



شیوه نامه اولین المپیاد همگانی بسیج اساتید

دانشگاه فنی و حرفه ای

پاییز ۱۴۰۲

معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشگاه فنی و حرفه ای

تمام تلاش و کوشش انسان، برای دست یابی به زندگی بهتر، هدفمند و با کیفیت ترتر، توأم با کامیابی و نیل به لذت واقعی است و ورزش مهمترین انگیزه برای رسیدن به این اهداف می باشد. از طرفی منابع انسانی یکی از عوامل حیاتی برای بقای سازمانها هستند. مفهوم مدیریت منابع انسانی بر نقش و اهمیت نیروهای ماهر و مستعد در سازمان استوار است و تمام سعی خود را در جهت به کارگیری، بهسازی و نگهداری و کاربرد منابع انسانی به کار می بندد تا از توانمندی‌های آن دستیابی به آرمانها و اهداف والای پیش بینی شده به نحو مطلوب بهره گیرد. توجه به ورزش اساتید یکی از مشکلات اصلی جوامع اجتماعی امروزی به دلیل کم بودن تحرک بدنی می باشد که این موضوع باعث گردیده است که انسان دوران فرامدرن بسیار بیشتر از مردمان زمانهای قدیم به انواع بیماریها مبتلا شوند اکنون بر کسی پوشیده نیست که ورزش تاثیر بسیار شگرف در حفظ سلامت و پویایی جوامع اجتماعی امروزی می تواند داشته باشد. ورزش و فعالیت بدنی و جسمانی است که عمده ترین ثمره آن دستیابی به سلامت جسمانی و روانی می باشد. بررسی های علمی نشان داده است که کم تحرکی باعث ایجاد انواع بیماری می گردد که هزینه های این موضوع به صورت مستقیم بر سطح اقتصاد و معیشت منابع انسانی تاثیر گذار است و علاوه بر آن باعث کاهش سطح بهره وری در محیط کاری شده است زیرا منابع انسانی کم تحرک و کم نشاط نمی توانند به خوبی کارها را انجام دهند و سرعت و دقت این گونه کارمندان بسیار کمتر از کارمندان ورزشکار و سالم می باشد.

یکی از نتایج مهم ورزش ایجاد نشاط و سلامتی اساتید است که باعث کاهش هزینه های درمانی ذریط می گردد از دیگر فواید ورزش اساتید می توان به از بین بردن افسردگیها و یا پیشگیری از به وجود آمدن این نوع مشکلات، افزایش اعتماد به نفس، ایجاد آرامش، تقویت احساسات، کاهش اضطراب، افسردگی، فشارهای روانی، تنظیم و تعدیل میزان استرس باشد. که بر افزایش سرعت و دقت اساتید سالم در انجام کارها موثر است و در نهایت باعث افزایش بهره وری سازمان خواهد گردید.

با توجه به جلسات مکرر و نظر به جایگاه رفیع و رسالت پاک دانشگاه ها در تربیت انسان سالم، بانشاط و کارآمد، مقرر گردید اولین المپیاد ورزشی اساتید بسیجی دانشگاه فنی و حرفه‌ای به میزبانی شهرستان کاشان و با در نظر گرفتن اهداف ذیل برگزار گردد.

اهداف

- تحقق فرمایشات مقام معظم رهبری مبنی بر گسترش ورزش همگانی
- ایجاد شرایط جهت حضور گسترده و تشویق اساتید به انجام فعالیتهای ورزشی و گروهی
- ایجاد اثرات مثبت در جهت کاهش هزینه درمانی و تلاش به منظور بوجود آوردن نشاط و شادابی در اساتید
- افزایش روحیه جمعی و رضایت شغلی و بالا رفتن توان کلیدی کارمندان و اساتید و کاهش فشارهای روانی
- تجدید توان کارمندان و اساتید و همچنین کاهش آسیب های شغلی
- افزایش بازده سیستم قلبی و عروقی و تنفسی و آمادگی جسمانی شرکت کنندگان.
- فراهم نمودن شرایط اثرات ورزش در بهره وری
- کاهش ابتلا به بیماریهای ناشی از عدم آمادگی جسمانی متناسب با وضعیت افراد.
- افزایش روحیه نوع دوستی و حس مشارکت.

فصل اول: آیین نامه اجرایی المپیاد

ماده ۱: مرحله کشوری

- ۱- این مرحله با حضور نفرات استان ها در بخش خانم ها و آقایان ورزش های همگانی با برنامه ریزی ، هدایت و نظارت مرکز مشاوره ، تربیت بدنی و سلامت دانشجویی دانشگاه برگزار می شود.
 - ۲- محل برگزاری این دوره از مسابقات به میزبانی شهرستان کاشان خواهد بود.
- دانشکده فنی شهید رجایی کاشان

ماده ۳: زمانبندی المپیاد

فعالیت مورد نظر	زمان
ارسال لیست اسامی و فرم تکمیل شده به تفکیک تیم ها توسط استان مربوطه از طریق اتوماسیون اداری به کارتابل رییس دانشکده فنی شهید رجایی کاشان (رونوشت جهت اطلاع به اداره کل تربیت بدنی دانشگاه نیز ارسال گردد.)	تا پایان وقت اداری ۲۰ آبان
ورود تیم ها به محل برگزاری المپیاد	صبح روز سه شنبه ۳۰ آبان
پذیرش نهایی تیم ها و تحویل مدارک شرکت کنندگان (دانشکده فنی شهید رجایی)	(ساعت ۱۰ الی ۱۴) روز سه شنبه ۳۰ آبان
مراسم افتتاحیه المپیاد	(ساعت ۱۸) روز سه شنبه ۳۰ آبان
آغاز مسابقات	صبح روز چهارشنبه ۱ آذر
پایان مسابقات و اختتامیه المپیاد	عصر روز پنج شنبه ۲ آذر
خروج	صبح روز جمعه ۳ آذر

تذکر مهم:

عدم ارسال لیست اسامی استان ها در زمانبندی اعلام شده به منزله انصراف از حضور در المپیاد می باشد.

فصل دوم: آیین نامه فنی المپیاد

ماده ۱: شرایط شرکت کنندگان در مسابقات

مدرسین، اعضای هیئت علمی و اساتید حق التدریس که دارای شناسه عضویت بسیج اساتید و کد مدرسی دانشگاه فنی و حرفه ای با حداقل تدریس دو ترم متوالی و منتهی به ترم جاری هستند، مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند. تعداد نفرات شرکت کننده از هر استان متشکل از ۲ نفر خانم و ۲ نفر آقا

ماده ۲: مدارک لازم جهت حضور شرکت کنندگان

- ۱- ارسال تصویر فرم تکمیل شده لیست اسامی شرکت کنندگان از طریق اتوماسیون اداری به شهرستان کاشان
- ۲- تحویل اصل فرم تکمیل شده لیست اسامی شرکت کنندگان در روز پذیرش

- ۳- اصل ابلاغ تدریس ممه‌ور به امضا و مهر رئیس و کارگزینی دانشکده/آموزشکده و رئیس استان دانشگاه فنی و حرفه ای
- ۴- اصل و کپی کارت عضویت دارای اعتبار تبصره بند۴- در صورت عدم داشتن کارت عضویت، داشتن گواهی از مرکز بسیج اساتید استان مربوطه مبنی بر عضویت
- ۵- اصل و کپی کارت ملی
- ۶- کارت بیمه حوادث ورزشی معتبر
- ۷- یک قطعه عکس پرسنلی

ماده ۴: ترکیب اعضای کمیته انضباطی مسابقات

- نماینده تربیت بدنی دانشگاه
- سرپرست فنی مسابقات
- رئیس استانی دانشگاه یا مرکز میزبان المپیاد
- رئیس کمیته داوران

ماده ۵: ترکیب اعضای کمیته فنی مسابقات

- مسئول کل برگزاری مسابقات (رئیس دانشگاه فنی و حرفه ای میزبان)
- نماینده تربیت بدنی دانشگاه
- ناظر فنی مسابقات
- ناظر اجرایی مسابقات
- سرپرست فنی رشته مورد نظر

ماده ۶: مسئولیت و وظایف تیم های اعزامی استان

- ۱- کلیه شرکت کنندگان در مسابقات باید ملبس به لباس متحد الشکل ورزشی با نام استان مربوطه باشند.
- ۲- رعایت ارزش های اخلاقی و اسلامی و همچنین انضباط ورزشی در طول برگزاری رقابت ها از سوی همه شرکت کنندگان (اعم از بازیکن ، مربی و سرپرست) الزامی است و هر گونه مسئولیتی در این خصوص متوجه سرپرست تیم اعزامی و رئیس دبیرخانه ورزشی استان خواهد بود.
- ۳- اعزام افراد اضافی و خارج از مفاد این شیوه نامه تحت هر شرایطی ممنوع است. و از پذیرش آن ممانعت به عمل خواهد آمد و مسئولیت آن بر عهده رییس استان می باشد.
- ۴- رعایت زمان ورود و خروج به محل برگزاری رقابت ها الزامی است.

فصل سوم: آئین نامه فنی مسابقات ورزشی

۱- مسابقات ورزشی در دو بخش آقایان و خانم ها و در رشته های پرتاب دارت ، مسابقه ایستگاهی و تیر اندازی با تفنگ بادی و تپانچه برگزار می گردد.

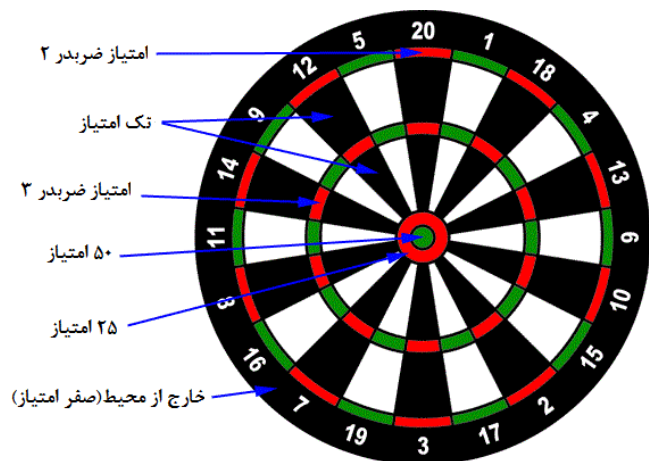
۲- در صورت مصدومیت یکی از اعضای تیم در حین مسابقات، در خصوص نحوه شرکت تیم توسط کمیته فنی تصمیم گیری و اعلام خواهد شد.

۳- به نفرات اول تا سوم رشته های پرتاب دارت و مسابقه ایستگاهی در بخش آقایان و خانم ها جوایز و حکم و مدال اهدا می شود.

رشته پرتاب دارت

نحوه برگزاری :

فاصله طولی مرکز تخته دارت از زمین ۱۷۳ سانتیمتر و فاصله برای پرتاب ۲۳۷ سانتیمتر می باشد به عبارت دیگر بعد از نصب تخته دارت فاصله متر از مرکز تخته دارت تا محل استقرار باید ۲۹۳ سانتیمتر باشد. تخته دارت به صورتی طراحی شده است که دایره آن را به صورت قسمت های مثلثی که به وسیله میله فلزی از هم جدا شده است در آمده. البته اگر به شکل توجه کنید خواهید دید که که میله فلزی علاوه بر درست کردن این مثلث ها تخته دارت را به چهار قسمت مجزا تفکیک کرده، اگر دارت شما در بین دو میله اول خورده باشد عدد شما در ۲ ضرب میشود و اگر در بین دو میله دوم خورده باشد عدد شما در ۳ ضرب خواهد شد و اگر در بین میله سوم باشد که معمولاً به رنگ روشن است بخورد امتیاز شما ۲۵ و اگر در بین میله آخر به عبارتی مرکز قرار گیرد نمره شما ۵۰ خواهد بود و اگر دارت شما داخل این میله ها نباشد عددی که روی آن است به تنهایی در نظر گرفته می شود، چنانچه پرتاب شما خارج از محیط مشخص شده باشد امتیازی برای شما در نظر گرفته نخواهد شد. در صورت افتادن دارت از تخته دارت (اگرچه به عدد یا منطقه مربوطه خورده باشد) امتیازی برای آن پرتاب در نظر گرفته نمی شود. امتیازات بدست آمده بر مبنای امتیازی است که برای هر ناحیه در نظر گرفته شده است، نه بر مبنای رنگ آن. هر بازیکن مجاز است با اجازه داور از سه پرتاب قلق گیری استفاده نماید. برای پرتاب اصلی، هر بازیکن مجاز است فقط ۵ پرتاب انجام داده و جمع امتیازات ۵ پرتاب به عنوان امتیاز کل در برگه مخصوص امتیازات ثبت خواهد شد.

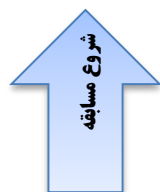


مقررات مسابقه ایستگاهی

- (۱) مسابقه در زمین مستطیل ۱۵*۲۸ اجرا می‌گردد.
- (۲) با فرمان داور مسابقه شروع می‌شود.
- (۳) ایستگاه اول: با دربیبل بسکتبال از بین ۱۰ مانع (با فاصله یک متر) به صورت مارپیچ حرکت می‌کند، در صورت برخورد به موانع و یا خروج از محل مشخص شده امتیاز منفی لحاظ خواهد شد.
- (۴) ایستگاه دوم: پرتاب کردن ۵ توپ به درون سبد بسکتبال از محل مشخص شده (خط پنالتی)، در صورت قرار گیری در سبد، کسب امتیاز مثبت.
- (۵) ایستگاه سوم: راه رفتن روی چوب موازنه ژیمناستیک که در آن زمان محاسبه می‌شود.
- (۶) ایستگاه چهارم: جا به جایی توپ مدیسن بال (برای خانم‌ها ۳ کیلوگرم و برای آقایان ۵ کیلوگرم) به فاصله ۹ متر (بصورت دوی رفت و برگشت) به محل‌های مشخص شده می‌باشد.
- (۷) ایستگاه پنجم: شوت کردن ۵ توپ به دروازه‌ی کوچک از محل مشخص شده، در صورت گل شدن کسب امتیاز
- (۸) ایستگاه ششم: ورزشکار در مربع ۱*۱ می‌ایستد و پنجه والیبال بر روی دیوار از فاصله ۱ متری در دایره ای به قطر ۱ متر و با فاصله دایره مذکور از زمین به طول ۲ متر، می‌زند. در صورت خروج توپ از محوطه مشخص شده، خطا در نظر گرفته می‌شود.
- (۹) ایستگاه هفتم: با سرعت حداکثر به سمت خط پایان حرکت می‌نماید.

خطاها:

- (۱) قرار ندادن توپ‌ها در جای مشخص شده در مرحله اول.
 - (۲) قرار نگرفتن در منطقه‌های مشخص شده برای پرتاب و شوت.
 - (۳) پرش از روی موانع.
 - (۴) افتادن از روی چوب موازنه
 - (۵) عدم قرارگیری در محل استقرار تیم.
 - (۶) شروع زودتر از موقع.
 - (۷) قرار داشتن پا روی خطها
- " به ازای هر خطای شخص ۱ ثانیه به زمان اضافه می‌شود، به ازای گل شدن شوت به دروازه و قرارگیری هر پرتاب در سبد ۲ ثانیه از زمان کسر می‌گردد. در پایان، تیم‌ها بر اساس رکورد زمانی محاسبه شده، رتبه بندی خواهند شد. "



در تیر بسکتبال به صورت هفتایچه
ایستگاه شماره ۱



۵ شوت بسکتبال
ایستگاه شماره ۲

حرکت تعادل بر روی چوب موازنه
ایستگاه شماره ۳

توپ مدیسن بال

دو رفت و برگشت با توپ مدیسن بال
ایستگاه شماره ۴

توپ مدیسن بال

۵ شوت به دروازه
ایستگاه شماره ۵



۱۰ پنجه و ایستگاه روی دیوار
ایستگاه شماره ۶

دویدن سرعتی تا خط پایان
ایستگاه شماره ۷

اختتام

راهنمای عمومی تیراندازی با تفنگ و تپانچه بادی:

۱. مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تیراندازی (ISSF) برگزار می‌شود.
۲. مسابقات به صورت انفرادی برگزار می‌گردد.
۳. هردو ورزشکار معرفی شده از سوی استان امکان شرکت در مسابقات را دارند.
۴. کلیه تیراندازان باید حداقل ۳۰ دقیقه قبل از شروع مسابقه در سالن حضور یابند.
۵. این مسابقات در رشته تفنگ بادی و تپانچه بادی به (۱۵ دقیقه زمان آماده سازی و قلق، ۷۵ دقیقه زمان مسابقه به صورت فرم کامل ۶۰ تیر) برگزار می‌گردد.
۶. چکاندن ماشه خالی و یا خارج کردن هوا در محل مسابقه باید با هماهنگی داور انجام گرفته و در غیر این صورت عمل خطا محسوب می‌شود.
۷. کلیه تیراندازان باید توانایی تیراندازی به صورت ایمن و صحیح را داشته باشند. لذا در صورت بروز هر مشکلی مسئولیت آن به عهده مربیان و سرپرستان خواهد بود.
۸. نفرات اول تا سوم در هر ماده ورزشی در بخش انفرادی حکم قهرمانی و مدال اهداء خواهد شد.
۹. هنگام اجرای مسابقه کلیه تیراندازان، مربیان و داوران باید کارت شناسائی صادره از سوی پذیرش مسابقات را همراه داشته باشند در صورت نداشتن کارت شناسایی مسابقات مجاز به شرکت نخواهند بود.
۱۰. مسابقات بر اساس جدول زمانبندی راس ساعت مقرر برگزار خواهد شد، در صورت تاخیر تیرانداز در خط مسابقه، از زمان باقیمانده خود استفاده خواهد کرد.
۱۱. هرگونه اعتراض شفاهی یا رفتار غیر ورزشی توسط تیراندازان یا هیئت همراه منتسب به تیم می‌تواند منجر به صدور اخطار علیه تیرانداز گردد.