



# PROGRAMA DE OCUPAÇÃO DE FÉRIAS

De 26 de Junho  
a 5 de Agosto

6 - 17  
ANOS



PRAIA | JOGOS AQUÁTICOS | PEDDY-PAPER | CINEMA | PATINAGEM  
ATLETISMO | FUTEBOL | BASQUETEBOL | VOLEIBOL | GINÁSTICA



INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES  
[geral@juventudevidigalense.org](mailto:geral@juventudevidigalense.org)  
913091989 | 912727166 | 244833799



## Programa de Ocupação de Férias

### Verão de 2017

#### **Introdução**

O “Programa de Ocupação de Férias”, licenciado pelo IPDJ com o número de registo 143/DRC, é um projeto destinado a crianças com idades entre os 6 e os 17 anos (6-9, 10-17) e visa a ocupação saudável dos tempos livres nas férias do Verão.

Integram este programa diversas atividades desportivas (atletismo, futebol, basquetebol, voleibol, etc.) bem como outras de carácter mais lúdico (passeios na praia, jogos aquáticos, jogos tradicionais, sessões de cinema, prova de orientação, etc.).

#### **Entidade Organizadora**

##### **Juventude Vidigalense**

*Atualmente sedeadada no Estádio Dr. Magalhães Pessoa, a Juventude Vidigalense surgiu no ano de 1992. O clube possui o estatuto de “Utilidade Pública” e é considerado a maior referência a nível nacional no que respeita à formação de atletas, tendo entre 250 e 300 praticantes por época.*

#### **Contactos:**

---

Nataniel Lopes	913091989	<a href="mailto:nataniel-lobes@juventudevidigalense.org">nataniel-lobes@juventudevidigalense.org</a>
Contactos alternativos	912727166 / 244833799	<a href="mailto:geral@juventudevidigalense.org">geral@juventudevidigalense.org</a>

---

#### **Calendarização / Duração**

O projeto terá a duração de 6 semanas, tendo o seu início no dia 26 de Junho e o seu término no dia 5 de Agosto. Será equacionado uma semana extra de atividades, a decorrer entre 8 a 12 de Agosto.

#### **Destinatários**

Este projeto é destinado a crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 17 anos. Dos 6 aos 9 e dos 10 aos 17.

#### **Objetivos do Projeto**

Atendendo a que muitos jovens não têm como ocupar o seu tempo livre durante as férias de Verão, a Juventude Vidigalense apresenta na presente época desportiva um projeto visando proporcionar a esses jovens um conjunto de atividades, com o intuito de os ajudar a ocupar os seus tempos livres de uma forma mais dinâmica e divertida.

De uma forma geral, pretende-se proporcionar um conjunto de experiências novas, desenvolver neles o gosto pelo desporto em geral e, ainda, transmitir um leque abrangente de valores sociais, tais como: o companheirismo, a amizade, o espírito de partilha e a dedicação.

### **Locais de Realização**

As atividades serão realizadas sobretudo no Estádio Municipal de Leiria, no Centro Nacional de Lançamentos e nas praias do concelho e arredores.

### **Horários**

As atividades decorrerão entre as 9h00 da manhã e as 18h00.

### **Alimentação**

A organização assegura 2 refeições por dia. Nos dias da praia ou piscina, a Juventude Vidigalense assegura o lanche da manhã e o da tarde, devendo os participantes trazer almoço. Nos restantes dias, assegura o almoço e lanche da tarde, devendo os participantes trazer o lanche da manhã.

### **Transporte**

É da responsabilidade da organização o transporte das crianças sempre que haja atividades realizadas fora do Estádio Municipal de Leiria e/ou Centro Nacional de Lançamentos.

### **Custo/Inscrições**

- ✓ 1ª Semana – Crianças dos 10 aos 17 anos (Apoio do IPDJ)

25€ por uma semana (5 dias, inclui seguro)

Inscrição no balcão do IPDJ ou através do link:

<http://fermov.juventude.gov.pt/inscricaoListaEspera.asp>

Crianças dos 6 aos 9 e crianças sem o apoio do IPDJ – seguir os procedimentos abaixo indicados:

- ✓ 1ª, 2ª, 3ª, 4ª, 5ª, 6ª e 7ª Semanas – Crianças dos 6 aos 9 e dos 10 aos 17.
- ✓ 50€ por uma semana (3€ de Seguro e 47€ programa de ocupação de férias).
- ✓ A inscrição no projeto, com o respetivo pagamento, deve ser formalizada com uma antecedência de 5 dias da(s) semana(s) em que pretende inscrever. Deve proceder à mesma através do seguinte link:

[https://docs.google.com/a/juventudevidigalense.org/forms/d/1C4xySbDz2VLhPZFerAD36fmKZm59YCqyFVwK8I31YUg/edit\\_](https://docs.google.com/a/juventudevidigalense.org/forms/d/1C4xySbDz2VLhPZFerAD36fmKZm59YCqyFVwK8I31YUg/edit_)

### **Notas:**

- Para que as atividades sejam concretizadas é necessário um número no mínimo de dez inscritos.

## Programa Provisório

### 1ª Semana

Hora	Dia	26 Junho – 2ª feira	27 Junho – 3ª feira	28 Junho – 4ª feira	29 Junho – 5ª feira	30 Junho – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Jogos Quebra-gelo	Torneio Kids Athletics (Estações 1 a 3)	Praia das Paredes*	Jogos Tradicionais (Corrida de sacos, Jogo da Maca, Jogo Lenço)	Praia do Pedrógão*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Torneio Kids Athletics (Estações 4 – 6)	Praia das Paredes*	Jogos Pré-desportivos (Futebol Humano, Jogos dos passes...etc)	Praia do Pedrógão*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Peddy Paper -	Praia das Paredes*	Sessão de Cinema - EML	Praia do Pedrógão*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Peddy Paper	Praia das Paredes*	Atletismo (Salto em Comprimento - EML)	Praia do Pedrógão*

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

### 2ª Semana

Hora	Dia	03 Julho – 2ª feira	04 Julho – 3ª feira	05 Julho – 4ª feira	06 Julho – 5ª feira	07 Julho – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Praia da Vieira*	Visita Parque dos Monges (Atividades variadas)	Praia de São Pedro*	Visita Castelo de Leiria	Praia da Nazaré*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Vieira*	Visita Parque dos Monges (Atividades variadas)	Praia de São Pedro*	Visita MIMO (Museu de Imagem e Movimento)	Praia da Nazaré*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Vieira*	Visita Parque dos Monges (Atividades variadas)	Praia de São Pedro*	Sessão de Cinema	Praia da Nazaré*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Vieira*	Visita Parque dos Monges (Atividades variadas)	Praia de São Pedro*	Desafio (Cultura Desportiva Quizz)	Praia da Nazaré*

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

## Programa de Ocupação de Férias



Verão de 2017

### 3ª Semana

Hora	Dia	10 Julho – 2ª feira	11 Julho – 3ª feira	12 Julho – 4ª feira	13 Julho – 5ª feira	14 Julho – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Passeio à Lagoa da Ervideira*	Desportivo Coletivos (Parque do Avião)	Piscina (Porto de Mós)	Atelier de Dança (Dança com as Estrelas)	Praia Fluvial do Agroal
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Passeio à Lagoa da Ervideira*	Desportivo Coletivos (Parque do Avião)	Piscina (Porto de Mós)	Atletismo (Estafetas)	Praia Fluvial do Agroal
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Passeio à Lagoa da Ervideira*	Visita Museu Moinho do Papel	Piscina (Porto de Mós)	Workshop Alimentação Saudável	Praia Fluvial do Agroal
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Passeio à Lagoa da Ervideira*	Visita Museu Moinho do Papel	Piscina (Porto de Mós)	Atelier de Alimentação	Praia Fluvial do Agroal

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

### 4ª Semana

Hora	Dia	17 Julho – 2ª feira	18 Julho – 3ª feira	19 Julho – 4ª feira	20 Julho – 5ª feira	21 Julho – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Praia da Nazaré*	Atividades Lúdicas (Parque do Troncão)	Visita Buddha Eden Garden - Bombarral	Desportivo Coletivos (Centro Lançamentos)	Praia das Paredes/Polvoeira*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Atividades Lúdicas (Parque do Troncão)	Visita Buddha Eden Garden - Bombarral	Desportivo Coletivos (Centro Lançamentos)	Praia das Paredes/Polvoeira*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Orientação com Mapa (Circuito do Pólis)	Praia São Martinho do Porto	Sessão de Cinema (Filme de animação)	Praia das Paredes/Polvoeira*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Orientação com Mapa (Circuito do Pólis)	Praia São Martinho do Porto	Guerra de balões de água	Praia das Paredes/Polvoeira*

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

## Programa de Ocupação de Férias



Verão de 2017

### 5ª Semana

Hora	Dia	24 Julho – 2ª feira	25 Julho – 3ª feira	26 Julho – 4ª feira	27 Julho – 5ª feira	28 Julho – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Praia da Nazaré*	Atletismo (Salto em Comprimento)	Praia das Paredes*	Passeio Pedestre e Picnic – Parque Ortigosa	Praia de São Pedro Moel*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Jogos Tradicionais (Jogos variados)	Praia das Paredes*	Passeio Pedestre e Picnic – Parque Ortigosa	Praia de São Pedro Moel*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Orientação com Mapa (Parque do Avião)	Praia das Paredes*	Sessão de Cinema (Filme de animação)	Praia de São Pedro Moel*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Orientação com Mapa (Parque do Avião)	Praia das Paredes*	Sessão de Karaoke (Concurso Todo Mundo Canta)	Praia de São Pedro Moel*

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

### 6ª Semana

Hora	Dia	31 Julho – 2ª feira	01 Agosto – 3ª feira	02 Agosto – 4ª feira	03 Agosto – 5ª feira	04 Agosto – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Praia de São Pedro Moel*	Torneio Kids Athletics (Estações 1 a 3)	Praia Fluvial do Agroal	Jogos Pré-desportivos (Futebol Humano e Galático, Lencinho) etc)	Praia da Vieira* (Futebol)
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia de São Pedro Moel*	Torneio Kids Athletics (Estações 4 – 6)	Praia Fluvial do Agroal	Jogos de Tabuleiros (Cartas, Monopólio, etc)	Praia da Vieira* (Voleibol)
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia de São Pedro Moel*	Peddy Paper – Caça ao Tesouro	Praia Fluvial do Agroal	Passeio Pedestre e Picnic – Pia do Urso	Praia da Vieira* (Estafetas variadas)
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia de São Pedro Moel*	Peddy Paper – Caça ao Tesouro	Praia Fluvial do Agroal	Passeio Pedestre e Picnic – Pia do Urso	Praia da Vieira* (Momento livre)

\* Atividades desenvolvidas na praia: Futebol, Voleibol, Raquetes e jogos pré-desportivos.

## Programa de Ocupação de Férias

Verão de 2017



### 7ª Semana

Hora	Dia	07 Agosto – 2ª feira	08 Agosto – 3ª feira	09 Agosto – 4ª feira	10 Agosto – 5ª feira	11 Agosto – 6ª feira
09h00		<b>Concentração no Estádio</b>				
09h15 – 10h30		Praia de São Pedro Moel*	Visita Cuétara & Sumol Compal	Praia da Nazaré*	Desportivo Coletivos (Centro Lançamentos)	Vista Grutas de Mira D' Aire
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia de São Pedro Moel*	Visita Cuétara & Sumol Compal	Praia da Nazaré*	Desportivo Coletivos (Centro Lançamentos)	Vista Grutas de Mira D' Aire
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia de São Pedro Moel*	Visita Mosteiro da Batalha	Praia da Nazaré*	Sessão de Cinema (Filme de animação)	Visita Centro de Interpretação Batalha de Aljubarrota
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia de São Pedro Moel*	Visita Mosteiro da Batalha	Praia da Nazaré*	Atelier de Jogos Desportivos	Visita Centro de Interpretação Batalha de Aljubarrota