



مقررات فنی المپیاد ورزشی دهه مبارک فجر ۱۴۰۲
کارکنان و اعضای محترم هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت توسعه مدیریت و منابع

فوتسال (آقایان)

۱. مسابقات بر اساس قوانین رسمی فدراسیون فوتبال و تغییرات داخلی که در جلسه قرعه کشی تعیین می شود برگزار می گردد.
۲. تعداد اعضای تیم (۵ بازیکن اصلی، ۷ ذخیره، ۱ سرپرست، ۱ مربی) جمعا ۱۴ نفر خواهد بود.
۳. مسابقات در دو وقت ۱۵ دقیقه ای رونده و ۵ دقیقه استراحت بین دو نیمه برگزار می شود.
۴. تعداد تعویض ها نامحدود و به شکل پروازی میباشد.

والیبال (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات بصورت تیمی و هر تیم شامل ۶ بازیکن اصلی و ۶ بازیکن ذخیره ۱ مربی ۱ سرپرست جمعا ۱۴ نفر می باشند.
۲. نحوه برگزاری بازی ها در داخل زمین ۶ نفره می باشد. سرویس طبق قانون چرخش انجام می شود.
۳. مسابقات به صورت ۲ ست از ۳ ست برگزار می گردد. ست سوم نتیجه ۱۵ امتیاز می باشد.

طناب کشی (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات به صورت تیمی و هر تیم شامل ۸ بازیکن اصلی، ۲ ذخیره، ۱ مربی ۱ سرپرست، جمعا ۱۲ نفر می باشد.
۲. جمع اوزان مسابقه دهندگان برای بانوان ۵۶۰ کیلوگرم و برای آقایان ۷۲۰ کیلوگرم می باشد.
۳. در هنگام تعویض، وزن نفر ذخیره با تعویض شونده می بایست مساوی یا کمتر باشد.
۴. هر مسابقه شامل سه کشش و برای هر کشش یک استراحت ۳ دقیقه ای تعیین شده است.
۵. برنده مسابقه تیمی می باشد که از ۳ کشش در ۲ کشش پیروز باشد.

داژبال (بانوان)

۱. مسابقات بر اساس قوانین داژبال و تغییرات داخلی که در جلسه قرعه کشی تعیین می شود برگزار میگردد.
۲. مسابقات داژبال (استایل وسطی) بین دو تیم، تحت عنوان تیم کنار و تیم وسط برگزار می گردد.
۳. هر تیم دارای ۴ بازیکن اصلی و ۲ بازیکن ذخیره فعال و جمعا ۶ بازیکن می باشد.
۴. مدت مسابقه: دو نیمه ۵ دقیقه ای با ۲ دقیقه استراحت در بین دو نیمه می باشد.

تیراندازی (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات طبق مقررات فدراسیون تیراندازی برگزار می گردد.
۲. تعداد نفرات شرکت کننده از هر مرکز آزاد می باشد.
۳. مسابقات در دو رشته تفنگ بادی و تپانچه بصورت انفرادی برگزار می گردد.



مقررات فنی المپیاد ورزشی دهه مبارک فجر ۱۴۰۲
کارکنان و اعضای محترم هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت توسعه مدیریت و منابع

فوتبال دستی (آقایان)

۱. مسابقات بصورت انفرادی برگزار می گردد.
۲. تعداد نفرات شرکت کننده از هر مرکز آزاد می باشد .
۳. بازی در دو وقت ۵ دقیقه ای با ۲ دقیقه استراحت برگزار خواهد شد. (در صورتیکه قبل از اتمام زمان ۵ دقیقه ای بازیکنی ۱۰ گل بزند وقت بازی پایان می یابد)
۴. برد بازی با تعداد گل زده شده در دو وقت ۵ دقیقه ای محاسبه میگردد.
۵. چرخاندن ۳۶۰ درجه ادمک ها ممنوع میباشد.
۶. دست بردن به داخل زمین به هر دلیلی بدون هماهنگی داور ممنوع و پنالتی میباشد.

دارت (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات براساس قوانین و مقررات رسمی انجمن دارت برگزار میشود.
۲. تعداد نفرات شرکت کننده از هر مرکز آزاد می باشد .
۳. مسابقات بصورت انفرادی برگزار خواهد شد .
۴. مسابقات بصورت تک حذفی و فیکس ۵۰۱ در یک لگ برگزار می شود .
۵. جهت شروع مسابقه هر بازیکن یک پرتاب انجام میدهد. پرتاب نزدیک به مرکز تخته شروع کننده بازی می باشد (Middle)
۶. اعتراض در مورد امتیاز کسب شده یا اعلام شده، قبل از جدا کردن دارت ها ، مورد بررسی یا تایید قرار می گیرد.
۷. امتیاز هر دارت بنا به قسمت امتیازی که روی تخته دارت با میله هایی از هم جدا شده اند و دارت پرتاب شده به آن قسمت برخورد کرده محاسبه خواهد شد .
۱۰. امتیاز دارتی که قبل از شمارش داور از تخته جدا شود مورد محاسبه قرار نخواهد گرفت .
۱۱. در مرحله نیمه نهایی و فینال رقابت به صورت ۲ لگ از ۳ لگ و دبل به اتمام میرسد.

شنا (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات بر اساس قوانین رسمی فدراسیون شنا برگزار می گردد.
۲. مواد و رده سنی مسابقات با توجه به حضور و اعلام آمادگی شرکت کنندگان در مسابقه تعیین می گردد.
۳. همراه داشتن تجهیزات شنا به عهده شرکت کننده می باشد .



مقررات فنی المپیاد ورزشی دهه مبارک فجر ۱۴۰۲
کارکنان و اعضای محترم هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت توسعه مدیریت و منابع

تنیس روی میز (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات بر اساس قوانین رسمی فدراسیون تنیس روی میز برگزار می گردد.
۲. مسابقات به صورت انفرادی برگزار می گردد.
۳. بازیکنان از لباس و کفش ورزشی مناسب در زمان مسابقات استفاده نمایند.
۴. مسابقات با توپ استاندارد برگزار می گردد.
۵. ورزشکاران از پوشیدن لباس سفید در زمان مسابقه خودداری نمایند.
۶. راکت بازیکنان با رویه سیاه و یک رویه قرمز و هر بازیکنان در زمان مسابقه از راکت شخصی استفاده نماید.

شطرنج (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات بر اساس قوانین و مقررات رسمی انجمن شطرنج برگزار میشود.
۲. تعداد نفرات شرکت کننده از هر مرکز آزاد می باشد.
۳. مسابقات بصورت انفرادی برگزار خواهد شد.
۴. زمان برگزاری هر مسابقه (برای هر نفر ۲۰ دقیقه) و ۱۰ ثانیه وقت اضافه برای هر حرکت از اولین حرکت بازی می باشد.

آمادگی جسمانی (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات طبق قوانین انجمن آمادگی جسمانی برگزار می گردد.
۲. تعداد شرکت کنندگان از هر مرکز آزاد می باشد.
۳. مسابقات به صورت ایستگاهی و با توجه به محاسبه زمان برگزار می گردد.
۴. مسابقات به صورت انفرادی برگزار می گردد.
۵. مسابقات در رده های سنی تا ۳۴ سال - ۳۴ تا ۴۵ سال - بالای ۴۵ سال
۶. انجام دادن تمامی ایستگاه ها الزامی می باشد.



مقررات فنی المپیاد ورزشی دهه مبارک فجر ۱۴۰۲
کارکنان و اعضای محترم هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران
معاونت توسعه مدیریت و منابع

راهنمای پارکور مسابقات آمادگی جسمانی آقایان و بانوان

ایستگاه اول: دویدن زیگزاگ

ایستگاه دوم: پریدن از روی مانع (استپ) و سپس حالت شنا ۵ بار

ایستگاه سوم: پریدن زیگزاگ روی حلقه ها

ایستگاه چهارم: پرتاب توپ مدیسن بال (۵ کیلویی) ۵ بار

ایستگاه پنجم: دوی ۹*۴ متر

ایستگاه ششم: شنا دست ۱۵ بار (حداقل ۸ بار).

ایستگاه هفتم: اسکات پرشی ۱۰ بار

ایستگاه هشتم: دوی استقامت ۲ دور

تذکر: در صورت انجام خطا، برای هر خطا یک ثانیه به زمان نهایی کسب شده اضافه میگردد.

بدمینتون (آقایان و بانوان)

۱. مسابقات براساس قوانین و مقررات فدراسیون بدمینتون و توافقات جلسه هماهنگی برگزار میشود.

۲. مسابقات به صورت دو حذفی برگزار می شود.

۳. مسابقات با توپ پلاستیکی یونکس دور آبی برگزار می شود.

۴. امتیاز گیم های بازی ۲۱ امتیازی می باشد. (در صورت کثرت بازیکن و تصمیم گیری کمیته فنی برگزاری مسابقات بصورت ۱۵ تایی

برگزار می شود)