

آئین نامه مسابقات مجازی همگانی رشته "والیبال"

(مهارت پنجه و ساعد به دیوار)

ویژه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه ها و مؤسسات آموزش عالی سراسر کشور

مقررات فنی

- (۱) ورزشکاران در منزل یا فضای آزاد یا باشگاه، بدون توقف آیتهم ها را انجام داده و ویدئوی آن را بدون ویرایش با هرگونه نرم افزار و بصورت خام در سامانه ستاو به آدرس <https://setav.ir/stay-home/> در بخش مسابقات مربوطه بارگذاری نمایند.
- (۲) فیلمبرداری باید بصورت ثابت انجام پذیرد بطوریکه تمام صحنه اجرای مسابقه، بدون جابجایی دوربین در طول فیلمبرداری دیده شود.
- (۳) برای صحت سنجی قبل از شروع مسابقه، کرنومتر روشن و تا انتهای مسابقه در جلوی دوربین قرار بگیرد.
- (۴) قبل از شروع حرکات نام، نام خانوادگی، شماره دانشجویی و دانشگاه محل تحصیل بصورت واضح در ویدئو اعلام گردد.

تجهیزات مورد نیاز

- (۱) توپ والیبال
- (۲) متر و نوار چسب (جهت پیش بینی خط افقی به طول ۳ متر)
- (۳) کرنومتر (زمان سنج)
- (۴) دوربین جهت فیلمبرداری

قوانین، شیوه برگزاری مسابقه و امتیاز دهی

- 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 و مردان ۲/۴۳ متر)
- ۳- فاصله آزمون شونده تا دیوار توسط رسم خطی روی زمین، 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 به صورت یک در میان)
- ۵- مدت زمان انجام این آزمون ۳۰ ثانیه می باشد.
- ۶- هر تکرار صحیح یک امتیاز دارد.
- ۷- برخورد توپ به بالای خط افقی ترسیم شده الزامی می باشد (برخورد توپ با خط افقی هم صحیح بوده و امتیاز به آن تعلق می گیرد)

خطاها:

به خطاهای انجام شده که در زیر آمده است امتیاز تعلق نمی گیرد:

الف- عدم رعایت تکرار متوالی و متناوب تکنیک پنجه و یک ساعد به صورت یک در میان

ب- عبور کامل پای آزمون شونده از خط مبنا در روی زمین

ج- برخورد توپ پائین تر از خط افقی روی دیوار

د- انجام خطای پنجه و ساعد در حین اجرای تکنیک ها

- به نفرات اول تا سوم این مسابقات حکم و جایزه اهدا می شود .
- به کلیه شرکت کنندگان گواهی شرکت داده خواهد شد.
- فیلم های ارسالی کمتر از یک دقیقه و بدون ویرایش و ... و با رعایت شئونات اسلامی باشد.
- لینک واتس اپ انجمن والیبال :

- <https://chat.whatsapp.com/HwTtVaa^mjRCP^W^BekzRB>