



قو علی خدمتک جوارحی

امام علی (ع)



## دستور العمل

### برگزاری مسابقات ورزش های قهرمانی

### رشته تنیس روی میز

دانشجو معلمان پسر و دختر دانشگاه فرهنگیان سراسر کشور

منیزبان: استان خوزستان

آذرماه 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.

**مسابقات مهارتی رشته تنیس روی میز در سطح کشور و بین دانشجومعلم‌ان شاغل به تحصیل در دانشگاه فرهنگیان در دو بخش دختران و پسران در آیت‌های درایو فوروهند، درایو بک هند، سرویس فوروهند و بک هند برگزار خواهد شد.**

## **مقررات فنی:**

### **مهارت اول: تکنیک درایو فوروهند و بک هند (دختران و پسران)**

۱. ورزشکار قبل از شروع مهارت نام، نام خانوادگی، شماره دانشجویی، پردیس/ واحد آموزشی محل تحصیل، تاریخ و زمان اجرا را واضح در ویدیو اعلام می نماید.
۲. ورزشکار دوربین را به صورتی تعبیه می کند که تکنیک های او را از روبرو برای داور قابل تشخیص باشد ( حرکت بدن، دست ها و مسیر حرکت راکت را بخوبی ببیند).
۳. ورزشکار باید ضربه درایو فوروهند را با ۱۰ تکرار پشت سرهم (۱۰ رالی متوالی) با تکنیک صحیح اجرا کند.
۴. ورزشکار باید ضربه درایو بک هند را با ۱۰ تکرار پشت سر هم (۱۰ رالی متوالی) با تکنیک صحیح اجرا کند.
۵. در مهارت درایو فوروهند محل فرود توپ برای ورزشکار راست دست از سمت راست زمین خود به سمت راست زمین گیرنده بوده و برای چپ دست ها از سمت چپ زمین خود به سمت چپ زمین گیرنده می باشد.
۶. محل فرود توپ برای اجرا کننده مهارت درایو بک هند برای ورزشکار راست دست از سمت چپ زمین خود به سمت چپ زمین گیرنده و برای چپ دست ها از سمت راست زمین خود به سمت راست زمین گیرنده می باشد.

### **در ارزیابی تکنیک ها به موارد زیر امتیاز داده می شود:**

۱. حالت های آماده باش، زوایای بدن، زاویه راکت قبل، بعد و هنگام ضربه، هماهنگی ضربات، ریتم ضربات، سرعت توپ و تعداد ضربات (در ۱۰ تکرار)
۲. ورزشکار می بایست ۱۰ تکرار فوروهند و ۱۰ تکرار بک هند را پشت سرهم فیلم برداری کرده و در قالب یک فایل در سامانه استان میزبان بارگذاری نماید.
۳. هرگونه تغییر در فیلم، نظیر تدوین و فتوشاپ باعث حذف ورزشکار خواهد شد.
۴. فیلم باید با موبایل/ دوربین و به صورت افقی با کیفیت مناسب ارسال شود.

### **مهارت دوم: تکنیک سرویس فوروهند و بک هند (دختران و پسران)**

۱. ورزشکار قبل از شروع مهارت نام، نام خانوادگی، شماره دانشجویی، پردیس/ واحد آموزشی محل تحصیل، تاریخ و زمان اجرا را واضح در ویدیو اعلام می نماید.
۲. ورزشکار دوربین را به صورتی تعبیه می کند که تکنیک های او را از روبرو برای داور قابل تشخیص باشد ( حرکت بدن، دست ها و مسیر حرکت راکت را بخوبی ببیند).
۳. ورزشکار دونوع سرویس و هرنوع را ۳ بار به صورت بک هند و ۳ بار به صورت فوروهند اجرا و فایل فیلم را در سامانه استان میزبان بارگذاری نماید.

## در ارزیابی تکنیک ها به موارد زیر امتیاز داده می شود:

۱. حالت های آماده باش، زوایای بدن، زاویه راکت قبل، بعد و هنگام ضربه، هماهنگی ضربات، ریتم ضربات، سرعت توپ و تعداد ضربات (در ۳ تکرار)
۲. هر چه سرویس از پیچیدگی بالاتری برخوردار باشد و از پیچ های مختلف در یک نوع سرویس استفاده شود امتیاز بالاتری خواهد داشت.
۳. محل فرود سرویس می تواند نقاط مختلف روی میز حریف باشد.
۴. پس از اجرای مهارت سرویس فورهند و تهیه فیلم همین فیلم برای مهارت سرویس بک هند نیز تهیه شود.
۵. هرگونه تغییر در فیلم، نظیر تدوین و فتوشاپ باعث حذف ورزشکار خواهد شد.
۶. فیلم باید با موبایل / دوربین و به صورت افقی با کیفیت مناسب ارسال شود.
۷. اجرای مهارت سرویس (فورهند و بک هند) براساس قوانین و مقررات فدراسیون جهانی تنیس روی میز است و در صورت خطا (مانند پرتاب کردن توپ به سمت بالا، زدن سرویس داخل میز و...) در اجرای سرویس، امتیاز آن سرویس صفر در نظر گرفته می شود.

## تجهیزات مورد نیاز:

- میز تنیس روی میز، راکت و توپ، تلفن همراه/دوربین

## 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 دانشجوی 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 اجرایی سازی 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 ۱۷۰۹۵/۱۰۰/۵۰۰۰/د مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۲۲ قابل پرداخت خواهد

**\* تمام موارد پیش بینی نشده در این 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 بیگدلی و با شماره ۰۹۱۶۶۷۲۰۰۷۲ و در بخش بانوان با سرکار خانم پجاری با شماره ۰۹۱۶۶۳۱۶۳۹۳ تماس حاصل نمایند.

**آدرس سامانه استان میزبان جهت بارگذاری فیلم و مدارک مربوطه:** [khozestan.te.cfu.ac.ir](http://khozestan.te.cfu.ac.ir)

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