



ACADÈMIA
IGUALADA

TEC
2024



7A TROBADA ALEVINA

IGUALADA,
9 DE MAIG
DE 2024

COMPLEX
ESPORTIU
LES COMES



DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **7a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Alevina** tindrà lloc el proper **dijous 9 de maig del 2024** al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Escola Acadèmia 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 12:45h:

- 9:15h 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)

- 9:30h Inici de les activitats

- 10:42h Esmorzar*

- 11:00h Reinici de les activitats

- 12:30h Finalització de les activitats

- 12:30-12:45h Concentració de TOTS ELS/LES PARTICIPANTS al camp de futbol de Les Comes (al gran) per fer l'activitat de cloenda.

- 12:45h 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 **13 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 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:

Escoles	Participants	Equips
Escola Ramon Castelltort	47	5x8 i 1x7
Escola Gabriel Castellà	22	2x7 i 1x8
Alta Segarra	93	9x8 i 3x7
Escola Dolors Martí i Badia	87	10x8 i 1x7
Escola Emili Vallès	47	5x8 i 1x7
Escola Garcia Fossas	48	6x8
Acadèmia Igualada	75	9x7 i 2x6
Ateneu Igualadí	26	3x8
El Turó	80	10x8
Escola Josep Masclans	20	2x7 i 1x6
Escola Garcia Lorca	50	2x7 i 6x6
	595	

Cada equip estarà format per 6-8 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 1 - el de baix -, Camp de Futbol 2 - el de dalt -, i Pista – Pavelló Polivalent). Cada equip té assignada una Zona i realitzarà les 13 rotacions de 12 minuts dins la mateixa zona.

LLEGENDA		DALT	BAIX	PISTA
Escola Ramon Castelltort	RC 5 equips	2	3	0
Escola Gabriel Castellà	GC 3 equips	3	0	0
Alta Segarra	AS 12 equips	4	3	5
Escola Dolors Martí i Badia	DM 11 equips	3	3	5
Escola Emili Vallès	EV 6 equips	2	2	2
Escola Garcia Fossas	GF 6 equips	2	2	2
Acadèmia Igualada	AC 11 equips	4	4	3
Ateneu Igualadí	AT 3 equips	0	3	0
El Turó	ET 10 equips	3	3	4
Escola Josep Masclans	JM 3 equips	0	0	3
Escola Garcia Lorca	GL 8 equips	3	3	2
		26	26	26



ACTIVITATS

1. 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: El tres en ratlla

Joc 2: Pitxi

Joc 3: Hoquei / Hoquei herba / Mazaball

Joc 4: Apunta bé

Joc 5: Ultimate

Joc 6: La torre

Joc 7: Futbol

Joc 8: Rugby flag

Joc 9: Acroesport

Joc 10: Shootball

Joc 11: Relleus cooperatius

Joc 12: Tennis / Bàdminton / Pales

Joc 13: Volei

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. 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.





2. Pitxi

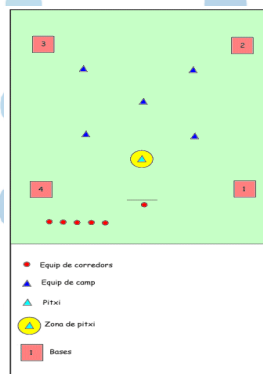
El terreny de joc és un quadrilàter. Hi ha quatre bases i un cercle on està situat el pitxi. Tindrem dos equips: un de corredors i un al camp. L'equip de corredors es col·loquen a la sortida i l'equip del camp es distribueixen pel camp de joc, excepte un que es col·loca dins la zona de pitxi i no pot sortir d'aquesta.

El pitxi, mitjançant un llançament envia la pilota al jugador on aquest el intenta fer un xut i comença a córrer per les bases per intentar avançar el màxim de cercles possibles i no ser eliminat.

L'equip del camp intentarà agafar la pilota quan fan el xut i passar-la ràpidament al pitxi per acabar la jugada. Quan la pilota arriba al pitxi, tots els jugadors que no estan a una base queden eliminats.

Altres aspectes:

- El jugador que corre pot parar-se en qualsevol base, però no pot fer marxa enrere.
- El bateador té tres possibilitats per colpejar la pilota, si no ho aconsegueix, queda eliminat.
- No poden estar dos jugadors en la mateixa base.
- Canvi de rol d'equips: quan s'agafa la pilota a l'aire o quan hi ha 3 eliminats.



3. Hoquei / Hoquei herba / Mazaball: 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 la maça o 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.

4. 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.

5. Ultimate

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

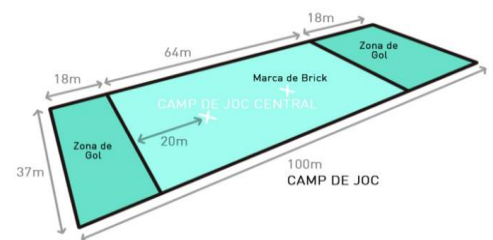
L'objectiu és anotar punts fent passades amb el disc entre els jugadors fins arribar a la zona d'anotació de l'equip contrari.

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:

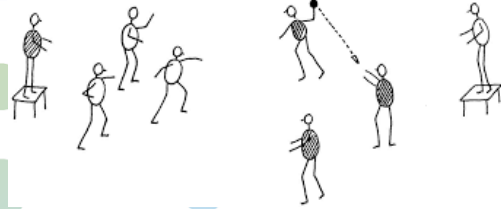
- Hi ha una passada incompleta
- Throw-away – El llançador falla el llançament i el disc cau a terra.
- Drops – El receptor no atrapa el disc i aquest cau a terra.
- Blocks – Un defensor colpeja el disc en l'aire i aquest cau a terra.
- Interceptions – Un defensor atrapa el disc en l'aire.
- Out of Bounds – El disc surt del camp, toca un objecte que es troba fora del camp o és atrapat per un jugador que l'atrapa fora del camp.
- Stalls – Un atacant no llença el disc quan el compte enrere del defensor arriba a 10 segons.





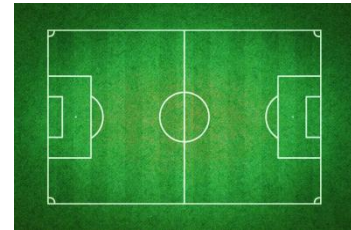
6. La torre

Aquest joc simula el bàsquet. Hi ha 2 equips enfrontats que lluiten per una pilota i la dirigeixen cap a una "torre". Aquesta torre la forma un/a nen/a aixecat/da damunt una cadira i dins d'una zona prohibida on no pot entrar cap altre nen/a. Des de fora d'aquesta zona l'equip ha de passar a la torre del seu equip i que aquesta agafi la pilota sense que li caigui. Cada cop que s'aconsegueix, representa un punt. La normativa segueix la del bàsquet.



7. Futbol

El futbol és un esport d'equip jugat entre dos equips amb una pilota esfèrica. Es juga en un camp rectangular amb una porteria a cada un dels costats del camp. 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. Un dels jugadors de cada equip, que rep el nom de porter, és l'únic que té permès tocar la pilota amb les mans, però només dins de l'àrea de penal.



8. Rugby flag

És una forma adaptada de jugar a rubgy. Té l'adaptació de no tenir contacte entre jugadors, per tant, els bloquejos i placatges no estan permesos. En el seu lloc els jugadors porten un cinturó amb cintes per simular i treure la pilota.

El joc consisteix en fer arribar la pilota al camp contrari.

- Hi ha 4 intents per fer el punt. Després passarà a l'equip contrari.
- La jugada continua a no ser que li treguin el cinturó o caigui la pilota.
- L'equip pot fer totes les jugades endarrere que vulgui i una endavant. Quan es fa la passada endavant ja no es pot fer cap altre més passes.





9. 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



10. Shootball

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.

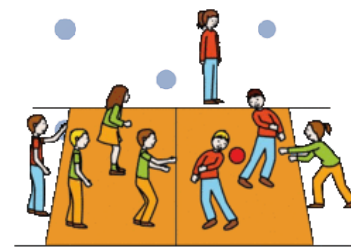
El base mana anar a dos eliminats a ocupar les bandes o laterals. Quan aquests dos bandes són tocats, surt al camp el base. Quan també l'elimina, s'acaba el joc.

Es juga a dos sets de cinc jocs i amb la presència de dues pilotes.

És un joc molt trepidant i dinàmic. Permet la participació de tothom.

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).





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. Tennis / Bàdminton / Pales. Joc lliure per parelles. Poden fer 2x2 entre escoles.

13. Volei

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.

L'equip que anota la jugada, anota el punt.
La pilota es posa en joc mitjançant el saque.

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

Faltes: realitzar més de 3 tocs en la mateixa jugada i realitzar 2 tocs consecutius el mateix jugador

- tocar la xarxa i envair el camp contrari

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

Es posarà la cançó de L'himne contra el racisme, de la campanya contra el racisme que han posat en marxa LALIGA EA ESPORTS i els clubs de futbol: 1voiceVSRACISM

Cançó: <https://www.youtube.com/watch?v=H2FjbNdjjiU>

Cançó que transmet el missatge d'unió en contra del racisme.

Entre tots els alumnes participants a la trobada de les diferents escoles ens ajuntarem al camp de futbol de baix per tal de cantar, fer els gestos, etc de la cançó.



Lletra de l'himne:

"Hay un color, que recorre el planeta,
bajo tu camiseta y es el mismo de mi corazón.
Yo te amaré por encima de todo,
más allá del escudo,
solo unidos podremos vencer"

Lo, lo, lo,

lo, lo, lo,

lo, lo, lo

JUNTOS!

lo, lo, lo

lo, lo, lo

lo, lo, lo

lo, lo, lo,

JUNTOS!

→ marcar el ritme picant de mans a les cames

→ fer un cor amb les mans

→ marcar el ritme picant de mans a les cames

→ marcar el ritme picant de mans a les cames

→ donar-se les mans i aixecar els braços

→ aplaudir, saltar,

→ cridar "JUNTOS"

→ aplaudir, saltar,

→ CRIDAR BEN FORT "JUNTOS"

Per realitzar l'activitat de cloenda es faran rotllanes per escoles:

Escola Garcia Fossas

Escola Gabriel Castella

Escola Dolors Martí i Badia

Escola Ateneu Igualadi

Acadèmia Igualada

Escola Ramon Castellort

Alta Segarra

Escola Emili Vallès

El Turó

Escola Josep Masclans

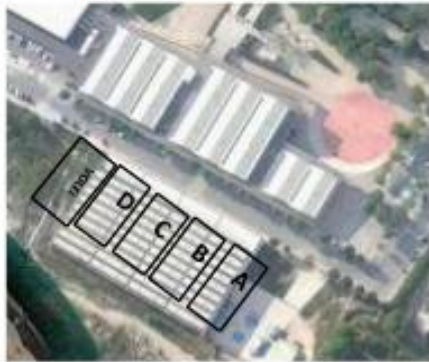
Escola Garcia Lorca





DISTRIBUCIÓ ESPAIS

PISTA



CAMP FUTBOL



- Camp de futbol 1 (el de dalt):

Equips: RC1, RC2, GC1, GC2, GC3, AS1, AS2, AS3, AS4, DM1, DM2, DM3, EV1, EV2, GF1, GF2, AC1, AC2, AC3, AC4, ET1, ET2, ET3, GL1, GL2, GL3

- Camp de futbol 2 (el de baix):

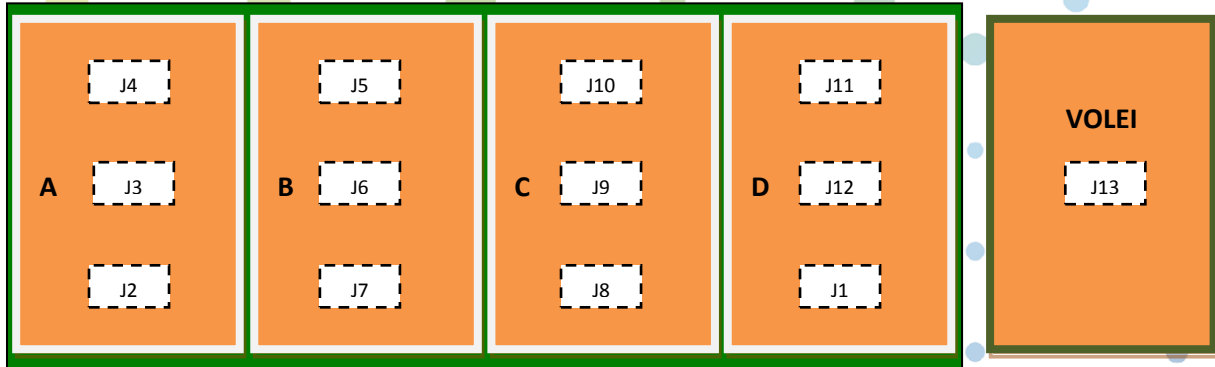
Equips: RC3, RC4, RC5, AS5, AS6, AS7, DM4, DM5, DM6, EV3, EV4, GF3, GF4, AC5, AC6, AC7, AC8, AT1, AT2, AT3, ET4, ET5, ET6, GL4, GL5, GL6





- Pista A, B, C, D + vòlei:

Equips: AS8, AS9, AS10, AS11, AS12, DM7, HM8, DM9, DM10, DM11, EV5, EV6, GF5, GF6, AC9, AC10, AC11, ET7, ET8, ET9, ET10, JM1, JM2, JM3, GL7, GL8



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.

