

بسمه تعالی



# آیین نامه هشتمین دوره مسابقات تکواندو قهرمان کشوری دانشجویان دانشگاه جامع علمی کاربردی (رشته پومسه)

دانشگاه جامع علمی کاربردی  
واحد استان تهران شرق

دیماه ۱۴۰۰



## مقدمه

توسعه و تعمیم ورزش و پرورش نیروی‌های بدنی و تقویت روحیه سالم افراد در پیشبرد اهداف تعلیم و تربیت به‌خصوص مربیان نسل جوان، صرفاً از طریق مشارکت؛ مثبت و کارساز خواهد بود.

با توجه به ضرورت فعالیت‌های جسمانی و توسعه ورزش‌های همگانی و قهرمانی و با توجه به سیاست‌های دانشگاه مبنی بر اولویت رشته‌های ورزشی فراگیر به منظور گسترش ورزش دانشگاهی و جذب بیشتر دانشجویان به ویژه دانشجویان به فعالیت‌های ورزشی و همچنین تاکیدات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در مورد اهمیت ورزش قهرمانی؛ و همچنین با توجه به شرایط کنونی کشور و شیوع ویروس کوید ۱۹، هشتمین دوره مسابقات قهرمان کشوری دانشجویان دانشگاه جامع علمی کاربردی کشور در رشته پومسه به میزبانی دانشگاه جامع علمی کاربردی واحد استان تهران شرق به صورت مجازی و با شرایط زیر برگزار می‌شود.

### شرایط شرکت کنندگان:

۱. دانشجویان می‌بایست دانشجو دانشگاه جامع علمی کاربردی بوده و در نیم سال جاری انتخاب واحد داشته باشند.
۲. داشتن حداقل کمر بند قرمز از فدراسیون تکواندو و عضویت در سایت فدراسیون و تمدید عضویت سال ۱۴۰۰.

### زمان بندی برگزاری مسابقات:

۱. ارسال فیلم‌های اجرای فرم از ۱۱ تا پایان روز ۳۰ دیماه ۱۴۰۰
۲. زمان قضاوت داوران و اعلام نتیجه ۱۴۰۰/۱۱/۱۰

### سایر موارد قابل ذکر:

۱. واحدهای استانی محدودیتی در تعداد شرکت کننده ندارند.
۲. مسابقات در سه رده سنی و با اجرای دو فرم برگزار می‌گردد.

۱- مسابقات رده سنی ۱۸ الی ۳۰ سال متولدین ۱۳۶۹/۱۰/۱۱ تا ۱۳۸۲/۱۰/۱۰

اجرای فرم های: ۷ و ۱۰

۲- رده سنی ۳۱ الی ۴۰ سال متولدین ۱۳۵۹/۱۰/۱۱ الی ۱۳۶۹/۱۰/۱۰

اجرای فرم های: ۶ و ۱۱

۳- رده سنی بالای ۴۱ سال متولدین ۱۳۵۹/۱۰/۱۰ به پایین

اجرای فرم های: ۹ و ۱۲

۳. به نفرات اول تا سوم مشترک در هر رده سنی، حکم، مدال و جایزه نقدی اهداء می‌شود.

۴. فیلم‌های ارسالی توسط داوران رسمی فدراسیون تکواندو بازبینی شده و نفرات برتر مشخص خواهند شد.

## مشخصات و نحوه ضبط ویدئوها:

۱. ویدئوهای ارسالی باید با صدا و یک تکه ( بدون وقفه و تدوین کامپیوتری) بوده و چهره فرد اجرا کننده مشخص باشد.
۲. کلیه بانوان باید از ساق پا، ساق دست و مقنعه سفید یا مشکی استفاده نموده و با حجاب کامل اسلامی فیلم های خود را ضبط کنند.
۳. تصویربرداری باید به صورت افقی انجام شود.
۴. حجم فیلم ها از ۴۰ مگابایت فراتر نرود.
۵. در ضبط ویدئو باید ورزشکاران ابتدا نام و نام خانوادگی، کدملی، استان و مرکز محل تحصیل خود را قبل از فرم شفاف و دقیق اعلام نماید و سپس فرم ها را اجرا نمایند.
۶. هر دو فرم می بایست به صورت جداگانه ضبط شود و از ضبط دو فرم در یک فیلم خودداری شود.
۷. لباس رنگی پومسه مخصوص برای آقایان و بانوان اجباری نمی باشد و می توانند از لباس سفید استفاده نمایند ولی در صورت استفاده از لباس رنگی حتما باید از رنگ استاندارد رده سنی خود استفاده نمایند.
۸. برای ضبط ویدئوها اجباری به حضور در باشگاه ورزشی نمی باشد و شرکت کنندگان با رعایت فاصله اجتماعی می توانند در منزل و یا هر فضای مناسب دیگری نسبت به ضبط ویدئو اقدام نمایند.

## راهنمای ارسال و بارگذاری فیلم برای شرکت در مسابقه دانشجویی:

- ✓ ویدئوها می بایست به شماره واتس آپ ۰۹۹۰۷۳۸۵۵۴۸ ارسال شوند.
- در صورت بروز هر گونه مشکل و یا سوال درباره مسابقات می توانید با شماره تلفن ۰۲۱-۷۷۶۸۹۶۳۹ داخلی ۴۰۳ سرکار خانم صنعتی، تماس برقرار نمایید.