

ACTA DE LA 7a SESSIÓ DE LA COMISSIÓ 2 DEL CONSELL D'INFANTS I D'ADOLESCENTS DE SABADELL 2025-26

Dia i hora: 10 de març de 2026, a les 18 h

Lloc: Casal Pere Quart

Consellers/es: 6 infants: Aina M., Chloe M., Joaquim R., Pau A., Romeo P.,
Valentina C.

Dinamitzadors/es: Marc i Josep (PortaCabot)

- **Benvinguda**

A mesura que van arribant, els consellers i les conselleres, signen el full d'assistència. Un cop ja hi som tots i totes, comencem la sessió.

- **Ens posem al dia: repàs d'informació diversa**

Comencem la sessió recordant que en l'anterior, al febrer, vam començar a treballar el projecte per a les properes sessions i fins a l'estiu: els valors de l'esport.

Abans d'entrar en matèria, però, refresquem la memòria en relació a què aquest mes de març toca tornar a la ràdio, el dia 24 a les 17:30 h, en aquest cas per parlar sobre les vagues i protestes d'abans i d'ara. Els nens i nenes que els tocarà assistir conjuntament amb representants del Consell de Gent Gran seran l'Àlvaro C. i l'Abril C. (en Joaquim R. i la Daniela M. seran les suplents).

Per altra banda, aprofitem per preguntar qui més estaria disposat a anar a la ràdio en els propers mesos. Així, les persones que surten voluntàries són la Chloe, l'Aina i en Pau.

- **Rebem la visita de la Sònia R., secretària tècnica del Consell Esportiu de Sabadell**

En la sessió d'avui rebem la visita de la Sònia R., que és secretària tècnica del Consell Esportiu de Sabadell. Aquesta visita es realitza en el marc de la demanda dels nens i nenes, en l'anterior sessió, al voltant de poder comptar amb alguna persona que participi en alguna iniciativa on es treballin els valors de l'esport, projecte a treballar com hem dit anteriorment, per les persones membres de la comissió. Així, la Sònia ens exposa que pren part del projecte "Jugar net és guanyar", i trasllada als consellers i conselleres diferents explicacions que ens permeten endinsar-nos en el nostre projecte.

Primerament, la Sònia comença preguntant-nos que quins jugadors som quan juguem i practiquem esport. La Sònia parla, llavors, del control de les emocions, i de les reaccions que podem tenir mentre juguem.

Tot seguit, la Sònia demana als consellers i conselleres que què prefereixen, si guanyar sempre o que tothom vulgui jugar amb nosaltres. La Sònia els diu que totes dues respostes poden ser encertades, i no hi ha res de dolent en decantar-se per una o per una altra.

Seguidament, la Sònia demana que els nens i nenes es presentin, i exposa allò que treballarem avui així com els objectius de la sessió. Després, els pregunta si saben què són els valors de l'esport, i en Joaquim respon que són les idees que guien la pràctica esportiva. A continuació, els pregunta si creuen que l'esport genera valors, i els afirma que són les persones qui en practiquen qui els transmet.

Quant als tipus de valors presents a l'esport, la Sònia en destaca els següents...

- El respecte, que és no fer petit a ningú.

Tractar bé els altres, parlar amb educació, tractar com es mereixen les persones i el mobiliari, acceptar les decisions encara que no ens agradin...

- El treball en equip, per a què ningú s'hagi de sentir sol fins d'un equip. Es caracteritza per ajudar els companys quan ho necessiten, confiar els uns en els altres, compartir la pilota i les responsabilitats, animar quan algú falla...

- L'esforç, perquè els bons esportistes no són els qui mai fallen, són els qui no deixen d'intentar-ho. L'esforç és intentar-ho fins i tot quan costa. Cal no rendir-se quan ens equivoquem, i sense esforç no hi ha millora.
- El joc net, que es tracta de jugar amb honestedat. Quan puguem fer trampes, decidir no fer-les. Dir la veritat encara que ens perjudiqui, no aprofitar-se de les errades injustes del rival, no enganyar ni provocar el rival, és complir les normes del joc.
- El control emocional. No podem controlar el què sentim, però podem controlar allò que fem. Controlar-se, però, no vol dir no sentir-les, vol dir saber què fer amb elles. Cal aturar-nos abans de reaccionar, pensar en les conseqüències, decidir actuar sense fer mal. El problema és deixar que l'emoció mani.



La Sònia, a continuació, els ensenya una tècnica que es conforma d'aturar-se, respirar i decidir, finalment. Perquè aturar-se 5 segons pot canviar tot el què passi després. Sempre que tinguem una reacció que pugui perjudicar a l'equip i a cadascú de nosaltres com a jugadors o jugadores, cal aturar-se, respirar i després decidir.

A continuació, ens posem a fer una dinàmica de role playing, en què posem en pràctica i evidenciem com ens sentim de manera desigual quan animem a determinats integrants d'un equip. La dinàmica es diu el company invisible, i permet comentar allò que succeeix quan algú se sent invisible, doncs ningú li dona suport. Aquesta acaba amb el missatge del poder que tenim per revertir aquestes situacions amb els nostres valors i les nostres accions.

Tot seguit, la Sònia ens explica com és l'esport escolar a Sabadell. Tot va partir d'una idea, anuncia. Es va considerar que quan el comportament és tan important com el resultat, els valors brillen. I, finalment, arribem a unes conclusions que ens portem a considerar que amb l'esport escolar a Sabadell...

- Hem guanyat que la ciutat sigui un lloc més segur.
- Hem aconseguit que el què pensem, diem i fem vagi en línia.
- Que malgrat neixin menys nens i nenes a Sabadell, la participació pugi.
- O que les escoles vulguin participar-hi.

Un cop finalitzada la visita de la Sònia, preguntem als consellers i conselleres si en aquestes darreres setmanes han descobert alguna iniciativa, club, entitat...de Sabadell que treballi algun o diversos valors de l'esport. Com que ens comenten que hi estan treballant, emplacem als nens i nenes a seguir aprofundint en el projecte, i se'ls recorda que en les properes sessions ja començarem a treballar el vídeo que elaboraran per parlar sobre els valors de l'esport. Així, poden madurar allò que avui els ha transmès la Sònia, així com anar buscant més iniciatives sabadellenques en l'àmbit dels valors de l'esport, i anar rumiant quina forma i continguts voldran donar al vídeo en qüestió.

- **Avaluació i tancament**

Quan queden pocs minuts per finalitzar la sessió, demanem als consellers i conselleres que la valorin. Així, recollim que el 100% contesta que sí que li ha agradat. Per altra banda, un 33% afirma haver-la trobat curta, i el 66% restant no l'ha trobada ni curta ni llarga.

Es dona per acabada la sessió, recollim la sala i ens acomiadem.