



# NORMATIVA COMARCAL D'HANDBOL INFANTIL A JUVENIL

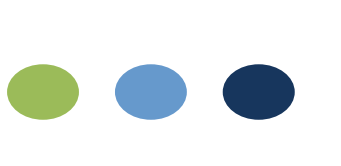
**CURS 2016- 2017**



Generalitat de Catalunya



Consell Comarcal  
del Baix Llobregat



# ÍNDEX

• <b>Índex</b>	<b>Pàg. 2</b>
• <b>Calendari</b>	<b>Pàg. 3</b>
• <b>Categoria</b>	<b>Pàg. 3</b>
• <b>Sistema de Competició</b>	<b>Pàg. 3</b>
• <b>Participació</b>	<b>Pàg. 3</b>
• <b>Documentació</b>	<b>Pàg. 4</b>
• <b>Renúncia</b>	<b>Pàg. 4</b>
• <b>Característiques tècniques</b>	<b>Pàg. 5</b>
• <b>Juga Verd Play</b>	<b>Pàg. 7</b>
• <b>Hàbits saludables</b>	<b>Pàg. 15</b>
• <b>Altres Disposicions</b>	<b>Pàg. 17</b>



## CALENDARI

### FASES COMARCAL

COMPETICIÓ	FASE	INSCRIPCIÓ	INICI	FINAL
Torneig d'obertura	Única fase	Fins el 19-09-16	08-10-16	22-10-16
Lliga Comarcal	Primera fase	Fins 07-10-16	05-11-16	10-12-16
	Segona fase	Fins 12-12-16	14-01-17	13-05-17
Fase Supracomarcal	Fase sector*		06-05-17	
	Final nacional*		27-05-17	

\* Les dates de la fase supracomarcal poden variar segons necessitats de l'organització



## CATEGORIA

	Prebenjamí	Benjamí	Aleví	Infantil	Cadet	Juvenil
Aplicació				✓	✓	✓

*Els anys de cadascuna de les categories es defineixen a la Normativa General.*



## SISTEMA DE COMPETICIÓ

La composició de grups de la primera fase es realitzarà per proximitat geogràfica. A la segona fase aquesta composició anirà en funció dels millors equips de la primera fase excepte argumentació per petició expressa de mantenir el criteris de proximitat geogràfica o d'equilibrar nivells esportius sempre que la distribució de grups ho permeti.

La competició supracomarcal durant el curs 2016-2017, l'organització d'aquesta i els criteris de participació s'informaran tan bon punt es publiqui per part de l'UCEC o l'organitzador pertinent.



## PARTICIPACIÓ

En les diferents modalitats esportives, s'aplicarà la normativa que reguli les **Directrius de JJEE** i de la **Normativa Tècnica de la UCEC**, envers a la participació d'esportistes amb llicència federativa tramitada i en els casos d'alumnes de categories superiors. Vindrà reflectit en la **Normativa General del Consell Esportiu del Baix Llobregat**.



## DOCUMENTACIÓ

**Tots** els tutors de grada, esportistes, entrenadors i delegats participants en competició comarcal hauran de portar degudament tramitat el **nou carnet d'esportista** i un **l·listat dels integrants del equip**s dels JEEC, actualitzat directament del la pàgina web del Consell Esportiu del Baix Llobregat i segellat pel seu municipi corresponent i amb la seva fotografia corresponent. En cas de ser necessari, hauran de disposar de **l'autorització per a participar en categoria superior**.

### Compliment Llei Orgànica de Protecció de Dades de Caràcter Personal

D'acord el que estableix la Llei Orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de **Protecció de Dades de Caràcter Personal**, us informem que és **condició sine quan non** tenir el consentiment signat de cadascun dels participants inscrits en els diferents programes i activitats del Consell Esportiu del Baix Llobregat.

*Així mateix, és **responsabilitat dels clubs/entitats/centres educatius, com a responsables del Fitxer, informar als seus esportistes/alumnes sobre la cessió de les dades al Consell Esportiu del Baix Llobregat per la gestió i organització de la competició o esdeveniment corresponent i fer-los signar el model d'autorització de tractament de dades de caràcter personal adjunt per tal de donar compliment a l'esmenada Llei.***

*És important que la clàusula per a participants de clubs-entitats-centres educatius sigui entregada a **tots dels agents participants** en els diferents programes organitzats i coordinats pel Consell Esportiu del Baix Llobregat i estigui **degudament complimentada i signada per duplicat** per l'interessat o en el cas dels menors d'edat, pel pare/mare/tutor legal.*

**Caldrà fer arribar una de les còpies al Consell Esportiu del Baix Llobregat mitjançant correu ordinari, fax o escanejada:**

Consell Esportiu del Baix Llobregat  
Parc Torreblanca, Ctra. Nacional 340 km. 1249 Sant Feliu de Llobregat 08980  
Tel. 93 685 20 39 Fax. 93 632 75 92 Adreça electrònica [ricardo@cebllob.cat](mailto:ricardo@cebllob.cat)



## RENUNCIA

### FASES COMARCAL

Si un equip renuncia o es retira de la competició comarcal, ho haurà de comunicar mitjançant escrit al Consell Esportiu per definir la competició del grup on estava, en el cas que sigui necessari.



## CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES

Aspecte tècnic	Requeriments i observacions
<b>Terreny de joc</b>	40 metres x 20 metres
<b>Porteria</b>	3 metres x 2 metres, subjecta a terra
<b>Jugadors</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Màxim inscrits a l'acta: 14 jugadors</li> <li>- Mínim inscrits a l'acta: 7 jugadors</li> <li>- Màxim en pista per començar el partit: 7 jugadors</li> <li>- Mínim en pista per començar el partit: 5 jugadors</li> <li>- Suspensió del partit: 4 jugadors</li> </ul>
<b>Durada</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 períodes de 12 minuts (15' en cadets) amb cinc minuts de descans entre el 2n i el 3r període</li> <li>- Entre el 1r i el 2n període i entre el 3r i el 4t període el descans serà d'2 minuts</li> <li>- Els equips canviaran de camp entre el 2n i el 3r període</li> </ul>
<b>Participació dels jugadors</b>	Abans d'iniciar el 4t període, tots/es els/les jugadors/es hauran d'haver jugat com a mínim 1 període complert i seguit de joc. Sense màxim.
<b>Substitucions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Durant els 3 primers períodes no es podran realitzar</li> <li>- Només es permeten les substitucions al 4t període, sempre que es respecti la participació dels jugadors en el partit</li> </ul>
<b>Temps morts</b>	1 minut per part (un pel primer i segon període i l'altre pel tercer i quart període) i equip no acumulables
<b>Exclusions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les exclusions seran d'2 minut</li> <li>- La tercera exclusió significarà la desqualificació del partit</li> </ul>
<b>Defensa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estan permeses les defenses zonals o en línia</li> <li>- No estan permeses les defenses mixtes en competició infantil. Sí a Cadet</li> <li>- No estan permesos els canvis defensa - atac</li> </ul>
<b>Substàncies adhesives</b>	No està permesa la utilització de cap d'aquestes substàncies

### EQUIPS

Un equip es compon de 14 jugadors, i no hi ha distinció entre jugadors de camp i porters, encara que en tot moment ha d'actuar un jugador com a porter amb vestimenta diferent a la de la resta dels nous companys i contraris.

Al camp hi poden haver 7 jugadors per equip, inclòs el porter. Per poder iniciar-se un partit, hi haurà d'haver un mínim de 5 jugadors al terreny de joc, un dels quals s'inscriurà com a porter. Els jugadors poden inscriure's a l'acta abans de començar la segona part del partit.

El canvis s'efectuaran per les zones delimitades per fer-los i sortirà primer el jugador que estava a dins del terreny de joc. Si un jugador entra al terreny de joc abans que el



seu company l'abandoni se'l sancionarà amb 2 minuts d'exclusió, i l'equip infractor amb un cop franc en contra.

Qualsevol jugador amb ferida sagnant haurà de ser retirat del terreny de joc perquè pugui ser atès.

## **TERRENY DE JOC**

Dimensions: 20 m x 40 m

Àrea de porteria: 6 m

Punt de penal: 7 m

Línia de cop franc: 9 m

## **DURADA DELS PARTITS**

El partit es jugarà a 4 parts:

- 4 parts de 12' en categoria Infantil amb 5' de descans entre 2n i 3r període i 2' a la resta.
- 4 parts de 15' en categoria cadet amb 5' de descans entre 2n i 3r període i 2' a la resta.

Aquests períodes podran ser modificats si per qualsevol motiu s'ha hagut de parar el temps.

Quan una de les parts acaba amb un cop franc o penal es considerarà finalitzada quan s'hagi executat aquesta falta.

## **SACADA INICIAL**

La sacada inicial es farà mitjançant sorteig. L'equip que posi la pilota en joc en la primera part també la posarà en joc a la tercera.

## **TEMPTEIG**

El tempteig serà arrastrat per gols de les 4 parts.

## **LA PILOTA**

<i>Infantil:</i>	Pilota 50-52 cm	Pes 300-350 gr.	
<i>Cadet:</i>	Pilota 54-56 cm	Pes 325-400 gr.	(masculí)
	Pilota cm 50-52	Pes 300-350 gr.	(femení)
<i>Juvenil i</i>	Pilota 58 cm		(masculí)
<i>Junior:</i>	Pilota 54-56 cm		(femení)

## NORMES DE JOC GENERALS – FALTES





Es permet:

1. Jugar la pilota amb qualsevol part del cos per damunt dels genolls i des de qualsevol posició.
2. Retenir la pilota a les mans un temps màxim de 5 segons
3. Fer un màxim de tres passes amb la pilota a la mà
4. Fer tres passes, botar i fer novament tres passes abans de passar o tirar
5. Progressar botant o rodant la pilota sense límit de temps, posteriorment agafar-la o recollir-la amb dues mans abans de passar o tirar
6. Canviar-se la pilota de mà sense perdre el contacte amb ella

No es permet:

1. Utilitzar el puny per jugar
2. Botar la pilota amb dues mans alhora
3. Passar-se la pilota de mà a mà
4. Botar, agafar la pilota amb una o dues mans, i tornar a botar
5. Realitzar la sacada sense trepitjar la línia corresponent

Faltes:

-  Contacte agressiu amb el atacant
-  Empènyer, agafar, donar cops o realitzar qualsevol acció que posi en perill la integritat física dels companys o adversaris.
-  Per als adversaris, col·locar-se a menys de 2 metres de la pilota en un penal, cop franc o sacada de banda.
-  Insultar o realitzar accions o gestos de menyspreu o protesta cap als companys, adversaris, tècnics, dinamitzadors o públic.



## MODEL D'ESPORT EN EDAT ESCOLAR DEL CONSELL ESPORTIU DEL BAIX LLOBREGAT

“Juga Verd Play” és una proposta alternativa i innovadora del sistema de competició escolar promoguda pel Consell Esportiu del Baix Llobregat i que aposta per realitzar un canvi radical del model actual d’esport escolar amb una finalitat molt clara: l’educació en valors mitjançant la pràctica esportiva de tots els col·lectius implicats en els Jocs Esportius Escolars.

La premissa bàsica del projecte és que si es vol educar en valors, la fita d’aconseguir més punts que l’adversari no pot ser l’únic condicionant per guanyar el partit; els valors i els comportaments cívics també han de comptar. Per assolir aquest repte s’ha volgut fer bàsicament 3 adaptacions:

1. en el calendari i l'estructura de la competició
2. en el sistema de puntuació
3. en el rol actiu dels espectadors, tècnics, àrbitres, nens i nenes

## A) CALENDARI DELS COMPETICIONS

Volem canviar el lema: "la finalitat dels entrenaments és competir el cap de setmana" per aquest altra: "la finalitat dels entrenaments és aprendre i compartir"

Pensem que els entrenaments, en si mateixos, han de ser la motivació principal a l'hora de participar a l'esport, és per això que volem trencar la dinàmica de partits i competicions durant la temporada dividint el calendari en 3 fases:



### Distribució del calendari esportiu del nou model d'esport escolar 2016-2017 del CEBLLOB

Existiran 3 fases de competició "tradicionals" i s'intercalarà 1 jornada esportiva lúdico-formativa.

#### a) Fases competitives

En primer lloc, la fase d'obertura pensada per a aquelles entitats que ja tenen els equips configurats a principi de curs. En segon lloc, una primera fase diagnòstica curta (de novembre a desembre) amb agrupacions d'equips per proximitat geogràfica. I en tercer lloc, una darrera fase més llarga de gener a maig amb el format més tradicional de competició escolar agrupant els equips segons el criteri esportiu de la classificació de la fase anterior. **És valoraran peticions excepcionals per equips que demanin participar en un grup determinat diferent a l'assignat en 2a fase segons justificació pertinent.**



## b) Jornada esportiva

Es durà a terme una jornada lúdica en el transcurs de la segona fase (**11 de març**).

Els objectius d'aquesta jornada lúdica són:

- Fomentar la interrelació dels nens i nenes, encara que siguin de poblacions i equips contraris.
- Donar la possibilitat als tècnics de mostrar-se com a formadors de qualsevol nen o nena i no pas només del seu propi equip o escola.
- Abandonar el model de competició per punts i classificació per adoptar el model de competició com a repte o superació personal i treball en equip.

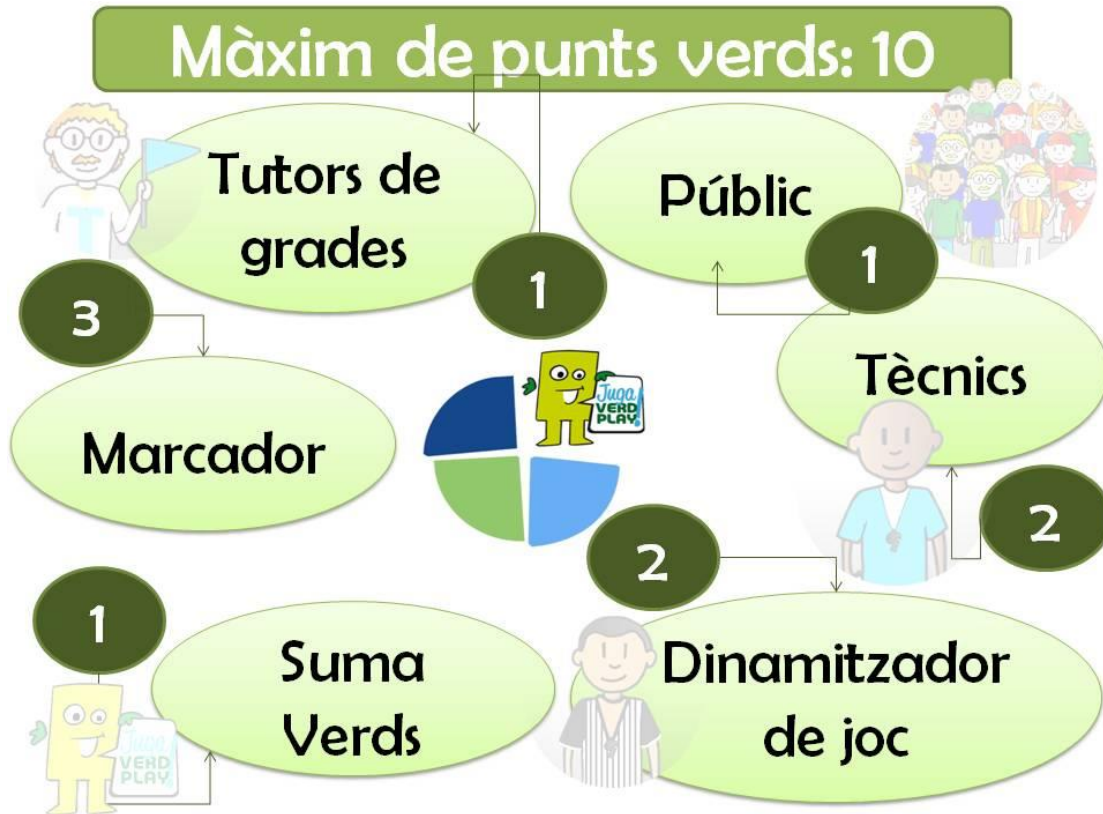
## B. SISTEMA DE PUNTUACIÓ

---

Per desenvolupar aquest segon punt, es parteix d'una premissa bàsica: si es vol educar en valors als nens i nenes de la comarca i en la competició esportiva NO només s'ha de valorar el resultat final (la puntuació obtinguda). Per guanyar en la competició, no és suficient amb aconseguir més punts que l'adversari; els valors i el joc net també condicionen la puntuació final.

Per tant, un dels fets més innovadors és el canvi en el sistema de puntuació, apostant per una iniciativa trencadora i original: la puntuació es fruit de l'avaluació que fan de la competició tots els agents implicats (dinamitzadors de joc; pares i mares, entrenadors, delegats o tutors de grada). S'ha considerat que fent-los participar activament, la seva implicació serà més gran.

En les competicions s'atorgaran un màxim de **10 punts** a aconseguir. Els 10 punts quedaran distribuïts tal i com s'indica en la taula següent.



Distribució de punts en competició i partits




APP BAIXESPORT-VERDPLAY  
Google Play

A continuació trobareu explicat el funcionament de la valoració de cada agent amb els seus corresponents criteris.

- **Marcador:** 3 punts si l'equip guanya, 2 punts si empata i 1 punt si perd.



-  **Suma Verds:** el dinamitzador de joc, atorgarà automàticament com a màxim 1 punt si l'equip o l'esportista segueix uns determinats paràmetres objectivament avaluables a favor de l'educació en valors.

Inspirats en aquesta estratègia, s'ha dissenyat el concepte "Suma Verds" mitjançant el qual s'estableixen una sèrie de criteris per avaluar conductes que en el cas de ser correctes permetran aconseguir el màxim de punts establerts. Cada criteri suma 0.25 punts

## Suma verds



SUMA VERDS	SÍ	NO
<b>Núm. màxim inscrits en acta</b> <i>Presentar-se més jugadors/ores del mínim establert</i>		
<b>Responsable: tutor de grada</b> <i>Presentar-se abans de l'inici del partit al dinamitzador</i>		
<b>Puntualitat</b> <i>Arribada 15' abans de l'inici del partit</i>		
<b>Targeta verda</b> <i>Mostrada a un o més jugadors de l'equip durant el partit</i>		

### Targeta verda

Els dinamitzadors de joc premiaran les accions positives més destacades que es donin a la competició mostrant una targeta verda que reforçarà el seu bon comportament segons els ítems següents:



- Ajudar un company de l'altre equip en una situació adversa.
- Animar reiteradament els companys durant el partit.
- Ajudar el dinamitzador de joc en alguna situació de conflicte.

- Fer un escalfament abans de començar el partit.
- Animar l'adversari i aplaudir les seves jugades sense tenir en compte el resultat.
- Reconèixer públicament que el dinamitzador de joc ha pres una decisió errònia i que ha provocat una situació d'avantatge a favor del seu equip.
- Acceptar la derrota amb dignitat.
- Ajudar a un company o un rival en accions determinades (cordar-se els cordons, deixar les canyelleres,..)
- No fer ús del joc violent i ignorar les provocacions.
- Respectar les instal·lacions i material vinculat al propi joc.
- Altres situacions excepcionals que destaquin pels valors que aportin tant individualment com col·lectiva.



## Tècnics

Cada entrenador puntuarà d'una banda, l'actuació del tècnic i d'una altra, el comportament dels jugadors de l'equip contrari atorgant un màxim d' 1 punt a cadascú (2 punts en total) d'acord amb el compliment dels criteris que podeu observar a continuació:

### Criteris de valoració al tècnic contrari (1 punt)

PUNTUACIÓ TÈCNIC CONTRARI	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Dóna suport als seus esportistes davant els encerts i les errades				
Dóna instruccions tècniques als esportistes				
Accepta les decisions arbitral amb respecte				

### Criteris de valoració a l'equip contrari (1 punt)

- Hi ha SALUTACIÓ INICIAL:           SÍ     NO
- Hi ha SALUTACIÓ FINAL:           SÍ     NO

PUNTUACIÓ EQUIP CONTRARI	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Accepten les decisions del dinamitzador de joc				
S'animen entre ells davant l'encert i l'errada				



## Tutor de grada

S'ha designat un responsable de cada equip (un pare, una mare, un germà gran...) que avaluarà l'actuació dels espectadors del seu propri equip, atorgant-li 1 punt si compleixen tots els criteris establerts. Aquest tutor és qui pot fer el paper de mediador de conflictes o de pacificador de conductes incorrectes.

### Criteris de valoració de la pròpia grada (1 punt)

PUNTUACIÓ DEL TUTOR DE GRADA	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Animen el seu equip amb aplaudiments, càntics als esportistes individualment i col·lectivament				
Respecten l'equip contrari i la grada contrària				
Accepten les decisions arbitrals amb respecte				



## Públic

Els espectadors (famílies, amics, etc.) podran valorar el comportament dels nens i de les nenes de l'equip contrari sobre un màxim de 1 punt. Els criteris per valorar-lo són els que s'especifiquen a continuació.

### Criteris de valoració a l'equip contrari (1 punt)

- Hi ha SALUTACIÓ INICIAL:            SÍ      NO
- Hi ha SALUTACIÓ FINAL:            SÍ      NO

PUNTUACIÓ A L' EQUIP CONTRARI	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Accepten les decisions del dinamitzador de joc				
S'animen entre ells davant l'encert i l'errada				

# Dinamitzador de joc



El dinamitzador del joc (àrbitre) és la peça clau en el sistema de valoració perquè és qui actuarà amb la màxima objectivitat, avaluant a tots els agents que intervenen.

Atorgarà d'una banda, 1 punt si el públic d'un i altre equip s'ha comportat de forma respectuosa i d'una altra, 1 punt més si els tècnics de tots dos equips s'han comportat de forma correcta. Els criteris de valoració són exactament els mateixos que els que han fet servir els altres agents.

## Criteris de valoració al tècnic local (1 punt) i al tècnic visitant (1 punt)

PUNTUACIÓ DEL COMPORTAMENT DELS TÈCNICS (1 punt)	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Dóna suport als seus esportistes davant encerts i errades				
Dóna instruccions tècniques als esportistes				
Accepta les decisions arbitrals amb respecte				

## Criteris de valoració de la grada local (1 punt) i de la grada visitant (1 punt)

PUNTUACIÓ DEL COMPORTAMENT DE LES GRADES (1 punt)	Gairebé mai	Algunes vegades	Sovint	Gairebé sempre
Animen el seu equip amb aplaudiments, càntics als esportistes individualment i col·lectivament				
Respecten l'equip contrari i la grada contrària				
Accepten les decisions arbitrals amb respecte				

El sistema de control de les puntuacions de tots els agents es gestionarà amb una aplicació informàtica a través dels smartphone o el PC fins diumenge a les 23:59h. per facilitar i agilitzar al màxim la comptabilitat de punts dels equips i esportistes i fer-ho més intuïtiu. Està disponible en App Store i Google Play amb el nom "BaixEsport-VerdPlay".

## HÀBITS SALUDABLES

Des del Consell Esportiu del Baix Llobregat volem fomentar els hàbits saludables en l'esport escolar.

Anomenem hàbits saludables a totes aquelles conductes i comportaments que tenim assumides com pròpies i que incideixen pràcticament en el nostre benestar físic, mental i social.

### HÀBITS HIGIÈNICS

Des del Consell Esportiu us recomanem uns hàbits higiènics per prevenir accidents, malalties i per respectar el nostre entorn:

- Bona higiene corporal.
- Roba i calçat nets i adequats al tipus d'activitat a realitzar.
- Respectar les normes de seguretat del material i les instal·lacions.

### HÀBITS ALIMENTARIS

La pràctica esportiva en edat escolar haurà d'anar sempre acompanyada d'una alimentació saludable. Us recomanem:

- Realitzar almenys 4 ingestes diàries (esmorzar, dinar, berenar i sopar) i respectar els seus horaris. Destinarem el temps necessari per cada menjar, sense presses i mastegant amb calma.
- No menjar abans ni immediatament després de realitzar l'exercici físic.
- Menjar de tot, principalment aliments sans, rics en fibra i vitamines, i evitar greixos, els sucres i els aliments precuinats.



## HÀBITS SALUDABLES EN L'ESPORT

L'activitat física regular aporta beneficis a la salut i al benestar de les persones:

- Redueix el risc de patir menys lesions i malalties.
- Augmenta el funcionament del sistema cardiovascular i respiratori.
- Afavoreix l'enfortiment dels ossos i músculs.
- Ajuda a un major equilibri emocional.
- Millora de l'autoestima.

Previ a qualsevol activitat física hem de seguir uns hàbits per disposar les funcions musculars, orgàniques, nervioses i psicològiques:

- **Escalfament:** Preparar a l'esportista per l'activitat principal. La seva durada dependrà de les condicions físiques de l'esportista, de l'entorn en el qual es vagi a realitzar l'activitat i en la competició en la que es prendrà part.
- **Descans:** La pràctica esportiva ha d'anar acompanyada sempre d'un període de descans o recuperació de l'exercici físic.
- **Dormir les hores necessàries:** Es recomanable dormir diàriament de 8 a 10 hores.





## ALTRES DISPOSICIONS

En totes les situacions i normes no previstes en aquesta Normativa Tècnica, s'aplicarà el que estableix les directrius de la Unió de Consells de Catalunya, l'Annex de la Convocatòria dels JEEC, l'Annex de les Directrius dels JEEC i les Normes de disciplina esportiva dels JEEC.