



**آیین نامه اولین المپیاد ورزشی مجازی**

**دانشجویان شاهد و ایثارگر**

**دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور**

**یادواره شهید احمد رضا احدی**

**رشته پله درجا (ویژه دختران / پسران)**

**MARTYR A.R-AHADI**

زمستان ۱۳۹۹

## قوانین و مقررات عمومی جشنواره ورزش های همگانی مجازی:

- کلیه شرکت کنندگان می بایست در اپلیکیشن واتس آپ (id) حساب کاربری داشته باشند.
  - دانشجویان می بایست به صورت افقی با گوشی تلفن همراه خود از حرکات ورزشی فیلمبرداری نمایند.
  - پوشیدن لباسی ورزشی مناسب با شئونات اسلامی و پوشش اسلامی کامل الزامی است.
- دانشجویان پسر: پوشیدن لباس و کفش ورزشی مناسب الزامی است.
- دانشجویان دختر: پوشیدن شلوار ورزشی / گرمکن ورزشی ورزشی یا پیراهن بلند ورزشی / مقنعه / جوراب و کفش ورزشی الزامی است.
- توجه: در صورتی که پوشش مطابق آنچه ذکر شده نباشد فیلم ارسالی مورد قضاوت قرار نخواهد گرفت.
- توجه: در صورت مساوی شدن امتیاز، بین نفراتی که امتیاز یکسان دارند مسابقه تکرار خواهد شد.
- در صورت بروز هر گونه مشکل خارج از آیین نامه رشته مذکور، کمیته فنی در آن خصوص تصمیم گیری خواهد کرد.
  - فیلمبرداری باید به شکل متوالی انجام پذیرد و هیچ گونه مکث و توقف از ابتدا تا انتهای فیلمبرداری صورت نپذیرد.
  - ضروری است فیلم ها با پسوند MKV ارسال شود.
  - ابتدای شروع فیلمبرداری، دانشجوی شرکت کننده رو به دوربین به این شکل خود را معرفی می نماید:  
" با سلام، ..... هستم دانشجوی علوم پزشکی دانشگاه ..... از استان..... در مسابقه .....  
دانشجویان شاهد و ایثارگر علوم پزشکی کشور که به صورت مجازی برگزار می گردد، شرکت می کنم"  
سپس اولین حرکت را شروع می کند.
  - فیلم های شرکت کنندگان و مقام آوران به هیچ وجه در گروه های مجازی به صورت عمومی به اشتراک گذاشته نخواهد شد و با در نظر گرفتن پروتکل های از پیش تعیین شده جهت قضاوت، صرفا در اختیار کادر داوری قرار خواهد گرفت.

## دستور العمل:

- در رشته پله درجا (کل بدن آزمون دهنده در کادر دوربین باشد) و وضوح تصاویر در حد مناسب و قابل تشخیص توسط مسئولین فنی مسابقه باشد.
- هر دانشجو ابتدا باید ارتفاع پله را اندازه گرفته و با دوربین یا تلفن همراه خود نشان دهد.
- تصویر کل بدن ورزشکار و نحوه اجرای مهارت به خوبی دیده شود.
- با شروع اولین حرکت پا، زمان محاسبه خواهد شد.
- پسران: جفت پا در یک دقیقه (تعداد=رکورد)
- دختران: گام برداری در یک دقیقه (تعداد=رکورد)
- ارتفاع پله حداقل 20 سانتی متر باشد.