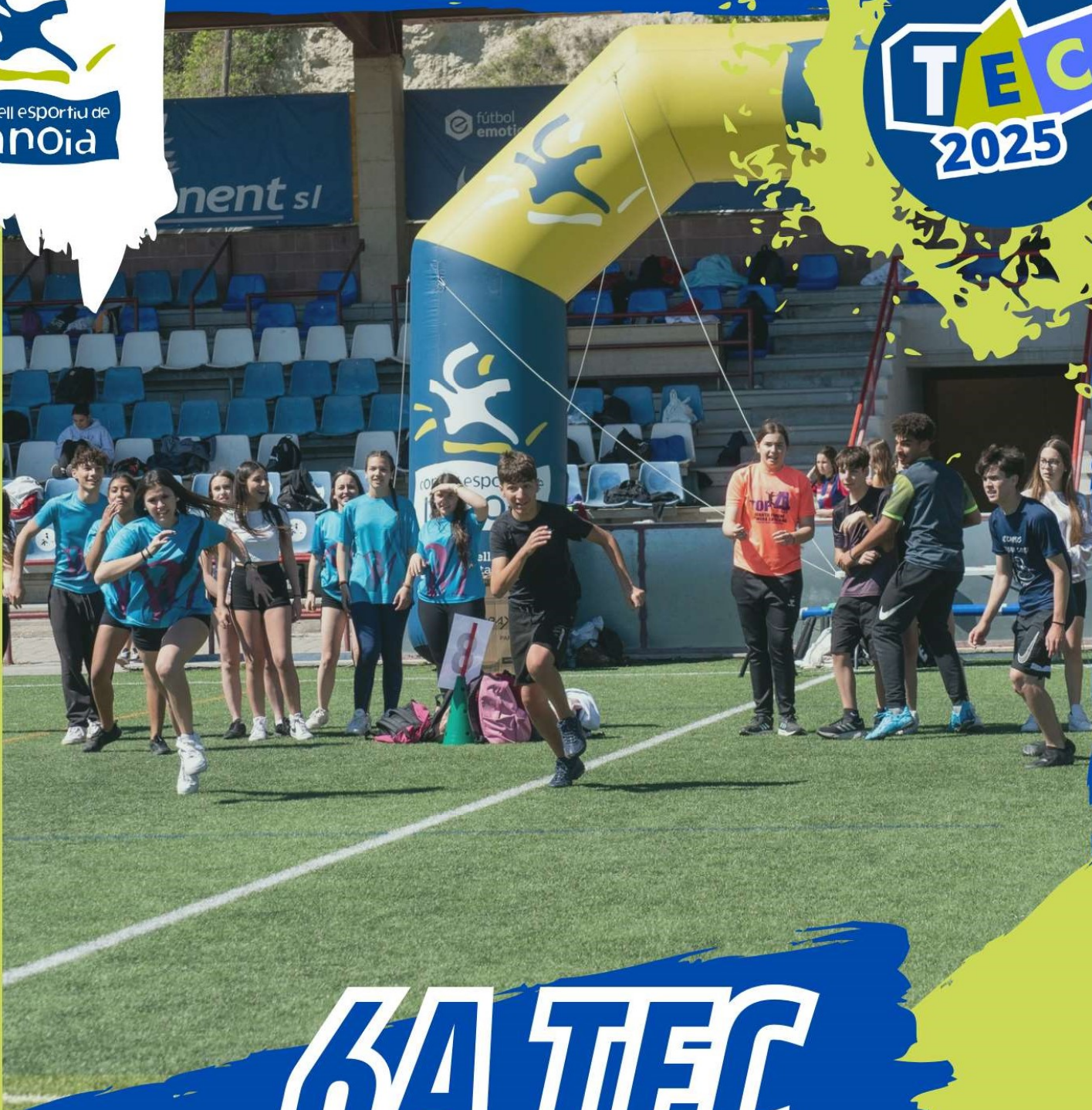




consell esportiu de l'anoia



IGUALADA, 8 D'ABRIL DE 2025



6A TEC CADET

Complex Esportiu Les Comes



Consells Esportius de Catalunya





DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **6a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Cadet** tindrà lloc el proper **dimarts 8 d'abril** del 2025 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Escola Anoia i el Consell Esportiu de l'Anoia.

2. Programa de la jornada

El marc horari de la jornada serà de 09:00h a les 13:00h:

- 9:00 h/09:15 h Arribada dels centres
- **9:30h Inici de les activitats**
- 10:55h Esmorzar
- **11:20h Reinici de les activitats**
- 12:45h Activitat de cloenda
- 13:00h Finalització de jornada

*Cal portar esmorzar i aigua. Es recomana portar gorra i protecció solar.

3. Participants i distribució dels equips

Cada equip realitzarà un total de 12 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
Institut Joan Mercader	80	8x10
Institut Pla de les Moreres	120	12x10
INS Vallbona d'Anoia	30	3x10
Pere Vives	90	9x10
Institut Montbui	120	12x10
	440	

Cada equip estarà format per 10 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.**

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 on ha de començar la primera activitat.

LLEGENDA			BAIX	DALT
Institut Joan Mercader	JM	8 equips	4	4
Institut Pla de les Moreres	PM	12 equips	6	6
INS Vallbona d'Anoia	VA	3 equips	3	0
Pere Vives	PV	9 equips	3	6
Institut Montbui	IM	12 equips	6	6
			22	22



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: Vòlei-Bàdminton

Joc 2: Hoquei

Joc 3: Futbol Flag

Joc 4: Colp bol

Joc 5: Tennis

Joc 6: Lacrosse

Joc 7: Dodgeball

Joc 8: Artzikirol

Joc 9: Futbol

Joc 10: Voleibol

Joc 11: Pinfuvote

Cada equip farà totes les activitats programades durant la jornada. L'equip començarà per una de les activitats, tal com indica l'horari especificat en l'apartat següent, i anirà rotant cada 13 minuts dins la mateixa zona segons l'ordre ascendent de numeració de les activitats.

Petita explicació dels jocs:

- 1. Vòlei-Bàdminton:** S'enfronten equips de 4/5 jugadors. Tots ells tenen raqueta de bàdminton i han de colpejar el volant cap a la pista de l'equip contrari. Per cada intercanvi, poden realitzar fins a 3 tocs per equip, mai 2 seguits pel mateix jugador.
- 2. Hoquei/Mazaball:** Els jugadors de cada equip han de marcar gol a la porteria contrària, mitjançant la utilització d'un stick o d'una "maça".
- 3. Futbol flag:** És un esport derivat del futbol americà, que consisteix a arribar amb la pilota a les mans a la zona d'anotació de l'equip contrari. Es pot córrer amb la pilota a les mans i per evitar la progressió d'un jugador, cal treure una de les dues cintes que cada jugador porta a la cintura. Si això passa, l'equip perd la possessió de la pilota.
- 4. Colp bol:** S'enfronten equips de 7 jugadors/es i es juga en una pista de futbol sala. El seu objectiu és introduir la pilota (de goma) a la porteria contrària. La pilota només es pot colpejar (no agafar) amb el tronc superior.



Pot anar per terra o per aire. No es pot colpejar dues vegades seguides. Tampoc es pot colpejar amb el puny tancat i no es pot xutar o tocar amb les cames o peus.

5. **Tenis:** Per parelles, es tracta de passar la pilota de tennis amb la raqueta a la pista de la parella contrària.
6. **Lacrosse:** S'enfronten dos equips. El seu objectiu és marcar gol a la porteria contrària llançant la pilota amb l'stick que té una xarxa a la seva part superior. Per iniciar el joc es fa un sorteig i saca el porter. Després de cada gol saca el porter/a. Si la pilota es toca amb les mans es perd la possessió. Per poder atacar, s'ha de passar la línia de mig camp i, una vegada passada abans de fer gol s'han de fer tres passes entre els membres de l'equip. Per marcar s'ha de fer des de fora de l'àrea del porter/a. Només es pot entrar dins l'àrea per recollir alguna pilota, però s'haurà de tornar a sortir per marcar. El porter pot tocar la pilota amb les mans (sempre que sigui dins la seva àrea).
7. **Dodgeball:** Aquest joc, similar al cementiri, consta de dos equips que han d'eliminar als jugadors de l'equip contrari llançant-los la pilota i colpejant-los a qualsevol part del cos, excepte el cap. Es juga amb 6 pilotes toves i els jugadors que s'eliminen es posen al lateral del camp, en fila, esperant a ser salvats. Se salva un jugador cada vegada que un jugador viu agafa la pilota a l'aire, venint d'un oponent. Guanya l'equip que elimina tots els jugadors de l'equip rival.
8. **Artzikirol:** Dos equips de 7 jugadors/es en una pista de futbol sala. L'objectiu és marcar més gols que l'equip contrari amb la mà o amb el peu, per tant, la pilota es pot jugar amb ambdues extremitats, però amb una particularitat: quan la pilota està a l'aire, el jugador/a la pot controlar amb el peu o amb la mà. Si decideix controlar-la amb el peu, ja no la pot tornar a agafar amb la mà. Si la controla amb la mà i un rival de l'equip contrari toca a la persona que té la pilota a la mà, s'aplica la regla del "tocat" i es perd la possessió de la pilota. Quan s'aplica aquesta regla, saca l'equip contrari des del lloc on s'ha tocat a la persona. Si es juga amb la mà NO es pot botar la pilota, només es poden fer passes o córrer amb ella. El porter/a pot passar a ser jugador/a, però si un rival el toca quan té la possessió de la pilota, serà penal. Es pot fer gol directe des d'una falta o saque. Després d'un gol, se saca darrere la línia de fons.
9. **Futbol:** Juguen dos equips que tenen l'objectiu de marcar gol a la porteria contrària, utilitzant les normes generals del futbol tradicional.



10. Vòlei: Juguen dos equips, que han de passar la pilota al camp contrari, per sobre de la xarxa, utilitzant entre tots els integrants de l'equip, un màxim de tres tocs. La pilota no pot caure a terra.

11. Pinfuvote: Juguen dos equips d'11 jugadors/es per equip en una pista de futbol sala i amb una xarxa a l'altura de tennis. L'objectiu és enviar la pilota al camp contrari per damunt de la xarxa i que toqui a terra almenys dues vegades seguides. El saque s'efectua des de dins d'un cercol al mig de cada camp (els dos peus han d'estar a dins i no es pot saltar). El punt s'aconsegueix quan la pilota bota més de dues vegades al camp contrari. La pilota es pot colpejar amb qualsevol part del cos. Un mateix jugador/a no pot fer dos tocs consecutius. Quan es rep la pilota, es pot fer un màxim de tres tocs entre tots els membres de l'equip. Es poden combinar tocs amb els peus o amb la mà, però sempre amb un màxim de 3.

Es pot deixar que la pilota faci un bot a terra abans de colpejar-la. Entre els tres tocs de l'equip també pot fer un bot a terra. No es pot rematar, el saque. No hi pot haver canvis de posicions fins que acabi el partit a menys que un mateix equip porti 3 punts seguits, llavors aquest farà un canvi de posicions i de la persona que saca amb els del mateix equip. La pilota no es pot agafar ni retenir. Es juga amb una pilota de goma.

ACTIVITAT DE CLOENDA (camp de futbol – baix)

En acabar les rotacions a les 12:45 h, tots els alumnes s'ajuntaran a les grades de **camp de futbol de baix**, on els anirem cridant per escoles perquè vagin entrant al centre del camp, en ordre. Cada centre educatiu agruparà als seus alumnes per poder fer una foto grupal com a final de la trobada juntament amb la resta de centres educatius.



DISTRIBUCIÓ DELS ESPAIS

A continuació podeu veure la distribució dels espais per zones que s'utilitzarà per a la Trobada Esportiva Comarcal.



Els equips rotaran dins la mateixa zona 5 activitats, després hi haurà canvi d'espai que podeu visualitzar en els requadres anteriors de rotacions i horari, per colors.

Seguidament trobareu detallat els equips i on han d'iniciar la primera activitat:

- Camp de futbol 1 (el de baix):

- Camp de futbol 2 (el de dalt):





Els equips aniran rotant de forma circular però sempre seguint el mateix color i zona. De manera que cadascun dels equips haurà de passar per totes les subzones (activitats) durant la jornada.

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'Anoia.

