

جشنواره ورزشی مجازی پاییزه ۱۴۰۰

(ویژه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه بزرگمهر قائنات)

(همراه با هدایای نقدی)

رشته های برگزاری :

- دارت
- فریزی
- جودو
- تنیس روی میز

مهلت ارسال ویدئو :

۳۰ آبان ماه ۱۴۰۰

شرایط و نحوه ارسال ویدئو :

- ۱- فیلم آماده شده در همه رشته های مذکور می بایست به همراه مشخصات دانشجو (شامل نام و نام خانوادگی، رشته تحصیلی و شماره دانشجویی) از طریق روش های زیر ارسال شود :
- شماره ۰۹۱۵۸۶۵۶۹۳۰ در پیام رسان های موبایلی (سرکار خانم سبزیان)
- ۲- حجم ویدئو های ارسالی در واتساپ ۱۰۰ مگابایت و در تلگرام بدون محدودیت می باشد .
- ۳- رعایت شئون اسلامی، پوشیدن لباس ورزشی مناسب به همراه کفش ورزشی مورد انتظار است.
- ۴- فیلم ارسالی شرکت کننده توسط کارشناس تربیت بدنی سرکار خانم الهه سبزیان دریافت و داوری می شود .
- ۵- هر دانشجو می تواند در همه رشته های عنوان شده به صورت مجزا شرکت نماید .
- ۶- ورزشکاران در منزل یا فضای آزاد یا باشگاه، بدون توقف آیتم ها را انجام داده و ویدئوی آن را بدون ویرایش با هرگونه نرم افزار و بصورت خام ارسال شود.
- ۷- فیلمبرداری باید بصورت ثابت انجام پذیرد بطوریکه تمام صحنه اجرای مسابقه، بدون جابجایی دوربین در طول فیلمبرداری دیده شود. همچنین انتخاب زاویه مناسب دوربین به نحوی در نظر گرفته شود که چهره بازیکن و اجرای آن قابل تشخیص باشد.
- ۸- برای صحت سنجی قبل از شروع مسابقه فریزی، کورنومتر روشن و تا انتهای مسابقه در جلوی دوربین قرار بگیرد.
- ۹- قبل از شروع حرکات نام، نام خانوادگی، شماره دانشجویی و دانشگاه محل تحصیل بصورت واضح در ویدئو اعلام گردد.

آیین نامه مسابقه مجازی تنیس روی میز

تجهیزات مورد نیاز:

تجهیزات مورد نیاز :

۱- میز

۲- توپ

۳- راکت

۴- یک عدد بطری ۱/۵ لیتری به عنوان هدف

قوانین ونحوه برگزاری مسابقه و امتیاز دهی :

- بطری هدف مورد نظر را روی خط میانی میز به صورت افقی فیکس کرده به صورتی که انتهای بطری از لبه میز بیرون نزنند.
- حداکثر ارتفاع بطری ۰۲ سانتی متر
- سرویس باید یکبار به زمین ورزشکار برخورد کند و بعد از آن به سمت مقابل به هدف (بطری) هدایت شود .
- هر فرد مجاز به اجرای ۵ سرویس متوالی میباشد. برای اطمینان از صحت اجرا و زمان مورد نظر ۱۰ توپ را داخل سبد یا ظرفی که تعداد توپ قابل رویت باشد قرار دهید.
- در هنگام اجرای سرویس ضربات باید پی در پی انجام شود و هیچ گونه تدوین یا میکسی روی فیلم ارسالی انجام نشود.
- به ازای هر توپی که داخل بطری هدف قرارگیرد ۱۰ امتیاز به ورزشکار تعلق خواهد گرفت (اگر توپی وارد بطری هدف شود و سپس خارج شود امتیاز مورد نظر برای ورزشکار محسوب خواهد شد) .
- در صورتی که توپ به لبه دهانه ورودی هدف برخورد کند ۵ امتیاز به ورزشکار تعلق خواهد گرفت .

تصویر هدف روی زمین



تجهیزات مورد نیاز:

- لباس ورزشی مناسب و یا لباس جودو (با رعایت حجاب اسلامی برای دختران)
- کرنومتر
- دوربین

قوانین و نحوه برگزاری مسابقه و امتیازدهی:

فضای مسابقه جهت فیلمبرداری حداکثر ۵ متر در ارتفاع ۳ متر بوده و موقعیت دوربین نسبت به ورزشکار در زاویه ۴۵ درجه قرار داشته باشد. در هر کدام از آیتم های مسابقه ورزشکار ۱ دقیقه فرصت دارد تا به اجرای حرکت پرداخته و تعداد حرکت های صحیح در مدت زمان یک دقیقه به عنوان امتیاز در نظر گرفته می شود.

۱- حرکت دی آشی هارای - اسکوات

در انجام این حرکت زمان نشستن باید سطح تهیگاه از زانو ها پایین تر قرار بگیرد و در زمان برخاستن دست ها آزاد و دو طرف بدن. در زمان بلند شدن گذاشتن دست بر روی زانو خطا محسوب می شود (پس ایستادن و صاف شدن کامل زانو ها بصورت یک حرکت سایه تکنیک دی آشی هارای اجرا می شود. به حرکت دست و پا و توجه نمایید، هنگام اجرای تکنیک پای مجری، تکنیک باید از مقابل پای تکیه گاه گذر کند. هر اسکات و یک آشی هارای یک تکنیک محسوب می شوند.) چپ یا راست بودن مهم نمی باشد.

۲- حرکت برپی - سئوناگه

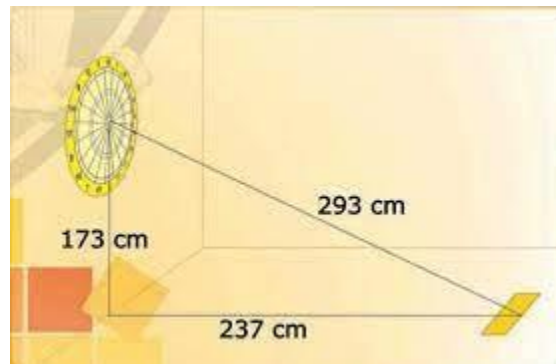
هنگام اجرای حرکت برپی در زمان حرکت شنا باید سینه و ران ها کاملا با زمین تماس پیدا کرده و در زمان ایستادن نیاز به جهش نمی باشد. پس از ایستادن یک حرکت سایه تکنیک سئوناگه اجرا می شود، باید با یک چرخش ۱۸۰ درجه کامل، دست ها حالت خود تکنیک در بالا بال قرار بگیرند. هر برپی و سئوناگه یک حرکت شمرده می شوند . چپ و راست بودن مهم نمی باشد.

مقررات فنی:

دانشجویان لباس مناسب (دختران حجاب کامل را رعایت کنند) داشته باشند. مسابقات در دو بخش دختران و پسران برگزار می گردد. فیلم برداری باید از ابتدای پرتاب های راند اول تا انتهای راند سوم بدون ویرایش ، پشت سر هم و بصورت خام تهیه و ارسال شود. به فیلم برداری های بریده شده و تکه تکه امتیازی تعلق نمی گیرد.

نحوه برگزاری:

مسابقه به صورت پرتاب سه راند به سمت دواير متحد المركز تخته دارت برگزار می گردد. دانشجویان می توانند هر نوع تخته دارتی (کاغذی، مغناطیسی و....) استفاده کنند. از فاصله عمودی تخته دارت تا زمین $1/73$ (از مرکز تخته) فاصله افقی از پشت خط پرتاب تا خط عمود از مرکز دارت به سمت زمین $2/37$ می باشد.



امتیازات دواير متحدالمركز به صورت ذیل می باشد:

دایره کوچک وسط ۵۰ امتیاز - دایره متوسط ۲۵ امتیاز - دایره بزرگ ۱۰ امتیاز

هر دانشجو بایستی دوربین گوشی خود را طوری تنظیم کند که همزمان تخته دارت و خودش در تصویر قرار گیرند. سپس اقدام به پرتاب سه راند (هر راند شامل سه پرتاب دارت پشت سر هم می باشد) به سمت دواير متحد المركز تخته دارت می نماید. بعد از اتمام هر سه پرتاب، بدون خارج شدن تصویر دانشجو و تخته دارت ، دوربین را به آرامی به سمت مرکز تخته دارت برده و محل برخورد دارت ها را به صفحه دارت نشان می دهد و جمع امتیازات را اعلام می نماید. لازم به ذکر است که سه راند باید پشت سرهم و بدون خارج شدن فرد و تخته دارت از تصویر انجام شود .

آیین نامه مسابقه مجازی رشته فریزی

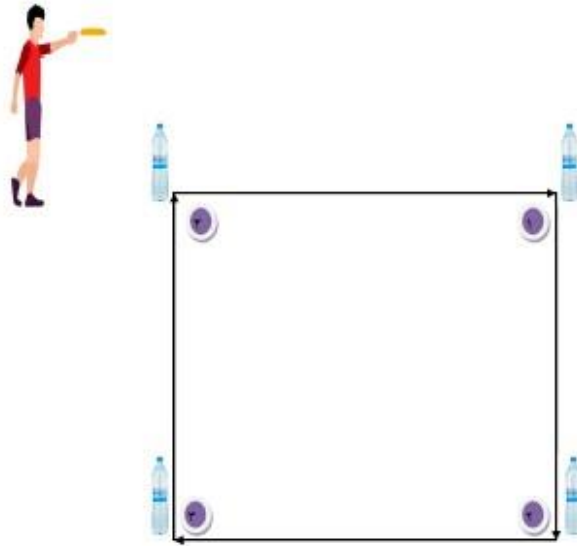
- برای صحت سنجی قبل از شروع مسابقه کرنومتر روشن و تا انتهای مسابقه در جلوی دوربین قرار بگیرد.
- نشان دادن فاصله ۳ متری تمامی اضلاع مربع باید به نحوی در ویدیو صورت گیرد که برای داوران قابل قبول باشد. (مانند مترکردن و نشان دادن عدد روی متر)
- فاصله ۳ متری بین بطری ها باید با نصب نوارچسب رنگی و یا قرار دادن کنز ورزشی کاملاً مشخص باشد.

تجهیزات مورد نیاز :

- ۱- دیسک فریزی (در صورت عدم دسترسی به دیسک فریزی دانشجویان می توانند با توجه به خلاقیت خود از سایر وسایل مشابه در ابعاد دیسک استفاده نمایند .)
- ۲- چهار عدد بطری ۱/۵ لیتری به عنوان دیسک فریزی مورد هدف
- ۳- متر و نوار چسب رنگی جهت اندازه گیری فاصله بطری ها
- ۴- کرنومتر
- ۵- دوربین جهت فیلمبرداری

قوانین ونحوه برگزاری مسابقه و امتیاز دهی :

مسابقات در دو بخش دختران و پسران برگزار می گردد. ورزشکار باید پشت بطری شماره ۴ استقرار پیدا کرده (مطابق شکل زیر) ضمن اینکه با اولین پرتاب به سمت بطری و هدف زمان شروع خواهد شد. ورزشکار باید تلاش نماید با دیسک بطری شماره ۱ را مورد اصابت قرار داده و بطری را واژگون نماید. (در صورتی که ورزشکار پرتابی موفق نداشته باشد یعنی به بطری برخورد نکند و یا بعد از برخورد بطری واژگون نگردد باید بلافاصله به سمت دیسک دویده و بعد از برداشتن دیسک به جای خود برگردد و مجدد تلاش نماید.) پس از واژگونی بطری شماره ۱ به سمت دیسک دویده و پشت بطری و مانع ۱ استقرار یافته و همانند اجرای اول اینبار بطری شماره ۲ را هدف گیری نماید تا بطری ها یکی پس از دیگری واژگون شوند. در نهایت ورزشکار به نقطه ۳ دویده و از پشت بطری و مانع شماره ۳ ، آخرین بطری (بطری شماره ۴) را هدف گیری می نماید با واژگونی بطری ۴ زمان متوقف شده و رکورد ورزشکار ثبت می گردد. زمان طی شده از لحظه اولین پرتاب تا آخرین اصابت دیسک فریزی با هدف (بطری) محاسبه و امتیاز ورزشکار محسوب خواهد شد، لذا ورزشکاران با کمترین زمان ثبت شده به عنوان نفرات برتر انتخاب خواهند شد. ورزشکاران دقت نمایند که دیسک باید بدون تماس با زمین و مستقیماً به بطری آب برخورد نموده و منجر به واژگونی آن شود. در غیر این صورت اگر چنانچه ابتدا با زمین برخورد داشته باشد و در ادامه دیسک با غلتیدن روی زمین با بطری برخورد کند مورد قبول نخواهد بود. ورزشکار باید سریعاً به سمت بطری و دیسک دویده و بطری را در محل خود به درستی استقرار داده و مجدد از پشت فاصله ۳ متری تعیین شده اقدام به پرتاب و نشانه گیری نماید. مسابقات توسط ۵ داور رسمی در رشته فریزی مورد بازبینی و قضاوت قرار خواهد گرفت.



نحوه پاسخگویی به سوالات احتمالی:

هرگونه سوال و یا ابهامی را می توانید از طریق راه های ارائه شده جهت ارسال ویدئو با ما در میان بگذارید.