



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

دانشگاه فنی و حرفه ای

**دستورالعمل و راهنمای
تکمیل فرم‌های مربوط به اماکن ورزشی
و ایمنی اماکن ورزشی
مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای**

اداره کل تربیت بدنی

سال ۱۳۹۲

دانشگاه
فنی و حرفه‌ای

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
2	پیشگفتار
3	فصل اول: تعاریف مربوط به اماکن ورزشی
3	1-1: تعریف مجموعه ورزشی
3	1-2: تعریف سالن ورزشی چندمنظوره
3	1-3: تعریف سالن ورزشی مستقل
4	1-4: تعریف زمین ورزشی
4	1-5: تعریف حریم ورزشی
4	1-6: تعریف پیست دو و میدانی
5	1-7: تعریف زمین های ورزشی روباز
5	1-8: تعریف استخر
6	فصل دوم: تعاریف مربوط به ایمنی اماکن ورزشی
6	2-1: تعریف ایمنی
6	2-2: تعریف استاندارد
6	2-3: تعریف ضربه گیر
6	2-4: تعریف تورضربه گیر توپ
7	2-5: تعریف محافظ
7	2-6: تعریف محافظ عایق در برابر رطوبت و گرما(مربوط به استخر):
7	2-7: تعریف ثابت کننده دروازه
7	2-8: تعریف کف پوش سالم ورزشی
7	2-9: تعریف پایه های رشته های ورزشی
8	2-10: تعریف سُرگیر(مربوط به استخر)
8	2-11: بیمه نامه های اماکن ورزشی (سالن، استخر، زمین روباز، پیست دو و میدانی) ورزشی

پیشگفتار:

لزوم توجه به ابعاد مختلف برنامه‌های مرتبط با اداره کل تربیت بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای از جمله تربیت نیروهای متخصص و تنظیم برنامه‌های آموزشی، تمرینی و مسابقاتی، اطلاع کامل از اماکن و تاسیسات ورزشی و همچنین ایمنی آنها و بررسی استانداردهای مورد نظر را دو چندان می‌سازد. زیرا وجود اماکن ورزشی استاندارد و ایمن برای حفظ سلامتی ورزشکاران، ارتقاء سطح مهارت‌ها و نمایش مطلوب آنها در حین آموزش، تمرین، مسابقات و ... بسیار ضروری است. ضمن اینکه موارد قابل بحث دیگری در این خصوص وجود دارد.

برای این منظور آشنایی با تعاریف اماکن مختلف ورزشی از جمله سالنها، فضاهای روباز، پیست‌های دو و میدانی، استخرهای شنا و ... و شرایط ایمنی استاندارد زمینهای ورزشی از نظر ابعاد، وسایل و تجهیزات و سایر فاکتورهای فیزیکی مانند نور، حرارت، چرخش هوا و ... و هماهنگی خدمات فنی و مهندسی برای منطبق ساختن فعالیتهای آنها با استاندارد های ورزشی - تفریحی در احداث اماکن ورزشی بسیار اهمیت دارد. این دستورالعمل و راهنما بر آن است تا با تعریف استانداردها در سطح مورد نظر در خصوص اماکن ورزشی و ایمنی آن منبعی جامع و کامل از داشته‌های کلیه مراکز داشته باشد تا بتواند برنامه‌ای آتی خود را بر پایه آن بنا نهد.

در این خصوص فرمهایی در رابطه با اماکن ورزشی و ایمنی اماکن ورزشی موجود در مراکز دانشگاه فنی و حرفه‌ای طراحی شده است که پیش از تکمیل آنها نیاز به ارائه اطلاعاتی در خصوص آنها دارد. بدین منظور در فصل 1 و فصل 2 این دستورالعمل و راهنما تعاریف مربوط به اماکن ورزشی و ایمنی اماکن ورزشی آمده است و در انتهای هر کدام از تعاریف به سؤالاتی که در فرمهای شماره یک تا شش اشاره می‌کند، ذکر شده است.

مدیر کل تربیت بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

فرشته احدیانی

زمستان 1392

تعاریف مربوط به اماکن ورزشی مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای

تعاریف این قسمت جهت تکمیل فرمهای شماره 1 در مورد سالنهای ورزشی، فرم شماره 2 در مورد زمینهای روباز و فرم شماره 3 در مورد استخرهای شنا می‌باشد.

1-1: تعریف مجموعه ورزشی

جامع‌ترین واژه برای یک مکان ورزشی است که شامل یک یا چند سالن ورزشی چند منظوره، سالن ورزشی مستقل، استخر، زمین روباز، پیست دو و میدانی و ... می‌باشد. و انواع ورزش‌های میدانی و سالنی نظیر شنا، ورزش‌های توپی، ورزش‌های راکتی و ... در آن قابل اجرا می‌باشد.

مثال: مجموعه ورزشی دانشکده دکتر شریعتی تهران شامل یک سالن ورزشی چند منظوره به نام سالن میلاد، یک زمین چمن، یک استخر به نام استخر فجر و دو سالن ورزشی مستقل به نام های میعاد و میثاق می‌باشد.

1-2: تعریف سالن ورزشی چندمنظوره

سالن ورزشی چندمنظوره یک مکان ورزشی سرپوشیده است که در مساحت کلی آن، چند سالن ورزشی مستقل و تفکیک شده از طریق دیوار برای انجام انواع ورزش‌های سالنی نظیر ورزش‌های توپی، ورزش‌های راکتی، ژیمناستیک، ایروبیک و ... احداث شده باشد. مثال: سالن ورزشی چند منظوره میلاد متعلق به دانشکده شریعتی که در داخل مساحت کلی آن یک سالن ورزشی به نام سالن کوثرمیلاد، یک سالن ورزشی مستقل به نام سالن طراوت میلاد، یک سالن ورزشی مستقل به نام سالن نشاط میلاد و یک سالن ورزشی مستقل به نام سالن سلامت میلاد احداث شده است.

تذکر: سوال شماره 1 تا 4 مندرج در فرم مربوط به "سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ

داده شود

1-3: تعریف سالن ورزشی مستقل

یک زمین ورزشی سرپوشیده با دیوارهای چهار طرف آن را سالن ورزشی مستقل گویند که برای انجام انواع ورزش‌های سالنی نظیر ورزش‌های توپی، ورزش‌های راکتی، ورزش‌های رزمی و ... با خط‌کشی‌های مربوط به زمین‌های بازی هر رشته ورزشی احداث شده باشد، همچنین قابل توجه می‌باشد که در سالن ورزشی یک الی چند رشته ورزشی را می‌توان به طور همزمان و یا غیر همزمان برگزار نمود. مثال 1: سالن ورزشی مستقل کوثرمیلاد، سالن ورزشی مستقل طراوت میلاد، سالن ورزشی مستقل نشاط میلاد و سالن ورزشی مستقل سلامت میلاد، مستقر در سالن ورزشی چند منظوره میلاد احداث شده اند و همگی جزء سالن‌های ورزشی مستقل محسوب می‌گردند. مثال 2: سالن ورزشی مستقل میعاد که از نظر مکانی، دور از سالن میلاد احداث شده و دارای یک زمین ورزشی واحد (به طول 35 متر، عرض 25 متر و ارتفاع 8 متر)، سرویس بهداشتی، رختکن و خط‌کشی زمین‌های ورزشی مربوط به رشته‌های بسکتبال، والیبال و بدمینتون می‌باشد، یک سالن ورزشی مستقل است.

تذکر: سوال شماره 4 تا 11 مندرج در فرم مربوط به "سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ

داده شود.

4-1: تعریف زمین ورزشی

زمین ورزشی به محل بازی هر یک از رشته های ورزشی اطلاق می گردد که توسط خط کشی مشخص شده و محدوده بازی را برای رشته ورزشی معین مشخص می کند.

تذکر: سوال شماره 10 مندرج در فرم شماره 1 و سوال شماره 6 مندرج در فرم شماره 2 مربوط به "حریم ورزشی" با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

5-1: تعریف حریم ورزشی

فاصله خطوط خط کشی زمین تا نزدیکترین مانع (دیوار، ستون، سکو و ...) می باشد. هر زمین خط کشی شده دارای چهار حریم ایمنی به شرح زیر می باشد.

- ✓ حریم طول اول زمین: فاصله خط طولی سمت راست تا نزدیکترین مانع
- ✓ حریم طول دوم زمین: فاصله خط طولی سمت چپ تا نزدیکترین مانع
- ✓ حریم عرض اول زمین: فاصله خط عرضی سمت بالا تا نزدیکترین مانع
- ✓ حریم عرض دوم زمین: فاصله خط عرضی سمت پائین تا نزدیکترین مانع

تبصره:

تعریف مانع با توجه به تعریف حریم ورزشی به شرح ذیل می باشد: در صورتیکه در اطراف هر یک از خط کشی های زمین ورزشی، ستون، سکوی تماشاچی یا دیوار وجود داشته باشد، حریم آن زمین ورزشی از طریق اندازه گیری فاصله خط طولی و عرضی، تا اولین مانع (ستون، سکو، دیوار) تعیین می گردد.

تذکر: سوال شماره 10 مندرج در فرم شماره 1 و سوال شماره 6 مندرج در فرم شماره 2 مربوط به "حریم ورزشی" با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

6-1: تعریف پیست دو و میدانی:

سازه ای به شکل مستطیل یا بیضی است که در داخل فضای روباز یا رو بسته احداث می گردد و دارای ضوابط فنی ورزش دو و میدانی می باشد.

توجه: در پیست دو و میدانی سالنی رشته های میدانی برگزار نمی گردد.

توجه: در پیست دو و میدانی روباز کلیه رشته های دو و میدانی برگزار می گردد.

تذکر: سوال شماره 11 مندرج در فرم شماره 1 و سوال شماره 6 مندرج در فرم شماره 2 مربوط به "پیست دو و میدانی" با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

7-1: تعریف زمین های ورزشی روباز

یک مکان ورزشی روباز با حصار چهار طرف آن را زمین ورزشی روباز گویند که برای انجام انواع ورزش های نظیر ورزش های توپی، ورزش های راکتی، ورزش های رزمی و ... با خط کشی های مربوط به زمین های بازی هر رشته ورزشی احداث شده باشد، همچنین قابل توجه می باشد که در زمین ورزشی روباز یک الی چند رشته ورزشی را می توان به طور همزمان و یا غیر همزمان برگزار نمود.

مثال 1- زمین چمن ورزشی روباز دانشکده شریعتی با خط کشی زمین فوتبال

مثال 2- زمین ورزشی روباز دانشکده شریعتی با لوازم بدنسازی پارکی و کف آسفالت

مثال 3- زمین ورزشی روباز دانشکده شریعتی با کف آسفالت و خط کشی زمین های ورزشی والیبال و بسکتبال

تذکر: سوالات شماره 1الی6 مندرج در فرم شماره 2 مربوط به "خط کشی زمین های ورزشی" با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

8-1: تعریف استخر

سازه ای به شکل مستطیل که درون زمین ساخته شده و از آب پر میشود تا برای شنا کردن استفاده شود البته امکان دارد این سازه مستطیل شکل نباشد ولی دارای ضوابط فنی و ورزشی لازم بوده و در آن فضا امکان برگزاری رشته های ورزشی آبی وجود داشته باشد.

تذکر: سوالات شماره 1الی8 مندرج در فرم شماره 3 مربوط به "استخرهای شنا" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه ای با توجه به تعریف فوق پاسخ

داده شود.

تعاریف مربوط به ایمنی اماکن ورزشی مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای

تعاریف این قسمت جهت تکمیل فرمهای شماره 4 در مورد ایمنی سالنهای ورزشی، فرم شماره 2 در مورد ایمنی زمینهای روباز و فرم شماره 3 در مورد ایمنی استخرهای شنا می‌باشد.

2-1: تعریف ایمنی: ایمنی محفوظ و مصون بودن از خطر، در سلامت بودن هر چیز، و حالتی که در آن احتمال خطر آسیب (به اشخاص) یا خسارت مادی، به میزان قابل قبول کاهش یابد.

2-2: تعریف استاندارد: مدارکی مصوب از سوی سازمان مرتبط که در برگیرنده قواعد، راهنمایی‌ها یا ویژگی‌هایی برای اجرای فعالیت‌ها می‌باشد. (در این فرم، استاندارد به کلیه امکانات و تجهیزاتی اطلاق می‌گردد که مورد تایید فدراسیون ورزشی رشته مربوطه باشد و قابلیت لازم و مطلوب را جهت برگزاری مسابقات کشوری دارا باشد.)

2-3: تعریف ضربه گیر: عبارت است از یک لایه اسفنج قطور با روکش مناسب و دارای قابلیت انعطاف مطلوب که به منظور پیشگیری از حوادث ناشی از برخورد ورزشکاران در حین فعالیتهای ورزشی با دیوارها، ستون‌ها، پایه‌ها، سکوی تماشاچی و... در هر سالن مستقل ورزشی می‌گردد.

- در صورتی که کابلهای برق، چراغها، شیشه پنجره‌ها، سیستم سرمایشی و گرمایشی در فضا یا ارتفاع مناسبی نصب شده باشند و عدم وجود ضربه گیر به هیچ وجه ایمنی ورزشکار را به خطر نیندازد، در سوالات 3، 4، 5، فرم شماره 5، گزینه "نیاز ندارد" را انتخاب کنید.
- در صورتی که دیوار یا حفاظ زمین ورزشی روباز در فاصله مناسبی نصب شده باشند که عدم وجود ضربه گیر به هیچ وجه ایمنی ورزشکار را به خطر نیندازد، در سوال 2 فرم شماره 6 گزینه "نیاز ندارد" را انتخاب کنید.

تذکر: سوالات شماره 3، 4، 5، مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" و سوال شماره 2 مندرج در فرم شماره 6 مربوط به "ایمنی زمین‌های ورزشی روباز" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-4: تعریف تور ضربه گیر توپ: عبارت است تور بافته شده از جنس مرغوب و ایمن در برابر برخورد توپ که با توجه به ارتفاع و عرض هر زمین ورزشی بافته و در بخش انتهایی و پشت دروازه‌های هندبال و فوتسال به منظور پیشگیری از حوادث ناشی از برخورد توپ به دیوار در حین بازی و... نصب می‌گردد.

تذکر: سوال شماره 2 مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-5: تعریف محافظ: وسیله‌ای است که به منظور پیشگیری از حوادث ناشی از برخورد توپ و یا هر وسیله‌ای دیگر در حین فعالیت به سیستم‌های حرارتی، پروژکتورها، شیشه‌های پنجره، کابل‌های برق و... در داخل زمین‌های ورزشی هر سالن نصب می‌گردد.

- در صورتی که کابل‌های برق، چراغها، شیشه پنجره‌ها، سیستم سرمایشی و گرمایشی در فضا یا ارتفاع مناسبی نصب شده باشند که عدم وجود محافظ به هیچ وجه ایمنی ورزشکار را به خطر نیندازد، در سوالات 4 گزینه "نیاز ندارد" را انتخاب کنید.

تذکر: سوال شماره 4 مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-6: تعریف محافظ عایق در برابر رطوبت و گرما(مربوط به استخر): عبارت است از محافظ کابل‌های برق و چراغهای اطراف استخر که از ورود رطوبت و گرما به داخل آنها ممانعت کرده و مانع از ایجاد حوادث ناشی از جریان برق می‌شود.

تذکر: سوال شماره 4 مندرج در فرم شماره 7 مربوط به "ایمنی استخر" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-7: تعریف ثابت‌کننده دروازه: وسیله‌ای که برای متصل و ثابت کردن دروازه‌ها به زمین یا دیوار و به منظور پیشگیری از سقوط احتمالی آنها به کار می‌رود.

تذکر: سوال شماره 5 مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-8: تعریف کف پوش سالم ورزشی: عبارت است از کف‌پوشی که استاندارد بوده و فاقد هر نوع از بین رفتگی قسمتی از کفپوش (سائیدگی شدید، پارگی و...)، بازبودن بیش از حد درزها و یا هر نوع ناهمواری (برآمدگی یا فرورفتگی) بخصوص در ناحیه زمین بازی باشد که ایمنی ورزشکار را به خطر اندازد.

تذکر: سوال شماره 6 مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-9: تعریف پایه‌های رشته‌های ورزشی :

1. پایه‌های متحرک: عبارتند از پایه‌هایی که قابلیت جابجایی و نقل و انتقال را در زمان استفاده از زمین‌های ورزشی چندمنظوره را داشته باشند.
2. پایه‌های ثابت: عبارتند از پایه‌هایی که به طور کامل به زمین یا دیوار نصب شده باشند و قابلیت جابجایی را نداشته باشند.

• انواع پایه‌های رشته‌های ورزشی بسکتبال:

- پایه‌های هیدرولیک سقفی بسکتبال: در سقف سالن نصب می‌گردد و از طریق دستگاه کنترل قابلیت بسته و باز شدن را دارد.
- پایه‌های ثابت سقفی بسکتبال: در سقف سالن به طور ثابت نصب می‌گردد و قابلیت بسته و باز شدن را ندارد.

- پایه‌های ثابت دیواری بسکتبال: در دیوارهای سالن به طور ثابت نصب می‌گردد.
- پایه‌های متحرک زمینی بسکتبال: پایه‌های چرخ دار که قابلیت جابجایی و نقل و انتقال را در زمان استفاده از زمین‌های ورزشی را دارد.
- پایه‌های ثابت زمینی بسکتبال: پایه‌های بدون چرخ که در زمین ثابت می‌شود و قابلیت جابجایی را در زمان استفاده از زمین‌های ورزشی را ندارد.

• **انواع پایه‌های رشته‌های ورزشی والیبال و بدمینتون:**

- پایه‌های متحرک والیبال: عبارتند از پایه‌هایی که قابلیت جابجایی و نقل و انتقال را در زمان استفاده از زمین‌های ورزشی را دارد.
- پایه‌های ثابت والیبال: عبارتند از پایه‌هایی که به طور کامل به زمین نصب شده باشند و قابلیت جابجایی را در زمان استفاده از زمین‌های ورزشی را ندارد.

تذکر: سوال شماره 2 مندرج در فرم شماره 5 مربوط به "ایمنی سالن‌های ورزشی" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق

پاسخ داده شود.

2-10: تعریف سرگیر (مربوط به استخر): عبارت است از کفپوشی مخطط که در قسمت دوش‌ها و محوطه استخرهای دارای کفپوش غیر استاندارد و سر مورد استفاده قرار می‌گیرد و کاربرد آن حفظ ایمنی هنگام تردد در قسمت‌های مذکور می‌باشد.

- در صورتی که کفپوش محوطه و زیر دوش‌ها از جنس مناسبی انتخاب شده باد عدم وجود سرگیر به هیچ وجه ایمنی ورزشکار را در هنگام تردد به خطر نیندازد، در سوال 2، فرم شماره 7، گزینه "نیاز ندارد" را انتخاب کنید.

تذکر: سوال شماره 2 مندرج در فرم شماره 7 مربوط به "ایمنی استخر" مراکز تابعه دانشگاه فنی و حرفه‌ای با توجه به تعریف فوق پاسخ داده شود.

2-11: بیمه‌نامه‌های اماکن ورزشی (سالن، استخر، زمین روباز، پیست دو و میدانی) ورزشی:

1. بیمه‌نامه مسئولیت مدنی
2. بیمه نامه حوادث

توجه مهم:

جهت اطلاع از اینکه مرکز تابعه مربوطه کدامیک از بیمه‌نامه‌های فوق را دارا می‌باشد از مسئولین زیربط مرکز اطلاعات لازم را کسب نموده و سپس اقدام به تکمیل سوال شماره 5 پرسشنامه نمایید.