

PERE VIVES

ESCOR

TEC  
2024



# 5A TROBADA CADET

IGUALADA,  
18 D'ABRIL  
DE 2024

COMPLEX  
ESPORTIU  
LES COMES



## DADES GENERALS

### 1. Lloc i data de la Trobada

La **5a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Cadet** tindrà lloc el proper **dijous 18 d'abril** del 2024 al Complex Esportiu de Les Comes. Aquesta jornada està organitzada per l'Institut Pere Vives i el Consell Esportiu de l'Anoia.

### 2. Programa de la jornada

El marc horari de la jornada serà de 09:00h a les 13:30h:

- 8:40h Arribada dels centres
- **9:00h Inici de les activitats**
- 10:40h Esmorzar
- **11:20h Reinici de les activitats**
- 13:10h Activitat de cloenda
- 13:20h Finalització de 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 10 activitats lúdicoesportives i cada activitat durarà 20 minuts. Una senyal acústica marcarà l'inici/final de cada activitat.

A l'hora d'esmorzar, hi haurà una aturada de 40 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 40 minuts per esmorzar, la jornada esportiva prosseguirà de la mateixa manera que ho ha fet abans de l'aturada.



- Esportistes participants:

Escoles	Participants	Equips
Institut Pere Vives Vich	125	12x10
INS Vallbona d'Anoia	35	3x11
INS Escola Castell d'Òdena	65	6x11
Institut Pla de les Moreres	96	9x10
Institut Joan Mercader	100	10x10
	421	

Cada equip estarà format per 10-12 esportistes mixtes. **Abans d'iniciar la Trobada, cada escola s'encarregarà d'agrupar els seus/es esportistes 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.**

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 10 rotacions de 20 minuts dins la mateixa zona.

LLEGENDA	EQUIPS	BAIX	DALT
Institut Pere Vives Vich	PV 12 equips	6	6
INS Escola Castell d'Òdena	CO 6 equips	3	3
INS Vallbona d'Anoia	VA 3 equips	1	2
Institut Pla de les Moreres	PM 9 equips	5	4
Institut Joan Mercader	JM 10 equips	5	5



## 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: Volei-Bàdminton**

**Joc 2: Hoquei o Mazaball**

**Joc 3: Futbol Flag**

**Joc 4: La Torre**

**Joc 5: Tennis**

**Joc 6: Ultimate**

**Joc 7: Dodgeball**

**Joc 8: El tres en ratlla**

**Joc 9: Futbol**

**Joc 10: Voleibol**

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 20 minuts dins la mateixa zona segons l'ordre ascendent de numeració de les activitats.

Petita explicació del jocs:

- Volei-Bàdminton:** S'enfronten equips de 4/5 jugadors. Tots ells tenen raqueta de bàdminton i han de colpejar el volant cap a la pista de l'equip contrari. Per cada intercanvi, poden realitzar fins a 3 tocs per equip, mai 2 seguits pel mateix jugador.
- Hoquei/Mazaball:** Els jugadors de cada equip han de marcar gol a la porteria contrària, mitjançant la utilització d'un stick o d'una "maça".
- Futbol flag:** És un esport derivat del futbol americà, que consisteix en arribar amb la pilota a les mans a la zona d'anotació de l'equip contrari. Es pot córrer amb la pilota a les mans i per evitar la progressió d'un jugador, cal treure una de les dues cintes que cada jugador porta a la cintura. Si això passa, l'equip perd la possessió de la pilota.
- 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 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 se li caigui.

5. **Tennis:** Per parelles, es tracta de passar la pilota de tennis amb la raqueta a la pista de la parella contrària.
6. **Ultimate:** Dos equips s'enfronten en un terreny de joc similar al rugby. Es juga amb un frisbee, el qual s'ha de passar entre els jugadors de l'equip, intentant arribar a la zona d'anotació de l'equip contrari, situada a l'extrem contrari de la pista que defensen. El jugador que té el frisbee a les mans no es pot moure ni tampoc se li pot treure de les mans.
7. **Dodgeball:** Aquest joc, similar al cementiri, consta de dos equips que han d'eliminar als jugadors de l'equip contrari llançant-los la pilota i colpejant-los a qualsevol part del cos, excepte el cap. Es juga amb 6 pilotes toves i els jugadors que s'eliminen es posen al lateral del camp, en fila, esperant a ser salvats. Es salva un jugador cada vegada que un jugador viu agafa la pilota a l'aire, venint d'un oponent. Guanya l'equip que elimina tots els jugadors de l'equip rival.
8. **El tres en ratlla:** Dos equips de jugadors, a una certa distància de la sortida hem de posar 9 cèrcols al terra disposats com al tres en ratlla. Surt un jugador de cada equip amb un pitrall a la mà i el deixa en un dels nou forats que marquen els cèrcols del terra, d'aquesta manera fan relleu amb la resta del equip fins aconseguir-ne lligar 3 en línia.
9. **Futbol:** Juguen dos equips que han d'intentar marcar gol a la porteria contrària, utilitzant totes les parts del cos, exceptuant els braços.
10. **Volei:** Juguen dos equips, que han de passar la pilota al camp contrari, per sobre de la xarxa, utilitzant entre tots els integrants de l'equip, un màxim de tres tocs. La pilota no pot caure al terra.

#### **ACTIVITAT DE CLOENDA** (camp de futbol – baix)

En acabar les rotacions a les 13'00h, tots els alumnes s'ajuntaran a les grades de **camp de futbol de baix**, on els anirem cridant per escoles. Ens posarem tots al mig del camp i farem un passadís conjunts amb tots els alumnes a les dos bandes i alhora que sona una cançó actual passarem amb una càmera gravant pel mig del passadís com ballen.



## DISTRIBUCIÓ DELS ESPAIS

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



Els equips rotaran dins la mateixa zona 5 activitats, després hi haurà canvi d'espai que podeu visualitzar en els requadres anteriors de rotacions i horari, per colors.

Seguidament trobareu detallat els equips i on han d'iniciar la primera activitat:

- Camp de futbol 2 (el de dalt):

JM5, PV5, PV6, CO1, CO2, CO3,  
JM1, JM2, JM3, JM4

PM2, PM3, PM4, PM5, VA1,  
PV1, PV2, PV3, PV4, PM1

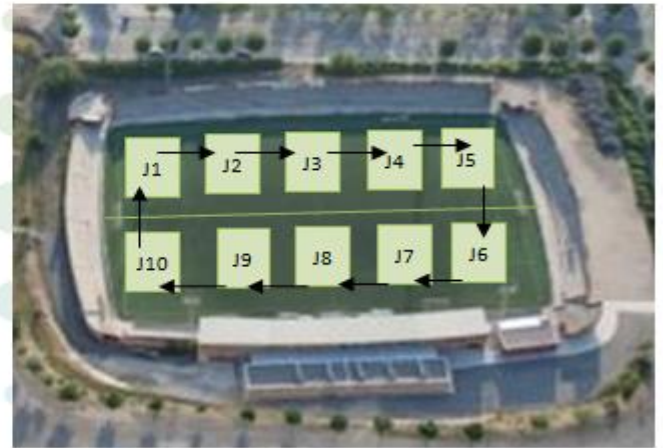




- Camp de futbol 1 (el de baix):

JM10, PV11, PV12, CO4, CO5,  
CO6, JM6, JM7, JM8, JM9

PM7, PM8, PM9, VA2, VA3, PV7,  
PV8, PV9, PV10, PM6



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.

## 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.

