



Escola
Gabriel Castellà

TEC
2024



11A TROBADA PREBENJAMINA

IGUALADA,
23 DE MAIG
DE 2024

COMPLEX
ESPORTIU
LES COMES



DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **11a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Prebenjamina** tindrà lloc el proper **dijous 23 de maig** del 2024 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Escola Gabriel Castellà i el Consell Esportiu de l'Anoia.

2. Programa de la jornada

El marc horari de la jornada serà de 09:15h a les 12:30h:

- 9:15h Trobada dels centres educatius al Complex Esportiu Les Comes

Cada equip ha d'anar directe a l'espai que li toca jugar en la primera rotació. (Mirar apartat distribució espai per saber on iniciarà la trobada cada equip de cada centre educatiu)

- 9:30h Inici de les activitats

- 10:48h Esmorzar*

- 11:16h Reinici de les activitats

- 12:20h Finalització de les activitats

- 12:20-12:30h Concentració de TOTS ELS/LÉS PARTICIPANTS al camp de futbol de Les Comes (al gran) per fer l'activitat de cloenda.

- 12:30h Finalització de la jornada

*Cal portar esmorzar i aigua.

3. Participants i distribució dels equips

Cada equip realitzarà un total de 11 activitats lúdicoesportives i cada activitat durarà 13 minuts. Una senyal acústica marcarà l'inici/final de cada activitat.

A l'hora d'esmorzar, hi haurà una aturada de 20 minuts. **Cada grup tindrà una ubicació a les graderies de la instal·lació on realitzi l'activitat.** D'aquesta manera, podrà deixar les motxilles abans d'iniciar les activitats i tornar-les a agafar a l'hora d'esmorzar, sense haver de desplaçar-se .



Un cop hagin transcorregut els 20 minuts per esmorzar, la jornada esportiva prosseguirà de la mateixa manera que ho ha fet abans de l'aturada.

- Esportistes participants:

Escoles	Participants	Equips
Escola Gabriel Castellà	37	3x9 i 1x10
Alta Segarra	73	7x9 i 1x10
Escola Dolors Martí i Badia	86	2x10 i 6x11
Ateneu Igualadi	50	5x10
Escola Emili Vallès	54	4x11 i 1x10
Escola Pia	43	3x11 i 1x10
Escola Garcia Fossas	45	5x9
Marquès de la Pobla	46	4x9 i 1x10
Escola Pompeu Fabra	37	3x9 i 1x10
INS Escola Castell d'Òdena	59	5x10 i 1x9
Escola Josep Masclans	24	3x8
Escola Marta Mata	50	5x10
Escola Garcia Lorca	43	3x11 i 1x10
	647	

Cada equip estarà format per 8-11 esportistes (mixtes). **Abans d'iniciar la Trobada, cada escola s'encarregarà d'agrupar els seus/es esportistes i els/les identificarà amb un adhesiu enganxat a la samarreta segons l'equip al qual pertanyen o apuntant el nom de l'equip amb un retolador a la mà. Això ho ha de fer cada escola abans de la Trobada, l'organització NO proporcionarà els adhesius.**

Els/les participants hauran d'arribar a la Trobada Esportiva amb l'adhesiu degudament enganxat a la samarreta de l'escola al que pertany de forma que sigui visible.

A continuació podeu veure la distribució dels equips segons la zona on estan ubicats a les diverses instal·lacions on es realitza la Trobada Esportiva (Camp de futbol 1 - el de baix -, Camp de Futbol 2 - el de dalt -). Cada equip té assignada una Zona i realitzarà les 11 rotacions de 13 minuts dins la mateixa zona.



LLEGENDA			DALT	BAIX	PISTA
Escola Gabriel Castellà	GC	4 equips	2	2	0
Alta Segarra	AS	8 equips	4	4	0
Escola Dolors Martí i Badia	DM	8 equips	0	4	4
Ateneu Igualadi	AT	5 equips	3	2	0
Escola Emili Vallès	EV	5 equips	2	3	0
Escola Pia	EP	4 equips	2	0	2
Escola Garcia Fossas	GF	5 equips	0	3	2
Marquès de la Pobla	MP	5 equips	0	2	3
Escola Pompeu Fabra	PF	4 equips	2	0	2
INS Escola Castell d'Òdena	CO	6 equips	3	0	3
Escola Josep Masclans	JM	3 equips	0	0	3
Escola Marta Mata	MM	5 equips	2	0	3
Escola Garcia Lorca	GL	4 equips	2	2	0
			22	22	22

ESPAIS I ACTIVITATS

1. Explicació de les activitats/jocs

Les activitats estan basades en jocs o en situacions jugades adaptades als/les assistents a la jornada. Els/les monitors/es del Consell Esportiu de l'Anoia seran els/les encarregats/es de fer les explicacions a les diverses activitats als/les participants.

Joc 1: Si l'encerto me'l quedo

Joc 2: Atrapar la cua

Joc 3: La pilota caçadora

Joc 4: Relleus

Joc 5: Mazaball/hoquei herba/hoquei

Joc 6: Mate (variant)

Joc 7: Paracaigudes: quantes pilotes encertarem?

Joc 8: Cursa de sacs

Joc 9: Futbol Indi

Joc 10: Aranya-Pilla/Pilla, La Cadena

Joc 11: Acrosport

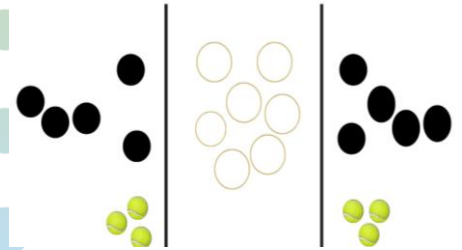


Petita explicació del jocs:

1. SI L'ENCERTO ME'L QUEDO:

Hi ha dos equips, un a cada costat del camp darrera de la línia. Cada participant té una pilota de tennis. Entremig els dos equips hi ha aros de totes mides i només s'hi pot entrar per anar a buscar l'aro encertat. Cada vegada tiraran 2 de cada equip. Cada participant tira la seva pilota des de darrera la línia, si va directe a un aro se'l queda. L'objectiu de cada equip és aconseguir més aros que l'altre equip. S'acaba quan no queden més aros.

Es poden fer variants com; només aros petits, només grans, d'un color específic, qualsevol...



2. ATRAPAR LA CUA

Cadascú porta un mocador penjat darrera i ha d'intentar atrapar la cua d'un altre participant. Tant si agafa cues com si li prenen pot continuar el joc fins que ja no en queda cap més per prendre. Si la partida acaba ràpid en fem una altra i així fins que finalitza el temps.

3. LA PILOTA CAÇADORA

Els jugadors/es s'escaparan per un terreny de joc. Es llençaran tres pilotes a l'aire i, qui l'agafi, podrà llençar-la per intentar tocar un company/a. Si la pilota toca directament al company (sense bot previ), haurà sigut caçat i s'haurà de col·locar fent l'stop (cames i braços oberts). Es salvarà si algun company/a li passa per sota les cames.

No es pot tirar dues vegades seguides la mateixa pilota. El nen/a que té la pilota pot córrer amb la pilota a les mans però l'ha de tirar abans de comptar fins a 5.



4. RELLEUS

Es fan dos equips que es col·locaran amb una fila cada un. Cada equip ha d'aconseguir passar la pilota d'un cantó a l'altre el màxim nombre de vegades tot fent relleus. Per cada vegada que ho aconsegueix és un punt. Si la pilota cau a terra, s'ha de tornar a començar. Tots els de l'equip han de tocar la pilota.

- passant la pilota per sobre el cap.
- passant la pilota per sota de les cames.
- fent passes sense que caigui a terra
- passant-la amb el peu
- passant-la estirats junt al costat de l'altra.



5. MAZABALL/HOQUEI/HOQUEI HERBA

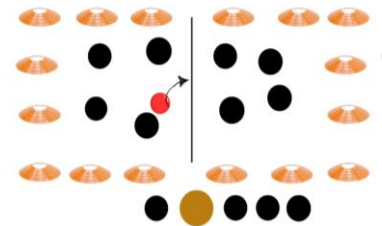
Esports on hi ha dos equips i tenen l'objectiu de marcar la pilota a la porteria.

- No es pot aixecar la maça o l'estic per sobre la cintura.
- No es pot empènyer.
- La pilota no es pot tocar amb els peus, només amb la maça o estic.
- El porter pot tocar la pilota amb els peus, però no amb les mans. Sinó serà penal
- Faltes: es realitzaran des d'on s'ha comès la infracció amb la pilota plantada i el/la defensor/a es col·locarà a 3m de la pilota.
- Penal: es llençarà des d'un punt situat a 1m de la pròpia porteria, a porteria lliure i sense rebot. Serà penal en els següents casos:
 1. Donar o intentar donar un cop d'estic o de peu a un/a company/a de joc.
 2. Fer caure, empentar o fer la traveta .
 3. Intentar jugar una pilota amb la mà o braç.
 4. Qualsevol actitud antiesportiva de protesta i recriminació.

6. MATE (variant)

Hi ha dos camps, cada equip es col·loca a cada camp. En aquest cas no hi ha camp de morts. L'objectiu és aconseguir eliminar tots els membres de l'altre equip.

Es juga com el mate però el nen/a que és tocat ha de sortir del camp (es posa el costat del monitor) i es salva quan algú del seu equip elimina un participant de l'altre equip. Els eliminats d'un equip es posen a un costat del monitor i els de l'altre equip a l'altre costat. Es col·loquen per ordre que han estat eliminats perquè també s'aniran salvant al mateix ordre.



7. PARACAIGUDES. QUANTES PILOTES ENCERTARAN?

Un paracaigudes amb unes quantes pilotes de tennis repartides per damunt de la tela.

Es tracta de fer caure les pilotes de tennis a dins d'unes capses grans de plàstic. Les pilotes s'han de colar pel forat del mig del paracaigudes o per les vores exteriors. Han d'anar provant per veure com els funciona millor.



Les capsas estaran separades.



8. CURSA DE SACS

Aquesta estació és de tots contra tots. Es faran 3 files darrera dels conos i a cada fila tindrà 2 sacs que aniran s'aniran passant. L'objectiu és arribar fins al cono de l'altre costat. Quan un nen/a arribi haurà d'anar ràpid a portar el seu sac al seus companys/es.



9. FUTBOL INDI

En aquest cas, per anar ràpid, cada escola farà una rotllana tocant-se els peus (com la imatge). Es tracta de passar-se la pilota per terra sense que surti a fora. La pilota es pot tocar amb les dues mans. Si a un nen/a li fan gol per sota de les cames, llavors haurà d'amagar una mà darrera de l'esquena i jugar només amb una. Quan a un nen/a que ja li han eliminat les dues mans, haurà de posar-se d'esquena i podrà tornar jugar amb les dues mans i tornar a començar.



10. ARANYA- PILLA/PILLA, LA CADENA PARTIDA...

En aquesta estació jugaran tots contra tots.

11. ACROSPORT

En aquesta estació es tracta de practicar la figura d'Acrosport que realitzarà cada equip a l'activitat de cloenda. La figura pot ser amb el número de participants que es desitgi. Sobretot vigilar molt a on col·loquen els peus i com posen les esquenes. Quan més senzilles millor.





***Activitat de cloenda (camp de futbol - baix)**

Entre tots els alumnes participants a la trobada de les diferents escoles ens ajuntarem per escoles al camp de futbol de baix per tal de realitzar l'activitat de cloenda que consisteix en fer **les figures d'Acrosport** que han practicat a l'estació 5.

Escola Gabriel Castellà

Alta Segarra

Escola Dolors Martí i Badia

Ateneu Igualadi

Escola Emili Vallès

Escola Pia

Escola Garcia Fossas

Marquès de la Pobla

Escola Pompeu Fabra

INS Escola Castell d'Òdena

Escola Josep Masclans

Escola Marta Mata

Escola Garcia Lorca



DISTRIBUCIÓ ESPAIS

PISTA



CAMP FUTBOL



Els equips aniran rotant de forma circular en sentit contrari dins de la mateixa zona, durant 4 rotacions, durant la jornada.

- Camp de futbol 1 (el de dalt):

Equips: GC1, GC2, AS1, AS2, AS3, AS4, AT1, AT2, AT3, EV1, EV2, EP1, EP2, PF1, PF2, CO1, CO2, CO3, MM1, MM2, GL1, GL2



- Camp de futbol 2 (el de baix):

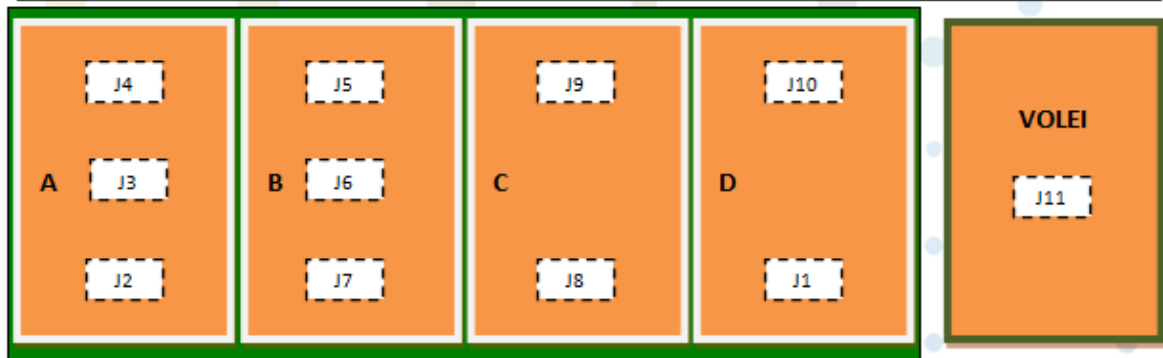
Equips: GC3, GC4, AS5, AS6, AS7, AS8, DM1, DM2, DM3, DM4, AT4, AT5, EV3, EV4, EV5, GF1, GF2, GF3, MP1, MP2, GL3, GL4





- Pista A, B, C, D + vòlei:

Equips: DM5, DM6, DM7, EP3, EP4, GF4, GF5, MP3, MP4, MP5, PF3, PF4, CO4, CO5, CO6, JM1, JM2, JM3, MM3, MM4, MM5



INFORMACIÓ

1. Localització (accessos)

A la vora del camp de futbol hi ha l'**amfiteatre de Les Comes** amb un **parc** just al costat. És un bon lloc per dinar i passar-hi la tarda. Disposa de serveis i una font d'aigua.

Confirmar prèviament la disponibilitat als responsables del Consell Esportiu de l'Añoia.

