



وزارت آموزش و پرورش
معاونت تربیت بدنی و سلامت
فدراسیون ورزش دانش آموزی کشور

قوانین و مقررات مسابقات طناب زنی دانش آموزان دختر و پسر سراسر کشور

سال تحصیلی 97-1396

قوانین و مقررات مسابقات طناب زنی دانش آموزان دختر و پسر مدارس کشور

مسابقات رشته طناب زنی به صورت مدرسه قهرمان و در مقطع تحصیلی ابتدایی دختران و پسران برگزار می گردد .

الف) شرایط سنی شرکت کنندگان :

1-مقطع ابتدایی متولدین 84/7/1 الی 87/6/31 (چهارم، پنجم، ششم)

ب) تعداد نفرات شرکت کننده در مقطع ابتدایی 5 نفر ورزشکار ، یک نفر مربی و یک نفر سر پرست مجموعاً 7 نفر می باشد .

تبصره :

ج) تیم های مدرسه قهرمان می توانند حد اکثر از 2 یار کمکی استفاده نمایند .

د) ملاک برگزاری مسابقات طناب زنی رده سنی و دوره تحصیلی می باشد .

ه) تمام بازیکنان می بایست حد اقل در یک ماده شرکت نمایند .

مقررات فنی مسابقات

مواد مسابقات	زمان	تعداد بازیکن	ابعاد زمین
آزاد نمایشی یک نفره (مینی فری استایل)	60-75 ثانیه	2 نفر از هر تیم	10×10
تیمی دانش آموزی	حداکثر 3 دقیقه	4 نفر	10×10
ماده امدادی ترکیبی 3×30	3×30	4 نفر	5×5
طناب بلند امدادی	3 دقیقه	4 نفر	3×5

1- ماده آزاد نمایشی یک نفره (مینی فری استایل):

در این ماده هر ورزشکار در مدت زمان 60 تا 75 ثانیه مطابق با جدول ضمیمه زیر ، با استفاده از انواع مهارت‌های سطوح مختلف ، برنامه نمایشی خلاقانه، جذاب و ابتکاری همراه با موسیقی بی کلام و مناسب به نمایش می گذارد.

امتیاز نهایی هر بازیکن از مجموع امتیازات کسب شده در دو بخش سختی کار (20 درصد مجموع امتیازات) و خلاقیت (80 درصد مجموع امتیازات) با کسر امتیازات منفی محاسبه خواهد شد.

تذکر : اجرای مهارت‌های " ژیمناستیک " و هر حرکتی که احتمال آسیب رسانی به دانش آموزان را داشته باشد در همه مواد

مسابقات ممنوع و فاقد امتیاز می باشد.

کلیات ملاک های امتیاز دهی در ماده آزاد نمایشی یک نفره مطابق با جدول زیر می باشد

سختی کار	استفاد از مهارت های متنوع در سطوح مختلف مانند: مهارت های پایه - مهارت های قدرتی - چند ضربی - پرتابی یا رها کردنی و ترکیب متنوعی از مهارت های مختلف (20 درصد مجموع امتیازات)		
خلاقیت (80 درصد مجموع امتیازات)	نمایش و اجرا	موسیقی	استفاد از موسیقی ، زیبایی، ریتم و ضرب آهنگ مناسب هماهنگی ریتم موزیک با پرش ها و بخش های برنامه
			تغییرات ریتم و اجرای بازیکنان در بخش های مختلف برنامه با تغییر ریتم موسیقی
		حرکت و جابجایی	جابجایی در اجرای برنامه همراه با اجرای مهارت ها در طول زمان به روشی زیبا و خلاق
			فرم بدن و اجرا اجرای مهارت های متنوع برنامه با فرم بدنی زیبا و صحیح
		تأثیرات متقابل	اجرای برنامه بصورت جذاب ، هیجان انگیز و سرگرم کننده
	المانها		3 مالتی پل متفاوت : برای هر مجموعه 4 تایی مالتی پل شامل حرکات دوضربی و بالاتر (دابل آندرها ، تریپل آندرها) 1 امتیاز
			3 مهارت قدرتی متفاوت در طول اجرای برنامه
			4 مجموعه رقص پای ریتمیک و متفاوت : در زنجیره رقص پا یک طناب زن باید حداقل 12 حرکت رقص پا را در یک طناب کوتاه اجرا کند که باید دارای ریتم و سرعت مناسبی باشد
			3 رها کردنی متفاوت (3 امتیاز): یک رها کردنی هنگامی محاسبه میگردد که یک دسته رها شده و یا اطراف بخشی از بدن حرکت کند و دسته طناب در هوا گرفته شود
			3 مهارت پیچیدن - wrap متفاوت (3 امتیاز): رپ موقعی به حساب می آید که طناب دور بدن و یا بخشی از بدن پیچیده شود

خطاها:

خطای اصلی: (2 امتیاز منفی)

- گیر کردن طناب با زمان بیش از 2 ثانیه .

خطای فرعی: (1 امتیاز منفی)

- ورزشکار در کمتر از 2 ثانیه طنابی گیر کرده را باز نماید.

- خطای زمانی: اتمام برنامه زودتر از 60 ثانیه و بیشتر 75 ثانیه .

- خطای مکانی: خروج بازیکن و یا طناب از محوطه زمین مسابقه.

2_ ماده تیمی دانش آموزی

در این ماده هر تیم با استفاده از مهارتهای سطح 1 و سطح 2 طناب زنی در مدت حداکثر 3 دقیقه در محدوده زمین به ابعاد 10×10 همراه با موزیک مناسب ورزشی، برنامه تیمی زیبا و خلاقانه ای با لحاظ کردن موارد زیر اجرا خواهند کرد. هر تیم شامل 4 نفر می باشد

"هدف اساسی از اجرای این برنامه نمایش خلاقانه ای از مهارتهای طناب زنی به روشی جذاب، زیبا با ترکیب موسیقی ریتمیک و شاد می باشد. در این ماده جلب توجه برنامه تیمی و نمایش هنری از مهارتهای متنوع طناب زنی در تکرارهای آزادانه می باشد. اجرای برنامه روتین و پویا همراه با ضرب آهنگ های دلنشین از ملاک های مهم این ماده می باشد"

ملاک های کلی و امتیاز دهی برنامه نمایشی دانش آموزی

ü اجرای برنامه تیمی بصورت هماهنگ و یکدست

ü اجرای مهارت ها در برنامه تیمی بصورت خلاقانه

ü اجرای هنری و زیبای برنامه تیمی

ü اجرای همزمان همه بازیکنان بصورت یکپارچه در غالب یک تیم به روشی که همه افراد، همزمان مهارتهای مختلف را اجرا کنند

ü اجرای برنامه تیمی بصورت ریتمیک همراه با موزیک مناسب ورزشی (موزیک انتخابی باید بی کلام و مجاز باشد)

ü انتخاب موسیقی مناسب و ریتمیک ورزشی که هماهنگی خلاقانه و مناسبی با برنامه تیمی داشته باشد.

- ۱۱ اجرای مهارت ها فقط با طناب کوتاه انجام می گردد و از طناب بلند استفاده نمی شود .
- ۱۲ هماهنگی بخش های برنامه نمایشی با ریتم و ضرب آهنگ موزیک
- ۱۳ تنوع در اجرای انواع مهارتها سطح 1 و سطح 2
- ۱۴ پویایی و جابجایی در حین اجرای برنامه
- ۱۵ عدم وقفه در طول اجرای برنامه
- ۱۶ ترکیب مهارت های ایروبیک با مهارتهای طناب زنی به صورتیکه همراه با چرخش طناب باشد.
- ۱۷ ترکیب مهارتهای پایه بصورت زیبا و خلاقانه برای مثال : ترکیب ساید + ضربدرست ها
- ۱۸ انواع رقص پای ایرانی برای بصورت زیبا و جذاب مثال : رقص پای کردی و آذری
- ۱۹ اجرای مهارتی که با طناب کوتاه انجام گردد، از طناب بلند استفاده نمی شود .
- ۲۰ و سایر مهارتهای متنوع طناب زنی ...

تذکر:

- ۱۱ انتخاب انواع مهارتها در برنامه هر تیم آزاد می باشد.
- ۱۲ تکرار مهارتها در برنامه تیمی آزاد می باشد.
- ۱۳ بازیکنان تیم در انتخاب نوع پرش {پرش ساده و یا پرش با مکث روی پاها} آزاد هستند.
- ۱۴ برنامه ای که خارج محدوده زمانی و مکانی اجرا شود فاقد امتیاز بوده مشمول جریمه (خطای بزرگ) خواهد شد. 2 امتیاز

منفی

3- ماده طناب بلند امدادی

تعداد ورزشکاران هر تیم در این ماده 3 نفر و مدت زمان اجرا 3 دقیقه روان می باشد. شروع با فرمان داور (صدای سوت یا زنگ) بدین ترتیب که بعد از شنیدن صدای سوت دو بازیکن اول طناب بلند را شروع به چرخاندن می کنند و نفر سوم بلافاصله وارد طناب شده و با یک پرش ساده وارد طناب شده و بعد از رد کردن طناب بلند جای خود را با نفر مقابل خود تعویض می کند سپس نفر دوم وارد طناب شده مانند نفر اول بعد از پرش و رد کردن، از طناب خارج شده و با نفر مقابل خود یعنی نفر سوم تعویض می شود این توالی تا 3 دقیقه بصورت مداوم و روان انجام خواهد شد رکورد نهایی تیم از مجموع پرش های صحیح و بدون گیر کردن محاسبه خواهد شد.

تذکر:

هر ورزشکار باید با نفر مقابل خود تعویض شود.

ورزشکاران تیم نباید از محوطه زمین خارج شوند.

زمان مسابقه بصورت روان و بدون وقفه می باشد.

خطاها:

الف) پرش با یک پا و یا دویدن خطا بوده و بازیکنان باید بصورت صحیح وارد طناب شده و ضمن پرش ساده با نفر مقابل خود دسته طناب را تعویض کنند.

ب) خطای استارت: هنگامیکه بازیکنان زودتر از فرمان داور شروع به چرخاندن طناب کرده و مسابقه را شروع کنند. 2 امتیاز منفی

4- ماده امدادی ترکیبی :

در این ماده هر تیم شامل 4 ورزشکار می باشد. و در طول اجرای مسابقه 3 ماده سرعتی بصورت امدادی و روان به روش زیر اجرا می شود.

با فرمان داور دو بازیکن اول و دوم به مدت 30 ثانیه طناب های دابل داچ را برای بازیکن سوم می چرخانند. و بازیکن سوم همزمان در مدت 30 ثانیه مهارت جاگینگ را در دابل داچ اجرا می کند. در مرحله بعد و بلافاصله با فرمان تعویض دو نفر اول که طناب های دابل داچ را می چرخانیدند، بصورت دونفره (ساید بای ساید) در با یک طناب مشترک به مدت 30 ثانیه جاگینگ اجرا می کنند. و در مرحله آخر و با دومین فرمان تعویض نفر چهارم به مدت 30 ثانیه جاگینگ سرعت را بصورت انفرادی اجرا می کند. مجموع رکورد های کسب شده همه ورزشکاران در سه مرحله رکورد نهایی محسوب خواهد شد.

خطاها :

خطای تعویض : کسر 2 امتیاز منفی

خطای مکانی : عدم شمارش رکورد

جدول توزیع مدال و احکام قهرمانی:

ماده	مقام اول	مقام دوم	مقام سوم
آزاد نمایشی یک نفره (مینی فری استایل)	1	1	1
تیمی دانش آموزی	6	6	6
ماده امدادی ترکیبی 3×30	4	4	4
طناب بلند امدادی	3	3	3

تذکر: در ماده نمایشی دانش آموزی همه بازیکنان مشمول دریافت مدال و احکام قهرمانی می باشند.

تبصره:

1- هر بازیکن حداکثر یک مدال و حکم قهرمانی دریافت خواهد کرد. ولی امتیاز مقام کسب شده در مجموع مقام تیم محاسبه خواهد شد.

2- به مجموع مقام تیمی کاپ و احکام قهرمانی اهدا خواهد شد.

3- به 2 تیم برتر کاپ اخلاق اهدا خواهد شد.

4- به 2 مربی و سرپرست تیم در مرحله کشوری حکم شایستگی اهدا خواهد شد. (ملاک انتخاب این عنوان همکاری با انجمن طناب زنی مدارس و فعالیت های مربوط به ورزش طناب زنی در سطح استان و میزان رشد فنی تیم نسبت با سالهای گذشته می باشد).

تذکر مهم: در صورت وجود هر گونه مساله فنی پیش بینی نشده در دستورالعمل فنی موارد در جلسه کمیته فنی مطرح و تصمیمات مقتضی با نظر نهایی سرپرست و ناظر فنی اعمال خواهد شد.

نحوه اعتراض و درخواست بازبینی:

حضور در مسابقات کشوری و استانی به معنای پذیرش شرایط حاکم بر مسابقات اعم از داوری و نحوه برگزاری می باشد. خطای احتمالی داوران بخشی از مقتضیات مسابقات کشوری و استانی بوده هر گونه اعتراض خارج از شرایط تعریف شده قابل قبول نمی باشد.

مربیان و سرپرستان تیم های می توانند پیشنهادات و انتقادات سازنده خود را بصورت مکتوب با مسئول انجمن طناب زنی استان و کشوری مطرح نمایند .

در صورتیکه سرپرست تیم اعتراض و یا درخواست رسیدگی به موضوعی از مسابقات را داشته باشد ، موارد الزاما بصورت کتبی و با ذکر دقیق موضوع و در ماده مشخص به ناظر فنی مسابقات اعلام کند.

هزینه اعتراض برای هر ماده از مسابقات 1500000 ریال میباشد.

در صورتیکه اعتراض در جلسه فنی مورد قبول واقع گردد مبلغ تعیین شده مسترد و در غیر اینصورت مبلغ به حساب هیات ورزشی استان میزبان واریز خواهد شد.

هر گونه اعتراضی که منجر به اخلاف در روند اجرای مسابقات و یا ایجاد تشنج شود موارد در کمیته انضباطی بررسی و تصمیمات مقتضی برای متخلفین اعمال خواهد شد.

در صورتیکه اعتراضی با هدف ایجاد شبهه و تنش در طول برگزاری و محل اسکان تیم ها تلقی شود موارد در جلسه کمیته انضباطی مورد رسیدگی جدی قرار خواهد گرفت.

تلاش عوامل اجرایی و فنی بر این است که با تشریک مساعی ، احترام به همه شرکت کنندگان و رعایت مساوات و عدالت مسابقات را برگزار نماید.

در صورت بروز هر گونه بی نظمی و سایر موارد احتمالی بدون در نظر گرفتن هیچ گونه ملاحظه ای به همه شبهات و اعتراضات رسیدگی خواهد شد .

فدراسیون ورزش دانش آموزی