

آیین نامه فنی مسابقات مجازی قهرمانی دانشجویان پسر و دختر دانشگاه های سراسر کشور تابستان ۱۴۰۰

قوانین و مقررات عمومی:

- ✓ حضور کلیه شرکت کنندگان تابع قوانین و مقررات آیین نامه عمومی مسابقات قهرمانی دانشجویان می باشد.
- ✓ رعایت شئونات اسلامی، انضباط ورزشی و احترام به قوانین و مقررات الزامی است.
- ✓ ارائه تصویر کارت بیمه ورزشی، گواهی سلامت الزامی است.
- ✓ به نفرات برتر مسابقات حکم قهرمانی و جوایزی اهدا خواهد شد.

قوانین و مقررات فنی مسابقات قهرمانی مجازی تکواندو پومسه دانشجویان دختر و پسر

مقررات فنی:

- ۱- مسابقات به صورت غیر حضوری و انفرادی برگزار می‌گردد.
- ۲- دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمر بند قرمز به بالا باشند.
- ۳- ارسال تصویر گواهی کمر بند تکواندو (مورد تایید فدراسیون تکواندو یا هیات تکواندو استان ها)
- ۴- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تیکه و بدون وقفه بوده و چهره فرد شرکت کننده کاملاً مشخص باشد.
- ۵- حجم فیلم هر فرم می‌بایست از چهل مگ بیشتر نباشد و تصویربرداری به صورت افقی انجام شود.
- ۶- تهیه فیلم ارسالی باید با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام دانشگاه) همراه باشد.
- ۷- در مرحله مقدماتی پنجاه در صد شرکت کنندگان که امتیاز بالاتری را کسب نمایند به دور نیمه نهایی راه می‌یابند و در مرحله نیمه نهایی ۸ نفر که امتیاز بیشتری را کسب نمایند به فینال راه پیدا خواهند نمود.
- ۸- اجرای هر سه فرم (مقدماتی، نیمه نهایی و فینال) همزمان در سه فایل جداگانه از طریق لینک سامانه ستا و ورزش دانشجویی ارسال گردد.
- ۹- پوشیدن لباس تکواندو معمولی الزامی است.

فرم های مسابقات غیر حضوری تکواندو (پومسه) دانشجویان دختر و پسر

مقدماتی	نیمه نهایی	نهایی
فرم ۵	فرم ۶	فرم ۷
(تگوگ آ جانگ)	(تگوگ یوک جانگ)	(تگوگ چیل جانگ)

آیین نامه مسابقات مجازی شطرنج دانشجویان دختر و پسر

آیین نامه:

- ۱- مسابقه هر دو بخش دختران و پسران در سایت lichess.org و به روش سوئیسی بر اساس قوانین فدراسیون بین المللی (فیده) برگزار و اصلاحات مورد نیاز طبق قوانین، در هر مرحله قابل انجام خواهد بود.
- تبصره ۱- تمامی بازیکنان مکلف به انجام حداقل ۳۰ بازی در سایت lichess.org با زمان ۳ دقیقه (بدون پاداش زمانی) قبل از تاریخ ۱۰ مرداد می باشند در غیر اینصورت مجاز به حضور در مسابقه مرحله مقدماتی نخواهند بود.
- تبصره ۲: کلیه شرکت کنندگان مجاز به بستن اکانت های تا ۲ هفته پس از مسابقات نیستند.
- ارائه معرفی نامه برای تمامی دانشجویان الزامی است و دانشگاه ها، مجاز به معرفی هر تعداد بازیکن برای شرکت در این مسابقه می باشند. همچنین یک نفر از کارشناسان دانشگاه با ارائه شماره همراه، بعنوان سرپرست تیم معرفی شوند.
- ۲- کلیه شرکت کنندگان در دو جدول دختران و پسران بصورت جداگانه با هم به رقابت خواهند پرداخت. به محض ثبت نام، گروه دختران، پسران و گروه کارشناسان در پیام رسان واتس اپ تشکیل و اطلاع رسانی اخبار مسابقه، از این طریق انجام خواهد شد.
- ۳- مسابقه به صورت ۲ مرحله ای برگزار خواهد شد:
 - مرحله مقدماتی: با حضور تمامی شرکت کنندگان دختر و پسر (در جداول جداگانه) در روز ...
 - مرحله نهایی: با حضور ۱۲ نفر برتر مرحله مقدماتی (بصورت جداگانه) در روز ...
- ۴- مسابقات مرحله اول در تعداد دور مشخص (متناسب با تعداد شرکت کنندگان) به روش سوئیسی و با زمان ثابت ۳ دقیقه (بدون افزایش زمان) برای هر بازیکن، برگزار می شود و بین هر دور از بازی ها ۱ دقیقه استراحت وجود دارد. مسابقه مرحله دوم متعاقب اعلام خواهد شد.
- تبصره: در صورت نیاز، مسابقه با زمان دیگری قابل برگزاری است که متعاقب اطلاع رسانی خواهد شد.
- ۵- مسابقه به صورت رسمی (ریتد اینترنتی) برگزار می گردد و بر روی ریتینگ اکانت کاربری بازیکن تاثیرگذار است.
- ۶- رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده است. چنانچه ۲ یا چند بازیکن مجموع امتیازات یکسانی کسب کنند از روش سون بورن برگر برای گره گشائی استفاده خواهد شد.
- ۷- در حین برگزاری مسابقات و پس از اتمام مسابقات، تمام بازی های بازیکنان (بویژه ۱۲ نفر برتر) توسط تیم داوری بررسی خواهد شد و در صورتی که مشخص شود بازیکنی یکی از موارد تقلب را انجام داده باشد:
 - استفاده از نرم افزارهای شطرنجی در حین بازی
 - بازی کردن فرد دیگری بجای بازیکن
 - سایر موارد تقلب

این بازیکن از جدول رده بندی حذف و مراتب به اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم و دانشگاه مبداء گزارش خواهد شد. همچنین تیم داوری مجاز به اعمال روش های مختلف راستی آزمایی قبل، هنگام و بعد از مسابقه می باشد و بازیکنان مکلف به همکاری در کلیه مراحل راستی آزمایی در زمان و مکان تعیین شده توسط تیم برگزاری می باشند.

بنابر این تیم داوری مجاز است پس از انجام مسابقه، برخی بازیکنان را جهت بررسی عملکردشان، به دانشگاه یا هیئت شطرنج شهرستان دعوت و ۴ دست بازی آزمایشی با ایشان برگزار نماید.

نظر تیم داوری در موارد تقلب، قطعی و غیر قابل اعتراض است.

همچنین تمامی بازیکنان در صورت نیاز مکلف به نصب دوربین و سایر نرم افزارهای کنترل و نظارت مورد نظر تیم داوری در دوره های اعلام شده خواهند بود. نحوه نصب نرم افزارهای مورد نیاز در گروه واتس اپ، اعلام خواهد شد.

مقررات فنی مسابقات مجازی وو شو در دو بخش تالو و ساندا (دختران – پسران)

ساندا:

- اجرای تکنیک شادو به مدت ۱۰۰ ثانیه انجام شود.
 - نحوه ایستادن، گارد گرفتن و جابه جایی به مدت ۱۰ ثانیه
 - شادو(سایه زدن) ضربات دست کاربردی به مدت ۲۰ ثانیه
 - شادو(سایه زدن) ضربات پا کاربردی به مدت ۲۰ ثانیه
 - شادو(سایه زدن) ترکیب ضربات دست و پا کاربردی به مدت ۲۰ ثانیه
 - اجرای حداقل چهار نوع درگیری های تخصصی ساندا بصورت سایه ای به مدت ۱۰ ثانیه
 - اجرای ترکیب ضربات دست و پا به همراه تکنیک های درگیری بصورت سایه ای به مدت ۲۰ ثانیه
- *لازم به ذکر است اجرای تکنیک ها در جهات مختلف و در حالت ایستا و حرکت به سمت جلو ، عقب و چرخش باشد.
- در صورتیکه فرد شرکت کننده حرکات را فراموش نماید و مکث واضح نشان دهد نمره پایین می گیرد.
 - به خلاقیت هنری، نوآوری و آراستگی از نظر ظاهری و روحی امتیاز داده می شود.
 - به نمایش قدرت و نفوذ حرکات و بکارگیری قدرت عضلانی امتیاز داده می شود.
 - حرکات دست ، پا و استقرارها بصورت صحیح اجرا گردد.
 - همچنین اجراهایی نمره بالایی کسب می کنند که بدون وقفه، متنوع با کمترین تکرار تکنیک ها و از هماهنگی، ریتم، قدرت و سرعت مناسبی برخوردار باشند.

مواد مسابقات : تالو

- مسابقات در کلیه فرم های تالو برگزار می گردد.
- مسابقات در سه سطح فرمهای استاندارد سری دوم ، سوم و فرم های اختیاری برگزار می گردد.
- مسابقات در سبک های (چانگ چوان، نانچوان، تایچی چوان، دائوشو، جین شو، چیانگ شو، گوئن شو، نن گوئن، نن دائو و تایچی جین)

*** فرم های سنتی:**

- شینگ یی چوان و دائو شو دابل برای آقایان و باگوا جانگ و جین شو دابل برای بانوان برگزار می گردد.
- لازم به ذکر است هر ورزشکار می تواند فقط در دو فرم به رقابت بپردازد ، و در صورتی که تعداد شرکت کننده در یک فرم به حد نصاب نرسد با فرهای دیگر ترکیب و قضاوت خواهد شد.
- *فرم های تایچی چوان

فرمهای استاندارد یانگ که شامل فرم های زیر می باشد:

- فرم نسل سوم یانگ تای چی چوان و تای چی جین
- فرم ۲۴ استاندارد یانگ
- فرم ۳۲ استاندارد یانگ و فرم ۳۲ جین
- فرم ۴۳ استاندارد یانگ و فرم ۴۲ جین

تمام فرم های سنتی یانگ دست و جین

فرم های استاندارد چن که شامل فرم های زیر می باشد:

- فرم نسل سوم چن تای چی چوان و تای چی جین
- فرم ده چن تای چی چوان
- تمامی فرم های چن سنتی دست و جین

گروه ویژه (فقط بانوان) شامل فرم های زیر می باشد:

- تمامی فرم های بادبزنی سبک یانگ و چن

- ۱- شرکت کننده می بایست ابتدا رو به دوربین احترام گذاشته همچنین خود را معرفی و نام فرم و عنوان مسابقه را اعلام کند.
- ۲- حجم فیلم ها نباید بیشتر از ۴۰ مگابایت باشد.
- ۳- فیلم های ارسالی باید واضح و با کیفیت باشد.
- ۴- فیلم ها باید بصورت افقی ضبط گردد.
- ۵- پوشیدن یونیفورم ووشو در ماده تالو الزامی می باشد.
- ۶- در صورت عدم استفاده از یونیفورم مخصوص فرم در ماده تالو کسر امتیاز لحاظ خواهد شد.
- ۷- هرگونه تغییر در فیلم تدوین و مونتاژ باعث حذف ورزشکار خواهد شد.
- ۸- به کلیه شرکت کنندگان گواهی شرکت در مسابقات اهدا خواهد شد.

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته آمادگی جسمانی (دختران و پسران)

- ۱- ورزشکاران در منزل یا فضای آزاد یا باشگاه آیتم ها را به تعداد درج شده انجام می دهند و ویدیو را بدون ویرایش با هر گونه نرم افزاری ضبط نمایند.
- ۲- فیلمبرداری باید به صورت ثابت انجام پذیرد و تمام صحنه اجرا برنامه بدون جا به جایی دوربین در طول فیلم برداری مشاهده شود .
- ۳- از مراحل آماده سازی زمین مسابقه با دقت فیلمبرداری شود (مترازها فیلمبرداری و با چسب پهن علامت گذاری شود).
- ۴- قبل از شروع حرکت نام و نام خانوادگی و نام دانشگاه محل تحصیل را واضح در ویدیو اعلام شود.

تجهیزات مورد نیاز:

- متر
- چسب پهن کاغذی
- توپ والیبال (۱ عدد)
- کرنومتر
- دوربین

قوانین و نحوه برگزاری مسابقه و امتیازدهی:

- مسابقات در دو بخش دختران و پسران برگزار می شود.
- محدودیتی در خصوص تعداد دانشجویان شرکت کننده از هر دانشگاه وجود ندارد.
- هر شرکت کننده ۴ آیتم برپی، گام به چپ و راست و لمس خطوط علامت گذاری شده، پرتاب توپ والیبال به دیوار و لی لی با پای چپ و راست را با رعایت موارد زیر اجرا کند.
- انتخاب زاویه مناسب دوربین به نحوی که چهره بازیکن و اجرای آن قابل تشخیص باشد.
 - در صورت انجام هر گونه خطا فرد باید حرکات را به پایان برساند.
 - ثبت رکورد با شروع اولین حرکت انجام می شود.
- به ۳ نفر برتر جوایز و احکام قهرمانی تعلق می گیرد.

آیتم ۱. حرکت بورپی

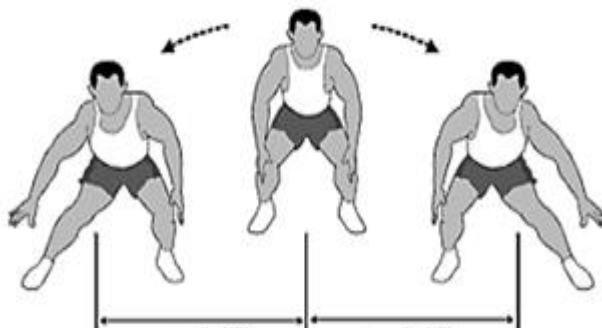
ورزشکار در حالی که دست‌ها را در کنار بدن قرار می‌دهد بر روی خط شروع که با چسب نواری رسم کرده است به پهلو می‌ایستد (دوربین حرکت بورپی را از پهلو فیلم برداری می‌کند) و با فرمان "رو" کرنومتر را به کار می‌اندازد و به این صورت شروع می‌کند: ورزشکار دست‌ها را روی زمین، جلوی پاها قرار می‌دهد (حالت چمباتمه) و با پرتاب پاها به سمت عقب، حالت شنا می‌گیرد به نحوی که شانه‌ها به صورت مستقیم در امتداد پاشنه‌ها قرار گیرد. سپس، دوباره به حالت چمباتمه برمی‌گردد و در ادامه به وضعیت شروع برمی‌گردد. ورزشکار این حرکت را در ۲۰ تکرار (خانم‌ها) و ۲۵ تکرار (آقایان) با بیشترین سرعت انجام می‌دهد.

خطا

در صورتی که اجرا ناقص باشد مثل قرار نگرفتن در وضعیت عمودی، پرتاب کردن پاها به سمت عقب قبل از قرارگیری دست‌ها و درست قرار نگرفتن بدن در وضعیت شنا به ازای هر حرکت ناقص ۳ ثانیه به رکورد نهایی اضافه می‌شود.

آیتم ۲. حرکت چابکی به طرفین

ورزشکار در خط وسط (با چسب پهن مشخص می‌کند) رو به دوربین قرار می‌گیرد و از پهلو به سمت راست حرکت کرده به نحوی که پای راست فرد خط سمت راست را لمس کند (فاصله ۱/۲۰ متر که با چسب پهن مشخص شده است)، سپس با حرکت پهلو به سمت چپ رفته و خط چپ را با پای چپ لمس می‌کند (فاصله ۱/۲۰ متر که با چسب پهن مشخص شده است) و به سمت راست برمی‌گردد و این عمل را در سمت راست تا ۱۵ تکرار (خانم‌ها) و ۲۰ تکرار (آقایان) و در سمت چپ ۱۵ تکرار (خانم‌ها) و ۲۰ تکرار (آقایان) انجام می‌دهد.

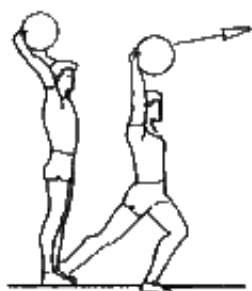


خطا

در صورتی که اجرا ناقص باشد و پاها خطوط چپ و راست را لمس نکنند به ازای هر حرکت ناقص ۳ ثانیه به رکورد نهایی اضافه می شود.

آیتم ۳. پرتاب توپ والیبال به دیوار

ورزشکار با توپ والیبال که در دست دارد روبروی دیوار (فاصله دومتري از دیوار) قرار می گیرد و در مربع ۳۰ سانتی متری که با چسب پهن بر روی دیوار مشخص کرده است (ضلع پایینی مربع از زمین ۲ متر فاصله دارد) پرتاب انجام می دهد. پرتاب ها تا ۲۰ تکرار انجام می شود. برای پرتاب ایستاده ورزشکار با پاهای جفت پشت خط پرتاب می ایستد و توپ را به بالا و پشت سر خود می برد و سپس در مسیر رو به جلو پرتاب می کند (حرکت دست ورزشکار). فرد می تواند پس از پرتاب توپ یک گام به جلو بردارد.



خطا:

در صورتی که حرکت دست ورزشکار صحیح نباشد و یا توپ اضلاع مربع ۳۰ در ۳۰ را لمس کند یا به خارج از هدف پرتاب شود به ازای هر حرکت اشتباه ۳ ثانیه به فرد رکورد نهایی اضافه می شود.

آیتم ۴. لی لی با پای چپ و راست

ورزشکار داخل مربع ۳۰ سانتی متری که با چسب پهن بر روی زمین ترسیم کرده است قرار می گیرد و در حالی که توپ والیبال را جلوی سینه با دو دست نگه می دارد با پای راست (۲۰ تکرار و آقایان ۲۵ تکرار) و سپس با پای چپ (۲۰ تکرار و آقایان ۲۵ تکرار) حرکت لی لی را انجام می دهد.



خطا:

در صورتی که توپ از دست ورزشکار رها شود یا هنگام لی لی پاها اضلاع مربع ۳۰ سانتی متری را لمس کند به ازای هر حرکت اشتباه ۳ ثانیه به فرد رکورد نهایی اضافه می شود.

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته کاراته (دختران)

مسابقات براساس قوانین و مقررات فدراسیون جهانی کاراته WKF (مجازی) برگزار می شود. مسابقات در رشته کاتا انفرادی و کمربندی زیرقهوه ای و قهوه ای- مشکی برگزار خواهد شد. فقط سبک های کنترلی مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند. در رده قهوه ای-مشکی کاتا بدون تکرار باید اجرا شود. در رده زیر قهوه ای ۵ دور کاتا بدون تکرار و بعد از آن؛ هرکاتا یکبار تکرار مجاز است.

*اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شوتوکان : هیان نیدان، هیان شودان، هیان ساندان، هیان یوندان، هیان گودان

*اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شیتوریو : پینان شودان، پینان نیدان، پینان ساندان، پینان یوندان، پینان گودان

* اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک وادوریو : تایکیوکو، گکی سای دای، سایفا، سی ان چین

* اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک گوجوریو : تایکیوکو های پنج گانه، گیک سای های یک و دو

* ورزشکاران ملزم به رعایت موارد ذیل هستند و در غیر این صورت موجب حذف شرکت کننده از مسابقات شده و نمره صفر تعلق می گیرد.

۱- رعایت کردن کلیه اصول و قوانین مسابقه کاتا جهت اخذ نمره کامل.

۲- اجرای کاتا در محیط سالن یا فضای منزل.

۳- اجرای کاتا با لباس رسمی کاراته و پوشش کامل و رعایت حجاب.

۴- پوشیدن لباس کاراته بدون آرم.

۵- اجرای کاتا طبق قوانین با «ری» شروع شود و با «ری» به پایان برسد.

۶- قبل از شروع کاتا و پیش از ادای احترام؛ نام و نام خانوادگی خود را اعلام کرده و سپس کاتا را اجرا نماید.

۷- ارسال فیلم تنها طبق شرایط خواسته شده و رعایت تمام نکات آن.

۸- برداشتن وسایل اضافی در محل اجرای کاتا که مانع از اجرای دقیق و کامل کاتا می شود.

۹- عدم استفاده از عینک؛ کفش و جوراب در حین اجرای کاتا.

شرایط و نحوه ارسال فیلم:

§ هر شرکت کننده تنها مجاز به ارسال یک فیلم به مدت حداکثر ۴ دقیقه و با حجم کمتر از ۲۰ مگابایت میباشد.

§ فیلم باید با موبایل به صورت افقی با کیفیت مناسب ارسال شود.

§ فیلمبرداری باید از روبرو باشد به نحوی که دوربین به صورت ثابت نصب شود تا تمام بدن در حین اجرای تکنیک ها واضح و قابل تشخیص برای داوران باشد.

§ هرگونه تغییر در فیلم، تدوین و مونتاژ باعث حذف بازیکن از مسابقات خواهد شد.
§ از نظر صوتی تنها صدای ورزشکار به دور از سایر اصوات موزیک- تلویزیون و سایر افراد و ... در فیلم شنیده شود.

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته کاراته (پسران)

- مسابقات براساس قوانین و مقررات سازمان فدراسیون جهانی WKF برگزار می شود.
- مسابقات در رشته کاتا (انفرادی و تیمی) در دو رده کمربندی زیرقهوه ای و قهوه ای مشکی برگزار خواهد شد.
- فقط سبک های کنترلی مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند.
- شرکت کنندگان می توانند در هر دو بخش کاتا (انفرادی و تیمی) شرکت نمایند.
- در رده قهوه ای مشکی کاتا بدون تکرار باید اجرا شود.
- در رده زیر قهوه ای ۵ دور کاتا بدون تکرار و بعد از آن، تکرار هر کاتا یکبار مجاز است.
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شوتوکوان : هیان شودان ، هیان نیدان ، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شیتوریو : هیان شودان ، هیان نیدان ، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک وادوریو : هیان شودان ، هیان نیدان ، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک گوجوریو : تایکیوکو (جوان، چودان، گدان)، گه گسای دای (ایچی، نی)
*ورزشکاران ملزم به رعایت موارد ذیل هستند و در غیر این صورت موجب حذف شرکت کننده از مسابقات شده و نمره صفر تعلق می گیرد.
- ۱- رعایت کردن کلیه اصول و قوانین مسابقه کاتا جهت اخذ نمره کامل.
- ۲- اجرای کاتا در محیط سالن یا فضای منزل.
- ۳- اجرای کاتا با لباس رسمی کاراته بدون آرم.
- ۴- اجرای کاتا طبق قوانین با « ری » شروع شود و با « ری » به پایان برسد.
- ۵- قبل از شروع کاتا و پیش از ادای احترام؛ نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی و دانشگاه محل تحصیل خود را اعلام کرده و سپس کاتا را اجرا نماید.
- ۶- برداشتن وسایل اضافی در محل اجرای کاتا که مانع از اجرای دقیق و کامل کاتا می شود.
- ۷- عدم استفاده از عینک؛ کفش و جوراب در حین اجرای کاتا.

شرایط و نحوه ارسال فیلم:

■ هر شرکت کننده تنها مجاز به ارسال یک فیلم به مدت حداکثر ۴ دقیقه و با حجم کمتر از ۲۲ مگابایت

می باشد.

- فیلم باید با موبایل به صورت افقی با کیفیت مناسب ارسال شود.
- فیلمبرداری باید از روبرو باشد به نحوی که دوربین به صورت ثابت نصب شود تا تمام بدن در حین اجرای تکنیک ها واضح و قابل تشخیص برای داوران باشد.
- هرگونه تغییر در فیلم (تدوین و مونتاز) باعث حذف بازیکن از مسابقات خواهد شد.
- از نظر صوتی تنها صدای ورزشکار به دور از سایر اصوات (موزیک تلوزیون و سایر افراد و ...) در فیلم شنیده شود.

- نکته ۱ : ورزشکاران ملزم به داشتن گواهی سلامت کارت بیمه معتبر اصل و کپی حکم کمر بند کاراته و همچنین رضایت نامه شرکت در مسابقات می باشند.
- نکته ۲ : تعداد شرکت کنندگان آزاد خواهد بود.
- نکته ۳ : تاریخ قرعه کشی یک هفته قبل از شروع زمان برگزاری مسابقات اعلام می شود.
- به کلیه شرکت کنندگان در مسابقات گواهی شرکت اهدا می گردد.
- به نفرات اول تا سوم مسابقات حکم قهرمانی اهدا می گردد.**

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته جودو (پسران)

- مسابقات بدون محدودیت سنی برگزار می گردد.
- شرکت کنندگان باید دارای حداقل درجه کمر بند قهوه ای باشند .
- اجرای کاتا در فرم ناگه نوکاتا می باشد.
- استفاده از ماسک سفید برای کاتاکاها اجباری می باشد.
- استفاده از لباس جودو سفید برای کاتاکاها اجبای می باشد.
- اجرای کاتا بر روی تاتامی به ابعاد ۸*۸ یا ۱۰*۱۰ می باشد.
- بر روی تاتامی مسابقه فاصله ۶ متر (فاصله بین اوکه و توری ، قبل از شروع کاتا) ونیز مرکز تاتامی می بایست با نصب نوار چسب کاملاً مشخص باشد.
- بانوان کاتا رو هنگام اجرای کاتا می بایست نسبت به رعایت حجاب کامل (طبق قوانین و مقررات) اقدام نمایند.
- فیلمبرداری باید بصورت ثابت انجام پذیرد که تمام صحنه اجرای کاتا بدون جابه جایی دوربین در طول فیلمبرداری مشاهده شود.

- دوربین فیلمبرداری را بر روی مرکز تاتامی قرار دهید و ارتفاع آن را تا ۱۱۵ سانتی متر از کف زمین تنظیم نمایید.
- چنانچه از گوشی موبایل به عنوان دوربین فیلمبرداری استفاده می گردد، حتماً گوشی را به صورت ثابت و افقی قرار دهید.
- محل دوربین دقیقاً حکم دید داور وسط را دارد که در میان چهار داور دیگر قرار گرفته است.
- فیلم های ارسالی توسط ۵ داور رسمی کشور مشاهده و طبق قوانین برگزاری مسابقات جهانی کاتا امتیاز داده خواهد شد.
- به کلیه شرکت کنندگان در مسابقات گواهی شرکت اهدا می گردد.
- به نفرات اول تا سوم مسابقات حکم قهرمانی اهدا می گردد.

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته تنیس روی میز (دختران و پسران)

عنوان مسابقه: آزمون تکنیک درایو فورهند و درایو بک هند تنیس روی میز

تجهیزات:

میز تنیس روی میز، راکت و توپ

دوربین فیلم برداری یا گوشی هوشمند

روش اجرا:

- اجرا کننده دوربین را به صورتی تعبیه می کند که داور بتواند اجرای تکنیک های او را از روبرو به خوبی و کاملاً قابل تشخیص اجرای تکنیک، شامل حرکت بدن، دست ها و مسیر حرکت راکت را ببیند.
- اجرا کننده باید ضربه درایو فورهند را با ده تکرار پشت سرهم (ده رالی متوالی) با تکنیک صحیح اجرا کند.
- اجرا کننده باید ضربه درایو بکهند را با ده تکرار پشت سرهم (ده رالی متوالی) با تکنیک صحیح اجرا کند.
- محل فرود توپ آزمون دهنده در زمین خود و حریف برای تکنیک درایو فورهند و بازیکنان راست دست گوشه سمت راست میز می باشد(ضربداری).

- محل فرود محل فرود توپ آزمون دهنده در زمین خود و حریف برای تکنیک درایو فورهند و چپ دست ها گوشه سمت چپ میز می باشد (ضربداری).

- محل فرود و ارسال توپ ها برای تکنیک درایو بک هند و بازیکنان راست دست، سمت چپ میز می باشد (ضربداری).

- محل فرود و ارسال توپ ها برای تکنیک درایو بک هند و بازیکنان چپ دست، سمت راست میز می باشد (ضربداری).

- شایان ذکر است در ارزیابی تکنیک به موارد زیر امتیاز داده می شود:

- حالت آماده باش، زوایای بدن، زاویه راکت قبل، بعد و هنگام ضربه، هماهنگی ضربات، ریتم ضربات، سرعت توپ و تعداد ضربات (۱۰ تکرار)

پس از انجام و تهیه ویدئو برای تکنیک درایو فورهند، همین ویدئو برای تکنیک درایو بک هند نیز باید تهیه شود.

داوران مسابقات پس از ارزیابی و امتیاز دهی بهترین اجراها را معرفی خواهند کرد و به سه دانشجوی برتر جوایز اهدا خواهد گردید.

پس از جمع آوری ویدئو های این دو تکنیک و اعلام برندگان، مسابقات دیگر تکنیک ها اعلام خواهد شد.

مقررات فنی مسابقات مجازی رشته فوتسال (دانشجویان دختر و پسر)

شرایط عمومی:

- ۱- عدم ممنوعیت پزشکی برای انجام فعالیت های ورزشی
- ۲- رعایت تمامی پروتکل های بهداشتی مربوط به کرونا
- ۳- رعایت اصول بهداشتی در انتخاب محل ضبط فیلم رعایت فاصله لازم از لحاظ ایمنی و سایر ملاحظات مربوطه

لوازم و تجهیزات مورد نیاز شرکت کنندگان:

- ۱- لباس ورزشی مناسب
- ۲- کفش و جوراب ورزشی
- ۳- توپ فوتسال یا فوتبال
- ۴- مانع به تعداد ۵ عدد در صورت عدم دسترسی قرار دادن آجر یا سنگ و فاصله بین موانع ۳۰ سانتی متر
- ۵- دروازه گل کوچک (در صورت عدم دسترسی قرار دادن دو مانع (آجر یا سنگ) به فاصله ۱۳۰ متر

۶- لباس ورزشی برای پسران دانشجو می تواند پیراهن و شورت باشد و برای دختران لباس ورزشی با پوشش مناسب با عرف جامعه

۷- شرایط سنی: دانشجویان در هر مقطع تحصیلی

روش و مراحل برگزاری مسابقات:

مسابقات در ایستگاه های مذکور به شرح ذیل برگزار می گردد.

ایستگاه اول – حمل توپ با کف پا به فاصله ۲۰ متر و مسیر برگشت آن حمل توپ با حرکات نمایشی به دلخواه
ایستگاه دوم – زدن ۳۰ ضربه روپایی با دو پا (در صورت خطا افتادن توپ می تواند تا پایان تعداد خواسته شده ادامه دهد.)

ایستگاه سوم – پاس بغل پا و پرش از ۵ مانع بدون توپ

ایستگاه چهارم – حمل توپ (دریبلینگ) از بین موانع (فاصله موانع ۳۰ سانتی متر بدون برخورد با موانع)

ایستگاه پنجم – زدن ۲۰ ضربه روپایی آزاد

ایستگاه ششم – بلافاصله بعد از زدن ضربات روپایی، شوت به دروازه گل کوچک از فاصله ۲۰ متری (در صورت عدم دسترسی از دو مانع به فاصله ۱/۳۰ متری استفاده شود.

نکات مهم:

- ۱- انتخاب زاویه مناسب دوربین به نحوی که چهره بازیکن و اجرای آن قابل تشخیص باشد.
گفتن جمله معرفی خود (من.....دانشجوی.....رشتهاز دانشگاه.....در مسابقات فوتسال مجازی شرکت می کنم)
قبل از شروع ضبط فیلم
- ۲- شروع حرکت با اعلام باشد.
- ۳- در انتخاب نفرات برتر، تکنیک اجرای صحیح، دقت، زمان و سرعت در نظر گرفته خواهد شد.