

بسمه تعالی

مقدمه

افزایش کارائی و اثر بخشی منابع انسانی سازمان‌ها امری است که نیازمند برخورداری آنان از سلامت جسمانی و روانی می‌باشد. از آنجائیکه که اغلب کارکنان ساعات زیادی از وقت خود را در محیط کار صرف می‌کنند، فعالیت‌های جسمانی و ورزشی بخش عمده‌ای از یک زندگی فعال و سالم است که می‌بایست برای آن برنامه ریزی نمود. یکی از راه‌های توسعه فرهنگ ورزش در بین کارکنان، برگزاری برنامه‌های مختلف ورزشی می‌باشد. مسابقات ورزشی از جمله برنامه‌هایی است که باعث افزایش انگیزه برای شرکت در ورزش و کسب سلامتی می‌شود. با توجه به اینکه سلامتی کارکنان می‌تواند علاوه بر فواید فردی، فواید اجتماعی داشته و باعث بهره‌وری نظام اداری گردد، لذا اداره تربیت بدنی کارکنان زیر نظر مدیریت امور پشتیبانی و رفاهی دانشگاه در نظر دارد به منظور نهادینه کردن ورزش در این قشر مهم مسابقاتی به مناسبت هفته دولت، روز پزشک و داروساز برگزار نماید.

به همین منظور آیین‌نامه مسابقات تدوین شده است که شایسته است با بهره‌گیری از آن، مسابقات به طرز مطلوبی برگزار گردد.

ماده ۱: اهداف برگزاری

- * عمل به منویات مقام معظم رهبری مبنی بر انجام ورزش‌های قهرمانی و همگانی
- * تقویت روحیه ی خود باوری ، نشاط و شادابی در بین همکاران
- * افزایش توانمندی و آمادگی جسمانی همکاران
- * توسعه‌ی ورزش و علاقمندی به انجام فعالیت‌های ورزشی از طریق برنامه‌های توسعه‌ای در میان کارکنان شاغل در وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی در سراسر کشور
- * ایجاد فضای رقابتی سالم بر مبنای قوانین و مقررات موضوعه در رشته‌های ورزشی مصوب وزارت بهداشت

ماده ۲: رشته‌های ورزشی

– شنا

– بدمینتون

– آمادگی جسمانی

ماده ۳: قوانین و مقررات عمومی

- ۱- مسئولیت برگزاری مسابقات بر عهده‌ی اداره تربیت بدنی کارکنان دانشگاه علوم پزشکی تبریز می باشد.
- ۲- نمایندگان تیم‌های مراکز موظفند در جلسات موردی که از سوی اداره تربیت بدنی تشکیل می‌شود حضور داشته و حداکثر تلاش خود در راستای بهبود فرایند اجرای مسابقات را مد نظر داشته باشند.
- ۳- کلیه نمایندگان ورزشی موظف می‌باشند با کنترل سلامت جسمانی ورزشکاران تیم های خود، از نظر مصرف مواد نیروزا و ممنوعه و مضر اطمینان حاصل نمایند. بدیهی است در صورت مشاهده و یا هر گونه اتفاق و خطرات جسمانی ناشی از عدم کنترل سلامت و عدم اطمینان از مصرف مواد ممنوعه برای ورزشکاران مسئولیت آن بر عهده مسئولین و سرپرستان تیم های شرکت کننده می‌باشد.
- ۴- شرکت کارکنان که مسابقه حضور در لیگ و یا تیم ملی را داشته اند بلامانع است.
- ۵- کلیه ورزشکاران شرکت کننده در مسابقات ورزشی ملزم به استفاده از لباس مناسب و استاندارد ورزشی می باشند.
- ۶- داشتن کارت بیمه ورزشی معتبر برای ورزشکاران الزامی می باشد.
- ۷- مسابقات بر اساس آخرین قوانین و مقررات مربوط به فدراسیون / انجمن همان رشته ورزشی و تفاهم انجام شده در جلسه قرعه کشی و هماهنگی برگزار خواهد شد.

ماده ۴: قوانین انضباطی و اخلاقی

- کلیه مسابقات ورزشی مبتنی بر روحیه پهلوانی و رفتار جوانمردانه در فضای ورزشی برگزار خواهد شد.
- احترام به روح قانون و حفظ حرمت کادر اجرایی، فنی و داوران مسابقات جزء اصول پذیرفته شده همه رقابتهای ورزشی در نظر گرفته می شود.
- بازیکنان موظف هستند رفتار و بازی جوانمردانه را رعایت نمایند.
- حفظ حرمت پیشکسوتان و رعایت ضوابط فنی و اخلاقی مسابقات بعنوان اهداف فرهنگی این مسابقات در نظر گرفته شده که از همه شرکت کننده‌ها در این مورد تقاضای همکاری می نماید.
- کمیته فنی و انضباطی مسابقات می‌تواند به جهت رعایت نکردن شئونات برگزاری مسابقات توسط بازیکنان از حضور ایشان در ادامه مسابقات جلوگیری بعمل آورد.

ماده ۵: نحوه برگزاری مسابقات

مسابقات طبق برنامه ارائه شده برگزار می گردد. (عدم حضور بازیکن در محل مسابقات در زمان تعیین شده به منزله انصراف از مسابقه می باشد).

نمایندگان ورزشی و بازیکنان موظفند نیم ساعت قبل از شروع مسابقات در محل برگزاری حضور داشته باشند.

ماده ۶: موارد پیش بینی نشده را کمیته فنی مسابقات حل و فصل می نماید.

ماده ۷: اعتراضات

اعتراضات باید به صورت کتبی و بلافاصله پس از اعلان نتیجه مسابقه و در زمان تعیین شده برابر قوانین همان رشته ، توسط سرپرست تیم به انضمام مبلغ ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال به کمیته فنی مسابقات تسلیم شود. در صورت وارد بودن اعتراض وجه دریافتی مسترد خواهد شد.

تبصره : در مسابقاتی انفرادی که بصورت متوالی برگزار می شود اعتراض می بایست بلافاصله پس از پایان بازی انجام شود.

ماده ۸: تعریف کارکنان و اعضای هیات علمی

تمامی همکاران شاغل دارای حکم کارگزینی مهور به مهر دانشگاه علوم پزشکی تبریز

تبصره ۱: نیروهای شرکتی طرف قرارداد با دانشگاه در صورت داشتن حکم کارگزینی مهور به شرکت طرف قرارداد، مجاز به شرکت در مسابقات می باشند.

تبصره ۲: همکاران بازنشسته دانشگاه مجاز به شرکت در مسابقات می باشند.

قوانین و مقررات رشته های ورزشی

۱- رشته آمادگی جسمانی

الف) خواهران

ایستگاه اول: انجام حرکت دراز نشست با توپ پیلاتس (۱۵ تکرار)

ایستگاه دوم: عبور از روی مانعی به ارتفاع ۴۰ سانتی متر که با فاصله ۳ متر از یکدیگر قرار داده شده است.

ایستگاه سوم: جابجائی ۳ عدد وزنه ۲ کیلوئی (در هر بار جابجائی، یک وزنه را در محل تعیین شده قرار گیرد)

ایستگاه چهارم: عبور از زیر مانع به ارتفاع ۱ متر

ایستگاه پنجم: آزمون چابکی T

ایستگاه ششم: دویدن یک دور کامل به دور زمین و اتمام کار ورزشکار

(رده‌های سنی برگزاری مسابقات منوط به تعداد و سن شرکت کننده ها در روز مسابقه توسط کمیته فنی تعیین خواهد شد)

ب) برادران

ایستگاه اول: انجام حرکت دراز نشست با توپ مدیسنبال (۱۷ تکرار)

ایستگاه دوم: آزمون چابکی T

ایستگاه سوم: طناب زدن ۵۰ تکرار جفت پا

ایستگاه چهارم: عبور از روی چوب موازنه به ارتفاع ۳۰ سانتی متر، عرض ۱۰ سانتی متر و طول ۵ متر (در صورت صلاحدید کمیته فنی برگزار خواهد شد)

ایستگاه پنجم: پرش از روی مانع به ارتفاع ۸۰ سانتی متر و عبور از زیر مانع به ارتفاع ۸۰ سانتی متر

(تعداد مانع ۵)

ایستگاه ششم: پرتاب توپ مدیسنبال از جلوی سینه (حداقل ۶ متر)

ایستگاه هفتم: حرکت شنای سوئدی ۱۲ تکرار

ایستگاه هشتم: پرش جفت زیگزاگ به طرفین ۱۶ تکرار (ارتفاع ۱۰ سانتی متر، عرض ۲۰ سانتی متر و طول ۵۰ سانتی متر)

ایستگاه نهم: دویدن استقامت دور زمین پارکور به تعداد ۳ دور

(رده‌های سنی برگزاری مسابقات منوط به تعداد و سن شرکت کننده ها در روز مسابقه توسط کمیته فنی تعیین خواهد شد)

۲- رشته شنا

۱- هر ورزشکار فقط می تواند در یک ماده شرکت کند.

۲- مسابقات به صورت یک طول برگزار خواهد شد.

۳- مسابقات بر اساس قوانین فدراسیون شنا برگزار می شود.

(رده‌های سنی برگزاری مسابقات منوط به تعداد و سن شرکت کننده ها در روز مسابقه توسط کمیته فنی تعیین خواهد شد)

۳- رشته بدمینتون

۱ - مسابقات بر اساس قوانین و مقررات فدراسیون بدمینتون برگزار خواهد شد.

۲- مسابقات به صورت جدول دو حذفی برگزار می گردد.

۳- مسابقات به صورت انفرادی انجام خواهد شد.

۴ - مسابقات با توپ پلاستیکی برگزار خواهد شد.

۵-آوردن راکت بدمینتون برای بازیکنان الزامی می باشد

۶-بازی ها به صورت ۲ از ۳ برگزار خواهد شد.

اداره تربیت بدنی کارکنان و اساتید دانشگاه علوم پزشکی تبریز