



**آیین نامه عمومی فنی مسابقات والیبال مجازی قهرمانی دانشجویان پسر و دختر دانشگاه های سراسر کشور – تابستان ۱۴۰۰**

**دانشگاه میزبان : تربیت مدرس**

**قوانین و مقررات عمومی:**

- ✓ حضور کلیه شرکت کنندگان تابع قوانین و مقررات آیین نامه عمومی مسابقات قهرمانی دانشجویان می باشد.
  - ✓ رعایت شئونات اسلامی، انضباط ورزشی و احترام به قوانین و مقررات الزامی است.
  - ✓ ارائه تصویر کارت بیمه ورزشی، گواهی سلامت، کارت ملی، کارت دانشجویی معتبر یا گواهی اشتغال به تحصیل عکس دار الزامی است.
  - ✓ دانشگاه ها موظفند مشخصات نفرات شرکت کننده در مسابقات (نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی، رشته تحصیلی، شماره ملی، تاریخ تولد وضعیت تحصیلی (فعال، فارغ التحصیل) بدون هرگونه خدشه با مهر و امضای مدیر تربیت بدنی تا تاریخ مذکور به کمیته برگزاری مسابقات (دانشگاه میزبان) معرفی نمایند.
  - ✓ به نفرات برتر مسابقات حکم قهرمانی و جوایزی اهدا خواهد شد.
- تذکر مهم :کلیه شرکت کنندگان می بایست نسبت به ثبت نام و بارگزاری مدارک فوق از طریق سامانه ستاو ورزش دانشجویی به آدرس <https://setav.ir/user/championleague> اقدام نمایند.

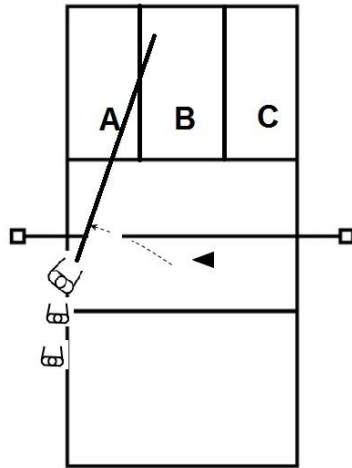
**سایت اداره کل تربیت بدنی سازمان امور دانشجویان : <http://uso.saorg.ir>**

**اداره کل تربیت بدنی سازمان امور دانشجویان**

**تابستان ۱۴۰۰**

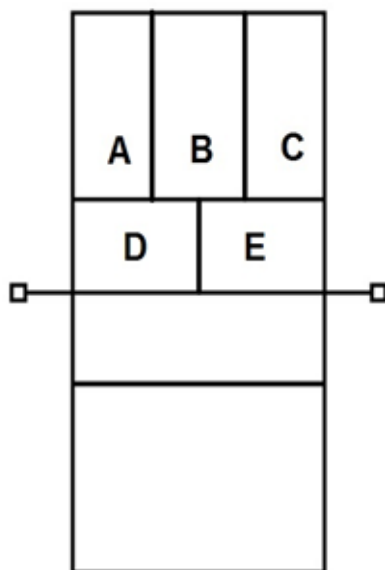
## آزمون آبشار (بخش دختران)

- ۱- شرکت کننده باید ۹ آبشار از منطقه ۴ یا منطقه ۲ به دلخواه بزند .
- ۲- به هریک از مناطق نشان داده شده (A, B, C) باید به ترتیب و بصورت متوالی، ۳ آبشار بزند.
- ۳- هر آبشاری که در منطقه مورد نظر فرود آید، یک امتیاز برای شرکت کننده در پی خواهد داشت.
- ۴- ارتفاع تور ۲۲۴ سانتی متر خواهد بود.



## آزمون سرویس (بخش دختران)

۱. مانند شکل زمین به ۵ قسمت تقسیم می شود (A, B, C, D, E)
۲. شرکت کننده در پشت خط انتهایی قرار می گیرد
۳. به سمت هر منطقه، ۲ سرویس متوالی ارسال می کند.
۴. هر سرویس که در منطقه مورد نظر فرود آمد یک امتیاز در پی دارد.
۵. شرکت کننده نمی تواند محل خود را تغییر دهد و همینطور باید فقط از یک نوع سرویس استفاده نماید  
(یا سرویس از پایین و یا سرویس تنیسی)
۶. ارتفاع تور برای بانوان ۲۲۴ سانتی متر خواهد بود





## آزمون آبخار (پسران)

۱- شرکت کننده بایستی ۹ ( نه ) آبخار از منطقه ۴ و یا منطقه ۲ بزند ( به اختیار فرد و تمامی آبخارها از یک منطقه زده شود )

۲- ارتفاع تور ۲۴۳ سانتی متر می باشد.

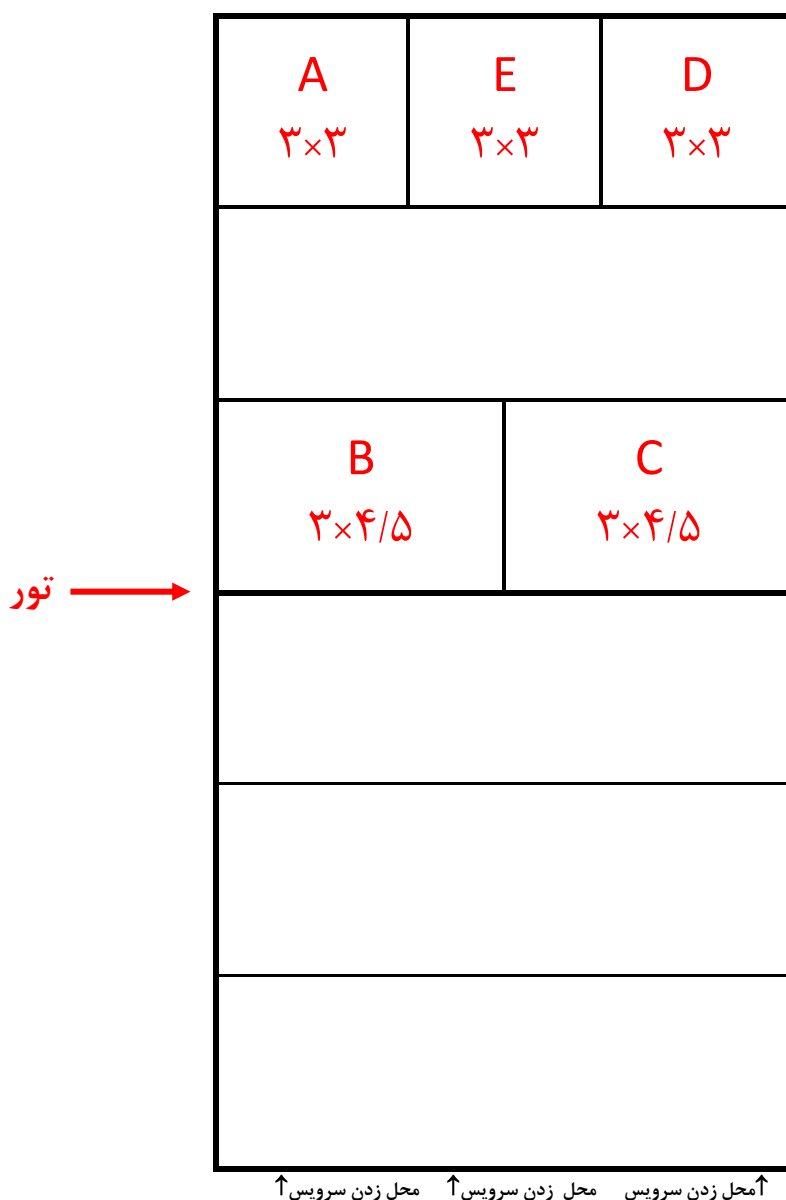
۳- به هر یک از مناطق مشخص شده (A,B,C) باید سه آبخیز متوالی زده شود( به ترتیب سه آبخیز به منطقه A ، سه آبخیز به منطقه B و سه آبخیز به منطقه C)

**نحوه ارزشیابی:** ارزشیابی آزمون با توجه به تعداد فرود آبشار در مناطق مورد نظر، شدت ضربه و تکنیک انجام کار می باشد.

	A	B	C
	$3 \times 3$	$3 \times 3$	$3 \times 3$
تور →	 محل زدن ضربه		 محل زدن ضربه

## آزمون سرویس (پسران)

- ۱- مانند شکل زیر، زمین والیبال به ۵ منطقه (A,B,C,D,E) تقسیم می شود.
  - ۲- شرکت کننده در پشت خط انتهایی (منطقه سرویس) زمین مقابل قرار می گیرد.
  - ۳- ارتفاع تور ۲۴۳ سانتی متر می باشد.
  - ۴- به هر یک از مناطق مشخص شده (A,B,C,D,E) به ترتیب و بصورت متوالی، ۲ سرویس زده می شود ( به ترتیب ۲ سرویس به منطقه A ، دو سرویس به منطقه B، دو سرویس به منطقه C و ....)
  - ۵- تمامی ۱۰ سرویس بایستی از یک نقطه زده شده و همینطور باید از یک نوع سرویس استفاده شود (سرویس از پایین و یا سرویس تنیسی)
- نحوه ارزشیابی:** ارزشیابی آزمون با توجه به تعداد فرود صحیح سرویس ها در مناطق مورد نظر، نوع سرویس و تکنیک انجام کار می باشد.



## آزمون پنجه و ساعد به دیوار ( دختران و پسران)

- ۱- ترسیم یک خط افقی روی دیوار به طول تقریباً سه متر
  - ۲- ارتفاع خط تا سطح زمین به اندازه ارتفاع تور والیبال ( ارتفاع تور برای زنان ۲/۲۴ متر – دو مترو بیست و چهار سانتی متر و برای آقایان ۲۴۳ سانتی متر یا دو مترو چهل و سه سانتی متر)
  - ۳- فاصله آزمون شونده تا دیوار ۳ متر در نظر گرفته شود .
  - ۴- تکنیک پنجه و ساعد به صورت تکرارهای متوالی و متناوب انجام می شود (یک پنجه و یک ساعد)
  - ۵- مدت زمان انجام این تست ۳۰ ثانیه می باشد.
  - ۶- هر تکرار صحیح یک امتیاز دارد .
- خطاها: به خطاهای انجام شده، امتیاز تعلق نمی گیرد.
- ۱- تکرار متوالی یک تکنیک (پنجه یا ساعد)
  - ۲- عبور پای آزمون شونده از خط مبنا
- برخورد توپ پائین تر از خط ( افقی) روی دیوار
- پیشنهاد می شود برای این بخش حتما زاویه گرفتن فیلم به موازات دیوار و با زاویه ۹۰ درجه نسبت به آزمون شونده انجام شود.

**\*\* جهت پاسخگویی به سوالات احتمالی، کارشناسان محترم دانشگاه های شرکت کننده می توانند با سرکار خانم منیژه صادقی (مسئول انجمن) با شماره (۰۹۱۱۱۳۲۰۴۴۰)، جناب آقای دکتر کوروش قهرمان تبریزی (مسئول انجمن) با شماره (۰۹۱۳۳۴۳۹۰۳۰) و آقای حمیدرضا یارقلی دبیر انجمن (۰۹۱۲۶۳۵۱۱۳۰) تماس حاصل نمایند.**

با آرزوی سلامتی و موفقیت

انجمن والیبال – تابستان ۱۴۰۰