

# LLIBRET D'ACTIVITATS

## ESO



RESIDÈNCIA INFANTIL LA CARRAL

[benbinguts.alacarral@gmail.com](mailto:benbinguts.alacarral@gmail.com)

[www.alacarral.net](http://www.alacarral.net)

# Benvinguda a La Carral

" El lleure és vital, perquè els infants són el nostre futur! "

A La Carral desconnectem de les pantalles i connectem amb la realitat. Mirem als ulls, parlem amb la boca. El primer dia arribem amb la motxilla a l'esquena, expectants per què trobarem.

De seguida els monis ens venen a rebre, ens somriuen, ens canten, ens fan jugar. L'últim dia, en marxar, tornem a agafar la motxilla, però aquesta vegada la carreguem de records i experiències inoblidables.



## Activitats escollides

En aquest document hi trobareu el llistat de totes les activitats que oferim per a **joves d'ESO**, amb una petita descripció de cada una d'elles.

Si teniu qualsevol dubte o consulta en relació a les activitats ens podeu escriure un correu,



# Informació prèvia

## Tria les activitats en funció de...

### Temps



● TOT EL MATÍ O TOTA LA TARDA

◐ MIG MATÍ O MITJA TARDA



### Tipus d'activitat



JOCs



ACT. ESPORTIVES



ESPECIALS



ARTESANIA



PASTISSERIA



ACTIVITATS DE NIT

### Etiquetes



#### #RECEPTA:

Us farem arribar la recepta de l'activitat de pastisseria que hagueu realitzat per tal que la pugueu enviar o imprimir per als infants i que la puguin fer a casa.

#### #LLANTERNA:

Per fer aquesta activitat cal que els infants portin llanterna.

#### #AIRELLIURE:

Aquesta activitat es farà a l'aire lliure.

# Índex d'activitats



## 1. JOCS

- 1.1. TRAVESINO
- 1.2. AMONG US
- 1.3. EL MISTERIÓS CRIM DE LA FLORENTINA
- 1.4. BLACK BOP
- 1.5. UN PER GUANYAR
- 1.6. JOCS DE PUNTERIA: BITLLES CATALANES I TIR AMB ARC
- 1.7. LA BATALLA DELS ESCACS
- 1.8. JOCS D'ESPLANADA



## 2. ACT. ESPORTIVES

- 2.1. PATINETS DE MUNTANYA
- 2.2. TÈCNIQUES DE MUNTANYA
- 2.3. OLIMPIADES RURALS
- 2.4. FUTCISTELL
- 2.5. LACROSSE
- 2.6. PITXI
- 2.6. GIMCANA DE JOCS



## 3. ESPECIALS

- 3.1. ELS IMMIGRANTS
- 3.2. PERE JOAN I EL MISSAL
- 3.3. L'HERÈNCIA DE L'ONCLE TEODOR
- 3.4. RICS I POBRES
- 3.5. BINGO MUSICAL
- 3.6. EL MÓN DEL CIRC
- 3.7. CREA I DESTRUEIX
- 3.8. SANTUARI DEL MIRACLE



## 4. ARTESANIA

- 4.1. TALLER DEL SABÓ
- 4.2. CAPSA DE PALS DE GELAT
- 4.3. CLAUER DE CÀPSULES DE CAFÈ
- 4.4. MONEDER DE MATERIAL RECICLAT



## 5. PASTISSERIA

- 5.1. PA DE PESSIC DE XOCOLATA
- 5.2. PASTÍS DE POMA
- 5.3. EL SIDRAL DE LA CARRAL



## 6. ACTIVITATS DE NIT

- 6.1. JOCS DE NIT
- 6.2. EXHIBICIÓ DE VOLS D'AUS NOCTURNES
- 6.3. TÚNEL DE LA POR
- 6.4. DISCOTECA



# 1. JOCS



Gaudim de la nostra part més juganera!

## 1.1. TRAVESINO ● ○ ●

Participem en un concurs ple d'apostes i proves d'habilitat per equips. Un joc d'estratègia que posarà a prova la nostra destresa a cada nou repte. [#Airelliure](#)



## 1.2. AMONG US ●

Joc inspirat en un popular videojoc on haurem de completar missions, superar proves i descobrir qui són els impostors que actuen d'incògnit per sabotejar-les. Podrem desemmascarar-los? [#Airelliure](#)



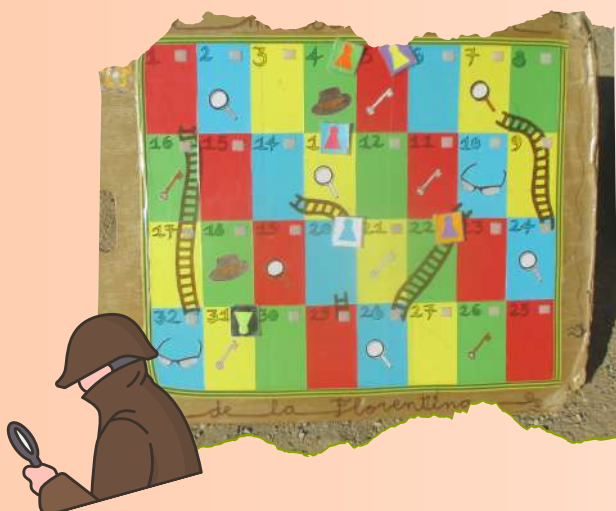
## 1.3. EL MISTERIÓS CRIM DE LA FLORENTINA ●

Ens convertirem en detectius amb aquest joc d'esplanada inspirat en el Cluedo. A través de proves d'enginy i observació, reunirem totes les pistes necessàries per resoldre aquest cas. [#Airelliure](#)

## 1.4. BLACK BOP ●

Joc de rol i estratègia on dos equips hauran d'aconseguir camuflar-se pel bosc per assolir el seu objectiu sense ser atrapats per l'altre equip. Qui ho aconseguirà? [#Airelliure](#)

\*Per per aquesta activitat es recomana que els participants vagin vestits amb roba fosca.





# 1. JOCS



Gaudim de la nostra part més juganera!

## 1.5. UN PER GUANYAR 0

Un minut és suficient per fer una piràmide de gots, bolcar bitlles amb una pilota subjectada al cap o fer arribar un ou a la meta amb l'ajuda d'un ventall? Posarem a prova les vostres habilitats amb aquest concurs on haurem de superar proves en menys de 60 segons.



## 1.6. JOCS DE PUNTERIA: BITLLES CATALANES I TIR AMB ARC

Posarem a prova la nostra punteria a partir d'aquests dos esports. [#Airelliure](#)



## 1.7. LA BATALLA DELS ESCACS

Convertirem el joc dels escacs en una competició al bosc on cada jugador representarà una peça del tauler i els equips hauran d'aconseguir ser els primers en fer escac i mat. [#Airelliure](#)



## 1.8. JOCS D'ESPLANADA

Bateria de jocs variats per jugar a l'aire lliure: jocs de coneixença, de rotllana, competitius, etc. [#Airelliure](#)





## 2. ACTIVITATS ESPORTIVES

Mens sana in corpore sano



### 2.1. PATINETS DE MUNTANYA ●

Ens posarem el casc i l'armilla fosforescent per recórrer els camins secundaris de la zona sobre un patinet de descens. **#Airelliure**



### 2.2. TÈCNiques DE MUNTANYA ●

Practicarem les principals tècniques de muntanya en un circuit on escalarem per un rocòdrom, baixarem fent ràpel i ens llançarem per una tirolina. Ho complementarem amb un circuit de monocicles. **#Airelliure**



### 2.3. OLIMPIADES RURALS ● ○

Les tasques de la pagesia inspiraran les proves d'aquesta competició rural amb categories com la recollida d'ous, la cursa de sacs o el llençament d'espardenya. **#Airelliure**





## 2. ACTIVITATS ESPORTIVES

Mens sana in corpore sano



### 2.4. FUTCISTELL

Joc que neix de la barreja del bàsquet i el futbol i que promou un bon treball en equip. Els punts s'aconsegueixen encistellant una pilota gegant a la cistella. **#Airelliure**



### 2.5. LACROSSE

Agafarem els estics per fer un partit d'aquest esport de pilota originari d'Amèrica del Nord on guanyarà l'equip que aconsegueixi fer més gols. **#Airelliure**



### 2.6. PITXI

La punteria, la rapidesa i la destresa amb el bat seran essencials per jugar a aquest esport d'esplanada amb normes pròpies similars al beisbol. **#Airelliure**



### 2.7. GIMCANA DE JOCS

Competició esportiva a través d'una gimcana de jocs d'esplanada, jocs d'equip i jocs de pilota. **#Airelliure**





# 3. ESPECIALS

Moments únics plens de màgia



## 3.1. ELS IMMIGRANTS ●

Joc de rol basat en el procés migratori del sud global on el control fronterer i la burocràcia tindran un paper cabdal. L'activitat finalitzarà amb una posada en comú que permeti als participants reflexionar sobre les vivències de les persones implicades en aquest procés migratori.



## 3.2. PERE JOAN I EL MISSAL ●

Intentarem desvetllar els secrets més amagats de La Carral a través d'un escape room on haurem de treballar en equip per fer encaixar totes les pistes que tenim al davant abans que s'acabi el temps.



## 3.3. L'HERÈNCIA DE L'ONCLE TEODOR ●

Posarem a prova el nostre enginy amb un escape room on haurem d'encaixar totes les peces per aconseguir l'herència de l'oncle Teodor, trobant el tresor amagat i desxifrant la manera d'obrir-lo.



## 3.4. RICS I POBRES ●

Ens pentinarem, menjarem galetes, ens farem massatges o ens pintarem les ungles als diferents negocis d'aquest divertit joc de rol que ens permetrà reflexionar sobre les desigualtats socials a partir de les vivències de cada jugador. **#Airelliure**



# 3. ESPECIALS

Moments únics plens de màgia



## 3.5. BINGO MUSICAL ●

La música convertirà el tradicional joc del bingo en un concurs emocionant i una gran festa plena de cançons.



## 3.6. EL MÓN DEL CIRC ●

Jugarem a convertir-nos en autèntics artistes de circ practicant diverses tècniques i malabars: diàbolos, pilotes, plats xinesos, carioques, xanques, pals de diable, etc. **#Airelliure**



## 3.7. CREA I DESTRUEIX ●

Podem crear art amb brics de suc, caixes de cartró i material reutilitzat? Ho experimentem amb aquesta activitat d'art efímer on haurem d'expressar el nostre talent i creativitat per construir una peça única.



## 3.8. SANTUARI DEL MIRACLE ●

Anirem d'excursió al Miracle (2km. de camí) on coneixerem la llegenda del Santuari i visitarem el retaule barroc i el seu conjunt monumental. **#Dossier #Airelliure**





# 4. ARTESANIA

Construim els records que ens endurem a casa.



RECOMANEM QUE ESCOLLIU COM A MÀXIM UNA ACTIVITAT D'ARTESANIA O PASTISSERIA I PRIORITZEU LES ACTIVITATS DELS ALTRES BLOCS.

## 4.1. TALLER DEL SABÓ ●

Farem un sabó artesanal de glicerina amb aromes de menta, citronella, mandarina o espígol que podrem decorar amb elements naturals i que cada participant es podrà emportar a casa.

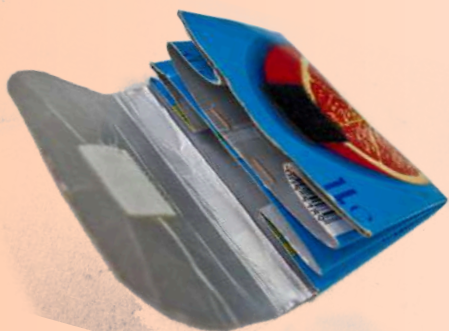


## 4.2. CAPSA DE PALS DE GELAT ●

Amb pals de gelat de mil colors construirem una capseta per a poder-hi guardar petits records.

## 4.3. CLAUER DE CÀPSULES DE CAFÈ ●

Aprendrem a reutilitzar les càpsules de cafè que abocaríem al rebuig construint un clauer ben original i útil per portar-hi un joc de claus.



## 4.4. MONEDER DE MATERIAL RECICLAT ●

Donarem una segona vida als brics de llet i sucs convertint-los en un pràctic i fantàstic moneder.



# 5. PASTISSERIA

Les coses dolces es fan amb davantal.



RECOMANEM QUE ESCOLLIU COM A MÀXIM UNA ACTIVITAT D'ARTESANIA O PASTISSERIA I PRIORITZEU LES ACTIVITATS DELS ALTRES BLOCS.



TOTS ELS INGREDIENTS DELS TALLERS DE PASTISSERIA SÓN APTES PER A CELÍACS I PER A INTOLERANTS A LA LACTOSA.

## 5.1. PA DE PESSIC DE XOCOLATA ●

Fem un pa de pessic de xocolata amb farina, cacau, ous i sucre, que cada infant es podrà endur a casa per tastar-lo i compartir-lo. **#Recepta**



## 5.2. PASTÍS DE POMA ●

Farem un pastís de poma amb farina, ous i sucre que cada participant es podrà endur a casa per tastar-la i compartir-la. **#Recepta**



## 5.3. EL SIDRAL DE LA CARRAL ●

Com si fossim alquimistes, barrejarem tots els ingredients necessaris per fer un sidral de maduixa o de llimona que ens farà sentir pessigolles a la llengua.



# 6. ACTIVITATS DE NIT

La diversió continua quan es fa fosc!



SI L'ACTIVITAT HO PERMET, ABANS D'ACABAR EL JOC DE NIT ENS REUNIREM PER CANTAR UNA CANÇÓ DE BONA NIT I DESITJAR-VOS DOLÇOS SOMNIS.

## 6.1. JOCS DE NIT ● 0 ●

Jugarem a grans jocs a l'aire lliure. A La Carral tenim un ampli repertori de jocs de nit! Recordeu que podeu seleccionar aquesta opció per diverses nits.

#Llanterna #Airelliure



## 6.2. EXHIBICIÓ DE VOLS D'AUS NOCTURNES ●

Descobrirem mussols, gamarussos, ducs i òlibes en una exhibició didàctica d'ocells nocturns a càrrec del personal del Zoo dels Pirineus.

**Aquesta activitat té un cost complementari de 180€/sessió i a cada sessió hi poden participar fins a 50 persones**



## 6.3. TÚNEL DE LA POR ●

Ens endinsarem en el món del terror en un camí ple de monstres i ensurts. Una part del grup prepararà l'activitat disfressant-se i maquillant-se de monstres i personatges esgarrifosos. L'altra part del grup, farà el recorregut ple d'ensurts que els seus companys i companyes han preparat.

\*Aquesta activitat només s'ofereix a grups que facin més d'una nit a La Carral i que tinguin un mínim de 40 persones.

#Llanterna #Airelliure

## 6.4. DISCOTECA ● 0 ●

Anirem a ballar en una festa plena de cançons i coreografies.





# RESIDÈNCIA INFANTIL LA CARRAL

[benvinguts.alacarral@gmail.com](mailto:benvinguts.alacarral@gmail.com)

[www.alacarral.net](http://www.alacarral.net)