



**بخشنامه به روسای واحدهای مرکز استان (دبیران هیأت‌های امنای استانها)، واحدهای علوم و تحقیقات تهران و نجف آباد، روسای**

**واحدها و مراکز آموزشی و سازمان سماء دانشگاه آزاد اسلامی**

موضوع: برگزاری مسابقات ورزش همگانی ویژه کارکنان و اعضاء هیأت علمی

سلام علیکم

با عنایت به رویکرد معاونت ورزش در خصوص تعمیم و توسعه فرهنگ ورزش همگانی در بین کارکنان و اعضاء هیأت علمی و لزوم ایجاد وحدت رویه در برگزاری رویدادها و فعالیت های مربوطه، مقررات فنی و عمومی چهار رشته ورزشی (دارت، طناب کشی، بسکتبال سه نفره و فوتبال گل کوچک) جهت برگزاری مراحل درون واحدی و استانی در طول سال ۹۵ ارسال می گردد. خواهشمند است دستور فرمایید مراتب به مبادی ذیربط جهت هرگونه اقدام مقتضی اعلام گردد. لازم بذکر است مرحله کشوری در صورت استقبال اکثریت استانها در سال ۹۶ برگزار خواهد شد.

### **آیین نامه عمومی برگزاری مسابقات ورزش های همگانی**

- ۱- رعایت کلیه موازین اسلامی و دانشگاهی برای شرکت کنندگان در این مسابقات الزامیست.
- ۲- کلیه کارکنان و اعضاء هیأت علمی واحد ها و مراکز دانشگاهی که دارای مجوز استخدام از سازمان مرکزی هستند مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند.
- ۳- در مرحله استانی ارائه آلبوم ورزشی، حکم کارگزینی، کارت بیمه ورزشی (حداکثر ۷۲ ساعت از زمان صدور آن گذشته باشد)، گواهی سلامت، کارت ملی یا شناسنامه و عکس برای بازیکنان، کارت مربیگری برای مربی و حکم کارگزینی برای سرپرست در زمان پذیرش الزامیست.
- ۴- استفاده از ورزشکاران غیر مجاز در مرحله استانی مسابقات سبب تشکیل کمیته انضباطی و اتخاذ تصمیم لازم خواهد بود.
- ۵- در مرحله استانی سرپرست تیم ها باید از کارکنان رسمی (قطعی یا آزمایشی) و یا اعضاء هیأت علمی رسمی اعم از تمام وقت یا نیمه وقت باشند.
- ۶- سرپرست اعزامی به مسابقات بانوان الزاماً می بایستی از بانوان شاغل در دانشگاه باشد.



## سازمان مرکزی

- ۷- در مرحله استانی هیچ تیمی بدون حضور مربی یا سرپرست مجاز به شرکت در مسابقه نیست در صورت اعزام تیم با وسیله نقلیه واحد یک نفر راننده به همراه تیم خواهد بود.
- ۸- اعضاء کادر فنی هر تیم نمی توانند بعنوان بازیکن در مسابقات شرکت کنند.
- ۹- ارائه آیدی کارت توسط بازیکنان ، مربیان و سرپرستان در زمان برگزاری مسابقات الزامیست.
- ۱۰- در مرحله استانی واحد میزبان هیچگونه مسئولیتی در قبال اسکان و تغذیه افراد مازاد ندارد و در صورت حضور این افراد موضوع در کمیته انضباطی مورد بررسی قرار خواهد گرفت.
- ۱۱- تمامی تیم های مستقر در اردو موظف می باشند با پوشش مناسب (گرمکن و شلوار برای آقایان و حجاب اسلامی برای بانوان) در محل اردو، خارج از سالن و محیط دانشگاه تردد نمایند و موازین اسلامی و شرعی را رعایت نمایند.
- ۱۲- تمامی تیم های بانوان مستقر در اردو، حق ورود با موبایل دوربین دار، دوربین فیلمبرداری و عکسبرداری به سالن مسابقات را ندارند.
- ۱۳- در مرحله استانی واحد میزبان موظف است نسبت به اسکان و بیتوته راننده اعزامی از طرف واحد شرکت کننده اقدام نماید.
- ۱۴- چنانچه تیمی به هر عنوان اعتراض داشته باشد می بایست حداکثر نیم ساعت بعد از پایان همان مسابقه موارد را بصورت کتبی به سرپرست فنی مسابقات به همراه مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰ ریال تحویل دهد که در صورت تأخیر به اعتراض رسیدگی نخواهد شد.
- ۱۵- در تمامی مراحل به نفرات برتر (اول ، دوم و سوم) مسابقات انفرادی مدال و حکم قهرمانی تعلق می گیرد. در رشته هایی که مسابقات آن در مرحله استانی بصورت تیمی برگزار می گردد به بازیکنان مدال و حکم قهرمانی و به مربی و سرپرست حکم قهرمانی و به تیمهای اول، دوم و سوم کاپ قهرمانی تعلق می گیرد.
- ۱۶- در صورت استقبال کارکنان و اعضاء هیأت علمی ، واحدها می توانند با رعایت اصل صرفه جویی مرحله درون واحدی را در چند مرحله برگزار نمایند.



### آیین نامه فنی مسابقات دارت (بانوان و آقایان)

- ۱- مسابقات طبق آخرین مقررات فدراسیون جهانی و انجمن دارت ج.ا.ا. برگزار خواهد شد.
- ۲- هر تیم متشکل از ۴ نفر بازیکن ، یک نفر مربی یا سرپرست می باشد.
- ۳- واحدها ، مراکز و استانها طبق بخشنامه شماره ۲۹/۶۵۹۱۲ مورخ ۹۴/۹/۳ مجاز به تهیه البسه ورزشی ( عمومی و اختصاصی) می باشند.
- ۴- ارتفاع مرکز تخته دارت از زمین ۱۷۳ سانتی متر و فاصله خط پرتاب تا تخته دارت ۲۳۷ سانتی متر می باشد.
- ۵- بازی با پرتاب وسط (middle) هر دو بازیکن به شکلی که هر کدام به وسط نزدیک تر باشد شروع می شود.
- ۶- در هر بازی هر دو نفر باهم مسابقه را انجام و پس از اتمام ، نفربرنده به رده های بالای جدول صعود و نفر بازنده از جدول حذف می گردد.
- ۷- نفر شروع کننده در هر مرحله ۳ پرتاب کرده و جمع امتیازات ، مشخص کننده امتیاز آن مرحله ی نفر اول خواهد بود و نفر دوم نیز به همین شکل در هر مرحله ۳ پرتاب می کند.
- ۸- در مرحله درون واحدی مسابقات بصورت انفرادی و ۳۰۱ (هر بازیکنی که زودتر امتیاز ۳۰۱ را کسب کند) و ۳ لگ از ۵ لگ برگزار می گردد و در مرحله استانی و کشوری مسابقات بصورت انفرادی، تیمی و ۳۰۱(هر بازیکنی که زودتر امتیاز ۳۰۱ را کسب کند) ۳ لگ از ۵ لگ برگزار می گردد

### آیین نامه فنی مسابقات طناب کشی (بانوان و آقایان)

- ۱- مسابقات طبق آخرین مقررات فدراسیون انجمن های ورزشی و انجمن طناب کشی ج.ا.ا. برگزار خواهد شد.
- ۲- هر تیم متشکل از ۹ نفر بازیکن ( ۸ نفر اصلی و ۱ نفر ذخیره) ، یک نفر مربی یا سرپرست می باشد.
- ۳- واحدها ، مراکز و استانها طبق بخشنامه شماره ۲۹/۶۵۹۱۲ مورخ ۹۴/۹/۳ مجاز به تهیه البسه ورزشی ( عمومی و اختصاصی) می باشند.
- ۴- وزن فرد ذخیره می بایست مساوی یا کمتر از وزن فرد تعویضی باشد و هر تیم متشکل از ۸ نفر است که مجموع وزن آنها می بایست ۶۴۰ برای آقایان و ۵۴۰ برای خانمها باشد.
- ۵- در صورت مجروح شدن یک بازیکن تیم می تواند مسابقه را با هفت بازیکن ادامه دهد.



سازمان مرکزی

- ۶- وزن کشتی قبل از شروع مسابقه انجام می گیرد.
- ۷- قرعه کشتی بعد از انجام وزن کشتی انجام می شود.
- ۸- مشخصات طناب: محیط طناب ۱۰ تا ۱۲/۵ سانتی متر (۱۰۰ تا ۱۲۵ میلی متر) و فاقد هر گونه گره یا دستگیره باشد. دوسر طناب بسته باشد و حداقل طول طناب ۳۳/۵ متر است.
- ۹- علامت طناب: نوار و علامت طناب به نحو بست که اگر طناب کشیده یا جمع شود، داور بتواند به راحتی آن را تنظیم کند.

الف - یک نوار قرمز در مرکز طناب

- ب- دونوار رنگی هر کدام به فاصله ۴ متر از علامت مرکزی
- ج- دو نوار رنگی هر کدام به فاصله ۵ متر از علامت مرکزی طناب
- د- رنگهای بند های الف، ب، ج بایستی با هم متفاوت باشند.
- ۱۰- محوطه طناب کشتی: محوطه طناب کشتی بایستی تخت، هموار و یا پوشیده از چمن باشد. طول محوطه طناب کشتی حداقل ۳۶ متر باشد.
- ۱۱- هیچ ورزشکاری نباید طناب را از نقطه ای که با رنگ یا نوار مشخص شده است بگیرد.

**آیین نامه فنی مسابقات بسکتبال سه نفره (بانوان و آقایان)**

- ۱- مسابقات طبق آخرین مقررات فدراسیون بسکتبال ج.ا.ا. برگزار خواهد شد.
  - ۲- هر تیم شامل چهار نفر بازیکن ( ۳ نفر بازیکن اصلی و ۱ نفر بازیکن ذخیره)، یک نفر مربی یا سرپرست می باشد.
  - ۳- واحدها ، مراکز و استانها طبق بخشنامه شماره ۲۹/۶۵۹۱۲ مورخ ۹۴/۹/۳ مجاز به تهیه البسه ورزشی ( عمومی و اختصاصی) می باشند.
  - ۴- بازی در نیمه زمین (در ابعاد ۱۵\*۱۱) و با یک حلقه انجام می شود. زمین باید دارای شکل معمولی بسکتبال باشد که شامل خط پرتاب پنالتی با فاصله ۵/۸۰ متر و خط دو امتیازی با فاصله ۶/۷۵ متر از حلقه باشد و نیم دایره (no-charge area) در زیر حلقه می باشد.
  - ۵- داوران بازی متشکل از یک داور در داخل زمین و دو داور میز بعنوان منشی و وقت نگهدار می باشند.
- توجه: برگزار کنندگان می توانند از دو داور زمین هم استفاده نمایند.



۶- امتیاز دهی :

۶-۱- هر شوت داخل نیم دایره ۶/۷۵ دارای یک امتیاز خواهد بود.

۶-۲- هر شوت از پشت خط نیم دایره دارای دو امتیاز خواهد بود.

۶-۳- هر گل موفق در پرتابهای آزاد یک امتیاز خواهد داشت.

۷- زمان بازی / برنده بازی:

۷-۱- زمان قانونی بازی شامل موارد زیر خواهد بود :

یک زمان ۱۰ دقیقه ای که ساعت در زمان مرده شدن توپ ، متوقف می شود که شامل پرتاب های پنالتی نیز می باشد و زمانیکه توپ توسط مهاجم در اختیار گرفته شود ، شروع بکار می کند.

۷-۲- هر تیمی که ۲۱ امتیاز بدست آورد ، برنده بازی است حتی اگر زمان تمام نشده باشد. این فقط شامل زمان معمولی بازی است نه وقت اضافی.

۷-۳- اگر تا آخر زمان قانونی امتیاز دو تیم مساوی شود، بازی در وقت اضافی دنبال خواهد شد. یک دقیقه استراحت بین وقت اضافی و زمان بازی در نظر گرفته خواهد شد. اولین تیمی که در وقت اضافی دو امتیاز بدست آورد، برنده بازی خواهد شد.

۷-۴- تیم باخت فنی خواهد گرفت در صورتیکه در زمان شروع بازی حاضر نشده یا تعداد نفرات تیم به ۳ نفر نرسد.

۸- خطاها/پرتاب پنالتی :

۸-۱- خطاهای تیمی ۷ خطا خواهد بود.

۸-۲- اگر بازیکنی مرتکب ۴ خطا شود باید زمین بازی را ترک نماید.

۸-۳- اگر خطا بر روی بازیکن در حال شوت در داخل نیم دایره صورت گیرد ، یک پرتاب آزاد به او تعلق خواهد گرفت.

۸-۴- اگر خطا بر روی بازیکن در حال شوت در بیرون از نیم دایره صورت گیرد ، دو پرتاب آزاد به او تعلق خواهد گرفت.

۸-۵- اگر خطا بر روی بازیکن در حال شوت که پرتاب آن به ثمر برسد صورت گیرد ، یک پرتاب آزاد اضافی به او تعلق خواهد گرفت.

۸-۶- اگر خطا بر روی بازیکنی که در حال شوت نباشد صورت گیرد و محدودیت خطای تیمی آنان به ۷ رسیده باشد ، یک پرتاب آزاد به او تعلق خواهد گرفت.



۹- از حرکت بازداشتن

۹-۱- از حرکت بازداشتن یا امتناع از فعالیت بوسیله عدم اقدام به کسب امتیاز تخلف محسوب می شود.

۱۰- چگونه با توپ بازی می شود:

۱۰-۱- بدنبال گل شدن توپ در حین بازی یا آخرین پرتاب پنالتی :

بازیکن از تیمی که گل خورده، با دریبل کردن یا پاس دادن توپ در داخل زمین مستقیماً زیر حلقه (نه در پشت خط انتهایی) توپ را به پشت خط نیم دایره برساند.

تیم مدافع مجاز نیست در داخل نیم دایره **no-charge** با توپ بازی کند.

۱۰-۲- بدنبال هر توپ گل نشده در حین بازی یا پرتاب پنالتی :

اگر بازیکن مهاجم ریباند کرد می تواند بدون آنکه پشت نیم دایره برود اقدام به شوت نماید.

اگر بازیکن مدافع ریباند کرد باید توپ را به پشت خط نیم دایره برساند.

۱۰-۳- در مورد توپ دزدی یا توپ از دست رفته:

اگر در داخل نیم دایره اتفاق افتاد ، باید توپ را به پشت خط نیم دایره با پاس یا دریبل برسانند.

۱۰-۴- مالکیت توپ برای هر تیم در ادامه مرده شدن توپ بجز گل شدن با پاس دادن توپ بین مدافع و مهاجم در پشت خط نیم دایره آغاز می شود.

۱۰-۵- در مورد وضعیت جمبال توپ به بازیکن مدافع داده می شود.

۱۱- تعویض برای هر تیم در زمان مرده شدن توپ قابل اجرا خواهد بود.

۱۲- تایم استراحت: یک زمان ۳۰ ثانیه ای به هر تیم برای استراحت داده می شود. بازیکن می تواند در زمان مرده شدن توپ درخواست تایم استراحت نماید.

۱۳- کلیه مسابقات ۳\*۳ با توپ شماره ۶ (سایز ۶) برگزار می گردد.



### قوانین و مقررات مسابقات فوتبال گل کوچک

- ۱- هر تیم شامل چهار نفر ورزشکار (۳ نفر بازیکن اصلی و ۱ نفر بازیکن ذخیره) و یک نفر مربی یا سرپرست می باشد. در این نوع از مسابقات دروازه بان وجود ندارد و هر یک از سه بازیکن در جریان بازی می توانند در درون دروازه قرار گیرند.
- ۲- واحدها، مراکز و استانها طبق بخشنامه شماره ۲۹/۶۵۹۱۲ مورخ ۹۴/۹/۳ مجاز به تهیه البسه ورزشی (عمومی و اختصاصی) می باشند.
- ۳- مشخصات زمین بازی، اندازه و ابعاد آن:  
زمین بازی می بایست به صورت مستطیل و با اندازه و ابعاد  $۱۰ * ۲۰$  متر طراحی شده باشد.  
طول = ۲۰ متر، عرض = ۱۰ متر، ۴ متر محوطه جریمه  
زمین بازی با یک خط فرضی به دو نیمه برابر با متر ۱۰ متر تقسیم و هر نیمه نیز دارای یک خط فرضی دیگر برای مشخص ساختن محوطه جریمه با فاصله چهارمتری از خط دروازه می باشد.  
دروازه ها:  
دروازه ها می بایست در وسط خط عرضی زمین مسابقه نصب و دو تیرک دروازه نیز به فاصله یکسانی از نقطه کرنر قرار گرفته و به یک تیرک افقی متصل می گردند. فاصله دو تیرک عمودی می بایست یک متر و نیم و فاصله تیرک افقی تا سطح زمین یک متر می باشد.
- ۴- مشخصات توپ:  
مشخصات و اندازه: محیط توپ نباید کمتر از ۶۲ سانتیمتر و بیشتر از ۶۴ سانتیمتر باشد. وزن توپ در شروع بازی نباید کمتر از ۴۰۰ گرم و بیشتر از ۴۴۰ گرم بوده و فشار توپ نیز باید بین ۰/۴ تا ۰/۶ اتمسفر در سطح دریا باشد.
- ۵- امنیت: استفاده از وسایل غیر ضروری و همچنین استفاده از هرگونه زیورآلات که زمینه بروز آسیب دیدگی بازیکنان را فراهم نماید، ممنوع می باشد.  
تجهیزات اولیه: تجهیزات اولیه که برای بازیکنان الزامی است باید موارد زیر را در بر داشته باشد.  
\_ پیراهن و شورت ورزشی (اگر از کشاله بند در زیر شورت استفاده می شود باید همرنگ باشد)  
\_ پوشیدن کفش الزامی می باشد، و می توان از مجبندهای کشدار برای روی قوزک پا و پا استفاده کرد.  
\_ پیراهن های هر تیم باید متحدالشکل و همرنگ باشند، درج شماره های خوانا در پشت پیراهن ضروری است.



سازمان مرکزی

۶- مدت مسابقه دو زمان ۱۵ دقیقه ای فعال بوده و احتساب آن به عهده وقت نگهدار است.

تبصره ۱: زمان استراحت بین دو نیمه ، سه دقیقه تعیین و اعلام می گردد.

تایم اوت : تیمها می توانند در هر نیمه یک تایم اوت یک دقیقه ای درخواست نمایند که در این صورت باید مراتب به وقت نگهدار اطلاع داده شود . بعد از اتمام وقت قانونی در کلیه مسابقات ، ضربات پنالتی (نوع دوم) تعیین کننده تیم برتر میدان بوده و وقت اضافی در نظر گرفته نخواهد شد. (ابتدا سه ضربه و در صورت برابر شدن یک به یک ضربه زده شده تا زمانی که تیم برنده مشخص شود)

۷- انواع ضربات پنالتی

الف ) ضربه پنالتی نوع اول

ب ) ضربه پنالتی نوع دوم

– **ضربه پنالتی نوع اول:** در این نوع، انفر از بازیکنان تیم خاطی به صورت ثابت و بدون حرکت در درون دروازه قرار می گیرد .

موارد زیر اعلام کننده داور برای زدن ضربه پنالتی نوع اول می باشد.

• برخورد توپ با دست در محوطه جریمه یعنی فاصله ۴ متری از خط دروازه

• خطا در محوطه فنی و جریمه ۴ متر. (خطاهای نه گانه)

• جابجا کردن دروازه به گونه ای که مانع رفتن توپ به دروازه شود. (عمداً و سهواً)

محل ضربه زدن : فاصله چهارمتری از خط دروازه و در نقطه فرضی که با پرچم در کنار زمین نصب شده است.

– **ضربه پنالتی نوع دوم:** در این نوع ، بازیکن زنده ضربه از نقطه فرضی وسط زمین توپ را (بدون حضور بازیکنی در درون دروازه ) به سمت دروازه شوت می نماید .

موارد زیر اعلام کننده داور برای زدن ضربه پنالتی نوع دوم می باشد.

– در صورتی که وقت قانونی مسابقه تمام شده و برنده معلوم نباشد

– در صورتی که تعداد خطاهای هریک از تیمها در وقت بازی بیش از ۵ خطا از سوی داور اعلام شود.

محل ضربه زدن : نقطه وسط خط فرضی مرکز زمین که با علامت مشخص شده است

((این بخشنامه در تاریخ ۹۵/۲/۱۴ به تصویب ریاست محترم دانشگاه آزاد اسلامی رسیده است))

محمد دادگان  
معاون ورزشی دانشگاه