

38^a OLIMPÍADA ESCOLAR REUS 2020

Normatives tècniques dels diferents esports

Amb la col·laboració de



NORMATIVES TÈCNIQUES

38a OLIMPIADA ESCOLAR REUS 2020

| | | |
|----|---|----|
| 1 | NORMATIVA TÈCNICA D'ATLETISME..... | 3 |
| 2 | NORMATIVA TÈCNICA DE BÀDMINTON..... | 6 |
| 3 | NORMATIVA TÈCNICA DE BITLLES CATALANES PER EQUIPS | 11 |
| 4 | NORMATIVA TÈCNICA DE LA CURSA FAMILIAR | 14 |
| 5 | NORMATIVA TÈCNICA D'ESCACS | 15 |
| 6 | NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL 7..... | 18 |
| 7 | NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL SALA..... | 24 |
| 8 | NORMATIVA TÈCNICA DE GIMNÀSTICA RÍTMICA..... | 30 |
| 9 | NORMATIVA TÈCNICA D'HOQUEI 3 PATINS..... | 36 |
| 10 | NORMATIVA TÈCNICA DE MINIBÀSQUET..... | 39 |
| 11 | NORMATIVA TÈCNICA DE MINIHANDBOL..... | 44 |
| 12 | NORMATIVA TÈCNICA DE NATACIÓ..... | 48 |
| 13 | NORMATIVA TÈCNICA DE PATINATGE..... | 51 |
| 14 | NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS..... | 53 |
| 15 | NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS TAULA..... | 57 |

Per tot allò que no estigui contemplat en aquesta normativa, s'haurà d'aplicar la normativa tècnica dels Consells Esportius de Catalunya del programa dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya.

<http://www.ucec.cat/esport-per-a-tothom/jocs-esportius-escolars-de-catalunya>

Amb la col·laboració de



1 NORMATIVA TÈCNICA D'ATLETISME

Modalitat:

Modalitat Individual (curses i concursos) i per equips en la competició de Relleus.

Proves

| | Prova | BENJAMÍ FEMENÍ | BENJAMÍ MASCULÍ | BENJAMÍ MIXT | ALEVÍ FEMENÍ | ALEVÍ MASCULÍ | ALEVÍ MIXT |
|---|------------------|-------------------|--------------------|-------------------------------|-----------------|------------------|-------------------------------|
| CONCURSOS | Salt de llargada | SI | SI | -- | SI | SI | -- |
| | Llançament | Pilota de 200 g | Pilota de 200 g | -- | Pes de 2 kg | Pes de 2 kg | -- |
| CURSES | Mig fons | 600m | 600m | -- | 600m | 600m | -- |
| | Velocitat | 60m | 60m | -- | 60m | 60m | -- |
|  | Relleus * | 4 x 60m | 4 x 60m | (2 nens i 2 nenes) 4 x 60m | 4 x 60m | 4 x 60m | (2 nens i 2 nenes) 4 x 60m |

*Només es permetrà la inscripció d'1 relleu per centre educatiu, categoria i sexe.

Inscripcions

Cada esportista només es podrà inscriure com a màxim en 3 proves, respectant les condicions següents:

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).
- Només es permetrà la inscripció a 1 concurs individual: a escollir entre el salt de llargada i el llançament;
- Només es permetrà la inscripció a 1 cursa individual: a escollir entre mig fons i velocitat.
- Només es permetrà la inscripció a un màxim de 2 relleus (Punt 5.8 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).



Amb la col·laboració de



Prova adaptada

Existirà una **prova adaptada de 60 metres llisos** per a esportistes de categoria benjamí (2010 – 2011) i aleví (2008 – 2009), que presentin una discapacitat física, psíquica o sensorial, sempre i quan el centre educatiu ho demani amb antelació una vegada formalitzada la inscripció de l'esportista.

Recollida de dorsals el mateix dia de la competició

Cada centre educatiu haurà de designar **una persona responsable** que serà l'encarregada de recollir i repartir els dorsals de tots els esportistes del seu centre. La recollida haurà d'efectuar-se trenta minuts abans de començar la competició o la prova.

Curses. 60m i 600m

1. A les curses de 60m i 600m es podrà efectuar una sortida nul·la, sense que això suposi cap penalització per l'esportista que l'ha efectuat.
2. Si a la mateixa cursa, es produeix una segona sortida nul·la, la prova continuarà i a l'esportista que ha efectuat la sortida nul·la se li aplicarà una penalització que sumarà a la seva marca final. Les penalitzacions de temps es concreten en les taules següents:

| CURSES | PENALITZACIÓ |
|---------------|---|
| 60m | 5" |
| 600m | 15" |
| RELLEUS 4x60m | 5" per a cada esportista del relleu que faci una sortida anticipada |

3. A les curses es portaran a terme les sèries necessàries en funció del nombre d'inscrits/es. La classificació final es confeccionarà en base al temps de cada esportista, tenint en compte el sistema de puntuació i classificació establert.
4. La sortida és podrà fer dret o amb les mans recolzades sobre la pista.
5. A la cursa de 60m cada atleta ha de córrer al seu carrer, de principi a fi. Cap atleta podrà sortir del seu carrer en cap moment de la carrera.
6. A la cursa de 600m serà carrer lliure després de la sortida.
7. A les curses de relleus cada equip ha de córrer pel seu carrer, de principi a fi. Cap atleta podrà sortir del seu carrer en cap moment de la cursa.

Amb la col·laboració de



8. En el moment que un atleta o relleu, decideixi **no** participar en una de les proves en que s'ha classificat, ho haurà de comunicar a l'organització amb suficient antelació per tal de valorar la situació, i donar l'opció al següent atleta o relleu a poder participar a la Final.

Llançament de pilota. Categoria benjamí.

1. Cada esportista realitzarà 3 intents no consecutius amb una pilota de 200 g de pes, sense millora.
2. El llançament s'haurà de realitzar amb 1 mà.
3. El llançament podrà efectuar-se amb o sense carrera prèvia des del passadís de llançament de javelina.

Llançament de pes. Categoria aleví.

1. Cada esportista realitzarà 3 intents no consecutius amb un pes de 2kg, sense millora.
2. El llançament s'haurà de realitzar amb 1 mà.
3. El llançament haurà d'efectuar-se sense carrera prèvia des del cercle de llançament de pes.

Salt de llargada. Categoria benjamí i aleví.

1. Cada esportista realitzarà 3 intents no consecutius, sense millora.

Durant les jornades d'atletisme, us comuniquem que:

- Sols es podran presentar **reclamacions per escrit un (1) representant de l'escola**, i com a màxim durant els 10 minuts posteriors de la prova en qüestió.

Amb la col·laboració de



2 NORMATIVA TÈCNICA DE BÀDMINTON

Modalitat: Individual

Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (*Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020*).

Material que ha de portar cada esportista: raqueta de bàdminton.

Tanteig i puntuació

| BENJAMÍ FEMENÍ I MASCULÍ | ALEVÍ FEMENÍ I MASCULÍ |
|---|--|
| Tots els partits es jugaran al millor de 3 jocs. | Tots els partits es jugaran al millor de 3 jocs. |
| Guanya el joc el/la jugador/a que primer arribi a 11 punts. El/la jugador/a que guanyi l'intercanvi de cops, afegeix 1 punt a la seva puntuació. | Guanya el joc el/la jugador/a que primer arribi a 15 punts. El/la jugador/a que guanyi l'intercanvi de cops, afegeix 1 punt a la seva puntuació. |
| Si la puntuació arriba a 10-10, el/la jugador/a que primer faci 2 punts consecutius guanya el joc. Si la puntuació arriba a 14-14, el/la jugador/a que assoleixi el punt 15, guanya el joc. | Si la puntuació arriba a 14-14, el/la jugador/a que primer faci 2 punts consecutius guanya el joc. Si la puntuació arriba a 19-19, el/la jugador/a que assoleixi el punt 20, guanya el joc. |
| El/la jugador/a que guanya un joc serà qui primer servirà el següent. | |
| Quan un/a jugador/a arriba a 6 punts, tots/es dos/dues jugadors/es disposaran d'un descans de 60 segons. Hi ha un descans de 2 minuts entre el primer i el segon joc i uns altres 2 minuts de descans entre el segon i el tercer. | Quan un/a jugador/a arriba a 8 punts, tots/es dos/dues jugadors/es disposaran d'un descans de 60 segons. Hi ha un descans de 2 minuts entre el primer i el segon jocs i uns altres 2 minuts de descans entre el segon i el tercer. |

Amb la col·laboració de



Sorteig

Abans de començar el partit, els/les jugadors/es faran un sorteig, qui guanyi decideix primer i l'altre jugador/a decidirà l'opció que quedi pendent:

- Si primer vol servir o rebre.
- Iniciar el partit en un camp o l'altre.

Protocol de salutacions (Targeta Verda)

Abans i després de cada partit s'ha de seguir el protocol de salutació a jugadors/es i tutors/es de joc.

Aquesta salutació haurà de realitzar-se:

- Entre adversaris/es i el/la tutor/a de joc, ABANS DE COMENÇAR CADA PARTIT.
- Entre adversaris/es i el/la tutor/a de joc, QUAN EL PARTIT JA HA FINALITZAT.

Canvi de Camp

Els jugadors/es canviaran de camp al finalitzar cada joc; en el cas de jugar-se el 3r joc, durant aquest, es farà canvi de camp quan:

- A la categoria benjamí: quan un dels jugadors/es arriba a 6 punts
- A la categoria aleví: quan un/a dels jugadors/es arriba a 11 punts

En cas que el canvi de camp no es realitzi, en el moment que l'error és detectat i que el volant no està en joc, es farà el canvi de camp, amb la puntuació en que tenien abans de fer el canvi.

El Servei

Perquè un servei sigui correcte:

- S'haurà de realitzar el servei en quant el servidor/a i el receptor/a estiguin preparats/ades. Si el receptor/a intenta tornar el volant, es considerarà que estava preparat/ada.
- Tant el servidor/a com el receptor/a han d'estar situats/des a les zones de servei diagonalment oposades, sense trepitjar les línies que les delimiten.
- En el moment de colpejar del volant, el cap de la raqueta ha d'estar mirant cap a baix i tot el volant ha d'estar per sota de la cintura del servidor/a.
- Quan es comença el moviment endavant del servei, el moviment de la raqueta del servidor/a ha de ser continuat fins finalitzar el moviment i cap endavant.
- Després de colpejar el volant en el servei, aquest ha de sobrepassar la xarxa i anar cap a la zona de servei de l'adversari/a (està permès tocar les línies de la zona de servei).

Amb la col·laboració de



Àrees de servei i recepció

- Els/les jugadors/es serveixen i reben en la seva respectiva àrea de servei dreta quan el servidor/a no ha puntuat o té un nombre parell de punts en aquest set.
- Els/les jugadors/es serveixen i reben en la seva respectiva àrea de servei esquerra quan el/la servidor/a té un nombre senar de punts en aquest set.

Punt marcat i pèrdua del servei

- Si el/la servidor/a guanya l'intercanvi de cops, suma un punt i serveix de nou des de l'altra àrea de servei.
- Si el/la receptor/a guanya l'intercanvi de cops, suma un punt i serà el nou servidor/a.

Faltes

- Si el servei no es realitza correctament.
- Si, durant el servei:
 - el volant queda atrapat a la xarxa o es manté suspès a la vora superior
 - el volant el colpeja el/la company/a del jugador/a receptor/a.
- Si, durant el joc:
 - el volant cau fora dels límits de l'àrea de joc (no es considera fora si cau a les línies)
 - el volant passa a través de la xarxa o per sota d'ella.
 - el volant un cop colpejat pel receptor/a, cau a la seva pista.
 - el volant toca el sostre o parets de la instal·lació.
 - el volant toca qualsevol part del cos o la roba d'un/a jugador/a.
 - el volant toca qualsevol objecte o persona fora de la pista
 - el volant queda atrapat o recolzat al damunt de la raqueta i després de ser colpejat.
 - un/a jugador/a colpeja dues vegades seguides el volant amb diferents gestos.
 - per traspasar el volant a la zona adversària, els 2 jugadors/es del mateix equip colpegen al mateix temps el volant.
 - un/a jugador/a toca (amb la raqueta, el cos o amb la roba) la xarxa o els pals d'aquesta.
 - un/a jugador/a ocupa amb la seva raqueta o el cos, el terreny del seu/va adversari/a per sobre de la xarxa i no finalitza el moviment de la raqueta de tal manera que segueix envaint el camp contrari.
 - un/a jugador/a ocupa amb la seva raqueta o el cos el terreny del seu/va adversari/a per sota de la xarxa.
 - un/a jugador/a no li deixa realitzar el cop al volant per damunt de la xarxa al seu/va adversari/a.

Amb la col·laboració de



- un/a jugador/a crida o fa gestos voluntàriament per a que un/a adversari/a es distregui.

Repeticions

Hi ha repetició si:

- El/la jugador/a serveix quan el/la receptor/a encara no està a punt.
- Mentre es realitza el servei, el/la receptor/a i el/la servidor/a fan falta tots dos al mateix moment.
- Quan el/la receptor/a torna el servei:
 - el volant queda atrapat a la xarxa o es manté penjant a la vora superior.
 - després d'haver superat la xarxa, el volant queda atrapat sobre aquesta.
- En joc, el volant es desfà i la base se separa completament de la resta del volant.
- En opinió del/la tutor/a de joc, el joc no es continu o el/la jugador/a de l'equip contrari és distret per un/a entrenador/a.
- El/la tutor/a de joc de línia no ho ha vist i el/la tutor/a de joc principal no pot prendre una decisió.
- Davant tots els casos imprevisibles i accidentals.

Quan s'ocasiona una repetició, el darrer servei del set no es compta i el/la jugador/a que ha servit torna a servir.

El Joc

El joc ha de ser continu des del primer servei fins que s'acabi el partit, excepte durant les parades permeses pels descansos o si es suspèn el partit.

Suspensió del joc

- El tutor/a de joc pot suspendre el joc pel temps que cregui necessari, quan les circumstàncies fan que sigui necessari, encara que els/les jugadors/es no ho vulguin.
- El tutor/a de joc principal pot suspendre el joc només en circumstàncies especials.
- Si el joc es suspèn, la puntuació aconseguida es manté i el joc s'ha de reprendre amb aquesta puntuació.

Endarrerir el temps durant el joc

- El tutor/a de joc és l'únic que pot parar el joc.

Amb la col·laboració de



- En cap cas no s'ha d'endarrerir el joc per a que un/a jugador/a es recuperi o descansi o per a donar-li consell.

Jugadors/es

- Els/les jugadors/es estan autoritzats/ades a rebre consells durant un partit sempre i quan el volant no estigui en joc.

Cap jugador/a no pot:

- abandonar la pista durant un partit sense permís del tutor/a de joc, excepte durant els descansos permesos.
- endarrerir ni suspendre el joc a propòsit.
- modificar ni fer malbé el volant expressament, per tal de variar la seva velocitat o el vol.
- comportar-se de manera humiliant.
- fer-se culpable de conductes incriminables i no determinades en els reglaments de bàdminton.

Sancions

El tutor/a de joc sancionarà les faltes:

- donant una advertència al/la jugador/a en qüestió.
- si el/la jugador/a ja ha rebut una advertència, si li atorgarà una falta.
- si el jugador/a, se li atorga una falta perquè no respecta les decisions del tutor de joc, se li restarà un punt de la puntuació del partit, menys en el cas de que la seva puntuació sigui zero, i en el cas que siguin servidors, perdran el servei; si és perquè li falta el respecte al/s adversari/s se li sumarà 1 punt a l'adversari/a, i en el cas que el/la jugador/a que fa la falta, siguin servidor(s)/a(es) perdrà(an) el servei.

Pèrdua del partit:

- Es donarà per perdut el partit, en el cas de faltes evidents o constants, comptant una falta al jugador/a i informant immediatament al tutor/a de joc principal.

Partit perdut per incompareixença

- Es donarà per perdut el partit, en el cas que un/a jugador/a no estigui present a pista i preparat/ada per jugar en el moment d'iniciar-se el seu partit. En aquest cas, el resultat serà:
 - Categoria Benjamí: 11 – 0 i 11 – 0 ó 0 – 11 i 0 – 11, segons correspongui.
 - Categoria Aleví: 15 – 0 i 15 – 0 ó 0 – 15 i 0 – 15, segons correspongui

Amb la col·laboració de



3 NORMATIVA TÈCNICA DE BITLLES CATALANES PER EQUIPS

Modalitats: Modalitat per equips (o parelles) mixt.

Els equips (o parelles) estaran formats obligatòriament per **dos (2) components:**

- **1 jugador/a masculí + 1 jugadora femenina.**

Només es permetrà la inscripció d'1 equip (o parella) per centre educatiu i categoria.

Es permetrà la inscripció d'un **equip de reserva** (com a màxim: 1 jugador/a masculí de reserva + 1 jugadora femenina de reserva), que podran participar en el cas de baixa o lesió d'1 o dels 2 jugadors/es del primer equip del centre educatiu.

Sistema de competició

Els/les jugadors/es portaran a terme 9 tirades dividides en 3 rondes de 3 tirades consecutives.

A cada tirada, es llançaran entre 1 i 3 bitllots per poder establir la puntuació de la tirada corresponent.

Sistema de puntuació per resultats i marques

La puntuació de les diferents tirades s'establirà en funció del nombre de bitlles tombades:

- 5 bitlles tombades: 10 punts
- 6 bitlles tombades: 06 punts
- 4 bitlles tombades: 04 punts
- 3 bitlles tombades: 03 punts
- 2 bitlles tombades: 02 punts
- 1 bitlla tombada: 01 punt
- Cap bitlla tombada: 00 punts

En el cas que en una tirada es tombin 5 bitlles amb el primer o segon bitllet, ja no caldrà llançar els restants.

Si un bitllet d'un/a adversari/a tomba alguna bitlla d'una altra pista, el/la tutor/a de joc, plantarà les bitlles com estaven. Si no fos possible, es tornaria a plantar i el/la jugador/a tornaria a llançar els tres bitllots.

Amb la col·laboració de



Si un bitllet d'un adversari/a, queda davant les bitlles d'un/a altre/a jugador/a, aquest/a haurà de parar de jugar i demanar a el/la tutor/a de joc que retiri el bitllet, per poder continuar jugant.

Sistema de desempat

S'utilitzarà el sistema de desempat establert, primer per punts i després per bitlles.

En cas de que l'empat persisteixi, és farà una ronda extra de 3 tirades.

Protocol de salutacions (Targeta Verda)

Abans i després de les tirades s'ha de seguir el protocol de salutació a jugadors/es i tutors/es de joc.

Aquesta salutació haurà de realitzar-se:

- ABANS DE COMENÇAR LES TIRADES.
- QUAN LES TIRADES JA HAN FINALITZAT.

Camp de joc

El terreny de joc serà pla, preferentment de terra compacta, amb unes dimensions de 16,5 metres de longitud i d'entre 1,75 i 2 metres d'amplada.

La longitud total inclourà una zona de llançament de 2 metres, i una zona de plantada i de seguretat de 3 metres.

Cada participant realitzarà el llançament des de la distància que s'especifica en aquesta normativa tècnica, en funció de la seva categoria.

Distància de llançament

Per a cada categoria hi ha una distància, la qual estarà marcada amb una línia que no podrà ser trepitjada ni sobrepassada.

| CATEGORIA | MASCULÍ I FEMENÍ |
|-----------|------------------|
| BENJAMÍ | 6,5 metres |
| ALEVÍ | 8 metres |

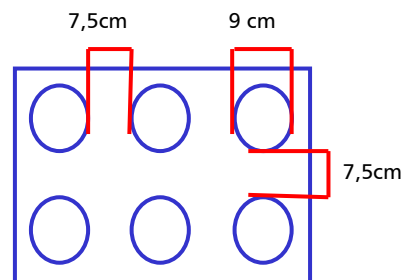
Distància entre bitlles

- En cas de no tenir plantilles, entre bitlla i bitlla ha de passar el bitllet de 7,5 cm.

Amb la col·laboració de



- Les sis bitlles es col·locaran a la zona de plantada de tal manera que quedin centrades en dues fileres de tres, la primera ha d'estar al damunt la línia de la zona.
- En cas de tenir plantilla, aquesta tindrà les dimensions especificades en el gràfic, i una alçada de 10 cm. Serà obligatòria la seva col·locació abans de cada tirada



Material

Les bitlles i bitllots seran de fusta dura tornejada i les facilitarà l'organització.

Amb la col·laboració de



4 NORMATIVA TÈCNICA DE LA CURSA FAMILIAR

Ordre de les proves i distàncies.

| Categoria | Distàncies |
|-----------------|---------------------------------|
| ALEVÍ MASCULÍ | 1.200 metres (3 voltes) |
| ALEVÍ FEMENÍ | 1.200 metres (3 voltes) |
| BENJAMÍ MASCULÍ | 1.000 metres (2 voltes i mitja) |
| BENJAMÍ FEMENÍ | 1.000 metres (2 voltes i mitja) |

- Aquesta prova es farà durant **la tarda del divendres 27 de març de 2020**, coincidint amb l'acte de cloenda de la **38a Olimpíada Escolar Reus 2020** (els horaris encara estan per determinar).
- La cursa es farà a la pista d'Atletisme del CN Reus Ploms.
- Un/a responsable del centre educatiu **podrà recollir els dorsals dels seus esportistes participants, fins 30 minuts abans de començar la primera prova**, a la zona designada a tal efecte.

Normativa de les curses.

1. Es una cursa **no competitiva**, no existiran resultats ni classificacions.
2. Cada esportista podrà escollir si fa la cursa acompanyat d'un adult major de 18 anys (no és una condició obligatòria).
3. Cada esportista haurà de córrer la distància corresponent a la seva categoria.
4. **Quan quedin 400 metres** per finalitzar la seva cursa (1 volta), passarà per la zona delimitada on el seu acompanyant adult l'estarà esperant. Durant aquests darrers 400 metres, adults i esportistes hauran d'arribar junts a línia d'arribada.
5. En cas de que algun infant amb discapacitat necessiti fer un recorregut inferior al que li pertoca per edat, la cursa s'adaptarà a les seves necessitats, prèvia sol·licitud del centre educatiu.

Amb la col·laboració de



5 **NORMATIVA TÈCNICA D'ESCACS**

Modalitats: Modalitat individual mixt, benjamí i aleví.

Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (*Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020*).

Material que ha de portar cada esportista: un bolígraf de tinta blava o negra.

Sistema de competició

Es jugarà pel sistema suís a 6 rondes.

Puntuacions

La puntuació per partida serà la següent:

- Partida guanyada: 1 punt
- Taules: 0,5 punts
- Partida perduda: 0 punts

Desempat

En cas d'empat una vegada finalitzada la competició, es resoldrà de la següent manera:

1. Pel sistema Bucholz, sense el/la contrincant més flux.
2. Sistema Bucholz considerant tots els contrincants.
3. Pel progressiu acumulat.
4. Pel sistema Sonnemborn-Berger.
5. Pel major nombre de partides guanyades.
6. Per sorteig.

Protocol de salutacions (Targeta Verda)

Abans i després de cada partida s'ha de seguir el protocol de salutació a jugadors/es i tutors/es de joc.

Amb la col·laboració de



Aquesta salutació haurà de realitzar-se:

- Entre adversaris/es, ABANS DE COMENÇAR CADA PARTIDA.
- Entre adversaris/es, QUAN LA PARTIDA JA HA FINALITZAT.

Durada de la partida i ritme de joc

- El ritme de joc, per a totes les categories, serà de 60 minuts a caiguda de bandera.

Normes complementàries

El/la tutor/a de joc principal resoldrà les qüestions tècniques plantejades en el moment de joc tenint en compte sempre la vessant educativa dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya.

La seva decisió es podrà recórrer davant del Comitè de competició ad hoc creat per a la competició, fins a vint minuts després de finalitzar la partida i sempre abans que comenci la següent ronda.

Endarreriments i incompareixences

- Passats vint-i-cinc minuts de l'hora oficial d'inici de la competició, el/la jugador/a que no es presenti perdrà la partida.
- Prèvia comunicació a l'organització i com a màxim de temps el mateix dia a les 10h del matí, aportant la documentació necessària i sempre que no afecti a la bona marxa de la competició, el Comitè de Competició podrà decidir si el/la jugador/a podrà continuar en competició i en quines condicions.
- Dues incompareixences sense previ avís per escrit al Consell Esportiu del Baix Camp representarà la retirada automàtica del/a jugador/a.

Conducta dels/les jugadors/es

Està prohibit:

- Sortir de la sala de joc sense comunicar-ho al tutor/a de joc o al delegat/ada.
- Utilitzar telèfons mòbils ni portar cap aparell electrònic o de qualsevol aparell que permeti la comunicació del/la jugador/a amb l'exterior o l'enregistrament de partides o posicions a la sala de joc, excepte que hagi una autorització prèvia del tutor/a de joc.

Amb la col·laboració de



Conducta família i acompanyants

Està prohibit:

- Fer sorolls, parlar en veu alta o fer qualsevol activitat que es distregui o destorbi els jugadors/es.
- Utilitzar telèfons mòbils ni portar cap aparell electrònic o de qualsevol aparell. En el seu cas, es pot fer ús sempre i quan no hi hagi volum en aquests.

Amb la col·laboració de



6 NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL 7

| | FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení |
|--|--|--------------------------------------|
| Durada dels partits | <p>4 períodes de 12 minuts</p> <p>Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 2 minuts.</p> <p>Descans entre 2n i 3r període: 5 minuts.</p> | |
| Jugadors/es inscrits/es a l'acta i al terreny de joc | <p>Mínim de jugadors/es: 9</p> <p>Màxim de jugadors/es: 16</p> <p>El nombre de jugadors/es per començar un partit i al terreny de joc serà de 7.</p> <p>En qualsevol cas però no presentar el mínim de jugadors/es al partit (9) implicarà la pèrdua del partit.</p> <p>Es suspendrà el partit en el moment que algun dels dos equips es quedi al terreny de joc amb menys de 5 jugadors/es.</p> | |
| Partir perdut per incompareixença | <p>Si un dels dos equips no està present a la pista a l'hora d'iniciar-se el partit, l'altre equip s'esperarà 15 minuts. Passat aquest temps, si encara no es present al lloc, es considerarà No Presentat amb les característiques que això impliqui.</p> | |
| Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip | <p>L'uniforme dels jugadors es compondrà per samarretes d'un mateix color. Totes les samarretes han de portar números clarament visibles a la part del darrera, d'un color sòlid que contrasti amb el color de la samarreta.</p> <p>Els equips podran utilitzar els números 0 i 00 i des de el 1 al 99.</p> <p>Els/les jugadors/es d'un mateix equip no poden portar números idèntics.</p> <p>En cas d'igualtat de color, l'equip que apareix en segon lloc al programa (equip visitant) serà l'encarregat de canviar-se la samarreta.</p> | |
| Alineació | <p>Abans de començar el 4t període tots/es els/les jugadors/es han de sortir com a mínim 1 període sencer i sense màxim. Excepte en casos de lesió o desqualificació (fet que s'haurà de fer constar a l'acta).</p> <p>Es considera que un jugador/a ha participat un període sencer quan hi ha intervingut, ni que sigui durant un mínim de temps.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení |
|---|--|--------------------------------------|
| Inici període | Al començar cada període s'efectuarà la sacada a mig camp de forma alternativa. | |
| Canvi de camp | Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període. | |
| Temps morts | 1 temps mort per part i equip , no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període) | |
| Puntuació | Tempteig arrossegat | |
| Substitucions | No es concediran substitucions en els 3 primers períodes , excepte per lesió o desqualificació. En el 4t període es podran concedir substitucions | |
| 2 minuts d'expulsió d'un/a jugador/a | <p>S'estableix que en el moment en el que el/la Tutor/a de Joc amonesti a un/a jugador/a amb targeta groga, aquest/a jugador/a serà exclòs/a durant 2 minuts. El/la jugador/a, serà substituït/da al terreny de joc per un/a company/a.</p> <p>Al finalitzar els dos minuts, el/la jugador/a exclòs haurà de tornar a entrar al terreny de joc obligatòriament en el lloc del/la company/a que l'ha substituït anteriorment. Aquests dos minuts SI que li comptabilitzaran igual com a temps de joc "jugat" en el període mínim obligatori de joc.</p> <p>Els dos minuts que jugui el/la jugador/a que substitueix al jugador/a amonestat/da amb exclusió, NO li comptabilitzaran en el temps total de joc. És a dir, aquest/a jugador/a substituït/a haurà de jugar igualment un mínim d'un període sencer.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení |
|-----------------|--|--------------------------------------|
| Períodes extres | <p>En cas d'empat al finalitzar el partit, es realitzarà 1 període extra de 3 minuts.</p> <p>Durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts.</p> <p>Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre l'execució d'aquests.</p> <p>Un sorteig designarà quin equip comença i hauran de realitzar els llançaments jugadors/es diferents davant una porteria comuna.</p> <p>L'equip que aconsegueixi major nombre de gols serà considerat vencedor.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els jugadors/es inscrits a l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven en pista al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells jugadors/es que hagin estat expulsats/ades, desqualificats/ades o retirats/ades del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els seus companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> <p>Els gols dels penals es consideraran com a període extra i per tant, es comptabilitzaran al resultat final.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení |
|--|--|--|
| Eliminatòries A doble partit | <p>En aquelles categories que es juguin amb eliminatòries a doble partit, es resoldrà de la següent manera:</p> <p>1- Serà vencedor l'equip que hagi obtingut millor diferència de gols a favor, computant-se els obtinguts i els rebuts en els dos encontres.</p> <p>2- Si el resultat fos d'empat a gols es celebrarà, a continuació del partit de tornada, un període extra de 3 minuts (durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts).</p> <p>3- Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els/les jugadors/es l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven al camp al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells/es jugadors/es que hagin estat expulsats/des, desqualificats/des o retirats/des del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els/les seus/ves companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> | |
| SISTEMA DE DESEMPAT EN LES CLASSIFICACIONS quan 2 o més equips estan empatats a punts | <p>1r. Average particular, comptabilitzant solament els resultats que s'han produït entre els equips implicats.</p> <p>2n. Average dels equips implicats, comptabilitzant també els resultats que s'han produït amb la resta d'equips.</p> <p>3r. Coeficient de dividir els gols o punts a favor entre els gols o punts en contra dels equips implicats, comptabilitzant els resultats de tots els equips.</p> | |

Amb la col·laboració de



| FUTBOL SET: ACCIÓ DE JOC | APLICACIÓ DEL REGLAMENT |
|---|---|
| SERVEI DES DEL PUNT DE MIG CAMP | |
| - el mateix jugador/a torna a tocar la pilota | Repetició de l'acció |
| SERVEI DE BANDA | |
| - no s'executa des del mateix punt | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - es sobrepassen els 6 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - el jugador/a l'executa malament | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - el jugador/a torna a tocar la pilota | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| CÓRNER | |
| - no s'executa des del mateix punt | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip |
| - es sobrepassen els 6 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip |
| - el jugador/a l'executa malament | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip |
| - el jugador/a torna a tocar la pilota | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| SERVEI DE PORTERIA | |
| - el porter/a toca la pilota dues vegades, primer dins de l'àrea i després a fora | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Repetició de l'acció |
| TIR LLIURE | |
| - es sobrepassen els 6 segons | Repetició de l'acció |
| PENAL | |

Amb la col·laboració de



| FUTBOL SET: ACCIÓ DE JOC | APLICACIÓ DEL REGLAMENT |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - es sobrepassen els 6 segons | 1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| TARGETES | |
| Groga, Vermella | |

Amb la col·laboració de



7 **NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL SALA**

| | FUTBOL SALA Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SALA Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---|
| Durada dels partits | <p>4 períodes de 10 minuts</p> <p>Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 2 minuts</p> <p>Descans entre 2n i 3r període: 5 minuts</p> | |
| Jugadors/es inscrits/es a l'acta | <p>Mínim de jugadors/es: 7</p> <p>Màxim de jugadors/es: 14</p> <p>El nombre de jugadors/es per començar un partit i al terreny de joc serà d'un mínim de 5.</p> <p>En qualsevol cas però no presentar el mínim de jugadors/es al partit (7) implicarà la pèrdua del partit.</p> <p>Es suspèn timerà el partit en el moment que algun dels dos equips es quedi al terreny de joc amb 3 jugadors/es</p> | |
| Partir perdut per incompareixença | <p>Si un dels dos equips no està present a la pista a l'hora d'iniciar-se el partit, l'altre equip s'esperarà 15 minuts. Passat aquest temps, si encara no es present al lloc, es considerarà No Presentat amb les característiques que això impliqui.</p> | |
| Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip | <p>L'uniforme dels jugadors es compondrà per samarretes d'un mateix color. Totes les samarretes han de portar números clarament visibles a la part del darrera, d'un color sòlid que contrasti amb el color de la samarreta.</p> <p>Els equips podran utilitzar els números 0 i 00 i des de el 1 al 99.</p> <p>Els/les jugadors/es d'un mateix equip no poden portar números idèntics.</p> <p>En cas d'igualtat de color, l'equip que apareix en segon lloc al programa (equip visitant) serà l'encarregat de canviar-se la samarreta.</p> | |
| Alineació | <p>Abans de començar el 4t període tots els jugadors/es han de sortir com a mínim 1 període sencer i sense màxim</p> <p>Excepte en casos de lesió o desqualificació (fet que s'haurà de fer constar a l'acta)</p> <p>Es considera que un jugador/a ha participat un període sencer quan hi ha intervingut, ni que sigui durant un mínim de temps</p> | |

Amb la col·laboració de



| | FUTBOL SALA Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SALA Aleví Masculí i Femení |
|------------------------|--|---------------------------------------|
| Inici període | Al començar cada període s'efectuarà la sacada a mig camp de forma alternativa | |
| Canvi de camp | Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període. | |
| Temps morts | 1 temps mort per part i equip , no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període) | |
| Puntuació | Tempteig arrossegat | |
| Substitucions | No es concediran substitucions en els 3 primers períodes , excepte per lesió o desqualificació. En el 4t període es podran concedir substitucions | |
| Períodes extras | <p>En cas d'empat al finalitzar el partit, es realitzarà 1 període extra de 3 minuts. Durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts.</p> <p>Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre l'execució d'aquests.</p> <p>Un sorteig designarà quin equip comença i hauran de realitzar els llançaments jugadors/es diferents davant una porteria comuna.</p> <p>L'equip que aconseguixi major nombre de gols serà considerat vencedor.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els jugadors/es inscrits a l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven en pista al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells jugadors/es que hagin estat expulsats/ades, desqualificats/ades o retirats/ades del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els seus companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> <p>Els gols dels penals es consideraran com a període extra i per tant, es comptabilitzaran al resultat final.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | FUTBOL SALA Benjamí Masculí i Femení | FUTBOL SALA Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---|
| Eliminatòries a doble partit | <p>En aquelles categories que es juguin amb eliminatòries a doble partit, es resoldran de la següent manera:</p> <p>1- Serà vencedor l'equip que hagi obtingut millor diferència de gols a favor, computant-se els obtinguts i els rebuts en els dos encontres.</p> <p>2- Si el resultat fos d'empat a gols es celebrarà, a continuació del partit de tornada, un període extra de 3 minuts (durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts).</p> <p>3- Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els/les jugadors/es l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven al camp al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells/es jugadors/es que hagin estat expulsats/des, desqualificats/des o retirats/des del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els/les seus/ves companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> | |
| SISTEMA DE DESEMPAT EN LES CLASSIFICACIONS quan 2 o més equips estan empatats a punts | <p>1r. Average particular, comptabilitzant solament els resultats que s'han produït entre els equips implicats.</p> <p>2n. Average dels equips implicats, comptabilitzant també els resultats que s'han produït amb la resta d'equips.</p> <p>3r. Coeficient de dividir els gols o punts a favor entre els gols o punts en contra dels equips implicats, comptabilitzant els resultats de tots els equips.</p> | |

Amb la col·laboració de



| FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC | APLICACIÓ DEL REGLAMENT |
|---|---|
| SERVEI DES DEL PUNT DE MIG CAMP | |
| - el mateix jugador/a torna a tocar la pilota | Repetició de l'acció |
| - No es pot marcar gol directament des del punt de mig camp | |
| SERVEI DE BANDA | |
| - no s'executa des del mateix punt | 1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - es sobrepassen els 4 segons | 1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - el jugador/a l'executa malament | 1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip |
| - el jugador/a torna a tocar la pilota | 1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| CÓRNER | |
| - no s'executa des del mateix punt | Repetició de l'acció |
| - es sobrepassen els 4 segons | 1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| - el jugador/a l'executa malament | Repetició de l'acció |
| - el jugador/a torna a tocar la pilota | 1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| - marcatge zona de córner | Optativa |
| CESSIÓ AL PORTER | |
| <p>Es considerarà cessió al porter/a quan aquest/a <u>toqui la pilota amb les mans</u>, dintre de la seva àrea, d'una passada voluntària de joc d'un company/a i no sigui de recuperació a l'equip contrari, es a dir, de segona jugada.</p> <p>Tampoc podrà agafar la pilota amb les mans d'una sacada de banda o córner del seu equip</p> | |

Amb la col·laboració de



| FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC | APLICACIÓ DEL REGLAMENT |
|--|---|
| SERVEI DE PORTERIA | |
| – es sobrepassen els 4 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| – el porter/a toca la pilota dues vegades, primer dins de l'àrea i després a fora | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Repetició de l'acció |
| – Limitació del porter/a en el seu mig camp | Cap limitació |
| TIR LLIURE DIRECTE I INDIRECTE | |
| – es sobrepassen els 4 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| DOBLE – PENAL O Falta sense barrera | |
| – es sobrepassen els 4 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| PENAL | |
| – es sobrepassen els 4 segons | 1 r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte |
| TARGETES | |
| Groga, Vermella | |
| 2 MINUTS D'EXPULSIÓ D'UN JUGADOR/A | |
| <p>S'estableix que en el moment en el que el/la Tutor/a de Joc amonesti a un/a jugador/a amb targeta groga, aquest/a jugador/a serà exclòs/a durant 2 minuts. El/la jugador/a, serà substituït/da al terreny de joc per un/a company/a.</p> <p>Al finalitzar els dos minuts, el/la jugador/a exclòs haurà de tornar a entrar al terreny de joc obligatòriament en el lloc del/la company/a que l'ha substituït anteriorment. Aquests dos minuts SI que li comptabilitzaran igual com a temps de joc "jugat" en el període mínim obligatori de joc.</p> <p>Els dos minuts que jugui el/la jugador/a que substitueix al jugador/a amonestat/da amb exclusió, NO li comptabilitzaran en el temps total de joc. És a dir, aquest/a jugador/a substituït/a haurà de jugar igualment un mínim d'un període sencer.</p> | |

Amb la col·laboració de



| FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC | APLICACIÓ DEL REGLAMENT |
|--|-------------------------|
| PILOTA A TERRA | |
| <p>Si la pilota es colpejada abans de que toqui el terra, es repetirà l'acció. No es podrà marcar gol directe, ja que es una forma de reiniciar el joc.</p> | |
| SACADA DE BANDA | |
| <p>Es pot trepitjar la línia de banda amb un peu</p> | |
| FALTES TÈCNIQUES (ACUMULATIVES) | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Donar o intentar donar un cop de peu a un adversari/a. - Fer caure o intentar fer caure un adversari/a. - Saltar o tirar-se sobre un adversari/a. - Carregar violentament o de forma perillosa un adversari/a. - Carregar per darrera un adversari/a que no fa obstrucció. - Colpejar o intentar colpejar un adversari/a. - Subjectar un adversari/a o impedir la seva acció - Empènyer un adversari/a amb les mans o els braços. - Tocar intencionadament la pilota amb les mans. - Lliscar per terra per intentar prendre la pilota que està en possessió d'un jugador/a. | |

Amb la col·laboració de



8 NORMATIVA TÈCNICA DE GIMNÀSTICA RÍTMICA

Modalitat: Individual Masculí i Femení.

Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).

Nivells convocats: A (superior) i B

Música

Es lliurarà en **format digital (mp3)** via correu electrònic juntament amb la inscripció de cada esportista. Cada participant ha de tenir la seva música, on el nom de l'arxiu serà **"nom + cognom del patinador/a_Escola_Categoria_Nivell"**



Es podrà utilitzar música instrumental o cantada, sempre i quan es respectin les melodies i no tinguin un llenguatge ofensiu.

| GIMNÀSTICA RÍTMICA. NIVELL A | | | |
|------------------------------|---|---------------|-------------------------------------|
| CATEGORIA | BENJAMÍ | ALEVÍ | PENALITZACIÓ |
| Música | 1:15 - 1:30 | | |
| Valor màxim | DIFICULTAT | | 0.30 per menys de 3 |
| | Obert (BD: 2,60) | Obert | 0.30 per més BD de les permeses amb |
| | Mín 3 - Màx 5 | Mín 3 - Màx 6 | valor superior a 0.10 (benjamí) |
| Dificultats Corporals (BD) | Mín. 1 de cada grup corporal, màxim segons Normativa BD Codi FIG en vigor i Taula dificultats corporals addicionals UCEC 2019-2020 | | 0.30 p/c un que falti |
| Passos de Dansa (S) | Segons Normativa (Valor 0.30) - Requisits codi FIG | | 0.30 per més o menys dels exigits |

Amb la col·laboració de



GIMNÀSTICA RÍTMICA. NIVELL A

| CATEGORIA | BENJAMÍ  | ALEVÍ  | PENALITZACIÓ |
|-----------------------------|---|---|--|
| Ones totals del cos | MINIM-MAXIM 1 / Valor: 0,20 | | 0,30: per absència d'Ona |
| Elements Dinàmics Rotació ® | Màxim 1 o 2 sèries de 2 elements de rotació, SEGONS CATEGORIA (Valor 0.20) | | Més R dels permesos. 0,30 punts |
| Dificultats Aparell (AD) | Segons Normativa (Valor 0.10-0,20-0,30-0.40) | | més de 4 AD de valor 0,10.: 0,30 punts |
| Elements Prohibits | Veure taula adjunta | | -0.30 p/c |
| EXECUCIÓ | | | |
| Valor màxim | 10.00 punts | | |
| NOTA FINAL | | | |
| Nota màx. possible | OBERTA | OBERTA | |
| | Bonificació UCEC 4,00 punts | | |

GIMNÀSTICA RÍTMICA. NIVELL B





| CATEGORIA | BENJAMÍ M.LL | ALEVÍ M. LL. | PENALITZACIÓ |
|--|---|---------------|---|
| MÚSICA | 1:15 - 1:30 | | |
| Valor màxim | DIFICULTAT | | 0.30 per menys de 3 |
| | 2.30 | 2.40 | 0.30 per mes BD de les permeses amb valor superior a 0.10 |
| | Mín 3 - Màx 5 | Mín 3 - Màx 6 | |
| Dificultats Corporals (BD) VALOR: 0.10 | Mín. 1 de cada grup corporal, màxim segons Normativa BD Codi FIG en vigor i Taula dificultats corporals addicionals UCEC 2019 – 2020 | | 0.30 p/c un que falti |
| Passos de Dansa (S) | Segons Normativa (Valor 0.30) - Requisits codi FIG | | 0.30 per mes o menys dels exigits |

Amb la col·laboració de









GIMNÀSTICA RÍTMICA. NIVELL B





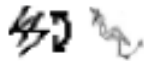



| CATEGORIA | BENJAMÍ M.LL | ALEVÍ M. LL. | PENALITZACIÓ |
|-----------------------------|---|--------------|---|
| Ones totals del cos | MINIM-MAXIM 1 / Valor: 0,20 | | 0,30: per absència d'Ona |
| Elements Dinàmics Rotació ® | Min.1 -Màxim 2 sèries de 2 elements de rotació (segons categoria) | | Més R dels permesos. 0,30 punts Si hi ha absència de R.: 0,30 p. (M.LL-) |
| Elements Prohibits | Veure taula adjunta | | -0.30 p/c |
| EXECUCIÓ | | | |
| Valor màxim | 10,00 punts | | |
| NOTA FINAL | | | |
| Nota màx. possible | 12.30 | 12.40 | |
| Bonificació UCEC 4,00 punts | | | |

| EQUILIBRIS DIFICULTATS ESPECÍFIQUES | | |
|---|--|---|
| 0,10 | 0,20 | 0,30 |
| <p>T Equilibri en releve 6ª posició amb mov. de braços o aparell</p> | <p>Flexió cap per sota de l'horizontal – GENOLLS</p>  |  |
| <p>↓ ↓ F F'</p> |  | |
| <p>J Flexió tronc a l'horizontal de genolls</p> | <p>Espatlles al terra</p>  | |

Amb la col·laboració de








| EQUILIBRIS DIFICULTATS ESPECÍFIQUES | | |
|---|---|------|
| 0,10 | 0,20 | 0,30 |
| Spagat sense recolzament de mans al terra  |  Penche amb mans al terra | |
|  Sobre glutis |  Passé + Arabesque o al revés | |
| Arabesque a 45° en releve  | | |
| Coup de pied Releve  | | |

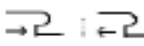




| SALTS DIFICULTATS ESPECÍFIQUES | |
|---|---|
| 0,10 | 0,20 |
|  Gambada petita |  Agrupada Batuda d'1 peu, recepció dels 2 peus |
|  Salt vertical |  Salt ARABESQUE Devant |
|  Galop |  Salt ARABESQUE Lateral |
|  Salt passe |  Volada petita a 45° |

Amb la col·laboració de




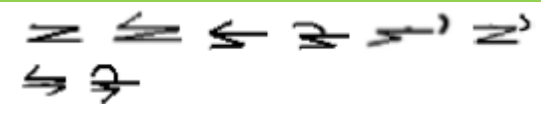


| SALTS | |
|---|------|
| DIFICULTATS ESPECÍFIQUES | |
| 0,10 | 0,20 |
|  Salt fouetté | |

| ROTACIONS | |
|---|------|
| DIFICULTATS ESPECÍFIQUES | |
| 0,10 | 0,20 |
|  Deboule | |
|  Sobre glutis 360° | |
|  Coup de pied 360° | |
|  180° | |

| DIFICULTATS PROHIBIDES | |
|--|---|
| TOTS ELS EQUILIBRIS I ROTACIONS EXECUTATS SOBRE 1 GENOLL | |
| EQUILIBRIS D'AVANTBRAÇOS |  Només benjamí |
| GIRS AMB CAMA AGAFADA ENRERA |  |
| GIR COSAC AMB FLEXIÓ |  |
| EQUILIBRI SOBRE ABDOMEN AMB AGAFADA ENRERA |  |
| ROTACIONS SOBRE EL COS |  |

Amb la col·laboració de



| DIFICULTATS PROHIBIDES | |
|----------------------------|--|
| SALTS COSAC |  |
| GAMBADES AMB CANVI DE CAMA |  |
| GASELA AMB FLEXIÓ |  |
| GIRS FOUETTE |  |

Amb la col·laboració de



9 **NORMATIVA TÈCNICA D'HOQUEI 3 PATINS**

| | HOQUEI 3 PATINS Benjamí i Aleví |
|--|--|
| Durada dels partits | 2 períodes de 5 minuts Descans entre períodes: 1 minut |
| Inici del partit | El partit es començarà amb un sorteig amb moneda. L'equip que guanyi aquest sorteig podrà triar camp o servei. |
| Partir perdut per incompareixença | Si un dels dos equips no està present a la pista a l'hora d'iniciar-se el partit, l'altre equip s'esperarà 15 minuts. Passat aquest temps, si encara no es present al lloc, es considerarà No Presentat amb les característiques que això impliqui. |
| Jugadors/es en pista | El nombre de jugadors/es per començar un partit i a pista serà de 2 i 1 porter/a . |
| Jugadors/es inscrits/es a l'acta | Mínim de jugadors/es: 1 porter/a, 2 jugadors/es de pista i 1 jugador/a reserva Màxim de jugadors/es: 1 porter/a, 2 jugadors/es de pista i 2 de reserva No presentar el mínim de jugadors/es implicarà la pèrdua del partit |
| Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip | L'uniforme dels jugadors es compondrà per samarretes d'un mateix color . Totes les samarretes han de portar números clarament visibles a la part del darrera, d'un color sòlid que contrasti amb el color de la samarreta. Els equips podran utilitzar els números 0 i 00 i des de el 1 al 99. Els/les jugadors/es d'un mateix equip no poden portar números idèntics. En cas d'igualtat de color, l'equip que apareix en segon lloc al programa (equip visitant) serà l'encarregat de canviar-se la samarreta. Cada esportista ha de portar els seus patins, stick i proteccions corresponents. |
| Gol vàlid | El gol només serà vàlid si es realitza des de la meitat de camp de l'equip contrari. En cas de no respectar aquesta norma, el joc es reprendrà amb un servei neutral des de mitja pista. |
| Servei després de gol | Es farà el servei amb una autopassada a la tanca, al porter/a o un/a altre jugador/a, amb una distància màxima de 2 metres des del lloc on s'ha comès. |

Amb la col·laboració de



| | HOQUEI 3 PATINS Benjamí i Aleví |
|---|---|
| Tempteig | Tempteig arrossegat |
| Empat | <p>Quan el resultat final, una vegada exhaurit el temps de joc, sigui d'empat, es procedirà a fer llançaments de faltes directes. Cada equip disposarà de 3 llançaments, alternant l'un i l'altre en l'execució d'aquests.</p> <p>Es farà un sorteig amb moneda per decidir qui comença a llançar primer.</p> <p>Cada equip triarà tres jugador per fer els llançaments.</p> <p>Al finalitzar la sèrie, si encara perdura l'empat, farà un llançament cada equip fins desfer l'empat. En aquest cas, cada equip pot triar el llançador.</p> |
| Temps morts | No hi haurà temps morts |
| Aturada del rellotge | <p>El rellotge no s'aturarà excepte:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durant darrer minut del 2n període. - Quan un/a jugador/a es lesioni. - Pel trencament d'un component del patí. - Quan el/la tutor/a de joc ho indiqui |
| Camp enrere | No existeix |
| Passivitat | <p>L'equip amb control de pilota disposa de 20 segons per efectuar un llançament a porteria</p> <p>Si passat aquest temps no efectua cap llançament, s'haurà d'aturar el joc i deixar 3 metres per a què serveixi l'equip contrari</p> |
| Continuació del joc després de falta | Esta permès després de falta el servei amb una autopassada a la tanca, al porter/a o un altre jugador/a, amb una distància màxima de 2 metres des del lloc on s'ha comès. |
| Substitucions | <p>Quan resti un minut per al final del partit, l'equip que va perdent podrà canviar el seu porter/a per jugador/a de reserva, jugant 3 jugadors contra 2.</p> <p>Les substitucions són lliures, sense aturar el temps i no cal comunicar-ho al/la tutor/a de joc.</p> |

Amb la col·laboració de



| HOQUEI 3 PATINS Benjamí i Aleví | |
|--|--|
| Porter/a | <p>Els/les porters/es només podran ser expulsats/des amb targeta vermella.</p> <p>En cas de cometre una infracció penalitzada amb targeta blava, un/a jugador/a serà expulsat/ada de la pista. L'equip ha de decidir quin serà aquest/a jugador/a expulsat/ada.</p> <p>Els porters/es podran actuar fora de la seva àrea de porteria, com un/a jugador/a més de pista però no es podran treure cap element del seu equipament específic.</p> |
| Faltes | <p>Quan un equip faci 5 faltes (la cinquena inclosa) serà penalitzat amb una falta directa. A partir d'aquest moment, cada falta suposarà una falta directa.</p> <p>El llançament de la falta directa es realitzarà de del punt de mig camp. La resta de jugadors que no intervinguin en el llançament, s'hauran de posicionar a la línia de la porteria contrària.</p> <p>En cas de assenyalar una falta directa durant els últims 5 segons de partit, es posarà el cronòmetre a 5 segons. Aquests últims segons es completaran des de que el jugador toqui la pilota, donant la possibilitat a segones opcions.</p> |
| Targetes | <p>Les targetes blaves es penalitzaran amb llançament de falta directa. El/la jugador/a que ha fet la falta serà expulsat un minut sense possibilitat de substitució pel reserva fins complir el minut.</p> <p>En cas que l'equip amb superioritat faci gol, es podrà recuperar el/la jugador/a expulsat o el jugador/a reserva.</p> <p>Les targetes vermelles que es puguin mostrar es penalitzaran amb l'expulsió del partit al jugador/a que l'ha fet.</p> <p>L'equip infractor es quedarà amb un/a jugador/a menys durant un minut i mig o fins que l'altre equip faci gol. Llavors podrà entrar el/la jugador/a reserva.</p> |
| SISTEMA DE DESEMPAT EN LES CLASSIFICACIONS quan 2 o més equips estan empatats a punts | <p>1r. Average particular, comptabilitzant solament els resultats que s'han produït entre els equips implicats.</p> <p>2n. Average dels equips implicats, comptabilitzant també els resultats que s'han produït amb la resta d'equips.</p> <p>3r. Coeficient de dividir els gols o punts a favor entre els gols o punts en contra dels equips implicats, comptabilitzant els resultats de tots els equips.</p> |

Amb la col·laboració de



10 **NORMATIVA TÈCNICA DE MINIBÀSQUET**

| | MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení | MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---|
| Durada dels partits | 4 períodes de 10 minuts Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 1 minut Descans entre 2n i 3r període: 3 minuts. | |
| Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip | L'uniforme dels jugadors es compondrà per samarretes d'un mateix color . Totes les samarretes han de portar números clarament visibles a la part del darrera, d'un color sòlid que contrasti amb el color de la samarreta. Els equips podran utilitzar els números 0 i 00 i des de el 1 al 99. Els/les jugadors/es d'un mateix equip no poden portar números idèntics. En cas d'igualtat de color, l'equip que apareix en segon lloc al programa (equip visitant) serà l'encarregat de canviar-se la samarreta. | |
| Tempteig | Tempteig arrossegat. S'aplicarà la norma de tancar el marcador quan un equip arribi als 50 punts de diferència. | |
| Períodes extres (3') | Períodes extres de 3 minuts, successius fins desfer l'empat. <ul style="list-style-type: none"> – Les cistelles d'atac dels dos equips, seran les mateixes que les del 4t període. – Les faltes d'equip i les substitucions es comptabilitzen com una continuació del 4t període. | |
| Temps morts | 1 temps mort per part i equip, no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període) 1 temps mort per cada període extra, no acumulables. | |

Amb la col·laboració de



| | MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení | MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení |
|---|--|---------------------------------------|
| Aturada del rellotge | <p>El rellotge s'aturarà:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Durant els temps morts i les substitucions. – Quan un jugador/a cometi la 5a falta personal o sigui desqualificat. – Quan el/la tutor/a de joc ho indiqui (pilota allunyada, jugador/a lesionat/ada, etc.) | |
| Aturada del rellotge en els 2 últims minuts del 4t període i períodes extres | No s'aplica | |
| Regla dels 8 segons | No s'aplica | |
| Cistella de 3 punts | Un bàsquet de camp val 3 punts, si el llançament s'inicia i finalitza amb els dos peus del llançador, fora de la zona de 3 segons i sense trepitjar les línies que la delimiten . | |
| Tirs lliures | Es penalitzaran amb tirs lliures totes les faltes d'equip a partir de la 4a (és a dir, a la 5a falta ja es tiren tirs lliures) | |
| Jugadors/es en pista | El nombre de jugadors/es per començar un partit i a pista serà de 5 . Es suspendrà el partit en el moment que algun dels dos equips es quedi al terreny de joc amb 3 jugadors/es. | |
| Passivitat | Davant una renúncia expressa a fer bàsquet, el tutor/a de joc farà constar de manera visible un compte enrere de 10 segons. | |
| Alternança de lluites | <p>Durant la primera lluita del partit, traurà de banda l'equip que defensava.</p> <p>Després d'aquesta situació de joc, en totes les lluites, els equips alternaran la possessió de la pilota.</p> <p>El joc es reprendrà amb una sacada de banda, des del punt més proper on s'ha produït la lluita.</p> <p>L'alternança de lluites es controlarà des de la taula d'anotadors/es mitjançant una fletxa que indicarà la direcció del joc i que s'anirà canviant alternativament quan es vagin produint les lluites durant el partit.</p> | |

Amb la col·laboració de

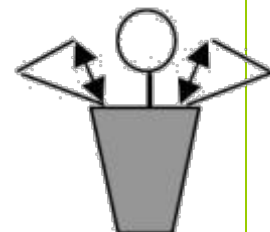


| | MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení | MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---------------------------------------|
| Alternança de quarts | <p>Tan sols hi haurà salt inicial al començar el primer període.</p> <p>Al començar cada període traurà de banda de manera alternativa cada equip. La sacada de banda es farà del mig camp (amb un peu a cada camp)</p> <p>L'alternança de quarts la controlarà el/la tutor/a de joc</p> | |
| Jugadors/es inscrits/es a l'acta | <p>Mínim de jugadors/es: 7 Màxim de jugadors/es: 14</p> <p>Si un equip es presenta amb 5 o 6 jugadors/es podrà decidir el fet de jugar o no el partit, així com el format del partit que es disputi, o fins i tot podrà retirar-se a mig partit.</p> <p>En qualsevol cas, però implicarà la pèrdua del partit per no presentar el mínims jugador/es necessaris/es i el tutor/a de joc ho farà constar a l'acta.</p> | |
| Partir perdut per incompareixença | <p>Si un dels dos equips no està present a la pista a l'hora d'iniciar-se el partit, l'altre equip s'esperarà 15 minuts. Passat aquest temps, si encara no es present al lloc, es considerarà No Presentat amb les característiques que això impliqui.</p> | |
| Substitucions | <p>No es concediran substitucions en els 3 primers períodes, excepte per lesió o desqualificació.</p> <p>En el 4t període i períodes extres es podran concedir substitucions.</p> | |
| Alineació | <p>Abans de començar el 4t període tots/es els/les jugadors/es han de sortir com a mínim 1 període sencer i sense màxim.</p> <p>Excepte en casos de lesió, desqualificació o cinc faltes personals (fet que s'haurà de fer constar a l'acta).</p> <p>Es considera que un jugador/a ha participat un període sencer quan hi ha intervingut, ni que sigui durant un mínim de temps.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení | MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení |
|----------------------------|--|--|
| Defensa il·legal | <p>NO està permesa la defensa en zona al <u>mig camp defensiu</u>.</p> <p>La defensa il·legal es sancionarà amb 1 tir lliure i possessió de pilota a mig camp per l'equip contrari al que ha comés la infracció de la norma.</p> <p>El tutor/a de joc sancionarà aquesta infracció amb el mateix senyal que es fa servir a les Regles Oficials de la FIBA per a les violacions de 24" de possessió, però fent el gest amb les dos mans a la vegada.</p> | |
| Regla dels 3 segons | Es permetrà que un/a jugador/a romangui més de 3 segons consecutius a la zona restringida. | <p>S'advertirà al jugador/a que romangui més de 3 segons consecutius a la zona restringida.</p> <p>Després del segon avís s'assenyalarà violació.</p> |
| Falta tècnica | <p>Es penalitzarà amb 1 tir lliure i sacada de banda.</p> <p>Després del tir lliure, es traurà de banda des del lloc més proper on es trobava la pilota quan es va xiular la falta tècnica.</p> | |
| Falta antiesportiva | <p>Es penalitzarà amb tir(s) lliure(s) i sacada de banda des de la pista davantera.</p> <p>El nombre de tirs lliures serà el següent:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 tirs lliures: si la falta es comet sobre un/a jugador/a que no estava en acció de tir - 1 tir lliure: si la falta es comet sobre un jugador/a en acció de tir i la cistella entra - 2 o 3 tirs lliures: si la falta es comet sobre un jugador/a en acció de tir i la cistella no entra | |



Amb la col·laboració de



| | MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení | MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---|
| SISTEMA DE DESEMPAT EN LES CLASSIFICACIONS quan 2 o més equips estan empatats a punts | <p>1r. Average particular, comptabilitzant solament els resultats que s'han produït entre els equips implicats.</p> <p>2n. Average dels equips implicats, comptabilitzant també els resultats que s'han produït amb la resta d'equips.</p> <p>3r. Coeficient de dividir els gols o punts a favor entre els gols o punts en contra dels equips implicats, comptabilitzant els resultats de tots els equips.</p> | |

Amb la col·laboració de



11 **NORMATIVA TÈCNICA DE MINIHANDBOL**

| | MINIHANDBOL Benjamí Masculí i Femení | MINIHANDBOL Aleví Masculí i Femení |
|--|---|---|
| Porteria | 3 metres x 1,80 metres amb sistema perquè no tombi | |
| | Els travessers han d'estar a 160 cm. | Els travessers han d'estar a 180 cm. |
| Pilota | Benjamí: de 44 a 48 cm diàmetre | Aleví: 48 cm diàmetre |
| Durada dels partits | 4 períodes de 10 minuts Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 2 minuts Descans entre 2n i 3r període: 5 minuts. | |
| Inici període | Tots els períodes s'iniciaran amb salt a mig camp | |
| Jugadors/es inscrits/es a l'acta | Mínim de jugadors/es: 7 Màxim de jugadors/es: 14 El nombre de jugadors/es per començar un partit i al terreny de joc serà de 5. En qualsevol cas però no presentar el mínim de jugadors/es al partit (7) implicarà la pèrdua del partit. Es suspendrà el partit en el moment que algun dels dos equips es quedi al terreny de joc amb 2 jugadors/es. | |
| Partir perdut per incompareixença | Si un dels dos equips no està present a la pista a l'hora d'iniciar-se el partit, l'altre equip s'esperarà 15 minuts. Passat aquest temps, si encara no es present al lloc, es considerarà No Presentat amb les característiques que això impliqui. | |

Amb la col·laboració de



| | MINIHANDBOL Benjamí Masculí i Femení | MINIHANDBOL Aleví Masculí i Femení |
|--|--|---|
| Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip | <p>L'uniforme dels jugadors es compondrà per samarretes d'un mateix color. Totes les samarretes han de portar números clarament visibles a la part del darrera, d'un color sòlid que contrasti amb el color de la samarreta.</p> <p>Els equips podran utilitzar els números 0 i 00 i des de el 1 al 99.</p> <p>Els/les jugadors/es d'un mateix equip no poden portar números idèntics.</p> <p>En cas d'igualtat de color, l'equip que apareix en segon lloc al programa (equip visitant) serà l'encarregat de canviar-se la samarreta.</p> | |
| Alineació | <p>Abans de començar el 4t període tots/es els/les jugadors/es han de sortir com a mínim 1 període sencer i sense màxim.</p> <p>Excepte en casos de lesió, desqualificació o cinc faltes personals (fet que s'haurà de fer constar a l'acta).</p> <p>Es considera que un jugador/a ha participat un període sencer quan hi ha intervingut, ni que sigui durant un mínim de temps.</p> | |
| Substitucions | <p>No es concediran substitucions en els 3 primers períodes, excepte per lesió o desqualificació.</p> <p>Els canvis només es podran portar a terme quan s'estigui en possessió de la pilota (en atac).</p> | |
| Temps morts | <p>1 temps mort per part i equip, no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període)</p> | |
| Substàncies adhesives | <p>No està permesa la utilització de cap d'aquestes substàncies</p> | |
| Tempteig | <p>Tempteig arrossegat</p> | |
| Porter/a | <p>Com a mínim dos jugadors/es diferents hauran de fer de porter/a. Podrà sortir de l'àrea per jugar la pilota, però mai podrà passar la línia divisòria de mig camp.</p> | |
| Represa després d'un gol | <p>L'efectuarà el porter/a des de dins de la seva pròpia àrea, trepitjant la línia de 3 metres i sense necessitat que el tutor/a de joc assenyali l'inici.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | MINIHANDBOL Benjamí Masculí i Femení | MINIHANDBOL Aleví Masculí i Femení |
|------------------------|---|---------------------------------------|
| Penal | El farà efectiu el mateix/a jugador/a que ha rebut la falta. En cas de lesió d'aquest jugador/a, el llançarà el seu substitut/a | |
| Exclusions | Les exclusions seran d'1 minut. La tercera exclusió del mateix jugador/a, comportarà la seva desqualificació del partit. | |
| Defensa | NO està permesa la defensa en zona S'utilitzarà la defensa individual en tot el camp. | |
| Períodes extres | <p>En cas d'empat al finalitzar el partit, es realitzarà 1 període extra de 3 minuts. Durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts.</p> <p>Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre l'execució d'aquests.</p> <p>Un sorteig designarà quin equip comença i hauran de realitzar els llançaments jugadors/es diferents davant una porteria comuna.</p> <p>L'equip que aconsegueixi major nombre de gols serà considerat vencedor.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els jugadors/es inscrits a l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven en pista al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells jugadors/es que hagin estat expulsats/ades, desqualificats/ades o retirats/ades del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els seus companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> <p>Els gols dels penals es consideraran com a període extra i per tant, es comptabilitzaran al resultat final.</p> | |

Amb la col·laboració de



| | MINIHANDBOL Benjamí Masculí i Femení | MINIHANDBOL Aleví Masculí i Femení |
|--|--|---------------------------------------|
| Eliminatòries a doble partit | <p>En aquelles categories que es juguin amb eliminatòries a doble partit, es resoldran de la següent manera:</p> <p>1- Serà vencedor l'equip que hagi obtingut millor diferència de gols a favor, computant els obtinguts i els rebuts en els dos encontres.</p> <p>2- Si el resultat fos d'empat a gols es celebrarà, a continuació del partit de tornada, un període extra de 3 minuts (durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts).</p> <p>3- Si persistís l'empat, es procedirà a fer llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip, alternant l'un i l'altre.</p> <p>Si ambdós equips haguessin aconseguit el mateix nombre de gols, al finalitzar els llançaments, els prosseguiran en idèntic ordre per jugadors/es diferents als quals van intervenir en la sèrie anterior, fins que es desfaci l'empat.</p> <p>Podran intervenir en els llançaments de penal tots els/les jugadors/es l'acta i no necessàriament han de ser els que es trobaven al camp al finalitzar el partit.</p> <p>Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells/es jugadors/es que hagin estat expulsats/des, desqualificats/des o retirats/des del joc.</p> <p>Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els/les seus/ves companys/es hagin fet efectiu el seu llançament.</p> | |
| SISTEMA DE DESEMPAT EN LES CLASSIFICACIONS quan 2 o més equips estan empatats a punts | <p>1r. Average particular, comptabilitzant solament els resultats que s'han produït entre els equips implicats.</p> <p>2n. Average dels equips implicats, comptabilitzant també els resultats que s'han produït amb la resta d'equips.</p> <p>3r. Coeficient de dividir els gols o punts a favor entre els gols o punts en contra dels equips implicats, comptabilitzant els resultats de tots els equips.</p> | |

Amb la col·laboració de



12 **NORMATIVA TÈCNICA DE NATACIÓ**

Modalitat: Modalitat individual i per equips en la competició de relleus.

Inscripcions

Cada esportista només es podrà inscriure com a màxim en 2 proves individuals i com a màxim en 2 relleus, respectant les condicions següents:

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).
- Serà obligatori participar a la prova de CROL.
- Només es permetrà la inscripció a un màxim de 2 relleus (Punt 5.8 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).



Material que ha de portar cada esportista: banyador de nedador/a, casquet de bany, barnús o tovallola i sandàlies de piscina, les ulleres son opcionals.

Ordre de les proves i distàncies:

| Prova | Benjamí Masculí | Benjamí Femení | Benjamí Mixt | Aleví Masculí | Aleví Femení | Aleví Mixt |
|--|-----------------|----------------|-------------------------------|---------------|--------------|-------------------------------|
| Esquena | 25m | 25m | -- | 50m | 50m | -- |
| Braça | 25m | 25m | -- | 50m | 50m | -- |
| Crol | 25m | 25m | -- | 50m | 50m | -- |
|  Relleus* | 4 x 25m | 4 x 25m | (2 nens i 2 nenes) 4 x 25m | 4 x 25m | 4 x 25m | (2 nens i 2 nenes) 4 x 25m |

*Només es permetrà la inscripció **d'1 relleu per centre educatiu, categoria i sexe.**

Amb la col·laboració de



Prova adaptada

Existirà una **prova adaptada**, de 25m crol o 50m crol (segons correspongui a la categoria), per a esportistes de categoria benjamí (2009 – 2010) i aleví (2007 – 2008), que presentin una discapacitat física, psíquica o sensorial, sempre i quan el centre educatiu ho demanin amb antelació una vegada formalitzada la inscripció de l'esportista.

Proves individuals. Penalitzacions:

- A les curses es podrà efectuar una sortida nul·la, sense que això suposi cap penalització per l'esportista que l'ha efectuat.
- Si a la mateixa prova i sèrie, es produeix una segona sortida nul·la, la prova continuarà i a l'esportista que ha efectuat la sortida nul·la se li aplicarà una penalització que sumarà a la seva marca final:

| Categoria | 2a sortida nul·la |
|-----------|-------------------|
| Benjamí | 10" |
| Aleví | 15" |

Relleus. Penalitzacions

- En relleus, es penalitzarà amb 15" a cada nedador/a de l'equip que realitzi una sortida anticipada abans que el/la company/a de l'equip que està nedant, toqui la paret.

| Categoria | Sortides anticipades relleus |
|-----------|------------------------------|
| Benjamí | 15" per nedador/a |
| Aleví | 15" per nedador/a |

- El/la nedador/a ha de romandre i acabar la cursa en el mateix carrer en què l'ha començada. El fet d'obstruir un altre nedador ocupant un altre carrer diferent al seu o interferint-hi de qualsevol altra manera farà que es desqualifiqui l'infractor/a. Si la falta fos intencionada, la sanció serà estudiada pel comitè de competició.

Sortides

- A les proves d'estil lliure (crol), braça i relleus, la sortida es farà des de dalt a través d'un salt de cap.

Amb la col·laboració de



- En les proves d'esquena la sortida es farà des de dins l'aigua. Els/les nedadors/es es col·locaran a l'aigua i s'alinearàn de cara a l'extrem de sortida, agafant amb les 2 mans l'estrep de sortida.
- No es poden posar al damunt del sobreexidor, o recolzar els dits dels peus sobre el marge del sobreexidor.

Sistema de puntuació i classificació

En aquesta competició s'aplicarà el sistema de classificació de resultats que s'especifica a continuació:

| Categoria | Individual | Relleus |
|-----------|---|---|
| Benjamí | Es farà una classificació per categoria, prova i gènere, ordenant les marques obtingudes pels participants, de millor (menor temps en realitzar la prova) a pitjor (major temps en realitzar la prova). | Es farà una classificació per categoria, que es realitzarà ordenant les marques obtingudes pels equips, de millor (menor temps en realitzar la prova) a pitjor (major temps en realitzar la prova). |
| Aleví | | |

Amb la col·laboració de



13 **NORMATIVA TÈCNICA DE PATINATGE**

Modalitat: Individual

Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020).

La música

Es lliurarà en **format digital (mp3)** via correu electrònic juntament amb la inscripció de cada esportista. Cada participant ha de tenir la seva música, on el nom de l'arxiu serà **"nom + cognom del patinador/a_Escola_Categoria_Nivell"**.

Modalitats i nivells convocats

| Categoria | Durada dels exercicis | Exercicis Integratius | |
|---------------------------------------|-----------------------|---|--|
| | | NIVELL 1 | NIVELL 2 |
| BENJAMÍ Femení i Masculí | 1'45" a 2'30 | <ul style="list-style-type: none"> – Màxim 2 cabrioles verticals soles. – 2-4 elements de salt de màxim 1 rotació (2 d'ells poden ser combinats). – Combinació de figures (màxim 3 posicions). | <ul style="list-style-type: none"> – 8 endavant – Equilibri – Cadireta – Cabriola amb dos peus (2 voltes) – Puntada a la lluna |
| ALEVÍ Femení i Masculí | 1'45" a 2'30 | <ul style="list-style-type: none"> – Màxim 2 cabrioles verticals soles. – 2-4 elements de salt de màxim 1 rotació (2 d'ells poden ser combinats). – Combinació de figures (màxim 3 posicions). | <ul style="list-style-type: none"> – Vuit endavant (opcional creuar) – Àngel endavant en línia recta – Canó – Puntada de peu a la lluna – Cabriola amb dos peus (2 voltes) |

- L'ordre de sortida es fixarà mitjançant un sorteig que es farà dies abans de la competició a les oficines del Consell Esportiu del Baix Camp.

Amb la col·laboració de



- L'escalfament es durà a terme per grups, segons el nombre de participants en cada categoria. La durada de l'escalfament serà de 5 minuts.
- Cada esportista haurà d'estar preparat/ada en el lloc de sortida dues actuacions abans de la pròpia. Qui perdi el torn establert quedarà automàticament desqualificat/ada.
- L'exercici es realitzarà amb música instrumental o cantada, sempre i quan es respectin les melodies i no tinguin un llenguatge ofensiu. L'elecció de la música és lliure però ha de ser adequada a l'edat i al programa.
- Durant l'actuació s'hauran d'executar cadascun dels elements de dificultat, en l'ordre que es cregui oportú, podent repetir un element fallat abans que s'acabi la música.
- L'exercici serà valorat per tres (3) tutors/es de joc, assistits per un (1) calculador/a, que emetran dues puntuacions: DIFICULTAT i ESTIL, la suma de les quals donarà la puntuació total de cada participant.
La valoració del programa de cada participant serà a partir de 2 punts fins a un màxim de 10 punts.
- La classificació general es farà pel sistema "white" (majoria de tutors/es de joc).

Indumentària de competició

- L'elecció del mallot és lliure, és a dir, que es pot participar amb fantasia o amb uniforme d'escola.
- Ha d'estar d'acord amb la música, però sense causar vergonya al patinador, als/a les tutors/es de joc o al públic. L'aparença de nu en un vestit es considera una violació de la normativa i serà penalitzat.
- Els vestits amb l'escot massa baix, o que ensenyin l'abdomen nu (part entre la cintura i el pit), es consideren vestits d'exhibició i no són adequats pel patinatge de competició.
- Qualsevol brillantor o passamaneria utilitzada en els vestits han de ser cosits segurs, per tal de no causar perjudicis.
- No estan permesos accessoris de cap mena.
 - **Indumentària femenina:**
El vestit de la patinadora ha de cobrir completament les mitges, cuixes i part posterior. Les mitges de tall francès estan estrictament prohibides, com ara mitges que acabin més amunt de l'os de la cuixa. Tots els vestits han de portar faldilla.
 - **Indumentària masculina:**
El vestit del patinador ha de ser amb mànigues i l'escot no pot deixar al descobert el pit més de 8 centímetres per sota la clavícula. No és permès l'ús de material transparent.

Amb la col·laboració de



14 NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS

Modalitat: Individual

Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (*Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020*).

Material que ha de portar cada esportista: raqueta de tennis.

Format de la competició:

Es realitzarà per partits i en cada un d'ells es jugarà 1 període de 15 minuts de joc.

Mides de Camp:

Segons categoria:

- Benjamí: pista de $\frac{3}{4}$
- Aleví: pista sencera

Sorteig:

Abans de començar el partit, els/les jugadors/es o parelles faran un sorteig, i qui guanyi decidirà l'opció escollida, i l'altre jugador/a decidirà l'opció que quedi pendent:

- Si vol iniciar el partit amb servei o recepció.
- Si vol iniciar el partit en un camp o en l'altre.

Puntuació i temps de joc:

Cada partit tindrà una durada de 15 minuts, i en aquest es disputaran tants nombres de punts com siguin possibles. El/la tutor/a de joc serà l'encarregat d'indicar quan es realitzarà el canvi de costat de pista.

Quan falti 1 minut per a la conclusió del període, el/la tutor/a de joc marcarà amb un avís sonor (xiulet), la disputa dels 3 últims punts del partit.

Un cop esgotat el temps oficial, vencerà el jugador/a que hagi aconseguit més punts.

Amb la col·laboració de



Sistema de desempat:

En cas de que el partit acabés amb un empat, es jugarà un punt més per decidir el guanyador.

Protocol de salutacions (Targeta Verda)

Abans i després de cada partit s'ha de seguir el protocol de salutació a jugadors/es i tutors/es de joc.

Aquesta salutació haurà de realitzar-se:

- Entre adversaris/es, ABANS DE COMENÇAR CADA PARTIT.
- Entre adversaris/es, QUAN EL PARTIT JA HA FINALITZAT.

El servei:

Al executar el servei, el/la servidor/a s'ha de situar alternativament darrere de la meitat esquerra i dreta del seu camp, començant per la dreta en cada joc.

La pilota servida ha de passar per sobre de la xarxa i tocar el sòl dintre del quadre de servei, que estarà diagonalment oposat o sobre qualsevol línia que limiti aquest quadre de servei abans que el/la restador/a la retorni.

Servirà sempre el jugador que guanyi el punt anterior. Quan un/a jugador/a que serveix perd el punt l'altre jugador/a recuperarà el servei fins que de nou el perdi. Cada vegada que un/a jugador/a recuperi el servei començarà servint des de la seva dreta.

- Benjamí: Els 2 serveis lliures i al quadre corresponent.
- Aleví: Els 2 serveis per dalt i al quadre corresponent.

Falta en el servei:

Es considerarà falta en el servei si es dona qualsevol circumstància que contradigui el que s'esmenta en els apartats, SERVEI i EXECUCIÓ DEL SERVEI.

Segon servei:

- Després de la primera falta, el/la servidor/a efectua el servei de nou des de la mateixa meitat de la pista des de la qual ha comès la primera falta.
- En el cas que el servei hagi estat efectuat des de la meitat incorrecta, en aquest cas, el/la servidor/a està autoritzat/da a realitzar un servei solament, des de l'altra meitat.

"Let" (Repetició):

Es cantarà un "let" segons les següents regles:

Amb la col·laboració de



- Si la pilota servida toca la xarxa o banda i després entra al quadre de servei correcte.
- Si la pilota servida toca la xarxa o banda i després, abans de botar la pilota a terra, toca al restador/a o company/a del restador/a, al seu cos o qualsevol cosa que portin posat o a la mà.
- Si la pilota es serveix quan el/la restador/a no està preparat/da.

També es podrà cantar un let per a provocar una interrupció en el joc, tenint en compte les següents interpretacions:

- Quan es canti únicament respecte d'un servei, serà executat de nou el servei.
- Quan es canti per qualsevol altra circumstància, s'ha de jugar novament el punt sencer.

Una bona devolució:

La devolució és bona:

- a. Si la pilota toca la xarxa, pals, suports, cable de metall, tirant o banda, amb la condició que passi per sobre de qualsevol d'ells i boti en zona de joc correcte de la pista.
- b. Si la pilota, servida o retornada, toca en el sòl de la zona correcta i retrocedeix a l'altre camp passant la raqueta per sobre de la xarxa, amb la condició que ni el jugador, ni tampoc cap part de les seves robes o raqueta toquin la xarxa, pals, suports, cable metàl·lic, tirant o banda.
- c. Si la pilota és retornada per la part externa del pal o suports de singles, amb la condició que toqui el sòl dintre del camp corresponent i correcte.
- d. Si la raqueta d'un jugador passa per sobre de la xarxa després d'haver copejat la pilota, amb la condició que la devolució sigui bona.
- e. Si el jugador assoleix retornar correctament la pilota, servida o en joc, i aquesta copeja a altra pilota que està en el sòl de la pista
- f. Una devolució que passa per sota de la corda de la xarxa entre el suport de singles i el pal de dobles, i cau dintre de l'àrea de joc, és una bona devolució.

Un/a jugador/a perd el punt:

- a. Si no assoleix retornar la pilota en joc directament per sobre de la xarxa, abans que aquesta boti al sòl dues vegades consecutives.
- b. Si, deliberadament, quan la pilota està en joc la reté o la toca amb la seva raqueta més d'una vegada.
- c. Si el jugador o la seva raqueta estigui en la seva mà o no, qualsevol cosa que ell usa o duu toca la xarxa, pals, suports, cable de metall, tirant o banda, o el sòl dintre del camp del seu adversari, en qualsevol moment mentre la pilota està en joc.

Amb la col·laboració de



- d. Si volea la pilota abans que la mateixa hagi sobrepassat la línia de la xarxa fins entrar al seu camp.
- e. Si la pilota en joc el toca a ell o a qualsevol cosa que ell usa o duu, excepte la seva raqueta subjecta a una o dues mans.
- f. Si llança la seva raqueta cap a la pilota i la colpeja.

La pilota cau sobre la línia:

Una pilota que cau sobre una línia és considerada com que cau dintre del camp de joc limitat per aquesta línia.

Partit perdut per incompareixença

Es donarà per perdut el partit, en el cas que un/a jugador/a no estigui present a pista i preparat/ada per jugar en el moment d'iniciar-se el seu partit.

En aquest cas, el resultat serà: 12 – 0 i 12 – 0 ó 0 – 12 i 0 – 12, segons correspongui.

Amb la col·laboració de



15 **NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS TAULA**

Modalitat: Individual

Inscripcions:

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2010 i 2011) participin en la competició de categoria aleví (*Punt 5.3 de la Convocatòria 38a Olimpíada Escolar Reus 2020*).

Material que ha de portar cada esportista: pala de tennis taula.

Sistema de puntuació

- Tots els partits es jugaran al millor de **3 jocs** (2 de guanyats).
- Guanyarà el joc el/la jugador/a que primer arribi als 11 punts. Si tots dos esportistes aconseguixen **10 punts**, aleshores guanyarà el joc el/la jugador/a que primer obtingui 2 punts de diferència sobre l'adversari/a.
- Després d'haver jugat 2 punts, el/la jugador/a que resta passarà a ser el/la jugador/a que serveix.
- Així fins a la finalització del joc, excepte quan els dos jugadors/es hagin anotat 10 punts.
- Quan es doni aquesta darrera situació, el/la jugador/a que resta i el/la que serveix aniran canviant alternativament a cada punt en joc.

Protocol de salutacions (Targeta Verda)

Abans i després de cada partit s'ha de seguir el protocol de salutació a jugadors/es i tutors/es de joc.

Aquesta salutació haurà de realitzar-se:

- Entre adversaris/es, **ABANS DE COMENÇAR CADA PARTIT.**
- Entre adversaris/es, **QUAN EL PARTIT JA HA FINALITZAT.**

Servei

- Començarà a servir el/la jugador/a que guanyi el mini sorteig (encertar en quina mà, del company/a que arbitra, està amagada la pilota).
- Si s'arriba al resultat de 10-10 cada jugador/a servirà una sola vegada.

Amb la col·laboració de



- El/la jugador/a que comença un joc en un costat de la taula començarà el següent joc del partit a l'altre costat, i a l'últim joc possible d'un partit (3r), els/les jugadors/es canviaran de costat quan el/la primer/a anoti 5 punts.
- La pilota ha de botar primer al camp del servidor i després al/la del/la receptor/a, sense tocar la xarxa.

Let

- Un servei es repetirà quan la pilota toqui la xarxa i passi al camp contrari. Si toca la xarxa i va fora és punt per l'altre/a.

Característiques de la pilota

- S'utilitzarà una pilota blanca o taronja.

Punt

- Un/a jugador/a guanyarà un punt:
 - Si l'adversari/a no fa un servei correcte.
 - Si la pilota passa per sobre el seu camp o més enllà de la seva línia de fons sense haver tocat el seu camp, després d'haver estat colpejada pel seu o la seva oponent.
 - Si l'adversari/a obstrueix la pilota (toca la pilota abans que boti al seu camp).
 - Si l'adversari/a colpeja la pilota dues vegades consecutives.
 - Si l'adversari/a, o qualsevol cosa que aquest vesteixi o porti, mou la superfície de joc.
 - Si l'adversari/a, o qualsevol cosa que aquest vesteixi o porti, toca el conjunt de la xarxa.
 - Si l'adversari/a toca la superfície de joc amb la mà que no agafa la pala.

Partit perdut per incompareixença

Es donarà per perdut el partit, en el cas que un/a jugador/a no estigui present a pista i preparat/ada per jugar en el moment d'iniciar-se el seu partit.

En aquest cas, el resultat serà: 11 – 0 i 11 – 0 ó 0 – 11 i 0 – 11, segons correspongui.

Amb la col·laboració de

