

# 1a Trobada Esport Sense Barreres!

**El medi ambient i la natura s'han de respectar!**

**Dia 26 de maig, de 9:30h. a 14:00h.**

Complex Esportiu Municipal La Mar Bella  
*Camp Municipal del Futbol Poblenou Agapito Fernández*  
Platja de La Mar Bella,  
Av/Litoral 86-104 (Sortida 23 Ronda Litoral)

**Organitzen:**



**Ajuntament de Barcelona**  
**Institut Barcelona Esports**

**Amb el suport de:**



**I la col·laboració de:**

ESCOLA LEXIA



**Ajuntament de Barcelona**  
**Sant Martí**

Benvinguts a la 1a Trobada lúdica-esportiva Esport Sense Barreres, que organitza el **Consell de l'Esport Escolar de Barcelona**, amb la col·laboració del seu Comitè d'Esport Sense Barreres.

En aquesta primera edició, volem reunir **nens, nenes i joves que entenguin el paper del medi ambient i la natura** a les nostres vides, convidant a les seves escoles a gaudir d'una jornada plena d'esport i diversió que esperem sigui un èxit de participació. Us hi esperem?

**Tots formem part de la natura. Cuidem-la!**

## PARTICIPANTS

---

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

## INSCRIPCIONS

---

Les inscripcions s'han de fer en format **expedicions (equips)**, cadascuna d'elles composta per un nombre d'entre 8 i 10 esportistes. Un dels membres de l'equip farà el paper de **capità** de l'expedició, i es responsabilitzarà de portar la **guia d'expedició** que permetrà a l'equip moure's adequadament pels tres espais d'activitat. Les expedicions han de ser mixtes.

Per participar, només heu d'omplir la butlleta d'inscripció i fer-la arribar al Consell de l'Esport Escolar de Barcelona abans del dia **5 de maig del 2010**. Les places estan limitades per l'espai de joc disponible.

**La natura i el medi ambient són de tots!**

## HORARIS

---

A les 9:30: arribada de les **expedicions**.

A les 10:00: inici de les activitats

1a Rotació: De 10 a 10:45

Desplaçament entre espais 15 minuts

Esmorzar: 11 a 11:30  
 2a Rotació: De 11:30h a 12:15  
 Desplaçament entre espais 15 minuts  
 3a Rotació: De 12:30 a 13:15  
 Desplaçament entre espais 15 minuts  
 Cloenda: De 13:30 a 14  
 Fi de la Jornada: 14

## FUNCIONAMENT DE LA JORNADA

Hi ha tres espais d'activitats, identificats per noms de muntanyes o serralades catalanes: **Pedraforca, Collserola i Turó de l'Home**. Les expedicions quedaran dividides en 3 grups, identificats per colors (**marró, verd i blau**). Una **guia d'expedició** amb els diferents colors indicarà a els expedicions (equips) el color al que pertanyen i la rotació que han de seguir. Les guies d'expedició es recolliran els dies previs a la Trobada a les oficines del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona o al **Punt de trobada/refugi**.

**La natura és per gaudir-la no per fer-ne un mal ús!**

## LLOC

Complex Esportiu Municipal La Mar Bella, Platja de La Mar Bella i Camp Municipal de Futbol del Poblenou "Agapito Fernández" .



## ARRIBADA, APARCAMENT I SORTIDA D'AUTOCARS

Els participants hauran de **baixar de l'autocar** al mateix lateral de l'Avinguda Litoral o venir amb transport públic. Els autocars estaran aparcats al carril més proper a les instal·lacions de la Mar Bella. Quan els participants baixin de l'autocar, hauran d'anar a l'espai d'activitat corresponent per iniciar la primera rotació. Els autocars es poden quedar al carril fins al final de la Trobada.

## ROTACIONS

Totes les **expedicions** hauran d'estar situades a les 10:00h a l'espai (Collserola, Turó de l'Home o Pedraforca) que els correspongui segons la seva guia d'expedició. Els responsables de cada zona (blau, verd o marró) avisaran als alumnes dels inicis d'activitat i dels canvis de zona mitjançant un toc de botzina. A part d'això, cada expedició tindrà a la seva guia informació dels horaris i les rotacions.

Les rotacions duraran 45 minuts, amb 15 minuts per fer el desplaçament i el canvi d'activitat.

L'esmorzar s'ha de portar de casa. Les expedicions podran esmorzar quan s'acabi la primera rotació i ho faran a l'espai on han d'iniciar la següent activitat. Cal respectar l'espai i evitar embrutar l'entorn.

**És molt important respectar l'horari fixat a la guia d'expedició.**

## DISTRIBUCIÓ D'ESPAIS

Espai 1 Collserola	Poliesportiu
Espai 2 Turó de l'home	Platja Mar Bella
Espai 3 Pedraforca	Camp Futbol Poblenou o pista d'atletisme
CA	Carpes d'organització
PT	Punt de Trobada o refugi

Espai 1 Collserola	Expedicions
10 a 10:45	Marró
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Verd
12:30 a 13:15	Blau

Espai 2 Turó de l'home	Expedicions
10 a 10:45	Blau
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Marró
12:30 a 13:15	Verd

Espai 3 Pedraforca	Expedicions
10 a 10:45	Verd
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Blau
12:30 a 13:15	Marró

Espai 1 Collserola (cloenda)	Expedicions
13:30 a 14	Tots els equips

## DISTRIBUCIÓ D'ACTIVITATS

Espai 1 Collserola	Bàsquet, volei i bàsquet gegant Final de festa
Espai 2 Turó de l'home	Handbol platja, frisbee i futbol amb pilota gegant
Espai 3 Pedraforca	Futbol 4X4, fut-volei

**Amb l'ajuda de tots el medi ambient pot millorar**

## 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 les instal·lacions. En cas de no trobar l'espai es podrà preguntar als guies.

## PETIT REGLAMENT

En cada espai de Joc hi ha una pista per a cada 3 expedicions inscrites. Per garantir un temps de Joc igual per a tots ells, en tots els espais la durada de cada partit serà aproximadament de 15 minuts per poder fer la rotació entre els tres equips. Un d'ells descansarà

---

Cada espai tindrà una zona dedicada a activitats de sensibilització. Es podran realitzar durant les rotacions o entre els descansos dels equips.

**Espai 1: Collserola:** En aquest espai s'oferiran els següents esports: Bàsquet, Bàsquet gegant i Volei gegant. També farem el fi de festa.

- **Bàsquet:** 5 jugadors per equip, hauran de tocar la pilota tots els participants, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc, la defensa serà individual, no hi haurà passos de sortida.
- **Bàsquet gegant:** 5 jugadors per equip, hauran de tocar la pilota tots els participants, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc, la defensa serà individual, no hi haurà passos de sortida. Les dimensions de la pilota i la cistella seran més grans.
- **Volei gegant:** 6 jugadors per equip, es podran fer 4 tocs, la pilota podrà tocar una vegada el terra i es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc. Les dimensions de la pilota i la cistella seran més grans.
- **Espai de sensibilització:** Circuit amb cadira de rodes. Recorregut simulat per demostrar els problemes que pot tenir una persona amb cadira de rodes a l'hora de desplaçar-se.
- **Final de festa:** 50 minuts, totes les expedicions juntes. Hi haurà un monitor/a de ball. Tots els participants hauran de seguir el ritme amb ell/a.

**Espai 2: Turó de l'home:** En aquest espai es realitzaran els següents esports: handbol platja, frisbee i futbol gegant.

- **Handbol platja:** Cada equip estarà integrat per 5 jugadors, no es podrà botar la pilota. Marcar amb un gir complet valdrà 2 gols i la defensa serà individual, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc, es podran fer 3 passos amb la pilota a les mans.
- **Frisbee:** Es podrà fer 3 passos amb el frisbee a la mà, hi haurà 5 participants per equip, s'haurà de marcar a la porteria a una distància mínima de 5 metres i no hi haurà porter.

- **Futbol amb pilota gegant:** 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, no hi haurà porter i la defensa es farà individual.
- **Espai de sensibilització:** Circuit invidents. Recorregut simulat per demostrar els problemes que pot tenir una persona sense visió a l'hora de desplaçar-se

**Espai 3: Pedraforca:** En aquest espai es realitzaran els següents esports: futbol 4, fut-volei i futbol.

- **Futbol 4:** Tots els participants han de tocar la pilota abans de marcar. El porter pot sortir de porteria i marcar gols, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc, el porter podrà agafar la pilota amb les mans quan la rebi d'un company amb el peu i no hi haurà fora de joc.
- **Fut-volei:** 4 participants per equip, es podrà fer 4 tocs per equip, la pilota podrà tocar el terra dues vegades, es podran fer tots els canvis que es vulguin quan la pilota no estigui en joc i es podrà tocar la pilota amb totes les parts del cos, excepte amb els braços i les mans.

**Només hem d'utilitzar els recursos de la natura que necessitem**

## 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 3 responsables.

---

## CARPES D'ORGANITZACIÓ I PUNT DE TROBADA

---

Hi haurà dues carpes (poliesportiu i platja) que faran la funció de **punts d'informació i magatzem**, on totes les expedicions poden adreçar-se en cas de qualsevol dubte, pregunta o problema.

Tanmateix, instal·larem un **punt de trobada o refugi** al costat de l'entrada de la instal·lació en la que poden estar els membres de l'organització, responsables d'escoles i del Consell i altres visitants. Les escoles inscrites a la Jornada hauran d'anar-hi a certificar la seva assistència un cop arribin.

---

## SERVEI MÈDIC

---

L'organització disposarà d'un servei d'atenció i d'evacuació mèdica per a possibles lesions. (veure plànol)

---

## W.C.

---

Els serveis seran els de les instal·lacions. (veure plànol)

Els serveis de les 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 cantimplors per hidratar-se durant la jornada. **Hem de procurar no fer-ne un mal ús** i en cas de sobrar-ne, compartir-la amb els companys.

**A la natura es poden fer moltes coses divertides**

---

## INFORMACIÓ

---

Consell de l'Esport Escolar de Barcelona (CEEB)

C/Maignon, 44, 3er pis

TeL 93 219 32 16

Fax: 93 219 35 54

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

[promocio@elconsell.cat](mailto:promocio@elconsell.cat) (Joaquim Briz)

## ALTRES COL·LABORADORS

---

...

**Moltes Gràcies!**

### **Darrers consells d'un expert excursionista:**

M'he permès infiltrar-me en aquestes planes per recordar a tots els membres de les expedicions que en aquestes trobades de grans dimensions **vosaltres sou els únics responsables de les vostres coses.** (motxilles, esmorzars, roba, aigua, protecció solar, gorra...)

El millor que podeu fer és portar només el necessari, anar vestits amb roba esportiva i fer la ruta amb seny i respecte per a les instal·lacions i la natura sense sortir dels itineraris fixats.

Teniu a la vostra disposició guies experts als quals us podeu adreçar quan ho cregueu convenient.

Apa, a passar-ho bé!



# FULL D'INSCRIPCIÓ

## 1a TROBADA ESPORT SENSE BARRERES

Nom de l'entitat:
Edat dels participants i curs:
Nº de total de nens i nenes participants:
Nº d'acompanyants i/o assistents:
Persona de contacte:
Telèfon mòbil de contacte:
Adreça electrònica de contacte:
Tipologia general dels participants:

**Cal omplir un full d'inscripció per cada equip participant**

## **Què podem fer per respectar la natura?**

*“La protecció del medi ambient és un principi rector de tota la nostra feina en el recolzament del desenvolupament sostenible; és un component essencial en la lluita per la desaparició de la pobresa i un dels fonaments de la pau.”*

Kofi Annan

## Annex 1

### Guia d'expedició

## 1a Trobada Esport Sense Barreres!

### Guia d'expedició

El medi ambient i la natura s'ha de respectar

Dia 26 de maig de 2010

<b>Espai 1 Collserola</b>	<b>Poliesportiu</b>	<b>Bàsquet gegant, Bàsquet i volei gegant</b>
<b>Espai 2 Turó de l'home</b>	<b>Platja Mar Bella</b>	<b>Frisbee, handbol platja i futbol amb pilota gegant</b>
<b>Espai 3 Pedraforca</b>	<b>Camp Futbol Poblenou</b>	<b>Futbol 4x4, fut-volei</b>

<b>Espai 1 Collserola</b>	<b>Expedicions</b>
10 a 10:45	Marró
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Verd
12:30 a 13:15	Blau

<b>Espai 2 Turó de l'home</b>	<b>Expedicions</b>
10 a 10:45	Blau
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Marró
12:30 a 13:15	Verd

<b>Espai 3 Pedraforca</b>	<b>Expedicions</b>
10 a 10:45	Verd
11 a 11:30	Esmorzar
11:30 a 12:15	Blau
12:30 a 13:15	Marró

<b>Espai 1 Collserola (cloenda)</b>	<b>Expedicions</b>
13:30 a 14	Tots els equips

## Annex 2

---

### Que muntarem?

#### Espai 1:

30 expedicions.  
 4 pistes de Bàsquet  
 1 pista de volei gegant  
 1 pista de bàsquet gegant  
 12 cadires de rodes  
 Cons  
 Pilotes de tennis

#### Espai 2:

30 expedicions.  
 5 pistes de handbol platja  
 5 pista de frisbee  
 3 pistes de futbol amb pilota gegant  
 Cons  
 12 pals de guia

#### Espai 3

30 expedicions.  
 4 pistes de futbol 4  
 3 pistes de fut-volei

## Annex 3

---

### Responsables. En cas de dubte ens busqueu...

#### Consell de l'Esport Escolar de Barcelona

- Oficines: 93 219 32 16 (de 9,30-13,30h i de 16-20h).
- Quim Briz i Ingrid Forteza (Coordinació)

Collserola	Responsable 1	Korbal, bàsquet gegant, volei gegant i final de festa	Poliesportiu
Turó de l'home	Responsable 2	Handbol Platja i frisbee	Platja Mar Bella
Pedraforca	Responsable 3	Futbol 4, fut-volei i futbol	Camp Futbol Poblenuu o pista

		amb pilota gegant	d'atletisme
--	--	-------------------	-------------