



بسته پیشنهادی برنامه‌های گرامیداشت هفته تربیت بدنی و ورزش

به منظور ایجاد هماهنگی، تنوع و انسجام در برنامه‌های دانشگاه‌ها، پیشنهاد می‌شود دانشگاه‌ها با توجه به ظرفیت‌ها، امکانات و شرایط خود، نسبت به اجرای برنامه‌ها در محورهای زیر اقدام نمایند:

۱. ورزش همگانی و سلامت محور

- پیاده‌روی و فعالیت بدنی گروهی دانشگاهیان
- جشنواره ورزش‌های همگانی و تفریحی
- برنامه‌های طبیعت گردی و فعالیت بدنی در فضای باز
- برنامه‌های سنجش و ارتقای تندرستی
- برنامه‌های آموزشی سبک زندگی فعال و پیشگیری از کم تحرکی
- برنامه‌های ورزشی ویژه کارکنان و اعضای هیئت علمی

۲. ورزش قهرمانی و استعدادیابی

- برگزاری مسابقات و جشنواره‌های ورزشی
- استعدادیابی و شناسایی دانشجویان مستعد
- معرفی و تجلیل از قهرمانان و مدال‌آوران دانشگاه
- نشست با قهرمانان، مربیان و پیشکسوتان
- برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای ورزشکاران، مربیان و سرپرستان تیم‌ها

۳. برنامه‌های فرهنگی، آموزشی و اجتماعی

- همایش‌ها و نشست‌های تخصصی با موضوع ورزش و سلامت
- مسابقات و برنامه‌های فرهنگی مرتبط با ورزش
- تولید محتوای آموزشی و فرهنگی
- نمایشگاه عکس و دستاوردهای ورزشی دانشگاه
- تقدیر از مربیان، داوران، کارشناسان و فعالان ورزش دانشگاه

۴. برنامه‌های نوآورانه و مشارکت محور

- استفاده از ظرفیت انجمن‌ها و کانون‌های ورزشی دانشجویی
- مشارکت تشکلهای دانشجویی در اجرای برنامه‌ها
- جلب مشارکت حامیان و بخش خصوصی



- تولید کلیپ، پادکست، مصاحبه و گزارش‌های رسانه‌ای
- همکاری با شهرداری‌ها، هیئت‌های ورزشی و سایر دستگاه‌های مرتبط
- پیش‌بینی برنامه‌های ورزشی فراگیر برای دانشجویان دارای معلولیت و کم‌توانان

برنامه‌های هماهنگ

الف) پیاده‌روی هماهنگ دانشگاهیان – سه‌شنبه ۲۸ آبان‌ماه

با مشارکت دانشجویان، اعضای هیئت علمی و کارکنان و با هدف ترویج فعالیت بدنی و ورزش همگانی.

ب) طبیعت‌گردی هماهنگ – ۳۰ آبان‌ماه

با هدف توسعه فعالیت بدنی در فضای باز، افزایش نشاط و شادابی و ترویج سبک زندگی فعال.

نحوه اجرا، مسیر و سایر جزئیات برنامه‌ها با توجه به شرایط و امکانات هر دانشگاه و با رعایت الزامات ایمنی تعیین خواهد شد.

نحوه ثبت و گزارش فعالیت‌ها

تمامی دانشگاه‌ها نسبت به ثبت فعالیت‌های انجام‌شده در سامانه جامع ورزش دانشگاهی (برومند) اقدام نمایند.

اطلاعات هر فعالیت حداقل شامل موارد زیر باشد:

- عنوان و نوع برنامه
- تاریخ و محل برگزاری
- جامعه هدف
- تعداد شرکت‌کنندگان
- شرح مختصر برنامه
- تصاویر و مستندات مربوط به اجرای فعالیت

دانشگاه‌ها همچنین می‌توانند گزارش‌ها و مستندات شاخص و برنامه‌های خلاقانه خود را برای انعکاس در رسانه‌های اداره کل تربیت‌بدنی ارسال نمایند.

تأکید می‌شود هدف از این برنامه‌ها، ایجاد رقابت در تعداد برنامه‌ها نیست؛ بلکه افزایش مشارکت واقعی دانشگاهیان، ترویج فعالیت بدنی و ایجاد نشاط و تحرک در محیط دانشگاه مورد نظر است.



نام گذاری روزهای هفته تربیت بدنی در سال ۱۴۰۵

عنوان روز	رویکرد	روز	تاریخ
«آگاهانه حرکت کنیم»	اصلاح نگرش و سواد حرکتی	یکشنبه	مهر ۲۶
«زندگی با طعم نشاط»	افزایش شور و نشاط و امید به آینده	دوشنبه	مهر ۲۷
«هم قدم برای سلامتی»	ورزش همگانی و مشارکت عمومی – پیاده روی هماهنگ	سه شنبه	مهر ۲۸
«ورزش؛ نزدیک تر از همیشه»	توانمندسازی و دسترسی به امکانات – افتتاح پروژه های ورزشی خوابگاه ها	چهارشنبه	مهر ۲۹
«با طبیعت، هم نفس»	فعالیت همگانی در طبیعت – طبیعت گردی هماهنگ	پنجشنبه	مهر ۳۰
«با هم، برای حال بهتر»	تقویت بنیاد خانواده و مشارکت اجتماعی	جمعه	آبان ۱
«همراهان فردای ورزش»	خیرین، حامیان و نهادهای مدنی	شنبه	آبان ۲