

Propostas para organizar unha xornada de multideporte:

Este é un modelo que podedes utilizar para organizar unha xornada de multideporte, nas súas distintas categorías.

CATEGORÍA A

10:00 h PRESENTACIÓN DA XORNADA

10:10 h Primeira Ronda:

MINIBASKET	BÁDMINTON
10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'	2 xogadores (mixto) 4 partidos individuais de 5' 1 partido dobres de 5'

10:40 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

10:50 h Segunda Ronda:

MINIBALONMAN	COMPETICION CULTURAL
10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'	4 parellas mixtas 5 preguntas por parella

11:20 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

11:30 h Terceira Ronda:

FUTBOL SALA	
10 xogadores (minimo 1 de cada sexo)	

12:10 h Recollida

12:25 h FIN DA XORNADA

CATEGORÍA B

OPCION A

10:00 h PRESENTACIÓN DA XORNADA **10:10 h Primeira Ronda:**

MINIBALONMAN	BÁDMINTON
10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'	2 xogadores (mixto) 4 partidos individuais de 5' 1 partido dobres de 5'

10:40 h Cambio de actividade.

10:50 h Segunda Ronda:

MINIBASKET	VOLEIBOL
10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'	10 xogadores (mixto)

11:20 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

11:30 h Terceira Ronda:

FUTBOL SALA	COMPETICION CULTURAL
10 xogadores (minimo 1 de cada sexo)	6 parellas mixtas

	7 preguntas por parella
--	-------------------------

12:10 h Recollida

12:25 h FIN DA XORNADA

OPCION B

10:00 h PRESENTACIÓN DA XORNADA

10:10 h Primeira Ronda:

VOLEIBOL	BÁDMINTON
10 xogadores (mixto)	2 xogadores (mixto) 4 partidos individuais de 5' 1 partido dobres de 5'

10:40 h CAMBIO DE ACTIVIDADE **10:50 h Segunda Ronda:**

FUTBOL SALA	COMPETICION CULTURAL
10 xogadores (minimo 1 de cada sexo)	6 parellas mixtas 7 preguntas por parella

11:20 h CAMBIO DE ACTIVIDADE **11:30 h Terceira Ronda:**

MINIBASKET	MINIBALONMAN
10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'	10 xogadores (mixto, min. 2 de cada sexo) 5'+1'+5'+5'+5'+1'+5'

12:10 h Recollida 12:25 h FIN DA XORNADA

CATEGORÍA C

10:00 h PRESENTACIÓN DA XORNADA

10:10 h Primeira Ronda:

VOLEIBOL	BÁDMINTON
10 xogadores	2 xogadores (mixto) 4 partidos individuais de 5' 1 partido dobres de 5'

10:45 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

10:55 h Segunda Ronda:

BALONCESTO	XADREZ
10 xogadores	2 xogadores

10:35 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

11:40 h Terceira Ronda:

BALONMAN	COMPETICION CULTURAL
10 xogadores	4 parellas mixtas 5 preguntas por parella

12:10 h CAMBIO DE ACTIVIDADE

12:20 h Cuarta Ronda:

FUTBOL SALA	
10 xogadores	

12:55 h Recollida

13:00 h FIN DA XORNADA

MATERIAL NECESARIO

MINIBALONMÁN	<ul style="list-style-type: none"> - Porterías desmontables - Un balón tamaño 48 - Pista 20 x 13 m - Acta e bolígrafo - Marcador - Bancos para os que descansan
MINIBASQUET	<ul style="list-style-type: none"> - 2 canastas - Balón - Pista de minibasquet - Acta e bolígrafo - Marcador - Bancos para os que descansan
BADMINTON	<ul style="list-style-type: none"> - 4 raquetas - Rede - Volantes - Pista marcada - Postes - Acta e bolígrafo - Marcador
FUTBOL SALA	<ul style="list-style-type: none"> - Pista completa - Balón - Acta e bolígrafo - Marcador - Bancos para os que descansan
COMPETICIÓN CULTURAL	<ul style="list-style-type: none"> - 9 escritorios (8 parellas + 1 árbitro) - 2 folios x mesa (16) - bolígrafo x mesa (16) - libro de preguntas - 17 cadeiras - 1 acta e bolígrafo
XADREZ	(No mesmo sitio ca competición cultural) <ul style="list-style-type: none"> - 2 meas - 4 cadeiras - 2 taboleiros - 2 xogos de fichas
OUTRO MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> - 2 asubíos - Cinta de carroceiro (a de pintar) - Rolo de cordel ou corda pita

PERSOAL NECESARIO

MINIBALONMÁN	10 xogadores por equipo 1º tempo--- 5 xogadores (mixto) 2ª tempo--- 5 xogadores distintos (mixto) 3º tempo--- os do 1º tempo 4º tempo--- os do 2º tempo 1 árbitro de cada equipo (dos 5 que están a descansar, cambian en cada tempo) 1 anotador/mesa de cada equipo (dos que descansan)
MINIBASQUET	10 xogadores por equipo 1º tempo--- 5 xogadores (mixto) 2ª tempo--- 5 xogadores distintos (mixto) 3º tempo--- os do 1º tempo 4º tempo--- os do 2º tempo 1 árbitro de cada equipo (dos 5 que están a descansar, cambian en cada tempo) 1 anotador/mesa de cada equipo (dos que descansan)
BADMINTON	2 xogadores de cada equipo (neno + nena) 1º partido--- alumno A vs alumna B 2º partido--- alumna A vs alumno B 3º partido--- alumno A vs alumno B 1º partido--- alumna A vs alumna B 5º partido--- Parella A vs Parella B
FUTBOL SALA	10 xogadores por equipo 1º tempo xogan os 10 2º tempo xogan os 10 1 árbitro de cada equipo 1 anotador/mesa de cada equipo (dos que descansan)
COMPETICIÓN CULTURAL	4 parellas por equipo (neno+nena) 1 árbitro Sortéase un número, e a partires del, 20 preguntas para o equipo A e as 20 seguintes para o equipo B. As preguntas 1-5 para a 1ª parella, as 6-10 para a 2ª parella,
XADREZ	2 xogadores por equipo (alumno+alumna) 1ª partida--- alumno A vs alumna B 2ª partida--- alumna A vs alumno B Un árbitro para solucionar dúbidas As partidas son simultáneas