آیین نامه فنی مسابقات مجازی قهرمانی دانشجویان پسر و دختر دانشگاه های سراسر کشور تابستان 1400

قوانین و مقررات عمومي:

* حضور كليه شركت كنندگان تابع قوانين و مقررات آيين نامه عمومي مسابقات قهرماني دانشجويان مي باشد.
* رعایت شئونات اسلامی، انضباط ورزشی و احترام به قوانین و مقررات الزامی است.
* ارائه تصوير کارت بیمه ورزشی، گواهی سلامت، کارت ملی، كارت دانشجويي معتبر يا گواهی اشتغال به تحصیل عکس دار الزامی است.
* دانشگاه ها موظفند مشخصات نفرات شركت كننده در مسابقات (نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی، رشته تحصیلی، شماره ملی، تاریخ تولد وضعیت تحصیلی( فعال، فارغ التحصیل) بدون هرگونه خدشه با مهر و امضای مدیر تربیت بدنی تا تاریخ مذکور به كميته برگزاري مسابقات( دانشگاه میزبان) معرفي نمايند.
* به نفرات برتر مسابقات حكم قهرماني و جوايزي اهدا خواهد شد.

**تذکر مهم: کلیه شرکت کنندگان می بایست نسبت به ثبت نام و بارگزاري مدارك فوق از طریق سامانه ستاو ورزش دانشجویی به آدرس https://setav.ir/user/championleague**

**اقدام نمایند.**

**1-قوانین و مقررات فنی مسابقات قهرماني مجازي تکواندو پومسه دانشجویان دختر و پسر**

مقررات فني:

۱- مسابقات به صورت غیر حضوری و انفرادی برگزار می‌گردد.

۲-دانشجویان شرکت کننده در مسابقات باید حداقل دارای کمربند قرمز به بالاباشند.

۳- ارسال تصویر گواهی کمربند تکواندو ( مورد تایید فدراسیون تکواندو یا هیات تکواندو استان‌ها )

۴- ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تیکه و بدون وقفه بوده و چهره فرد شرکت کننده کاملا مشخص باشد.

۵- حجم فیلم هر فرم می‌بایست ازچهل مگ بیشتر نباشد وتصویربرداری 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 می یابند. و در مرحله نيمه نهايي 8 نفر كه امتياز بيشتري را كسب نمايند به فينال راه پيدا خواهند نمود.

۸- اجراي هر سه فرم ( مقدماتي، نيمه نهايي و فينال) همزمان در سه فايل جداگانه از طريق لينك سامانه ستاو ورزش دانشجويي ارسال گردد.

۹- داشتن لباس پومسه اجباری نمی‌باشد، لاکن پوشیدن لباس تکواندو معمولی الزامی است.

فرم های مسابقات غیر حضوری تکواندو ( پومسه ) دانشجویان دختر وپسر

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| مقدماتی | نیمه نهایی | نهایی |
| فرم 5)تگوگ اٌ جانگ( | فرم 6)تگوگ یوک جانگ( | فرم 7(تگوگ چیل جانگ) |

**2-مجازی والیبال قهرمانی دانشجویان دختر و پسر**

آزمون: شماره 1 سرویس

**1**-مانند شکل 1 زمین به 4 قسمت تقسیم می شود ( A, B, C , D).

**2**-شرکت کننده در پشت خط انتهایی قرار می گیرد.

**3**-به سمت هر منطقه 2 سرویس ارسال می کند.

4-هر سرویس که در منطقه مورد نظر فرود آمد یک امتیاز در پی دارد.

5-شرکت کننده نمی تواند محل خود را تغییر دهد و همینطور باید فقط از یک نوع سرویس استفاده نماید ( یا سرویس از پایین و یا سرویس تنیسی).

\* توجه : در صورت تساوی ، نوع سرویس میتواند توسط آ زمون گیرنده تعیین گردد یا از آزمون شماره دو سرویس استفاده شود

شکل1. آزمون شماره (1) سرویس

آزمون شماره 2: سرویس

1-مانند شکل 2 زمین به 5 قسمت تقسیم می شود (, E A, B, C , D )

2-شرکت کننده در پشت خط انتهایی قرار می گیرد

3-به سمت هر منطقه 2 سرویس ارسال می کند.

4-هر سرویس که در منطقه مورد نظر فرود آمد یک امتیاز در پی دارد.

5- شرکت کننده نمی تواند محل خود را تغییر دهد و همینطور باید فقط از یک نوع سرویس استفاده می نماید ( یا سرویس از پایین و یا سرویس تنیسی).



شکل2. آزمون شماره (2) سرویس

آزمون : پنجه و ساعد به دیوار

1- ترسیم یک خط افقی روی دیوار به طول تقریباً سه متر

2- ارتفاع خط تا سطح زمین به اندازه ارتفاع تور والیبال ( ارتفاع تور برای زنان 24/2 متر )

3- فاصله آزمون شونده تا دیوار 3 متر در نظر گرفته شود .

4- تکنیک پنجه و ساعد به صورت تکرارهای متوالی و متناوب انجام می شود (یک پنجه و یک ساعد)

5- مدت زمان انجام این تست 30 ثانیه می باشد.

6- هر تکرار صحیح یک امتیاز دارد .

خطاها: به خطاهای انجام شده، امتیاز تعلق نمی گیرد.

1-تکرار متوالی یک تکنیک (پنجه یا ساعد)

2-عبور پای آزمون شونده از خط مبنا برخورد توپ پائین تر از خط ( افقی) روی دیوار

توجه : در صورت تساوی با صلاحدید آزمون گیرنده روش های دیگری اتخاذ شود.

آزمون : آبشار

1-شرکت کننده باید 6 یا 9 آبشار از منطقه 4 بزند .

2-به هریک از مناطق نشان داده شده (A, B, C) باید 2 یا 3 آبشار بزند.

3-هر آبشاری که در منطقه مورد نظر فرود آید، یک امتیاز برای شرکت کننده در پی خواهد داشت.

توجه : در صورت تساوی با صلاحدید آزمون گیرنده روش های دیگری اتخاذ شود برای مثال اجرای آبشار از منطقه2

**3-آیین نامه مسابقات مجازی شطرنج دانشجویان دختر و پسر**

1 **آیین نامه:**

1. 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 1- تمامی بازیکنان مکلف به انجام حداقل 30 بازی در سایت lichess.org با زمان 3 دقیقه(بدون پاداش زمانی) قبل از تاریخ 15 مرداد می باشند در غیر اینصورت مجاز به حضور در مسابقه مرحله مقدماتی نخواهند بود.

تبصره 2: کلیه شرکت کنندگان مجاز به بستن اکانت های تا 2 هفته پس از مسابقات نیستند.

ارائه معرفینامه 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.

1. لطفا اسامی دانشجویان بصورت یکجا و در دو لیست جداگانه مطابق فرمت ذیل ارسال گردد:

دختران

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | نام و نام خانوادگی | اکانت سایتlichess.org | تلفن همراه | شماره دانشجویی |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |

پسران

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | نام و نام خانوادگی | اکانت سایتlichess.org | تلفن همراه | شماره دانشجویی |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | سرپرست دختران | شماره همراه | سرپرست پسران | شماره همراه |
| - |  |  |  |  |

1. کلیه شرکت کنندگان در دو جدول دختران و پسران بصورت جداگانه با هم به رقابت خواهند پرداخت. به محض ثبت نام، 3 گروه دختران، پسران و گروه کارشناسان در پیام رسان واتس اپ تشکیل و اطلاع رسانی اخبار مسابقه، از این طریق انجام خواهد شد.
2. مسابقه به صورت 2 مرحله ای برگزار خواهد شد:
* مرحله مقدماتی: با حضور تمامی شرکت کنندگان دختر و پسر(در جداول جداگانه) در روز ...
* مرحله نهایی: با حضور 12 نفر برتر مرحله مقدماتی(بصورت جداگانه) در روز ...
1. مسابقات مرحله اول در تعداد دور مشخص(متناسب با تعداد شرکت کنندگان) به روش سوئیسی و با زمان ثابت 3 دقیقه (بدون افزایش زمان) برای هر بازیکن، برگزار می شود و بین هر دور از بازی ها 1 دقیقه استراحت وجود دارد. مسابقه مرحله دوم متعاقبا اعلام خواهد شد.

تبصره: در صورت نیاز، مسابقه با زمان دیگری قابل برگزاری است که متعاقبا اطلاع رسانی خواهد شد.

1. مسابقه به صورت رسمی (ریتد اینترنتی) برگزار می گردد و بر روی ریتینگ اکانت کاربری بازیکن تاثیرگذار است.
2. رده بندی بر اساس مجموع امتیازات کسب شده است. چنانچه 2 یا چند بازیکن مجموع امتیازات یکسانی کسب کنند از روش

سون بورن برگر برای گره گشائی استفاده خواهد شد.

تمامی بازیکنان مکلف به انجام حداقل 30 بازی در سایت lichess.org با زمان 3 دقیقه(بدون پاداش زمانی) قبل از تاریخ 15 مرداد می باشند در غیر اینصورت مجاز به حضور در مسابقه مرحله مقدماتی نخواهند بود.

1. در حین برگزاری مسابقات و پس از اتمام مسابقات، تمام بازی های بازیکنان(بویژه 12 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 4 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 دورهای اعلام شده خواهند بود. نحوه نصب نرم افزارهای مورد نیاز در گروه واتس اپ، اعلام خواهد شد.

1. پایگاه اطلاع رسانی اداره کل تربیت بدنی به آدرس: <http://uso.saorg.ir/> و کانال اطلاع رسانی آکادمی شطرنج: @chessuniversity برای اطلاع رسانی رویدادهای این مسابقه در نظر گرفته شده است.

10-به 3 نفر برتر هر بخش(دختران و پسران) ، احکام قهرمانی اهداء خواهد شد.

**4-آئین نامه مسابقات مجازی دارت قهرمانی دانشجویان دختر و پسر**

ماده1: شرایط اختصاصی

1-1.داشتن لباس مخصوص دارت

پسران: پیراهن یا تی شرت آستین کوتاه، شلوار پارچه ای تیره و کفش جلو بسته

دختران: سارافان و روسارافانی یا مانتو جلو بسته، مقنعه و کفش جلو بسته

ماده 2. نحوه برگزاری مسابقات

2-1. مسابقات در دو بخش دختران و پسران برگزار می گردد.

2-2. مسابقات فقط به صورت انفرادی برگزار می شود.

تبصره1: هر تیم دانشگاهی متشکل از چهار نفر می باشد

تبصره 2: در صورتی که دانشگاهی کمتر از چهار نفر را معرفی نماید، امتیازات همان تعداد نفرات در رتبه بندی دانشگاه لحاظ خواهد شد.

2-3. مسابقات در مرحله اول به صورت "گروهی (دوره ای) " و در مرحله دوم به صورت " حذفی" برگزار می شود

* مسابقات در مرحله گروهی به صورت 501 دبل پایان ( 2 لگ از 3 لگ)و در مرحله حذفی به صورت 501 دبل پایان(3 لگ از 5 لگ) برگزار می شود.

ماده 3. نحوه محاسبه امتيازات:

3-1. هر برد در مرحله گروهی 2 امتیاز و باخت صفر امتیاز محاسبه می شود. ضمنا نفرات اول هر گروه 5 امتیاز و نفرات دوم هر گروه 3 امتیاز نیز پاداش خواهند گرفت

تبصره1 : نفرات برتر هر گروه به ترتیب بر اساس امتیاز، تفاضل لگ، بازی رودر رو مشخص خواهند شد.

تبصره 2: اگر سه نفر در یک گروه بر اساس موارد ذکر شده در تبصره 1 مساوی شدند، یک لگ 701 بین سه نفر برگزار خواهد شد و نفرات اول تا سوم مشخص خواهد شد.

ماده 4: قوانین مسابقه

4-1. نوع تخته دارت تیغه ای یا یا میله ای با ابعاد و الیاف استاندارد

4-2. پرتاب ها بصورت نوبتی انجام می شود و در حین پرتاب حریف، نفر مقابل حق پرتاب ندارد.

4-3. مسابقات در واتساپ یا ناکا بصورت زنده برگزار می شود

4-4. تصویر صفحه دارت باید واضح و امتیازات برای حریف بصور ت کامل دیده شود؛ در غیر این صورت با تایید داور، بازی به نفع حریف خاتمه خواهد شد.

4-5. داور مسابقه حدود 15 دقیقه قبل از هر مسابقه در هر روز مسابقه با دو حریف از طریق واتساپ، پیامک و یا تماس تلفنی ارتباط برقرار می کنند. لازم به ذکر است که روز و ساعت مسابقه هر بازیکن از قبل مشخص می گردد

4-6. در صورتی که بازیکن مقابل بعد از 10 دقیقه از زمان تعیین شده در ارتباط تصویری جهت انجام مسابقه شرکت نکند( همراه با اسکرین شات مستندات)؛ بازنده خواهد بود.

4-7. تمامی بازیکنان موظف هستند که شخصا از روند اجرای مسابقات اطلاع داشته باشند( از طریق گروهی واتساپی که در آن عضو هستند) و در صورتی که به موقع برای بازی حضور ندداشته باشند از ادامه مسابقات محروم خواهند شد.

4-8. کمیته برگزاری مسابقات حق تغییر شرایط مسابقات را در شرایط خاص را برای خود محفوظ می دارد( البته در صورت تغییرات احتمالی حتما اطلاعات به نحو مقتضی به بازیکنان اعلام خواهد شد.

اعتراضات :

* بازیکن هر اعتراضی که حین بازی ( محل برخورد دارت به صفحه دارت، امتیاز هر دارت یا هر راند و....) دارد باید در همان لحظه بازی را متوقف کرده و مورد اعتراضی خود را به داور و سرداور اعلام نماید. بعد پایان هر راند و ثبت امتیاز و شروع راند بعدی هیچ اعتراضی پذیرفته نیست

موارد پيش بينی نشده:

* کليه موارد پيش بينی نشده در آئين نامه فنی را کميته فنی مسابقات حل و فصل خواهند نمود.

تجهیزات دارت آنلاین

1- صفحه دارت : صفحه دارت باید استاندارد و جنس آن الیاف کنفی باشد . هرگونه تخته به غیر از مورد اعلام شده مورد قبول نمی باشد و بازیکن نمیتواند با آن مسابقه دهد(کاغذی ، آهن ربایی ، الکترونیکی مورد قبول نمی باشد)

2- دارت های تهیه شده طیق قوانین اعلام شده می بایست از چهار قسمت نوک بارل شفت و فلایت تشکیل شده باشد

3- سه پایه جهت نصب موبایل روی آن

4- آینه حتی المقدور نشکن جهت نصب زیر تخته دارت به منظور دیدن بازیکن در حال پرتاب از طریق موبایل

5- موبایل به همراه شارژ کامل برقی و اینترنتی ، همراه با نصب برنامه واتس آپ و گوگل میت

6- بازیکن باید تجهیزات را در محل های مناسب و اندازه های استاندارد نصب نماید .

7 -فاصله تخته دارت از مرکز تا زمین 173 سانتی متر و خط پرتاب 237 سانتی متر . تخته دارت باید در جایی ایمن و به دیوار یا پایه دارت نصب شود ،در جایی که کمترین رفت و امد را داشته باشد.

8 -نصب آینه در زیر تخته دارت به طوریکه بازیکن هنگام پرتاب در آن دیده شود.

9-نصب سه پایه موبایل رو بروی تخته دارت به طوریکه کل صفحه دارت و آینه زیر تخته را پوشش دهد.

10–بازیکن می بایست 10 دقیقه قبل از شروع بازی آنلاین شده و منتظر تماس داور باشد. اگر بازیکنی در راس ساعت مقرر حاضر نشود بعد از 5 دقیقه زمان از سوی داور بازنده بازی اعلام خواهد شد.

11 –بعد از زدن میدل بازی شروع شده و بازیکنان باید به ترتیب و بعد از بازیکن مقابل و ثبت امتیاز توسط داور پرتاب خود را انجام دهد هر گونه پرتاب در حین پرتاب بازیکن مقابل و ثبت امتیاز توسط داور محاسبه نخواهد شد.

12- بازیکن می بایست در صورت اعلام بازیکن حریف و داور جهت بهتر دیده شدن دارتهای اصابت کرده به تخته، دوربین خود را بدون اینکه از صفحه دارت خارج شود ، به دارت ها نزدیک کرده تا بهتر قابل رویت باشد. همین امر در دبل پایان پازی باید رعایت شود

13- در حین پرتاب اگر دوربین جابجا شود یا تصویر تخته دارت یه هر دلیلی شفاف نباشد به طوریکه بازیکن حریف معترض شود و خللی در نمایش دارتهای اثابت کرده به وجود اید امتیاز راند محاسبه نخواهد شد و نوبت به حریف خواهد رسید تا پرتابهای خود را انجام دهد.

14- هرگونه مشکل از طرف هر بازیکن و به هردلیلی اتفاق بیافتد اعم از قطع برق ،قطع اینترنت و مساعد نبودن شرایط بازی ،بازیکن 5 دقیقه زمان دارد که پس از برطرف کردن مشکل به بازی خود ادامه دهد.

15- هر گونه اعتراض توسط بازیکن باید در زمان وقوع موارد اعتراضی بیان شود که توسط داور یا سرداور و یا ناظر فنی مورد بررسی و همان لحظه رسیدگی و در نهایت منجر به صدور رای خواهد شد.

**5-آئین نامه مسابقات مجازی تیراندازی قهرمانی دانشجویان دختر و پسر**

شرایط عمومی :

اعلام محل تحصیل یا محل زندگی ورزشکار جهت معرفی به نزدیکترین باشگاه در نظر گرفته شده از سوی برگزار کننده مسابقه.

درج شماره تماس و مشخصات دقیق دانشجو و کارشناس مربوطه جهت انجام هماهنگی های لازم در خصوص زمان و مکان مسابقه.

شرایط اختصاصی:

مسابقات بصورت انفرادی می باشد و در نزدیکترین مکان به محل زندگی یا تحصیل دانشجو برگزار خواهد شد.

مسابقات در رشته های تفنگ و تپانچه بادی برگزار خواهد شد.

رشته تفنگ بدون در نظر گرفتن دسیمال (Decimal) رکورد ثبت میگردد.

قبل از برگزاری مسابقه زمان و مکان برگزاری برای هر دانشجو اعلام میگردد.

در سراسرکشور( مناطق ده گانه) باشگاههایی جهت شرکت در مسابقه در نظر گرفته خواهد شد.

قوانین زمان بندی جهت فراخوان / قلق و مسابقه برای سیبل های الکترونیک و سیبل های کریر طبق قوانین ISSF میباشد.

مسابقه به صورت 60 تیر و فرم کامل برگزار میگردد.

امکانات مورد نیاز جهت برگزاری :

وسایل و تجهیزات تیراندازی شخصی (در صورت نداشتن تجهیزات باید در سامانه اعلام گردد تا هماهنگی لازم با محل برگزاری صورت گیرد، هزینه های تجهیزات اجاره ای با دانشگاه شرکت کننده می باشد).

نحوه ی قضاوت مسابقات:

داوران ساکن در مناطق جهت اجرا و کنترل نتایج مستقر خواهند بود و پس از جمع آوری نتایج دانشجویان از سراسر کشور نفرات اول تا سوم هر رشته (تفنگ و تپانچه) و در دو بخش (دختران و پسران) معرفی خواهند شد.

نکاتی در خصوص رعایت پروتکل های بهداشتی از سوی ورزشکاران و عوامل اجرایی:

محدود کردن تعداد شرکت کنندکان در هر راند برگزاری مسابقه به حداکثر 10 نفر و رعایت فاصله مناسب.

چنانچه محل برگزاری ظرفیت کمتری داشته باشد تعداد راندها بیشتر شده و تعداد پذیرش شرکت کنندگان در هر راند کمتر خواهد شد.

داشتن ماسک و محلول ضدعفوفی الزامی می باشد.

داشتن کارت بیمه ورزشی الزامی می باشد.

6-مقررات فنی مسابقات مجازي ووشو در دو بخش تالو و ساندا(دختران – پسران)

 **ساندا** :

 - اجراي تکنیک شادو به مدت100 ثانیه انجام شود.

- نحوه ایستادن، گارد گرفتن و جابه جایی به مدت 10 ثانیه

 - شادو(سایه زدن) ضربات دست کاربردي به مدت 20 ثانیه

 - شادو(سایه زدن) ضربات پا کاربردي به مدت 20 ثانیه

 - شادو(سایه زدن) ترکیب ضربات دست و پا کاربردي به مدت 20 ثانیه

- اجراي حداقل چهار نوع درگیري هاي تخصصی ساندا بصورت سایه اي به مدت 10 ثانیه

 - اجراي ترکیب ضربات دست و پا به همراه تکنیک هاي درگیري بصورت سایه اي به مدت 20 ثانیه

**\***لازم به ذکر است اجراي 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 هنري، نوآوري و آراستگی از نظر ظاهري و روحی امتیاز داده می شود.

 - به نمایش قدرت و نفوذ حرکات و بکارگیري قدرت عضلانی امتیاز داده می شود.

 - حرکات دست ، پا و استقرارها بصورت صحیح اجرا گردد.

- همچنین اجراهایی نمره بالایی کسب می کنند که بدونه وقفه ، متنوع و کمترین تکرار تکنیکها، و از

 هماهنگی، ریتم ،قدرت و سرعت مناسبی برخوردار باشند.

  **مواد مسابقات : تالو**

 - مسابقات در کلیه فرم هاي تالو برگزار می گردد.

- مسابقات در سه سطح فرمهاي استاندارد سري دوم ، سوم و فرم هاي اختیاري برگزار می گردد.

- مسابقات در سبک هاي ( چانگ چوان، نانچوان، تایچی چوان، دائوشو، جین شو، چیانگ شو، گوئن شو، نن گوئن، نن دائو و تایچی جین)

 **\* فرم هاي سنتی:**

 شینگ یی چوان و دائو شو دوبل براي آقایان و باگوا جانگ و جین شو دوبل براي 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 فرهاي دیگه ترکیب و قضاوت خواهد شد.

\* فرم هاي تایچی چوان

**فرمهاي استاندارد یانگ که شامل فرم هاي زیر می باشد:**

 - فرم نسل سوم یانگ تاي چی چوان و تاي چی جین

 - فرم 24 استاندارد یانگ

 - فرم 32 استاندار یانگ و فرم 32 جین

 - فرم43 استاندارد یانگ و فرم 42 جین

**تمام فرم هاي سنتی یانگ دست و جین**

 **فرم هاي استاندارد چن که شامل فرم هاي زیر می باشد**:

 - فرم نسل سوم چن تاي چی چوان و تاي چی جین

 - فرم ده چن تاي چی چوان

 - تمامی فرم هاي چن سنتی دست و جین

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

 - تمامی فرم هاي بادبزن سبک یانگ و چن

1- شرکت کننده می بایست ابتدا رو به دوربین احترام گذاشته همچنین خود را معرفی و نام فرم و

 عنوان مسابقه را اعلام کند .

 2- حجم فیلم ها نباید بیشتر از 40 مگابایت باشد .

3- فیلم هاي ارسالی باید واضح و با کیفیت باشد.

4- فیلم ها باید بصورت افقی ضبط گردد.

5- پوشیدن یونیفورم ووشو در ماده تالو الزامی می باشد .

6- درصورت عدم استفاده از یونیفرم مخصوص فرم در ماده تالو کسر امتیار لحاظ خواهد شد.

7- هرگونه تغییر در فیلم تدوین و مونتاژ باعث حذف ورزشکار خواهد شد.

8- به کلیه شرکت کنندگان گواهی شرکت در مسابقات اهدا خواهد شد.

9- به نفرات اول تا سوم ساندا حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.

10- به نفرات اول تا سوم فرم هاي تالو حکم قهرمانی اهدا خواهد شد.

7-مقررات فنی مسابقات مجازي مهارت های بسکتبال (دختران – پسران)

این مسابقات به دلیل اهمیت شوت در امتیازآوری و توسعۀ برخی ازمهارت های اساسی بسکتبال در سطح دانشگاههای ایران به صورت **انفرادی** انجام می شود:

* مدت زمان اجرا برای هر شرکت کننده **4 دقیقه** است.
* مهارت های تعیین شده توسط هر شرکت کننده جداگانه انجام و مجموع امتیازات به دست آمده از پرتاب ها و کسر امتیازات منفی در تکرار دورها در مدت زمان مشخص محاسبه می شود .
* داوران و نمایندگان فنی موظف به اجرای مقررات و دستورالعمل ها هستند.
* شرکت کننده ها موظف به ثبت نام با مشخصات دقیق در **سامانه ستاو** می باشند.

**قوانین کلی**

* مهارت ها بااستفاده ازابعاد قانونی زمین (28\*15) و یک توپ بسکتبال (برای دختران سایز6 و پسران سایز7) انجام می شود.
* درهمۀ شوتها و پرتابها ریباند توسط اجرا کننده انجام گرفته و فرد دیگری کمک یا دخالت نمی کند.
* رعایت ترتیب ایستگاه ها و اجرای مهارت های ذکر شده الزامی است.

**شرکت کننده ها و تجهیزات**

* دانشگاهها محدودیتی در معرفی تعداد نفرات ندارند.
* افراد ملزم به رعایت پروتکل های بهداشتی و سلامتی هستند و فقط در زمان اجرای مهارت ها برداشتن ماسک مجاز است.
* هر شرکت کننده قبل از شروع، اجازه یک دور تمرین برای مرور ایستگاه ها با هماهنگی داوران را دارد.
* دختران ملزم به داشتن پوشش مناسب اسلامی هستند.
* برای حفظ ایمنی شرکت کنندگان در ایستگاه های مورد نیاز از 4 عدد مانع مخروطی 50 ساننتمتری استفاده می شود.
* فقط یک نفر به عنوان مربی یا همراه می تواند در سالن حضور داشته باشد(اجباری نیست).
* به منظور رعایت پروتکل های بهداشتی ترتیب ورود شرکت کننده ها به سالن های برگزاری توسط ناظرین اجرایی اعلام می شود.

**مقررات خاص**

* شرکت کننده با صدای سوت داور و به کار افتادن زمان سنج کار را شروع می کند و ایستگاه ها ی شماره گذاری شده را با به دست آوردنِ امتیازات بیشتر از پرتابها و تعداد تکرار دورها طی نموده و با پایان یافتن زمان مقررکه 4 دقیقه است، با سوت داور متوقف می شود.
* اجرای مهارت ها و تکرار دورها باید طبق مسیرشماره گذاری شده در تصویر ضمیمه از **ایستگاه 1تا 12به ترتیب** توسط شرکت کننده در زمان مقرر انجام شود.
* محل استقرار و محدوده ی حرکت مربی یا همراه در پشت خط طولی بسکتبال و تا قبل از نیمه زمین درتصویر ضمیمه (coach) پیش بینی شده است.

**سایر مقررات**

1- محل استقرار بازیکن برای **شروع** در پشت خط عرضی زمین با **دایره ی سبز رنگ با در دست داشتن توپ** در تصویر مشخص است.

2- شرکت کننده با دریبل زدن مسیرهای مشخص شده را طی کرده و مجاز به راه رفتن با توپ نبوده وتخلف های **تراولینگ – دبل – نیمه** توسط داوران منظور و بازای هر تخلف یک امتیاز کسر می گردد.

3- به ازای برخورد به هر کدام ازموانع مخروطی و افتادن آنها، یک امتیاز کسرمی گردد.

 4- عدم رعایت ترتیبِ ایستگاه های شماره گذاری شده توسط داور داخل زمین اعلام و مسیر **بدون متوقف شدن زمان** توسط بازیکن اصلاح و ادامه پیدا می کند( بدیهی است امتیازات کسب شده در مسیرهای اشتباه ثبت نمی گردد).

 5- توپ هایی که بعد از اقدام به شوت و یا عدم ریباند به موقعبه خارج زمین ( اوت ) می رود باید از همان نقطه اوت برای ادامه مسیر به داخل زمین آورده شود.

 6- امتیازات به دست آمده از ایستگاه های شوت :

 **ایستگاههای شماره 4و5و6**، هرکدام **3** امتیاز

 **سایر ایستگاهها( 3،8،9،10،12)،** هر کدام **2** امتیاز

 **نکات**

* در شرایط مساوی **به ترتیب** تعداد شوت های از دست رفته درسه گام ها، پرتاب آزاد، شوت های دو و سه امتیازی تعیین کننده خواهد بود.
* درسایر موارد پیش بینی نشده، انجمن بسکتبال درمشورت با نمایندگان فنی اعلام نظر خواهد کرد

**بخش اختیاری: شوت از نیمه زمین**

هر شرکت کننده **سه پرتاب از نیمه زمین** انجام داده و داوران نتیجه را ثبت نموده و در این بخش نیز به نفرات برتر با اجرای زیباتر جایزه تعلق خواهد گرفت.

در سایر موارد پیش بینی نشده انجمن در مشورت با نمایندگان فنی مناطق اعلام نظر خواهد کرد.



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

1- ورزشکاران در منزل یا فضای آزاد یا باشگاه بدون آیتم ها را به تعداد درج شده انجام می دهند و ویدیو را بدون ویرایش با هر گونه نرم افزاری به صورت خام در سامانه ستاو به آدرسhttps://setav.ir/stay.home در بخش مسابقات مربوطه بارگذاری کنند.

2- فیلمبرداری باید به صورت ثابت انجام پذیرد و تمام صحنه اجرا برنامه بدون جا به جایی دوربین در طول فیلم برداری مشاهده شود .

3- از مراحل آماده سازی زمین مسابقه با دقت فیلمبرداری شود( متراژها فیلمبرداری و با چسب پهن علامت گذاری شود).

4- 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(1 عدد)

- کرنومتر

- دوربین

**قوانین و نحوه برگزاری مسابقه و امتیازدهی:**

مسابقات دردو بخش دختران و پسران برگزار می شود.

محدودیتی در خصوص تعداد دانشجویان شرکت کننده از هر دانشگاه وجود ندارد.

هر شرکت کننده 4 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 3 نفر برتر جوایز و احکام قهرمانی تعلق می گیرد.**

**آیتم 1. حرکت بورپی**

ورزشکار در حالی که دست­ها را در کنار بدن قرار می دهد بر روی خط شروع که با چسب نواری رسم کرده است به پهلو می­ایستد( دوربین حرکت بورپی را از پهلو فیلم برداری می کند) و با فرمان "رو" کرنومتر را به کار می­اندازد و به این صورت شروع می کند: ورزشکار دست­ها را روی زمین، جلوی پاها قرار می­دهد (حالت چمباتمه) و با پرتاب پاها به سمت عقب، حالت شنا می گیرد 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 20 تکرار ( خانم ها) و 25 تکرار( آقایان) با بیشترین سرعت انجام می دهد.

**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 3 ثانیه به رکورد نهایی اضافه می شود.

**آیتم 2. حرکت چابکی به طرفین**

ورزشکار در خط وسط ( با چسب پهن مشخص می کند) رو به دوربین قرار می گیرد و از پهلو به سمت راست حرکت کرده به نحوی که پای راست فرد خط سمت راست را لمس کند( فاصله 20/1 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 20/1 متر که با چسب پهن مشخص شده است) و به سمت راست برمی­گردد و این عمل را در سمت راست تا 15 تکرار ( خانم ها ) و 20 تکرار ( آقایان) و در سمت چپ 15 تکرار ( خانم ها ) و 20 تکرار ( آقایان) انجام می دهد.

|  |
| --- |
|  |
|  |

**خطا**

در صورتی که اجرا ناقص باشد و پاها خطوط چپ و راست را لمس نکنند به ازای هر حرکت ناقص 3 ثانیه به رکورد نهایی اضافه می شود.

**آیتم 3. پرتاب توپ والیبال به دیوار**

ورزشکار با توپ والیبال که در دست دارد روبروی دیوار( فاصله دومتری از دیوار) قرار می گیرد و در مربع 30سانتی متری که با چسب پهن بر روی دیوار مشخص کرده است( ضلع پایینی مربع از زمین 2 متر فاصله دارد) پرتاپ انجام می دهد. پرتاپ ها تا 20 تکرار انجام می شود. برای **پرتاب ایستاده** ورزشکار با پاهای جفت پشت خط پرتاب می­ایستد و **توپ را به بالا و پشت سر خود می­برد و سپس در مسیر رو به جلو پرتاب می­کند( حرکت دست ورزشکار).** فرد می­تواند پس از پرتاب توپ یک گام به جلو بردارد.



**خطا:**

در صورتی که حرکت دست ورزشکار صحیح نباشد و یا توپ اضلاع مربع 30 در 30 را لمس کند یا به خارج از هدف پرتاب شود به ازای هر حرکت اشتباه 3 ثانیه به فرد رکورد نهایی اضافه می شود.

**آیتم 4. لی لی با پای چپ و راست**

ورزشکار داخل مربع 30 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 ( خانم ها 20 تکرار و آقایان 25 تکرار) و سپس با پای چپ ( خانم ها 20 تکرار و آقایان 25 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 30 سانتی متری را لمس کند به ازای هر حرکت اشتباه 3 ثانیه به فرد رکورد نهایی اضافه می شود.

**9-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته دو و میدانی (پسران)**

1. مواد مسابقه مجازی 200 متر و 1500 متر می باشد.

2. رکوردگیری حتماً در پیست 400 متر استاندارد تارتان یا پیست خاکی انجام شود.

3. هر ورزشکار در یکی از دو ماده می تواند رکوردگیری کند.

4. رکوردگیری در استان های مختلف توسط یکی از داوران هیأت دو و میدانی استان مربوطه مورد قبول می باشد.

5. دونده ها در دو ماده در خط یک رکوردگیری را انجام می دهند.

6. استفاده از یار تمرینی در ماده 1500 متر بلامانع می باشد.

7. هرگونه تغییر در فیلم، تدوین و مونتاژ باعث حذف ورزشکار خواهد شد.

8. به نفرات اول تا سوم حکم قهرمانی اهداء خواهد شد.

**9-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته دو و میدانی (دختران)**

افراد شرکت کننده باید همراه با رکورد خود برگه اشتغال به تحصیل ارسال نمایند.

• شرکت کننده گان میتوانند در دو ماده به مسافت 1000متر و 1500 متر در هر مسیری که امکان دویدن وجود داشته باشد رکورد خود را ثبت نمایند .

• شرکت کنندگان بایستی برای ثبت رکورد خود اپلیکیشن استراوا را در روی گوشی خود نصب کنند تا داوران مسابقه بتوانند برای راستی آزمایی مسیر دویده شده و رکورد ثبت شده از آن استفاده کنند .

• تاریخ شروع مسابقه متعاقبا اعلام می گردد.

• ساعت شروع مسابقه از ساعت ٧ صبح تا ٧ شب می باشند .

• شرکت کننده گان می توانند در هر ساعتی از این ١٢ ساعت که مایل بودند شروع به دویدن کرده و رکورد خود را ثبت کنند.

• لازم به ذکر است که قبل و بعد از این تاریخ و ساعات اعلام شده رکوردها مورد قبول قرار نمی گیرد .

• تمامی رکوردهای فرستاده شده از طریق داوران مورد بررسی قرار میگیرد و در صورتی که ورزشکاران با وسیله نقلیه و یا کل مسیر را به صورت سراشیبی دویده باشند از مسابقه حذف می شوند .

• نحوه نصب و استفاده از اپلیکیشن استراوا رد سایت وزارت علوم آموزش داده می شود .

• در نهایت نفرات اول تا سوم خانم و آقا معرفی می گردند .

**10-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته کاراته (دختران)**

مسابقات براساس قوانین و مقررات فدراسیون جهانی کاراته WKF( مجازی) برگزار می شود. مسابقات در رشته کاتا انفرادي و کمربندي زیرقهوه ای و قهوه اي- مشکی برگزار خواهد شد. فقط سبک هاي کنترلی مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند. در رده قهوه ای-مشکی کاتا بدون تکرار باید اجرا شود. در رده زیر قهوه اي 5 دور کاتا بدون تکرار و بعد از آن؛ هرکاتا یکبار تکرار مجاز است.

\*اسامی کاتاهاي زیر قهوه اي براي سبک شوتوکان : هیان نیدان، هیان شودان، هیان ساندان، هیان یوندان، هیان گودان

\*اسامی کاتاهاي زیر قهوه اي براي سبک شیتوریو : پینان شودان، پینان نیدان، پینان ساندان، پینان یوندان، پینان گودان

\* اسامی کاتاهاي زیر قهو ای براي سبک وادوریو : تایکیوکو، گکی ساي داي، سایفا، سی ان چین

\* اسامی کاتاهاي زیر قهوه ای براي سبک گوجوریو : تایکیوکو هاي پنج گانه، گیک ساي هاي 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.

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

2- اجراي کاتا در محیط سالن یا فضاي منزل.

3- اجراي کاتا با لباس رسمی کاراته و پوشش کامل و رعایت حجاب.

4- پوشیدن لباس کاراته بدون آرم.

5- اجراي کاتا طبق قوانین با «ري» شروع شود و با «ري» به پایان برسد.

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

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

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

9- عدم استفاده از عینک؛ کفش و جوراب در حین اجراي کاتا.

شرایط و نحوه ارسال فیلم:

§ هر شرکت کننده تنها مجاز به ارسال یک فیلم به مدت حداکثر 4 دقیقه و با حجم کمتر از 20 مگابایت میباشد.

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

§ فیلمبرداري باید از روبرو باشد به نحوي که دوربین به صورت ثابت نصب شود تا تمام بدن در حین اجراي تکنیک ها واضح و قابل تشخیص براي داوران باشد.

§ هرگونه تغییر در فیلم، تدوین و مونتاژ باعث حذف بازیکن از مسابقات خواهد شد.

 § از نظر صوتی تنها صداي ورزشکار به دور از سایر اصوات موزیک- تلویزیون و سایر افراد و ...در فیلم شنیده شود.

**10-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته کاراته (پسران)**

مسابقات براساس قوانين و مقررات سازمان فدراسيون جهاني WKF برگزار مي شود.

مسابقات در رشته كاتا )انفرادي و تيمي( در دو رده كمربندي زيرقهوه اي و قهوه اي مشکي برگزار خواهد

شد.

فقط سبک هاي كنترلي مجاز به شركت در اين مسابقات مي باشند.

شركت كنندگان مي توانند در هر دو بخش كاتا )انفرادي و تيمي( شركت نمايند.

در رده قهوه اي مشکي كاتا بدون تکرار بايد اجرا شود. **-**

در رده زير قهوه اي ۵ دور كاتا بدون تکرار و بعد از آن، تکرار هركاتا يکبار مجاز است.

-اسامي كاتاهاي زير قهوه اي براي سبک شوتوكان : هيان شودان ، هيان نيدان ، هيان سان دان، هيان يون دان،هيان گودان

-اسامي كاتاهاي زير قهوه اي براي سبک شيتوريو : هيان شودان ، هيان نيدان ، هيان سان دان، هيان يون دان، هيان گودان

-اسامي كاتاهاي زير قهوه اي براي سبک وادوريو : هيان شودان ، هيان نيدان ، هيان سان دان، هيان يون دان، هيان گودان

-اسامي كاتاهاي زير قهوه اي براي سبک گوجوريو : تايکيوكو )جوان،چودان،گدان( ، گه گساي داي )ايچي، ني(

\* ورزشکاران ملزم به رعايت موارد ذيل هستند و در غير اين صورت موجب حذف شركت كننده از مسابقات

شده و نمره صفر تعلق مي گيرد.

۱- رعايت كردن كليه اصول و قوانين مسابقه كاتا جهت اخذ نمره كامل.

۲- اجراي كاتا در محيط سالن يا فضاي منزل.

۳- اجراي كاتا با لباس رسمي كاراته بدون آرم .

4-اجراي كاتا طبق قوانين با »ري « شروع شود و با » ري «به پايان برسد.

۵- قبل از شروع كاتا و پيش از اداي احترام؛ نام و نام خانوادگي، شماره دانشجويي و دانشگاه محل

تحصيل خود را اعلام كرده و سپس كاتا را اجرا نمايد.

-6 برداشتن وسايل اضافي در محل اجراي كاتا كه مانع از اجراي دقيق و كامل كاتا مي شود.

-7 عدم استفاده از عينک؛ كفش و جوراب در حين اجراي كاتا.

**شرايط و نحوه ارسال فیلم:**

هر شركت كننده تنها مجاز به ارسال يک فيلم به مدت حداكثر 4 دقيقه و با حجم كمتر از ۲۲ مگابايت

مي باشد.

فيلم بايد با موبايل به صورت افقي با كيفيت مناسب ارسال شود.

فيلمبرداري بايد از روبرو باشد به نحوي كه دوربين به صورت ثابت نصب شود تا تمام بدن در حين

اجراي تکنيک ها واضح و قابل تشخيص براي داوران باشد.

هرگونه تغيير در فيلم )تدوين و مونتاژ( باعث حذف بازيکن از مسابقات خواهد شد.

از نظر صوتي تنها صداي ورزشکار به دور از ساير اصوات )موزيک تلوزيون و ساير افراد و ...( در فيلم

شنيده شود.

نکته ۱ : ورزشکاران ملزم به داشتن گواهي سلامت كارت بيمه معتبر اصل و كپي حکم كمربند كاراته و

همچنين رضايت نامه شركت در مسابقات مي باشند.

نکته ۲ : تعداد شركت كنندگان آزاد خواهد بود.

نکته ۳ : تاريخ قرعه كشي يک هفته قبل از شروع زمان برگزاري مسابقات اعلام مي شود.

**-** به كليه شركت كنندگان در مسابقات گواهي شركت اهدا مي گردد.

**به نفرات اول تا سوم مسابقات حكم قهرمانی اهدا می گردد**.

**11-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته جودو (پسران)**

**- مسابقات بدون محدودیت سنی برگزار می گردد.**

-شركت كنندگان بايد داراي حداقل درجه کمربند 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 8\*8 یا 10\*10 می باشد.

- بر روی تاتامی مسابقه فاصله 6 متر(فاصله بین اوکه و توری ، قبل از شروع کاتا)ونیز مرکز تاتامی می بایست با نصب نوارچسب کاملآ 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 115 سانتی متر از کف زمین تنظیم نمایید.

- چنانچه از گوشی موبایل به عنوان دوربین فیلمبرداری استفاده می گردد، حتمآ 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 5 داور رسمی کشور مشاهده و طبق قوانین برگزاری مسابقات جهانی کاتا امتیاز داده خواهد شد.

* به كليه شركت كنندگان در مسابقات گواهي شركت اهدا مي گردد.
* به نفرات اول تا سوم مسابقات حكم قهرماني اهدا مي گردد.

جهت پاسخگویی به سوالات احتمالی، کارشناسان محترم دانشگاه های شرکت کننده می توانند با آقای زارع نژاد

**12-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته دوچرخه سواری(دختران و پسران)**

- مسابقات قهرمانی براساس قوانین ومقررات انجمن دوچرخه سواری وزارت علوم تحقیقات وفناوری در دو ماده سرعت برگزار خواهد شد.

**- ماده های برگزاری مسابقات دوچرخه سواری قهرمانی دختران و پسران شامل :**

 **1. مسابقه 200 متر سرعت 2. مسابقه 1000 متر سرعت**
 **الف) مسابقه 200 متر:** شامل مسابقه رکوردگیری در مسافت 200 متر در مسیر آسفالت می باشد.
 **ب) مسابقه 1000 متر:** شامل مسابقه رکوردگیری در مسافت1000 متردر مسیر آسفالت بصورت یک رفت یا یک رفت و برگشت می باشد.

**توضیح : نوع دوچرخه برای همه مسابقات فقط دوچرخه کوهستان سایز 26  ،27 ،29 مجاز می باشد**

**قوانین مسابقات :**

- با توجه به تفاهم نامه فیمابین اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم تحقیقات وفناوری با فدراسیون دوچرخه سواری در صورت به حدنصاب رسیدن ورزشکاران در مناطق استان ها ، از هیات های استانی برای برگزاری مسابقات درون استانی استفاده و مسابقات در استانی که دانشجوی ورزشکار سکونت دارد برگزار می گردد. و امتیاز دانشجوی ورزشکار شرکت کننده برای دانشگاه محل تحصیلش محاسبه می شود.

-با توجه به شیوع ویروس کرونا کلیه ورزشکاران ، سرپرستان و کادر اجرایی می بایست از ماسک استفاده کنند و برگزاری مسابقات با رعایت دستعورالعمل های بهداشتی با نظارت فدراسیون پزشکی ورزشی انجام خواهد شد.

- لباس ،کلاه ، دستکش ، دوچرخه براساس قوانین ومقررات UCI باشد. پوشیدن پیراهن تیم ملی همان سال ممنوع می باشد.

- براساس قوانین ومقررات ، دوچرخه سوران باید رعایت اخلاق ورزشی را در کل برگزاری مسابقه بنمایند، در غیراینصورت به دوچرخه سوار خاطی اخطار ( کارت زرد) ودر صورت تکرار از دور مسابقات حذف می شود.

- براساس قوانین ومقررات ، دوچرخه سوار می بایستی در طول برگزاری مسابقه شماره پیراهن و شماره دوچرخه را طوری نصب کند که خوانا وواضح باشد. شماره نباید کوتاه ، برید وتا گردد، شماره باید برروی لباس ودوچرخه واضح وقابل رویت باشد.

- براساس قوانین ومقررات ، احترام به محیط زیست وطبیعت اطراف محل برگزاری مسابقه ، برای کلیه عوامل برگزاری مسابقه (داوران ، اجرایی، سرپرستان، مربیان، دوچرخه سوران، ....)الزامی می باشد.
ب ) در مسابقه تایمینگ ملاک برتری زمان طی شده کمتر می باشد .

توجه : در هیچ یک از مسابقات فوق الذکر استارت مجدد نداریم . در صورت نقص فنی (شکستگی قطعات اصلی ، پنچری، ....) در استارت و طول برگزاری مسابقه فقط ورزشکاریک استارت مجدد مجاز می باشد.
برنامه زمانبندی مسابقات : مسابقات در یک روز از ساعت 00 : 9 لغایت 13:00 برگزار می گردد. شرکت کنندگان یک ساعت قبل از شروع مسابقات می توانند در مسیر مسابقه قرار بگیرند.

- براساس قوانین ومقررات ، در صورت اعتراض فقط سرپرست تیم (نه مربی، ورزشکار ،تکنسین و....) به صورت کتبی به همراه مبلغ یک میلیون ریال به سرداور مسابقات تحویل وپس از بررسی درکمیته جواب داده خواهد شد.در صورت وارد بودن اعتراض مبلغ عودت داده می شود.

- براساس قوانین ومقررات ، به دو نفربرتراز سه ورزشکارشرکت کننده از هرتیم در هرماده امتیاز تعلق میگیرد و در نتیجه تیمی لحاظ می شود.

- در هر دو ماده 200متر و 1000 متر تایمینگ استارت دوچرخه سوار توسط داور نگهداشته می شود.

- درتمامی مواد مسابقات اگر دوچرخه سوار با زمان یا تایم اعلام شده(استارت لیست) بر روی خط استارت حاضر نباشد استارت او شروع شده و زمان او از زمان اعلام شده به وی شروع شده و محاسبه می شود.

- تمامی مواد مسابقات دریک دور برگزار و بهترین تایم زمانی بدست آمده برای تعین جایگاه ورزشکاران لحاظ می شود.

- سرپرست ومربی تیم حق شرکت در مسابقات را ندارند، و در طول برگزاری مسابقات مربی و سرپرست تیم باید کارت شناسایی خود را بر سینه نصب کرده باشند.

- حضور دانشجویان ملی پوش ولیگ برتری براساس دستور العمل شماره 113409/1/41 مورخ 20/9/1395 اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم می باشد. و دانشگاه ها موظفند در هنگام اعزام تیم ها به نکات مندرج در دستورالعمل توجه نمایند.

-کلیه موارد پیش بینی نشده در آیین نامه عمومی اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم ، تحقیقات وفناوری در روز مسابقه وتوسط کمیته فنی مسابقات حل وفصل خواهد شد.

- جلسه هماهنگی توسط میزبان برگزاری مسابقات اعلام خواهد شد.

**- نحوه امتیازدهی :** به نفرات اول تا سی ام در هر ماده به ترتیب 100 ، 85 ، 75 ، 67 ، 61 ، و ...براساس جدول امتیازات فدراسیون امتیاز تعلق می گیرد.
 **نحوه توزیع مدال :** به نفرات اول تا سوم در هر ماده مدال و احکام قهرمانی تعلق می گیرد، در مجموع 12 مدال طلا ، 12 مدال نقره و 12 مدال برنز جمعا 36 عدد مدال در دوبخش دختران وپسران توزیع می گردد.
- **رده بندی تیمی :** از مجموع امتیازات انفرادی دونفر از سه نفر شرکت کننده در هر ماده ( مجموع امتیازات دانشگاه ) تعین کننده جایگاه تیمی می باشد، جمعا 3 سری کاپ تیمی طلا ، نقره، برنز اهداء می شود.

 **شرایط شرکت کنندگان:**
1-هرتیم متشکل از حداکثر 4 دوچرخه سوار،3 دوچرخه سوار اصلی ، 1 نفر ذخیره ، 1 نفر مربی ، 1 نفر سرپرست جمعاً 6 نفر
2-دارا بودن لباس متحدالشکل و مخصوص
3-داشتن گواهی اشتغال به تحصیل

 4-همراه داشتن اصل کارت ملی و کارت دانشجویی
5-کارت بیمه ورزشی سال 99

6- **همراه داشتن کلاه، لباس، دستکش و دوچرخه مخصوص کوهستان(کراس کانتری) الزامی و به عهده تیمها می باشد.**
ورود تیم ها: عصر روز .................. مورخ 00/00/00

 جلسه فنی : ساعت 00 روز ................... مورخ 00/00/00
خروج تیم ها : روز ................ مورخ 00/00/00

**13-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 کاملا قابل تشحیص 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(ضربدری).

- 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(ضربدری).

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

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

* **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(10 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.

 ویدیوهای ارسالی در سامانه انجمن تنیس روی میز قرار خواهد داد.

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

**14-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته ژیمناستیک(دختران)**

**ترتیب اجرای برنامه**

* 1-ریتم شروع
* 2-پوش اپ ساده .
* 3-پوش اپ لترال .
* 4-جلو اوردن پا از پهلو و انجام پا باز جلو عقب
* 5-بردن یک پابه جلو و انجام حرکت استرادل
* 6-ریتم پاباز به طرفین
* 7-بلند شدن و انجام ورتیکال اسپلیت .
* 7- پرش گربه
* 8- صاف چرخش یک دور
* 9- قیچی
* 10-غلت جلو
* 11-پرش جمع
* 12-پرش تپانچه .

**قوانین مقررات الزامی:**

* \*شروع برنامه و موزیک هماهنگ باشد.
* \*حداقل نیازمندی حرکت پوش اپ فاصله 10 سانتی متری سینه تا زمین می باشد.
* \*در شنا لترال پا می تواند استرادل و به عرض شانه باز شود و حرکت با 4 شماره انجام می شود.
* \*پا باز جلو عقب به صورت 180 درجه می باشد
* \*حرکت استرادل از زمان بالا رفتن پا ها و تکیه روی دست مکث 2 ثانیه ضروری می باشد.
* \*در حرکت ورتیکال اسپلیت باز شدن پا هاحداقل 170 درجه می باشد.
* \*در حرکت گربه پا ها حداقل تا خط کمر بالا اورده شود.
* \*در حرکت پا جمع و طپانچه پا ها موازی زمین باشد.
* \*ابتدای فیلم ارسالی نام و نام خانوادگی و نام دانشگاه نوشته شود.
* \*تعدادشرکت کنندگان.......
* \*به نفرات برتر حکم و مدال تعلق می گیرد.
* \*استفاده از موزیک بی کلام
* \*استفاده از پوشش مناسب هنگام اجرا
* \*فیلم برداری به صورت افقی و با کیفیت اچ دی باشد.
* \*هر گونه تغییر سرعت و ... منجر به پذیرفته نشدن برنامه می گردد.

**مقررات فنی مسابقات مجازی رشته ژیمناستیک(پسران)**

- مسابقات براساس قوانین و مقررات تعدیل یافته فدراسیون ژیمناستیک و انجمن ژیمناستیک وزارت

علوم تحقیقات و فناوری و بصورت مجازی تحت برنامه اجباری برگزار خواهد شد.

- ورزشکاران از تیشرت و شورت ورزشی استفاده کنند .

- استفاده از موزیک حین اجرای برنامه، اختیاری است. در صورت استفاده از موزیک، موزیک انتخابی باید

ورزشی و متناسب باشد. همچنین در زمان پخش موزیک و اجرای برنامه، باید صدای موزیک کاملاً

واضح باشد.

- استفاده از نور کافی و میکرو فن حین فیلمبرداری الزامی است.

- مسابقات ایروبیک ژیمناستیک، روی زمین و در یک ماد ه انفرادی اجرا خواهد شد.

- از هر دانشگاه حداقل 3 نفر و یا بیشتر می توانند شرکت کنند. شرایط حضور نفرات باید مطابق آئین

نامه دانشجویان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری باشد.

- اجرای برنامه ایروبیک ژیمناستیک باید به صورت فیلم ارسال گردد و توسط داوران مشخص شده داوری

خواهد شد.

- بخشنامه داوری به داوران مورد تایید جهت داوری مسابقات ارسال می گردد.

- به نفرات اول تا سوم حکم اهدا می گردد.

- برای آشنایی دانشجویان، کلیپ اجرای برنامه در سامانه ستاو ورزش دانشجویی بارگزاری شده است.

- ویدیو ها را بر اساس آئین نامه از طریق سامانه ستاو ارسال کنید.

**15-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته اسکواش(دختران و پسران)**

1-استفاده از لباس مناسب الزامی می باشد(در بخش بانوان پوشش اسلامی کاملا رعایت شود.)

2-زمان کلیپ ارسالی 1یک دقیقه می باشد

3-کلیپ ارسالی بصورت افقی و دوربین در حالت ثابت باشد

4-در ابتدای فیلم ارسالی می بایست شرکت کننده خودش را معرفی کند

5-در کلیپ ارسالی زمان نمایش داده شود

جدول آیتم های نخستین دوره مسابقات مجازی اسکواش دانشجویان کشور

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| محاسبه خطا | امتیاز دهی | زمان حرکت | نوع حرکت | ترتیب حرکت |
| اگر توپ به دیوار جلو بر خورد نکند و یا به زمین نخورد و برگشت داده شود خطا محسوب می شود . | هر تکرار 1 امتیاز  | 20 ثانیه  | درایو مستقیم فورهند  | 1 |
| اگر توپ به دیوار جلو بر خورد نکند و یا به زمین نخورد و برگشت داده شود خطا محسوب می شود . | هر تکرار 1 امتیاز  | 20 ثانیه  | درایو مستقیم بک هند  | 2 |
| اگر دست به دیوار جلو بر خورد نکند حرکت محاسبه نمی شود  | هر رفت و برگشت2 امتیاز(هر رفت 1 امتیاز ) | 20 ثانیه  | اسپرینت رانینگ  | 3 |

در هر آیتم ملاک 20 ثانیه می باشد و در پایان این زمان تعداد حرکت های به اتمام رسیده محاسبه می شود

فاصله اسپرینت رانینگ 9 متر می باشد .

در درایو ها توپ بعد از برخورد به زمین ضربه زده شود

-تصویر برداری از آیتم های انجام شده واضح باشد و روی تصویر ارسالی ثانیه شمار گذاشته شود

-در آیتم اسپرینت رانینگ برخورد دست به دیوار جلویی الزامی می باشد

-در صورت مساوی بودن تعداد درایوها میان شرکت کنندگان برای داوری کیفیت درایو در نظر گرفته می شود.

توجه داشته باشید نمونه کلیپ و فیلم اجرایی در دسترستان قرار خواهد گرفت فقط اگر دسترسی به سالن اسکواش نداشته باشین همان دیوار جلویی داخل سالنهای ورزشی کفایت می کند (یعنی تک دیواره سالنهای ورزشی ).

**16-مقررات فنی مسابقات مجازی رشته هندبال(دختران و پسران)**

با توجه به اینکه این رقابت ها مهارت ها ی اساسی هندبال(دریبل،پاس،شوت)دانشجویان را به چالش می کشاند یقینا" می تواند زمینه ای برای کشف استعدادهای آنها نیز گردد.

**وسایل و فضای موردنیاز:**

1 -دروازه استاندارد به ابعاد (3 × 2 متر) این آزمون در یک نیمه زمین هندبال استاندارد 20 در 40 متر قابل اجراست.

2 -دروازه کوچک به ابعاد 1 × 1 متر

این دروازه برروی خط وسط زمین تعبیه می گردد به شکلی که دقیقا تیرک های آن در راستای با خط وسط باشد.

3 -توپ هندبال 4 عدد

پسران: توپ شماره ۳

دختران: توپ شماره ۲

4 -مانع بلند یا پرچم به صورت ثابت در محل به تعداد 8عدد

\* 4 مانع طرف چپ زمین در راستای مرکز دروازه تا محل تقاطع خط طولی و خط مرکز زمین(با زاویه 45 درجه) قرار می گیرد که فاصله بین خط 9 متر و اولین مانع 1 مترو فاصله الباقی موانع از همدیگر 2 متر و فاصله آخرین مانع تا خط شروع نیز 2 متر می باشد( طبق شکل).

\* 4 مانع سمت راست زمین طوری تعبیه شود که اولین مانع با فاصله 1 متری از خط شش متر مماس با تیرک دروازه قرار گیرد و 3 مانع دیگر فاصله طولی 2 متر از همدیگر و در عرض 4 متری نسبت به هم قرار گیرد. فاصله آخرین مانع تا خط پرتاب نیز 2 متر می باشد و فاصله خط پرتاب تا دروازه کوچک 5 متر می باشد.(طبق شکل)

5 -صندلی 3 عدد (جهت استقرارتوپ)

6 - کرنومتر 3عدد(جهت ثبت زمان)

7 -چسب 5 سانتی جهت ترسیم خطوط نوشت افزارو...

**شرح مسابقه**

فرد شرکت کننده در مسابقه با فاصله 1 متر در انتظار پشت خط شروع سمت چپ زمین (منتهی الیه تقاطع خط وسط) می ایستند و نفر اول با علامت داور از نقطه شروع توپ را از صندلی برمی دارد و با دریبل کردن صحیح از بین موانع به صورت مارپیچ عبور می نماید و بعد از آخرین مانع از پشت منطقه دروازه (خط 6 متر) به سمت دروازه اقدام به شوت سه گام هندبال (شوت پرشی بالای سر) می نماید که پس از آن پشت خط فرضی 5/5 متری فرود می آید.

شرکت کننده پس از شوت به سمت دروازه، می بایست به طرف ایستگاه دوم دویده و توپ را از روی صندلی برداشته و مسیر طراحی شده را به صورت مارپیچ با دریبل تغییر مسیر انجام دهد و بعد از آخرین مانع تا حد فاصل خط فر ضی ، اقدام به شوت درحال حرکت به دروازه تعبیه شده روی خط وسط نماید.

\*درصورت انجام پاس اشتباه و یا دریافت نامناسب که منجر به افتادن یا انحراف توپ گردد بازیکن شروع کننده صرفا مجاز به تعقیب آن و با استقرار در پشت خط شروع مجاز به ادامه فعالیت می باشد.

اگر دریافت کننده قبل از دریافت خط شروع را لمس نماید 1خطا محاسبه می گردد و بایستی با اصلاح وضعیت کار را شروع نماید.

\*زمان کل فعالیت پس از اضافه شدن امتیاز گل و کسر خطاهای انجام شده فرد انجام و برنده و بازنده را مشخص می نماید.

\*زدن گل به دروازه بزرگ 1 امتیاز و زدن گل به دروازه کوچک 2 امتیاز دارد که میزان جمع امتیازات گل فرد از زمان بدست آمده کسر می گردد . (حداکثر 12 امتیاز).

**قوانین و مقررات**

\*زمان برای هر شرکت کننده از استارت در ایستگاه اول شروع و تا پایان ایستگاه آخر ثبت می گردد.

\*به ازای هر خطا(دبل ،رانینگ و)... 1 ثانیه به زمان کل فرد اضافه خواهد شد .

\*چنانچه حرکت طبق مسیر تعیین شده انجام نشود، می بایست حرکت از منطقه ای که خطا اتفاق افتاده است تکرار گردد.

\*برخورد توپ با بدن ورزشکار یا موانع که منجر به جابجایی یا افتادن آنها شود به ازای هر برخورد 1 ثانیه به زمان اضافه خواهد شد.

\*اجرای شوت سه گام با گام های کمتر خطا محسوب نمی شود.

\*در شوت پرشی باید از پشت خط 6 متر انجام شود .در صورتی که پای بازیکن خط یا منطقه دروازه را لمس نماید خطا محسوب می شود که گل محاسبه نمی گردد و در شوت درحال حرکت هم بایست قبل از خط فرضی ترسیم شده اقدام گردد و اگر خط یا محوطه مد نظر را لمس نماید امتیاز گل آن نیز محاسبه نمی شود.

\*در انجام شوت یا حریف پاس در صورت برخورد توپ به زمین قبل از ورود به دروازه خطا محسوب نمی گردد.

\*درصورتی که بازیکن بعدا شوت سه گام بین خط 6 متر و 5 / 5 متر فرود آید خطا می باشد و 1 ثانیه به زمان کل اضافه خواهد شد.

\* اگر بازیکن در حین اجرا مصدوم گردید و کمیته فنی و داوران تشخیص بر آن دادند، از حضور ایشان در 2 بازی آتی تیم ممانعت بعمل خواهد آمد.

\*انجام و اجرای صحیح مهارت ها (دریبل، شوت سه گام، شوت درحال حرکت و پاس یک دست بالای سر) تاکید می گردد.

\*اگر زمان دو نفر یکسان بود و مساوی شوند در مراحل ذیل عمل می گردد:

مرحله الف) امتیاز گل دو فرد با هم قیاس می گردد، هر کدام کسب امتیاز بیشتر داشتند برنده بازی خواهند بود.

مرحله ب) خطاهای دو فرد محاسبه می گردد هر کدام از خطاهای کمتری برخودار بودند برنده بازی خواهد بود.

مرحله ج)در مرحله نهایی درصورت تساوی دو حالت فوق با انجام قرعه کشی برنده مشخص خواهد شد.

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

**شرايط عمومي :**١-عدم ممنوعيت پزشكي براي انجام فعاليت هاي ورزشي
٢\_رعايت تمامي پروتكل هاي بهداشتي مربوط بِه كرونا
٣-رعايت اصول بهداشتي در انتخاب محل ضبط فيلم رعايت فاصله لازم از لحاظ ايمني و ساير ملاحظات مربوطه

لوازم و تجهيزات مورد نياز شركت كنندگان:

١-لباس ورزشي مناسب

٢-كفش و جوراب ورزشي

3- توپ فوتسال یا فوتبال

4-مانع به تعداد 5 عدد در صورت عدم دسترسی قرار دادن آجر یا سنگ و فاصله بین موانع 30 سانتی متر

5- دروازه گل کوچک (در صورت عدم دسترسی قرار دادن دو مانع ( آجر یا سنگ) به فاصله 130 متر

6-لباس ورزشي براي پسران دانشجو مَي تواند پيراهن و شورت باشد و براي دختران لباس ورزشي با پوشش مناسب با عرف جامعه

7- شرايط سني:دانشجويان در هر مقطع تحصيلي

روش و مراحل برگزاري مسابقات:
 مسابقات در ایستگاه های مذکور به شرح ذیل برگزار مَي گردد.
ایستگاه اول – حمل توپ با کف پا به فاصله 20 متر و مسیر برگشت آن حمل توپ با حرکات نمایشی به دلخواه
ایستگاه دوم – زدن 30 ضربه روپایی با دو پا )درصورت خطا افتادن توپ مَي تواند تا پايان تعداد خواسته شده ادامه دهد. )

ایستگاه سوم – پاس بغل پا و پرش از 5 مانع بدون توپ

ایستگاه چهارم – حمل توپ (دریبلینگ) از بین موانع (فاصله موانع 30 سانتی متر بدون برخورد با موانع)

ایستگاه پنجم – زدن 20ضربه روپایی آزاد

ایستگاه ششم – بلافاصله بعد از زدن ضربات روپایی، شوت به دروازه گل کوچک از فاصله 20 متری(در صورت عدم دسترسی از دو مانع به فاصله 1،30 متری استفاده شود.
نکات مهم:
1- انتخاب زاويه مناسب دوربين بِه نحوي كه چهره بازيكن و اجراي ان قابل تشخيص باشد.
گفتن جمله معرفي خود (من.....دانشجوي....رشته .....از دانشگاه.....در مسابقات فوتسال مجازی شركت مَي كنم) قبل از شروع ضبط فيلم
2- شروع حرکت با اعلام باشد.

3- در انتخاب نفرات برتر، تکنیک اجرای صحیح، دقت،زمان و سرعت در نظر گرفته خواهد شد.