



قو علی خدمتک جوارحی

امام علی (ع)

## دستور العمل

برگزاری مسابقات ورزش های قهرمانی

رشته فوتسال (آزمون مهارتی تکنیک ها)

دانشجو معلمان دختر و پسر دانشگاه فرهنگیان سراسر کشور

منیربان: استان خراسان شمالی

آذر ۱۴۰۰

## مقررات عمومی:

۱. شرکت در این مسابقات تابع قوانین و مقررات ذکر شده در دستورالعمل عمومی و فنی می باشد.
۲. مسابقات به صورت مجازی و انفرادی برگزار می گردد.
۳. رعایت شئونات اسلامی، انضباط ورزشی و احترام به قوانین و مقررات الزامی می باشد.
۴. شرط شرکت در مسابقات، نداشتن سابقه بیماری و ممنوعیت پزشکی دانشجوی معلمان می باشد.
۵. در زمان اجرا تمامی پروتکل های بهداشتی مربوط به ویروس کرونا رعایت شود.
۶. ورزشکار می بایست توجه داشته باشد که هنگام اجرای فعالیت ورزشی، پس زمینه مکان اجرا، فاقد هرگونه عکس یا تصویر و... باشد.
۷. فیلمبرداری از یک محل و به صورت ثابت انجام و تمام صحنه اجرای برنامه بدون جا به جایی تلفن همراه/دوربین در طول فیلم برداری قابل مشاهده باشد.
۸. هنگام فیلمبرداری از اجرای مهارت و فعالیت، به منظور شناسایی چهره ورزشکار می بایست ورزشکار بدون ماسک باشد.
۹. ورزشکاران می توانند در منزل، فضای آزاد یا باشگاه، آیتم ها را مطابق دستورالعمل انجام دهند و فیلم را بدون ویرایش با هرگونه نرم افزار به صورت خام و زیپ شده در سامانه مسابقات مربوطه بارگذاری نمایند.
۱۰. بارگذاری تصویر کارت بیمه ورزشی، کارت ملی و کارت دانشجویی معتبر یا گواهی اشتغال به تحصیل عکس دار در سامانه استان میزبان ( مندرج در دستورالعمل فنی هر مسابقه) الزامی می باشد.
۱۱. فیلم گرفته شده در سامانه استان میزبان به تفکیک جنسیت بارگذاری و از ارسال فیلم در واتس آپ و... خودداری شود.
۱۲. پردیس ها و واحدهای آموزشی تابعه استانی هیچ محدودیتی در معرفی افراد متقاضی برای شرکت در رقابت، از لحاظ تعداد ندارند.
۱۳. دانشجوی معلمان محدودیتی جهت شرکت در رشته های ورزشی (تکواندو، کاراته، دوومیدانی، شطرنج، آمادگی جسمانی، مهارت های والیبال، هندبال، بسکتبال، فوتبال و تنیس روی میز) نداشته و می توانند در تمامی رشته ها شرکت نمایند.
۱۴. هر شرکت کننده ضروری است آمادگی لازم جهت شرکت در مسابقات را با انجام تمرین کسب نماید و در پایان مجاز است فقط یک فیلم از اجرای مسابقه را در سامانه بارگذاری نماید.

۱۵. به ۳ دانشجوی برتر در هر رشته ورزشی حکم قهرمانی و جوایز نفیس اهدا خواهد شد.

۱۶. جوایز نفیسی به منظور تشویق و قدردانی از زحمات همکاران (مربی/ سرپرست) بر اساس میزان مشارکت دانشجو معلمان در مسابقات اهدا خواهد شد.

## **آزمون مهارتی فوتسال در سطح کشور و بین دانشجو معلمان شاغل به تحصیل در دانشگاه فرهنگیان در دو بخش دختران و پسران در ۵ ایستگاه با مهارت های حرکات نمایشی خلاقانه (داوطلبانه) ضربه روپایی آزاد، پاس بغل پا، حمل توپ، دریل، شوت برگزار می گردد.**

### **روش و مراحل برگزاری مسابقات:**

ابتدا دانشجو معلم می بایست نقشه اجرایی مهارت های مربوطه مندرج در انتهای دستورالعمل را ترسیم نماید.

دانشجو معلمان نیازی به استفاده از کرونومتر در طول اجرای مسابقه نداشته فقط می بایست مراحل ایستگاه های در نظر گرفته را بدون وقفه انجام داده، فیلم برداری نموده و سپس بارگذاری نماید

زمان انجام فعالیت هر ورزشکار توسط داوران محاسبه و نفرات برتر انتخاب خواهند شد.

مسابقه در ایستگاه های مذکور به شرح ذیل برگزار می گردد:

**ایستگاه اول:** اجرای ۱۰ ثانیه حرکات نمایشی با توپ

**نحوه اجرا:** این ایستگاه اختیاری بوده و شامل تکنیک های فردی است و انجام آن موجب کسب امتیاز مثبت در ارزیابی دانشجو توسط کمیته داوران خواهد بود ولی عدم اجرای آن امتیاز منفی ندارد.

این بخش حداکثر ۳ امتیاز برای ورزشکاران دارد

آیتم های مورد نظر در امتیاز دهی شامل: زیبایی مهارت، بدیع (نو) بودن مهارت و اجرای صحیح و روان مهارت در مدت زمان ۱۰ ثانیه می باشد.

## ایستگاه دوم: اجرای ۳۰ ضربه روپایی آزاد

**نحوه اجرا:** دانشجو معلمان می توانند مهارت روپایی را با توجه به توانمندی خود بصورت ضربه با تک پا، دو پا، روی پا، زانو و سر و یا ترکیبی انجام دهند.

### خطا ها:

افتادن توپ خطا محسوب شده و به ازای هر خطا ۲ ثانیه به زمان کل دانشجو اضافه می گردد.

نکته : اگر در حین اجرای کار توپ با زمین برخورد نماید ورزشکار می بایست ادامه اجرا را تا پایان ۳۰ ضربه داشته باشد. اما به تعداد دفعات افتادن توپ خطا محسوب شده و به زمان کل اضافه خواهد شد.

داوری از لحظه شروع ایستگاه دوم (اولین ضربه روپایی) تا پایان ایستگاه پنجم (عبور توپ از خط دروازه) آغاز و زمان کل اجرای هر ورزشکار محاسبه می گردد.

فاصله ایستگاه اول تا ایستگاه دوم ۲ متر می باشد.

## ایستگاه سوم: انجام ۴ بار ضربه بغل پا و اجرای یک حرکت پروانه در یک مسیر رفت و برگشت به طول ۳ متر

**نحوه اجرا:** مطابق تصویر دانشجو معلم ابتدا مسیر فعالیت خود را (خط شروع به عرض ۱ متر) و طول ۳ متر و (خط پایان به عرض ۱ متر) ترسیم کرده سپس مانند تست ۹\*۴ توپ را از روی خط شروع با حرکت بغل پا ضربه زده، یک حرکت پروانه را انجام داده، سپس بلافاصله شروع به دویدن کرده و توپ را پشت خط پایان (انتهای ۳ متر) دریافت می نماید و مجدداً از پشت خط پایان، توپ را با حرکت بغل پا به سمت خط شروع ضربه زده، بلافاصله یک حرکت پروانه را انجام داده و سپس اقدام به دویدن کرده و توپ را پشت خط شروع دریافت می نماید و مجدداً یکبار دیگر حرکت رفت و برگشت را مانند حرکت قبل انجام می دهد. (ضربات بغل پا باید کنترلی زده شود به نحوی که ورزشکار بتواند پس از اجرای حرکت پروانه پشت خط ۳ متر دریافت نماید ضمناً دو رفت و دو برگشت ، چهار حرکت پروانه می بایست انجام شود).

فاصله ایستگاه دوم تا ایستگاه سوم ۲ متر می باشد.

## ایستگاه چهارم: اجرای مهارت حمل توپ بین موانع

**نحوه اجرا:** مطابق تصویر ورزشکاران می بایست ابتدا ۵ مانع (حداقل با ارتفاع ۲۰ سانتیمتر) را به فاصله ۴۰ سانتیمتر از همدیگر قرار داده و سپس نسبت به اجرای مهارت حمل توپ (دریبل) به دلخواه با روی پا، کف پا، داخل پا ، خارج پا و ... اقدام نمایند.

🚩 در این ایستگاه حرکت از سمت چپ مانع اول شروع شده و ورزشکار می بایست بصورت زیگزاک از بین موانع حرکت بطوریکه از پشت مانع پنجم عبور نماید( مطابق تصویر).

### خطاها:

🚩 هر گونه برخورد توپ یا ورزشکار با هر یک از موانع خطا محسوب شده و در هر خطا ۲ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

🚩 حرکت از سمت راست مانع اول منجر به حذف مانع آخر شده و در این صورت ۴ ثانیه به زمان کل ورزشکار اضافه خواهد شد.

🚩 فاصله ایستگاه سوم تا ایستگاه چهارم ۳ متر می باشد.

**ایستگاه پنجم:** بالا آوردن توپ با روی پا به ارتفاع حداقل تا بالای سر، کنترل(استپ) توپ بر روی زمین و شوت به سمت دروازه از فاصله ی ۱۰ متر

**نحوه اجرا:** دانشجو معلم می بایست مطابق تصویر، روبروی ایستگاه چهارم ابتدای خطی به عرض ۲ متر بصورت افقی کشیده و سپس دروازه ای را در فاصله ۱۰ متری از خط عرضی مستقر می نماید.

سپس روبروی دروازه، پشت خط فرضی ۲ متر قرار گرفته، توپ را با روی پا از زمین بلند کرده و با زدن دو الی سه ضربه توپ را حداقل تا بالای سر رسانده و سپس آنرا کنترل کرده به نحوی که توپ بر روی زمین قرار گیرد و بلافاصله اقدام به شوت دقیق به سمت دروازه از پشت خط فرضی ۲ متر نماید.

کیفیت بالای اجرا ( بالا آوردن توپ از زمین، تکنیک کنترل و شوت ) امتیاز بالا تری خواهد داشت.

### خطاها:

🚩 شوت زدن به دروازه بعد از خط ۲ متری (عبور توپ از خط ۲ متری) خطا محسوب می شود و در صورت ورود توپ به دروازه گل محسوب نشده و ۲ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

🚩 عدم ورود توپ به دروازه یک خطا محسوب شده و ۲ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

🚩 در بالا آوردن توپ از زمین ارتفاع توپ پایین تر از ارتفاع قد فرد خطا محسوب شده و ۲ ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

🚩 زمانی که شوت به سمت دروازه زده شد و از روی خط افقی دروازه یا به موازات آن عبور نماید کرنومتر متوقف شده و زمان کل اجرای فرد ثبت می گردد.

### \*\*\* نکات مهم:

- انتخاب زاویه مناسب دوربین به نحوی که چهره بازیکن و نحوه اجرای حرکات مشخص باشد.

- معرفی دانشجو پیش از شروع حرکت الزامی است. (اینجانب ..... دانشجوی رشته ..... از پردیس ..... استان .... در مسابقات مجازی فوتسال شرکت می کنم)

## لوازم و تجهیزات مورد نیاز:

۱. لباس ورزشی مناسب
۲. کفش و جوراب ورزشی
۳. توپ فوتسال یا فوتبال
۴. مخروط به تعداد ۵ عدد ( در صورت عدم دسترسی قرار دادن سایر وسایل که مشخص کننده فاصله ها باشد و فاصله بین موانع ۴۰ سانتی مترو ارتفاع ۲۰ سانتی متر)
۵. دروازه گل کوچک (در صورت عدم دسترسی قرار دادن دو مانع یا ... با فاصله ۱۳۰ سانتی متر از همدیگر)
۶. لباس ورزشی می بایست برای دانشجو معلمان پسر پیراهن و شورت و برای دختران لباس ورزشی با پوشش کامل و متناسب با شئونات اسلامی باشد.

## جوایز و احکام قهرمانی :

به ۳ نفر برتر( در هر بخش آقایان و بانوان)، جوایز و احکام قهرمانی به شرح ذیل اهدا خواهد شد.

✓ نفر اول: ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

✓ نفر دوم: ۸,۰۰۰,۰۰۰ ریال

✓ نفر سوم: ۶,۰۰۰,۰۰۰ ریال

## تقدیر از سرپرستان تیم ها:

در راستای تقدیر و افزایش انگیزه به ۳ نفر از سرپرستانی (در هر بخش دختران و پسران) که بیشترین میزان مشارکت دانشجو معلمان در کل مسابقات را داشته باشند جوایزی به مبلغ ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال و تقدیر نامه ای از طرف

سرپرست اجرایی مسابقات اهدا خواهد شد.

## پرداخت حق الزحمه عوامل فنی و اجرایی:

تمامی افرادی که در برنامه ریزی و مراحل اجرایی این المپیاد کشوری در سطح استان از مدیریت امور پردیس های استانی و در سطح سازمان از سرپرست اجرایی المپیاد در بخش فنی و اجرایی ابلاغ دریافت نموده اند حق الزحمه آنان مطابق "دستورالعمل پرداخت حق الزحمه عوامل فنی و اجرایی مسابقات و جشنواره های ورزشی" ابلاغی به شماره ۵۰۰۰/۱۷۰۹۵/۱۰۰ د مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۲۲ قابل پرداخت خواهد شد.

### **\* تمام موارد پیش بینی نشده در دستورالعمل، توسط کمیته فنی مسابقات تصمیم گیری می شود.**

جهت پاسخگویی به سوالات احتمالی، کارشناسان محترم پردیس ها و واحدهای آموزشی تابعه شرکت کننده می توانند در بخش آقایان با جناب آقای علی کمالی و با شماره (۰۹۹۴۵۲۶۴۷۶۰) و در بخش بانوان با سرکار خانم امیدوار با شماره (۰۹۳۰۷۳۷۴۲۶۴) تماس حاصل نمایند.

❖ آدرس سامانه جهت بارگذاری و ارسال مدارک مورد نیاز استان میزبان: [khorasanshomali.te.cfu.ac.ir](http://khorasanshomali.te.cfu.ac.ir)

❖ زمان بارگذاری مدارک و فیلم: ۱۸ دی ماه لغایت ۱۲ بهمن ۱۴۰۰



اداره کل تربیت بدنی سازمان مرکزی  
دانشگاه فرهنگیان خراسان شمالی

نقشه اجرایی مسابقات فوتسال مجازی قهرمانی دانشجوی معلمان (دختر و پسر) دانشگاه های فرهنگیان سراسر کشور- خراسان شمالی ۱۴۰۰

