: atividades destinadas à aquisição de novos conhecimentos sobre diversas temáticas diversificadas sobre alimentação, saúde, etc., que serão desenvolvidas após o almoço até às 15h00.

As atividades terão 3 períodos distintos: i) período da manhã, desenvolvido entre as 09h00 e as 12h00; ii) período de almoço, entre as 12h30 e as 15h00; e, iii) período da tarde entre as 15h15 e as 17h30.

ENQUADRAMENTO TÉCNICO

Este programa será desenvolvido e dinamizado por pessoal técnico habilitado para o exercício destas funções, com formação técnica superior nas áreas da educação física e do desporto, dando-se sempre preferência aqueles que tenham acumulado experiências similares em anos anteriores.

As “Férias Desportivas” terão a supervisão da figura do coordenador e/ou coordenadores, tendo estes a responsabilidade de zelar pelo bom funcionamento programa, cabendo-lhe a superintendência técnica, pedagógica e organizativa das atividades do programa. Serão deveres dos coordenadores, nomeadamente, os seguintes:

- Dar cumprimento ao estabelecido no projeto pedagógico e acompanhar o desenvolvimento das actividades;
- Coordenar os monitores/professores afetos ao programa;
- Garantir o cumprimento do regulamento interno e das normas e legislação aplicáveis ao desenvolvimento deste tipo de atividades nomeadamente as que respeitam à saúde, à higiene e à segurança dos participantes;
- Zelar pela prudente utilização dos equipamentos e pela boa conservação das instalações.

Os monitores/professores devem acompanhar os participantes durante a execução das actividades do programa, durante o período previsto no cronograma das atividades. Constituem deveres dos monitores, designadamente, os seguintes:

- Desenvolver e dinamizar as atividades de acordo com o quadro de atividades estabelecido e orientações da coordenação técnica;
- Coadjuvar a coordenação técnica na organização das atividades e executar todas as suas orientações;
- Acompanhar os participantes durante todo o período de atividades, prestando-lhes todo o apoio e auxílio necessário;
- Cumprir e assegurar o cumprimento, pelos participantes, das normas de saúde, higiene e segurança;
- Verificar a adequação e as condições de conservação de segurança dos espaços desportivos e dos materiais a utilizar pelos participantes, bem como zelar pela manutenção dos materiais e equipamentos utilizados.

MODALIDADES/ATIVIDADES

PROGRAMA SEMANAL

| Horários | 2.ª Feira | 3.ª Feira | 4.ª Feira | 5.ª Feira | 6.ª Feira |
|-------------|---|---|--|--|---|
| 08h30/09h00 | Acolhimento dos participantes no Complexo de Piscinas Municipais de Penafiel | | | | |
| 09h30/12h00 | - Modalidades de pavilhão; - Iniciação ao golfe Indoor. | - Ciclismo: projeto “a bicicleta na escola” - Futebol. | - Artes marciais; - Atividades indoor. - Zumba/Danças. | - Jogos de raquetes (badminton e ténis de mesa); - Boccia Kids. | - Ténis; - Orientação; - Basquetebol. |
| 12h30/15h00 | Almoço e atividades didáticas e pedagógicas | | | | |
| 15h15/17h20 | - Jogos tradicionais e populares; - Piscinas ao ar livre. | - Natação e jogos aquáticos; - Piscinas ao ar livre | - Jogos tradicionais e populares; - Piscinas ao ar livre. | - Natação e jogos aquáticos; - Piscinas ao ar livre | - Jogos tradicionais e populares; - Piscinas ao ar livre |
| 17h30/18h00 | Entrega dos participantes aos encarregados de educação ou a seu representante | | | | |

Para o desenvolvimento do programa estão associados as instalações das piscinas cobertas onde se irão realizar a natação e os jogos aquáticos e as piscinas ao ar livre onde se realizarão os jogos tradicionais/populares e ao ar livre do complexo de Piscinas Municipais de Penafiel, bem como de todos os espaços integrados no âmbito da gestão daquelas instalações.

O campo de futebol de 7 e pista circundante serão os locais para as atividades de futebol e para a iniciação do ciclismo através do projecto “a bicicleta na escola”, bem como o parque Intergeracional das Lajes e o Jardim do Sameiro para outras actividades de ar livre.

O pavilhão da Escola Secundária será o espaço para o desenvolvimento das atividades indoor nomeadamente as modalidades tradicionais de pavilhão, Dança/Zumba, os jogos de raquetes, as artes marciais e o boccia kids.

As atividades a promover e desenvolver serão as adequadas e adaptadas aos contextos e circunstâncias do momento, nomeadamente tendo em conta a meteorologia, o número de participantes e a faixa etária preponderante.