



معاونت فرهنگی و دانشجویی

اداره کل فرهنگی

تربیت بدنی



دستورالعمل برگزاری سومین جشنواره مجازی ورزش‌های همگانی

((طناب زنی))

دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی کشور

تابستان ۱۴۰۴

## قوانین و مقررات عمومی:

- دانشجویان بایستی به صورت افقی با گوشی تلفن همراه خود از حرکات ورزشی فیلمبرداری نمایند.
- پوشیدن لباس ورزشی مناسب با شئونات اسلامی و پوشش اسلامی کامل الزامی است.
- دانشجویان پسر: پوشیدن لباس و کفش ورزشی مناسب الزامی است.
- دانشجویان دختر: پوشیدن کاپشن ورزشی/شلوار ورزشی یا پیراهن بلند ورزشی/مقنعه/جوراب و کفش ورزشی الزامی است.

❖ (از پوشیدن لگ ورزشی خودداری فرمایید)

توجه: در صورتی که پوشش مطابق آنچه ذکر شده نباشد فیلم ارسالی مورد قضاوت قرار نخواهد گرفت.

- حرکات ورزشی به شکل متوالی فیلمبرداری شود و هیچ گونه توقف از ابتدا تا انتهای فیلمبرداری صورت نپذیرد.
- در رشته طناب زنی (زاویه فیلمبرداری از روبرو) و وضوح تصاویر در حد مناسب و چهره ورزشکاران بایستی توسط مسئولین فنی مسابقه قابل تشخیص باشد.
- کلیه فیلم های شرکت کنندگان بایستی با مشخصات شخصی دانشجویان شامل نام و نام خانوادگی - نام دانشگاه - نام ماده مهارتی رشته ورزشی ، ذخیره شده و در سامانه برگزاری مسابقات ارسال گردد.
- فیلم های شرکت کنندگان و مقام آوران به هیچ وجه در گروه های مجازی بصورت عمومی به اشتراک گذاشته نخواهد شد و با در نظر گرفتن پروتکل های از پیش تعیین شده جهت قضاوت، صرفاً در اختیار کادر داوری قرار خواهد گرفت.

## دستور العمل فنی

- مسابقات بصورت انفرادی در ۲ ماده برگزار می گردد.
  - دانشجویان می توانند در هر ۲ ماده شرکت نمایند.
  - در ابتدای شروع فیلمبرداری هر ورزشکار، کارت دانشجویی خود را رو به دوربین نشان داده سپس در محل مورد نظر که با دوربین فاصله مناسبی دارد، مستقر شده و با پخش فایل صوتی شروع به اجرای مهارت می نماید.
  - هر فایل ویدئو صرفاً برای یک ماده از مسابقات ضبط گردد.
- ❖ مسابقات طناب زنی در دو ماده سرعت ۳۰ ثانیه جاگینگ و سرعت دابل آندر ۳۰ ثانیه مطابق جدول زیر برگزار می گردد.

### ۱) سرعت ۳۰ ثانیه جاگینگ:

- ✓ اجرای مهارت جاگینگ در مدت ۳۰ ثانیه با فرمان داور (صدای فایل صوتی) انجام می گردد.
- ✓ با عبور صحیح طناب از زیر پای راست ورزشکار رکورد نهایی محاسبه خواهد شد.

### ۲) ماده سرعت دابل آندر ۳۰ ثانیه:

- ✓ ورزشکار در مدت ۳۰ ثانیه با فرمان داور (صدای فایل صوتی) مهارت دابل آندر (دوبل) را اجرا می کند.
- ✓ با عبور صحیح طناب از زیر هر دو پای ورزشکار بصورت دابل آندر (یک پرش و عبور متوالی طناب دو بار از زیر هر دو پای ورزشکار) رکورد محاسبه خواهد شد.

### خطاها :

- خطای زمانی: اجرای مهارت یا هر حرکتی زودتر از فرمان صوتی
- خطای مکانی: خروج ورزشکار از قاب دوربین به نحوی که شمارش برای داوران مقدور نباشد و یا عضوی از بدن از قاب دوربین خارج شود.
- خطای اجرای غلط مهارت: در صورتیکه مهارت جاگینگ اساساً غلط اجرا شود، شمارش نخواهد شد.