


Milà 
Fontanals

IGUALADA

TEC
2024



4A TROBADA JUVENIL

IGUALADA,
11 D'ABRIL
DE 2024

COMPLEX
ESPORTIU
LES COMES



DADES GENERALS

1. Lloc i data de la Trobada

La **4a Trobada Esportiva Comarcal en categoria Juvenil** tindrà lloc el proper **dijous 11 d'abril** del 2024 al **Complex Esportiu de Les Comes**. Aquesta jornada està organitzada pels alumnes del Cicle Superior d'Animació d'Activitats Físiques i Esportives de l'Institut Milà i Fontanals d'Igualada i el Consell Esportiu de l'Anoia.

2. Programa de la jornada

El marc horari de la jornada serà de 08:30h a les 13:30h:

- 8:30h Arribada dels centres
- **9:00h Inici de les activitats**
- 10:45h Esmorzar
- **11:05h Reinici de les activitats**
- 12:50h Activitat de cloenda
- 13:15h Finalització de jornada

*Cal portar esmorzar i aigua. Es recomana portar gorra i protecció solar.

3. Participants i distribució dels equips

El model de competició que hem escollit per a dur a terme la Jornada Juvenil ha estat un model participatiu, ja que creiem que és un esdeveniment lúdic, on es prioritzarà conèixer companys d'altres instituts i a passar-ho bé tot fent esport.

Es prioritza la participació de tots els alumnes més que el resultat, per aquest motiu no hi ha classificació de resultats.

Cada equip realitzarà un total de **14 activitats lúdicoesportives** i cada activitat durarà **12 minuts més tres minuts per fer la rotació**. Un senyal acústic 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:

N. d'EQUIP	N. de participants	EQUIPS
PV1	10	Ins Pere Vives
PV2	10	Ins Pere Vives
PV3	10	Ins Pere Vives
PV4	10	Ins Pere Vives
PV5	10	Ins Pere Vives
PV6	10	Ins Pere Vives
PV7	10	Ins Pere Vives
PV8	10	Ins Pere Vives
PV9	10	Ins Pere Vives
PV10	12	Ins Pere Vives
PV11	12	Ins Pere Vives



Milà (i)
Fontanals
IGUALADA

4A TROBADA JUVENIL

IGUALADA, 11 D'ABRIL DE 2024
COMPLEX ESPORTIU LES COMES

ESPORT Igualada pla català de l'hoia pla català d'esport



PV12	11	Ins Pere Vives
IM13	10	Ins. MONTBUI
IM14	10	Ins. MONTBUI
MiF15	11	Ins. Milà i Fontanals
MiF16	12	Ins. Milà i Fontanals
JM17	11	Ins Joan Mercader
JM18	11	Ins Joan Mercader
JM19	11	Ins Joan Mercader
JM20	11	Ins Joan Mercader
JM21	11	Ins Joan Mercader
JM22	11	Ins Joan Mercader
JM23	11	Ins Joan Mercader
JM24	11	Ins Joan Mercader
JM25	11	Ins Joan Mercader
JM26	10	Ins Joan Mercader
JM27	10	Ins Joan Mercader
JM28	10	Ins Joan Mercader



Els equips es confeccionaran seguint el següent criteri:

- Cada equip està format per 9-12 esportistes.
- Els equips han de ser mixtes , tant en la composició com durant el joc.
- En els esports i activitats que portarem a terme sempre hi ha d'haver nois i noies jugant.
- Els canvis entre jugadors d'un mateix equip poden ser il·limitats per prioritzar la participació de tot l'equip.

Abans d'iniciar la Trobada, cada centre educatiu 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 centre educatiu abans de la Trobada, l'organització NO proporcionarà els adhesius.

A continuació podeu veure la distribució dels equips segons la zona on estan ubicats PER INICIAR LA PRIMERA ACTIVITAT a les instal·lacions on es realitza la Trobada Esportiva (Camp de futbol 1 - el de baix -, Camp de Futbol 2 - el de dalt -).

CENTRE EDUCATIU	EQUIPS PER ESCOLA	ESPAI ON INICIEN L'ACTIVITAT (09:00h)	
	EQUIPS	CAMP FUTBOL 1 - BAIX	CAMP FUTBOL 2 - DALT
INS PERE VIVES VICH	12	PV1, PV2, PV3, PV4, PV12	PV5, PV6, PV7, PV8, PV9, PV10, PV11
INS MONTBUI	2	IM13,IM14	-
INS MILÀ I FONTANALS	2	MF15,MF16	-
INS JOAN MERCADER	12	JM17,JM18,JM26,JM27, JM28	JM19,JM20,JM21,JM22, JM23, JM24, JM25



ACTIVITATS

1. Explicació de les activitats/jocs

És una jornada esportiva amb un gran ventall d'activitats. Hi ha 11 esports i 3 activitats jugades, relacionades amb els jocs tradicionals. Dels 11 esports, alguns són coneguts com el Futbol i el Vòlei, i d'altres són esports, que dins de la nostre comunitat no es coneixen tant (Netball, Lacrosse,...)

Camp 1: Ultimate

Camp 2: Lacrosse

Camp 3: Vòlei

Camp 4: Floorball

Camp 5: Mate

Camp 6: Futbol Flag

Camp 7: Faustall

Camp 8: Jocs de la Tirasoga

Camp 9: Bitlles Catalanes

Camp 10: Futbol

Camp 11: Spikeball

Camp 12: Cursa de sacs

Camp 13: Korfbal

Camp 14: Fut-tennis

Els/les monitors/es de l'Institut Milà i Fontanals seran els/les encarregats/es de fer les explicacions a les diverses activitats als/les participants.

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

Explicació del jocs:

1. **Ultimate:** Aquest joc consisteix en anar passant el frisbee fins arribar a fer punt darrera la línia de fons del camp contrari. Després de fer punt traurà el frisbee l'equip que ha fet el punt ja que es canvia de camp.
 - No pot caure el frisbee.
 - Si cau la possessió és per l'altre equip.



- No es pot córrer amb el frisbee.
 - 5 x 5.
2. **Lacrosse:** És un joc d'equip el qual es juga amb uns pals acabats en una xarxa i una pilota petita que haurem d'introduir mitjançant el cross (estic) dins de la porteria.
- El joc es jugarà 5 x 5.
 - La pilota és una petita de goma.
 - Els estics s'han de controlar per tal d'evitar lesions. Al ser un joc propens al contacte, estan prohibits els cops i les obstaculitzacions.
 - Amb la pilota a la xarxa (de l'estic) es pot córrer, passar-la o llançar a porteria, però no es pot caminar.
 - No es pot entrar a l'àrea de porteria.
3. **Vòlei:** Aquest esport consisteix en anar fent passades(màxim 3 tocs) i aconseguir passar la pilota per sobre de la xarxa i que toqui el terra del camp contrari per aconseguir fer el punt.
- És un partit de 6 contra 6.
 - S'aplicaran les normes del vòlei.
4. **Floorball:** Aquest esport consisteix en fer entrar la pilota dins de la porteria amb un estic que tenim a les mans.
- És un 5 contra 5.
 - L'estic no es pot aixecar de terra ni més amunt de la cintura.
 - No es podrà tirar a porteria dins de l'àrea.
 - El porter podrà parar la pilota amb qualsevol part del cos.
5. **Mate:** El mate és un joc per equips, on dividim l'espai en dos camps 1 jugador de cada equip anirà a la zona dels morts del camp contrari. Aquest joc consisteix en tocar amb la pilota als jugadors contraris sense que l'agafin i que la pilota no et toqui, el joc finalitza quan matem a tots els jugadors de l'equip contrari.
- La pilota no es pot tirar al cap.
 - Si la pilota toca terra abans de que et toqui no mors.
 - Si un mort mata a un viu està salvat
 - Tots els jugadors d'un equip contra tots els de l'altre.
6. **Futbol flag:** Aquest esport és com un futbol americà, sense placatges.
- Es jugarà 5 x 5 i seguint el reglament del futbol flag.



- Tothom durà un cinturó amb dues cintes al costat. Aquestes hauran de ser les que els defenses treuen als atacants per parar la progressió de l'atacant.
 - Es poden fer jugades de carrera i córrer amb la pilota a les mans.
 - Només es pot fer un passada endavant per jugada.
 - Els jugadors només podran mantenir la pilota a les mans durant 7 segons.
 - L'objectiu és fer "touchdown". L'equip que en fa un, obté 6 punts.
7. **Faustball:** El Faustball, és un esport similar al vòlei, però amb unes normes diferents.
- Es jugarà 5 x 5.
 - La pilota es llança cap al camp contrari amb el puny o el braç.
 - Només es poden fer 3 tocs entre tot l'equip.
 - Entre toc i toc la **pilota pot fer màxim d'un bot a terra.**
 - Els jugadors només poden intervenir una vegada per jugada.
8. **Joc de la Tirasoga:** És un joc per equips, el qual es tracta d'estirar la corda cap al propi camp, per tal de guanyar. Les normes, són les següents:
- Es jugaran tres partides.
 - Les dues rondes seran 5 x 5 i l'última tots contra tots.
 - Els equips mixtes.
 - L'objectiu principal, és fer sobrepassar el mocador que hi haurà al centre de la corda entremig dels cons que hi hauran col·locats al davant de cada equip.
9. **Bitlles Catalanes:** Aquest joc consisteix en llançar uns bitllets contra 6 bitlles situades a una certa distància amb la finalitat de tombar-les totes.
- Es faran 2 jocs paral·lels.
 - Cada jugador d'un mateix equip tindrà 1 llançament per ronda.
 - L'equip que tomba més bitlles per ronda guanya 1 punt.
10. **Futbol 5:** Aquest esport consisteix en arribar a la porteria rival i fer gol. En aquest cas hi haurà una normativa diferent en alguns aspectes.
- És un 5 contra 5.
 - Serà un únic partit de 12 minuts.
 - Servei de banda amb el peu.
 - No hi ha fora de joc.
 - Les faltes no es poden tirar directament a porteria.
11. **Spikeball:** Es juga en parella i una xarxa circular on ha de rebotar la pilota. L'objectiu, és donar la pilota contra la xarxa i s'ha de fer amb la finalitat que l'altre parella no la pugui tornar.



- Es repartirà amb 4 camps.
- Es jugarà 2 x 2 a cada camp.
- Cada equip té dret a fer tres tocs abans de tirar la pilota contra la xarxa. (Al mateix que el vòlei).
- S'aconsegueixen punts quan: La parella contrària fa més de 3 tocs, la pilota toca a terra, o no s'aconsegueix tornar la pilota, la pilota toca l'arc de la xarxa o si vota més d'una vegada a la xarxa.

12. **Cursa de sacs:** La cursa de sacs es un joc que consisteix en ficar-se dins del sac i anar saltant o corrent fins arribar al lloc assenyalat i donar la volta i tornar al lloc d'inici i donar el sac al següent participant. Guanya l'equip més ràpid.

- No es pot empènyer.
- No és val sortir del sac.

13. **Korfbal:** El Korfbal consisteix en introduir una pilota dins d'una cistella de color de vímet i aconseguir fer més punts que l'equip rival.

- No podem córrer amb la pilota a les mans ni tocar-la amb els peus.
- No podem tirar des de dins del quadre de defensa.
- Equips de 8 jugadors.
- En la mesura del possible, els nois defensen a nois i les noies a noies.
- Els rols dels defensors i els atacants canvien cada dos punts.

14. **Fut -tennis.:** Joc semblant al vòlei però què es juga amb els peus.

- Es permet que la pilota faci un bot a terra per jugada.
- Es jugarà amb 5 jugadors per equip.
- La pilota no es pot tocar amb mans ni amb braços. Amb qualsevol altra part del cos, sí.
- Màxim tres passes per equip abans de passar la pilota al camp contrari.

A la última rotació (de 12:45h a 13:30h) tots els equips realitzaran la següent ACTIVITAT DE CLOENDA (camp de futbol – baix).

A les 13:00h, tots els alumnes s'agruparan a les grades de **camp de futbol de baix**, on els anirem cridant per centres educatius. Cadascún d'aquests ha de fer una fila (línia, un al costat de l'altre) per curs/classe i així ens distribuïrem per el camp de futbol per tal de **realitzar el ball del tik-tok i poder gravar (Ball tik-tok per aprendre)**.



ESPAIS I DISTRIBUCIÓ EQUIPS

Hora	Camp 1	Camp 2	Camp 3	Camp 4	Camp 5	Camp 6	Camp 7	Camp 8	Camp 9	Camp 10	Camp 11	Camp 12	Camp 13	Camp 14
8:30h - 9:00h	ARRIBADA DELS CENTRES AL CAMP DE FUTBOL , EXPLICACIÓ DE LA JORNADA JUVENIL I DISTRIBUCIÓ DELS EQUIPS ALS CAMPS													
9:00h - 9:15h	1 vs 15	2 vs 16	3 vs 17	4 vs 18	5 vs 19	6 vs 20	7 vs 21	8 vs 22	9 vs 23	10 vs 24	11 vs 25	12 vs 26	13vs 27	14vs 28
9:15h - 9:30h	2 vs 28	3vs15	4 vs 16	5 vs 17	6 vs 18	7 vs 19	8 vs 20	9 vs 21	10 vs 22	11 vs 23	12 vs 24	13 vs 25	14 vs 26	1 vs 27
9:30h - 9:45h	3 vs 27	4 vs 28	5 vs 15	6 vs 16	7 vs 17	8 vs 18	9 vs 19	10 vs 20	11 vs 21	12 vs 22	13 vs 23	14 vs 24	1 vs 25	2 vs 26
9:45h - 10:00h	4 vs 26	5 vs 27	6 vs 28	7 vs 15	8 vs 16	9 vs 17	10 vs 18	11 vs 19	12 vs 20	13 vs 21	14 vs 22	1 vs 23	2 vs 24	3 vs 25
10:00h - 10:15h	5 vs 25	6 vs 26	7 vs 27	8 vs 28	9 vs 15	10 vs 16	11 vs 17	12 vs 18	13 vs 19	14 vs 20	1 vs 21	2 vs 22	3 vs 23	4 vs 24
10:15h - 10:30h	6 vs 24	7 vs 25	8 vs 26	9 vs 27	10 vs 28	11 vs 15	12 vs 16	13 vs 17	14 vs 18	1 vs 19	2 vs 20	3 vs 21	4 vs 22	5 vs 23
10:30h - 10:45h	7 vs 23	8 vs 24	9 vs 25	10 vs 26	11 vs 27	12 vs 28	13 vs 15	14 vs 16	1 vs 17	2 vs 18	3 vs 19	4 vs 20	5 vs 21	6 vs 22
10:45h - 11:05h	DESCANS													
11:05h - 11:20h	8 vs 21	9 vs 22	10 vs 23	11 vs 24	12 vs 25	13 vs 26	14 vs 27	1 vs 28	2 vs 15	3 vs 16	4 vs 17	5 vs 18	6 vs 19	7 vs 20
11:20h - 11:35h	9 vs 20	10 vs 21	11 vs 22	12 vs 23	13 vs 24	14 vs 25	1 vs 26	2 vs 27	3 vs 28	4 vs 15	5 vs 16	6 vs 17	7 vs 18	8 vs 19
11:35h - 11:50h	10 vs 19	11 vs 20	12 vs 21	13 vs 22	14 vs 23	1 vs 24	2 vs 25	3 vs 26	4 vs 27	5 vs 28	6 vs 15	7 vs 16	8 vs 17	9 vs 18
11:50h - 12:05h	11 vs 18	12 vs 19	13 vs 20	14 vs 21	1 vs 22	2 vs 23	3 vs 24	4 vs 25	5 vs 26	6 vs 27	7 vs 28	8 vs 15	9 vs 16	10 vs 17
12:05h - 12:20h	12 vs 17	13 vs 18	14 vs 19	1 vs 20	2 vs 21	3 vs 22	4 vs 23	5 vs 24	6 vs 25	7 vs 26	8 vs 27	9 vs 28	10 vs 15	11 vs 16
12:20h - 12:35h	13 vs 16	14 vs 17	1 vs 18	2 vs 19	3 vs 20	4 vs 21	5 vs 22	6 vs 23	7 vs 24	8 vs 25	9 vs 26	10 vs 27	11 vs 28	12 vs 15
12:35h - 12:50h	14 vs 15	1 vs 16	2 vs 17	3vs 18	4 vs 19	5 vs 20	6 vs 21	7 vs 22	8 vs 23	9 vs 24	10 vs 25	11 vs 26	12 vs 27	13 vs 28
12:50h - 13:15h	ACTIVITAT DE CLOENDA													



DISTRIBUCIÓ DELS ESPAIS

Els equips aniran rotant de forma circular. La meitat dels equips (de l'1 al 14) rotaran en sentit agulles del rellotge i l'altre meitat (del 15 al 28) en sentit invers. De manera que cadascun dels equips haurà de passar per totes les subzones (activitats) durant la jornada.

Els espais de joc estaran numerats de la següent manera:



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.

