

4a Trobada Lúdica-Esportiva Esport Sense Barreres!

Dia 8 de Maig, de 10h. a 14:30h.

Complex Esportiu Municipal La Mar Bella
Pista d' atletisme CEM La Mar Bella
Av. Litoral 86-96

Organitzen:



Amb el suport i col·laboració de:



Benvinguts a la 4a Trobada Lúdica-esportiva Esport Sense Barreres, que organitza el **Consell de l'Esport Escolar de Barcelona**, a través del seu Comitè d'Esport Sense Barreres, i amb la col·laboració de l'**Escola Lexia**.

En aquesta quarta edició, volem reunir nens, nenes i joves, amb les seves escoles a gaudir d'una jornada plena d'esport i divertiment que esperem sigui un èxit de participació. Us hi esperem!!!

PARTICIPANTS

Poden participar nens i nenes d'escoles especials (primària i secundària) i d'escoles ordinàries (primària), a través del seus Centres Educatius.

INSCRIPCIONS

Les inscripcions s'han de fer en format d'equips, cada un d'ells ha d'estar compost per un nombre de 8-10 esportistes. Un dels membres de l'equip farà el paper de capità, i es responsabilitzarà de portar el full de ruta que permetrà a l'equip moure's adequadament pels espais d'activitat. Els equips han de ser mixtes.

Cada participant haurà de pagar 1€

Podeu fer el pagament a les oficines del CEEB:

Av. Litoral 86-96 (Pavelló de la Mar Bella)

Horari: Dilluns a Divendres de 9:30 a 13:30 i de 16 a 20 (divendres fins les 19:30)

O podeu fer transferència bancària a:

Banc Mare Nostrum (Caixa Penedès): 0487 1274 14 2000002176

Enviar resguard de pagament via mail (cmp@elconsell.cat) o fax 93.219.35.54

Indicant:

ESCOLA + TROBADA SB

Per participar, només heu d'omplir la butlleta d'inscripció i fer-la arribar al Consell de l'Esport Escolar de Barcelona: cmp@elconsell.cat; formacio@elconsell.cat.

Les places estan limitades per l'espai de joc disponible.

HORARIS

A les 10h arribada dels equip.

De 10:30h a 14:30h: Activitats esportives i lúdiques.

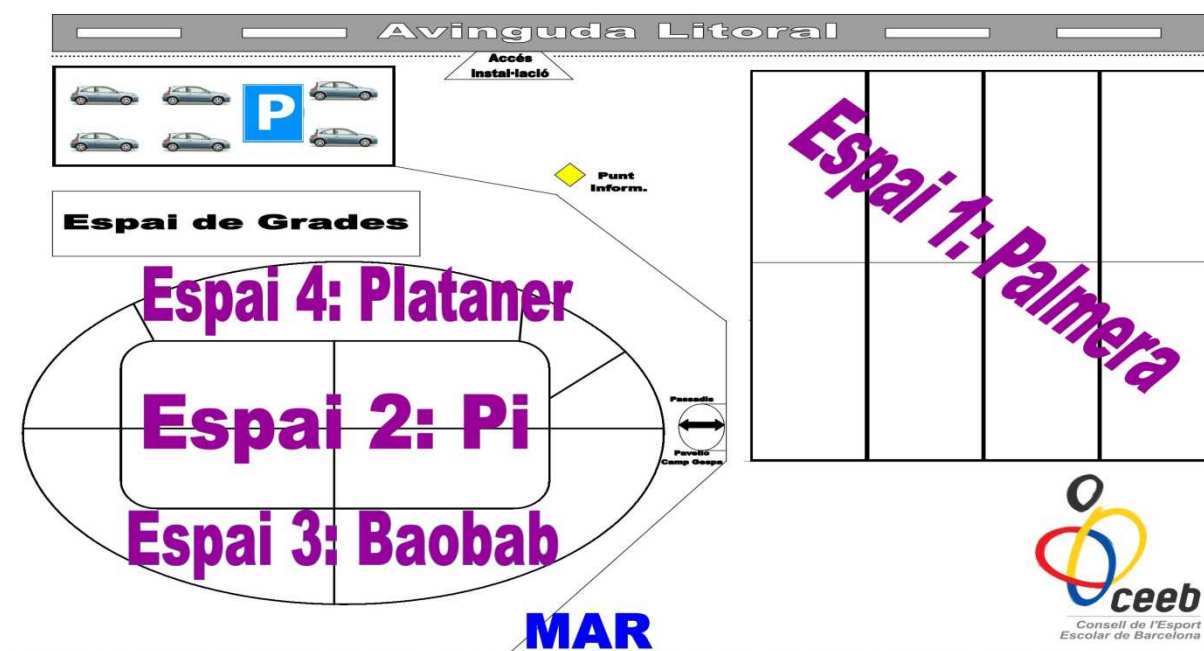
FUNCIONAMENT DE LA JORNADA

Hi ha quatre espais d'activitats, identificats per noms d'ARBRES: **Palmera, Pi, Baobab i Plataner**. Els equips quedaran dividits en 4 grups, identificats per colors (**vermell, groc, verd i blau**). Un **full de ruta** amb els diferents colors indicarà als equips el color al que pertanyen i la rotació que han de seguir. Els fulls de ruta es recolliran el mateix dia de l'activitat al **Punt de trobada**. (Carpa d'Organització)

LLOC

Complex Esportiu Municipal de La Mar Bella, Pista d' atletisme de La Mar Bella





ROTACIONS

Tots els **equips** hauran d'estar situats a les 10:30h a l'espai (**Palmera, Pi, Baobab i Plataner**) que els correspongui segons el seu full de ruta. Els responsables de cada zona (**vermell, groc, verd i blau**) avisaran als alumnes dels inicis d'activitat i dels canvis de zona mitjançant un toc de botzina o megafonia. A part d'això, cada expedició tindrà al seu full de ruta els horaris i les rotacions.

Les rotacions tindran una durada de 40 minuts, amb 10 minuts per fer el desplaçament i el canvi d'activitat.

Dins de la rotació, cada equip podrà escollir a quina activitat vol anar, intentant que tots els equips passin per totes les activitats.

És molt important respectar l'horari fixat al Full de Ruta.

DISTRIBUCIÓ D'ESPAIS

Espai 1 Palmera	Bàsquet en cadira de rodes, Volei, Circuit Invidents, Circuit psicomotricitat, Circuit de punteria, Slalom, Inflable	Pavelló CEM La Mar Bella
Espai 2 Pi	Futbol 5, Hoquei Herba, Rugby Gegant i Ultimate Frisbee	Gespa Pista d'atletisme
Espai 3 Baobab	Bitlles Catalanes, Spiribol, Circuit habilitats, Circuit Patinets, Jocs Tradicionals	Lateral Pista atletisme (cantó mar)
Espai 4 Plataner	Atletisme (100m tanques), Pinta i dibuixa, Paracaigudes, Boccia, Estira corda, Salt Llargada	Lateral Pista atletisme (cantó grades)
Carpa Organització		Entrada Instal·lació (Pàrquing)
ACTIVITAT DE CLOENDA	Sessió de Zumba	Pavelló CEM La Mar Bella

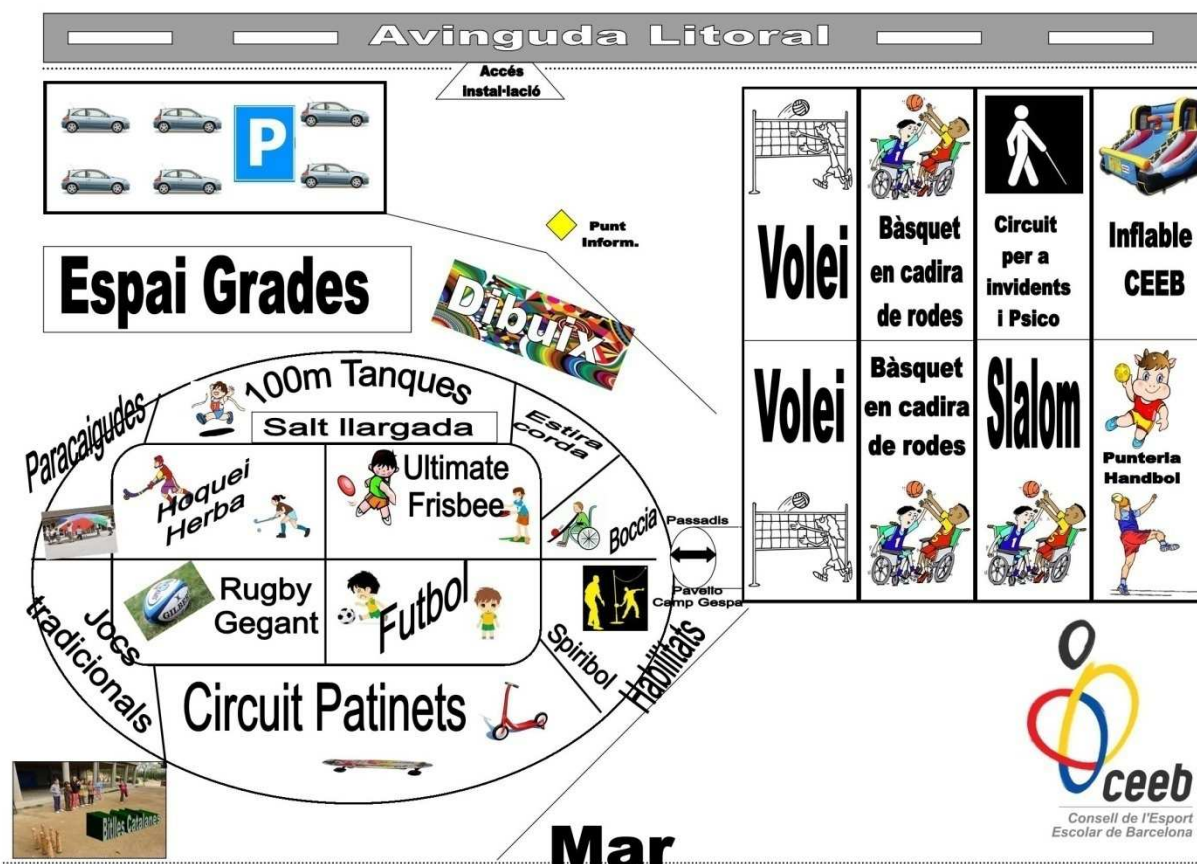
Espai 1 Palmera	Equips
10:30 a 11:10	Vermell
11:20 a 12:00	Verd
12:10 a 12:50	Blau
13:00 a 13:40	Groc

Espai 2 Pi	Equips
10:30 a 11:10	Groc
11:20 a 12:00	Vermell
12:10 a 12:50	Verd
13:00 a 13:40	Blau

Espai 3 Baobab	Equips
10:30 a 11:10	Blau
11:20 a 12:00	Groc
12:10 a 12:50	Vermell
13:00 a 13:40	Verd

Espai 4 Plataner	Equips
10:30 a 11:10	Verd
11:20 a 12:00	Blau
12:10 a 12:50	Groc
13:00 a 13:40	Vermell

Espai (cloenda) Pavelló Mar Bella	Equips
13:50 a 14:15	Tots els equips



DESPLAÇAMENTS

Pel bon funcionament de la Jornada, el pas de zona a zona ha de ser el més àgil possible. Hem d'aprofitar el temps de pràctica esportiva!

Per accedir a les diferents zones o espais d'activitat de la Jornada s'hauran de seguir els rètols visibles que hi haurà en la instal·lació. En cas de no trobar l'espai es podrà preguntar als guies.

En cap cas es pot sortir dels límits de la Instal·lació.

PETIT REGLAMENT

En cada espai de Joc hi ha una pista per a cada 2 equips inscrits.

Espai 1, Palmera:

- **Volei:** 5 jugadors per equip, tots els participants hauran de tocar la pilota per marcar cistella, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc, la defensa serà individual.
- **Bàsquet en Cadira de Rodes:** 5 jugadors per equip, tots els participants hauran de tocar la pilota per marcar cistella. Es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc. Tots els jugadors van amb cadira.
- **Circuit de Punteria Handbol:** Circuit d'habilitats que cal superar en el menor temps possible.
- **Espai Sensibilització (circuit invidents):** Espai preparat amb un circuit que simula els obstacles que es troba una persona invident.
- **Slalom:** En cadira de rodes, és una modalitat esportiva practicada per persones amb paral·lisis cerebral. Consisteix en recórrer, en el menor temps possible i fent els menors errors, un circuit compost per diferents obstacles.
- **Inflable:** Puja i salta, llença't!

Espai 2, Pi:

- **Futbol 5:** Hi ha 5 jugadors per equip, tots els participants hauran de tocar la pilota abans de marcar a porteria. Es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc; la defensa es farà individual.
- **Hoquei Herba:** 4 jugadors + porter per equip, tots els participants hauran de tocar la pilota abans de marcar a porteria. El stick no podrà passar de l'alçada dels genolls. Si fos així es sancionarà el jugador.
- **Frisbee:** 5 jugadors per equip. L'equip haurà de passar-se el frisbee fins acabar la recepció de l'últim llançament a la línia de puntuació.

- **Rugby Gegant:** 5 jugadors per equip, tots els participants hauran de tocar la pilota. Cal fer passades per aconseguir plantar la pilota al camp de l'equip contrari per obtenir 1 punt.

Espai 3, Baobab:

- **Bitlles catalanes:** Joc tradicional català, té per objectiu tombar cinc de les sis bitlles. Per fer-ho, el jugador llença fins a tres bitllets des d'una distància predeterminada.
- **Circuit Habilitats amb patinet:** Cal superar un circuit en patinet.
- **Spiribol:** Cada jugador ha d'enrotllar la pilota en un sentit escollit prèviament. S'aconsegueix un "round" quan un jugador enrotlla completament la pilota fins que toqui el màstil o quan el contari fa 3 faltes.
- **Jocs Tradicionals:** Estira la cua, la bomba, l'aranya, el mocador, els jocs de sempre.
- **Circuit d'obstacles:** Cada participant haurà de superar els obstacles per acabar el circuit.

Espai 4, Plataner:

- **Decora el mural:** Espai creat per pintar
- **Atletisme:** Recórrer 100m llisos o 100m tanques en el mínim temps possible.
- **Salt d'allargada:** Saltar tant com puguis
- **Estira la corda:** Per equips, hauran d'estirar la corda tant com puguin fins a traspasar el punt marcat.
- **Paraques:** Tots els participants agafen el paracaigudes. En paral·lel al terra s'introdueixen els objectes que vulguem i comencem a fer moviments amb el paracaigudes intentant que els objectes s'elevin el màxim possible per poder-los agafar al caure. El joc acaba quan no queda cap objecte per mantejar.
- **Boccia:** El joc és semblant a la petanca. S'ha d'aconseguir el major número de punts possibles apropant les pilotes a la blanca. Les pilotes poden llançar-se a l'aire o rodant. Es pot jugar de forma individual, per parelles o equips. El Boccia està reconegut internacionalment i practicat en els jocs paralímpics.

FINAL DE FESTA: Exhibició Zumba: Durada 20 minuts

PERSONAL

A cada camp de joc i espai d'activitat lúdica-recreativa, hi haurà **guies i responsables d'àrea** per dirigir i organitzar el joc. S'han de seguir sempre les indicacions d'aquestes persones. La previsió és d'uns 40 guies i 5 responsables d'àrea.

CARPES D'ORGANITZACIÓ I PUNT DE TROBADA

Hi haurà una carpa (entrada poliesportiu) que farà la funció de **punt d'informació**. Les escoles inscrites a la Jornada hauran d'anar-hi a certificar la seva assistència un cop arribin i tothom podrà adreçar-se en cas de qualsevol dubte, pregunta o problema.

SERVEI MÈDIC

L'organització disposarà d'un servei d'atenció mèdica per a possibles lesions.

W.C.

Els serveis seran els de la instal·lació. (veure plànol)
Els serveis de la instal·lacions s'han de respectar i deixar amb les mateixes condicions que estaven a l'inici de la Trobada

HIDRATACIÓ

Recomanem a totes les expedicions que portin ampolles i cantimplores per hidratar-se durant la jornada. **Han de procurar no fer-ne mal ús.**

MÉS INFORMACIÓ

Consell de l'Esport Escolar de Barcelona (CEEb)

Av.Litoral, 86-96, baixos

TeL 93 219 32 16

Fax: 93 219 35 54

e-mail: cmp@elconsell.cat (Ingrid Forteza)

formacio@elconsell.cat (Maite Comas)



