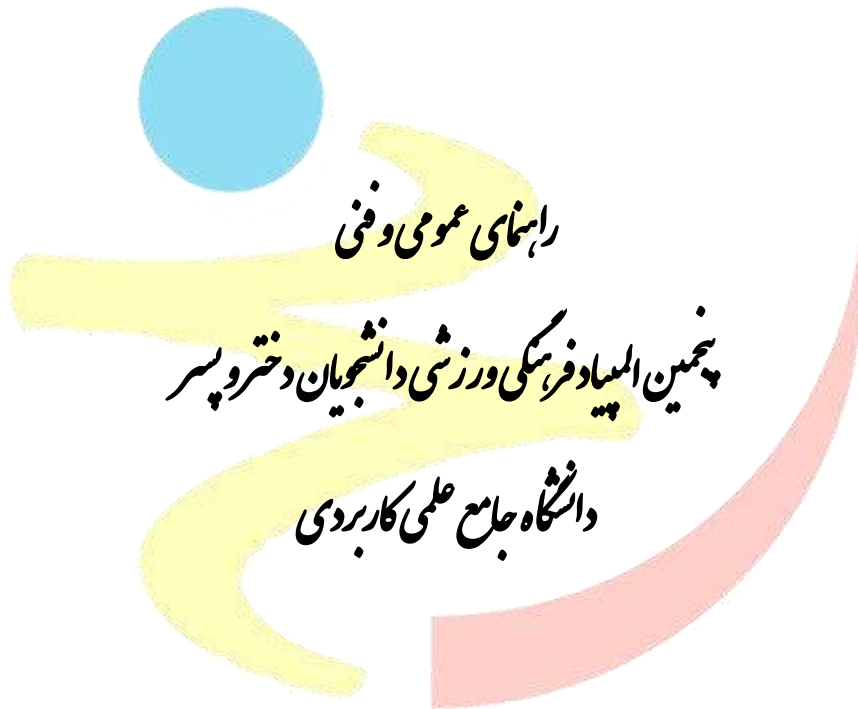




معاونت فرهنگی و دانشجویی
اداره کل تربیت بدنی



راهنامه‌های عمومی و فنی

پنجمین المپیاد فزنیکی ورزشی دانشجویان دختر و پسر

دانشگاه جامع علمی کاربردی

اداره کل تربیت بدنی

تیرماه ۱۳۹۸

فهرست

۱.....	قوانین و مقررات عمومی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان پسر و دختر.....
۴.....	راهنمای فنی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان پسر.....
۵.....	تنیس روی میز.....
۷.....	شنا.....
۹.....	دو و میدانی.....
۱۱.....	کاراته.....
۱۳.....	تکواندو.....
۱۵.....	کشتی آزاد.....
۱۷.....	کشتی فرنگی.....
۱۹.....	جودو.....
۲۱.....	شطرنج.....
۲۴.....	بدمینتون.....
۲۶.....	تیراندازی.....
۲۸.....	راهنمای فنی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان دختر.....
۲۶.....	تنیس روی میز.....
۲۸.....	شنا.....
۳۰.....	دو و میدانی.....
۳۲.....	کاراته.....
۳۴.....	تکواندو.....
۳۶.....	بدمینتون.....
۳۸.....	شطرنج.....
۴۱.....	تیراندازی.....



قوانین و مقررات عمومی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان پسر و دختر دانشگاه جامع علمی کاربردی

مقدمه

ورزش به عنوان یک پدیده اجتماعی در دنیا و از جمله در کشور ما پذیرفته شده است. امروزه ورزش به عنوان یک ابزار چند بعدی با تاثیرات گسترده جایگاه و نقش خود را در اقتصاد، سلامتی افراد، گذراندن اوقات فراغت و روابط اجتماعی متجلی ساخته است.

ورزش و فعالیت‌های ورزشی جزئی از فرهنگ هر ملت است. ورزش همگانی ابزاری برای سلامتی، نشاط، رشد ظرفیت‌های اخلاقی و رفتارهای اجتماعی و عاطفی است.

توسعه و تعمیم ورزش و پرورش نیروی‌های بدنی و تقویت روحیه سالم افراد در پیشبرد اهداف تعلیم و تربیت به خصوص مربیان نسل جوان، صرفاً از طریق مشارکت؛ مثبت و کارساز خواهد بود.

با توجه به ضرورت فعالیت‌های جسمانی و توسعه ورزش‌های همگانی و قهرمانی و با توجه به سیاست‌های دانشگاه مبنی بر اولویت رشته‌های ورزشی فراگیر به منظور گسترش ورزش دانشگاهی و جذب بیشتر دانشجویان به ویژه دانشجویان به فعالیت‌های ورزشی و همچنین تاکیدات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در مورد اهمیت ورزش قهرمانی؛ معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشگاه اقدام به تدوین دستورالعمل برگزاری مسابقات نموده است. امید است با همکاری کلیه اقشار دانشگاهی در برنامه‌ریزی و اجرای رویدادهای ورزشی در آینده‌ای نزدیک اقدامات موثرتری صورت پذیرد.

اهداف

- بهبود نگرش دانشجویان نسبت به نقش ورزش در سلامت جسمانی و روانی افراد
- نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش‌های همگانی از طرف دانشجویان در سطح جامعه
- توسعه و گسترش ورزش در بین دانشجویان
- غنی سازی اوقات فراغت دانشجویان
- ایجاد خاطرات به یادماندنی در یک زندگی اردوپی و ورزشی
- ایجاد شادابی و شور و نشاط در دانشجویان دانشگاه
- تقویت روحیه مشارکت و زندگی اجتماعی



۱) رشته‌های ورزشی:

در این دوره از مسابقات ۱۱ رشته ورزشی در گروه پسران و ۸ رشته ورزشی در گروه دختران برگزار می‌گردد.

۲) شرایط شرکت دانشجویان در مسابقات:

۱) مسابقات بین دانشجویان واحدهای استانی برگزار می‌گردد و صرفاً دانشجویانی حق شرکت در مسابقات را دارند که در ترم جاری (ترم بهمن ۹۸-۹۷) انتخاب واحد نموده و دانشجوی رسمی دانشگاه محسوب می‌گردند.

۲) دانشجوی مهمان در صورت گذراندن یک پودمان / ترم در مرکز مقصد، حق شرکت در مسابقات، در قالب تیم آن واحد استانی را دارد.

۳) دانشجوی مهمان برای شرکت در مسابقات باید از طرف آموزش مرکز مربوط که در آن مهمان می‌باشد، معرفی‌نامه به همراه داشته باشد.

۴) در صورتی که دانشجویی امتحانات آخرین ترم خود را داده و با مرکز تسویه نموده حق شرکت در مسابقات را ندارد.

۵) هر واحد استانی باید با دانشجویان مراکز خود در مسابقات شرکت نماید و استفاده از یار کمکی از سایر استان‌ها در مسابقات ممنوع می‌باشد.

۳) مدارک لازم جهت پذیرش در سامانه المپیاد:

۱) یک قطعه عکس ۳×۴ (حجم فایل می‌بایست کمتر از ۳۰ کیلوبایت باشد). (عکس می‌بایست جدید باشد و از بارگذاری عکس‌های مخدوش و فاقد کیفیت خودداری گردد).

۲) مشخصات فردی

۳) مشخصات تحصیلی

۴) شماره بیمه ورزشی (ورزشکار می‌بایست حداقل ۷۲ ساعت قبل از مسابقه تحت پوشش بیمه ورزشی باشد).

*** همراه داشتن اصل کارت ملی، اصل کارت بیمه ورزشی و گواهی اشتغال به تحصیل در روز ورود مسابقات جهت دریافت**

ID کارت الزامی است.

۴) زمان پذیرش:

واحدهای استانی می‌بایست پس از اعلام آمادگی قطعی نسبت به پذیرش نفرات شرکت‌کننده از طریق سامانه پذیرش مسابقات به آدرس: <http://info.uast.ac.ir/varzesh> بر اساس جدول زمانبندی از طریق نام کاربری و رمز عبور اقدام نمایند.

۵) زمان قرعه‌کشی مسابقات:

جلسه هماهنگی و قرعه‌کشی هر یک از رشته‌های ورزشی قبل از مسابقه برگزار می‌گردد (مراتب در خصوص ساعت و محل برگزاری جلسات فنی، قرعه‌کشی و وزن‌کشی در روز پذیرش اعلام می‌گردد).



۶) قوانین و مقررات فنی و عمومی شرکت در مسابقات:

- ۱) اعلام آمادگی شرکت در مسابقات در زمان تعیین شده.
- ۲) هر شرکت کننده می تواند فقط در یک رشته شرکت نماید.
- ۳) مسابقات براساس قوانین رسمی برگزار خواهد شد **(در صورت نیاز به تغییرات در خصوص وزن کشی و یا تقلیل زمان و مواد برگزاری، شورای فنی تصمیم گیری می نماید).**
- ۴) در صورتی که از سوی بازیکنی یا تیمی تخلفی در هر مرحله از مسابقات صورت پذیرد، آن بازیکن و یا تیم از دور مسابقات حذف خواهد گردید و اگر مقامی در مسابقات کسب کرده باشند، جایزه و مقام پس گرفته خواهد شد (حتی اگر مورد تخلف بعد از اتمام مسابقات اثبات گردد).
- ۵) تمامی شرکت کنندگان می بایست جهت شرکت در مسابقات، ID کارت مسابقات و کارت بیمه ورزشی خود را به همراه داشته باشند.
- ۶) استان ها می بایست جهت اخذ کارت بیمه ورزشی با مراجعه به هیئت پزشکی ورزشی استان و یا سایر مجموعه های ورزشی متمرکز اقدام نمایند.
- ۷) در صورت وجود هرگونه اعتراض در زمان برگزاری مسابقه، باید اعتراض به صورت کتبی و از سوی مربی، نماینده یا سرپرست تیم به مسئول برگزاری رشته مربوطه، ارایه گردد.
- ۸) حضور نماینده تیم در مراسم قرعه کشی مسابقات الزامی است و عدم حضور نماینده تیم در مراسم قرعه کشی به منزله پذیرش مصوبات جلسه خواهد بود.
- ۹) ملاک برگزاری هر یک از ماده / اوزان در رشته ها حضور حداقل ۷ نفر می باشد.
- ۱۰) در رده بندی تیمی هر رشته، امتیاز نفرات اول تا ششم در هر رشته محاسبه می شود.
- ۱۱) در ماده های امدادی، مختلط و دوپل، فقط مدال ماده ملاک محاسبه خواهد بود.
- ۱۲) پوشش ورزشی دانشجویان دختر دانشگاه می بایست متناسب با فرهنگ ایرانی اسلامی باشد.
- ۱۳) **امتیازات مدال ها در رده بندی نهایی استان ها به صورت (مدال طلا: ۸ امتیاز، مدال نقره: ۴ امتیاز و مدال برنز: ۲ امتیاز) می باشد.**
- ۱۴) در صورتی که چند واحد استانی دارای امتیاز برابر باشند رنگ مدال تعیین کننده واحد استانی برتر است.



راهنمای فنی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان پسر دانشگاه جامع علمی کاربردی



تنیس روی میز

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۴ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست، جمعاً ۶ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تنیس روی میز (ITTF) برگزار می شود.
- ✓ مسابقات به شیوه حذفی آسیایی برگزار می شود.
- ✓ هر تیم موظف است دو دست پیراهن ورزشی آستین کوتاه در دو رنگ تیره و روشن و شورت تا زیر زانو به همراه داشته باشند.
- ✓ تیمها موظفند ۳۰ دقیقه قبل از شروع مسابقه در سالن حضور داشته باشند.
- ✓ لباس تیمها (پیراهن و شورت) می بایست یک دست و یک رنگ باشد.
- ✓ استفاده از پیراهن و شورت ورزشی به رنگ سفید و کرم ممنوع است.
- ✓ توپ مسابقات به رنگ سفید و از نوع شائوفا می باشد (در صورت نبود توپ در بازار متعاقباً اعلام خواهد شد).
- ✓ مسابقات بر روی میز استاندارد برگزار می گردد.
- ✓ راکت بازیکنان می بایست قانونی باشد.
- ✓ مسابقات در سه قسمت تیمی، انفرادی، دوپل دانشگاهی برگزار می شود.
- ✓ در مسابقات تیمی سوم مشترک منظور خواهد شد.
- ✓ مسابقات انفرادی بصورت تک حذفی و ۳ گیم از ۵ گیم می باشد.
- ✓ مسابقات دوپل دانشگاهی بصورت تک حذفی و ۳ گیم از ۵ گیم می باشد.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهد شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهند نمود.



نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیمها:

- به تیمهای اول، دوم و سوم مشترک جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
 - به نفرات تیمهای اول تا سوم مشترک مسابقات مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
 - به نفرات اول تا سوم مشترک مسابقات انفرادی مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
- به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش یک واجب دینی و یک واجب سیاسی است.

(مقام معظم رهبری)



شنا

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ مسابقات شنا طبق مقررات فدراسیون جهانی شنا (FINA) برگزار می گردد.
- ✓ هر تیم متشکل از ۷ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست، جمعاً ۹ نفر می باشد.
- ✓ هر شناگر مجاز است در ۳ ماده انفرادی و ۲ ماده تیمی و جمعاً در ۵ ماده شرکت نمایند.
- ✓ هر واحد استانی در هر رشته انفرادی می تواند دو شرکت کننده و در تیمی یک تیم داشته باشد.
- ✓ مسابقات در استخر ۲۵ یا ۵۰ متری برگزار و شناگران بر اساس رکورد دسته بندی می شوند.
- ✓ مسابقات در ۱۱ ماده انفرادی و ۳ ماده تیمی برگزار می شود.
- ✓ تغییر در ارنج مسابقات تیمی تا یک ساعت قبل از شروع مسابقه همان روز امکان پذیر می باشد.
- ✓ تغییر در ارنج انفرادی امکان پذیر نمی باشد.
- ✓ در رشته های تیمی و انفرادی مسابقات بصورت نهایی برگزار می گردد.
- ✓ نحوه برگزاری و برنامه مسابقات:

روز سوم	روز دوم	روز اول
۲۰۰ متر آزاد	۵۰ متر آزاد	۱۰۰ متر آزاد
۵۰ متر پروانه	-----	۵۰ متر قورباغه
۱۰۰ متر کرال پشت	۱۰۰ متر قورباغه	۱۰۰ متر پروانه
۲۰۰ متر قورباغه	۵۰ متر کرال پشت	۲۰۰ متر مختلط انفرادی
۴×۱۰۰ متر آزاد تیمی	۴×۱۰۰ متر مختلط تیمی	۴×۵۰ متر مختلط تیمی

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- سرداور
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و در آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیمها:

- به تیمهای اول تا سوم جام و حکم اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول تا سوم هر ماده مدال و حکم قهرمانی اهدا می گردد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش قهرمانی سنگ بنا و پستوانه حقیقی ورزش عمومی می باشد.

(مقام معظم رهبری)



دوومیدانی

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۸ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست، جمعاً ۹ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات دو و میدانی بر اساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی دو و میدانی (IAAF) برگزار می‌شود.
- ✓ هر شرکت کننده می‌تواند در ۳ ماده (۲ ماده انفرادی و ۱ ماده امدادی) شرکت کند.
- ✓ مسابقات در فضای آزاد پیست ۴۰۰ متری برگزار می‌گردد.
- ✓ لباس ورزشکاران شامل پیراهن، شلوارک، کفش و جوراب ورزشی می‌باشد.
- ✓ در مسابقه امدادی لباس تیم‌ها باید متحدالشکل باشد.
- ✓ شماره سینه ورزشکاران از طرف مسئول فنی مسابقات داده خواهد شد.
- ✓ مسابقات در کلیه مواد بجز ۱۰۰ متر به صورت نهایی برگزار خواهد شد.

مواد برگزاری مسابقات:

- ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر، ۴۰۰ متر، ۸۰۰ متر، ۱۵۰۰ متر، ۵۰۰۰ متر، ۱۱۰ مانع، ۴×۱۰۰ متر امدادی، ۴×۴۰۰ متر امدادی
- پرش طول
- پرش سه گام
- پرش ارتفاع
- پرتاب نیزه
- پرتاب دیسک
- پرتاب وزنه

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهند نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی مسابقات:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم اهدا خواهد شد.
- به مقام های اول تا سوم هر ماده حکم و مدال اهدا می شود.
- کسب مقام در رشته های امدادی فقط یک مدال محاسبه می شود.
- امتیازات انفرادی تا رده شانزدهم و امتیازات تیمی تا رده هشتم مسابقات محاسبه می شود.

- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:

- محاسبه امتیازات و نحوه امتیازدهی به شرح ذیل می باشد.

تعداد شرکت کنندگان	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم
۶ نفر یا ۶ نفر به بالا	۷	۵	۴	۳	۲	۱
۵ نفر	۶	۴	۳	۲	۱	
۴ نفر	۵	۳	۲	۱		
۳ نفر	۴	۲	۱			

- چنانچه تیم ها در امتیاز مساوی بودند ابتدا مدال های طلا، سپس نقره و در مرحله بعد برنز مورد ارزیابی قرار می گیرد.

ورزش یک ضرورت و نیاز زندگی انسان است.

(مقام معظم رهبری)



کاراته

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون جهانی کاراته (WKF) برگزار می‌گردد.
- ✓ هر تیم متشکل از ۶ نفر ورزشکار به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۸ نفر می‌باشد.
- ✓ رده کمر بند مسابقات دهندگان قهوه‌ای و مشکی می‌باشد (داشتن اصل حکم فدراسیونی الزامی است).
- ✓ مسابقات در دو رشته کاتا و کومیته (انفرادی) و در سبک‌های کنترلی برگزار می‌گردد.
- ✓ مسابقات کومیته انفرادی در اوزان (۵۵-، ۶۰-، ۶۷-، ۷۵-، ۸۴-، ۸۴+،) برگزار می‌شود.
- ✓ شرکت کنندگان رشته کومیته ملزم به همراه داشتن دستکش، ساق بند و روپایی، محافظ لثه و کمر بند قرمز و آبی می‌باشند.
- ✓ در کومیته حداکثر ارفاق وزن یک کیلوگرم و وزن کشی با شورت انجام می‌گیرد.
- ✓ شرکت کنندگان در کومیته فقط می‌توانند در یک وزن مسابقه دهند.
- ✓ شرکت کنندگان کومیته در کاتا و شرکت کنندگان کاتا در کومیته نمی‌توانند شرکت نمایند.
- ✓ کسانی که در کاتا انفرادی یا تیمی مقام کسب نمایند در صورت تمایل می‌توانند در هر دو بخش شرکت نمایند.
- ✓ شرکت کنندگان کاتا در دور اول، باید شیتی کاتا و در دور بعد کاتای انتخابی خودشان را اجرا کنند.
- ✓ شرکت کنندگان کاتا ملزم به همراه داشتن کمر بند قرمز و آبی می‌باشند.
- ✓ هر گونه اعمال ناشایست یا اعتراضاتی از طرف مربی یا بازیکن که خلاف شئون کاراته باشد باعث حذف تیم مذکور خواهد شد.
- ✓ جدول مسابقات کاتا و کومیته به سیستم رپه شارژ می‌باشد.
- ✓ مربیان بایستی در تمامی مدت مسابقات لباس ورزشی پوشیده و کارت شناسایی را به همراه داشته باشند.
- ✓ وزن کشی مسابقات در روز قبل از مسابقه انجام می‌شود.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی مسابقات:

- به تیم های اول تا سوم مسابقات (مجموع کاتا و کومیته) جام و حکم قهرمانی اهدا می شود.
 - به نفرات اول، دوم و سوم مشترک مسابقات کاتا (انفرادی و تیمی) مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
 - به نفرات اول، دوم و سوم مشترک مسابقات کومیته مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
- به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش جهان طور که بدن را تربیت و سالم می کند، عقل را هم سالم می کند.

(امام خمینی (ره))



تکواندو

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۸ ورزشکار به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۱۰ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تکواندو (WTF) برگزار می‌شود.
- ✓ مسابقات در هشت وزن (۵۴-، ۵۸-، ۶۳-، ۶۸-، ۷۴-، ۸۰-، ۸۷- و ۸۷+) در سه راند دو دقیقه ای برگزار می‌شود.
- ✓ تیم‌ها موظفند کلاه، جوراب الکترونیکی سنسوردار (Daedo, keen) و لوازم ایمنی به همراه داشته باشند.
- ✓ دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمر بند قرمز به بالا مورد تایید فدراسیون تکواندو باشند.
- ✓ اوزان فرد در روز دوم ورود و مسابقات اوزان زوج در روز سوم ورود برگزار خواهد شد.
- ✓ وزن کشتی کلیه اوزان با ۲۰۰ گرم ارفاق در ساعت ۱۷ الی ۱۹ روز قبل از مسابقه انجام می‌شود.

راهنمای فنی مسابقات پومسه

- ✓ مسابقات بر اساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تکواندو (WTF) برگزار می‌شود.
- ✓ هر تیم می‌تواند حداکثر ۳ نفر بازیکن از نفرات اعزامی خود را جهت مسابقات پومسه معرفی نماید (یک نفر در بخش انفرادی و سه نفر نیز در بخش تیمی پومسه می‌باشند).
- ✓ مسابقات در گروه آزاد برگزار می‌شود.
- ✓ دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمر بند قرمز یا مشکی دان یک به بالا مورد تایید فدراسیون تکواندو باشند.
- ✓ مسابقات در سه راند و با یک دقیقه استراحت مابین فرم اول و دوم برگزار می‌شود.
- ✓ بازیکنان در راند اول دو (۲) فرم قرعه‌کشی شده اجباری اول را اجرا می‌نمایند و ۵۰٪ بازیکنی که امتیاز بالاتری را کسب نمایند به دور نیمه نهایی راه می‌یابند.
- ✓ بازیکنان در راند دوم، دو (۲) فرم مشخص شده اجباری دوم را اجرا می‌نمایند و ۸ بازیکنی که امتیاز بالاتری کسب نمایند به مرحله فینال راه پیدا خواهند کرد.
- ✓ بازیکنان در فینال دو (۲) فرم مشخص شده را به فاصله یک دقیقه استراحت اجراء خواهند کرد و بر اساس امتیازات کسب شده، نفرات اول تا هشتم مشخص خواهند شد.

فرم‌های مسابقات:

فرم‌های اجباری دور مقدماتی	فرم‌های اجباری دور نیمه نهایی و فینال
یوک چانگ، چیل جانگ، پال چانگ، کوریو	کومگانگ، نه بگ، پیوان وان، سیب چین



اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم‌های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول، دوم و سوم مشترک هر وزن مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می‌گیرد.

ورزش را یک تکلیف الهی بدانید.

(مقام معظم رهبری)



کشی آزاد

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۱۰ نفر ورزشکار به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۱۲ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات اتحادیه جهانی کشتی (U.W.W) برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات در ۱۰ وزن (۵۷، ۶۱، ۶۵، ۷۰، ۷۴، ۷۹، ۸۶، ۹۲، ۹۷ و ۱۲۵) کیلوگرم برگزار می‌شود.
- ✓ کلیه شرکت کنندگان در موقع وزن کشتی بایستی کارت شرکت در مسابقات را همراه داشته باشند.
- ✓ وزن کشتی در اوزان قانونی با ۱ کیلوگرم ارفاق وزن انجام می‌شود.
- ✓ جلسه هماهنگی مربیان و سرپرستان در محلی که از سوی کمیته برگزاری تعیین خواهد شد برگزار می‌گردد.
- ✓ شرکت کلیه مربیان و سرپرستان در جلسه هماهنگی الزامی است.
- ✓ تغییرات احتمالی از طریق دبیرخانه المپیاد در محل برگزاری بازی‌ها به اطلاع سرپرستان محترم خواهد رسید.
- ✓ سرپرستان موظفند همه روزه به تابلو اعلانات فنی توجه داشته باشند.

نحوه برگزاری و برنامه مسابقات:

- ✓ وزن کشتی مسابقات اوزان (۵۷، ۶۵، ۷۴، ۸۶ و ۹۷ کیلوگرم) از ساعت ۱۸:۰۰ لغایت ۱۹:۰۰ روز ورود خواهد بود.
- ✓ وزن کشتی مسابقات اوزان (۶۱، ۷۰، ۷۹، ۹۲ و ۱۲۵ کیلوگرم) از ساعت ۱۴:۰۰ لغایت ۱۴:۳۰ روز اول خواهد بود.
- ✓ شروع مسابقات در هر وزن صبح فردای وزن کشتی خواهد بود.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۱۵ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه و اعلام نتیجه و قبل از شروع مسابقه بعدی ورزشکار مربوطه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین‌نامه عمومی را اداره کل تربیت‌بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین‌نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.



نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم‌های اول تا سوم جام و حکم اهدا می‌شود.
- به نفرات اول، دوم و سوم مشترک هر وزن مدال و حکم قهرمانی اهدا می‌شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا پنجم مشترک:
به ترتیب به ازای مقام اول (۶)، دوم (۵)، سوم مشترک (۴)، پنجم مشترک (۲) امتیاز تعلق می‌گیرد.

در تمامی عمر، برای سلامتی و حفظ تندرستی خود کوشا باشید.

(امام حسین (ع))



کشتی فنی

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۱۰ نفر ورزشکار به همراه یک مربی جمعاً ۱۱ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات اتحادیه جهانی کشتی (U.W.W) برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات در ۱۰ وزن (۵۵، ۶۰، ۶۳، ۶۷، ۷۲، ۷۷، ۸۲، ۸۷، ۹۷ و ۱۳۰) کیلوگرم برگزار می شود.
- ✓ کلیه شرکت کنندگان در موقع وزن کشتی بایستی کارت شرکت در مسابقات را همراه داشته باشند.
- ✓ وزن کشتی در اوزان قانونی با ۱ کیلوگرم ارفاق وزن انجام می شود.
- ✓ جلسه هماهنگی مربیان و سرپرستان در محلی که از سوی کمیته برگزاری تعیین خواهد شد برگزار می گردد.
- ✓ شرکت کلیه مربیان و سرپرستان در جلسه هماهنگی الزامی است.
- ✓ تغییرات احتمالی از طریق دبیرخانه المپیاد در محل برگزاری بازی ها به اطلاع سرپرستان محترم خواهد رسید.
- ✓ سرپرستان موظفند همه روزه به تابلو اعلانات فنی توجه داشته باشند.

نحوه برگزاری و برنامه مسابقات:

- ✓ وزن کشتی مسابقات اوزان (۵۵، ۶۳، ۷۲، ۸۲ و ۹۷ کیلوگرم) از ساعت ۱۸:۰۰ لغایت ۱۹:۰۰ روز ورود خواهد بود.
- ✓ وزن کشتی مسابقات اوزان (۶۰، ۶۷، ۷۷، ۸۷ و ۱۳۰ کیلوگرم) از ساعت ۱۴:۰۰ لغایت ۱۴:۳۰ روز اول خواهد بود.
- ✓ شروع مسابقات در هر وزن صبح فردای وزن کشتی خواهد بود.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۱۵ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه و اعلام نتیجه و قبل از شروع مسابقه بعدی ورزشکار مربوطه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.



نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم‌های اول تا سوم جام و حکم اهدا می‌شود.
- به نفرات اول، دوم و سوم مشترک هر وزن مدال و حکم قهرمانی اهدا می‌شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا پنجم مشترک:
به ترتیب به ازای مقام اول (۶)، دوم (۵)، سوم مشترک (۴)، پنجم مشترک (۲) امتیاز تعلق می‌گیرد.

در تمامی عمر، برای سلامتی و حفظ تندرستی خود کوشا باشید.

(امام حسین (ع))



جودو

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ تعداد نفرات شرکت کننده هر استان متشکل از ۷ جودوکار، یک مربی و یک سرپرست جمعاً ۹ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات بر اساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون جهانی جودو (IJF) برگزار می‌شود.
- ✓ اوزان مسابقات ۶۰-، ۶۶-، ۷۳-، ۸۱-، ۹۰-، ۱۰۰- و ۱۰۰+ کیلوگرم می‌باشد.
- ✓ مسابقات با ۱ کیلوگرم ارفاق وزن برگزار می‌شود.
- ✓ زمان هر مسابقه ۴ دقیقه است.
- ✓ هر تیم می‌تواند در هر وزن ۲ ورزشکار معرفی کند به شرطی که تعداد ورزشکاران از ۷ نفر بیشتر نشود.
- ✓ از هر واحد استانی فقط یک تیم دو نفره می‌توانند در مسابقه کاتا (ناگه نو- کاتا) شرکت نمایند مشروط بر این که از همان تیم ۷ نفره بوده و از قبل اعلام آمادگی نموده و شرکت کنندگان کاتا حداقل دارای دان یک (۱) باشند.
- ✓ کلیه شرکت کنندگان شیایی بایستی حداقل دارای حکم رسمی کمر بند کیو ۳ و به بالا از فدراسیون باشند. همراه داشتن اصل و کپی حکم کمر بند الزامی است.
- ✓ ورزشکاران در هر مسابقه باید الزاماً کارت شرکت در مسابقات را که از طرف کمیته برگزاری بازی‌ها صادر می‌شود همراه داشته باشند در غیر اینصورت از حضور آنان در آن رقابت جلوگیری می‌شود.
- ✓ هر مسابقه دهنده موظف است با خود حداقل یک دست لباس سفید و یک دست لباس آبی استاندارد همراه داشته باشد.
- ✓ وزن کشتی همه اوزان شب قبل از مسابقه ساعت ۲۰/۳۰ الی ۲۱/۳۰ به صورت آزمایشی و از ساعت ۲۱/۳۰ الی ۲۲ به صورت رسمی (فقط یک دفعه) انجام خواهد شد.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهد شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین‌نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین‌نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.



نحوه توزیع مدال ، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول تا سوم و سوم مشترک مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

صحت و سلامتی بالاترین نعمت است.

((امام علی (ع))



شرح

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۵ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست جمعاً ۷ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات در ۴ ماده استاندارد (انفرادی و تیمی)، ماده سریع (انفرادی) و ماده برق آسا (انفرادی) انجام خواهد شد.
- ✓ آوردن گوشی همراه و هرگونه وسایل الکترونیکی به سالن، توسط بازیکن، مربی، سرپرست یا همراهان اکیداً ممنوع است و به بازیکن خاطی باخت داده می‌شود.
- ✓ ادامه تمام دوره‌های بازی برای همه شرکت کنندگان الزامی است و ترک مسابقات موجب محرومیت از مسابقات آینده خواهد شد.
- ✓ هیئت ژوری دور اول مسابقات با استفاده از مربیان دارای کارت داوری درجه ۲ به بالا انتخاب خواهد شد.
- ✓ کلیه بازیکنان، مربی و سرپرست هر تیم موظف به پوشیدن لباس یک مدل و یک رنگ می‌باشند.
- ✓ پوشیدن دمپایی در سالن مسابقات اکیداً ممنوع می‌باشد.
- ✓ حضور مربی یا سرپرست در جلسه قرعه کشی الزامی است.

قوانین و مقررات ماده استاندارد مسابقات شطرنج:

- ✓ کلیه قوانین فیده در مسابقات اعمال می‌شود.
 - ✓ مسابقات ماده استاندارد به روش سوئیس تیمی برگزار می‌شود (تعداد دورها متناسب با تعداد تیم‌های تعیین خواهد شد).
 - ✓ زمان بازی ها ۶۰ دقیقه برای هر بازیکن به اضافه ۳۰ ثانیه پاداش برای انجام هر حرکت خواهد بود.
 - ✓ تاخیر بیش از ۳۰ دقیقه بازیکنان منجر به باخت آن‌ها خواهد شد و برای حریف یک امتیاز (بازی انجام نشده) منظور خواهد شد.
 - ✓ هر تیم متشکل از ۵ بازیکن (۴ بازیکن اصلی و یک نفر ذخیره) می‌باشد که بر روی ۴ میز به رقابت خواهند پرداخت.
 - ✓ قواعد اعلام ارنج اصلی و ارنج دوره‌های مسابقه، در جلسه هماهنگی اعلام خواهد شد.
 - ✓ حضور حداقل سه بازیکن از هر تیم برای شروع مسابقه الزامی است. در صورتی که دو بازیکن (یا بیشتر) از تیمی غایب باشند برای نتیجه، باخت تیمی منظور خواهد شد.
 - ✓ اعضای هیات ژوری در جلسه هماهنگی تعیین خواهند شد.
 - ✓ رده‌بندی تیم‌ها بر اساس مجموع امتیازات کسب شده (Game Point) در پایان مسابقات تعیین می‌شود.
 - ✓ در صورت تساوی دو یا چند تیم، از روش شکستن امتیاز به شرح زیر استفاده خواهد شد:
- الف) امتیاز مسابقه (Match Point) ب- دیدار مستقیم ج- برگر تیمی
- ✓ حدنصاب تعداد بازی لازم برای رتبه بندی انفرادی، حضور در حداقل ۶۰٪ از دورها برای میزهای اول تا چهارم و حداقل ۵۰٪ از دورها برای میز ۵ می‌باشد.
 - ✓ تبصره: صرفاً بازیکنان تیم‌ها مشمول مدال انفرادی خواهند شد که جایگاه تیم ایشان در ۵۰ درصد بالایی رده بندی نهایی تیمی قرار داشته باشند.
 - ✓ برای تعیین نفرات برتر میزها، ضوابط زیر به ترتیب مد نظر قرار خواهد گرفت:
- الف) درصد ب) امتیاز ج) روبرویی مستقیم د) زونه بورن برگر



قوانین و مقررات ماده سریع مسابقات شطرنج:

- ✓ مقررات فدراسیون جهانی شطرنج بر این مسابقه حاکم خواهد بود.
 - ✓ مسابقات به روش سوئیس انفرادی برگزار می شود (تعداد دورها به نسبت بازیکنان شرکت کننده تعیین خواهد شد)
 - ✓ بازیکنان تیمها (هر تیم حداکثر ۵ بازیکن)، بصورت انفرادی در مسابقه شرکت خواهند کرد.
 - ✓ زمان بازیها، ۱۰ دقیقه به علاوه ۲ ثانیه پاداش به ازای هر حرکت برای هر بازیکن می باشد. در شرایط خاص، در این خصوص تصمیم مقتضی توسط سرداور مسابقات اتخاذ خواهد شد.
 - ✓ رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده توسط هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن امتیازات یکسان کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش شکستن امتیاز به شرح زیر به ترتیب اولویت استفاده خواهد شد:
- الف: رویارویی مستقیم ب: زونه برون برگر ج: بوخ هولتس قطع شده ۱ د: مجموع بوخ هولتس

قوانین و مقررات ماده برق آسا مسابقات شطرنج:

- ✓ مقررات فدراسیون جهانی شطرنج بر این مسابقه حاکم خواهد بود.
 - ✓ مسابقات به روش سوئیس انفرادی برگزار می شود. (تعداد دورها به نسبت بازیکنان شرکت کننده تعیین خواهد شد)
 - ✓ بازیکنان تیمها (هر تیم حداکثر ۵ بازیکن)، بصورت انفرادی در مسابقه شرکت خواهند کرد.
 - ✓ زمان بازیها ۳ دقیقه به علاوه ۲ ثانیه پاداش به ازای هر حرکت برای هر بازیکن می باشد.
 - ✓ رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده توسط هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن امتیازات یکسان کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش شکستن امتیاز به شرح زیر به ترتیب اولویت استفاده خواهد شد.
- الف: رویارویی مستقیم ب: زونه برون برگر ج: بوخ هولتس قطع شده ۱ د: مجموع بوخ هولتس

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهد شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $1/000/000$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.

- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:

به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

من ورزش را برای همه لازم می دانم.

(مقام معظم رهبری)



بدستون

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از حداقل ۲ و حداکثر ۴ نفر ورزشکار به همراه یک مربی و یک سرپرست جمعاً ۶ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات طبق آخرین قوانین و مقررات فدراسیون جهانی بدمینتون (B.W.F) برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات در دو قسمت تیمی و انفرادی برگزار می شود.
- ✓ هر تیم موظف است دو دست پیراهن ورزشی آستین کوتاه و شورت ورزشی هم رنگ به همراه داشته باشد.
- ✓ مسابقات با توپ پلاستیکی یونکس ۳۵۰ دور سبز برگزار می گردد.
- ✓ تعداد امتیازگیم های بازی ۲۱ امتیازی می باشد.
- ✓ مسابقات تیمی در دور اول به صورت دوره ای و در دوره های بعدی به صورت تک حذفی برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات تیمی ۳ بازی از ۵ بازی خواهد بود که در دور اول تمام بازی ها انجام می گیرد. در ضمن ارنج به ترتیب (یک نفره اول - یک نفره دوم - دو نفره اول - دو نفره دوم و یک نفره سوم) خواهد بود.
- ✓ در مسابقات تیمی در مرحله دوره ای در صورت تساوی دو تیم، از نظر برد یا باخت تیمی در رده بالاتر قرار می گیرد که تیم دیگر را برده باشد.
- ✓ در صورت تساوی بیش از دو تیم (سه تیم) در یک گروه:
- تیمی که تعداد بازی های برده بیشتری دارد در گروه بالاتر قرار می گیرد.
- در صورتی که هر سه تیم گروه دارای امتیاز برابر باشد، طبق بند الف رده بندی با توجه به تفاوت بین مجموعه گیم بازهای برده و باخته انجام می گیرد و تیم با امتیاز بیشتر در رده بالاتر قرار می گیرد.
- در صورتیکه هر سه تیم گروه دارای امتیاز برابر باشند طبق بند ب رده بندی با توجه به تفاوت بین جمع امتیازات بازیهای برده و باخته انجام می گیرد و هر تیم با امتیاز بیشتر در رده بالاتر قرار می گیرد.
- در صورتیکه هر واحد استانی نتواند در مسابقات تیمی شرکت نماید می تواند با حداقل نفرات در جدول یک نفره و دو نفره دانشگاهی حضور داشته باشد.

اعضای کمیته فنی:

- رئیس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- به نفرات تیم های اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

صحت و سلامتی بالاترین نعمت است.

امام علی (ع)



تیراندازی

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۶ ورزشکار (۳ نفر در تفنگ بادی و ۳ نفر در تپانچه بادی) به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۸ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات بر اساس قوانین و مقررات فدراسیون تیراندازی برگزار می‌گردد.
- ✓ مسابقات در دو رشته تفنگ و تپانچه بادی به صورت فرم کامل ۶۰ تیر و بر اساس قوانین جدید در زمان ۷۵ دقیقه که ۱۵ دقیقه هم زمان آماده‌سازی و قلق خواهد بود برگزار می‌شود.
- ✓ هر تیرانداز مجاز به شرکت در یک ماده ورزشی خواهد بود.
- ✓ در صورتی که واحد استانی فاقد تیم کامل باشد شرکت نفرات به صورت انفرادی خواهد بود.
- ✓ هشت نفر اول در مرحله مقدماتی هر ماده به مسابقه فینال راه پیدا خواهند کرد و فینال بر اساس قانون جدید برگزار می‌گردد. بر اساس این قانون امتیازات در مرحله فینال صفر شده و با روال جدید برگزار می‌گردد تا نفرات اول تا هشتم تعیین می‌گردد.
- ✓ ترکیب تیم در هر رشته (تفنگ بادی یا تپانچه بادی) مرکب از سه (۳) تیرانداز خواهد بود که در پایان دور مقدماتی، رتبه بندی تیم‌ها بر اساس نتایج کسب شده خواهد بود.
- ✓ واحدهای استانی که تیم کامل ندارند هر نفر حق شرکت در یک رشته (تفنگ بادی یا تپانچه بادی) را دارد.
- ✓ در صورتی که تیم‌ها سلاح شخصی به همراه داشته باشند تامین ساچمه سلاح مربوطه بر عهده تیم‌های شرکت کننده می‌باشد. همچنین در صورتی که برخی از تیم‌های شرکت کننده سلاح نداشته باشند سلاح (با کیفیت معمولی) و ساچمه (معمولی) از سوی هیات تیراندازی تامین و در اختیار قرار می‌گیرد.
- ✓ استفاده از سلاح و ساچمه و وسایل تیراندازی از قبیل لباس تیراندازی - دستکش و کفش شخصی و ... که مغایرت با مقررات ISSF نداشته باشد بلا مانع می‌باشد.
- ✓ نتایج تیمی ماده ورزشی بر حسب مجموع امتیازات انفرادی تیراندازان تعیین می‌گردد.
- ✓ هر گونه توهین و اهانت به مسئولین برگزاری مسابقات از طرف ورزشکار، مربی، سرپرست و همراه تیم می‌تواند منجر به اخراج تیم یا ورزشکار از مسابقه گردد (با تصمیم کمیته فنی مسابقه).

اعضای کمیته فنی:

- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $1/000/000$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.



موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات تیم های اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

صحت و سلامتی بالاترین نعمت است.

امام علی (ع)



راهنمای فنی پنجمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان دختر
دانشگاه جامع علمی کاربردی



تنیس روی میز

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۴ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست، جمعاً ۶ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تنیس روی میز (ITTF) برگزار می شود.
- ✓ مسابقات به شیوه حذفی آسیایی برگزار می شود.
- ✓ هر تیم موظف است دو دست پیراهن ورزشی آستین کوتاه در دو رنگ تیره و روشن و شورت تا زیر زانو به همراه داشته باشند.
- ✓ تیمها موظفند ۳۰ دقیقه قبل از شروع مسابقه در سالن حضور داشته باشند.
- ✓ لباس تیمها (پیراهن و شورت) می بایست یک دست و یک رنگ باشد.
- ✓ استفاده از پیراهن و شورت ورزشی به رنگ سفید و کرم ممنوع است.
- ✓ توپ مسابقات به رنگ سفید و از نوع شائوفا می باشد (در صورت نبود توپ در بازار متعاقباً اعلام خواهد شد).
- ✓ مسابقات بر روی میز استاندارد برگزار می گردد.
- ✓ راکت بازیکنان می بایست قانونی باشد.
- ✓ مسابقات در سه قسمت تیمی، انفرادی، دوپل دانشگاهی برگزار می شود.
- ✓ در مسابقات تیمی سوم مشترک منظور خواهد شد.
- ✓ مسابقات انفرادی بصورت تک حذفی و ۳ گیم از ۵ گیم می باشد.
- ✓ مسابقات دوپل دانشگاهی بصورت تک حذفی و ۳ گیم از ۵ گیم می باشد.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهد شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهند نمود.



نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیمها:

- به تیمهای اول، دوم و سوم مشترک جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
 - به نفرات تیمهای اول تا سوم مشترک مسابقات مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
 - به نفرات اول تا سوم مشترک مسابقات انفرادی مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
- به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش یک واجب دینی و یک واجب سیاسی است.

(مقام معظم رهبری)



شنا

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۷ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست، جمعاً ۹ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات بر اساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی شنا (FINA) برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات در ۱۳ ماده به شرح زیر برگزار می‌شود. (ده ماده انفرادی و ۳ ماده تیمی)

مواد تیمی	مواد انفرادی		
۴*۵۰مختلط تیمی	۵۰متر آزاد	۱۰۰متر آزاد	۴*۵۰متر مختلط انفرادی
۴*۵۰متر آزاد تیمی	۵۰متر قورباغه	۱۰۰متر قورباغه	۲۰۰متر آزاد
۱۰۰*۴متر آزاد تیمی	۵۰متر کرال پشت	۱۰۰متر کرال پشت	۲۰۰متر قورباغه
-----	۵۰متر پروانه	-----	-----

- ✓ هر شناگر حق شرکت در ۳ ماده انفرادی و ۲ رشته تیمی را دارد.
- ✓ هر واحد استانی مجاز است در هر ماده انفرادی دو شرکت کننده و در هر ماده تیمی یک تیم معرفی نماید.
- ✓ مسابقات به صورت نهایی و در یک روز برگزار می‌گردد.
- ✓ ترتیب مسابقات ۴*۵۰متر مختلط انفرادی: پروانه- کرال پشت- قورباغه- کرال سینه
- ✓ ترتیب مسابقات ۴*۵۰متر مختلط تیمی: کرال پشت- قورباغه- پروانه- کرال سینه
- ✓ هر تیم موظف است رکورد شناگران خود را در رشته مورد نظر به طور دقیق در برگ ارنج ثبت نموده و در جلسه فنی (هماهنگی) به سرپرست فنی ارائه نماید.
- ✓ ارائه برگه ارنج مسابقات بدون خط خوردگی در جلسه فنی (هماهنگی) الزامی می‌باشد.
- ✓ تغییر در ارنج مواد تیمی تا یک ساعت قبل از شروع مسابقات همان روز امکان پذیر است و باید به منشی مسابقات تسلیم گردد.
- ✓ تغییر در ارنج ماده های انفرادی امکان پذیر نمی‌باشد.
- ✓ در صورتی که نام شناگری در برگه ارنج ثبت گردیده و مقرر شود که در مسابقه شرکت نماید اما به دلایل غیر پزشکی از حضور در مسابقه خودداری نماید، مبلغ ۳۰۰/۰۰۰ ریال جریمه برای هر ماده دریافت خواهد گردید.
- ✓ در صورتی که شناگر بعد از معرفی از سوی مربی تیم و تعیین خط شنا به دلایل پزشکی از شرکت در مسابقه امتناع نماید، در صورت تایید پزشک، اجازه شرکت در بقیه مواد شنا را تا پایان مسابقات همان روز نخواهد داشت.

برنامه مسابقات:

بعد از ظهر				صبح			
۵۰متر پروانه	۴	۴*۵۰متر آزاد تیمی	۱	۲۰۰متر مختلط انفرادی	۵	۵۰متر آزاد	۱
۲۰۰متر آزاد	۵	۵۰متر قورباغه	۲	۱۰۰متر قورباغه	۶	۱۰۰متر کرال پشت	۲
۱۰۰*۴متر آزاد تیمی	۶	۱۰۰متر آزاد	۳	۴*۵۰متر مختلط تیمی	۷	۲۰۰متر قورباغه	۳
-----		-----		-----	--	۵۰متر کرال پشت	۴

- ✓ امتیازات مسابقات انفرادی تا شانزدهم و تیمی تا رده هشتم محاسبه خواهد شد.



اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- سرداور
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین‌نامه عمومی را اداره کل تربیت‌بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین‌نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم‌های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- اعلام نتایج تیمی بر اساس امتیاز بندی می باشد.
- به نفرات اول تا سوم هر ماده مدال و حکم قهرمانی اهدا می گردد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش قهرمانی سنگ بنا و پستوانه حقیقی ورزش عمومی می باشد

(مقام معظم رهبری)



دو میدانی

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۸ نفر ورزشکار به همراه مربی و سرپرست، جمعاً ۹ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات دو و میدانی براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی دو و میدانی (IAAF) برگزار می شود.
- ✓ هر واحد استانی می تواند در هر ماده ۲ نفر شرکت کننده داشته باشد.
- ✓ هر شرکت کننده می تواند در ۳ ماده (۲ ماده انفرادی و ۱ ماده امدادی) شرکت کند.
- ✓ مسابقات در فضای آزاد پیست ۴۰۰ متری برگزار می گردد.
- ✓ لباس ورزشکاران شامل بلوز آستین بلند تا روی زانو، شلوار بلند و مقنعه مخصوص ورزشکاران (مقنعه حجاب) می باشد.
- ✓ در مسابقات امدادی لباس ورزشکاران هر تیم می بایست متحدالشکل و یک رنگ باشد.
- ✓ شماره سینه ورزشکاران از طرف مسئول فنی مسابقات داده خواهد شد.
- ✓ مسابقات در کلیه مواد بجز ۱۰۰ متر به صورت نهایی برگزار خواهد شد.

مواد برگزاری مسابقات:

- ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر، ۴۰۰ متر، ۸۰۰ متر، ۱۵۰۰ متر، ۵۰۰۰ متر، ۱۰۰ مانع، ۴×۱۰۰ متر امدادی، ۴×۴۰۰ متر امدادی
- پرش طول
- پرش ارتفاع
- پرتاب دیسک
- پرتاب وزنه

برنامه مسابقات:

- بعد از ظهر روز اول**
- ۱- (ساعت ۱۷:۰۰ - پرتاب دیسک نهایی)
 - ۲- (ساعت ۱۷:۴۵ - ۱۵۰۰ متر نهایی)
 - ۳- (ساعت ۱۸:۱۵ - پرتاب وزنه نهایی)
 - ۴- (ساعت ۱۸:۴۵ - ۲۰۰ متر نهایی)
 - ۵- (ساعت ۱۹:۱۵ - ۴×۴۰۰ متر نهایی)
- صبح روز دوم**
- ۱- (ساعت ۱۰:۰۰ - ۱۰۰ متر مانع نهایی)
 - ۲- (ساعت ۱۰:۳۰ - ۴۰۰ متر نهایی)
 - ۳- (ساعت ۱۱:۰۰ - پرش طول نهایی)
 - ۴- (ساعت ۱۱:۰۰ - ۵۰۰۰ متر نهایی)
- بعد از ظهر دوم:**
- ۱- (ساعت ۱۷:۰۰ - ۸۰۰ متر نهایی)
 - ۲- (ساعت ۱۷:۳۰ - پرش ارتفاع نهایی)
 - ۳- (ساعت ۱۸:۱۵ - ۴×۱۰۰ متر نهایی)
 - ۴- (ساعت ۱۸:۴۵ - ۱۰۰ متر نهایی)



اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم اهدا خواهد شد.
- به مقامهای اول تا سوم هر ماده حکم و مدال اهدا می شود.
- کسب مقام در رشته های امدادی فقط یک مدال محاسبه می شود.
- امتیازات انفرادی تا رده شانزدهم و امتیازات تیمی تا رده هشتم مسابقات محاسبه می شود.

در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:

- محاسبه امتیازات و نحوه امتیازدهی به شرح ذیل می باشد.

تعداد شرکت کنندگان	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم
۶ نفر یا ۶ نفر به بالا	۷	۵	۴	۳	۲	۱
۵ نفر	۶	۴	۳	۲	۱	
۴ نفر	۵	۳	۲	۱		
۳ نفر	۴	۲	۱			

- چنانچه تیم ها در امتیاز مساوی بودند ابتدا مدال های طلا، سپس نقره و در مرحله بعد برنز مورد ارزیابی قرار می گیرد.

ورزش یک ضرورت و نیاز زندگی انسان است

(مقام معظم رهبری)



کاراته

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۵ نفر ورزشکار به همراه مربی و سرپرست، جمعاً ۷ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون جهانی کاراته (WKF) برگزار می‌گردد.
- ✓ مسابقات در دو رشته کاتا (انفرادی و تیمی) و کومیته انفرادی، در رده کمر بند قهوه ای- مشکی برگزار می‌گردد.
- ✓ مسابقات کومیته در اوزان (۵۰-، ۵۵-، ۶۱-، ۶۸- و ۶۸+ کیلوگرم) برگزار می‌گردد.
- ✓ حداکثر اضافه وزن مجاز ۵۰۰ گرم می‌باشد.
- ✓ مسابقه کاتا و کومیته جهت سبک‌های کنترلی برگزار می‌گردد عبارتند از: شوتوکان- شیتوریو- گوجوریو- وادوریو (شاخه‌های سبک- های مذکور حق شرکت در مسابقات را دارند).
- ✓ در مسابقات کومیته زمان برگزاری مسابقات بر اساس قوانین جدید داوری wkf خواهد بود.
- ✓ در مسابقات کاتا مسابقات بر اساس کاتاهای رسمی و قوانین داوری wkf خواهد بود.
- ✓ ورزشکاران ملزم به پوشیدن لباس سفید و بدون آرم می‌باشند.
- ✓ مربیان بایستی در تمامی مدت مسابقات لباس ورزشی پوشیده و کارت شناسایی را به همراه داشته باشند.
- ✓ ورزشکاران ملزم به داشتن اصل و کپی حکم کمر بند کاراته و رضایت نامه شرکت در مسابقات اعم از کاتا و کومیته می‌باشند.
- ✓ هر گونه اعمال ناشایست یا اعتراضاتی از طرف مربی یا بازیکن که خلاف شئون کاراته باشد باعث حذف تیم مذکور خواهد شد.
- ✓ جدول مسابقات کاتا و کومیته به سیستم رپه شارژ می‌باشد.
- ✓ سرپرست و مربی حق شرکت در مسابقات را به عنوان ورزشکار نخواهند داشت.
- ✓ شرکت کنندگان می‌توانند در هر دو بخش کاتا و کومیته مسابقه دهند.
- ✓ مربیان باید کارت شناسایی خود را به سینه نصب نمایند.
- ✓ شرکت کنندگان کومیته ملزم به داشتن کمر بند قرمز و آبی می‌باشند.
- ✓ کلیه شرکت کنندگان در بخش کومیته باید دستکش (قرمز و آبی) کمر بند (قرمز و آبی)، لته بند، ساق بند، روپایی، و محافظ سینه به همراه داشته باشند.
- ✓ کسانی که در کاتا انفرادی یا تیمی مقام کسب نمایند در صورت تمایل می‌توانند در هر دو بخش شرکت نمایند.
- ✓ شرکت کنندگان در دور اول باید شیتی کاتا و در دور بعد کاتای انتخابی خودشان را اجرا نمایند.

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهند شد.



اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی مسابقات:

- به تیم های اول تا سوم (مجموع کاتا و کومیته) جام و حکم قهرمانی اهدا می شود.
 - به نفرات اول، دوم و سوم مشترک مسابقات کاتا (انفرادی و تیمی) مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
 - به نفرات اول، دوم و سوم مشترک کومیته مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

ورزش همان طور که بدن را تربیت و سالم می کند، عقل را هم سالم می کند

(امام خمینی (ره))



تکواندو

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۸ ورزشکار به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۱۰ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات براساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تکواندو (WTF) برگزار می‌شود.
- ✓ تیم‌ها موظفند کلاه- هوگو و سایر لوازم ایمنی (ساعد و ساق بندو لثه) به همراه داشته باشند.
- ✓ مسابقات در هشت وزن (۴۶-، ۴۹-، ۵۳-، ۵۷-، ۶۲-، ۶۷-، ۷۳- و ۷۳+) در سه راند دو دقیقه ای برگزار می‌شود.
- ✓ دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمر بند قرمز به بالا مورد تایید فدراسیون تکواندو باشند.
- ✓ وزن کشی کلیه اوزان با ۲۰۰ گرم ارفاق در ساعت ۱۷ الی ۱۹ روز قبل از مسابقه انجام می‌شود.
- ✓ قرعه کشی روز قبل از مسابقات در جلسه هماهنگی انجام خواهد شد.
- ✓ مسابقات اوزان فرد در روز دوم ورود و مسابقات اوزان زوج در روز سوم ورود انجام خواهد شد.

راهنمای فنی مسابقات پومسه

- ✓ مسابقات بر اساس آخرین قوانین و مقررات فدراسیون بین المللی تکواندو (WTF) برگزار می‌شود.
- ✓ هر تیم می‌تواند حداکثر ۳ نفر بازیکن از نفرات اعزامی خود را جهت مسابقات پومسه معرفی نماید (یک نفر در بخش انفرادی و سه نفر نیز در بخش تیمی پومسه می‌باشند).
- ✓ مسابقات در گروه آزاد برگزار می‌شود.
- ✓ دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمر بند قرمز یا مشکی دان یک به بالا مورد تایید فدراسیون تکواندو باشند.
- ✓ مسابقات در سه راند و با یک دقیقه استراحت مابین فرم اول و دوم برگزار می‌شود.
- ✓ بازیکنان در راند اول دو (۲) فرم قرعه‌کشی شده اجباری اول را اجرا می‌نمایند و ۵۰٪ بازیکنی که امتیاز بالاتری را کسب نمایند به دور نیمه نهایی راه می‌یابند.
- ✓ بازیکنان در راند دوم، دو (۲) فرم مشخص شده اجباری دوم را اجرا می‌نمایند و ۸ بازیکنی که امتیاز بالاتری کسب نمایند به مرحله فینال راه پیدا خواهند کرد.
- ✓ بازیکنان در فینال دو (۲) فرم مشخص شده را به فاصله یک دقیقه استراحت اجراء خواهند کرد و بر اساس امتیازات کسب شده، نفرات اول تا هشتم مشخص خواهند شد.

فرم‌های مسابقات:

فرم‌های اجباری دور مقدماتی	فرم‌های اجباری دور نیمه نهایی و فینال
یوک چانگ، چیل جانگ، پال چانگ، کوریو	کومگانگ، ته بگ، پیوان وان، سیب چین



اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال و محاسبه امتیازات در رده بندی نهایی تیم‌ها:

- به تیم‌های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول، دوم و سوم مشترک هر وزن مدال و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می‌گیرد.

ورزش را یک تکلیف الهی بدانید.

(مقام معظم رهبری)



بدستون

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از حداقل ۲ و حداکثر ۴ نفر ورزشکار به همراه یک مربی و یک سرپرست جمعاً ۶ نفر می باشد.
- ✓ مسابقات طبق آخرین قوانین و مقررات فدراسیون جهانی بدمینتون (B.W.F) برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات در دو قسمت تیمی و انفرادی برگزار می شود.
- ✓ هر تیم موظف است دو دست پیراهن ورزشی آستین کوتاه و شورت ورزشی هم رنگ به همراه داشته باشد.
- ✓ مسابقات با توپ پلاستیکی یونکس ۳۵۰ دور سبز برگزار می گردد.
- ✓ تعداد امتیاز گیم های بازی ۲۱ امتیازی می باشد.
- ✓ مسابقات تیمی در دور اول به صورت دوره ای و در دوره های بعدی به صورت تک حذفی برگزار خواهد شد.
- ✓ مسابقات تیمی ۳ بازی از ۵ بازی خواهد بود که در دور اول تمام بازی ها انجام می گیرد. در ضمن رنچ به ترتیب (یک نفره اول - یک نفره دوم - دو نفره اول - دو نفره دوم و یک نفره سوم) خواهد بود.
- ✓ در مسابقات تیمی در مرحله دوره ای در صورت تساوی دو تیم، از نظر برد یا باخت تیمی در رده بالاتر قرار می گیرد که تیم دیگر را برده باشد.
- ✓ در صورت تساوی بیش از دو تیم (سه تیم) در یک گروه:
 - تیمی که تعداد بازی های برده بیشتری دارد در گروه بالاتر قرار می گیرد.
 - در صورتی که هر سه تیم گروه دارای امتیاز برابر باشد، طبق بند الف رده بندی با توجه به تفاوت بین مجموعه گیم بازهای برده و باخته انجام می گیرد و تیم با امتیاز بیشتر در رده بالاتر قرار می گیرد.
 - در صورتیکه هر سه تیم گروه دارای امتیاز برابر باشند طبق بند ب رده بندی با توجه به تفاوت بین جمع امتیازات بازیهای برده و باخته انجام می گیرد و هر تیم با امتیاز بیشتر در رده بالاتر قرار می گیرد.
 - در صورتیکه هر واحد استانی نتواند در مسابقات تیمی شرکت نماید می تواند با حداقل نفرات در جدول یک نفره و دو نفره دانشگاهی حضور داشته باشد.

اعضای کمیته فنی:

- رئیس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهند شد.



اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
 - به نفرات اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
 - به نفرات تیم های اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

صحت و سلامتی بالاترین نعمت است.

امام علی (ع)



شطح

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۵ نفر ورزشکار، یک مربی و یک سرپرست جمعاً ۷ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات در ۴ ماده استاندارد (انفرادی و تیمی)، ماده سریع (انفرادی) و ماده برق آسا (انفرادی) انجام خواهد شد.
- ✓ آوردن گوشی همراه و هرگونه وسایل الکترونیکی به سالن، توسط بازیکن، مربی، سرپرست یا همراهان اکیداً ممنوع است و به بازیکن خاطی باخت داده می‌شود.
- ✓ ادامه تمام دوره‌های بازی برای همه شرکت کنندگان الزامی است و ترک مسابقات موجب محرومیت از مسابقات آینده خواهد شد.
- ✓ هیئت ژوری دور اول مسابقات با استفاده از مربیان دارای کارت داوری درجه ۲ به بالا انتخاب خواهد شد.
- ✓ کلیه بازیکنان، مربی و سرپرست هر تیم موظف به پوشیدن لباس یک مدل و یک رنگ می‌باشند.
- ✓ پوشیدن دمپایی در سالن مسابقات اکیداً ممنوع می‌باشد.
- ✓ حضور مربی یا سرپرست در جلسه قرعه کشی الزامی است.

قوانین و مقررات ماده استاندارد مسابقات شطح:

- ✓ کلیه قوانین فیده در مسابقات اعمال می‌شود.
 - ✓ مسابقات ماده استاندارد به روش سوئیس تیمی برگزار می‌شود (تعداد دورها متناسب با تعداد تیم‌های شرکت کننده تعیین خواهد شد).
 - ✓ زمان بازی ها ۶۰ دقیقه برای هر بازیکن به اضافه ۳۰ ثانیه پاداش برای انجام هر حرکت خواهد بود.
 - ✓ تاخیر بیش از ۳۰ دقیقه بازیکنان منجر به باخت آن‌ها خواهد شد و برای حریف یک امتیاز (بازی انجام نشده) منظور خواهد شد.
 - ✓ هر تیم متشکل از ۵ بازیکن (۴ بازیکن اصلی و یک نفر ذخیره) می‌باشد که بر روی ۴ میز به رقابت خواهند پرداخت.
 - ✓ قواعد اعلام ارنج اصلی و ارنج دوره‌های مسابقه، در جلسه هماهنگی اعلام خواهد شد.
 - ✓ حضور حداقل سه بازیکن از هر تیم برای شروع مسابقه الزامی است. در صورتی که دو بازیکن (یا بیشتر) از تیمی غایب باشند برای نتیجه، باخت تیمی منظور خواهد شد.
 - ✓ اعضای هیات ژوری در جلسه هماهنگی تعیین خواهند شد.
 - ✓ رده‌بندی تیم‌ها بر اساس مجموع امتیازات کسب شده (Game Point) در پایان مسابقات تعیین می‌شود.
 - ✓ در صورت تساوی دو یا چند تیم، از روش شکستن امتیاز به شرح زیر استفاده خواهد شد:
- الف) امتیاز مسابقه (Match Point) ب- دیدار مستقیم ج- برگر تیمی
- ✓ حدنصاب تعداد بازی لازم برای رتبه بندی انفرادی، حضور در حداقل ۶۰٪ از دورها برای میزهای اول تا چهارم و حداقل ۵۰٪ از دورها برای میز ۵ می‌باشد.
 - ✓ تبصره: صرفاً بازیکنان تیم‌ها مشمول مدال انفرادی خواهند شد که جایگاه تیم ایشان در ۵۰ درصد بالایی رده بندی نهایی تیمی قرار داشته باشند.
 - ✓ برای تعیین نفرات برتر میزها، ضوابط زیر به ترتیب مد نظر قرار خواهد گرفت:
- الف) درصد ب) امتیاز ج) رویارویی مستقیم د) زونه بورن برگر



قوانین و مقررات ماده سریع مسابقات شطرنج:

- ✓ مقررات فدراسیون جهانی شطرنج بر این مسابقه حاکم خواهد بود.
 - ✓ مسابقات به روش سوئیس انفرادی برگزار می شود (تعداد دورها به نسبت بازیکنان شرکت کننده تعیین خواهد شد)
 - ✓ بازیکنان تیمها (هر تیم حداکثر ۵ بازیکن)، بصورت انفرادی در مسابقه شرکت خواهند کرد.
 - ✓ زمان بازیها، ۱۰ دقیقه به علاوه ۲ ثانیه پاداش به ازای هر حرکت برای هر بازیکن می باشد. در شرایط خاص، در این خصوص تصمیم مقتضی توسط سرداور مسابقات اتخاذ خواهد شد.
 - ✓ رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده توسط هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن امتیازات یکسان کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش شکستن امتیاز به شرح زیر به ترتیب اولویت استفاده خواهد شد:
- الف: رویارویی مستقیم ب: زونه بون برگر ج: بوخ هولتس قطع شده ۱ د: مجموع بوخ هولتس

قوانین و مقررات ماده برق آسا مسابقات شطرنج:

- ✓ مقررات فدراسیون جهانی شطرنج بر این مسابقه حاکم خواهد بود.
 - ✓ مسابقات به روش سوئیس انفرادی برگزار می شود. (تعداد دورها به نسبت بازیکنان شرکت کننده تعیین خواهد شد)
 - ✓ بازیکنان تیمها (هر تیم حداکثر ۵ بازیکن)، بصورت انفرادی در مسابقه شرکت خواهند کرد.
 - ✓ زمان بازیها ۳ دقیقه به علاوه ۲ ثانیه پاداش به ازای هر حرکت برای هر بازیکن می باشد.
 - ✓ رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده توسط هر بازیکن در پایان مسابقه تعیین خواهد شد و چنانچه دو یا چند بازیکن امتیازات یکسان کسب کرده باشند برای تعیین رتبه آنها از روش شکستن امتیاز به شرح زیر به ترتیب اولویت استفاده خواهد شد.
- الف: رویارویی مستقیم ب: زونه بون برگر ج: بوخ هولتس قطع شده ۱ د: مجموع بوخ هولتس

اعضای کمیته فنی:

- رییس انجمن
- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم های حاضر انتخاب خواهد شد.

اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.



نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.

- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:

به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

من ورزش را برای همه لازم می دانم.

(مقام معظم رهبری)



تیراندازی

قوانین و مقررات فنی:

- ✓ هر تیم متشکل از ۶ ورزشکار (۳ نفر در تفنگ بادی و ۳ نفر در تپانچه بادی) به همراه مربی و سرپرست جمعاً ۸ نفر می‌باشد.
- ✓ مسابقات بر اساس قوانین و مقررات فدراسیون تیراندازی برگزار می‌گردد.
- ✓ مسابقات در دو رشته تفنگ و تپانچه بادی به صورت فرم کامل ۶۰ تیر و بر اساس قوانین جدید در زمان ۷۵ دقیقه که ۱۵ دقیقه هم زمان آماده‌سازی و قلق خواهد بود برگزار می‌شود.
- ✓ هر تیرانداز مجاز به شرکت در یک ماده ورزشی خواهد بود.
- ✓ در صورتی که واحد استانی فاقد تیم کامل باشد شرکت نفرات به صورت انفرادی خواهد بود.
- ✓ هشت نفر اول در مرحله مقدماتی هر ماده به مسابقه فینال راه پیدا خواهند کرد و فینال بر اساس قانون جدید برگزار می‌گردد. بر اساس این قانون امتیازات در مرحله فینال صفر شده و با روال جدید برگزار می‌گردد تا نفرات اول تا هشتم تعیین می‌گردد.
- ✓ ترکیب تیم در هر رشته (تفنگ بادی یا تپانچه بادی) مرکب از سه (۳) تیرانداز خواهد بود که در پایان دور مقدماتی، رتبه بندی تیم‌ها بر اساس نتایج کسب شده خواهد بود.
- ✓ واحدهای استانی که تیم کامل ندارند هر نفر حق شرکت در یک رشته (تفنگ بادی یا تپانچه بادی) را دارد.
- ✓ در صورتی که تیم‌ها سلاح شخصی به همراه داشته باشند تامین ساچمه سلاح مربوطه بر عهده تیم‌های شرکت کننده می‌باشد. همچنین در صورتی که برخی از تیم‌های شرکت کننده سلاح نداشته باشند سلاح (با کیفیت معمولی) و ساچمه (معمولی) از سوی هیات تیراندازی تامین و در اختیار قرار می‌گیرد.
- ✓ استفاده از سلاح و ساچمه و وسایل تیراندازی از قبیل لباس تیراندازی- دستکش و کفش شخصی و ... که مغایرت با مقررات ISSF نداشته باشد بلا مانع می‌باشد.
- ✓ نتایج تیمی ماده ورزشی بر حسب مجموع امتیازات انفرادی تیراندازان تعیین می‌گردد.
- ✓ هر گونه توهین و اهانت به مسئولین برگزاری مسابقات از طرف ورزشکار، مربی، سرپرست و همراه تیم می‌تواند منجر به اخراج تیم یا ورزشکار از مسابقه گردد (با تصمیم کمیته فنی مسابقه).

اعضای کمیته فنی:

- سرپرست فنی
- یک نفر از کمیته داوران
- دو نفر از مربیان یا سرپرستان که در جلسه هماهنگی از طرف کلیه مربیان و سرپرستان تیم‌های حاضر انتخاب خواهند شد.



اعتراضات:

اعتراضات باید بصورت کتبی و حداکثر ۳۰ دقیقه پس از پایان وقت آن مسابقه به همراه مبلغ $۱/۰۰۰/۰۰۰$ ریال (معادل صد هزار تومان) توسط سرپرست تیم به کمیته فنی تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد. پاسخ اعتراض قبل از شروع مسابقه تیم مورد اعتراض به اطلاع سرپرست تیم معترض خواهد رسید.

موارد پیش بینی نشده:

کلیه موارد پیش بینی نشده در آئین نامه عمومی را اداره کل تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی کاربردی و آئین نامه فنی را کمیته فنی مسابقات حل و فصل خواهد نمود.

نحوه توزیع مدال، حکم و جام قهرمانی در رده بندی نهایی تیم ها:

- به تیم های اول تا سوم جام و حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.
- به نفرات تیم های اول تا سوم مدال و حکم قهرمانی اهدا می شود.
- در رده بندی نهایی به نفرات اول تا ششم:
به ترتیب به ازای مقام اول (۷)، دوم (۵)، سوم (۴)، چهارم (۳)، پنجم (۲) و ششم (۱) امتیاز تعلق می گیرد.

صحت و سلامتی بالاترین نعمت است.

امام علی (ع)