

Escola Maria Borés
La Pobla de Claramunt



2025/2026

TEC!

ALEVINA

Igualada, 7 de maig de 2026



Consells Esportius
de Catalunya



Generalitat
de Catalunya



1. Lloc i data de la Trobada

La **9a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Alevina** tindrà lloc el proper **dijous 7 de maig del 2026** al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Escola Maria Borés 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 / 09:30h 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)
- **9:40h Inici de les activitats**
- 10:45h Esmorzar*
- **11:10h Reinici de les activitats**
- 12:15h Finalització de les activitats
- **12:20h Concentració de TOTS ELS/LES 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. 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 10 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 realitza 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:

CENTRE EDUCATIU	ALUMNES
Dolors Martí Badia	96
Garcia Fossas	45
Castell d'Òdena	110
Maria Borés	40
Academia Igualada	82
Emili Vallés	46
Gabriel Castellà	19
Ateneu Igualadí	27
El Turó	45
Ramon Castelltort	47

Cada equip estarà format per 9-12 alumnes (mixtes). Abans d'iniciar la Trobada, cada escola s'encarregarà d'agrupar els seus/es alumnes 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 de baix i Pista – Pavelló Polivalent).

LLEGENDA	Alumnes	Nom	Nº Equips	BAIX	PISTA
DOLORS MARTÍ	96	DM	8	4	4
GARCIA FOSSAS	45	GF	4	2	2
CASTELL D'ÒDENÀ	110	CO	9	5	4
MARIA BORÉS	40	MB	4	2	2
ACADEMIA IGUALADA	82	AC	7	3	4
EMILI VALLÉS	46	EV	4	2	2
GABRIEL CASTELLÀ	19	GC	2	1	1
ATENEU IGUALADÍ	27	AT	2	1	1
EL TURÓ	45	ET	4	2	2
RAMON CASTELLTORT	47	RC	4	2	2
Total	557		48	24	24

ACTIVITATS

- JOC 1: Futbol
- JOC 2: El 3 en ratlla
- JOC 3: Apunta bé
- JOC 4: Tennis / bàdminton
- JOC 5: Ultimate
- JOC 6: Handbol
- JOC 7: Acroesport
- JOC 8: Hoquei herba / hoquei
- JOC 9: Shootball
- JOC 10: Ringo
- JOC 11: Relleus cooperatius
- JOC 12: Vòlei

Cada equip realitzarà totes les activitats programades durant la jornada. L'equip començarà per una de les activitats, tal i com indica l'horari especificat en l'apartat següent, i anirà rotant cada 12 minuts dins la mateixa zona segons l'ordre ascendent de numeració de les activitats.

EXPLICACIÓ JOCS:

1. Futbol:

L'objectiu del joc és introduir la pilota a dins de la porteria contrària (marcar un gol) més cops que el rival, impulsant-la amb el peu o qualsevol altra part del cos excepte les mans i braços.

2. El 3 en ratlla:

Col·loquem 9 cercles a terra disposats com el joc del tres en ratlla. Dos equips de jugadors a una certa distància per fer el punt de la sortida.

Els dos primers jugadors de cada equip sortiran amb un pitrall a la mà i el deixaran en un dels cercles a mode de fitxa.

Tornen a la fila per fer relleu al company i aquest surt amb un altre pitrall per col·locar-lo als cercles per intentar aconseguir tenir el 3 en ratlla el més ràpid possible. El relleu es fa fins acabar la partida i així aconseguir el punt.

3. Apunta bé:

Camp de futbol: Bitlles catalanes

Pista: Lona de puntuació

4. Tennis / Bàdminton:

Joc lliure per parelles. Poden fer 2x2 entre escoles.

5. Ultimate:

L'ultimate és un esport que es juga amb un disc volador i no hi ha contacte.

L'objectiu és anotar punts fent passades amb el disc entre els jugadors fins arribar a la zona d'anotació de l'equip contrari.

El disc es pot moure en qualsevol direcció mitjançant passades a qualsevol company. El jugador que pren el disc no pot corre amb ell, només es pot moure sobre un peu (pivotar)

Qui rep té un màxim 10 segons per llançar. L'anotació s'aconsegueix quan un jugador rep el disc dins la zona d'anotació de l'equip contrari. També es pot anotar un punt si l'equip defensiu intercepta el disc dins la seva pròpia zona d'anotació.

Es canviarà el disc de possessió d'equip si:

- Hi ha una passada incompleta.
- Throw-away – El llançador falla el llançament i el disc cau a terra.
- Drops – El receptor no atrapa el disc i aquest cau a terra.
- Blocks – Un defensor colpeja el disc en l'aire i aquest cau a terra.
- Interceptions – Un defensor atrapa el disc en l'aire.

6. Handbol:

L'objectiu és marcar més gols que l'equip contrari introduint la pilota a la porteria rival mitjançant llançaments amb les mans. Alhora, l'equip ha de defensar la seva pròpia àrea per evitar que els oponents anotin, sense entrar-hi.

7. Acroesport:

Activitat per treballar la força, l'equilibri i el treball en equip.

Practicarem diverses figures corporals i de diferent composició de persones: 2, 3, 4...

Tenim diferents rols:

- Portor: els que suporten el pes de la figura
- Àgil: els que pugen damunt els portors
- Ajuda: els que faciliten la formació de la figura i eviten accidents/lesions

8. Hoquei herba / Hoquei:

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 l'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.

9. Shootball (mate)

El joc del shootball és un joc del mateix tipus que el tradicional balontiro, del més modern dodgeball.

Es juga amb dos equips col·locats cadascun en el seu camp. Dos jugadors de cada equip anomenats bandes s'han de col·locar un a cada banda del camp contrari i un altre anomenat base a la zona de fons del camp contrari.

Quan no queda cap jugador d'un equip al camp, entren a jugar els bandes.

El base mana anar a dos eliminats a ocupar les bandes o laterals. Quan aquests dos bandes són tocats, surt al camp el base. Quan també l'elimina, s'acaba el joc. Es juga a dos sets de cinc jocs i amb la presència de dues pilotes. 3 Variants del joc:

- Amb una o dues pilotes.
- Quan un jugador és tocat i després la pilota cau al terra està eliminat i ja no pot tornar a jugar.
- Quan un jugador agafa la pilota i no cau a terra pot salvar a un company eliminat (per ordre d'eliminació).

10. Ringo:

Hi ha 2 equips enfrontats que lluiten per un ringo i el dirigeixen cap a una "torre".

Aquesta torre la forma un/a nen/a aixecat/da agafant i alçant un piqueta, dins d'una zona prohibida delimitada amb xinxetes on no pot entrar cap altre nen/a.

Des de fora d'aquesta zona l'equip ha de passar el ringo d'un cap a l'altre, fent passes i arribar a la torre del camp contrari sense que li caigui. Cada cop que s'aconsegueix, i s'encerta dins de la pica, representa un punt. La normativa segueix la del bàsquet.

11. Relleus cooperatius

a) 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.

b) Parelles: Un a sobre l'altre o fent la carretó.

c) 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 fins arribar al con.

d) A peu coix: Els jugadors, de un en un, sortiran a peu coix fins arribar al con i tornaran a xocar la mà al següent perquè pugui sortir.

12. Vòlei

L'objectiu del joc es que un equip passi la pilota per sobre la xarxa i toqui el terra del camp contrari, també evitar que l'equip contrari realitzi el mateix en el camp propi. Cada equip té tres tocs per realitzar abans de passar la pilota per sobre la xarxa del camp contrari.

Jugarem amb rotació: canvi de posició després del punt en recepció.

Faltes:

- Realitzar més de 3 tocs en la mateixa jugada.
- Realitzar 2 tocs consecutius el mateix jugador.
- Tocar la xarxa / Envair el camp contrari.

*ACTIVITAT DE CLOENDA (camp de futbol – baix)

Ens trobarem tots els centres educatius al camp de futbol de baix, a la grada i us anirem cridant per tal de que entreu al camp i dir a terme l'activitat de cloenda. Us anirem cridant per centre educatiu i fareu una única fila per parelles amb els vostres alumnes. A llavors, la nostra fotògrafa passarà per el mig de la fila de cada centre educatiu entre els alumnes i farà un vídeo. Els alumnes estaran drets i el que han de fer en el moment que s'acosti la fotògrafa es acotar-se a tocar de mans a terra creant així un domino baixant a terra del davant al darrere de la fila.

DISTRIBUCIÓ ESPAIS

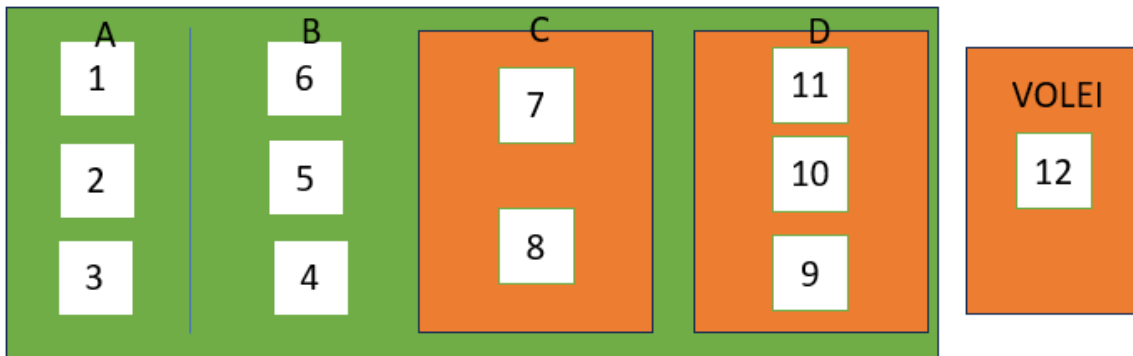
CAMP FUTBOL

- Camp de futbol (Abaix):



PISTA POLIVALENT

- Pista A, B, C, D + vòlei:





ROTACIONS EQUIPS I HORARI

CAMP BAIX	9:40-9:50		9:51-10:01		10:02-10:12		10:13-10:23		10:24-10:34		10:35-10:45		10:46-11:06	11:10-11:20		11:21-11:31		11:32-11:42		11:43-11:53		11:54-12:04		12:05-12:15		12:20-12:30
JOC 1	DM1	CO1	ET2	CO2	ET1	CO3	EV2	CO4	EV1	CO5	MB2	AC1	ESMORZAR	MB1	AC2	GF2	AC3	GF1	GC1	DM4	AT1	DM3	RC1	DM2	RC2	ACTIVITAT CLOENDA (Camp futbol Baix)
JOC 2	DM2	CO2	DM1	CO3	ET2	CO4	ET1	CO5	EV2	AC1	EV1	AC2		MB2	AC3	MB1	GC1	GF2	AT1	GF1	RC1	DM4	RC2	DM3	CO1	
JOC 3	DM3	CO3	DM2	CO4	DM1	CO5	ET2	AC1	ET1	AC2	EV2	AC3		EV1	GC1	MB2	AT1	MB1	RC1	GF2	RC2	GF1	CO1	DM4	CO2	
JOC 4	DM4	CO4	DM3	CO5	DM2	AC1	DM1	AC2	ET2	AC3	ET1	GC1		EV2	AT1	EV1	RC1	MB2	RC2	MB1	CO1	GF2	CO2	GF1	CO3	
JOC 5	GF1	CO5	DM4	AC1	DM3	AC2	DM2	AC3	DM1	GC1	ET2	AT1		ET1	RC1	EV2	RC2	EV1	CO1	MB2	CO2	MB1	CO3	GF2	CO4	
JOC 6	GF2	AC1	GF1	AC2	DM4	AC3	DM3	GC1	DM2	AT1	DM1	RC1		ET2	RC2	ET1	CO1	EV2	CO2	EV1	CO3	BM2	CO4	MB1	CO5	
JOC 7	MB1	AC2	GF2	AC3	GF1	GC1	DM4	AT1	DM3	RC1	DM2	RC2		DM1	CO1	ET2	CO2	ET1	CO3	EV2	CO4	EV1	CO5	MB2	AC1	
JOC 8	MB2	AC3	MB1	GC1	GF2	AT1	GF1	RC1	DM4	RC2	DM3	CO1		DM2	CO2	DM1	CO3	ET2	CO4	ET1	CO5	EV2	AC1	EV1	AC2	
JOC 9	EV1	GC1	MB2	AT1	MB1	RC1	GF2	RC2	GF1	CO1	DM4	CO2		DM3	CO3	DM2	CO4	DM1	CO5	ET2	AC1	ET1	AC2	EV2	AC3	
JOC 10	EV2	AT1	EV1	RC1	MB2	RC2	MB1	CO1	GF2	CO2	GF1	CO3		DM4	CO4	DM3	CO5	DM2	AC1	DM1	AC2	ET2	AC3	ET1	GC1	
JOC 11	ET1	RC1	EV2	RC2	EV1	CO1	MB2	CO2	MB1	CO3	GF2	CO4		GF1	CO5	DM4	AC1	DM3	AC2	DM2	AC3	DM1	GC1	ET2	AT1	
JOC 12	ET2	RC2	ET1	CO1	EV2	CO2	EV1	CO3	MB2	CO4	MB1	CO5		GF2	AC1	GF1	AC2	DM4	AC3	DM3	GC1	DM2	AT1	DM1	RC1	

PISTA	9:40-9:50		9:51-10:01		10:02-10:12		10:13-10:23		10:24-10:34		10:35-10:45		10:46-11:06	11:10-11:20		11:21-11:31		11:32-11:42		11:43-11:53		11:54-12:04		12:05-12:15		12:20-12:30
JOC 1	DM5	AC4	MB4	AC5	MB3	AC6	CO9	AC7	CO8	EV3	CO7	EV4	ESMORZAR	CO6	GC2	GF4	AT2	GF3	ET3	DM8	ET4	DM7	RC3	DM6	RC4	ACTIVITAT CLOENDA (Camp futbol Baix)
JOC 2	DM6	AC5	DM5	AC6	MB4	AC7	MB3	EV3	CO9	EV4	CO8	GC2		CO7	AT2	CO6	ET3	GF4	ET4	GF3	RC3	DM8	RC4	DM7	AC4	
JOC 3	DM7	AC6	DM6	AC7	DM5	EV3	MB4	EV4	MB3	GC2	CO9	AT2		CO8	ET3	CO7	ET4	CO6	RC3	GF4	RC4	GF3	AC4	DM8	AC5	
JOC 4	DM8	AC7	DM7	EV3	DM6	EV4	DM5	GC2	MB4	AT2	MB3	ET3		CO9	ET4	CO8	RC3	CO7	RC4	CO6	AC4	GF4	AC5	GF3	AC6	
JOC 5	GF3	EV3	DM8	EV4	DM7	GC2	DM6	AT2	DM5	ET3	MB4	ET4		MB3	RC3	CO9	RC4	CO8	AC4	CO7	AC5	CO6	AC6	GF4	AC7	
JOC 6	GF4	EV4	GF3	GC2	DM8	AT2	DM7	ET3	DM6	ET4	DM5	RC3		MB4	RC4	MB3	AC4	CO9	AC5	CO8	AC6	CO7	AC7	CO6	EV3	
JOC 7	CO6	GC2	GF4	AT2	GF3	ET3	DM8	ET4	DM7	RC3	DM6	RC4		DM5	AC4	MB4	AC5	MB3	AC6	CO9	AC7	CO8	EV3	CO7	EV4	
JOC 8	CO7	AT2	CO6	ET3	GF4	ET4	GF3	RC3	DM8	RC4	DM7	AC4		DM6	AC5	DM5	AC6	MB4	AC7	MB3	EV3	CO9	EV4	CO8	GC2	
JOC 9	CO8	ET3	CO7	ET4	CO6	RC3	GF4	RC4	GF3	AC4	DM8	AC5		DM7	AC6	DM6	AC7	DM5	EV3	MB4	EV4	MB3	GC2	CO9	AT2	
JOC 10	CO9	ET4	CO8	RC3	CO7	RC4	CO6	AC4	GF4	AC5	GF3	AC6		DM8	AC7	DM7	EV3	DM6	EV4	DM5	GC2	MB4	AT2	MB3	ET3	
JOC 11	MB3	RC3	CO9	RC4	CO8	AC4	CO7	AC5	CO6	AC6	GF4	AC7		GF3	EV3	DM8	EV4	DM7	GC2	DM6	AT2	DM5	ET3	MB4	ET4	
JOC 12	MB4	RC4	MB3	AC4	CO9	AC5	CO8	AC6	CO7	AC7	CO6	EV3		GF4	EV4	GF3	GC2	DM8	AT2	DM7	ET3	DM6	ET4	DM5	RC3	