



قو علی خدمتک جوارحی

امام علی (ع)



## دستور العمل

### برگزاری مسابقات ورزش های قهرمانی

#### رشته بسکتبال

(آزمون مهارتی تکنیک ها)

دانشجو معلمان پسر و دختر دانشگاه فرهنگیان سراسر کشور

منیربان: استان تهران

آذرماه ۱۴۰۰

## مقررات عمومی:

۱. شرکت در این مسابقات تابع قوانین و مقررات ذکر شده در دستورالعمل عمومی و فنی می باشد.
۲. مسابقات به صورت مجازی و انفرادی برگزار می گردد.
۳. رعایت شئونات اسلامی، انضباط ورزشی و احترام به قوانین و مقررات الزامی می باشد.
۴. شرط شرکت در مسابقات، نداشتن سابقه بیماری و ممنوعیت پزشکی دانشجوی معلمان می باشد.
۵. در زمان اجرا تمامی پروتکل های بهداشتی مربوط به ویروس کرونا رعایت شود.
۶. ورزشکار می بایست توجه داشته باشد که هنگام اجرای فعالیت ورزشی، پس زمینه مکان اجرا، فاقد هرگونه عکس یا تصویر و... باشد.
۷. فیلمبرداری از یک محل و به صورت ثابت انجام و تمام صحنه اجرای برنامه بدون جا به جایی تلفن همراه/دوربین در طول فیلم برداری قابل مشاهده باشد.
۸. هنگام فیلمبرداری از اجرای مهارت و فعالیت، به منظور شناسایی چهره ورزشکار می بایست ورزشکار بدون ماسک باشد.
۹. ورزشکاران می توانند در منزل، فضای آزاد یا باشگاه، آیتم ها را مطابق دستورالعمل انجام دهند و فیلم را بدون ویرایش با هرگونه نرم افزار به صورت خام و زیپ شده در سامانه مسابقات مربوطه بارگذاری نمایند.
۱۰. بارگذاری تصویر کارت بیمه ورزشی، کارت ملی و کارت دانشجویی معتبر یا گواهی اشتغال به تحصیل عکس دار در سامانه استان میزبان ( مندرج در دستورالعمل فنی هر مسابقه) الزامی می باشد.
۱۱. فیلم گرفته شده در سامانه استان میزبان به تفکیک جنسیت بارگذاری و از ارسال فیلم در واتس آپ و... خودداری شود.
۱۲. پردیس ها و واحدهای آموزشی تابعه استانی هیچ محدودیتی در معرفی افراد متقاضی برای شرکت در رقابت، از لحاظ تعداد ندارند.
۱۳. دانشجوی معلمان محدودیتی جهت شرکت در رشته های ورزشی (تکواندو، کاراته، دوومیدانی، شطرنج، آمادگی جسمانی، مهارت های والیبال، هندبال، بسکتبال، فوتبال و تنیس روی میز) نداشته و می توانند در تمامی رشته ها شرکت نمایند.
۱۴. هر شرکت کننده ضروری است آمادگی لازم جهت شرکت در مسابقات را با انجام تمرین کسب نماید و در پایان مجاز است فقط یک فیلم از اجرای مسابقه را در سامانه بارگذاری نماید.
۱۵. به ۳ دانشجوی برتر در هر رشته ورزشی حکم قهرمانی و جوایز نفیس اهدا خواهد شد.
۱۶. جوایز نفیسی به منظور تشویق و قدردانی از زحمات همکاران ( مربی/ سرپرست) بر اساس میزان مشارکت دانشجو معلمان در مسابقات اهدا خواهد شد.

## آزمون مهارتی رشته بسکتبال در سطح کشور و بین دانشجویان معلمان شاغل به تحصیل در دانشگاه فرهنگیان در دو بخش دختران و پسران برگزار می گردد.

### مقررات فنی

۱. مهارت ها در زمین بسکتبال خط کشی شده با ابعاد قانونی و در یک نیمه زمین برگزار می گردد.
۲. مهارت در سالن ورزشی یا فضای رو باز با استفاده از حلقه بسکتبال قانونی با ارتفاع ۳۰۵ سانتی متر اجرا شود.
۳. تصویر خط کشی زمین ها در فیلم تهیه شده از اجرای مهارت ها واضح و روشن دیده شود.
۴. نصب تور در حلقه بسکتبال مورد استفاده الزامی است.
۵. توپ بسکتبال مورد استفاده برای دختران توپ شماره ۶ و برای پسران توپ شماره ۷ است.
۶. تمام مهارت های ۸ گانه شوت بسکتبال، توسط ورزشکار انجام خواهد شد و یار کمکی در اجرای مهارت به وی کمک نخواهد کرد (این نکته شامل فرار توپ از محوطه اجرا نیز خواهد بود و ورزشکار شخصاً در هر شرایط مسئول دریافت و جمع آوری توپ است).
۷. رعایت ترتیب ایستگاه ها در اجرای مهارت های ۸ گانه الزامی است.
۸. بین مراحل ۸ گانه هیچ وقفه یا فاصله ای وجود ندارد و ورزشکار باید با اتمام زمان ۳۰ ثانیه در هر مرحله بلافاصله و بدون فوت وقت مرحله بعدی را آغاز نماید.
۹. حداکثر زمان برای اجرای کل مهارت ها در ۸ مرحله ۲۴۰ ثانیه (۴ دقیقه) است و مازاد بر این زمان محاسبه نمی شود.
۱۰. در صورت عدم رعایت زمان های ۳۰ ثانیه برای هر مرحله هیئت داوران بنابر تشخیص فنی خود، زمان لازم را تخصیص خواهند داد و در این زمینه حق اعتراضی وجود نخواهد داشت.
۱۱. برای آگاهی از فرایند اجرای مهارت های ۸ گانه بسکتبال نمونه ای از اجرای این مهارت در سایت اصلی دانشگاه میزبان و معاونت دانشجویی بارگذاری و قابل ملاحظه است؛ مرحله ۷ و ۸ مطابق دستورالعمل ارائه شده اجرا شود.
۱۲. ایستگاه های معرفی شده در شکل به وسیله علائمی نظیر مخروط های ۵۰ سانتی متری (قابل تشخیص در فیلم) که در فضای اجرای برنامه قرار می گیرد که در صورت برخورد فرد با مانع به ازاء هر برخورد یک امتیاز از امتیازهای کسب شده وی کسر خواهد شد.
۱۳. در فیلم ارسالی توسط ورزشکار به غیر از ورزشکار هیچ فرد دیگری مجاز به حضور در منطقه اجرا و کادرتصویر برداری نیست.
۱۴. ورزشکار باید قبل از شروع رو به دوربین و دقیقاً در زیر حلقه بسکتبال با توپ ایستاده و نسبت به معرفی خود را با صدای رسا و واضح معرفی (نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی، استان، پردیس/واحد آموزشی محل تحصیل، زمان و تاریخ اجرا) و سپس با صدای سوت یار کمکی برنامه مهارت های ۸ گانه را آغاز می نماید.
۱۵. توپ وارد شده به سبد در هر اجرا در مرحله ۱ دارای یک امتیاز و در مرحله ۲ تا ۷ دارای ۲ امتیاز و در مرحله ۸ دارای ۳ امتیاز خواهد بود.
۱۶. به ازاء هر خطای حمل توپ، رانینگ یا خطای دریبل یک امتیاز از ورزشکار کسر خواهد شد.
۱۷. در شرایط مساوی و امتیازهای برابر ورزشکاران به ترتیب تعداد شوت های از دست رفته در سه گام ها، پرتاب آزاد، شوت های ۲ و ۳ امتیازی تعیین کننده رتبه ورزشکار خواهد بود.
۱۸. زمان اجرای هر مرحله مهارتی ۳۰ ثانیه در نظر گرفته شده است.
۱۹. اجرای تکنیک مهم است ولی صرفاً امتیاز شوت های منجر به گل و بدون تخلف (بدون دبل، رانینگ و حمل توپ) محاسبه خواهد شد.

۲۰. به طور کلی در واحدهای زمانی ۳۰ ثانیه ای هریک از مهارت‌ها باید از سمت راست و چپ بطور متناوب انجام شود و امتیازات تعداد شوت‌های منجر به گل بدون تخلف محاسبه خواهد شد.

## نکات مورد توجه:

۱. انجام مهارت‌های ۸ گانه مجموعاً ۲۴۰ ثانیه به طول می انجامد.
۲. مهارت‌های تعیین شده توسط هر ورزشکار به طور مجزا اجرا شده و فیلم بدون دستکاری و روتوش، با سرعت نرمال از اجرای مهارت دانشجوی در قالب تعیین شده تهیه و در سامانه استان میزبان بارگذاری می شود.
۳. اجرای ورزشکار مورد ارزیابی و امتیاز دهی داوران قرار گرفته و افراد با بهترین اجرا حداکثر امتیاز را کسب می کنند.
۴. ورزشکار در رقابت موظف به رعایت تمام نکات فنی و اجرائی بوده و عدم رعایت هر یک از مفاد دستورالعمل فنی موجب حذف از دور رقابت‌ها خواهد بود.
۵. دانشجوی معلم موظف به ثبت نام و بارگذاری کامل در سامانه استان میزبان است و عدم ثبت نام و یا ثبت نام ناقص موجب حذف از دور رقابت‌ها می شود.
۶. ورزشکاران ملزم به رعایت پروتکل‌های سلامتی و بهداشتی بوده و در زمان اجرای مهارت‌ها به منظور شناسایی داوران الزام به برداشتن ماسک از صورت هستند.

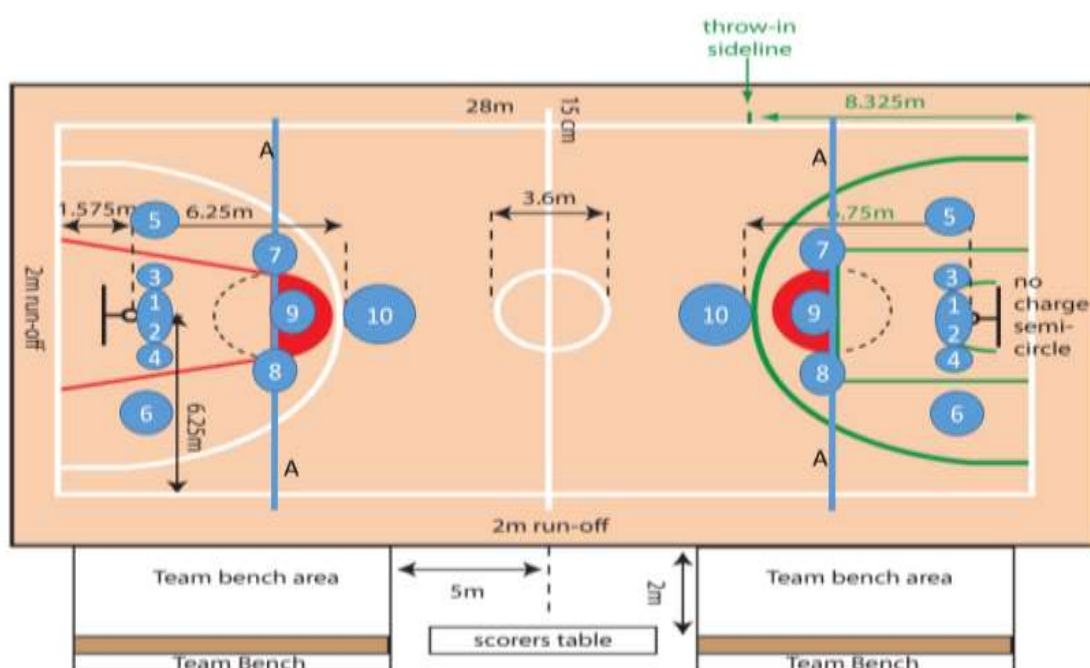
## ضوابط اجرای مراحل ۸ گانه:

- مرحله اول:** لی شوت یک‌دست یا دو دست از زیر حلقه به صورت تناوبی: یک بار از سمت راست شوت، ریباند، سپس تکرار از سمت چپ و ادامه این حرکت تناوبی تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه) از نقاط شماره ۱ و ۲ طبق شکل ضمیمه
- مرحله دوم:** شوت یک‌دست یا دو دست با کمترین زاویه نسبت به حلقه از سمت راست، سپس ریباند و رفتن به منطقه مقابل و تکرار شوت از سمت چپ و ادامه این حرکت تناوبی تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه) از نقاط شماره ۳ و ۴ روی شکل ضمیمه
- مرحله سوم:** شوت یک‌دست یا دو دست با کمترین زاویه نسبت به حلقه از سمت راست، سپس ریباند و رفتن به منطقه ۶ و تکرار از سمت مقابل و ادامه این حرکت تناوبی تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه) از نقاط شماره ۵ و ۶ روی شکل ضمیمه
- مرحله چهارم:** دریبل و بلافاصله شوت سه گام از راس خط پرتاب پنالتی (پشت خط A)، سمت راست، بلافاصله ریباند و دریبل تا پشت خط A و تکرار حرکت سه گام از سمت چپ و تکرار این حرکت تناوبی تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه)
- مرحله پنجم:** شوت یک‌دست یا دو دست از زیر حلقه یک بار از زاویه سمت راست، سپس بدون ریباند توپ از حلقه حرکت به سمت مرکز خط پنالتی، پس از لمس خط A با پا، برگشت و جمع کردن توپ و شوت یک‌دست یا دو دست از زیر حلقه از سمت چپ و تکرار این حرکت تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه)
- مرحله ششم:** شوت ثابت از راس خط پنالتی سمت راست (منطقه شماره ۷)، سپس بلافاصله ریباند و تکرار شوت از راس خط پنالتی سمت چپ (منطقه شماره ۸) و تکرار این حرکت تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه)
- مرحله هفتم:** دریبل تا منطقه پرتاب پنالتی (منطقه شماره ۹) و شوت به سمت حلقه و بلافاصله ریباند و دریبل به منطقه پنالتی و تکرار شوت و ادامه تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه)

**مرحله هشتم:** دریبل تا منطقه پرتاب ۳ امتیازی (منطقه شماره ۱۰) و شوت به سمت حلقه و بلافاصله ریباند و دریبل به منطقه شماره ۱۰ و تکرار شوت و ادامه تا اتمام زمان (۳۰ ثانیه) و پایان مهارت های ۸ گانه

### جدول اجرای گام های ۸ گانه مهارت های بسکتبال

گام	شرح کوتاه	منطقه شروع	منطقه پایان	زمان (ثانیه)
اول	حرکت پرتاب توپ به سبد به شکل متناوب یکی از سمت راست و یکی از سمت چپ منطقه شماره ۱ و ۲	منطقه زیر سبد	منطقه زیر سبد	۳۰
دوم	شوت به سمت سبد از منطقه شماره ۳ و ۴ به صورت متناوب	منطقه زیر سبد منطقه شماره ۱ یا ۲	هر یک از مناطق شماره ۳ یا ۴	۳۰
سوم	شوت به سمت سبد از منطقه ۵ و ۶ به صورت متناوب	هر یک از مناطق شماره ۳ یا ۴	هر یک از مناطق شماره ۵ یا ۶	۳۰
چهارم	دریبل و سه گام از پشت خط A به تناوب یک بار از سمت راست و با دست راست و یک بار از سمت چپ و با دست چپ	پشت خط A	در هر منطقه که زمان به اتمام می رسد.	۳۰
پنجم	شوت به سمت سبد از زیر حلقه بسکتبال بعد از هر بار رفت و برگشت و لمس خط A با پا	از اتمام گام ششم	در هر نقطه که زمان به پایان می رسد.	۳۰
ششم	شوت به سمت سبد از دو منطقه ۷ و ۸ به صورت متناوب	نقطه شماره ۷	در هر نقطه که زمان به پایان می رسد.	۳۰
هفتم	شوت به سمت سبد از منطقه شماره ۹ / شوت / ریباند / دریبل / شوت	نقطه شماره ۹	در هر نقطه که زمان به پایان می رسد.	۳۰
هشتم	شوت به سمت سبد از منطقه شماره ۱۰ / شوت / ریباند / دریبل / شوت	نقطه شماره ۱۰	در هر نقطه که زمان به پایان می رسد.	۳۰



## جوایز و احکام قهرمانی :

به ۳ نفر برتر (در هر بخش آقایان و بانوان)، جوایز و احکام قهرمانی به شرح ذیل اهدا خواهد شد.

✓ نفر اول: ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

✓ نفر دوم: ۸,۰۰۰,۰۰۰ ریال

✓ نفر سوم: ۶,۰۰۰,۰۰۰ ریال

## تقدیر از سرپرستان تیم ها:

در راستای تقدیر و افزایش انگیزه به ۳ نفر از سرپرستانی (در هر بخش دختران و پسران) که بیشترین میزان مشارکت دانشجو معلمان در کل مسابقات را داشته باشند جوایزی به مبلغ ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال و تقدیر نامه ای از طرف سرپرست اجرایی مسابقات اهدا خواهد شد.

## پرداخت حق الزحمه عوامل فنی و اجرایی:

تمامی افرادی که در برنامه ریزی و اجرایی سازی این المپیاد کشوری در سطح استان از مدیریت امور پردیس های استانی و در سطح سازمان از سرپرست اجرایی المپیاد در بخش فنی و اجرایی ابلاغ دریافت نموده اند حق الزحمه آنان مطابق "دستورالعمل پرداخت حق الزحمه عوامل فنی و اجرایی مسابقات و جشنواره های ورزشی" ابلاغی به شماره ۵۰۰۰/۱۷۰۹۵/۱۰۰ د مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۲۲ قابل پرداخت خواهد شد.

### \* تمام موارد پیش بینی نشده در این دستورالعمل، توسط کمیته فنی مسابقات تصمیم گیری می شود.

جهت پاسخگویی به سوالات احتمالی دانشجو معلمان، کارشناسان محترم پردیس ها و واحدهای آموزشی تابعه می توانند در بخش بانوان با سرکار خانم دارایی با شماره ۰۹۱۶۸۷۰۰۴۶۴ و در بخش آقایان با جناب آقای جهانسوز و با شماره ۰۹۱۲۱۲۳۶۲۵۵ و تماس حاصل نمایند.

❖ آدرس سامانه استان میزبان جهت بارگذاری اسناد و فیلم ها: [tehran.cfu.ac.ir](http://tehran.cfu.ac.ir)

❖ زمان بارگذاری مدارک و فیلم: ۱۸ دی ماه لغایت ۱۲ بهمن ۱۴۰۰