UCEC
Unió de Consells Esportius
DE CATALUNYA

consell esportiu de l'anoia



REPTES ESPORTIUS PER A JOVES

27 de novembre 2026

ESTADI ATLÈTIC D'IGUALADA

Amb el suport de:

esportcat

Generalitat de Catalunya

Ajuntament d'Igualada



REPTES ESPORTIUS PER A JOVES

Estadi Atlètic d'Igualada, 27 de novembre de 2026

INTRODUCCIÓ

L'activitat **REPTES ESPORTIUS PER A JOVES** està organitzada per la Unió de Consells Esportius de Catalunya i el Consell Esportiu de l'Anoia amb la col·laboració de l'Ajuntament d'Igualada. Aquesta activitat està dissenyada com una eina de dinamització territorial i de foment de la pràctica esportiva entre la població juvenil, mitjançant formats innovadors, atractius i no estrictament competitius, alineats amb les noves tendències de participació esportiva.

OBJECTIUS

El projecte dona resposta a diverses necessitats detectades:

- Foment de la participació juvenil en l'activitat física i esportiva, especialment entre aquells joves que actualment no estan vinculats als Jocs Esportius Escolars de Catalunya (JEEC), afavorint així la seva incorporació progressiva.
- Contribució a la cohesió territorial i a l'equitat d'accés, garantint que joves de diferents zones del territori puguin accedir a activitats esportives de qualitat en condicions similars, amb independència de la seva ubicació geogràfica.
- Resposta al sedentarisme juvenil, promovent hàbits saludables en un col·lectiu que presenta nivells creixents d'inactivitat física.
- Transmissió de valors educatius i socials, com la participació, la superació personal, el treball en equip i el respecte, en un entorn lúdic i motivador.

DADES DE L'ACTIVITAT

La jornada de **Reptes Esportius per a Joves** tindrà lloc el **divendres 27 de novembre de 2026 a l'Estadi Atlètic d'Igualada**.

L'activitat està adreçada a joves de categories cadet i juvenil (masculí, femení i mixt) i és gratuïta. Aquesta gratuïtat busca eliminar qualsevol barrera econòmica, garantint la màxima participació dels joves adolescents.

INSCRIPCIONS

Les inscripcions s'obriran l'1 d'octubre i finalitzaran el 6 de novembre de 2026 o fins exhaurir les places. **ACTIVITAT GRATUÏTA.**

Les inscripcions s'hauran de realitzar en els següent formulari: https://tuit.cat/0wdmm



PROGRAMA DE L'ACTIVITAT

L'activitat es desenvoluparà de 10:00 a 13:00 del migdia.

- 9:30 Arribada dels Centres Educatius.
- 10:00 Inici dels Reptes Esportius.
- 11:10 Esmorzar.*
- 11:30 Reinici dels Reptes Esportius.
- 12:40 Finalització dels Reptes Esportius.
- 12:40 Activitat conjunta.
- 13:00 Finalització de la jornada.

*Cal portar esmorzar i aigua.

PARTICIPACIÓ I DISTRIBUCIÓ DELS EQUIPS

Cada equip realitzarà un total de 10 Reptes Esportius i cada activitat durarà 13 minuts. Una senyal acústica marcarà l'inici/final de cada activitat. Hi haurà un minut de descans entre un repte i l'altre. A l'hora d'esmorzar, hi haurà una aturada de 20 minuts. Cada grup tindrà una ubicació a les grades de l'Estadi Atlètic. 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. organització en arribar a l'espai.

Cada equip estarà format per 6-8 alumnes (mixtes). Abans d'iniciar la Trobada, cada centre educatiu 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. Aquests adhesius seran facilitats per la organització en arribar a l'espai.

Un cop hàgiu formalitzat la inscripció, ens posarem en contacte amb la persona responsable del centre educatiu per concretar el nombre d'equips participants.

A partir del nombre d'alumnes inscrits, organitzarem els diferents grups i deixarem assignats els equips o grups corresponents a cada centre educatiu i curs.

SISTEMA DE PUNTUACIÓ DELS REPTES

En cadascun dels reptes esportius, els equips obtindran una puntuació en funció de la seva classificació. L'equip que aconsegueixi el millor resultat sumarà **3 punts**, el segon classificat **2 punts** i el tercer classificat **1 punt**. La suma dels punts obtinguts en tots els reptes determinarà la classificació final de la jornada.



REPTES ESPORTIUS

1.HANDGOL: Fes punteria i encertaràs



Descripció:
Posa a prova la teva punteria llençant una pilota d'handbol contra una lona amb forats de diferents mides i puntuacions. L'objectiu és encertar els forats per sumar el màxim de punts possibles.

Funcionament:

- Cada forat té un valor de punts visible.
- Hi ha diverses línies de llançament a diferents distàncies, amb punts addicionals segons la dificultat (com més lluny, més punts).
- Cada participant disposa de 3 intents per aconseguir la millor puntuació.

2.MINAMOCIÓ: Creua el camp de mines

Descripció:
Un repte d'estratègia, memòria i habilitat en equip. Cada grup haurà de fer que un dels seus integrants travessi un camp de mines sense tocar cap mina amagada.



Funcionament:

- El camp està dividit en fileres amb quadrícules, algunes amaguen mines.
- Un jugador d'equip intenta creuar avançant fila a fila.
- Si trepitja una mina, ha de tornar enrere i un altre jugador ho prova, aprofitant la informació adquirida.
- Cada filera superada suma punts, que creixen exponencialment segons l'avanç.
- Guanya l'equip que aconsegueix que un membre arribi a l'altre costat o tingui més punts quan s'acabi el temps.

3.LA GRAN TIRADA: Apunta, llença i deixa empremta amb la bitlla dreta



Descripció:
El repte consisteix a llençar el bitllot i tombar les bitlles per sumar punts.

Funcionament:

- Si tombes totes menys una bitlla, sumes 10 punts.
- Si tombes 6 bitlles, sumes 6 punts; 4 bitlles, 4 punts; i així successivament.
- Si en la primera o segona tirada tombes cinc bitlles, no cal llençar les restants.
- El màxim és sumar amb un únic llançament o amb dos com a màxim.



4.VOLEI COOPERACTIU – On el treball en equip fa el punt



Descripció:
Dos equips juguen amb una xarxa cooperativa per passar la pilota i intentar que l'equip contrari no la pugui capturar.

Funcionament:
- Els equips es passen la pilota amb la xarxa, enviant-la al camp contrari.
- S'aconsegueix punt quan l'equip rival no atrapa la pilota.
- Guanya l'equip amb més punts al final del temps.

5.CREUA EL RIU – Acció, estratègia i diversió



Descripció:
Tot l'equip ha de creuar un "riu" utilitzant material com piques o màrfegues, sense caure ni deixar ningú enrere.

Funcionament:
- Els equips utilitzen el material proporcionat per fer que tots els equips creuin al mateix moment.
- Guanya qui creui més ràpid i sense deixar a ningú pel camí.

6.BATALLA KO DE BÀSQUET – Elimina ràpid i guanya al rival



Descripció:
Un joc per equips on cal eliminar els oponents anotant a la cistella.

Funcionament
- Els dos primers jugadors de cada equip llancen al mateix temps.
- Qui anota primer elimina un rival i suma un punt.
- El primer equip que arribi a 10 punts guanya.

7.PISTA AMERICANA



Descripció:
Circuit amb diferents inflables.



8.EL DISC VOLADOR DE LA FORTUNA – Tira, vola i que la punteria t'acompanyi

Descripció:

Llença un disc i intenta que caigui en la zona de màxima puntuació, que funciona com una ruleta.



Funcionament (sense oponent directe):

- Cada participant té 3 intents.
- La lona està dividida en zones amb puntuacions diferents, no relacionades amb la distància sinó distribuïdes de manera aleatòria.
- Guanya qui aconsegueixi la màxima puntuació sumant tots els intents.

9.ERUGA EN MARXA – Suma equilibri i cooperació per a ser el millor



Descripció:

Tot l'equip ha d'avançar com una eruga dins d'una goma, mantenint els peus dins i treballant en equip.

Funcionament (amb rival):

- Tots els membres dins la goma, amb els peus a dins.
- Han d'avançar sense sortir de la goma ni caure fins al final del recorregut.
- El millor equip en veolictat i coordinació guanya.

10.SOGATIRA



Descripció:

Dos equips competeixen estirant la corda per fer que l'equip contrari travessi la línia de joc.



DISTRIBUCIÓ D'ESPAIS



CONTACTE ORGANITZACIÓ

Per a qualsevol consulta us podeu posar en contacte amb nosaltres enviant un correu electrònic a la següent adreça electrònica: info@ceanoia.cat o bé trucant a les nostres oficines al 93 805 42 10 o 93 803 19 50 extensió 2411. Horari de dilluns a divendres de 8:00h a 15:00h.