

**43a OLIMPÍADA ESCOLAR REUS 2025**  
**Normatives tècniques dels diferents esports**  
**Olimpíada Esportiva**

## NORMATIVES TÈCNIQUES

### Olimpíada Esportiva

#### 43a OLIMPIADA ESCOLAR REUS 2025

1	NORMATIVA TÈCNICA D'ATLETISME.....	3
2	NORMATIVA TÈCNICA DE BÀDMINTON.....	6
3	NORMATIVA TÈCNICA DE BITLLES CATALANES PER EQUIPS.....	11
4	NORMATIVA TÈCNICA D'ESCACS.....	14
5	NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL 7.....	16
6	NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL SALA.....	20
7	NORMATIVA TÈCNICA DE GIMNÀSTICA RÍTMICA.....	25
8	NORMATIVA TÈCNICA DE MINIBÀSQUET.....	35
9	NORMATIVA TÈCNICA DE NATACIÓ.....	38
10	NORMATIVA TÈCNICA DE PÀDEL.....	41
11	NORMATIVA TÈCNICA DE RITMES I BALLS.....	44
12	NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS TAULA.....	46

**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>

# 1 NORMATIVA TÈCNICA D'ATLETISME

## Modalitat

Modalitat individual per categories, en les curses i concursos.

Modalitat per equips en la competició de relleus.

## Proves

		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 4 proves**, respectant les condicions següents:

- 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 4.10 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025).
- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025).

### Prova adaptada

Existirà una **prova adaptada de 60 metres llisos** per a esportistes de categoria benjamí (2015 – 2016) i aleví (2013 – 2014), que presentin patologies especials, 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.
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 200g 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 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.

**Reclamacions**

Durant les jornades d'atletisme, us comuniquem que només es podran presentar **reclamacions per escrit a càrrec d'un (1) representant del centre educatiu**, i com a màxim durant els 10 minuts posteriors de la prova en qüestió.

## 2 NORMATIVA TÈCNICA DE BÀDMINTON

### Modalitat

Modalitat individual masculina i femenina

### Inscripcions

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en la competició de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

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

### Resultats 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.

## 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).

### 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.
  - 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.
- 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, se 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

## 3 **NORMATIVA TÈCNICA DE BITLLES CATALANES PER EQUIPS**

### **Modalitats:**

Modalitat per equips (parelles) mixtes, per categories.

### **Inscripcions**

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

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

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

Es permetrà la inscripció de **4 esportistes de reserva** (2 jugadors masculins de reserva + 2 jugadores femenines 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 bitllets 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 bitllets.

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.

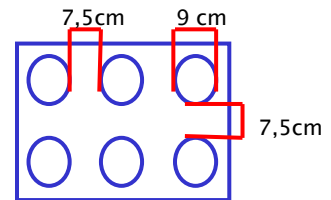
### Distància de llançament

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.
- 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.

## 4 **NORMATIVA TÈCNICA D'ESCACS**

### **Modalitats:**

Modalitat individual mixta, per categories.

### **Inscripcions**

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en la competició de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

**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.\*

**\*ATENCIÓ!** Cada alumne haurà de participar durant els 6 dies (o rondes) que dura la competició.

### **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 Buchholz, sense el/la contrincant més flux.
2. Sistema Buchholz considerant tots els contrincants.
3. Pel progressiu acumulatiu.
4. Pel sistema Sonneborn-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.

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 (20) minuts després de finalitzar la partida i sempre abans que comenci la següent ronda.

### **Endarreriments i incompareixences**

- Passats quinze (15) minuts de l'hora oficial d'inici de la competició, el/la jugador/a que no es presenti perdrà la partida.
- Dues incompareixences sense previ avís per escrit al Consell Esportiu del Baix Camp representarà la retirada automàtica del/a jugador/a.
- Aquells/es jugadors/es que per qualsevol circumstància hagi d'absentar-se alguna ronda, ho haurà de comunicar per escrit, fins les 00:00h del dia anterior. Aquest/a jugador/a perdrà la partida per incompareixença, però no serà desqualificat/ada.

### **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.

### **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.

## 5 NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL 7

	FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení	FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení
<b>Durada dels partits</b>	<p><b>4 períodes de 12 minuts</b>  Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 2 minuts.  Descans entre 2n i 3r període: 5 minuts.</p>	
<b>Jugadors/es inscrits/es a l'acta i al terreny de joc</b>	<p><b>Mínim de jugadors/es: 9</b>  <b>Màxim de jugadors/es: 16</b>  El nombre de jugadors/es per començar un partit i al terreny de joc <b>serà de 7</b>.  En qualsevol cas però no presentar el mínim de jugadors/es al partit (9) implicarà la pèrdua del partit.  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>	
<b>Partir perdut per incompareixença</b>	<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>	
<b>Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip</b>	<p>L'uniforme dels jugadors es compondrà per <b>samarretes d'un mateix color. Totes les samarretes han de portar números clarament visibles</b> 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.</p>	
<b>Alineació</b>	<p>Abans de començar el 4t període tots/es els/les jugadors/es han de sortir com a mínim 1 període <b>sencer i sense màxim</b>. Excepte en casos de lesió o desqualificació (fet que s'haurà de fer constar a l'acta).  Es considera que un jugador/a ha participat un període sencer quan hi ha intervingut, ni que sigui durant un mínim de temps.</p>	
<b>Inici període</b>	<p>Al començar cada període s'efectuarà la sacada a mig camp de forma alternativa.</p>	
<b>Canvi de camp</b>	<p>Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període.</p>	
<b>Temps morts</b>	<p><b>1 temps mort per part i equip</b>, no acumulables (2 per partit).  (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període)</p>	



	FUTBOL SET Benjamí Masculí i Femení	FUTBOL SET Aleví Masculí i Femení
<b>Puntuació</b>	Puntuació arrossegada	
<b>Substitucions</b>	<p>No es concediran substitucions en els <b>3 primers períodes</b>, excepte per lesió o desqualificació.</p> <p>En el 4t període es podran concedir substitucions</p>	
<b>2 minuts d'expulsió d'un/a jugador/a</b>	<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>	
<b>Períodes extres</b>	<p>En cas d'empat al finalitzar el partit, es realitzarà <b>1 període extra de 3 minuts</b>. Durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts.</p> <p>Si persistís l'empat, es procedirà a fer <b>llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip</b>, 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>	

## PUNTUALITZACIONS A DETERMINADES ACCIONS DE JOC

FUTBOL SET: ACCIÓ DE JOC	APLICACIÓ DEL REGLAMENT
<b>SERVEI DES DEL PUNT DE MIG CAMP</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- el mateix jugador/a torna a tocar la pilota</li> <li>- no es pot marcar gol directament des del punt de mig camp</li> </ul>	Repetició de l'acció
<b>SERVEI DE BANDA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- no s'executa des del mateix punt</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- es sobrepassen els 6 segons</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- el jugador/a l'executa malament</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de banda altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- el jugador/a torna a tocar la pilota</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>CÓRNER</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- no s'executa des del mateix punt</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- es sobrepassen els 6 segons</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- el jugador/a l'executa malament</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
<ul style="list-style-type: none"> <li>- el jugador/a torna a tocar la pilota</li> </ul>	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>CESSIÓ AL/LA PORTER/A</b>	
<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.</p> <p>Tampoc podrà agafar la pilota amb les mans d'una sacada de banda o córner del seu equip</p>	

<b>SERVEI DE PORTERIA</b>	
- el porter/a toca la pilota dues vegades, primer dins de l'àrea i després a fora	1r) Repetició de l'acció 2n) Repetició de l'acció
<b>TIR LLIURE</b>	
- es sobrepassen els 6 segons	Repetició de l'acció
<b>PENAL</b>	
- es sobrepassen els 6 segons	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>TARGETES</b>	
Groga, Vermella	

## 6 NORMATIVA TÈCNICA DE FUTBOL SALA

	FUTBOL SALA Benjamí Masculí i Femení	FUTBOL SALA Aleví Masculí i Femení
<b>Durada dels partits</b>	<p><b>4 períodes de 10 minuts</b></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>	
<b>Jugadors/es inscrits/es a l'acta i al terreny de joc</b>	<p><b>Mínim de jugadors/es: 7</b></p> <p><b>Màxim de jugadors/es: 14</b></p> <p>El nombre de jugadors/es per començar un partit i al terreny de joc <b>serà d'un mínim de 5.</b></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>	
<b>Partir perdut per incompareixença</b>	<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>	
<b>Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip</b>	<p>L'uniforme dels jugadors es compondrà per <b>samarretes d'un mateix color. Totes les samarretes han de portar números clarament visibles</b> 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>	
<b>Alineació</b>	<p>Abans de començar el 4t període tots els jugadors/es han de sortir com a mínim <b>1 període sencer i sense màxim</b></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>	
<b>Inici període</b>	<p>Al començar cada període s'efectuarà la sacada a mig camp de forma alternativa</p>	
<b>Canvi de camp</b>	<p>Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període.</p>	

	FUTBOL SALA Benjamí Masculí i Femení	FUTBOL SALA Aleví Masculí i Femení
<b>Temps morts</b>	<b>1 temps mort per part i equip</b> , no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període)	
<b>Puntuació</b>	Puntuació arrossegada	
<b>Substitucions</b>	No es concediran substitucions en els <b>3 primers períodes</b> , excepte per lesió o desqualificació. En el 4t període es podran concedir substitucions	
<b>2 minuts d'expulsió d'un/a jugador/a</b>	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. 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. 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.	
<b>Períodes extres</b>	En cas d'empat al finalitzar el partit, es realitzarà <b>1 període extra de 3 minuts</b> . Durant el període extra cap dels dos equips podrà demanar temps morts. Si persistís l'empat, es procedirà a fer <b>llançaments des del punt de penal, 3 per cada equip</b> , alternant l'un i l'altre l'execució d'aquests. Un sorteig designarà quin equip comença i hauran de realitzar els llançaments jugadors/es diferents davant una porteria comuna. L'equip que aconsegueixi major nombre de gols serà considerat vencedor. 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. 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. Tanmateix, no podran efectuar els llançaments aquells jugadors/es que hagin estat expulsats/ades, desqualificats/ades o retirats/ades del joc. Un jugador/a designat no podrà repetir un llançament de penal fins que tots els seus companys/es hagin fet efectiu el seu llançament. Els gols dels penals es consideraran com a període extra i per tant, es comptabilitzaran al resultat final.	

## PUNTUALITZACIONS A DETERMINADES ACCIONS DE JOC

FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC	APLICACIÓ DEL REGLAMENT
<b>SERVEI DES DEL PUNT DE MIG CAMP</b>	
- 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	
<b>SERVEI DE BANDA</b>	
- 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
<b>CÓRNER</b>	
- no s'executa des del mateix punt	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
- es sobrepassen els 4 segons	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
- el jugador/a l'executa malament	1r) Repetició de l'acció 2n) Servei de porteria per l'altre equip
- el jugador/a torna a tocar la pilota	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
- marcatge zona de córner	Optativa
<b>CESSIÓ AL/LA PORTER/A</b>	
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.	
Tampoc podrà agafar la pilota amb les mans d'una sacada de banda o córner del seu equip.	

FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC	APLICACIÓ DEL REGLAMENT
<b>SERVEI DE PORTERIA</b>	
– es sobrepassen els 4 segons	1r) 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	1r) Repetició de l'acció 2n) Repetició de l'acció
– Limitació del porter/a en el seu mig camp	Cap limitació
<b>TIR LLIURE DIRECTE I INDIRECTE</b>	
– es sobrepassen els 4 segons	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>DOBLE – PENAL O FALTA SENSE BARRERA</b>	
– es sobrepassen els 4 segons	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>PENAL</b>	
– es sobrepassen els 4 segons	1r) Repetició de l'acció 2n) Tir lliure indirecte
<b>TARGETES</b>	
Groga, Vermella	
<b>PILOTA A TERRA</b>	
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.	
<b>SACADA DE BANDA</b>	
Es pot trepitjar la línia de banda amb un peu	
<b>FALTES TÈCNIQUES (ACUMULATIVES)</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Donar o intentar donar un cop de peu a un adversari/a.</li> <li>– Fer caure o intentar fer caure un adversari/a.</li> <li>– Saltar o tirar-se sobre un adversari/a.</li> <li>– Carregar violentament o de forma perillosa un adversari/a.</li> <li>– Carregar per darrera un adversari/a que no fa obstrucció.</li> <li>– Colpejar o intentar colpejar un adversari/a.</li> <li>– Subjectar un adversari/a o impedir la seva acció</li> <li>– Empènyer un adversari/a amb les mans o els braços.</li> </ul>	

**FUTBOL SALA · ACCIÓ DE JOC**

**APLICACIÓ DEL REGLAMENT**

- Tocar intencionadament la pilota amb les mans.
- Lliscar per terra per intentar prendre la pilota que està en possessió d'un jugador/a.



# 7 **NORMATIVA TÈCNICA DE GIMNÀSTICA RÍTMICA**

## **Modalitat**

Modalitat individual per categories, masculina i femenina.

## **Inscripcions**

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en la competició de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

## **Nivells convocats**

Nivell Individual A (superior)

Nivell individual B

## **Aparells**

### **NIVELL INDIVIDUAL A**

BENJAMÍ A Pilota	
ALEVÍ A Cèrcol	

### **NIVELL INDIVIDUAL B**

BENJAMÍ B	Mans lliures
ALEVÍ B	Mans lliures

## **Música**

S'haurà d'enviar la música de cada actuació per **WeTransfer**, a l'adreça [olimpiada@cebc.cat](mailto:olimpiada@cebc.cat).

Cada participant ha de tenir la seva música, on el nom de l'arxiu serà "**nom + cognom del/la gimnasta\_Escola\_Categoria\_Nivell**"

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

Si durant la competició, la música no funciona correctament o la música és incorrecta, el/la esportista ha d'aturar l'exercici immediatament i reiniciar l'exercici amb la música correcta.

**NO S'ACCEPTARAN** protestes després de l'exercici.

El/la tutor/a de joc coordinadora ha de comprovar la causa de l'errada a megafonia i podrà dir-li a l'entrenador/a que es dirigeixi a ell/ella per parlar:

- Si el problema és a causa d'un problema amb l'equip de megafonia i es pot resoldre, el/la gimnasta podrà repetir l'exercici.
- Si la causa és una altra aliena a l'equip de megafonia, l'entrenador/a haurà de portar una nova gravació en CD i/o USB.

Temps d'exercici:

	BENJAMÍ	ALEVÍ
<b>Individual A</b>	1'15" – 1'30"	1'15" – 1'30"
<b>Individual B</b>	1'15" – 1'30"	1'15" – 1'30"

**Existirà una penalització de 0'05 si la música excedeix o falta temps.**

Si es realitza tot l'exercici amb errors de la música: **Un exercici sense musica en la seva totalitat no serà avaluat.**

### Gimnastes

Si un/a gimnasta individual no realitza l'exercici en la seva totalitat, perquè fa una parada perquè no se'n recorda de l'exercici, el/la tutor/a de Joc de dificultat corporal (D1) penalitzarà el següent:

<b>-0.50</b>	<b>OBLIT DE L'EXERCICI &gt;15"</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Exercici no realitzat íntegrament a causa d'una parada de la gimnasta durant l'exercici per oblit =&lt; 15", rebrà les penalitzacions del Jurat d'Artístic corresponents...</li> <li>– Si para més de 15" o abandona el tapís: Dificultat avalua. Nota d'artístic= 0, Nota d'execució=0</li> </ul>

## Disciplina

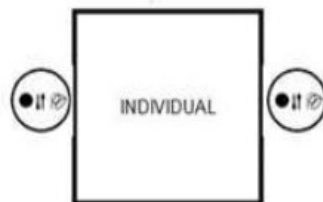
### 0'50 punts de penalització:

- Els/les entrenadors/es no podran apropar-se a la taula dels /les tutors/es de joc durant la competició, ni a megafonia sense ser cridats/des, ni preparar als/les gimnastes (maquillatge, pentinats, etc.) a la zona de competició.
- A la zona de competició només poden romandre els/les gimnastes, entrenadors/es i delegats/des. Els/les acompanyants i familiars, han d'estar a la zona de públic.
- Els/les esportistes no poden mastegar xiclet durant la seva actuació.
- Durant l'exercici, els/les gimnastes no poden realitzar moviments antiestètics no propis de l'ètica esportiva i/o edat.

## Aparells de substitució

### 0'50 punts de penalització en cas de no complir les següents normes:

- S'autoritza la col·locació d'un aparell de substitució (o un joc, un aparell de cada, però junts a cada cantó en el cas d'aparells mixtos) en dos de les quatre bandes del tapis.



- Els aparells de substitució, s'han de posar al mig de qualsevol dels laterals del tapis. Mai a la línia davant de les Judges
- Cada gimnasta o conjunt és responsable de retirar els seus aparells de substitució abans de la sortida del/s següent/s participant/s.

## Mides dels aparells

CATEGORIA	APARELL
BENJAMÍ "A"	Pilota mínim 15cm
ALEVÍ "A"	Cèrcol mínim 70 cm

### Execució

Es puntua segons el Codi Fig. La nota de partida son 10 punts en totes les categories. Els/les tutors de joc d'Execució, complimentaran les fitxes d'execució, amb les Faltes Tècniques, especificant el número de penalitzacions i/o la Nota Final, un cop restades les penalitzacions, segons el sistema informàtic de la competició.

### Artístic

Es puntua segons el Codi Fig. La nota de partida son 10 punts en totes les categories. Els/les tutors de joc d'Artístic, complimentaran les fitxes d'artístic, amb les Faltes, especificant el número de penalitzacions i/o la Nota Final, un cop restades les penalitzacions, segons el sistema informàtic de la competició.

Mínim 2 Combinacions de Passos de Dansa (veure requisits Codi de puntuació).

Veure exigències de Composició (músiques no autoritzades, n° Canvis Dinàmics, n° Efectes corporals i d'aparell, varietat de Llançaments/Recuperacions, Treball Col·lectiu...).

**CONSTRUCCIONS CORPORALS:** Principis i finals SENSE contacte d'una gimnasta amb el terra estan permesos.

**Element prohibit,** posicions de peu en elevació, (penalització ARTÍSTIC): -0.30.

### Dificultat

El/la tutor/a de joc de dificultat DB1 ha de comprovar que l'exercici compleix les normes ( n° de dificultats totals, Ones i Riscos). DE (conjunt).

El/la tutor/a de joc de dificultat DA1 ha de comprovar que l'exercici compleix les normes (Totes les dificultats d'aparell (maestries), i els GRUPS TECNICS FONAMENTALS DE L'APARELL i DC (conjunt).

### DIFICULTAT CORPORAL (DB)



### GRUPS DE DIFICULTATS CORPORALS

No s'exigeix el maneig amb la mà no dominant

– Grups Corporals: 1 de cada GC.

No permeses les Dificultats Combinades. No seran avaluades ni com a dificultats aïllades ni com a dificultats combinades.

NOTA 1: No es poden repetir de manera aïllada en diferents moments de l'exercici. La DB repetida valor 0 \* excepte sèries de salts o girs.

NOTA 2: DB aïllada, si es repeteix després en un DE, la DB repetida no compta, però el DE sí.

NOTA 3 : una DB utilitzada durant un R no es pot repetir en un DE (la DB s'invalida però el DE compta).

NOTA 4: una DB aïllada no es pot repetir com a criteri DB a R (criteri DB no compta).

#### **DB MATEIXA FORMA:**

- Relació tronco-cames-mans (MATEIXA CASELLA DE LA TAULA DE DIFICULTATS CODI).

#### **SALTS MATEIXA FORMA:**

- Impuls d'un o dos peus.
- Mateixa forma amb nombre de rotacions diferents durant el vol.

#### **GIRS MATEIXA FORMA:**

- Mateixa forma amb nombre de rotacions diferent.
- Cama de suport flexionada o estesa.
- Mateixes formes a dos girs fouette.

#### **EQUILIBRIS MATEIXA FORMA:**

- Mateixa forma amb i sense tour lent.
- Repetir una forma entre dos equilibris fouettes o entre un fouette i un equilibri aïllat.
- Mateixa forma en planta i en punta.
- Cama de suport flexionada o estesa.

Si s'executa una DB amb element tècnic d'aparell realitzat de manera idèntica, la segona DB no serà avaluada (excepte sèries de salts o girs iguals).

#### **ELEMENTS DINÀMICS DE ROTACIÓ - R**

Per als exercicis de mans lliures s'autoritzen els R sempre que compleixin amb les següents condicions:

- Dues rotacions/inversions complertes
- Canvi d'eix i de nivell
- Executat amb les condicions de continuïtat i dinamisme que exigeix el codi de puntuació

El valor del R (a partir d'ara rml) de mans lliures serà de 0.20 punts. Si alguna d'aquestes condicions no es compleix, el valor del R-ml serà de 0.00 punts.

Un exercici de mans lliures pot presentar un màxim de 2, sense penalització per element addicional.

No es podrà sumar cap criteri a la base del R-ml.

### Exercicis amb aparell

Es permeten R d'una única rotació amb un valor de 0.10 (a partir d'ara Rr).

Un exercici pot presentar un màxim de 2 Rr que es valoraran per ordre d'execució, sense penalització per element addicional.

El poden aplicar tots els criteris previstos per al llançament i per a la recollida i es sumaran a la base del R (0.10 + criteri o criteris addicionals).

*Exemple: Llançament sense mans + una rotació o inversió + recollida sense mans Valor 0.30.*

**El R no és vàlid quan només es recupera un cap.**

### REPETICIÓ DE ROTACIONS CORPORALS A "R"

Cada GRUP d'elements pre-acrobàtics o de rotacions verticals, es pot fer servir 1 COP ÚNICAMENT en R, ja sigui aïllat o en sèrie, o repetit en qualsevol ordre dins d'un mateix R. Si un grup es repeteix en una altra R (independentment de l'ús d'una variació diferent), aquesta R no serà vàlida. Vegeu apartat 4.3. del Codi. Les DB de 0,10 poden incloure's al grup de rotacions verticals (**no vàlid per a R1**).

Es penalitzen les pre-acrobàcies realitzades amb tècniques perilloses (per exemple, recepció perillosa colpejant fortament una part del cos, es considera pèrdua d'equilibri amb caiguda de gimnasta).

### ONES

#### Requisits:

- Mínim 2 o segons exigència per categoria
- **Ona total del cos** (te que participar tot el cos en el moviment ondulant, però no te que realitzar-se grans extensions de tronc per a ser validades, tot el contrari, en la majoria de les vegades, solen restar continuïtat a la propagació de l'ona. Poden ser de dificultat o no
- En el terra, de peu, de terra a dalt i de dalt a terra Però NO només de genolls.

**DIFICULTATS ESPECÍFIQUES**

<b>EQUILIBRIS</b>	
0'10	0'20
EQUILIBRI PASSÉ (a peu pla) 	Extensió cap per sota de la horitzontal. 
EQUILIBRI COUP DE PIED (en relevé) 	Espatlles al terra (planxa) 
Spagat sense recolzament de mans a terra 	Penché amb mans al terra 
Arabesque a 45° en relevé 	Passé + arabesque 

<b>SALTS</b>	
0'10	
SANCADA PETITA	
SALT VERTICAL 	
GALOP 	
SALT PASSÉ (genoll a la horitzontal)	
SALT FOUETTÉ (45°)	

<b>GIRS</b>	
0'10	
DEBOULE	
COUP DE PIED (360°)	
GIRS CAMA A 45° (360°)	
GIR PASSÉ (180°)	

Aquestes dificultats han de tenir la forma definida i mantinguda, coordinades amb un element dels GF/OG. VALOR: 0.10, 0.20, 0.30.

Objectiu: progressió i correcció postural i/o major varietat d'elements de dificultat corporal que puguin ser fàcilment executats per gimnastes amb menys condició física o condicions d'entrenament inferiors. Promoure l'ús de certes dificultats per a fer la progressió a nivell escolar.

**Dificultats no autoritzades (penalització 0.50 per cada dificultat no autoritzada, independentment de si es valida o no).**

Per a tots els nivells i categories, no s'autoritza la utilització en cap composició de les següents dificultats.

GRUP	DIFICULTATS NO AUTORITZADES
<b>SALTS</b>	Tots els salts amb canvi de cama a excepció de la dificultat núm. 34 i 35 Dificultat núm. 22
<b>EQUILIBRI</b>	Tots els equilibris sobre els genolls: dificultats de la núm. 19 a la 23 Equilibris amb extensió de tronc i agafades de la cama darrera: dificultats núm. 14,15,16 (valor 0,40),25,26,27,30 Equilibri en posició de "cosaco": dificultats núm. 17 i 18
<b>ROTACIONS</b>	Gir "fouetté" : dificultat núm. 24 Rotacions sobre el pit: dificultat núm. 29,30,31 Rotacions amb extensió de tronc: dificultat 15,16,17 i 33 Rotacions en posició de "cosaco": dificultat núm. 21,22 i 23

Per al nivell A, no s'autoritzen dificultats d'un valor superior a 0.40. Si la dificultat corporal és combinada, el seu valor no pot ser superior al màxim establert.

Per al nivell B no s'autoritzen dificultats d'un valor superior a 0.10

**Elements no autoritzats (penalització 0.50 per cada un dels elements).**

CATEGORIA	NIVELL	ELEMENT
<b>BENJAMÍ</b>	Tots els nivells	Inversions sobre les mans o avantbraç amb caiguda de genolls, pit, etc. (endavant, endarrere o lateral) Inversions des de genolls a caure sobre el pit/genolls o peus (exemples del 6 al 9)

Queden fora d'aquestes limitacions totes les tombarelles (endavant i endarrere) i la roda lateral en qualsevol de les seves formes.



### Dificultat d'aparell

El nombre màxim autoritzat de dificultats d'aparell serà:

- Nivell A: mínim 1 i màxim 8 dificultats d'aparell, avaluades per ordre cronològic independentment de si han estat o no validades.  
Sense penalització per dificultat d'aparell suplementària.

El valor de la dificultat d'aparell serà el previst en cada cas pel codi.

Les dificultats d'aparell NO seran vàlides en els casos següents:

- Quan el o els criteris no s'executin segons la seva definició
- Si hi ha caiguda de l'aparell
- Més de 5 dificultats d'aparell amb criteris de BD
- Més de 2 dificultats d'aparell amb elements pre acrobàtics
- Un element pre acrobàtic del mateix grup utilitzat en més d'una dificultat d'aparell
- Pèrdua d'equilibri amb recolzament de les mans o sobre l'aparell o caiguda de la o el gimnasta
- Es realitzen dins d'una fase del R

### D.A. – Elements tècnics de l'aparell

Elements Fonamentals Específics (1 de cada grup) + Fonamentals (1 de cada grup) = total,

4 Elements Tècnics Fonamentals de l'aparell: -0.30 per cada element absent – PENALITZACIÓ DE DIFICULTAT.

Poden executar-se a: DB, S i ELEMENTS D'ENLLAÇ.

### Originalitats

No es valoraran les originalitats.

### EXIGENCIES TECNiques - INDIVIDUAL

	DIFICULTAT CORPORAL NIVELL "A"	DIFICULTAT CORPORAL NIVELL "B"
BENJAMÍ	Màxim 6 dificultats Mínim 2 de cada GCO Mínim 3 Ones de Cos Màxim 2 r-ml	Màxim 5 dificultats Mínim 1 de cada GCO Mínim 3 Ones de Cos Màxim 1 r-ml
ALEVÍ	Màxim 7 dificultats Mínim 2 de cada GCO Mínim 2 Ones de Cos Màxim 2 Rr o R	Màxim 6 dificultats Mínim 2 de cada GCO Mínim 3 Ones de Cos Màxim 2 r-ml

El nombre màxim de dificultats combinades que pot presentar un exercici de és de 1 per a tots els nivells i categories on estiguin autoritzades. La resta de dificultats combinades no seran avaluades però si penalitzades (dificultat no autoritzada - 0.50).

### **PENALITZACIONS**

- Dificultat no realitzada: 0.30 (per cada dificultat absent)
- Menys de 2 dificultats de cada GCO: 0.30 (per cada grup corporal absent)
- Menys de 2 BD amb la ma no dominant (pilota i cinta): 0.30 per cada BD absent
- Dificultat o element no autoritzada: 0.50 (per cada element o dificultat no autoritzats)
- Ones totals de cos no realitzada: 0.30 (per cada ona total de cos absent)
- Menys de 3 intercanvis: 0.30 (per cada dificultat d'intercanvi absent)
- Absència de DA: 0.30 (1 mínim en cada exercici d'aparell)
- Per cada CC absent: 0.30
- Col·laboració CL no autoritzada: 0.50

No hi haurà penalització per col·laboració de més (no serà avaluada)

Totes les penalitzacions seran aplicades pel tutor/a de joc de DA.

### **OBSERVACIONS PER A L'AVALUACIÓ DELS EXERCICIS INDIVIDUALS**

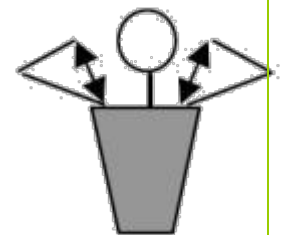
- Es comptabilitzaran les dificultats corporals de valor més alt d'entre les executades en l'exercici, fins al nombre màxim estipulat per la normativa de cada categoria i nivell.
- Els elements dinàmics de rotació s'avaluaran fins el nombre màxim permès per a cada categoria i nivell segons l'ordre de presentació en l'exercici, sense penalització per element addicional.
- Les dificultats d'aparell s'avaluaran fins el nombre màxim permès per a cada categoria i nivell segons l'ordre de presentació en l'exercici, sense penalització per element addicional.

## 8 NORMATIVA TÈCNICA DE MINIBÀSQUET

	MINIBÀSQUET Benjamí Masculí i Femení	MINIBÀSQUET Aleví Masculí i Femení
<b>Durada dels partits</b>	<b>4 períodes de 10 minuts</b> Descans entre el 1r i 2n període i el 3r i 4t període: 1 minut Descans entre 2n i 3r període: 3 minuts.	
<b>Equipament obligatori dels/les jugadors/es de l'equip</b>	L'uniforme dels jugadors es compondrà per <b>samarretes d'un mateix color</b> . <b>Totes les samarretes han de portar números clarament visibles</b> 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.	
<b>Puntuació</b>	Puntuació arrossegada S'aplicarà la norma de tancar el marcador quan un equip arribi als 50 punts de diferència.	
<b>Períodes extres (3')</b>	<p style="text-align: center;"><b>Períodes extres de 3 minuts, successius fins desfer l'empat.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Les <b>cistelles d'atac</b> dels dos equips, seran les mateixes que les del 4t període.</li> <li>– Les <b>faltes d'equip</b> i les <b>substitucions</b> es comptabilitzen com una continuació del 4t període.</li> </ul>	
<b>Temps morts</b>	<b>1 temps mort per part i equip</b> , no acumulables (2 per partit). (1 pel primer i segon període i el segon pel tercer i quart període) <b>1 temps mort per cada període extra</b> , no acumulables.	
<b>Aturada del rellotge</b>	El rellotge s'aturarà: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Durant els <b>temps morts</b> i les <b>substitucions</b>.</li> <li>– Quan <b>un jugador/a cometi la 5a falta personal o sigui desqualificat</b>.</li> <li>– Quan el/la tutor/a de joc ho indiqui (pilota allunyada, jugador/a lesionat/ada, etc.)</li> </ul>	
<b>Aturada del rellotge en els 2 últims minuts del 4t període i períodes extres</b>	No s'aplica	

	<b>MINIBÀSQUET</b> <b>Benjamí Masculí i Femení</b>	<b>MINIBÀSQUET</b> <b>Aleví Masculí i Femení</b>
<b>Regla dels 8 segons</b>	No s'aplica	
<b>Cistella de 3 punts</b>	Un bàsquet de camp val 3 punts, si el llançament s'inicia i finalitza amb els dos peus del llançador, <b>fora de la zona de 3 segons i sense trepitjar les línies que la delimiten.</b>	
<b>Tirs lliures</b>	Es penalitzaran amb tirs lliures totes les faltes d'equip <b>a partir de la 4a</b> (és a dir, a la 5a falta ja es tiren tirs lliures)	
<b>Jugadors/es en pista</b>	El nombre de jugadors/es per començar un partit i a pista <b>serà de 5.</b> Es suspèn timerà el partit en el moment que algun dels dos equips es quedi al terreny de joc amb 3 jugadors/es.	
<b>Passivitat</b>	Davant una renúncia expressa a fer bàsquet, el tutor/a de joc farà constar de manera visible un compte enrere de 10 segons.	
<b>Alternança de lluites</b>	<p><b>Durant la primera lluita del partit, traurà de banda l'equip que defensava.</b></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'annotadors/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>	
<b>Alternança de quarts</b>	<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>	
<b>Jugadors/es inscrits/es a l'acta</b>	<p><b>Mínim de jugadors/es: 7</b></p> <p><b>Màxim de jugadors/es: 14</b></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>	
<b>Partir perdut per incompareixença</b>	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.	

	<b>MINIBÀSQUET</b> <b>Benjamí Masculí i Femení</b>	<b>MINIBÀSQUET</b> <b>Aleví Masculí i Femení</b>
<b>Substitucions</b>	<p>No es concediran substitucions en els <b>3 primers períodes</b>, excepte per lesió o desqualificació.</p> <p>En el 4t període i períodes extres es podran concedir substitucions.</p>	
<b>Alineació</b>	<p>Abans de començar el 4t període tots/es els/les jugadors/es han de sortir com a mínim <b>1 període sencer i sense màxim</b>.</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>	
<b>Defensa il·legal</b>	<p><b>NO està permesa la defensa en zona al <u>mig camp defensiu</u>.</b></p> <p>La defensa il·legal es sancionarà amb <b>1 tir lliure i possessió de pilota a mig camp per l'equip contrari al que ha comés la infracció</b> de la norma.</p> <p>El tutor/a de jòc 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>	
<b>Regla dels 3 segons</b>	<p>Es permetrà que un/a jugador/a romangui més de 3 segons consecutius a la zona restringida.</p>	<p><b>S'advertirà al jugador/a</b> que romangui més de 3 segons consecutius a la zona restringida.</p> <p>Després del segon avís s'assenyalarà violació.</p>
<b>Falta tècnica</b>	<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>	
<b>Falta antiesportiva</b>	<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"> <li>- 2 tirs lliures: si la falta es comet sobre un/a jugador/a que no estava en acció de tir</li> <li>- 1 tir lliure: si la falta es comet sobre un jugador/a en acció de tir i la cistella entra</li> <li>- 2 o 3 tirs lliures: si la falta es comet sobre un jugador/a en acció de tir i la cistella no entra</li> </ul>	



## 9 **NORMATIVA TÈCNICA DE NATACIÓ**

### **Modalitat:**

Modalitat individual

Modalitat 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:

- Serà obligatori participar a la prova de CROL.
- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).
- Només es permetrà la inscripció a un màxim de 2 relleus (*Punt 4.10 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

## **ATENCIÓ!!!**



Per participar a les proves de natació cada esportista haurà de presentar un **certificat signat pel/la director/a del centre educatiu o per un entrenador/a de natació amb ROPEC**, que acrediti que sap nedar almenys 25 metres sense l'ajuda de cap material auxiliar.

**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.

**Material que ha de portar cada entrenador/a:** sandàlies de piscina.

### 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.

### Prova adaptada

Existirà una **prova adaptada**, de 25m crol o 50m crol (segons correspongui a la categoria), per a esportistes de categoria benjamí (2015 – 2016) i aleví (2013 – 2014), que presentin patologies especials, 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.
- 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'alinearan de cara a l'extrem de sortida, agafant amb les 2 mans l'estrep de sortida.
- No es poden posar al damunt del sobreeixidor, o recolzar els dits dels peus sobre el marge del sobreeixidor.

### 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		



# 10 **NORMATIVA TÈCNICA DE PÀDEL**

## **Modalitat:**

Modalitat per parelles i per categories, masculina i femenina.

## **Inscripcions:**

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

**Material que ha de portar cada esportista:** pala de pàdel, haurà de tenir un cordó o una corretja no elàstica de subjecció al canell com a protecció contra accidents.

## **Temporització:**

**Es disputaran partides de 15 minuts.**

Al principi i el final de la partida es farà amb un doble avís sonor.

## **El Servei:**

Servei creuat, començant per la dreta. Servei des de baix amb bot previ.

La pilota, un cop ha passat la xarxa, ha de fer un bot al quadre corresponent i no pot tocar la xarxa metàl·lica.

El canvi de servei i de jugador/a que l'efectua, serà cada dos punts, independentment de si es guanya o es perd.

Si un/a jugador/a fa el servei fora del seu torn, el que hagués hagut de fer-lo ho ha de fer quan es descobreix l'error.

En cas que abans de veure's l'error s'hagi acabat el joc, l'ordre de servei es mantindrà com ha estat alterat fins la finalització del joc.

## **Sistema de puntuació:**

Es disputaran tants nombres de punts com siguin possibles durant **els 15 minuts** de durada del partit.

## **Canvis de camp:**

El/la tutor/a de joc serà l'encarregat d'indicar quan es realitzarà el canvi de costat de pista.

## Let

El servei es repetirà (let) si:

- La pilota toca la xarxa o els pals que la subjecten (si aquests estan dins de l'àrea de joc) i després cau en l'àrea de servei del restador, sempre que no toqui la malla metàl·lica abans del segon bot.
- La pilota després de tocar la xarxa o els pals (si aquests estan dins de l'àrea de joc) colpeja a qualsevol oponent.
- S'efectua quan el/la restador/a no estigui preparat.

## Característiques de la pilota

S'utilitzarà una pilota aprovada pel Consell Esportiu del Baix Camp

## Punt perdut

Una parella perdrà el punt:

- Si un/a jugador/a de la parella, la seva pala o qualsevol objecte que porti amb si, toca alguna part de la xarxa, inclosos els pals, o el terreny de la part del camp contrari, inclosa la malla metàl·lica, mentre la pilota estigui en joc.
- Si la pilota bota per segona vegada en el seu camp abans de ser retornada.
- Quan la pilota, després de botar en el camp propi correctament, surti per sobre dels límits superiors (perímetre exterior) de la pista (fons i lateral) o per la porta.
- Si retorna la pilota abans que aquesta hagi sobrepassat la xarxa.
- Si un/a jugador/a retorna la pilota, bé directament o colpejant primer en les parets del seu camp de tal forma que, sense botar prèviament, colpegi qualsevol de les parets del camp contrari, la malla metàl·lica o algun objecte aliè a la pista que no estigui situat sobre el terra del camp contrari.
- Si un/a jugador/a retorna la pilota, bé directament o colpejant primer en les parets del seu camp de tal forma que pegui en la xarxa o en els seus pals i després, directament en qualsevol de les parets del camp contrari, o en la malla metàl·lica o en algun objecte aliè a la pista que no estigui situat sobre el sòl del camp contrari.
- Si un/a jugador/a colpeja dues vegades seguides la pilota (doble toc).
- Si un dels membres de la parella, després de colpejar la pilota, aquesta toca al propi jugador, al seu company/a o a qualsevol objecte que portin.
- Si la pilota impacta en qualsevol dels/les components de la parella o del seu equipament, excepte la pala, després d'haver estat colpejada per un dels jugadors contraris.
- Si un/a jugador/a colpeja la pilota i aquesta toca alguna de les malles metàl·liques o terreny del seu propi camp o en algun objecte aliè a la pista que aquest situat sobre el terra del camp propi.
- Si un/a jugador/a toca la pilota, llançant contra ella la pala.
- Si un/a jugador/a salta per sobre de la xarxa mentre el punt està en joc.

- Si un/a jugador/a , en retornar la pilota només un/a jugador/a podrà colpejar-la. Si tots/es dos jugadors/es de la parella, ja sigui simultàniament o consecutivament colpegen la pilota, perdran el punt.

NOTA: No es considera doble toc quan dos jugadors/es intenten colpejar la pilota simultàniament però només un/a la colpeja i l'altre colpeja la pala del seu/va company/a.

- Si el/la jugador/a que colpeja la pilota dins de la pista el fa amb un o els dos peus fora del terreny de joc.
- Si un/a jugador/a comet falta en el seu segon servei.

### **Partit perdut per incompareixença**

Es donarà per perdut el partit, en el cas que una parella no estigui present a pista i preparada per jugar en el moment d'iniciar-se el seu partit.

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

# 11 **NORMATIVA TÈCNICA DE RITMES I BALLS**

## **Modalitat**

Modalitat per equips mixta i per categories.

Benjamí i Aleví.

## **Categories convocades i especificacions amb el nombre d'alumnes de categories diferents**

En grups de categoria BENJAMÍ es permeten esportistes de categoria ALEVÍ amb els següents límits:

- Grups de 2 a 5 components: no es permeten esportistes de categoria aleví.
- Grups de 6 a 9 components: es permet 1 esportista de categoria aleví.
- Grups de 10 a 25 components: es permeten 2 esportistes de categoria aleví

En grups de categoria ALEVÍ es permeten esportistes de categoria BENJAMÍ sense límit.

## **Nivells convocats**

Nivell únic

## **Inscripcions**

Es permetrà la inscripció d'un número il·limitat de grups de cada centre educatiu.

Els grups hauran d'estar formats per un mínim de 2 i un màxim de 25 alumnes matriculats/des en el centre educatiu i nascuts/des entre els anys 2016 i 2013 (ambdós inclosos).

## **Música i coreografies**

Les cançons i coreografies no podran contenir un llenguatge obscè, masclista ni ser irrespectuoses.

S'haurà d'enviar la música de cada actuació per **WeTransfer**, a l'adreça [olimpiada@cebc.cat](mailto:olimpiada@cebc.cat).

La durada de la coreografia haurà de ser entre **1'30"** i **3'30"**

Estan admesos tots els estils de dansa i expressió corporal.

## **Puntuació**

El jurat format pels tutors/es de joc designats/des pel Consell Esportiu del Baix Camp puntuaran cada coreografia en funció de 5 criteris. Cadascun dels criteris es valoraran amb una puntuació entre 1 i 3 punts.

Aquests criteris són:

- **Gaudiment.** Entès com el “bon rotllo”, on es valora els aspectes d’energia, entusiasme i seguretat com a grup.
- **Show.** Entès com “l’espectacularitat de la coreografia”, on es valora la posada en escena, la dramatització, la originalitat, l’expressió, la musicalitat i el vestuari.
- **Execució.** Entès com a la “riquesa del moviment”, on posa accent a la tècnica, sincronització i coordinació del grup.
- **Composició.** Entès com “la recepta” de la coreografia, on es valoren les formacions entre els participants, la quantitat de moviments per temps musicals i el conjunt de la temàtica.
- **Complicitat.** Entesa com “les emocions del grup”, on es valoren les interaccions, la cooperació i el bon estar entre els membres.

# 12 **NORMATIVA TÈCNICA DE TENNIS TAULA**

## **Modalitat**

Modalitat individual per categories, masculina i femenina.

## **Inscripcions**

- No es permetrà que esportistes de categoria benjamí (anys 2015 i 2016) participin en les proves de modalitat individual de categoria aleví (anys 2013 i 2014) (*Punt 4.2 de la Convocatòria 43a Olimpíada Escolar Reus 2025*).

**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 aconseguen **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.

- 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.