



معاونت فرهنگی
اداره کل تربیت بدنی



آیین نامه فنی مسابقات جام رمضان در دو بخش دانشجویان، کارکنان و اعضای هیات علمی

آیین نامه فنی مسابقات جام رمضان

قوانین و مقررات فنی مسابقات فوتبال گل کوچک

مسابقات طبق آخرین مقررات فدراسیون فوتبال صرفاً در بخش آقایان (دانشجویان و کارکنان) به صورت تفکیک شده به قرار ذیل برگزار خواهد شد.

ماده (۱) تیم و تعداد بازیکنان:

- هر تیم متشکل از ۵ نفر بازیکن (۳ نفر اصلی و ۲ ذخیره) می باشد.
- هر دانشکده می تواند با دو تیم الف و ب در مسابقات شرکت نماید.
- هر تیم می تواند از دو بازیکن آزاد از کارکنان یا دانشجویان دانشکده های دیگر استفاده نماید.
- در این نوع از مسابقات دروازه بان وجود ندارد و یکی از سه بازیکن در جریان بازی می توانند در درون دروازه قرار گیرند. (بازیکنانی که در داخل دروازه قرار می گیرند حق ندارند با دست تیر افقی دروازه را نگه دارد یا با دست توپ را لمس کنند و اگر در داخل منطقه جریمه برخورد بوجود بیاید پنالتی محسوب می گردد).

ماده (۲) مشخصات زمین بازی (اندازه و ابعاد آن):

- زمین بازی می بایست به صورت مستطیل و با اندازه و ابعاد ۲۰*۱۱ متر طراحی شده باشد. زمین بازی با یک خط به دو نیمه برابر با متر ۱۱ متر تقسیم و هر نیمه نیز دارای یک خط فرضی دیگر برای مشخص ساختن محوطه جریمه با فاصله ۱/۵ متری از خط دروازه می باشد.
- دروازه ها: دروازه ها می بایست در وسط خط عرضی زمین مسابقه نصب، و دو تیرک دروازه نیز به فاصله یکسانی از نقطه مرکز قرار گرفته و به یک تیرک افقی متصل گردند. فاصله دو تیرک عمودی می بایست یک متر و فاصله تیرک افقی تا سطح زمین ۷۰ سانتی متر باشد.

ماده (۳) مشخصات توپ: این مسابقات با توپ شماره ۳ فوتسال یا توپ پلاستیکی برگزار می شود.

ماده (۴) امنیت: استفاده از وسایل غیرضروری و همچنین استفاده از هرگونه زیورآلات که زمینه بروز آسیب دیدگی بازیکنان را فراهم نماید، ممنوع می باشد.

ماده (۵) مدت مسابقه:

- مدت مسابقه دو زمان ۷ دقیقه ای روان می باشد.
 - در صورت اتلاف وقت به خاطر مصدومیت و یا دادن کارت قرمز و زرد و هرگونه تشنجی که باعث به تاخیر افتادن شروع مجدد بازی گردد، داوران می توانند از وقت نگهدار بخواهند که زمان بازی را متوقف نمایند.
 - تبصره: زمان استراحت بین دو نیمه، سه دقیقه تعیین و اعلام می گردد.
- تایم اوت: تیم ها می توانند در هر نیمه یک تایم اوت یک دقیقه ای درخواست نمایند که در این صورت باید مراتب به وقت نگهدار اطلاع داده شود.

ماده (۶) نحوه بازی:

- شروع بازی می بایست با پاس از وسط زمین آغاز گردد.
- شروع بازی با حضور ۳ بازیکن اصلی باشد.
- بعد از زدن هر گل، بازی از وسط زمین شروع می گردد.
- در زمان زدن اوت و کرنر و شروع مجدد، بازیکنان از زننده ضربه توپ سه متر فاصله داشته باشند.

- پنالتي اول از فاصله ۱/۵ متری زده می شود و دروازه بان با یک پای ثابت می تواند فقط یکی از پاهایش را در زمان ضربه زدن در راستای خط افقی دروازه حرکت دهد(تکل و هند و نگهداشتن و استفاده از تیر افقی دروازه منجر به اعلام پنالتي از نقطه یک می شود) که در صورت عدم رعایت، ضربه پنالتي تکرار می شود.
- پنالتي دوم از فاصله ۱۸/۵ متری بدون دروازه بان، زده خواهد شد.
- در صورتی که تعداد خطاها از سوی داور بیش از ۵ خطا اعلام شود پنالتي از نقطه دوم زده خواهد شد.
- قبل از زدن ضربه پنالتي(نقطه یک یا دو) نفرات باید پشت توپ ایستاده باشند و بعد از زدن ضربه، بازی ادامه دارد.

ماده ۷) محاسبه امتیاز:

- نحوه محاسبه امتیاز مسابقات در مرحله گروهی برای هر برد ۳ امتیاز و مساوی یک امتیاز در نظر گرفته شده است.
- در مرحله بعدی مسابقات پس از اتمام وقت قانونی ، ابتدا دو وقت ۳ دقیقه ای در نظر گرفته خواهد شد و در صورت تساوی، ضربات پنالتي تعیین کننده تیم برتر میدان می باشد.(هر تیم سه پنالتي).
- در صورت تساوی دو تیم، در مسابقات ابتدا بازی رودرو، تفاضل گل، گل زده، گل خورده و کارت های قرمز و زرد، جهت تعیین تیم در نظر گرفته خواهد شد.

ماده ۸) سایر موارد:

- هر تیم موظف است دو دست پیراهن ورزشی به رنگ های روشن و تیره به همراه داشته باشد.
- همه بازیکنان موظفند گارد محافظ پا (قلم بند) در جریان مسابقه استفاده نمایند.
- کلیه اعتراضات به صورت مکتوب توسط سرپرست تیم در پایان همان بازی به مسئول ذیربط تسلیم و در غیر اینصورت به هیچ وجه رسیدگی نخواهد شد .
- عدم رعایت قوانین و مقررات و شئونات اسلامی و اخلاقی بازیکنان ، مربیان و سرپرستان تیم ها با توجه به گزارش داور و مسئول اجرایی موضوع توسط کمیته انضباطی پیگیری خواهد شد.
- در صورت اخراج یکی از بازیکنان تیم، بازیکن جایگزین تا دو دقیقه بعد یا تا زمان خوردن یک گل، حق ورود به زمین را ندارد.

تبصره: در خصوص هر گونه مواردی پیش بینی نشده در این آیین نامه مرجع حل اختلاف کمیته فنی مسابقات می باشد.

تاریخ شروع مسابقه در بخش دانشجویان : دوشنبه ۴ اردیبهشت ماه

تاریخ شروع مسابقه در بخش کارکنان: دوشنبه ۴ اردیبهشت ماه

مکان برگزاری : سالن شماره ۲

قوانین و مقررات مسابقات شطرنج (ویژه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه)

- ۱- قوانین فدراسیون بین‌المللی شطرنج (فیده) بر مسابقات حاکم است.
 - ۲- مسابقات در دو بخش جداگانه دختران و پسران و بصورت تیمی-انفرادی برگزار خواهد شد. هر تیم حداکثر متشکل از ۵ بازیکن خواهد بود.
 - ۳- اعضای هر تیم بصورت انفرادی در مسابقات شرکت خواهند کرد و مجموع امتیازات ۳ بازیکن برتر هر تیم بعنوان امتیاز تیمی آن واحد لحاظ خواهد شد. حداقل تعداد نفرات واحدها برای رده بندی تیمی، ۲ نفر می باشد و واحدهایی که تنها با یک بازیکن در مسابقه شرکت نمایند صرفاً در رده بندی انفرادی حضور خواهند داشت.
تبصره: استفاده از یک بازیکن کمکی (دانشجوی دانشگاه) از سایر پردیس ها و دانشکده های دانشگاه تهران بلامانع است.
تبصره: شرکت شاغلین دانشجوی دانشگاه در مسابقات هر دو بخش دانشجویان و شاغلین بلامانع می باشد.
 - ۴- مسابقه غیرریتد و تعداد دورها براساس تعداد شرکت کنندگان تعیین می‌شود.
 - ۵- زمان بازی‌ها: زمان بازی‌ها برای هر بازیکن ۱۰ دقیقه به اضافه ۲ ثانیه پاداش برای هر حرکت، از اولین حرکت بازی می باشد.
 - ۶- رده بندی و گره گشایی: به سه تیم برتر و سه بازیکن برتر هر جدول احکام قهرمانی (طبق آیین نامه عمومی) اهدا خواهد شد. رده بندی انفرادی جداول براساس مجموع امتیاز کسب شده هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن، امتیاز برابر کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش گره گشایی به ترتیب زیر استفاده می‌گردد:
 - الف - رویارویی مستقیم
 - ب - بوخ هولز
 - ج- سونه بورن برگر
 - د- برد بیشتربرای تعیین رتبه تیم ها از روش گره گشایی نرم افزار سوییس منیجر استفاده خواهد شد.
 - ۷- پروتکل های بهداشتی: استفاده از ماسک برای تمامی بازیکنان، داوران و کادر اجرایی در طول مسابقه الزامی است.
 - ۸- هر گونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رای کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.
- زمان برگزاری: دانشجویان دختر و پسر: روز دوشنبه مورخ ۲۸ فروردین از ساعت ۹ صبح
مکان مسابقه: خیابان ۱۶ آذر - درب مرکز بهداشت دانشگاه، باشگاه دانشجویان دانشگاه تهران

قوانین و مقررات مسابقات شطرنج (ویژه کارکنان دانشگاه)

قوانین فدراسیون بین‌المللی شطرنج (فیده) بر مسابقات حاکم است.

۱- مسابقات در یک جدول مختلط بانوان و آقایان و بصورت تیمی-انفرادی برگزار خواهد شد. هر تیم حداکثر متشکل از ۴ بازیکن خواهد بود.

۲- اعضای هر تیم بصورت انفرادی در مسابقات شرکت خواهند کرد و مجموع امتیازات ۲ بازیکن برتر هر تیم (متشکل از حداقل یک بانو) بعنوان امتیاز تیمی آن واحد لحاظ خواهد شد. (یک بازیکن بانو و یک بازیکن آقا یا دو بازیکن بانو).
تبصره: حداقل تعداد نفرات واحدها برای رده بندی تیمی، ۲ نفر می باشد و واحدهایی که تنها با یک بازیکن در مسابقه شرکت نمایند صرفاً در رده بندی انفرادی حضور خواهند داشت.

تبصره ۱: استفاده از یک بازیکن کمکی از شاغلین سایر واحدهای دانشگاه تهران بلامانع است.

تبصره ۲: شرکت شاغلین دانشجوی دانشگاه در مسابقات هر دو بخش دانشجویان و شاغلین بلامانع می باشد.

۳- مسابقه غیرریتد و تعداد دورها براساس تعداد شرکت کنندگان تعیین می‌شود.

۴- زمان بازی‌ها: زمان بازی‌ها برای هر بازیکن ۱۰ دقیقه به اضافه ۲ ثانیه پاداش برای هر حرکت، از اولین حرکت بازی می باشد.

۵- رده بندی و گره‌گشایی: به سه تیم برتر و سه بازیکن برتر (بانوان و آقایان بصورت جداگانه) احکام قهرمانی اهدا خواهد شد.
رده بندی انفرادی جداول براساس مجموع امتیاز کسب شده هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن، امتیاز برابر کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش گره‌گشایی به ترتیب زیر استفاده می‌گردد:

الف - رویارویی مستقیم

ب - بوخ هولز

ج- سونه بورن برگر

د- برد بیشتر

برای تعیین رتبه تیم‌ها از روش گره‌گشایی نرم افزار سوییس منیجر استفاده خواهد شد.

۶- پروتکل‌های بهداشتی: استفاده از ماسک برای تمامی بازیکنان، داوران و کادر اجرایی در طول مسابقه الزامی است.

۷- هر گونه موارد پیش‌بینی نشده بر اساس رای کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم‌گیری خواهد شد.

زمان مسابقه شاغلین (بانوان و آقایان): روز سه‌شنبه مورخ ۲۹ فروردین از ساعت ۹ صبح

مکان مسابقه: خیابان ۱۶ آذر - درب مرکز بهداشت دانشگاه، باشگاه دانشجویان دانشگاه تهران

آیین نامه مسابقات تیراندازی در بخش کارکنان و دانشجویان

- تمامی قوانین عمومی جشنواره در این مسابقات اجرا می گردد.
 - مسابقات در بخش کارکنان (بانوان و آقایان) و دانشجویان (پسران و دختران) برگزار می گردد.
 - مسابقات در بخش دانشجویان (پسران) و کارکنان (آقایان) بصورت ادغام شده برگزار می گردد.
 - مسابقات در بخش دانشجویان (دختران) و کارکنان (بانوان) بصورت ادغام شده برگزار می گردد.
 - مسابقات به صورت انفرادی و در رشته تفنگ بادی استاندارد ۱۰ متر مطابق قوانین فدراسیون تیراندازی برگزار می گردد.
 - - نفراتی می توانند در مسابقات شرکت نمایند که با اصول اولیه تیراندازی آشنایی داشته باشند.
 - زمان مسابقه ۳۰ دقیقه با ۲۰ تیر می باشد.
 - همراه داشتن ایدی کارت برای حضور در کلیه مسابقات الزامی می باشد.
 - در صورت بروز شرایط خاص ، اتخاذ تصمیم نهایی در هر مورد با کمیته فنی مسابقات خواهد بود.
- اعضای کمیته فنی و انضباطی عبارتند از : مسئول برگزاری مسابقه - سرپرست فنی - یک نفر از تیم داوری دو نفر مربی یا سرپرست تیم های حاضر نماینده حراست دانشگاه

زمان برگزاری: دوشنبه ۱۴۰۲/۰۱/۲۸ آقایان و سه شنبه ۱۴۰۲/۰۱/۲۹ خانم ها از ساعت ۹ صبح

مکان برگزاری: سالن تیراندازی پردیس دانشکده فنی

قوانین و مقررات مسابقات بسکتبال ۳ نفره جام رمضان (ویژه دانشجویان دختر و پسر)

مسابقات طبق آخرین قوانین مقررات فدراسیون بسکتبال ج.ا.ا برگزار خواهد شد. مسابقات در دو بخش پسران و دختران برگزار می گردد.

۱- زمین و توپ

مسابقات ۳*۳ با توپ بسکتبال سایز ۶ در دو بخش دانشجویان دختر و پسر برگزار می گردد. بازی در نیمه زمین (در ابعاد ۱۵*۱۱) و با یک حلقه انجام میشود. زمین باید دارای شکل عادی ورزش بسکتبال باشد که حاوی خط پرتاب پنالتی با فاصله ۵/۸۰ متر و خط دو امتیازی با فاصله ۶/۷۵ متر از حلقه باشد و نیمه دایره (no- charge area) در زیر حلقه میباشد.

۲- تیم ها

هر تیم متشکل از ۴ بازیکن، ۳ نفر بازیکن اصلی و یک نفر ذخیره می باشد. هر تیم می تواند یک بازیکن آزاد از دانشکده های دیگر استفاده نماید. هر دانشکده می تواند در قالب دو تیم در مسابقات شرکت نماید. بازی با سه بازیکن از هر تیم در داخل زمین شروع می شود.

۳- تعیین مالکیت توپ

مالکیت توپ با پرتاب سکه مشخص می شود.

۴- امتیازدهی

هر شوت داخل نیمه دایره ۶/۷۵ دارای یک امتیاز خواهد بود. هر شوت از پشت خط نیمه دایره دارای دو امتیاز خواهد بود. هر گل موفق در پرتابهای آزاد یک امتیاز خواهد داشت.

۵- زمان بازی / برنده بازی

زمان قانونی بازی یک پرپود ده دقیقه ای مفید می باشد که شامل پرتاب های پنالتی نیز می باشد و زمانیکه توپ به وسیله مهاجم در اختیار گرفته شود، آغاز به کار می کند.

هر تیمی که ۲۱ امتیاز به دست آورد، برنده بازی است حتی اگر زمان تمام نشده باشد. این صرفا حاوی زمان معمولی بازی است نه وقت اضافی.

اگر تا آخر زمان قانونی امتیاز دو تیم مساوی شود، بازی در وقت اضافی دنبال خواهد شد. یک دقیقه استراحت بین وقت اضافی و زمان بازی در نظر گرفته خواهد شد. اولین تیمی که در وقت اضافی دو امتیاز به دست آورد، برنده بازی خواهد شد.

در صورتیکه یکی از تیمها در آغاز بازی حاضر نشده یا تعداد نفرات تیم به ۳ نفر نرسد آن تیم باخت فنی خواهد گرفت.

۶- خطاها / پرتاب پنالتی

محدودیت خطا برای هر تیم ۶ خطای تیمی می باشد.

در صورتی که بازیکنی مرتکب ۴ اشتباه شود باید زمین بازی را ترک نماید.

جریمه خطا بر روی بازیکن در حال شوت در داخل قوس یک پرتاب آزاد و در خارج قوس ۲ پرتاب آزاد می باشد.

در صورتی که خطا بر روی بازیکن در حال شوت که پرتاب آن به ثمر برسد صورت گیرد، یک پرتاب آزاد اضافی به وی تعلق خواهد گرفت .
در صورتی که خطا بر روی بازیکنی که در حال شوت نباشد صورت گیرد و محدودیت خطای تیمی آنان به ۶ رسیده باشد، یک پرتاب آزاد به وی تعلق خواهد گرفت .

جریمه برای خطاهای تیمی ۷، ۸ و ۹ دو پرتاب آزاد

جریمه برای خطای تیمی ۱۰ به بعد دو پرتاب آزاد+ مالکیت توپ

جریمه برای خطای فنی یک پرتاب آزاد بدون اینکه مالکیت توپ عوض شود.

جریمه برای خطای دیسکالیفه: دو پرتاب آزاد+ مالکیت توپ

۷- زمان اقدام به شوت

هر تیم ۱۲ ثانیه زمان مالکیت برای اقدام شوت به حلقه دارد.

در صورتیکه ساعت شوت ۱۲ ثانیه در دسترس نباشد، توصیه می شود مسئول ۱۲ ثانیه به میز منشی اضافه شود و به کمک

کرونومتر و سوت داور زمین را یاری دهد.

۸- چطور با توپ بازی می شود

به دنبال گل شدن توپ در حین بازی یا آخرین پرتاب پنالتی مالکیت توپ با مدافع است که می تواند توپ را با دربیبل کردن یا پاس دادن به پشت قوس بیاورد.

مهاجم نباید به توپ در منطقه نوشارژ (no-charge) دست بزند.

به دنبال هر توپ گل نشده در حین بازی یا پرتاب پنالتی:

در صورتی که بازیکن مهاجم ریباند کرد می تواند بدون آنکه پشت نیم دایره برود اقدام به شوت نماید.

در صورتی که بازیکن مدافع ریباند کرد باید توپ را به پشت خط نیم دایره برساند.

در خصوص توپ دزدی یا توپ از دست رفته:

اگر در داخل نیم دایره اتفاق افتاد ، باید توپ را به پشت خط نیم دایره با پاس یا دربیبل برسانند.

مالکیت توپ برای هر تیم در ادامه مرده شدن توپ به جز گل شدن با پاس دادن توپ بین مدافع و مهاجم در پشت خط نیم دایره شروع می شود.

بازیکن به خارج از تیم دایره تعلق دارد که هیچ کدام از پاهای وی در داخل نیم دایره نباشد.

در خصوص وضعیت جمبال توپ به بازیکن مدافع داده می شود.

۹- تعویض

تعویض برای هر تیم در حین مرده شدن توپ و بعد از خروج هم تیمی خود از روی صندلی خط انتهایی روبروی سبد و بدون نیاز به اعلام یا علامت دادن داوران قابل انجام خواهد بود.

۱۰- تایم استراحت

یک زمان ۳۰ ثانیه ای به هر تیم برای استراحت داده می شود. بازیکن می تواند در حین مرده شدن توپ تقاضای تایم استراحت نماید.

۱۱- لباس

هر تیم موظف است دو دست لباس بسکتبال تیره و روشن داشته باشد.

- تصمیم گیری در خصوص جدول بازیها به عهده کمیته برگزاری مسابقات می باشد.
- در صورت بروز شرایط خاص اتخاذ تصمیم نهایی در هر مورد با کمیته برگزاری مسابقات خواهد بود.
- در طی برگزاری مسابقات اعتراض به صورت کتبی ۱۰ دقیقه پس از پایان مسابقه و توسط نماینده رسمی تیم یا دانشکده قابل پیگیری است.
- هر گونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رای کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.
- زمان و مکان برگزاری مسابقه:

دختران روز دو شنبه مورخ ۱۴۰۲/۲/۴ - سالن شماره یک اداره کل تربیت بدنی

پسران روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۲/۵ - سالن شماره یک اداره کل تربیت بدنی

آیین نامه مسابقه دال پلان ویژه دانشجویان و کارکنان دانشگاه

- این مسابقه بصورت انفرادی و همزمان برای دانشجویان و کارکنان برگزار می گردد و بازیکنان به صورت دو به دو با هم به رقابت می پردازند.
- در هر طرف سه دال (تخته) با فاصله یک متری از هم قرار دارد
- فاصله اولین دال دو طرف از هم برای خانمها ۹ متر و برای آقایان ۱۵ متر میباشد.
- تعیین مالکیت توپ با پرتاب سکه انجام می شود.
- نحوه پرتاب توپ برای آقایان از بالای سر و برای خانمها به صورت آزاد می باشد.

نحوه بازی و امتیازدهی:

- هر نفر در زمین خود ۳ دال دارد که با فاصله ۹ متر برای خانمها و ۱۵ متر برای آقایان از نزدیکترین دال حریف و روبروی آن چیده می شود.
 - هر نفر در نوبت اول یک پرتاب دارد که در صورت انداختن یکی از دال ها یک پرتاب اضافه و در صورت انداختن دو دال دو پرتاب اضافه می گیرد.
 - بازی در هر دور شامل ۲ امتیاز می باشد و این امتیاز زمانی تعلق می گیرد که هر یک از حریفان بتواند تمامی دالهای طرف مقابل خود را بیاندازد.
 - اگر حریف بازنده هر دور هیچ دالی نیانداخته باشد صفر امتیاز و اگر یک یا دو دال از حریف انداخته باشد یک امتیاز به وی تعلق می گیرد.
 - بازی زمانی به اتمام می رسد که یکی از حریفان به امتیاز ۶ و یا بالاتر دست پیدا کند.
 - بعد از پایان هر دور طرفین جابجا میشوند و حق پرتاب با نفر برنده دور قبل است.
 - تصمیم گیری در خصوص جدول بازیها به عهده کمیته برگزاری مسابقات می باشد.
 - در صورت بروز شرایط خاص اتخاذ تصمیم نهایی در هر مورد با کمیته برگزاری مسابقات خواهد بود.
 - اعتراض فقط به صورت کتبی قابل پیگیری است.
 - هر گونه موارد پیش بینی نشده بر اساس رای کمیته فنی مسابقات بررسی و تصمیم گیری خواهد شد.
 - زمان و مکان برگزاری مسابقه:
 - خانمها روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱/۲۷ ساعت ۱۴ - سالن شماره دو اداره کل تربیت بدنی
 - آقایان روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۲/۲۸ ساعت ۱۴ - سالن شماره دو اداره کل تربیت بدنی
 - سالن شماره ۲ اداره کل تربیت بدنی واقع در خیابان ۱۶ آذر نیش کوچه پارسی می باشد.
- اسامی شرکت کنندگان می بایست تا ۲۴ ساعت قبل از برگزاری مسابقه به اتوماسیون مسئول رشته ارسال گردد.

آیین‌نامه‌ی مسابقات والیبال ۴ نفره در بخش دانشجویان (پسران و دختران) و کارکنان (صرفاً آقایان)

- مسابقات طبق آخرین قوانین و مقررات انجمن والیبال وزارت علوم برگزار می‌گردد.
- تمامی قوانین عمومی جشنواره در این مسابقات اجرا می‌شود.
- مسابقات در دو بخش دانشجویان (پسران و دختران) و کارکنان (صرفاً آقایان) برگزار می‌شود.
- هر تیم متشکل از ۶ ورزشکار (۴ نفر اصلی و ۲ نفر ذخیره) یک مربی و یک سرپرست و جمعا ۸ نفر می‌باشد.
- هر تیم می‌تواند از دو بازیکن آزاد از دانشکده‌های دیگر استفاده نماید
- تیم‌های شرکت‌کننده حتماً باید دارای پیراهن، شورت و جوراب متحدالشکل و شماره دار باشند.
- پیراهن بازیکنان هر تیم باید از شماره ۱ تا ۲۰ شماره‌گذاری شده باشد که شماره روی سینه باید حداقل به بلندی ۱۵ سانتیمتر و در پشت حداقل ۲۰ سانتیمتر و پهنای شماره حداقل ۲ سانتیمتر باشد.
- کاپیتان تیم باید در زیر شماره‌ی سینه‌ی پیراهنش یک نوار ۸×۲ سانتیمتر داشته باشد.
- مسابقات با توپ میکاسا Mva ۲۰۰ برگزار خواهد شد.
- حضور تیم‌ها ۲۰ دقیقه قبل از شروع بازی در سالن الزامی است.
- بازیهای مقدماتی از ۳ گیم بوده و در صورت کشیده شدن مسابقه به گیم سوم، بازی تا امتیاز ۲۵ ادامه می‌یابد. بازیهای حذفی تا فینال به صورت ۳ گیم از ۵ گیم برگزار می‌شود
- مسابقات بصورت فیزو برگزار می‌گردد.
- با توجه به فشرده بودن مسابقات فقط ۱۰ دقیقه برای تاخیر تیم‌ها در نظر گرفته می‌شود. پس از مهلت مذکور تصمیم‌گیری در مورد انجام مسابقه بر عهده کمیته فنی خواهد بود.
- حضور مربی در زمان مسابقه تیم‌ها الزامی است.
- اگر عدم حضور تیمی در جدول مسابقات باعث عوض شدن نتیجه جدول مسابقات گردد کلیه امتیازات آن تیم حذف خواهد شد.
- در طی برگزاری مسابقات اعتراض به صورت کتبی تا ۳۰ دقیقه پس از پایان مسابقه و توسط نماینده رسمی تیم یا دانشکده قابل پیگیری است. (هزینه اعتراض ۱۰۰ هزار تومان می‌باشد)
- در صورت بروز شرایط خاص ، اتخاذ تصمیم نهایی در هر مورد با کمیته فنی مسابقات خواهد بود.

● همراه داشتن کارت دانشجویی برای کلیه بازیکنان تیمها الزامی بوده و می‌بایست قبل از شروع هر بازی توسط سرپرست تیم تحویل سرپرست مسابقات شود(در صورت همراه نداشتن کارت از شرکت آن فرد در مسابقه جلوگیری به عمل خواهد آمد) .

● کارت بیمه ورزشی دانشجویان و گواهی سلامت پزشک برای حضور در مسابقات الزامی است.

- حضور سرپرستان تیم‌ها در سالن در تمامی مراحل برگزاری مسابقات الزامی است. (مسئولیت کنترل هرگونه مسائل انضباطی بعهد سرپرست تیم می‌باشد)
- اعضای کمیته فنی و انضباطی عبارتند از : مسئول برگزاری مسابقه – سرپرست فنی- یک نفر از تیم داوری دو نفر مربی یا سرپرست تیم‌های حاضر و نماینده حراست دانشگاه
- تاریخ برگزاری در بخش کارکنان (آقایان) و دانشجویان (پسر و دختر) : ۱۴۰۲/۲/۴
- مکان برگزاری کارکنان (آقایان) : سالن شماره ۱ اداره کل تربیت بدنی
- مکان برگزاری در بخش دانشجویان دختر : سالن فاطمی کوی دانشگاه
- مکان برگزاری دانشجویان پسر : سالن شهید نوروزی کوی دانشگاه
- ساعت برگزاری در جلسه قرعه کشی اطلاع رسانی خواهد شد.

قوانین و مقررات داژبال ویژه کارکنان (بانوان)

- این مسابقات صرفاً در بخش کارکنان (بانوان) برگزار می گردد.
- هر تیم شامل ۶ بازیکن (۴ نفر اصلی و ۲ نفر ذخیره) می باشد.
- هر تیم می تواند دو نفر بازیکن آزاد از دیگر دانشکده ها استفاده نماید.
- لباس بازیکنان باید متحدالشکل باشد.
- شماره پیراهن بازیکنان در وسط پشت ۲۰ سانتی متر و در وسط جلو ۱۵ سانتی متر و به پهنای ۲ سانتی متر باشد.
- مسابقات با توپ والیبال برگزار می شود.
- هر گونه تصمیم گیری در موارد پیش بینی نشده به عهده کمیته فنی مسابقات خواهد بود.

شرح بازی

- تیم مدافع: تیمی که در وسط زمین قرار می گیرد.
- تیم مهاجم: تیمی که در دو طرف زمین قرار می گیرد.
- شروع بازی با قرعه کشی بوده و برنده قرعه حق انتخاب مدافع یا مهاجم بودن را دارد. تیم مدافع در وسط زمین قرار می گیرد و تیم مهاجم نیز به دو گروه تقسیم شده و در دو طرف محل تعیین شده مستقر می شوند. بازی با سوت داور شروع شده و کرنومتر روشن می شود.
- ۱- زمان بازی ۱۲ دقیقه می باشد.
- ۲- طول و عرض ۱۰*۵ می باشد.
- ۳- اگر بازیکن وسط توپی را که تیم مهاجم پرتاب می کند بگیرد، گل محسوب شده و بنام خودش منظور می گردد.
- ۴- بازیکنی که گل داشته باشد اگر با توپ زده شود در بازی می ماند و گل او از بین می رود (در صورتیکه ۲ یا ۳ بازیکن در زمین باشند این بازیکن می تواند گل خود را به افراد دیگری از تیم خود که از زمین خارج شده اند بدهد. در ابتدا نفر اولی که زمین را ترک نموده است باید وارد زمین گردد.)
- ۵- آخرین نفری که در زمین می ماند بعد از ۵ رفت و برگشت موفق (حداکثر ۱۰ پرتاب) باید یکی از افراد تیم را به داخل زمین دعوت نماید. (در ابتدا نفر اولی که زمین را ترک نموده است باید وارد زمین گردد.)
- ۶- اگر توپ پاس داده شود و به بازیکن وسط زمین بخورد بازیکن نباید از زمین خارج شود.
- ۷- بازیکنان مهاجم می توانند در جریان بازی به جای اینکه بازیکنان وسط را با توپ بزنند با اعلام کلمه پاس توپ را مستقیماً به بازیکنان هم تیمی خود پاس دهند.
- ۸- استراحت بین دو گیم ۵ دقیقه می باشد.

خطاها

- ۱- پرتاب توپ بشکل شوت با پا خطا محسوب می شود و بازیکن خاطی باید زمین بازی را ترک نماید.
- ۲- بازیکنان مدافع که در وسط قرار دارند اگر در جریان بازی پای یکی از آنها از خط زمین به طور کامل عبور کند خطا محسوب شده، باید زمین را ترک نماید.
- ۳- اگر بازیکنان مدافع توپ را پس از دریافت به محل دورتر پرتاب نمایند (اتلاف وقت) همان بازیکن پرتاب کننده باید از دور بازی خارج شود.
- ۴- چنانچه یکی از بازیکنان مهاجم خطای عمد روی بازیکنان مدافع انجام دهد خطا محسوب می شود. بازیکن مهاجم نباید پایش را روی خط محوطه بگذارد.

- تبصره یک: مربی در هر دور بازی می‌تواند از بین ۵ بازیکن خود چهار نفر را به عنوان نفرات اصلی وارد زمین بنماید.
- تبصره دو: قبل از شروع بازی مربیان باید اسامی ۴ بازیکن اصلی را به طور کتبی به منشی ارائه دهند. (استفاده از بازیکن ذخیره در جریان بازی فقط در صورت آسیب جدی بازیکن اصلی و با تأیید سرپرست فنی انجام می‌پذیرد).
- بازیکنان باید سعی کنند توپ را به سمت بازیکنان وسط زمین پرتاب نمایند. به گونه‌ای که توپ به آنها برخورد کند. بازیکنی که توپ به او اصابت کرده از زمین بازی خارج می‌شود هنگامی که آخرین نفر با توپ زده شد کرنومتر خاموش شده و زمان بازی برای بازیکنان وسط زمین ثبت می‌گردد. با فرمان داور جای دو تیم عوض شده و به همان صورت زمان بازی تیم دوم نیز ثبت می‌گردد. تیمی که زمان بیشتری بازی کرده باشد برنده بازی اعلام می‌گردد. اگر یک بازیکن مدافع باقی بماند بعد از ۵ رفت و برگشت می‌تواند یک یار به داخل زمین دعوت نماید و بازیکن پرتاب کننده اگر با واژه پاس توپ را برای یاران خود بفرستد و نفر وسط به توپ ضربه بزند به اصطلاح می‌گویند پاس شکسته شده یک نوبت از پنج نوبت به حساب می‌آید.
- در حالیکه اگر توپ با واژه پاس به یار خودی برسد فقط پاس است و نوبت محسوب نمی‌شود. استفاده از واژه پاس فقط زمانی میسر است که یک نفر از بازیکنان مدافع داخل زمین باشد. تیم مهاجم نمی‌تواند از ۲ پاس پی در پی استفاده نماید در صورت انجام ۲ پاس یک نوبت از ۱۰ نوبت محسوب می‌شود.
- تاریخ برگزاری: ۱۴۰۲/۲/۴ ساعت ۹ صبح
- مکان برگزاری: سالن شماره ۲_اداره کل تربیت بدنی

آیین نامه مسابقات دارت در بخش کارکنان و دانشجویان

- مسابقات در دو بخش آقایان (دانشجویان و کارکنان) و بانوان (دانشجویان و کارکنان) برگزار میشود.
- همراه داشتن دارت (یک دست ۳ تایی) الزامی است.
- مسابقات به صورت انفرادی برگزار خواهد شد.
- مسابقات به صورت ۲۰۱ کاندآپ (۲لگ از ۳ لگ) برگزار خواهد شد.
- مسابقات از ابتدا تا پایان به صورت تک حذفی خواهد بود.
- شروع کننده بازی از طریق پرتاب میدل خواهد بود.
- این مسابقات با حضور داوران و مربیان رسمی فدراسیون برگزار خواهد شد.
- در پایان نفرات اول ..دوم و سوم مشترک در هر بخش معرفی خواهند شد.
- تاریخ برگزاری در دو بخش کارکنان و دانشجویان : ۱۴۰۲/۱/۲۸
- زمان برگزاری آقایان : ۱۴۰۲/۱/۲۷ ساعت ۱۴
- زمان برگزاری خانمها: ۱۴۰۲/۱/۲۸ ساعت ۱۴
- مکان برگزاری : سالن شماره ۱_ اداره کل تربیت بدنی

وسایل و تجهیزات لازم:

- زمین بازی به ابعاد 3×10 که با حفاظ (پارتیشن) کاملاً جدا شده باشد.
- ارتفاع حفاظ (پارتیشن) ۱ متر باشد.
- جنس حفاظ (پارتیشن) ترجیحاً توری باشد.
- توپ مینی هندبال شماره یک تنبل (کم باد)
- مکعبهای چوبی به ابعاد 10×10 cm و ارتفاع ۵ cm

قوانین مقررات فنی بازی:

- مسابقه به صورت تیمی و هر تیم متشکل از ۲ بازیکن و ۱ مربی میباشد.
- فاصله خط پرتاب تا سنگها ۷ متر و مسابقه در زمان ۹۰ ثانیه انجام میشود.
- سنگها در محل تعیین شده (مربع 20×20 سانتی متری) و به فاصله ۷ متر از خط پرتاب روی هم قرار داده میشوند.
- ورزشکار با اعلام داور پشت خط پرتاب قرار میگیرد و با سوت داور و شروع زمان، پرتاب اول خود را انجام میدهد و در صورت اصابت به سنگها، تعداد سنگ های افتاده به عنوان امتیاز آن پرتاب در نظر گرفته خواهد شد. پرتاب کننده به محض برخورد توپ با سنگها شروع به دویدن کرده و سنگ های افتاده را دوباره روی هم باید بچیند و بعد از برداشتن توپ، دوباره برگشته و پرتاب های بعدی را انجام دهد و بعد از اعلام اتمام زمان مسابقه (۹۰ ثانیه) توسط داور، مسابقه نفر اول به پایان می رسد و بازیکن دوم روندی که بازیکن اول طی کرده را ادامه میدهد و در نهایت امتیاز دو نفر بعنوان امتیاز تیمی محاسبه خواهد شد.
- تعداد داوران ۳ نفر، یک نفر وقت نگهدار (شروع و پایان)، یک نفر داور برای خطاهای خط و خطاهای چینش سنگ و یک نفر سر داور برای ثبت امتیاز کلی بازیکنان و اعلام رده بندی نهایی، خواهد بود.

خطاها:

- به ازای هر سنگی که توسط توپ پرتابی بر روی زمین میافتد ۵ امتیاز در نظر گرفته میشود.
- اگر در هنگام پرتاب پای ورزشکار خط پرتاب را لمس یا از آن عبور کند خطا محسوب شده و امتیازی برای آن پرتاب در نظر گرفته نخواهد شد و اگر سنگها بر روی زمین بیفتند بازیکن بایستی سریعاً سنگها را روی هم چیده و پرتاب بعدی را انجام دهد.
- اگر توپ به سنگها برخورد نماید هیچ امتیازی به فرد تعلق نمیگیرد.
- شرط اصلی برای شمردن امتیازات افتادن کامل سنگها می باشد. اما آخرین سنگی که روی زمین قرار گرفته است، اگر در اثر اصابت ضربه توپ از محل خود بطور کامل خارج شود امتیاز به آن تعلق میگیرد.
- اگر ورزشکار سنگهای افتاده را نتواند دوباره بچیند خطا محسوب شده و حتماً برای پرتاب بعدی باید سنگها را بطور منظم و مرتب روی هم بچیند.

نحوه امتیاز دهی:

- در رده بندی نهایی، مجموع امتیازات دو نفر از هر دانشکده به عنوان امتیاز آن دانشکده محاسبه و رتبه بندی خواهد شد.
- در صورت تساوی احتمالی رکوردها، مسابقه مجدد بین تیم هایی که برای کسب رتبه اول تا سوم رتبه مشترکی دارند، برگزار میشود.
- تاریخ برگزاری در دو بخش دانشجویان و کارکنان آقا: ۱۴۰۲/۱/۲۹
- تاریخ برگزاری در دو بخش دانشجویان و کارکنان خانم: ۱۴۰۲/۱/۳۰
- مکان برگزاری : سالن شماره ۱ اداره کل تربیت بدنی

آیین نامه مسابقات آمادگی جسمانی دانشجویان (دختران و پسران) جشنواره ورزشی درون دانشگاهی

- این مسابقات صرفاً در بخش دانشجویان (دختر و پسر) برگزار می گردد.
- تعداد ایستگاه : ۵ ایستگاه
- هدف: ارزیابی آمادگی عمومی جسمانی
- فضای مورد نیاز : زمین بسکتبال استاندارد (ابعاد ۱۵×۲۸)
- وسایل و تجهیزات مورد نیاز :
- مخروط ۱۱ عدد
- حلقه هولاهوپ به قطر ۶۰ سانتی متر ۱۰ عدد
- پایه میله ای ۵ عدد
- دمبل یک کیلو گرمی ۴ عدد
- چسب ۵ سانتی کاغذی جهت خط کشی و علامت گذاری زمین
- کلیه نفرات تیم در این آزمون شرکت می نمایند. هر فردی باید کارهای تعیین شده در ایستگاه شماره ۱ تا ۵ را انجام دهد.
- نحوه چیدن و قرار گیری ایستگاه ها : (مطابق شکل پیوست)

ایستگاه اول: چابکی (T.Test)

- ورزشکار در حالی که در پشت خط شروع ایستاده با فرمان داور شروع به حرکت می نماید و می بایست مسیر تعیین شده را طبق شکل مورد نظر طی نماید به طوری که وقتی به نقطه A رسید باید با دست راست مانع A را لمس نماید، سپس در حالی که به پهلو (حرکت پا بوکس) انجام می دهد به سمت چپ رفته تا به مانع B برسد و با دست چپ مانع B را لمس نماید، سپس مجدداً به پهلو با حرکت پا بوکس به سمت راست می رود تا به مانع C برسد و با دست راست مانع C را لمس نماید، پس از لمس به سرعت به پهلو حرکت کرده و به نقطه A می رسد، پس از لمس مانع A با دست چپ، به سرعت به جلو دویده و به ایستگاه بعدی می رود.

خطاها :

- جابه جایی یا افتادن موانع با دست یا پا خطا محسوب شده و به ازاء هر خطا ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده می شود.
- حرکت حتماً باید به پهلو انجام پذیرد و از نیم متری مانع B و C مطابق شکل حداقل یک پا عبور نماید در غیر اینصورت اصلاح حرکت انجام می شود.
- در صورتی که موانع در نقاط تعیین شده لمس نشود هر بار ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده می شود.

ایستگاه دوم : پرش زیگزاک

- ورزشکار از ۸ حلقه هولاهوپ یا مربع (۶۰×۶۰) سانتیمتر که به فاصله ۲۵ سانتی متری (محیط به محیط) از یکدیگر قرار دارد به صورت جفت پا پرش کرده و در دو حلقه آخر فرود می آید و مجدداً به همان ترتیب بر می گردد و عبور می نماید و به ایستگاه بعدی می رود.
- لمس حلقه ها از داخل خطا نیست.

خطاها:

- پریدن تک پا
- پریدن روی حلقه و خارج از حلقه
- جابجایی حلقه ها
- به ازاء هر خطا ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده می شود.

ایستگاه سوم: جابجایی وزنه یک کیلو گرمی

- ورزشکار ۴ دمبل را که در خانه های یک تا چهار گذاشته شده به ترتیب مطابق شکل از ۱ به ۲، ۳ به ۲، ۳ به ۴، ۳ به ۴ جابجا می نماید سپس به ایستگاه بعدی می رود.

خطاها :

- پرتاب کردن دمبل به طور مشخص به ازاء هر خطا ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده می شود.
- گذاشتن دمبل خارج از محدوده تعیین شده (خطوط داخلی جزء محدوده است) اما اگر یک سانتی متر خارج از خط بگذرد باید اصلاح حرکت انجام پذیرد.

ایستگاه چهارم: عبور از روی مانع و زیر مانع

- ورزشکار در مسیر تعیین شده به ترتیب از روی موانع کوتاه به ارتفاع ۴۰ سانتیمتر تک پا پرش نموده و از زیر موانع بلند به ارتفاع ۱ متر با خم کردن بدن عبور می نماید و به ایستگاه بعدی می رود. (فاصله بین موانع ۲/۵ متر می باشد)
- خطا: افتادن یا جابجایی موانع خطا محسوب می شود به ازاء هر خطا ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده شده در صورتی که به تشخیص داور آزمودنی از هر یک از موانع عبور نکند خطا محسوب شده و می بایست از محل خطا که توسط داور مشخص می شود آزمون را ادامه دهد.

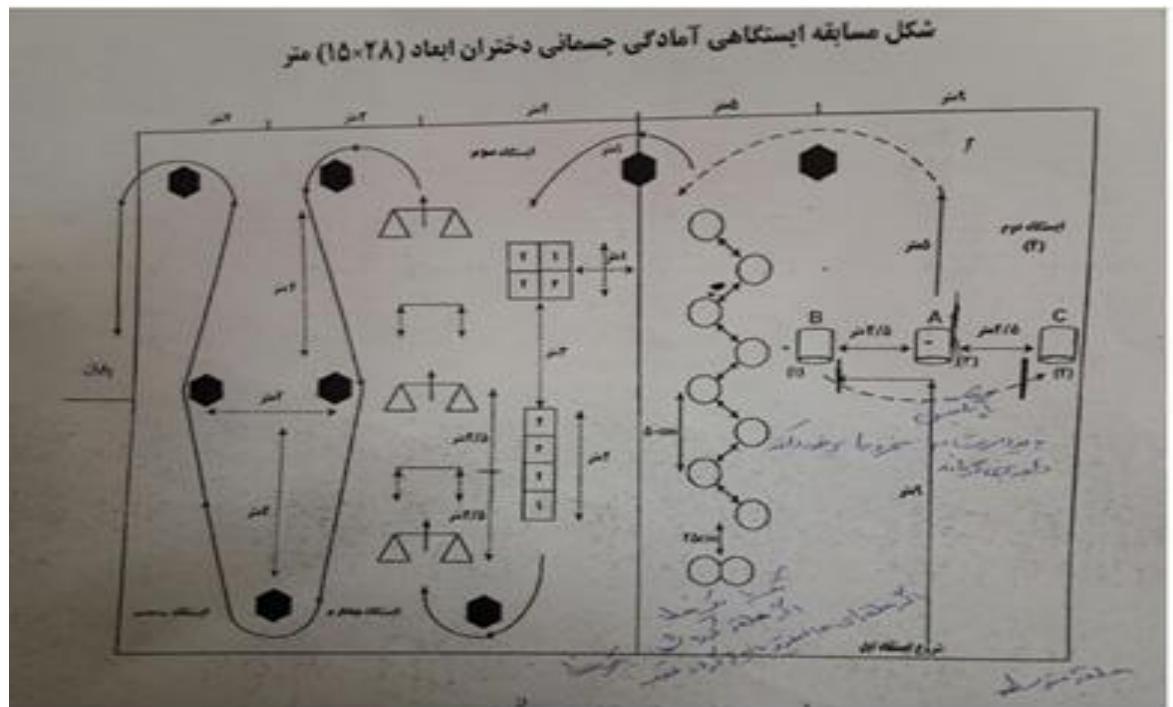
ایستگاه پنجم: دو سرعت

- ورزشکار مطابق شکل مسیر تعیین شده را طی نموده و از خط پایان عبور می نماید.
- خطا: افتادن یا جابجایی موانع خطا محسوب شده و به ازاء هر خطا ۲ ثانیه به زمان اجرا افزوده می شود.

زمان برگزاری در بخش دختران: ۱۴۰۱/۲/۶ ساعت ۱۰ صبح

زمان برگزاری در بخش پسران: ۱۴۰۱/۲/۵ ساعت ۱۰ صبح

مکان برگزاری: سالن شماره ۲



آیین نامه مسابقات کشتی پهلوانی

این مسابقات در بخش دانشجویان (پسران) بصورت انفرادی برگزار می گردد.

- ۱- مسابقات در اوزان: ۷۰، ۸۰، ۹۰ و ۹۰+ برگزار می گردد.
- ۲- مسابقات با ۲ کیلوگرم ارفاق برگزار می گردد.
- ۳- مسابقات در دو وقت ۳ دقیقه ای با ۳۰ ثانیه استراحت برگزار می شود.
- ۴- امتیازات: خاک ۲ امتیاز و خارج نمودن حریف از تشک ۱ امتیاز و در صورت ضربه کشتی تمام است.
- ۵- لباس کشتی گیران: دوبند قرمز و آبی و شلوارک پهلوانی .
- ۶- به همراه داشتن شلوارک پهلوانی توسط ورزشکاران مزید امتنان است.
- ۷- وزن کشتی با توجه به ماه مبارک رمضان ۱۲ الی ۳ ساعت قبل از مسابقات انجام می گردد.
- ۸- وزن کشتی و مسابقات در سالن شهید نوروزی برگزار می شود.
- ۹- مسابقات در طی دو شب (مقدماتی و نیمه نهایی در شب اول و فینال در شب بعد برگزار می شود.
- ۱۰- بازو بند پهلوانی در شب دوم توسط مسولین دانشگاه (ریاست محترم دانشگاه) اهدا و بسته خواهد شد.
- ۱۱- مسابقات بعد از افطار برگزار می گردد.
- ۱۲- در مسابقات از اشعار حماسی استفاده خواهد شد.
- ۱۳- بازو بند به نفر اول وزن ۹۰+ اهدا خواهد شد.
- ۱۴- مسابقات طبق آخرین آیین نامه کشتی پهلوانی برگزار خواهد شد.
- ۱۵- اعضای کمیته فنی و انضباطی: مسئولین برگزاری مسابقه ، سرپرست فنی ، سرپرست اجرایی ، یک نفر از تیم داوری و نماینده حراست.
- ۱۶- در صورت بروز شرایط خاص - اتخاذ تصمیم نهایی در هر مورد با کمیته فنی مسابقات می باشد.
- ۱۷- داشتن بیمه ورزشی و گواهی سلامت الزامی می باشد.

زمان برگزاری: ۱۴۰۲/۱/۲۹ و ۲۸

مکان برگزاری: سالن شهید نوروزی

ساعت برگزاری: ۱۹:۳۰

وزن کشتی: ۱۷:۳۰