



FÉRIAS DESPORTIVAS

INTRODUÇÃO

A Câmara Municipal de Alpiarça promove a continuação do programa de FÉRIAS DESPORTIVAS para crianças e jovens entre 10 e os 15 anos integrado no Projecto OTL . Com a chegada do Verão, chegam também as férias e a procura de atividades de ocupação dos tempos livres por parte de jovens e encarregados de educação. A prática desportiva e atividades recreativas são formas saudáveis de ocupar os jovens.

O programa “ Férias Desportivas ” possibilita às crianças e jovens estarem em contacto com diversas modalidades desportivas e atividades recreativas, sensibilizando-os para uma prática de atividade física e/ou desportiva em espaços desportivos e ambiente natural. Os valores fundamentais para um estilo de vida saudável é uma das mensagens que pretendemos transmitir a todos os participantes.

OBJECTIVOS

1.São objetivos deste programa:

- a)Colmatar a ausência de atividades de ocupação de tempos livres das crianças e jovens nesta faixa etária;
- b)Promover um estilo de vida saudável através da atividade física e do desporto promovendo também a inserção dos participantes em diferentes Associações que desenvolvem as modalidades desportivas no Concelho;
- c)Transmitir noções básicas relacionadas com cada modalidade ou atividade física;
- d)Preencher, de forma saudável o tempo livre das crianças e jovens em período de férias;
- e)Promover a cooperação e relacionamento social das crianças e jovens;
- f)Dar a conhecer espaços de lazer e desporto disponíveis no Concelho sensibilizando-os para práticas num futuro próximo.

PARTICIPANTES

Podem frequentar este programa, todas as crianças e jovens, de ambos os géneros, com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos inclusive.

Para efeitos de inscrição, será tomada em conta a idade do participante à data da inscrição no programa.

LOCAIS E ATIVIDADES A DESENVOLVER

Todas as atividades a desenvolver neste programa são coordenadas pela Câmara Municipal/Gabinete de Desporto.

As atividades a desenvolver são as seguintes: Ténis, Canoagem, Basquetebol, Futebol, Orientação, BTT, Atletismo, Petanca, Magic, Capoeira, Ginástica, Equitação, Jogos recreativos e de Aventura, Passeios pedestres, Viagens do conhecimento, entre outros.

A equipa coordenadora deste projecto tem como parceiros as Associações do Concelho e ou/Colaboradores que se dedicam às diferentes modalidades desportivas.

As infraestruturas que serão utilizadas: Complexo Desportivo, Albufeira, Pavilhão do CDA e da C+S, Nave Desportiva, Reserva, Estádio Municipal e Piscinas.

Os locais de atividades são diversificados.

Cada participante devera deslocar-se para os locais que estão previamente definidos, de acordo com as atividades a realizar.

INSCRIÇÕES

- a)As inscrições são limitadas a **25 participantes**;
- b)A inscrição só é valida mediante o preenchimento da ficha de inscrição anexa e o respetivo pagamento;
- c)O pagamento do valor para fazer face ao Seguro e aos custos inerentes à prática das diferentes atividades será pago no ato de inscrição. 5€ por quinzena.
- d)A ficha de inscrição estará disponível no posto de Turismo.
- e)As inscrições terminarão até 5 dias úteis antes do inicio das atividades.

PERIODO E HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

As atividades decorrerão:

Férias da Páscoa - de 18 de Março a 28 de Março;

Férias de Verão – de 1 de Julho a 30 de Agosto;

nos seguintes dias e horários:

Terça e Quintas das 16h às 18h

Quartas e Sextas das 10h às 12h30

MATERIAL NECESSÁRIO À PARTICIPAÇÃO

É aconselhável que os participantes tragam vestuário confortável e prático;

Cada participante deve trazer sempre sapatilhas adequadas ao espaço de realização das atividades desportivas, quando for caso disso.

Todo o material desportivo, ou outro, a utilizar em cada atividade deste programa é da responsabilidade da Câmara Municipal ou da Associação que desenvolve a atividade.

DADOS IMPORTANTES

As crianças/jovens poderão levar um pequeno lanche e deverão fazer-se acompanhar do respectivo boné.

As deslocações serão feitas pelo Município.

Qualquer esclarecimento contactar: 243559100

Este programa só se realizará se tiver pelo menos 10 inscrições em cada mês.

Câmara Municipal de Alpiarça

