



maristes

Col·legi Maristes Igualada



consell esportiu de l'anoia

MIRALLES



TOYOTA

2025/2026

TEC!

PREBENJAMINA

Igualada, 21 de maig de 2026



Consells Esportius de Catalunya



Generalitat de Catalunya



esportcat

DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **13a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Prebenjamina** tindrà lloc el **dijous 21 de maig** del 2026 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada pel Col·legi Maristes d'Igualada 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 atentament l'apartat "Participants i distribució dels espais" per saber on iniciarà la trobada cada equip de cada centre educatiu)
- **9:40h Inici de les activitats**
- **10:46h Esmorzar***
- **11:10h Reinici de les activitats**
- **12:05h Finalització de les activitats**
- **12:10h Concentració de TOTS ELS/LES PARTICIPANTS** al camp de futbol de baix 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 11 activitats ludicoesportives. Cada activitat tindrà una durada de 10 minuts i una senyal acústica marcarà l'inici i el final de cada dinàmica.

Les activitats es realitzaran al camp de futbol de baix i al pavelló polivalent del complex esportiu de Les Comes.

Cada equip començarà en una estació determinada i anirà canviant de joc seguint una rotació.

En cada estació hi participaran dos equips al mateix temps. Els equips estaran formats aproximadament per uns 9-12 esportistes (mixtes), amb l'objectiu de facilitar la dinàmica dels jocs i la participació de tots els infants.

L'alumnat esmorzarà a la zona assignada, és a dir, a l'espai on estigui realitzant les activitats. Per a l'esmorzar es farà una pausa de 25 minuts. **Cada grup tindrà una ubicació assignada a les graderies de la instal·lació on realitzi l'activitat.** D'aquesta manera, els participants podran deixar-hi les motxilles abans d'iniciar la jornada i tornar-les a agafar a l'hora d'esmorzar, sense haver-se de desplaçar .

Un cop hagin transcorregut els 25 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	62
Garcia Fossas	45
Castell d'Òdena	36
Maria Borés	25
Emili Vallés	37
Gabriel Castellà	18
Escola Pia	56
Maristes Igualada	84
Pompeu Fabra	42
Ateneu Igualadí	44
Marquès de la Pobla	24

Abans d'iniciar la Trobada, cada centre educatiu s'encarregarà d'agrupar els seus esportistes. Tots els participants hauran de venir amb el **xandall** o la **samarreta de la seva escola**. Un cop arribin a la Trobada, **l'organització proporcionarà adhesius** perquè cada equip hi pugui escriure el nom i enganxar-los a la samarreta de manera visible per identificar-se durant les activitats.

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 -el de baix - i el pavelló polivalent). Cada equip té assignada una zona i realitzarà les 11 rotacions de 10 minuts dins la mateixa.

LLEGENDA	Alumnes	Nom	Nº Equips	BAIX	PISTA
Dolors Martí	62	DM	6	3	3
Garcia Fossas	45	GF	4	2	2
Castell d'Òdena	36	CO	3	2	1
Maria Borés	25	MB	2	1	1
Emili Vallés	37	EV	4	2	2
Gabriel Castellà	18	GC	2	1	1
Escola Pia	56	EP	5	2	3
Maristes Igualada	84	MI	8	4	4
Pompeu Fabra	42	PF	4	2	2
Ateneu Igualadí	44	AI	4	2	2
Marquès de la Pobla	24	MP	2	1	1

ACTIVITATS

1. Mazaball
2. El formiguer
3. Cursa d'equilibristes
4. El tomàquet
5. Futbol xinès
6. 3 en ratlla
7. Lladres i policies
8. Mate
9. Joc de l'electricitat
10. Mocador
11. Joc de les bases

Explicació de les activitats / jocs:

1. EL MAZABALL

Es delimitarà un espai de joc i es dividiran els infants en dos equips. Els equips hauran de passar-se la pilota entre els participants i intentar marcar punt seguint unes normes marcades pel dinamitzador de l'activitat. L'objectiu és afavorir el joc en equip i la coordinació.

NORMES:

- La pilota només es pot passar amb la massa, no es pot córrer amb la pilota a les mans.
- No es permet el contacte físic (empènyer, agafar, colpejar).
- El dinamitzador pot aturar el joc en qualsevol moment per recordar normes o garantir la seguretat dels participants.

2. EL FORMIGUER

Se seleccionaran a l'atzar dues persones que faran d'os formiguer. Aquestes persones aniran amb un xurro de piscina, que representarà la llengua de l'animal. La resta de participants seran les formigues i es mouran lliurement per l'espai de joc.

Quan un os formiguer toqui una formiga amb el xurro, aquesta haurà d'estirar-se a terra i quedar-se quieta. Per salvar-la, dues o més formigues l'hauran d'agafar amb compte i portar-la fins al formiguer, que estarà delimitat amb cons. Un cop al formiguer, la formiga podrà aixecar-se i tornar a jugar.

IMPORTANT: L'os formiguer NO POT tocar ni atrapar les formigues que estiguin transportant una formiga al formiguer.

3. LA CURSA D'EQUILIBRISTES

S'organitzaran els infants en equips i es col·locaran en fila darrere la línia de sortida. El joc consisteix en una cursa d'obstacles on cada participant haurà de fer el recorregut marcat transportant un con (pla o punxegut) al cap, sense que li caigui. L'objectiu és aconseguir el màxim de punts possible per equip.

Quan un participant aconseguix completar tot el recorregut sense que el con caigui, el seu equip guanyarà 1 punt. En canvi, si el con cau durant el recorregut, el participant s'haurà d'aturar i passar el torn al següent company/a. En aquest cas, l'equip no sumarà cap punt.

El recorregut inclou un tram en ziga-zaga, un banc per fer equilibri, una tanca per passar per sota i una recta final on hauran de córrer tan ràpid com puguin.

4. EL TOMÀQUET

Tots els participants es distribueixen lliurement per l'espai de joc i es comença amb una pilota, preferiblement tova. El jugador que té la pilota a les mans pot fer com a MÀXIM tres passes; després, l'ha de llançar obligatòriament per intentar tocar un altre company o companya.

Si la pilota toca a un jugador i aquest no l'atrapa, queda "mort" i s'ha d'asseure a terra al mateix lloc on es troba. Tot i estar assegut, pot continuar participant per intentar salvar-se. Ara bé, si un jugador llença la pilota i un altre l'atrapa a l'aire sense que caigui a terra, qui ha fet el llançament queda "mort" i s'ha d'asseure.

Hi ha dues maneres de reviuere: La primera és que la pilota arribi a un jugador mort i, des de terra, aquest aconseguixi llançar-la i tocar un jugador viu. Si ho fa, el jugador viu passa a estar mort i el que estava assegut es pot aixecar i continuar jugant.

La segona manera és que un jugador mort passi la pilota a un altre jugador que també estigui mort.

Si la passada arriba correctament, tots dos es poden aixecar i tornar al joc. Ara bé, si mentre es fa aquesta passada un jugador viu intercepta la pilota, la salvació no és vàlida i els dos jugadors morts han de continuar asseguts.

5. EL FUTBOL XINÈS

Es farà una rotllana amb tots els infants, que s'hauran de col·locar amb les cames obertes. Cada infant utilitzarà les seves mans com a porteria i hauran d'intentar defensar l'espai entre les cames. L'objectiu del joc és passar o colpejar la pilota amb les mans intentant que passi entre les cames d'algun altre company/a.

La pilota es colpejarà i es defensarà sempre amb les mans. Si la pilota passa entre les cames d'un infant, aquest haurà de posar una mà a l'esquena i continuar jugant només amb l'altra mà. Si rep un segon gol, s'haurà de girar d'esquena, però tornarà a tenir les dues mans lliures per defensar. Si en qualsevol moment aconseguix aturar una pilota, podrà tornar a la posició inicial (de cara i amb les dues mans disponibles).

6. EL TRES EN RATLLA

Quan els equips siguin molt nombrosos, aquests se subdividiran a l'atzar, segons el criteri del dinamitzador del joc. Mentre dues d'aquestes subdivisions juguen al **3 en ratlla**, la resta d'infants participaran simultàniament en el joc de la piràmide de cons, per tal d'evitar temps d'espera.

El **joc de la piràmide de cons** consisteix a xutar una pilota amb l'objectiu de fer caure el màxim nombre de cons possibles col·locats en forma de piràmide. Quan hagi passat un temps prudencial, els subgrups s'intercanviaran els jocs.

7. ELS LLADRES I POLICIES

Es dividiran els infants en dos grups: els lladres i els policies. Els lladres s'hauran d'escapar per l'espai de joc, mentre els policies hauran d'atrapar-los tocant-los sense empatxar-los, de forma suau. Quan un lladre és atrapat, serà portat a la presó, una zona delimitada prèviament. Els lladres podran alliberar els seus companys tocant-los.

8. EL MATE

Es delimitarà un espai de joc i una zona específica anomenada el cementiri, que estarà degudament marcada. Els infants es dividiran en dos equips i s'aniran llançant la pilota tova amb l'objectiu de tocar els participants de l'equip contrari.

Quan un infant és tocat per la pilota, haurà d'anar al cementiri. Des d'aquesta zona, podrà continuar participant llançant la pilota sempre que aquesta entri dins del camp de joc (dins del cementiri).

Si des del cementiri toca un infant de l'equip contrari, aquest reviu i torna al joc, mentre que l'infant que ha fet el llançament passa al cementiri.

9. EL JOC DE L'ELECTRICITAT

Dins d'un espai delimitat, es faran dos grups. Un d'aquests anirà amb petos i l'altre no. Els infants que vagin amb peto començaran parant, mentre que l'altre grup s'haurà d'escapar.

Quan un infant amb peto toca un infant sense peto, aquest queda "electrocutat" i haurà d'anar a un con, prèviament repartits pel terreny de joc, i quedar-s'hi quiet. A mesura que hi hagi més infants electrocutats, aquests hauran de formar una cadena, agafant-se de les mans. Els infants que s'escapen es poden salvar si un company/a arriba corrent i "talla el corrent" separant les mans dels infants de la cadena, moment en què tots els infants electrocutats queden alliberats i poden tornar a moure's.

10. EL MOCADOR

Es dividiran els infants en dos equips i es numeraran els membres de cada equip. El dinamitzador de l'activitat es col·locarà al mig amb un mocador. Quan aquest digui un número, els infants corresponents sortiran corrent per intentar agafar el mocador i tornar al seu camp sense ser tocats per l'adversari.

11. EL JOC DE LES BASES:

Es dividiran els infants en dos equips (diferenciats amb petos). A cada extrem del camp de joc s'hi situaran les bases d'aquests equips. Al centre del camp s'hi col·locaran totes les pilotes petites (tipus de tennis). L'objectiu del joc serà aconseguir el màxim nombre de pilotes de tennis possible. A l'inici del joc, tots els infants hauran de recollir les pilotes del centre del camp. Quan ja no en quedin, podran entrar al camp contrari per robar pilotes de la base de l'altre equip.

Quan un infant entra al camp contrari i és tocar per un defensor, haurà de donar-li la pilota amb el defensor i aquest l'haurà de tornar a la seva base. Si un infant aconsegueix portar una pilota a la seva base, es considera puntuada.

Els infants es poden desplaçar lliurement per l'espai, però només podran transportar UNA PILOTA cada vegada. No està permès defensar gaire a prop de la base, d'aquesta manera s'aconseguirà evitar bloquejos en el joc.

ACTIVITAT CLOENDA

L'activitat de cloenda consistirà a posar música i deixarem un espai lliure perquè els infants ballin de manera lliure o seguint consignes senzilles proposades pels dinamitzadors de la jornada, amb l'objectiu de tancar la jornada de forma lúdica i divertida.

DISTRIBUCIÓ ESPAIS

PISTA



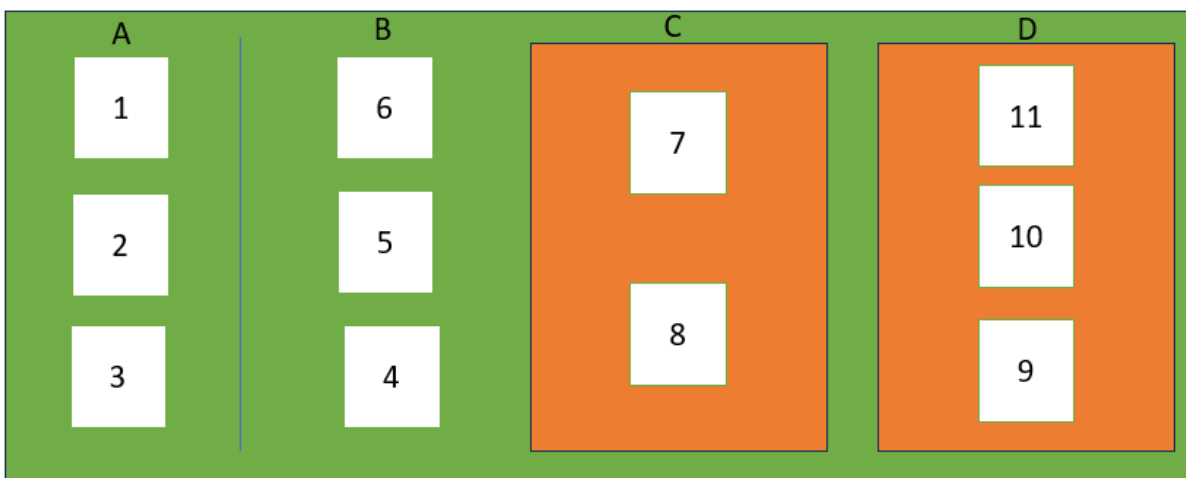
CAMP FUTBOL



- Camp de futbol (de baix):



- Pista A, B, C, D:





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		10:46-11:08	11:10-11:20		11:21-11:31		11:32-11:42		11:43-11:53		11:54-12:04		12:10-12:30
JOC 1	DM1	EP1	GC1	EP2	EV2	MI1	EV1	MI2	MB1	MI3	CO2	MI4	ESMORZAR	CO1	PF1	GF2	PF2	GF1	AI1	DM3	AI2	DM2	MP1	ACTIVITAT CLOENDA (Camp futbol Baix)
JOC 2	DM2	EP2	DM1	MI1	GC1	MI2	EV2	MI3	EV1	MI4	MB1	PF1		CO2	PF2	CO1	AI1	GF2	AI2	GF1	MP1	DM3	EP1	
JOC 3	DM3	MI1	DM2	MI2	DM1	MI3	GC1	MI4	EV2	PF1	EV1	PF2		MB1	AI1	CO2	AI2	CO1	MP1	GF2	EP1	GF1	EP2	
JOC 4	GF1	MI2	DM3	MI3	DM2	MI4	DM1	PF1	GC1	PF2	EV2	AI1		EV1	AI2	MB1	MP1	CO2	EP1	CO1	EP2	GF2	MI1	
JOC 5	GF2	MI3	GF1	MI4	DM3	PF1	DM2	PF2	DM1	AI1	GC1	AI2		EV2	MP1	EV1	EP1	MB1	EP2	CO2	MI1	CO1	MI2	
JOC 6	CO1	MI4	GF2	PF1	GF1	PF2	DM3	AI1	DM2	AI2	DM1	MP1		GC1	EP1	EV2	EP2	EV1	MI1	MB1	MI2	CO2	MI3	
JOC 7	CO2	PF1	CO1	PF2	GF2	AI1	GF1	AI2	DM3	MP1	DM2	EP1		DM1	EP2	GC1	MI1	EV2	MI2	EV1	MI3	MB1	MI4	
JOC 8	MB1	PF2	CO2	AI1	CO1	AI2	GF2	MP1	GF1	EP1	DM3	EP2		DM2	MI1	DM1	MI2	GC1	MI3	EV2	MI4	EV1	PF1	
JOC 9	EV1	AI1	MB1	AI2	CO2	MP1	CO1	EP1	GF2	EP2	GF1	MI1		DM3	MI2	DM2	MI3	DM1	MI4	GC1	PF1	EV2	PF2	
JOC 10	EV2	AI2	EV1	MP1	MB1	EP1	CO2	EP2	CO1	MI1	GF2	MI2		GF1	MI3	DM3	MI4	DM2	PF1	DM1	PF2	GC1	AI1	
JOC 11	GC1	MP1	EV2	EP1	EV1	EP2	MB1	MI1	CO2	MI2	CO1	MI3		GF2	MI4	GF1	PF1	DM3	PF2	DM2	AI1	DM1	AI2	

PISTA PAVELLÓ	9:40-9:50		9:51-10:01		10:02-10:12		10:13-10:23		10:24-10:34		10:35-10:45		10:46-11:08	11:10-11:20		11:21-11:31		11:32-11:42		11:43-11:53		11:54-12:04		12:10-12:30
JOC 1	DM4	EP3	MP2	EP4	GC2	EP5	EV4	MI5	EV3	MI6	MB2	MI7	ESMORZAR	CO2	MI8	GF4	PF3	GF3	PF4	DM6	AI3	DM5	AI4	ACTIVITAT CLOENDA (Camp futbol Baix)
JOC 2	DM5	EP4	DM4	EP5	MP2	MI5	GC2	MI6	EV4	MI7	EV3	MI8		MB2	PF3	CO2	PF4	GF4	AI3	GF3	AI4	DM6	EP3	
JOC 3	DM6	EP5	DM5	MI5	DM4	MI6	MP2	MI7	GC2	MI8	EV4	PF3		EV3	PF4	MB2	AI3	CO2	AI4	GF4	EP3	GF3	EP4	
JOC 4	GF3	MI5	DM6	MI6	DM5	MI7	DM4	MI8	MP2	PF3	GC2	PF4		EV4	AI3	EV3	AI4	MB2	EP3	CO2	EP4	GF4	EP5	
JOC 5	GF4	MI6	GF3	MI7	DM6	MI8	DM5	PF3	DM4	PF4	MP2	AI3		GC2	AI4	EV4	EP3	EV3	EP4	MB2	EP5	CO2	MI5	
JOC 6	CO3	MI7	GF4	MI8	GF3	PF3	DM6	PF4	DM5	AI3	DM4	AI4		MP2	EP3	GC2	EP4	EV4	EP5	EV3	MI5	MB2	MI6	
JOC 7	MB2	MI8	CO2	PF3	GF4	PF4	GF3	AI3	DM6	AI4	DM5	EP3		DM4	EP4	MP2	EP5	GC2	MI5	EV4	MI6	EV3	MI7	
JOC 8	EV3	PF3	MB2	PF4	CO2	AI3	GF4	AI4	GF3	EP3	DM6	EP4		DM5	EP5	DM4	MI5	MP2	MI6	GC2	MI7	EV4	MI8	
JOC 9	EV4	PF4	EV3	AI3	MB2	AI4	CO2	EP3	GF4	EP4	GF3	EP5		DM6	MI5	DM5	MI6	DM4	MI7	MP2	MI8	GC2	PF3	
JOC 10	GC2	AI3	EV4	AI4	EV3	EP3	MB2	EP4	CO2	EP5	GF4	MI5		GF3	MI6	DM6	MI7	DM5	MI8	DM4	PF3	MP2	PF4	
JOC 11	MP2	AI4	GC2	EP3	EV4	EP4	EV3	EP5	MB2	MI5	CO2	MI6		GF4	MI7	GF3	MI8	DM6	PF3	DM5	PF4	DM4	MI3	