



دانشگاه تربیت مدرس

گزارش عملکرد اداره تربیت بدنی

۶ ماه اول سال ۱۴۰۰

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
1432



اهم فعالیتهای اداره تربیت بدنی

- برگزاری کلاسهای فوق برنامه ورزشی
- برگزاری مسابقات ورزشی
- شرکت در مسابقات برون دانشگاهی
- برگزاری فعالیتهای ورزشی همگانی (اردوهای تفریحی ورزشی ، ورزش صبحگاهی و فعالیتهای کوهپیمایی)
- برگزاری کارگاههای دانش افزایی و دوره های مربیگری
- نظارت فنی بر کلاسهای ورزشی تابستانی ویژه فرزندان اساتید و کارکنان
- مدیریت ، نظارت و نگهداری فضاهای ورزشی دانشگاه
- تلاش برای ارتقاء بهره وری از فضاهای ورزشی



گزارش آماری فعالیتهای سال ۱۴۰۰

اقدامات مهم انجام شده و فعالیتهای ورزشی اداره تربیت بدنی در طی ۶ ماهه اول ۱۴۰۰

۱	برگزاری کلاسهای آمادگی جسمانی آنلاین برای اساتید و کارکنان (هفته دوروز)
۲	تسویه حساب روزانه دانشجویان فارغ التحصیل
۳	تهیه و ابلاغ اعضاء کار گروه ورزش دانشگاه و آیین نامه آنها بر اساس بخشنامه وزارت علوم
۴	تدوین سند راهبردی و ماندگار اداره تربیت بدنی در دولت ۱۱ و ۱۲
۵	تدوین شاخصهای ارزیابی عملکرد اداره تربیت بدنی بر اساس شاخصهای اعلام شده از سوی وزارت علوم
۶	برگزاری کارگاه آموزشی توصیه تمرینی و تغذیه ای ویژه ماه مبارک رمضان مخاطبان اساتید دانشجویان و کارکنان
۷	برگزاری کارگاه آموزشی کوهپیمایی ۴ویژه دانشجویان و همکاران
۸	اعزام دانشجویان دختر و پسر به مسابقات منطقه یک بصورت مجازی در رشته های تکواندو، کاراته، فوتبال روپایی، والیبال، آمادگی جسمانی، طناب زنی و شطرنج در دو مرحله
۹	برگزاری مسابقه شطرنج بین دانشجویان دانشگاه بصورت آنلاین و معرفی نفرات برتر
۱۰	شرکت دانشجویان دختر و پسر در مسابقات وزارت علوم بصورت آنلاین در رشته های تیراندازی - شطرنج، تکواندو و کسب مقامهای ۸، ۱۲ و ۱۳ دانشجویان در رشته شطرنج در بین ۱۳۸ شرکت کننده کشوری



گزارش آماری فعالیتهای سال ۱۴۰۰

اقدامات مهم انجام شده و فعالیتهای ورزشی اداره تربیت بدنی در طی ۶ ماهه اول ۱۴۰۰

۱۱	کسب مقام سومی در رشته تیراندازی توسط دانشجوی دانشگاه مهدی تندی در مسابقات کشوری
۱۲	ارسال گزارش برنامه عملیاتی ورزش دانشگاه به منطقه یک و سازمان امور دانشجویان
۱۳	تدوین شاخصهای ارزیابی عملکرد اداره تربیت بدنی در حوزه معاونت دانشجویی
۱۴	تهیه و تنظیم لیست نیازمندیهای اداره تربیت بدنی
۱۵	برگزاری وبینار آموزشی طراحی تمرینات اینتروال ویژه دانشجویان و اساتید
۱۶	برگزاری وبینار آموزشی مبانی آسیب شناسی ورزشی
۱۷	آموزش مشاوره ای ورزشی در زمان کرونا و ارائه برنامه تمرینی
۱۸	شرکت در کلاسهای داوری و کارگاههای وزارت علوم
۱۹	اخذ مجوز برای برگزاری کارگاهها و وبینارها شرکت در کارگاههای منطقه ای و درون سازمانی
۲۰	بازدید ادواری از فضاهای ورزشی دانشگاه
۲۱	پیگیری تکمیل تاسیسات استخر مجموعه ورزشی



دانشگاه تربیت مدرس

برگزاری کلاسهای آمادگی جسمانی آنلاین
برای اساتید و کارکنان (هفته دوروز)





برگزاری کارگاه آموزشی توصیه تمرینی و تغذیه ای ویژه ماه مبارک رمضان مخاطبان اساتید دانشجویان و کارکنان

اداره تربیت بدنی یا همکاری معاونت فرهنگی و اجتماعی برگزار میکند:

توصیه های تمرینی و تغذیه ای

ویژه ماه مبارک رمضان

دانشگاه تربیت مدرس



مدرس:
دکتر حمیدرضا بزرگپور
دکتری فیزیولوژی ورزشی
متخصص تغذیه تیم های ملی

ویژه اساتید و کارکنان

۱- زمان مناسب تمرین
۲- انجام تمرینات مناسب
۳- تغذیه مناسب

زمان :
سه شنبه ۷ اردیبهشت
ساعت :
۱۲ الی ۱۳:۳۰

لینک ورود: <https://vc.sru.ac.ir/ramazan>

۰۹۱۲ ۲۷۱ ۷۴ ۲۱ خانم مرادی





دانشگاه تربیت مدرس

برگزاری کارگاه آموزشی کوهپیمایی ۴ویژه دانشجویان و همکاران



دانشگاه تربیت مدرس

انجمن کوهنوردی دانشگاه

اداره تربیت بدنی با همکاری معاونت فرهنگی و اجتماعی دانشگاه
برگزار می کند

وبینار آموزشی کوهپیمایی همگانی

- ✓ فواید کوهپیمایی
- ✓ قوانین و مقررات عمومی
- ✓ تنفس و تغذیه در کوه



❖ مدت دوره: ۹۰ دقیقه

❖ مدرس: مهندس سحر رضویون

❖ لینک شرکت در وبینار: <https://b2n.ir/kohpeymai>

➤ برای کارکنان گواهی شرکت در دوره صادر می شود.

➤ این برنامه مورد تایید معاونت محترم فرهنگی و اجتماعی به عنوان فعالیت فرهنگی-تربیتی برای اساتید است.

☞ جهت اطلاعات بیشتر با داخلی ۲۳۱۵ سرکار خانم مرادی پور تماس بگیرید



اعزام دانشجویان دختر و پسر به مسابقات منطقه یک بصورت مجازی در رشته های تکواندو ، کاراته، فوتبال روپایی، والیبال ، آمادگی جسمانی ، طناب زنی و شطرنج در دو مرحله



اطلاعیه ورزشی

مسابقات همگانی مجازی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه ها
و موسسات آموزش عالی کشور

جشنواره مسابقات ورزش همگانی

در رشته های ورزشی :

فوتبال-والیبال-آمادگی جسمانی-ووشو-کاراته
بسکتبال-اسکواش-دوچرخه سواری-شطرنج-طناب زنی
جهت کسب اطلاعات بیشتر به سامانه ستاو به آدرس

<https://setav.ir/stay-home/>

مراجعه و یا با کارشناس اداره تربیت بدنی سرکار خانم مرادی ۰۹۱۲۲۷۱۷۴۲۱

تماس حاصل فرمایید.

برای مطالعه آیین نامه رشته های ورزشی مذکور به سایت اداره تربیت بدنی
به آدرس: <https://www.sru.ac.ir/peo/> در بخش آیین نامه ها مراجعه فرمایید

معاونت دانشجویی-اداره تربیت بدنی دانشگاه



برگزاری مسابقه شطرنج بین دانشجویان دانشگاه بصورت آنلاین و معرفی نفرات برتر

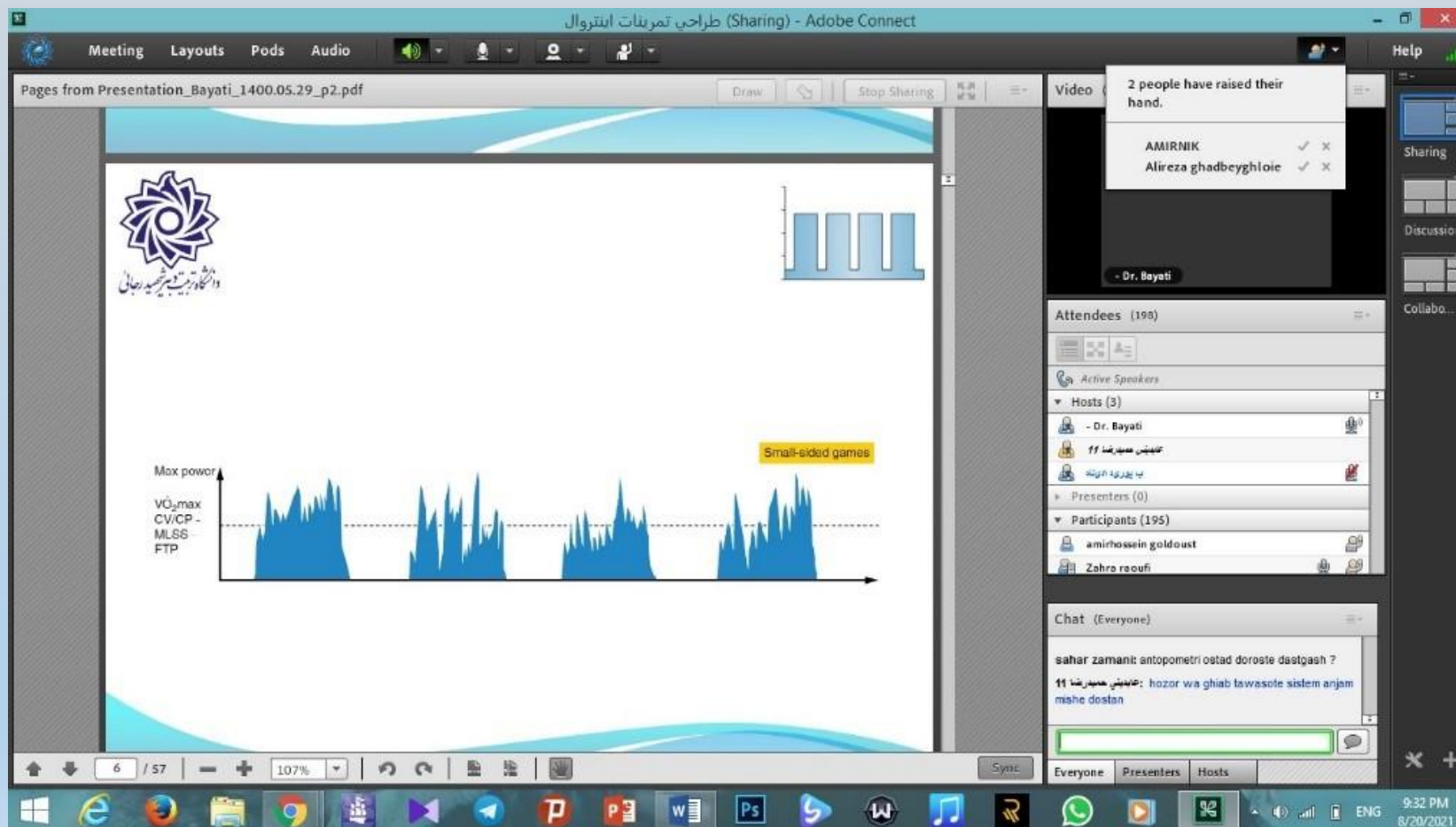




کسب مقام سومی در رشته تیراندازی توسط دانشجوی دانشگاه مهدی تندری در مسابقات کشوری



برگزاری وبینار آموزشی طراحی تمرینات اینتروال ویژه دانشجویان واساتید



#وبینار آموزشی

دانشگاه تربیت مدرس

اداره تربیت بدنی
دانشگاه شهید رجایی برکزار می کند



وبینار (رایگان)

طراحی تمرینات اینتروال

از سلسله وبینارهای رایگان

زمان برگزاری

با ارائه مدرک معتبر

۲۹ مرداد ماه

حضور عموم آزاد

ساعت: ۱۱:۲۲ الی ۱۹:۲۲

@PE_RAJAEI

هزینه ثبت نام : کاملاً رایگان

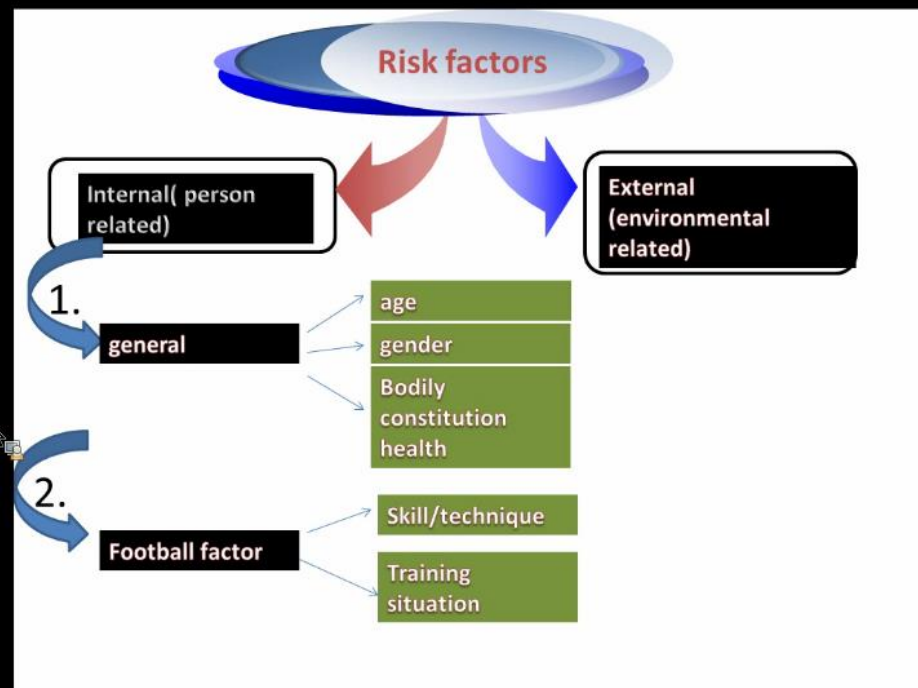
نحوه برگزاری : Adobe Connect

مدیر دوره آقای شه پویش ۰۹۲۰ ۲۰۰۸ ۷۱۳

مسئول ثبت نام : آقای عابدینی ۰۹۱۲ ۴۸۸ ۱۳۷۸

برگزاری وبینار آموزشی مبانی آسیب شناسی ورزشی

(Sharing) - Adobe Connect (آسیب شناسی رشته های ورزشی (بسکتبال ، کوهنوردی، فوتبال ...)



Attendees (629)

Active Speakers	
▼ Hosts (6)	
Ali Shahpoosh	
Ali shahpoosh 2	
Dr.Hamed.Abbasi	
dr.Hamed.Abbasi2	
علی شاپوش	
اب پور یزدانی	
▼ Presenters (0)	
▼ Participants (623)	
Shaqayeq persa	
Abbas bayatidar	
Abolfazl gholami	
Abolfazl Golandam	
Abolfazl Seydan	
afsane rahmani	
Ahmad Akbarzadeh Bagheri	
akbar	



اداره تربیت بدنی دانشگاه شهید رجایی برگزار می کند.

وبینار (رایگان)

مبانی آسیب شناسی ورزشی

زمان برگزاری
۵ شهریور ماه
هزینه
کاملاً رایگان

@Pe_Rajaei

با ارائه مدرک معتبر



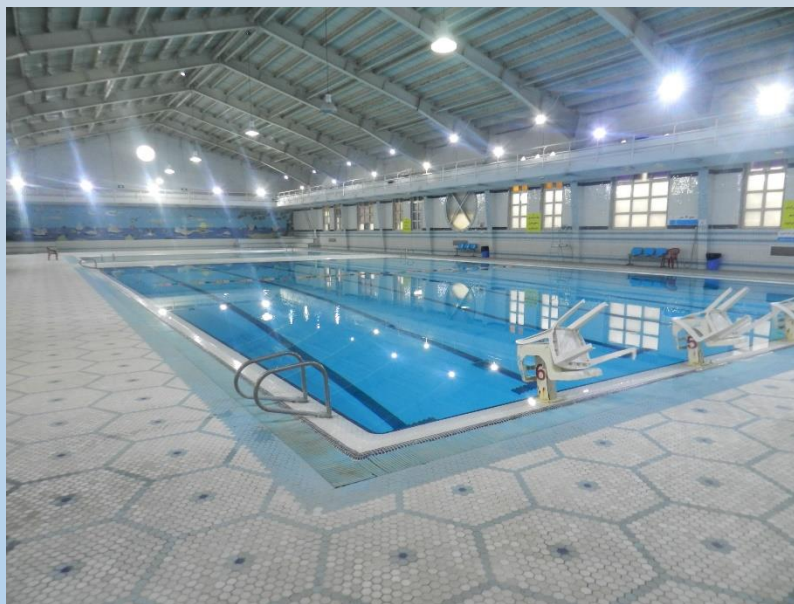
مدیر دوره : آقای شه پوش ۷۱۳ ۲۰۰۸ ۰۹۲۰

مسئول ثبت نام : آقای عابدینی ۱۳۷۸ ۴۸۸ ۰۹۱۲

@Pe_Rajaei



بازدید ادواری از فضاهای ورزشی دانشگاه



پیگیری تکمیل تاسیسات استخر مجموعه ورزشی





با تشکر و آرزوی
موفقیت
اداره تربیت بدنی