

# Campus d'estiu 2026

CET 10<sup>®</sup>



CE Montseny

# CONTINGUT DE LA REUNIÓ

Aquest dossier es penjarà a la nostra web: [cet10.com](http://cet10.com), conjuntament amb el de la primera reunió, dins de les modalitats corresponents.

1. Presentació de l'equip
2. Pla d'activitats
3. Programació de sortides
4. Protocol d'accessos
5. Pla de comunicació
6. Cal portar
7. No oblidar i "deixar a casa"
8. Documentació a lliurar



# PRESENTACIÓ DE L'EQUIP DE TREBALL

## Coordinació pedagògica

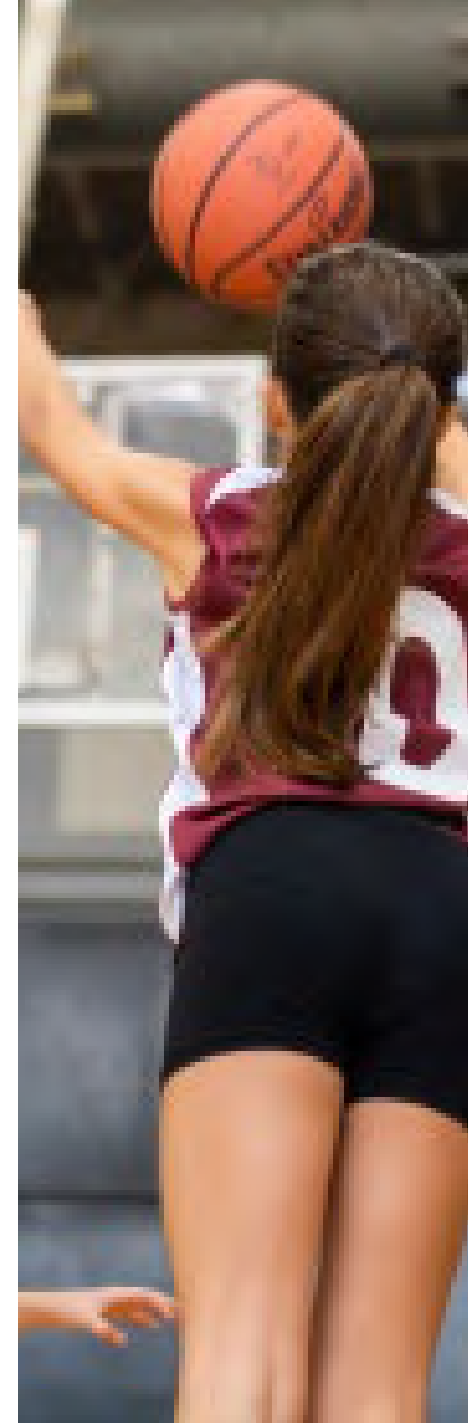
Alex Charles

## Coordinació de casal

Esteban Quifet

## Equip de monitoratge

- > Monitors i monitores de les extraescolars de l'escola, entre d'altres (titulats i titulades en Esport i/o en Lleure).
- > Monitors i monitores en pràctiques.
- > Vetlladors i vetlladores (si s'escau).



# RESUM DE LES MODALITATS

Les modalitats d'aquest casal s'ofereixen des del dilluns, 22 de juny fins al 31 de juliol de 2026.

Els horaris són:

- > De 9 a 13 h. Dinar inclòs només els dies que es realitza la sortida de tot el dia.
- > De 9 a 17 h. Dinar inclòs tots els dies.

- > **Campus de bàsquet** (de 1r a 6è de primària cursats).
- > **Campus de tecnificació de bàsquet** (de 6è de primària a 2n de batxillerat cursats)



# Programació campus



**Campus d'estiu 2026**

**CET 10<sup>®</sup>**

## Campus Bàsquet CE Montseny - Setmana 3 - Del 6 al 10 de juliol (De 1r a 6è de primària)

|               | Dilluns 6                                                                                                                                          | Dimarts 7                                                                                                   | Dimecres 8                                                                                                           | Dijous 9                               | Divendres 10                                                                                                            |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00 a 09:30 | Benvinguda<br>JOC D'ACTIVACIÓ I<br>CONEIXENÇA                                                                                                      | Rebuda del grup, moment de trobada i cercle de confiança. Joc d'activació i estiraments dinàmics.           |                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                         |
| 09:30 a 10:00 | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop<br>cistella<br>3. La passada                                        | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop<br>cistella<br>3. La passada | SORTIDA MATINAL<br>Platja                                                                                            | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop<br>cistella<br>3. La passada             |
| 10:00 a 10:30 | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb<br>pilota                                        | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb<br>pilota |                                                                                                                      |                                        | TREBALL ESPECÍFIC DE<br>BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb<br>pilota             |
| 10:30 a 11:00 | TEMPS PER ESMORZAR<br>Després d'esmorzar, estona de joc lliure al pati                                                                             |                                                                                                             |                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                         |
| 11:00 a 12:30 | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs<br>amb els dos conceptes de<br>tècnica individual del dia                                           | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs<br>amb els dos conceptes de<br>tècnica individual del dia    | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs<br>amb els conceptes de<br>tècnica individual de<br>dilluns i dimarts | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs i<br>exercicis amb els dos<br>conceptes de tècnica<br>individual del dia |
| 12:30 a 13:00 | TORNADA A LA CALMA I ESTIRAMENTS<br>Fem un cercle de tancament del matí i preparació de la sortida de les 13:00 hores                              |                                                                                                             |                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                         |
| 13:00 a 15:00 | TEMPS DE L'ÀPAT<br>Després de dinar, activitats de baixa intensitat al teatre de l'Escola.                                                         |                                                                                                             |                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                         |
| 15:00 a 16:30 | 3x3<br>Competició per nivells                                                                                                                      | COMPETICIONS DE TIR<br>Triples + TwoBall                                                                    | 3x3<br>Kings League Version                                                                                          | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | 5x5<br>Competició NBA: Draft +<br>partits                                                                               |
| 16:30 a 17:00 | CERCLE DE TANCAMENT<br>Cercle de tancament del dia on compartir sensacions, emocions i aprenentatges i preparació de la sortida de les 17:00 hores |                                                                                                             |                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                         |

# Programació **tecnificació**



**Campus d'estiu 2026**

**CET 10<sup>®</sup>**

# Campus Bàsquet CE Montseny - Setmana 3 - Del 6 al 10 de juliol

(De 6è de primària a 2n de Batxillerat)

|               | Dilluns 6                                                                                                                                          | Dimarts 7                                                                                                          | Dimecres 8                                                                                                     | Dijous 9                               | Divendres 10                                                                                                   |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00 a 09:30 | Benvinguda<br>JOC D'ACTIVACIÓ I CONEIXENÇA                                                                                                         | Rebuda del grup, moment de trobada i cercle de confiança. Joc d'activació i estiraments dinàmics.                  |                                                                                                                |                                        |                                                                                                                |
| 09:30 a 10:00 | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop cistella<br>3. La passada                                              | SORTIDA MATINAL<br>Platja                                                                                          | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop cistella<br>3. La passada          | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>1. Bot i dribling<br>2. Finalitzacions prop cistella<br>3. La passada          |
| 10:00 a 10:30 | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb pilota                                              |                                                                                                                    | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb pilota          |                                        | TREBALL ESPECÍFIC DE BÀSQUET<br>4. Llançament a cistella<br>5. Pas 0<br>6. Defensa jugador amb pilota          |
| 10:30 a 11:00 | TEMPS PER ESMORZAR<br>Després d'esmorzar, estona de joc lliure al pati                                                                             |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                        |                                                                                                                |
| 11:00 a 12:30 | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs i exercicis amb els dos conceptes de tècnica individual del dia                                     | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs i exercicis amb els dos conceptes de tècnica individual del dilluns | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs i exercicis amb els dos conceptes de tècnica individual del dia | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | PRESA DE DECISIONS<br>Cada grup organitza jocs i exercicis amb els dos conceptes de tècnica individual del dia |
| 12:30 a 13:00 | TORNADA A LA CALMA I ESTIRAMENTS<br>Fem un cercle de tancament del matí i preparació de la sortida de les 13:00 hores                              |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                        |                                                                                                                |
| 13:00 a 15:00 | TEMPS DE L'ÀPAT<br>Després de dinar, activitats de baixa intensitat al teatre de l'Escola.                                                         |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                        |                                                                                                                |
| 15:00 a 16:30 | 3x3<br>Competició per nivells                                                                                                                      | COMPETICIONS DE TIR<br>Triples + TwoBall                                                                           | 3x3<br>Kings League Version                                                                                    | SORTIDA DE TOT EL DIA<br>Illa Fantasia | 5x5<br>Competició NBA: Draft + partits                                                                         |
| 16:30 a 17:00 | CERCLE DE TANCAMENT<br>Cercle de tancament del dia on compartir sensacions, emocions i aprenentatges i preparació de la sortida de les 17:00 hores |                                                                                                                    |                                                                                                                |                                        |                                                                                                                |

# TIPOLOGIA DE SORTIDES

## Sortides de matí

### PARC MEDIAMBIENTAL DE GUALBA

23/06/26

### MÀQUINA DE TIR + VISITA COACH

Tota la setmana

### ILLA FANTASIA

09/07/26

### LLAC CAN DRAGÓ

15/07/26

### ALFA5 XR SPORT + PLATJA O PARC

23/07/26

### INDOOR JUMPING CLUB

30/07/26

Aquest estiu, les 4 setmanes amb més activitat seran encara més especials. Hem preparat 4 activitats extra exclusives per als nostres participants:

- > Visita d'un jugador professional
- > Visita d'un jugador professional
- > Taller de nutrició esportiva
- > Taller de psicologia esportiva



# PROTOCOL D'ACCESSOS

---

## ENTRADES

**ACCÉS 1: Porta principal de l'escola**  
(Carrer de Pallars)

> 08:00 a 8:45 h (servei d'acollida)

**ACCÉS 2: Porta lateral**  
(Carrer del Treball)

> 08:45 a 9:00 h

## SORTIDES

**ACCÉS 1: Porta lateral**  
(Carrer del Treball)

> 12:50 a 13:00 h

**ACCÉS 2: Porta lateral**  
(Carrer del Treball)

> 16:50 a 17:00 h



# PLA DE COMUNICACIÓ

Entesa la comunicació com un dels pilars per al bon desenvolupament i de qualitat del projecte de lleure, on intervenen diferents agents que disposen d'una influència directa sobre els infants i/o els joves, us presentem el pla de comunicació que es durà a terme des de l'inici fins a la finalització del casal d'estiu.

## Mitjans de comunicació

> **Correu electrònic.** Entre el dijous i divendres previ a l'inici de cada setmana de casal, la coordinació del projecte us enviarà la següent informació:

- El "cal portar".
- La programació setmanal amb les sortides indicades.
- El menú setmanal (basal, tot i que dins del casal s'adaptin els menús en funció de les al·lèrgies.
- L'enllaç per accedir a la comunitat de WhatsApp.
- Notificacions, avisos importants, recordatoris i/o canvis i incidències.
- [viulestiubasquet@cemontseny.cat](mailto:viulestiubasquet@cemontseny.cat) / [equifet@cet10.com](mailto:equifet@cet10.com)

> **Comunitat de WhatsApp.** Al correu setmanal rebreu l'enllaç per accedir a la comunitat, un espai on la coordinació anirà compartint avisos i informacions al llarg de la setmana de casal. Així i tot, és important tenir en compte que **aquest canal és complementari, i que les comunicacions oficials es continuaran enviant sempre a través del correu electrònic.**

> **Dropbox.** Un cop hagi acabat la setmana de casal, les famílies rebreu per part de la coordinació, un correu amb les dades per accedir a la galeria virtual.



# CAL PORTAR

## CADA DIA

### Motxilla amb:

- > Ampolla o cantimplora amb aigua
- > Esmorzar
- > Gorra
- > Crema solar
- > Equip de bany (banyador, xancletes i tovallola).

## DURANT LES SORTIDES

### Motxilla amb:

- > Ampolla o cantimplora amb aigua
- > Esmorzar
- > Gorra
- > Crema solar
- > Targeta T-16 (En el cas de realitzar el viatge en transport públic).

Si la sortida és de caràctes aquàtic, també caldrà afegir l'equip de bany a la motxilla (banyador, xancletes i tovallola).

- > Equip de bany (banyador, xancletes i tovallola).



# NO OBLIDAR I DEIXAR A CASA

---

## NO OBLIDAR

- > Totes les pertinences han d'anar marcades amb el **nom i cognoms** de l'infant/jove, i **s'han de guardar** en les motxilles corresponents.
- > Portar **roba i calçat adequats i còmodes** per a les activitats diàries.

## DEIXAR A CASA

- > **Telèfon mòbil.**
- > **Dispositius electrònics.**  
Consoles, SmartWatch, tablets, etc.
- > **Diners.**
- > **Càmeres de fotos.**



# ÚS DE DISPOSITIUS MÒBILS 1/2

Des de CET10 volem apostar per educar als nostres infants i joves en fer un bon ús de les tecnologies, més encara observant la innecessària atenció constant al dispositiu i la preocupant immediatesa de resposta o acceptació social que els comporta, així com altres problemes de salut que en poden derivar.

Volem educar en l'atenció plena i en la desconnexió per afavorir les relacions interpersonals i el bon desenvolupament de les activitats.



La dependència del mòbil dels nostres infants i joves, els canvis de conducta o les problemàtiques relacionals derivades de l'ús del mòbil són cada vegada més elevades i considerem que **hem de poder garantir, dins de l'entorn del lleure i de l'esport, un bon ambient de treball i de respecte entre totes les persones que hi convivim**, educant en la desconnexió.

Tot i així, i entenent que és una decisió familiar, **la persona que porti un telèfon mòbil l'ha d'apagar en entrar al centre** i ha de garantir que resti apagat de manera que no es pugui accedir a les

dades personals que el dispositiu emmagatzema.

**Les comunicacions de la família amb l'infant/jove per alguna qüestió d'urgència s'han de fer a través de la coordinació.** Agrairíem que s'evitin les comunicacions, sigui trucada sigui missatgeria, de les famílies en horari escolar.

**En cap cas es poden fer fotografies, vídeos o enregistraments de so dels companys o del monitoratge**, sense un consentiment previ.

Aquesta norma passa per damunt de qualsevol codi, ja que vulnera el dret a la intimitat de les persones.



# ÚS DE DISPOSITIUS MÒBILS 2/2

L'ús o exhibició del mòbil al centre **comportarà la retirada d'aquest i es custodiarà al centre fins que el recullin directament els responsables de l'infant/jove** a la sortida del casal (no es lliuraran mòbils abans d'aquesta hora).

Queden inclosos en aquesta normativa de dispositius mòbils els rellotges intel·ligents (smartwatch) si s'utilitzen les seves aplicacions més enllà de la seva funció de notificació horària.

## EXCEPCIONS

- > **SALUT:** Es permet utilitzar un telèfon mòbil o dispositiu intel·ligent a l'alumnat que tingui alguna necessitat específica per motius de salut i hagi de monitorar algunes constants.
- > **NESE:** Es permet usar un dispositiu mòbil a l'alumnat que, per motiu de necessitats específiques de suport educatiu, requereixi l'ús d'alguna aplicació que li faciliti l'accés a l'aprenentatge, la participació o la comunicació.
- > **ACTIVITATS SINGULARS:** Es permet fer servir dispositius mòbils en esdeveniments específics i singulars del casal sempre que s'autoritzi i s'indiqui de forma explícita per part del monitoratge.
- > **EMERGÈNCIES:** En cas que es produeixi una situació d'emergència, l'alumnat pot usar excepcionalment el telèfon mòbil per comunicar-se amb la seva família.





---

**MÉS DE 30 ANYS AL VOSTRE COSTAT**