

PROGRAMA DE OCUPAÇÃO DE FÉRIAS



VOLEIBOL | FUTEBOL | BASQUETEBOL | GINÁSTICA | PATINAGEM
ATLETISMO | PRAIA | PISCINA | PEDDY-PAPPER | CINEMA

DE 27 DE JUNHO A 12 DE AGOSTO
ESTÁDIO MUNICIPAL DE LEIRIA | CENTRO NACIONAL DE LANÇAMENTOS

DOS 6
AOS 17
ANOS

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES
GERAL@JUVENTUDEVIDIGALENSE.ORG
913091989 | 912727166 | 244833799





Programa de Ocupação de Férias

Verão de 2016

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	nataniel-lobes@juventudevidigalense.org
Contactos alternativos	912727166 / 244833799	geral@juventudevidigalense.org

Calendarização / Duração

O projeto terá a duração de 6 semanas, tendo o seu início no dia 27 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

45€ por uma semana (3€ de Seguro e 42€ programa de ocupação de férias) ou 10€ por dia (mais 3€ seguro).

Notas:

- O custo poderá sofrer alterações caso o Instituto Português da Juventude apoie o campo de férias. Se apoiado, os inscritos serão notificados.
- Para que as atividades sejam concretizadas é necessário um número no mínimo de dez inscritos.

Inscrições

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: <http://goo.gl/forms/ccnCnTHb6i>.

Programa Provisório

1ª Semana

Hora	Dia	27 Junho – 2ª feira	28 Junho – 3ª feira	29 Junho – 4ª feira	30 Junho – 5ª feira	01 Julho – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Jogos Quebra-gelo Jogos Didáticos	Jogos Pré-Desportivos: Jogo do lixo, Bola ao capitão, Jogo do lenço.	Praia Pedra de Ouro*	Desportos Coletivos (Basquetebol – Parque Avião)	Praia da Nazaré*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Desportos Individuais (Patinagem - EML)	Praia Pedra de Ouro*	Desportos Coletivos (Futebol no Parque Avião)	Praia da Nazaré*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Desportos Coletivos (Voleibol - CNL)	Praia Pedra de Ouro*	Sessão de Cinema - EML	Praia da Nazaré*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Desportos Individuais (Ginástica - EML)	Praia Pedra de Ouro*	Atletismo (Salto em Comprimento - EML)	Praia da Nazaré*

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

2ª Semana

Hora	Dia	04 Julho – 2ª feira	05 Julho – 3ª feira	06 Julho – 4ª feira	07 Julho – 5ª feira	08 Julho – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Praia Velha*	Desportos Coletivos (Voleibol - CNL)	Piscina (Porto de Mós)	Jogos Pré-Desportivos – Futebol Humano, Jogo do Mata	Praia da Nazaré*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia Velha*	Atletismo (Provas Combinadas - CNL)	Piscina (Porto de Mós)	Desportos Individuais (Patinagem)	Praia da Nazaré*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia Velha*	Prova de Orientação - Pólis	Piscina (Porto de Mós)	Visita padaria PaniBrites - Caranguejeira	Praia da Nazaré*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia Velha*	Prova de Orientação - Pólis	Piscina (Porto de Mós)	Piquenique no Parque do Troncão	Praia da Nazaré*

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

Programa de Ocupação de Férias



Verão de 2016

3ª Semana

Hora	Dia	11 Julho – 2ª feira	12 Julho – 3ª feira	13 Julho – 4ª feira	14 Julho – 5ª feira	15 Julho – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Praia da Nazaré*	Jogos de Mesa (xadrez, damas, cartas, dominó)	Praia de São Pedro*	Torneio de Raquetes (Ténis de Mesa e Badminton)	Passeio ao Largo da Ervideira*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Atletismo (Corrida de Estafetas Loucas)	Praia de São Pedro*	Torneio de Raquetes (Ténis de Mesa e Badminton)	Passeio ao Largo da Ervideira*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Visita à Biblioteca da ESE	Praia de São Pedro*	Sessão de Cinema	Passeio ao Largo da Ervideira*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Visita à radio IPL	Praia de São Pedro*	Peddy-paper – Pólis de Leiria	Passeio ao Largo da Ervideira*

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

4ª Semana

Hora	Dia	18 Julho – 2ª feira	19 Julho – 3ª feira	20 Julho – 4ª feira	21 Julho – 5ª feira	22 Julho – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Praia Fluvial do Agroal	Desportos Individuais (Badminton)	Praia das Paredes/Polvoeira*	Visita à Biblioteca Municipal	Praia da Nazaré*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia Fluvial do Agroal	Desportos Individuais (Badminton)	Praia das Paredes/Polvoeira*	Visita ao Museu de Imagem e Movimento	Praia da Nazaré*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia Fluvial do Agroal	Sessão Cinema	Praia das Paredes/Polvoeira*	Desportos Diversos (Basquetebol, Futebol, Patinagem – Parque Avião)	Praia da Nazaré*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia Fluvial do Agroal	Sessão de Karaoke	Praia das Paredes/Polvoeira*	Desportos Coletivos (Basquetebol)	Praia da Nazaré*

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

Programa de Ocupação de Férias



Verão de 2016

5ª Semana

Hora	Dia	25 Julho – 2ª feira	26 Julho – 3ª feira	27 Julho – 4ª feira	28 Julho – 5ª feira	29 Julho – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Praia da Nazaré*	Visita à radio 94FM	Visita ao Jardim Botânico de Coimbra	Desportos Coletivos (Andebol – Parque Avião)	Praia de S. Pedro/ Pedra de Ouro*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia da Nazaré*	Atelier de Dança	Visita ao Jardim Botânico de Coimbra	Jogos Tradicionais – Parque do Avião	Praia de S. Pedro/ Pedra de Ouro*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia da Nazaré*	Sessão de Cinema	Visita à Universidade de Coimbra	Jogos de Tabuleiro	Praia de S. Pedro/ Pedra de Ouro*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia da Nazaré*	Desportos Coletivos (Voleibol – CNL) + Batalha de balões de água	Visita à Universidade de Coimbra	Atletismo (Salto em Comprimento)	Praia de S. Pedro/ Pedra de Ouro*

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

6ª Semana

Hora	Dia	01 Agosto – 2ª feira	02 Agosto – 3ª feira	03 Agosto – 4ª feira	04 Agosto – 5ª feira	05 Agosto – 6ª feira
09h00		Concentração no Estádio				
09h15 – 10h30		Praia das Paredes / Polvoeira*	Visita à Biblioteca da ESE	Piscina (Porto de Mós)	Workshop Alimentação Saudável	Praia da Nazaré*
10h30 – 10h45						
10h45 – 12h15		Praia das Paredes / Polvoeira*	Visita à radio IPL	Piscina (Porto de Mós)	Atelier de Alimentação	Praia da Nazaré*
12h30 – 14h00						
14h30 – 16h00		Praia das Paredes / Polvoeira*	Prova de Orientação - Pólis	Piscina (Porto de Mós)	Passeio Pedestre – Parque da Ortigosa	Praia da Nazaré*
16h00 – 16h15						
16h15 – 18h00		Praia das Paredes / Polvoeira*	Prova de Orientação - Pólis	Piscina (Porto de Mós)	Desportos diversos – Parque da Ortigosa	Praia da Nazaré*

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