

 تقویم ورزشی و برنامه یک ساله­

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه بناب

در سال تحصیلی96-95

برنامه های مدیریت تربیت بدنی دانشگاه بناب برای دانشجويان پسر و دختر در سال 1395

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ردیف** | عنوان برنامه | رشته ورزشی | زمان | مکان | زمان و تاریخ اقدامات) |
| 1 | مسابقه پاورلیفتینگ | بدنسازی | اردیبهشت | سالن تندرستی | برگزار شد |
| 2 | جشنواره ورزشهای همگانی | طناب زنی – طناب کشی – وسطی –شوت بسکتبال- پنالتی فوتبال – دو عمومی – مچ اندازی – ایستگاه تندرستی – پرش با گونی | اردیبهشت | محوطه خوابگاه و مجتمع ورزشی | 20فروردین  |
| 3 | مسابقات هفته خوابگاهها | مسابقات همگانی | اردیبهشت | خوابگاهها | برگزار شد20فروردین  |
| 4 | برگزاری تمرینات ورزشی | در کلیه رشته های ورزشی | در طول سال | اماکن ورزشی دانشگاه | عقد قراردا با اد اره ورزش و جوانان در 15 شهریور |
| 5 | منعقد کردن قراداد با اداره تربیت بدنی شهرستان | اجاره سالن های ورزشی | شهریور ماه | اداره تربیت بدنی شهرستان | در 15 شهریور ماه |
| 6 | منعقد کردن قراداد با مربیان ورزشی | در تمامی رشته­های ورزشی | شهریور ماه | اداره تربیت بدنی شهر | 20 مهرماه |
| 7 | برگزاری مسابقات ورزشی به مناسبت هفته تربیت بدنی | در رشته های مختلف ورزشی | مهر ماه | محوطه خوابگاهها | 22 مهرماه |
| 7 | خرید بلط استخر | شنا | طول سال | بناب استخر شهرداری بناب | 10 مهر ماه |
| 8 | میزبانی مسابقات دانشجویی استان (فدراسیون) | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاه بناب |  |
| 9 | برگزاری کلاسهای داوری و مربیگری برای دانشجویان | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | مجتمع ورزشی |  |
| 10 | مسابقات تدارکاتی با دانشگاههای شهر و منطقه | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاههای شهر و منطقه | در طول سال تحصیلی |
| 11 | برگزاری مسابقات خوابگاهی | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | محوطه خوابگاهها | 1 آبان  |
| 12 | فوق برنامه | شنا- فوتسال - والیبال- کوهنوردی- کوه پیمایی – اسکیت – دارت- بدنسازی | در طول سال | اماکن ورزشی دانشگاه و مناطق دیدنی منطقه و کشور | برنامه ریزی از 1 مهر الی 20 خرداد سال 1396 |
| 13 | صعود به قله های | کوهپیمایی | طول سال | استان و کشور | در طول سال تحصیلی |
| 14 | شرکت در مسابقات منطقه ای | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاههای منطقه | 15 آبان  |
| 15 | میزبانی مسابقات منطقه ای | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاه بناب | در طول سال تحصیلی |
| 16 | مسابقات چند جانبه با باشگاههای شهر بناب | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاه بناب | در طول سال تحصیلی |
| 18 | برگزاری هجدهمین جشنواره ورزشی | در رشته های مختلف ورزشی | آبان وآذر | مجتمع ورزشی | 20 آبان  |
| 19 | اعزام ورزشکاران به مسابقات کشوری | تیمهای منتخب در رشته های مختلف | در طول سال | یکی از دانشگاههای کشور | در25 فروردین سال1396 |
| 20 | جشنواره برف و یخ (در صورت امکان) | مجسمه سازی | اسفند ماه | ارتفاعات صور | 15 بهمن  |
| 21 | برگزاری و شرکت در مسابقات هیات ورزشهای دانشجویی استان (مربوط به فدراسیون ملی ورزشهای دانشگاهی) | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاههای استان | در طول سال تحصیلی |

مدیریت تربیت بدنی

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | عنوان برنامه | رشته ورزشی | زمان | مکان | اقدامات) |
| 1 | برگزاری تمرینات ورزشی خواهران | بدنسازی – بدمینتون – ایروبیک | در طول سال | سالن­های ورزشی | در طول سال |
| 2 | برگزاری تمرینات ورزشی برادران | فوتسال- والیبال- تنیس روی میز – شطرنج – بدمینتون - بدنسازی | در طول سال | سالن­های ورزشی | در طول سال |
| 3 | برگزاری کلاسهای آموزشی برای کارکنان و خانواده­ی آنان | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | سالن­های ورزشی | در طول سال |
| 4 | کوه پیمایی کارکنان خواهر | کوهپیمایی | در طول سال | ارتفاعات منطقه و کشور | 30 مهر ماه  |
| 5 | کوه­پیمایی کارکنان برادر | کوهنوردی | در طول سال | ارتفاعات منطقه و کشور | 30 مهر ماه |
| 6 | برگزاری مسابقات ورزشی خواهران | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | سالن­های ورزشی | در طول سال |
| 7 | برگزاری مسابقات ورزشی برادران | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | سالن­های ورزشی | در طول سال |
| 8 | برگزاری مسابقات رفت و برگشت با دانشگاههای منطقه( خواهران و برادران) | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاههای منطقه | در طول سال |
| 9 | مسابقات چند جانبه با دانشگاههاو باشگاههای مختلف شهر بناب | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاه بناب | در طول سال |
| 10 | شرکت در مسابقات استانی(خواهران و برادران) | در رشته های مختلف ورزشی | در طول سال | دانشگاههای منطقه | در طول سال |

برنامه های مدیریت تربیت بدنی دانشگاه بناب برای کارکنان خواهر، برادر و خانوادهِ­ی دانشگاهیان در سال 1395

مدیریت تربیت بدنی

برنامه های مدیریت تربیت بدنی دانشگاه بناب برای توسعه، تجهیز، تعمیر و ایجاد فضاهای ورزشی در سال 1395

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ردیف | عنوان برنامه | زمان | مکان | اقدامات |
| 1 | احداث و ساخت سالن ورزشی چند منظوره به متراژ2200 متر مربع | طول سال | سایت جدید |  |
| 2 | ایجاد زمین اسکیت در محوطه خوابگاه خواهران | در طول سال | محوطه خوابگاه | در شهریور ماه |
| 3 | تمهیدات لازم جهت استفاده بهینه از زمین­های ورزشی روباز دانشگاه | در طول سال | محوطه دانشگاه | طول سال |
| 4 | تجهیز سالن های بدنسازی و ایروبیک با دستگاه­های جدید | در طول سال | سالن های ورزشی | مهر ماه |
| 5 | توسعه تجهیزات ورزشی در خوابگاه­ها | در طول سال | خوابگاههای دانشجویی | مهر ماه |
| 6 | تعمیر و تعویض لامپ ها و ترانس های سالن­های تندرستی – تنیس و ایروبیک | در طول سال | دانشگاه بناب | 1 الی 30 شهریور |
| 7 | توسعه و تجهیز مرکز مشاوره ورزشی برای دانشجویان و کارکنان | در طول سال | دانشگاه | اسفند ماه |
| 8 | تعمیر و تجهیز سیستم گرمایشی سالن تندرستی و سالن تنیس روی میز | تابستان | دانشگاه | 1 الی 30 شهریور |
| 9 | احداث زمین والیبال در محوطه خوابگاه خواهران | تابستان | دانشگاه | شهریور |
| 10 | تجهیز سالن ایروبیک و تندرستی به سیستم صوتی | تابستان | دانشگاه | مهر ماه |
| 11 | تعمیر و تجهیز اتاق بغل سالن تندرستی (اتاق پخت غذا در سلف سرویس قدیم)جهت انتقال اداره تربیت بدنی دانشگاه به محل مذکور | تابستان | دانشگاه | مرداد ماه |

مدیریت تربیت بدنی