

IGUALADA, 3 D'ABRIL DE 2025

7A TEC INFANTIL

Complex Esportiu Les Comes

DADES GENERALS

Lloc i data de la Trobada

La **7a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Infantil** tindrà lloc el pròxim dijous **3 d'abril** del 2025 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada és organitzada per l'INS Joan Mercader d'Igualada i el Consell Esportiu de l'Anoia.

1. Programa de la jornada

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

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

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

2. Participants i distribució dels equips

Cada equip realitzarà un total de **12 activitats ludicoesportives** i **cada activitat durarà 12 minuts**.

Un senyal acústic 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	110	12x9
Institut Pla de les Moreres	110	12x9
INS Vallbona d'Anoia	26	2x9 i 1x8
Institut Escola Castell d'Òdena	80	8x10
Escola Anoia	50	5x10
Pere Vives	90	9x10
Institut Molí de la Vila	80	8x10
Institut Montbui	120	15x8
	666	

Cada equip estarà format per 8-10 esportistes (mixtes i equilibrats). Abans d'iniciar la Trobada, cada escola s'encarregarà d'agrupar els seus/es esportistes i els/les identificarà segons l'equip al qual pertanyen apuntant el nom de l'equip amb un retolador a la mà (en cas necessari). Això ho ha de fer cada escola abans de la Trobada, l'organització NO ho proporcionarà.

A continuació podeu veure la distribució dels equips segons la zona on estan ubicats a les diverses instal·lacions on es du a terme la Trobada Esportiva (Camp de futbol 1 - el de baix, Camp de Futbol 2 - el de dalt i pista polivalent). Cada equip té assignada una Zona, hi haurà un canvi de zona cada 4 rotacions (ho trobareu detallat al requadre de rotacions).

LLEGENDA				DALT	BAIX	PISTA
Institut Joan Mercader	110	JM	12 equips	4	4	4
Institut Pla de les Moreres	110	PM	12 equips	4	4	4
INS Vallbona d'Anoia	26	VA	3 equips	1	1	1
Institut Escola Castell d'Òdena	80	CO	8 equips	3	3	2
Escola Anoia	50	EA	5 equips	1	1	3
Pere Vives	90	PV	9 equips	3	3	3
Institut Molí de la Vila	80	MV	8 equips	3	3	2
Institut Montbui	120	IM	15 equips	5	5	5
	666			24	24	24

ACTIVITATS

Joc 1: Handbol

Joc 2: Hoquei / mazaball/ Hoquei herba

Joc 3: Rugbyflag

Joc 4: Korfball

Joc 5: Pilota gegant

Joc 6: Futbol

Joc 7: Relleus

Joc 8: El tocat

Joc 9: Tennis / Bàdminton / pales

Joc 10: Apunta bé!

Joc 11: Colpball

Joc 12: Vòlei

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.

Cada equip durà a terme 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 14 minuts dins la mateixa zona segons l'ordre ascendent de numeració de les activitats.

1. **Handball.** És necessari fer un mínim de 3 passades abans de fer el llançament a porteria. Variant. En cas d'haver algun jugador/a amb més dificultats es pot donar opció que faci el servei, que el seu gol puntuï triple...(pactar-ho)
2. **Hoquei / mazaball / Hoquei herba.** Important les normes bàsiques: no es permet tocar la pilota amb el peu intencionadament, no es pot aixecar l'estic/maça per sobre la cintura ni colpejar l'estic/maça d'un altre company. Important que la bola no s'aixequi per seguretat.
3. **Rugbyflag:** És una forma adaptada de jugar a Rugby. Joc adaptat sense contacte entre jugadors, per tant, els bloquejos i placatges no estan permesos.

Els jugadors porten un cinturó amb cintes. El joc consisteix a fer arribar la pilota al camp contrari a base de passades i petites curses. És obligatori fer un mínim de 2 passades

abans de fer el punt. El servei inicial es fa per sota les cames. Es pot interceptar la passada. En cas de treure el flag al jugador/a que té la pilota es canvia la possessió. Si cau a terra es continua el joc (excepte dins la zona de marca). Es considera marca quan es planta la pilota dins la zona.

4. **Korfball** (amb una sola cistella). Joc de possessió i desmarcar-se . Consisteix a llançar la pilota (voleibol) a la cistella de korfball amb dues mans. Els jugadors es defensen per parelles i no poden intercanviar la seva parella (parelles de nivells similar). Normes: No es pot botar la pilota ni desplaçar-se amb la pilota, només passar-la o llançar a cistella. El defensor ha de deixar una distància d'un braç. No hi ha contacte. Es pot interceptar la pilota però mai agafar-la de les mans del jugador.
5. **Pilota gegant** (voleibol cooperatiu). Similar al voleibol però amb una pilota gegant de poc pes o globus gegant tipus kingball. No s'han de fer tocs tècnics.
6. **Futbol**: Juguen dos equips que tenen l'objectiu de marcar gol a la porteria contrària, utilitzant les normes generals del futbol tradicional.
7. **Relleus**. Equips de 4-5 persones.
 - a) **Relleus bàsics**: Individual, sumatiu (1+2+3+4). Surt el primer jugador de cada equip amb el testimoni fins al primer con i torna a xocar la mà al segon, i aquest tocarà el segon con, i així successivament. I després a la inversa (4+3+2+1).
 - b) **Porta el con**: El primer jugador surt i deixa 1 con (xinxeta) a la primera pica (amb base) i torna a xocar la mà al segon company, aquest surt i deixa el con al mateix lloc i així successivament fins a sortir tots/es i a veure quin equip va més ràpid en realitzar-ho. Després a la inversa, és a dir haver de treure d'un en un els cons fins a recollir-los tots. Per últim, fer les 2 variants juntes, per tant, 2 repeticions cada participant posant i traient el con. També podríem afegir el rol que algú els hagués de treure tots. Dibuixar pica amb base!
 - c) **Peus i mans**: El monitor dirà una consigna per arribar al con, per exemple: heu de fer servir 4 mans i 4 peus, o 6 peus i 3 mans... i l'equip haurà de pensar ràpidament com fer-ho per arribar al con l'abans possible complint amb la norma.
 - d) **Parelles**: Un a sobre l'altre o fent el carretó.
 - e) **Túnel**: Es col·loca tot l'equip en fila i amb les cames obertes, l'últim ha de passar per sota les cames dels companys i ficar-se primer. I així anar passant a fins a arribar al con.
 - f) **A peu coix**: Els jugadors, d'un en un, sortiran a peu coix fins a arribar al con i tornaran a xocar la mà al següent perquè pugui sortir.

8. **Shootball** (per equips. Similar al mate, per equips i quan agafo a l'aire salvo a company/a per ordre i quan em maten vaig a la fila).
Hi ha dos equips (un identificat amb pitrall per diferenciar-se). El joc consisteix a matar als membres de l'altre equip amb la pilota d'espuma. Si el jugador agafa la pilota a l'aire d'un contrari, mor el contrari.
En cas de ser tocat i caure la pilota a terra cal posar-se a la fila a l'espera de ser salvat. El jugador podrà salvar-se si algun dels seus companys de l'equip agafa la pilota al vol.
Recomanació: es comença jugant amb una pilota i es pot afegir una segona pilota més per fer-ho més dinàmic).
9. **Tennis / Bàdminton / Pales.** Joc lliure per parelles. Poden fer 2x2 entre escoles.
10. **Apunta bé.** Diferents jocs de precisió:
- (Pista) Lona de puntuació
 - (Camp 1) Bitlles catalanes
 - (Camp 2) Llançament, amb el peu o mà, i fer punteria dins els cercles o cons.
11. **Colpball.** Joc alternatiu que consisteix a fer gol a porteria colpejant amb la mà. Cal anar fent passades amb els companys per avançar a porteria. No es permet colpejar amb el puny, cap, peu ni tampoc agafar-la/retenir-la. Només el porter la pot aturar amb els peus i agafar amb les mans. Els jugadors no poden tocar dos cops seguits la pilota. Consell: per evitar colpejar directament de camp a camp introduir la norma d'un mínim de 2 tocs entre l'equip abans de fer gol. De vegades costa fer un sol toc continuat per jugador, es poden permetre 2 tocs (control i colpeig).
12. **Vòlei.** Normes habituals. Variants: Amb equips que tenen dificultats es permet un bot a terra i fer el servei des de mig camp amb dues mans o passar-la de dits directament.

***ACTIVITAT DE CLOENDA**(camp de futbol – baix)

Per finalitzar la jornada farem una activitat conjunta, amb tots els alumnes dels diferents centres educatius participants. Cada centre educatiu es col·locarà a l'espai assignat formant unes fileres (per equips) i formarem les lletres de la paraula/les sigles TEC amb persones. Farem petit vídeo des de diferents angles.

DISTRIBUCIÓ ESPAIS

PISTA CAMP FUTBOL



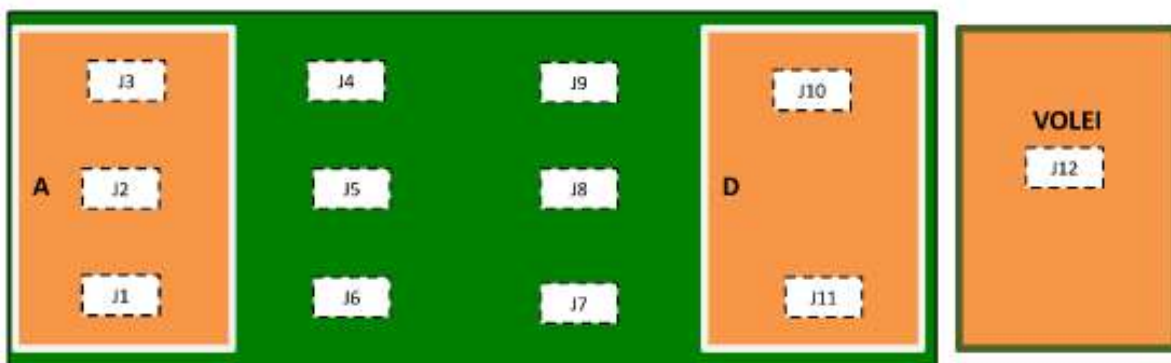
Els equips aniran rotant de forma circular en sentit contrari dins de la mateixa zona, durant 4 rotacions, durant la jornada.

- Camp de futbol 1 (el de dalt):

- Camp de futbol 2 (el de baix):



- Pista A, B, C, D + vòlei:



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.

