

بسمه تعالی



اداره کل تربیت بدنی



دستورالعمل

گرامیداشت هفته تربیت بدنی

دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی کشور

۱۳۹۶

گرامیداشت هفته تربیت بدنی

شعار هفته: دانشجو، مهر و تندرستی

زمان برگزاری: ۲۶ مهر لغایت ۲ آبان ماه ۱۳۹۶

هدف:

- ارتقای سطح سلامت جسمی و روانی و دوری از رخوت و سستی دانشجویان به ویژه دانشجویان ساکن خوابگاه از طریق فعالیت های ورزشی
- توسعه و گسترش فرهنگ ورزش در بین جامعه دانشگاهی به ویژه دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی
- ایجاد شادابی و نشاط در بین دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی

راهبردها:

- نقش ورزش برای بهبود سبک زندگی دانشجویی به ویژه دانشجویان ساکن در خوابگاه های دانشجویی
- نقش ورزش برای بهبود کیفیت زندگی کاری به ویژه کارکنان و اعضای هیات علمی
- نقش ورزش برای توسعه فرهنگ مشارکت و ایجاد تعاملات اجتماعی برای دانشجویان
- نقش ورزش برای حفظ محیط زیست و پیرامون دانشگاه و خوابگاه به ویژه فضاهای روباز ورزشی
- نقش ورزش در بهبود فرهنگ شهروندی دانشجویان برای توسعه پایدار شهری
- نقش ورزش در توسعه اخلاق در محیط ورزش دانشگاهی
- نقش کتاب، رسانه برای بالا بردن سطح مهارت، دانش و کشف استعداد های ورزشی
- نقش بانوان در توسعه ورزش دانشگاهی

برنامه های راهبردی برای گرامیداشت هفته تربیت بدنی در دانشگاه ها (۱۳۹۶)

۱) نقش ورزش برای بهبود سبک زندگی دانشجویی به ویژه دانشجویان ساکن در خوابگاه های دانشجویی

اقداماتی که به منظور بهبود سبک زندگی دانشجویان با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

- ۱-۱) انجام ورزش صبحگاهی در محوطه خوابگاه و پر رنگ کردن جایگاه ورزش در سبک زندگی سالم دانشجویی
- ۱-۲) غنی سازی اوقات فراغت با تاکید بر فعالیت ورزشی و تغییر و اصلاح سبک زندگی
- ۱-۳) تشکیل تیم های ورزشی دانشجویی و کمک به جریان اجتماعی شدن و تکامل شخصیت مناسب در دانشجویان
- ۱-۴) برگزاری جشنواره ورزش همگانی و استفاده صحیح از اوقات فراغت، ایجاد سبک زندگی فعال در بین دانشجویان

۲) نقش ورزش برای بهبود کیفیت زندگی کاری به ویژه کارکنان و اعضای هیات علمی

اقداماتی که به منظور بهبود کیفیت زندگی کاری کارکنان و اعضای هیات علمی با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

- ۱-۲) انجام ورزش صبحگاهی در محوطه دانشگاه و پر رنگ کردن جایگاه ورزش در سبک زندگی سالم کارکنان و اعضای هیات علمی
- ۲-۲) انجام مسابقات ورزشی و پیاده روی در محوطه دانشگاه و کوه روی توسط کارکنان و اعضای هیات علمی با حضور مسئولین دانشگاه
- ۲-۳) سنجش میزان تندرستی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه و ارائه تمرینات مناسب برای بهبود کیفیت زندگی کاری
- ۲-۴) گرامیداشت روز بدون خودرو با هدف فرهنگ سازی استفاده از وسایل نقلیه عمومی به جای شخصی و تردد با دوچرخه و پای پیاده

۳) نقش ورزش برای توسعه فرهنگ مشارکت و ایجاد تعاملات اجتماعی برای دانشجویان

اقداماتی که به منظور گسترش و توسعه فرهنگ مشارکت و ایجاد تعاملات اجتماعی برای دانشجویان با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

- ۳-۱) تشویق دانشجویان برای عضویت در انجمنهای ورزشی
- ۳-۲) تشویق دانشجویان برای عضویت در نهضت داوطلبی
- ۳-۳) تشویق دانشجویان و انجمن های ورزشی برای مشارکت در فعالیت های عام المنفعه
- ۳-۴) تقدیر از دانشجویان فعال انجمن های ورزشی دانشجویی و داوطلبین ورزشی توسط مسئولین دانشگاه

۳-۵) حضور مسئولین دانشگاه در خوابگاه دانشجویی و برگزاری نشست صمیمی

۴) نقش ورزش برای حفظ محیط زیست و پیرامون دانشگاه و خوابگاه به ویژه فضاهای روباز ورزشی

اقداماتی که به منظور گسترش و توسعه عادت ها و رفتار محیط زیست دوستانه با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

۴-۱) جلوگیری از آلودگی، به حداقل رساندن ضایعات

۴-۲) استفاده از انرژی آب و دیگر منابع طبیعی به اندازه لازم

۴-۳) احترام گذاشتن به پوشش جانوری و گیاهی

۴-۴) بزرگداشت، احترام و حفظ ارزش های فرهنگی، بومی و میراث تاریخی

۴-۵) گسترش تعلیم و تربیت حفاظت محیط زیست از طریق ورزش

۴-۶) حمایت از فعالیت های محیط زیستی

۴-۷) توسعه دادن ارزشهای حفظ محیط زیست و آموزش دانشجویان

۴-۸) تهیه طرح جامع مدیریت پسماند اماکن ورزشی و خوابگاه های دانشجویی دانشگاه ها با تفاهم نامه و همکاری با شهرداری ها

۴-۹) نصب پلاکارد و پوستر برای فرهنگ سازی پاکداشت محیط زیست در محوطه دانشگاه ها

۴-۱۰) اختصاص یک روز در هفته به عنوان **روز بدون خودرو** با هدف فرهنگ سازی استفاده از وسایل نقلیه عمومی به جای شخصی

۵) نقش ورزش در بهبود فرهنگ شهروندی دانشجویان برای توسعه پایدار شهری

اقداماتی که به منظور بهبود فرهنگ شهروندی دانشجویان برای توسعه پایدار شهری با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

۵-۱) برگزاری نشست دانشجویان با افراد نخبه ورزشی (قهرمانان ملی در دانشگاه و استان یا شهر)

۵-۲) برگزاری بازیهای بومی و محلی با لباس محلی و به همراه پخت غذای محلی به منظور آشنایی با فرهنگ ها

۵-۳) مشارکت دانشجویان در کمک به اصلاح مشکلات جدی دانشگاه و بهبود زیرساخت ها و خدمات دانشجویی (به ویژه بخش تربیت بدنی)

۵-۴) بستر سازی جهت ایجاد انگیزه در مشارکت خیرین شهر یا استان در سرمایه گذاری در امور ورزش و تربیت بدنی دانشگاه

۶) نقش ورزش در توسعه اخلاق در محیط ورزش دانشگاهی

اقداماتی که به منظور توسعه اخلاق در محیط ورزش دانشگاهی با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

۶-۱) تقویت هویت ایرانی - اسلامی در جامعه ورزش دانشگاهی

۶-۲) ترویج فرهنگ و منش پهلوانی

۶-۳) نهادینه سازی فرهنگ و اخلاق در محیط ورزش دانشگاهی کشور

۶-۴) سیاست گذاری، برنامه ریزی و نظارت بر اخلاق در محیط ورزش دانشگاهی کشور

۶-۵) ارتقای دانش فرهنگی، اخلاقی و اعتقادی در جامعه ورزش دانشگاهی کشور

۶-۶) بهره گیری از ظرفیت های فرهنگی و مذهبی در توسعه ورزش دانشگاهی

۶-۷) ارتقای فرهنگی و اخلاقی حوزه های اقتصادی ورزش (جذب اسپانسرهای فرهنگی)

۷) نقش کتاب، رسانه برای بالا بردن سطح مهارت، دانش و کشف استعداد های ورزشی

اقداماتی که به منظور بالا بردن سطح مهارت، دانش و کشف استعداد های ورزشی از طریق کتاب، رسانه با همکاری

ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها در دانشگاه ها انجام می پذیرد عبارتند از:

۷-۱) نظم بخشی، ساماندهی و ارتقای ظرفیت رسانه ای ورزش دانشگاهی

۷-۲) اهدای کتاب آموزشی رشته های ورزشی، مجلات و بروشور های ورزشی برای دانشجویان خوابگاهی

۷-۳) اهدای کتاب، مجلات و بروشور های ورزشی برای کارکنان و اعضای هیات علمی

۷-۴) برگزاری مسابقه کتابخوانی ورزشی، فیلم کوتاه و کلیپ های ورزشی

۷-۵) برگزاری نمایشگاه کتاب با تخفیفات ویژه

۷-۶) اهدای جوایز (به ویژه کتاب ورزشی) به شرکت کنندگان در برنامه و فعالیت های ورزشی

۷-۷) انتشار بروشور و اطلاعیه های آموزشی در خصوص مفاهیم تندرستی و تناسب اندام در سطح خوابگاه ها

۷-۸) برگزاری کارگاه های آموزش سلامت و پیشگیری از رفتارهای پرخطر از طریق ورزش

۷-۹) ارسال پیام تبریک به دانشجویان، کارکنان و اعضای محترم هیات علمی همزمان با آغاز هفته تربیت بدنی (۲۶ مهر ماه)

۸) نقش بانوان در توسعه ورزش دانشگاهی

اقداماتی که به منظور بهبود نقش بانوان در توسعه ورزش دانشگاهی با همکاری ادارات تربیت بدنی و سایر بخش ها

انجام می پذیرد عبارتند از:

۸-۱) ارتقای مشارکت دختران دانشجو در برنامه های ورزش تربیتی و همگانی و تفریحی

۸-۲) بستر سازی حضور دختران در میادین ورزش دانشگاهی با تاکید بر حفظ عفاف و حجاب اسلامی

۸-۳) ترویج ارزش های اسلامی - ایرانی در بین دختران دانشجو

۸-۴) کمک به بهبود و ارتقای ساختار مدیریتی و تشکیلاتی ادارات تربیت بدنی و معاونت دختران

۸-۵) تعامل با سایر دستگاه ها و نهادهای مرتبط با ورزش بانوان با تکیه بر سیاستگذاری و برنامه ریزی واحد

نامگذاری پیشنهادی برای ایام هفته تربیت بدنی در دانشگاه ها

۲۶ مهر ماه: روز دانشگاه و آرامش روانی و نشاط اجتماعی دانشجو

۲۷ مهر ماه: ورزش، نشاط در محیط های ورزش دانشگاهی

۲۸ مهر ماه: روز دانشجو و ورزش در خوابگاه و پیشرفت تحصیلی

۲۹ مهر ماه: روز دانشجو، ورزش و حفظ محیط زیست

۳۰ مهر ماه: روز دانشجو، ورزش و فرهنگ شهروندی و توسعه پایدار

۱ آبان ماه: روز دانشجو، ورزش و بهبود سبک زندگی

۲ آبان ماه: روز دانشجو، عضویت در انجمنهای ورزشی خوابگاه و دانشکده

فرم گزارش فعالیت ها و برنامه های گرامیداشت هفته تربیت بدنی در دانشگاه ها - ۱۳۹۶

نام دانشگاه:

ردیف	راهبرد	اهم فعالیت ها
۱	بهبود سبک زندگی دانشجویان	
۲	بهبود کیفیت زندگی-کاری کارکنان و اعضای هیات علمی	
۳	فرهنگ مشارکت و ایجاد تعاملات اجتماعی	
۴	حفظ محیط زیست و پیرامون دانشگاه و خوابگاه به ویژه فضاهای روباز ورزشی	
۵	بهبود فرهنگ شهروندی دانشجویان برای توسعه پایدار شهری	
۶	توسعه اخلاق در محیطهای ورزش دانشگاهی	
۷	بالا بردن سطح مهارت، دانش و کشف استعدادها و ورزشی (نقش کتاب، رسانه)	
۸	نقش بانوان در توسعه ورزش دانشگاهی	
۹	سایر	

امضای معاون دانشجویی دانشگاه

امضای مدیر تربیت بدنی

فرم گزارش فعالیت ها و برنامه های گرامیداشت هفته تربیت بدنی در دانشگاه ها - ۱۳۹۶ (ایام هفته)

نام دانشگاه:

ردیف	ایام هفته	اهم فعالیت ها	جمعیت تحت پوشش (نفر)		
			مجموع	پسران	دختران
۱	۲۶ مهر ماه روز: دانشگاه و آرامش روانی و نشاط اجتماعی دانشجوی				
۲	۲۷ مهر ماه: ورزش، نشاط در محیط های ورزش دانشگاهی				
۳	۲۸ مهر ماه روز: دانشجوی و ورزش در خوابگاه و پیشرفت تحصیلی				
۴	۲۹ مهر روز: دانشجوی، ورزش و حفظ محیط زیست				
۵	۳۰ مهر ماه روز: دانشجوی، ورزش و فرهنگ شهروندی و توسعه پایدار				
۶	۱ آبان ماه روز: دانشجوی، ورزش و بهبود سبک زندگی				
۷	۲ آبان ماه روز: دانشجوی و عضویت در انجمنهای ورزشی خوابگاه و دانشکده				

امضای معاون دانشجویی دانشگاه

امضای مدیر تربیت بدنی

انتخابات داوطلبین انجمن های ورزشی خوابگاه و دانشکده در سال ۹۶

انجمن خوابگاه:

ردیف	بخش (دختران / پسران)	نام خوابگاه	جمعیت خوابگاه	تعداد رای دهندگان	تعداد منتخبین
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					
۶					
مجموع					

امضای مدیر تربیت بدنی

امضای معاون دانشجویی دانشگاه

انجمن دانشکده:

ردیف	نام دانشکده	جمعیت دانشجویان	تعداد رای دهندگان	تعداد منتخبین		
				دختر	پسر	مجموع
۱						
۲						
۳						
۴						
۵						
۶						
مجموع						

امضای مدیر تربیت بدنی

امضای معاون دانشجویی دانشگاه