



قو علی خدمتک جوارحی

امام علی (ع)



## دستور العمل

### برگزاری مسابقات ورزش های قهرمانی

### رشته کاراته

دانشجو معلمان پسر و دختر دانشگاه فرهنگیان سراسر کشور

منیربان: استان خوزستان

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.

**مسابقه کاراته در سطح کشور و بین دانشجو معلمان شاغل به تحصیل در دانشگاه فرهنگیان در بخش دختران و پسران در رشته کاتا (انفرادی) و دو رده کمربندی زیر قهوه‌ای و قهوه ای – مشکی برگزار خواهد شد.**

### **اسامی کاتاهای زیر قهوه ای بخش دختران:**

- اسامی کاتاهای زیر قهوه‌ای برای سبک شوتوکان: هیان نیدان، هیان شودان، هیان ساندان، هیان یوندان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شیتوریو: پینان شودان، پینان نیدان، پینان ساندان، پینان یوندان، پینان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک وادوریو: تایکیوکو، گکی سای دای، سایفا، سی ان چین
- اسامی کاتا های زیر قهوه‌ای برای سبک گوجوریو: تایکیوکوهای پنجگانه، گیک سای های یک و دو

### **اسامی کاتاهای زیر قهوه ای بخش پسران:**

- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شوتوکان: هیان شودان، هیان نیدان، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک شیتوریو: هیان شودان، هیان نیدان، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک وادوریو: هیان شودان، هیان نیدان، هیان سان دان، هیان یون دان، هیان گودان
- اسامی کاتاهای زیر قهوه ای برای سبک گوجوریو: تایکیوکو(جوان، چودان، گدان)، گه گسای دای(ایچی، نی)

### **مقررات فنی رشته کاراته:**

۱. مسابقات بر اساس قوانین و مقررات فدراسیون جهانی کاراته (WKF) به صورت مجازی برگزار می شود.
۲. مسابقات در رشته کاتا (انفرادی) و دو رده کمربندی زیر قهوه‌ای و قهوه ای – مشکی برگزار خواهد شد.
۳. فقط سبک های کنترلی مجاز به شرکت در این مسابقات می باشند.
۴. در رده قهوه ای – مشکی کاتا بدون تکرار باید انجام شود.
۵. در رده زیر قهوه ای ۵ دور کاتا بدون تکرار و بعد از آن، هر کاتا یک بار تکرار، مجاز است.
۶. ورزشکاران جهت اخذ نمره کامل کاتا ملزم به رعایت تمامی قوانین و مقررات عمومی و فنی مسابقه هستند.
۷. ورزشکاران ملزم به داشتن کارت بیمه ورزشی و حکم کمر بند کاراته جهت بارگذاری در سامانه استان میزبان می باشند.
۸. شروع فیلم قبل از اجرای کاتا و ادای احترام، باید همراه با معرفی ورزشکار (نام و نام خانوادگی، نام استان، نام پردیس یا واحد آموزشی، ساعت و تاریخ اجرا) باشد.
۹. اجرای کاتا با لباس رسمی کاراته و رعایت حجاب برای بانوان الزامی است.
۱۰. اجرای کاتا طبق قوانین با [ری] شروع شود و با [ری] به پایان برسد.
۱۱. به لحاظ رعایت نکات ایمنی در حین اجرای کاتا، ضروری است نسبت به حذف وسایل اضافی اقدام لازم به عمل آید.
۱۲. عدم استفاده از عینک، کفش و جوراب در حین اجرای کاتا.
۱۳. هر ورزشکار مجاز به بارگذاری یک فیلم به مدت حداکثر ۴ دقیقه و با حجم کمتر از ۲۰ مگابایت در سامانه استان میزبان می باشد.
۱۴. فیلم برداری به صورت افقی و ثابت با تلفن همراه/دوربین و از روبرو انجام شود؛ به نحوی که تمام بدن در حین اجرای تکنیک ها واضح و قابل تشخیص برای داوران باشد.
۱۵. هرگونه تغییر در فیلم نظیر تدوین و مونتاژ باعث حذف ورزشکار از مسابقات خواهد شد.

۱۶. از نظر صوتی صرفاً صدای ورزشکار به دور از سایر اصوات محیطی و... در فیلم شنیده شود.
۱۷. بارگذاری فیلم فقط طبق شرایط خواسته شده و با رعایت تمام نکات ذکر شده بررسی خواهد شد.

### 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 ۰۹۱۶۶۷۳۰۰۷۹/۱۷۰۹۵/۵۰۰۰/د مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۲۲ قابل پرداخت خواهد بود.

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

جهت پاسخگویی به سوالات احتمالی، کارشناسان محترم پردیس ها و واحدهای آموزشی تابعه شرکت کننده می توانند در بخش آقایان با جناب آقای نیسی با شماره ۰۹۱۶۶۱۳۸۷۲۶ یا آقای بیگدلی و با شماره ۰۹۱۶۶۷۳۰۰۷۹ و در بخش بانوان با سرکار خانم نجفی با شماره ۰۹۱۶۳۰۳۹۷۳۴ تماس حاصل نمایند.

آدرس سامانه استان میزبان جهت بارگذاری فیلم و مدارک مربوطه: [khozestan.te.cfu.ac.ir](http://khozestan.te.cfu.ac.ir)

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