



TEC 2023

7A TROBADA
COMPLEX ESPORTIU LES COMES
IGUALADA, 5 DE MAIG DE 2023
BENJAMINA

DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **7a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Benjamina** tindrà lloc el proper **divendres 5 de maig** del 2023 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Escola Gabriel Castellà 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 Trobada dels centres al camp de futbol de les Comes (al gran)
- 9:30h **Inici de les activitats**
- 10:50h Esmorzar*
- 11:15h **Reinici de les activitats**
- 12:20h Finalització de les activitats
- 12:20-12:30h Concentració de TOTS ELS/LAS 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, aigua i gorra marcada amb el nom.

3. Participants i distribució dels equips

Cada equip realitzarà un total de 12 activitats lúdicoesportives i cada activitat durarà 12 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
Escola Garcia Fossas	46	4x9 i 1x10
Escola Gabriel Castella	19	1x9 i 1x10
Escola Dolors Martí i Badia	96	4x9 i 6x10
Escola Pia	53	2x10 i 3x11
Escola Marques de la Pobla	32	1x10 i 2x11
Emili Vallès	42	2x10 i 2x11
Escola Ateneu Igualadí	50	5x10
Academia Igualada	73	7x9 i 1x10
Escola Antoni Gaudí	38	4x10
Escola Josep Masclans	17	1x8 i 1x9
	468	

Cada equip estarà format per 9-11 esportistes (mixtes). **Abans d'iniciar la Trobada, cada escola s'encarregarà d'agrupar els seus/es esportistes i els/les identificarà apuntant el nom i numero de l'equip amb un retolador damunt de la mà. Això ho ha de fer cada escola abans de la Trobada.**

Exemple: **GC1** (Gabriel Castellà 1)

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 1 - el de baix -, Camp de Futbol 2 - el de dalt -). Cada equip té assignada una Zona i realitzarà les 12 rotacions de 12 minuts dins la mateixa zona.

LLEGENDA			BAIX	DALT
Escola Garcia Fossas	GF	5 equips	2	3
Escola Gabriel Castella	GC	2 equips	2	0
Escola Dolors Martí i Badia	DM	10 equips	5	5
Escola Pia	EP	5 equips	3	2
Escola marques de la pobla	EM	3 equips	0	3
Emili Vallès	EV	4 equips	2	2
Escola Ateneu Igualadí	AT	5 equips	2	3
Academia Igualada	AI	8 equips	4	4
Escola Antoni Gaudí	AG	4 equips	2	2
Escola Josep Masclans	JM	2 equips	2	0

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: Variant Brokwele

Joc 2: Orientació

Joc 3: Raquetes de platja

Joc 4: Matastop

Joc 5: Paracaigudes

Joc 6: Cata

Joc 7: Construccions

Joc 8: Hoquei herba

Joc 9: Cinta Cooperativa/Esquis cooperatius

Joc 10: Futbolí humà

Joc 11: Mazaball

Jocs 12: Dansa dels mocadors

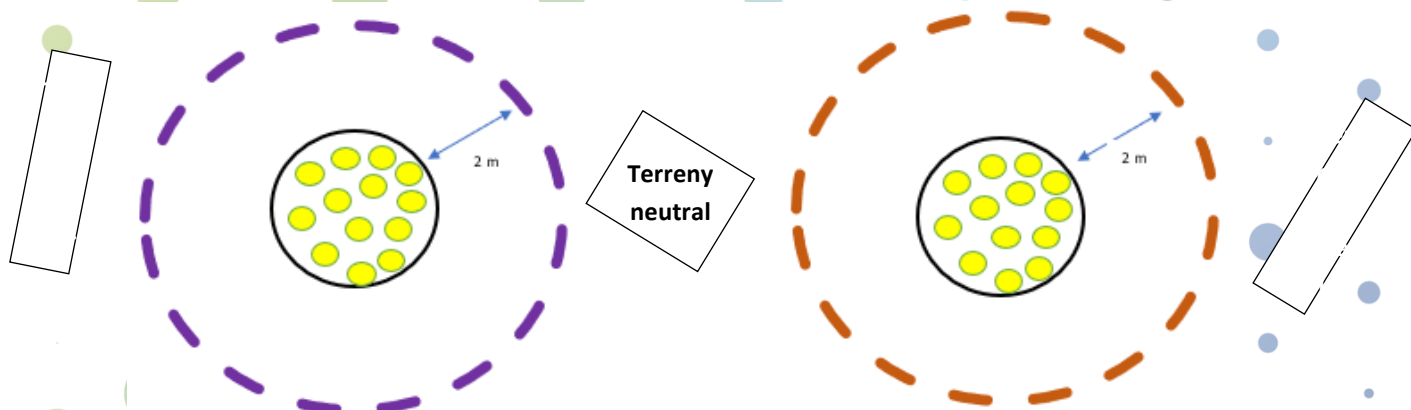
Cada equip realitzarà totes les activitats programades durant la jornada. L'equip començarà per una de les activitats, tal i com indica l'horari especificat en l'apartat següent, i anirà rotant cada 12 minuts dins la mateixa zona segons l'ordre ascendent de numeració de les activitats.

Petita explicació del joc:

1. VARIANT BROKWELE:

2 equips i 2 camps circulars ben separats. A cadascun d'ells hi ha amb 1 hulla-hop i 25 pilotes de tennis a dins. Total 50 pilotes en joc.

Intentem prendre les pilotes de l'equip contrari i portar-les a dins del nostre cercol. Cada jugador pot prendre 2 pilotes a la vegada. Si et toquen en la zona de perill tornes les pilotes que portes a les mans i tornes al teu camp per canviar el teu rol pel d'algun defensor (no s'elimina ningú). El límit de la zona de perill està marcat amb xinxetes, a 2 m de cada hulla-hop. A DINS DEL HULLA-HOP NOMÉS HI PODEN ENTRAR ELS JUGADORS DELS EQUIPS CONTRARIS. El problema serà com i quan es podran escapar! No es poden passar les pilotes a ningú. Cadascú les ha de tragar amunt i avall.



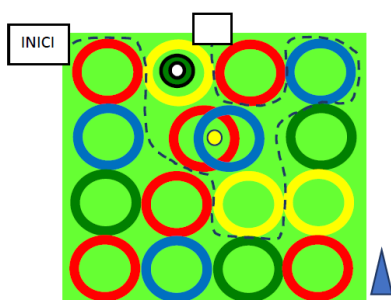
2. ORIENTACIÓ

2 equips i cada un amb una tarja diferent.

Sortiran els participants per torns i 1 x 1 hauran de col·locar un cercol tal i com marquen les targetes que es proporcionaran.

Un cop posats s'haurà de fer un recorregut o deixar diferents objectes a l'interior o al costat dels cercols indicats: 1 con, 1 xinxeta, 1 pilota...

Per exemple targeta:



3. RAQUETES DE PLATJA



4. MATAESTOP

Ens hem d'intentar tocar amb 1 pilota d'escuma en un terreny de joc quadrat o un rectangle. Si em toquen em poso en posició de STOP i algú em salva passant per sota les cames. Si aconseguixo agafar la pilota intento tocar algun participant.

5. PARACAIGUDES

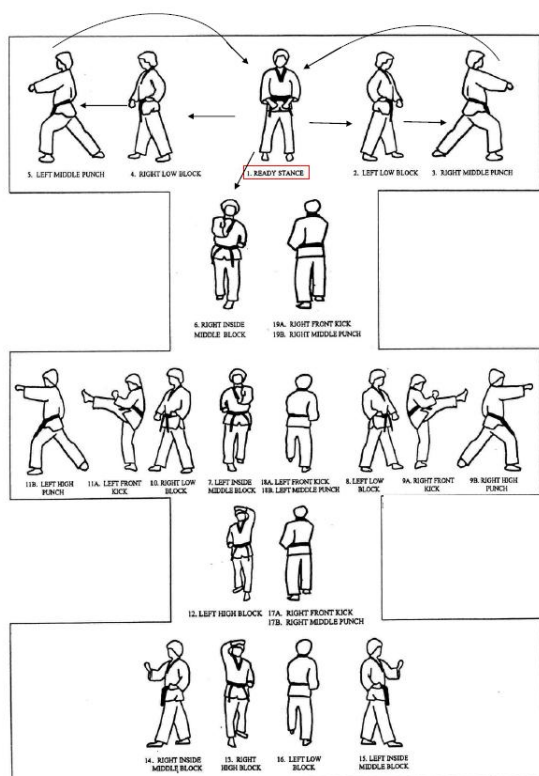
Un paracaigudes amb unes quantes pilotes de tennis repartides per damunt de la tela. Es tracta de fer caure les pilotes de tennis a dins d'unes cubells de plàstic. Les pilotes s'han de colar pel forat del mig del paracaigudes o per les vores exteriors. Les cubells estaran separades. Han d'anar provant per veure com els funciona millor. Si es cansen es pot jugar a llençar-les ben amunt.

6. CATA:

El monitor o monitora responsable d'aquesta estació ha d'ensenyar una cata al grup que li toqui.

<https://youtu.be/HAAWTaKREP4>

<https://youtu.be/SqFDgxWle2k>



7. CONSTRUCCIÓ (PECES VERMELLES):

En aquesta estació la única cosa que s'ha de fer és construir lliurement amb les peces: es poden fer torres, noms, escultures...



8. HOQUEI HERBA

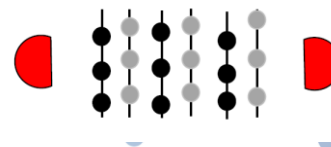
9. CINTA COOPERATIVA I ESQUÍS COOPERATIUS

Fer un desplaçament amb esquís cooperatius o amb cintes cooperatives.



10. FUTBOLÍ HUMÀ:

Els dos equips es repartiran en grups de 3 persones per agafar-se de les mans i confegir un futbolí humà. Comença el partit.



11. MAZABALL

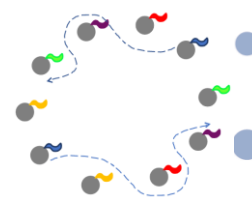
12. DANSA DELS MOCADORS (popular catalana):

Alumnes col·locats en rotllana. Cada un té un mocador d'un color (hi haurà colors repetits). En el moment que soni la música el responsable de la prova dirà el nom d'un color, per exemple: el verd. En aquest moment qui tingui el mocador verd haurà de fer una volta a la rotllana fent ziga-zaga entre els companys movent el mocador d'un cantó a l'altre i l'altre mà a la cintura. Quan arriben al seu lloc inicial es diu un altre color i així successivament fins dir tots els colors. La resta dels participants mouen els mocadors d'un costat a l'altre seguint el ritme però des del lloc.

Música:

Pasdoble El meu promès (<https://youtu.be/iSMdoesCDWM>)

A més a més, aquesta estació formarà part de l'activitat de cloenda.



*ACTIVITAT DE CLOENDA (camp de futbol - baix)

Entre tots els alumnes participants a la trobada de les diferents escoles ens ajuntarem al camp de futbol de a baix per tal de realitzar conjuntament la dansa dels mocadors, igual que han realitzat anteriorment en una de les activitats.

Es faran rotllanes per escoles en el camp de futbol 1 (baix). Cada escola repartirà mocadors que els proporcionaran els monitors abans de començar l'activitat de cloenda (dansa).

MATERIAL ACTIVITATS

DALT - BAIX

1. Variant Brokwele: 2 hulla-hops (1 verd + 1 blau), 50 pilotes tennis (25 per cada equip) / 2 hulla-hops (1 verd + 1 blau), 50 pilotes tennis (25 per cada equip).
2. Orientació: 8 cercols blaus, 8 cercols grocs, 8 cercols vermells, 8 cercols verds (4 de cada per cada equip) + 10 targetes + 2 xinxetes vermelles + 2 cons vermells (1 per cada equip) / 8 cercols blau, 8 cercols grocs, 8 cercols vermells, 8 cercols verd + 10 targetes + 2 xinxetes vermelles + 2 cons vermells (1 per cada equip).
3. Raquetes de platja: 22 raquetes + 11 pilotes blanques amb foradets / 22 raquetes + 11 pilotes blanques amb foradets.
4. Matastop: 1 pilota escuma + 10 xinxetes / 1 pilota escuma + 10 xinxetes.
5. Paracaigudes: 1 paracaigudes + 3 cubells + 25 o 30 pilotes de tennis / 1 paracaigudes + 3 cubells + 25 o 30 pilotes de tennis
6. Dansa dels mocadors: 1 altaveu + 1 PenDrive amb música pasdoble "El meu promès" + 22 mocadors / 1 altaveu + 1 PenDrive amb música pasdoble "El meu promès" + 22 mocadors.
7. Construccions: peces vermelles + teles + cons + xinxetes que sobrin / peces vermelles + teles + cons + xinxetes que sobrin
8. Hoquei herba: 11 estics blaus + 11 estics vermells + 1 pilota + 11 pitralls blaus + 4 cons per porteria / 11 estics blaus + 11 estics vermells + 1 pilota + 11 pitralls blaus + 4 cons per porteria.
9. Cinta Cooperativa/Esquís cooperatius: Cintes + esquís cooperatius / Cintes + esquís cooperatius
10. Futbolí humà: 1 pilota futbol + 10 xinxetes + 2 porteries grogues / 1 pilota futbol + 10 xinxetes + 2 porteries grogues
11. Mazaball: 22 maces + 2 piques + 10 xinxetes / 22 maces + 2 piques + 10 xinxetes.
12. Cata: Guia de la cata / Guia de la cata.

Activitat Cloenda: Dansa dels mocadors (468)

ESPAIS, DISTRIBUCIÓ EQUIPS I ROTACIONS

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

CAMP FUTBOL

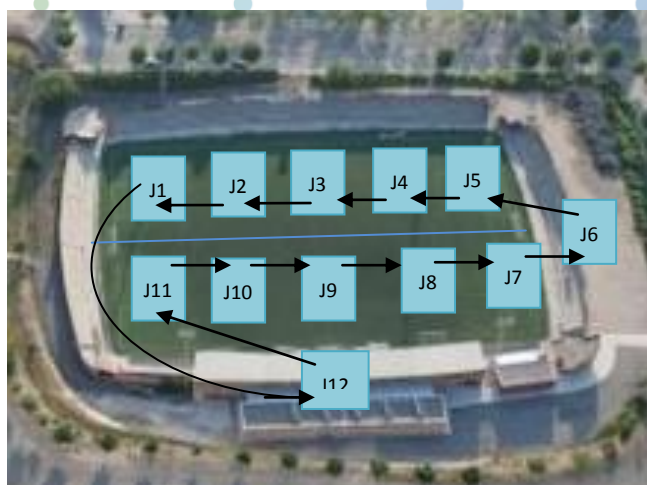


Els equips aniran rotant de forma circular però sempre seguint el mateix color i zona. De manera que cadascun dels equips haurà de passar per totes les subzones (activitats) durant la jornada.

- Camp de futbol 1 (el de baix):

Rotació equips: GF1, GF2, GC1, GC2, DM1, DM2, DM3, DM4, DM5, EP1, EP2 i EP3

Rotació equips: EV1, EV2, AT1, AT2, AI1, AI2, AI3, AI4, AG1, AG2, JM1 i JM2



- Camp de futbol 2 (el de dalt):

Rotació equips: GF3, GF4, GF5, DM6, DM7, DM8, DM9, DM10, EP4, EP5, EM1 i EM2

Rotació equips: EM3, EV3, EV4, AT3, AT4, AT5, AI5, AI6, AI7, AI8, AG3 i AG4



INFORMACIÓ ADDICIONAL

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.





Equips i rotacions:

BAIX Camp futbol 1	9:30-9:42		9:42-9:54		9:54-10:06		10:06-10:18		10:18-10:30		10:30-10:42		10:42-11:05	11:05-11:17		11:17-11:29		11:29-11:41		11:41-12:53		12:53-12:05		12:05-12:17	
JOC 1	GF1	EV1	GF2	JM2	GC1	JM1	GC2	AG2	DM1	AG1	DM2	AI4	ESMORZAR	DM3	AI3	DM4	AI2	DM5	AI1	EP1	AT2	EP2	AT1	EP3	EV2
JOC 2	GF2	EV2	GC1	EV1	GC2	JM2	DM1	JM1	DM2	AG2	DM3	AG1		DM4	AI4	DM5	AI3	EP1	AI2	EP2	AI1	EP3	AT2	GF1	AT1
JOC 3	GC1	AT1	GC2	EV2	DM1	EV1	DM2	JM2	DM3	JM1	DM4	AG2		DM5	AG1	EP1	AI4	EP2	AI3	EP3	AI2	GF1	AI1	GF2	AT2
JOC 4	GC2	AT2	DM1	AT1	DM2	EV2	DM3	EV1	DM4	JM2	DM5	JM1		EP1	AG2	EP2	AG1	EP3	AI4	GF1	AI3	GF2	AI2	GC1	AI1
JOC 5	DM1	AI1	DM2	AT2	DM3	AT1	DM4	EV2	DM5	EV1	EP1	JM2		EP2	JM1	EP3	AG2	GF1	AG1	GF2	AI4	GC1	AI3	GC2	AI2
JOC 6	DM2	AI2	DM3	AI1	DM4	AT2	DM5	AT1	EP1	EV2	EP2	EV1		EP3	JM2	GF1	JM1	GF2	AG2	GC1	AG1	GC2	AI4	DM1	AI3
JOC 7	DM3	AI3	DM4	AI2	DM5	AI1	EP1	AT2	EP2	AT1	EP3	EV2		GF1	EV1	GF2	JM2	GC1	JM1	GC2	AG2	DM1	AG1	DM2	AI4
JOC 8	DM4	AI4	DM5	AI3	EP1	AI2	EP2	AI1	EP3	AT2	GF1	AT1		GF2	EV2	GC1	EV1	GC2	JM2	DM1	JM1	DM2	AG2	DM3	AG1
JOC 9	DM5	AG1	EP1	AI4	EP2	AI3	EP3	AI2	GF1	AI1	GF2	AT2		GC1	AT1	GC2	EV2	DM1	EV1	DM2	JM2	DM3	JM1	DM4	AG2
JOC 10	EP1	AG2	EP2	AG1	EP3	AI4	GF1	AI3	GF2	AI2	GC1	AI1		GC2	AT2	DM1	AT1	DM2	EV2	DM3	EV1	DM4	JM2	DM5	JM1
JOC 11	EP2	JM1	EP3	AG2	GF1	AG1	GF2	AI4	GC1	AI3	GC2	AI2		DM1	AI1	DM2	AT2	DM3	AT1	DM4	EV2	DM5	EV1	EP1	JM2
JOC 12	EP3	JM2	GF1	JM1	GF2	AG2	GC1	AG1	GC2	AI4	DM1	AI3		DM2	AI2	DM3	AI1	DM4	AT2	DM5	AT1	EP1	EV2	EP2	EV1

DALT Camp futbol 2	9:30-9:42		9:42-9:54		9:54-10:06		10:06-10:18		10:18-10:30		10:30-10:42		10:42-11:05	11:05-11:17		11:17-11:29		11:29-11:41		11:41-12:53		12:53-12:05		12:05-12:17	
JOC 1	GF3	EM3	GF4	AG4	GF5	AG3	DM6	AI8	DM7	AI7	DM8	AI6	ESMORZAR	DM9	AI5	DM10	AT5	EP4	AT4	EP5	AT3	EM1	EV4	EM2	EV3
JOC 2	GF4	EV3	GF5	EM3	DM6	AG4	DM7	AG3	DM8	AI8	DM9	AI7		DM10	AI6	EP4	AI5	EP5	AT5	EM1	AT4	EM2	AT3	GF3	EV4
JOC 3	GF5	EV4	DM6	EV3	DM7	EM3	DM8	AG4	DM9	AG3	DM10	AI8		EP4	AI7	EP5	AI6	EM1	AI5	EM2	AT5	GF3	AT4	GF4	AT3
JOC 4	DM6	AT3	DM7	EV4	DM8	EV3	DM9	EM3	DM10	AG4	EP4	AG3		EP5	AI8	EM1	AI7	EM2	AI6	GF3	AI5	GF4	AT5	GF5	AT4
JOC 5	DM7	AT4	DM8	AT3	DM9	EV4	DM10	EV3	EP4	EM3	EP5	AG4		EM1	AG3	EM2	AI8	GF3	AI7	GF4	AI6	GF5	AI5	DM6	AT5
JOC 6	DM8	AT5	DM9	AT4	DM10	AT3	EP4	EV4	EP5	EV3	EM1	EM3		EM2	AG4	GF3	AG3	GF4	AI8	GF5	AI7	DM6	AI6	DM7	AI5
JOC 7	DM9	AI5	DM10	AT5	EP4	AT4	EP5	AT3	EM1	EV4	EM2	EV3		GF3	EM3	GF4	AG4	GF5	AG3	DM6	AI8	DM7	AI7	DM8	AI6
JOC 8	DM10	AI6	EP4	AI5	EP5	AT5	EM1	AT4	EM2	AT3	GF3	EV4		GF4	EV3	GF5	EM3	DM6	AG4	DM7	AG3	DM8	AI8	DM9	AI7
JOC 9	EP4	AI7	EP5	AI6	EM1	AI5	EM2	AT5	GF3	AT4	GF4	AT3		GF5	EV4	DM6	EV3	DM7	EM3	DM8	AG4	DM9	AG3	DM10	AI8
JOC 10	EP5	AI8	EM1	AI7	EM2	AI6	GF3	AI5	GF4	AT5	GF5	AT4		DM6	AT3	DM7	EV4	DM8	EV3	DM9	EM3	DM10	AG4	EP4	AG3
JOC 11	EM1	AG3	EM2	AI8	GF3	AI7	GF4	AI6	GF5	AI5	DM6	AT5		DM7	AT4	DM8	AT3	DM9	EV4	DM10	EV3	EP4	EM3	EP5	AG4
JOC 12	EM2	AG4	GF3	AG3	GF4	AI8	GF5	AI7	DM6	AI6	DM7	AI5		DM8	AT5	DM9	AT4	DM10	AT3	EP4	EV4	EP5	EV3	EM1	EM3