



گزارش عملکرد هفته تربیت بدنی



مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه بیرجند

ورزش خواهران

حمیده مرکی

فهرست

- فرم گزارش فعالیت ها و برنامه های هفته تربیت بدنی کارکنان سال 1404 3
- ورزش کارکنان و اعضای هیات علمی 4
- مسابقات تیر اندازی با تفنگ بادی 4
- مسابقات دارت 6
- مسابقات دارت پردیس کشاورزی و منابع طبیعی 7
- پویش آموزشی ورزشی سلامت بانوان 8
- مسابقات دارت کارکنان خانم دستگاه های اجرایی استان به مناسبت روز کارمند 10
- مسابقات تیراندازی کارکنان دستگاه های اجرایی 11
- تجلیل و تقدیر از مدیران پیشکسوت تربیت بدنی دانشگاه بیرجند 12
- دوره مربیگری و ارتقا آمادگی جسمانی در تیراندازی 13
- کلاس ایروبیک و پيلاتس ویژه اعضای هیات علمی و کارکنان 14

فرم گزارش فعالیت ها و برنامه های هفته تربیت بدنی کارکنان سال 1404

تعداد کارکنان شرکت کننده:

تعداد کارکنان دانشگاه:

دانشگاه: بیرجند

ردیف	فعالیت ها و رشته های برگزاری	جمعیت تحت پوشش (نفر)			مکان برگزاری
		آقا	خانم	مجموع	
1	برگزاری مسابقه تیراندازی با تفنگ بادی پردیس شوکت آباد	-	20	-	جاده تندرستی
2	برگزاری مسابقه تیراندازی با تفنگ بادی پردیس امیرآباد	-	9	-	پردیس کشاورزی
3	برگزاری مسابقه دارت پردیس شوکت آباد	-	18	-	سالن کوثر
4	برگزاری مسابقه دارت پردیس کشاورزی	-	9	-	سالن غدیر
5	برگزاری مسابقه کورن هول پردیس کشاورزی	-	9	-	سالن غدیر
6	پویش آموزشی - ورزشی سلامت بانوان	-	60	60	سالن کوثر
7	برگزاری مسابقه فریزی	-	55	-	سالن کوثر
8	برگزاری مسابقه کورن هول	-	26	-	سالن کوثر
9	مسابقه دارت کارکنان دستگاه های اجرایی	-	5	-	خانه دارت دکتر گنجی
10	مسابقه تیراندازی کارکنان دستگاه های اجرایی	-	3	-	هیات تیراندازی
11		-			
12		-	-	-	
13		-	-	-	
14		-	-	-	
جمع کل			214		

دکتر حسین بارانی

معاون دانشجویی

دکتر مهدی مقرنسی

مدیر تربیت بدنی و فوق برنامه

ورزش کارکنان و اعضای هیات علمی

مسابقات تیر اندازی با تفنگ بادی

مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه بیرجند با همکاری معاونت فرهنگی و اجتماعی به مناسبت هفته دفاع مقدس و در قالب **مسابقات فرهنگی- ورزشی جام شهدای دانشجوی دانشگاه بیرجند** برگزار می کند.

مسابقات تیراندازی با تفنگ بادی

ویژه کارکنان و اعضای هیئت علمی

پردیس کشاورزی

پردیس شوکت آباد

۱۳ مهرماه ۱۴۰۴

۱۲ مهرماه ۱۴۰۴

خواهران و برادران هم زمان
۹:۳۰ الی ۱۱

خواهران: ۸:۳۰-۱۰
برادران: ۱۰-۱۱:۳۰

پردیس کشاورزی
دانشگاه بیرجند

پردیس شوکت آباد
جاده تندرستی روبروی سالن فجر

توجه: همکاران گرامی از آوردن **تفنگ شخصی** خود برای مسابقه خودداری کنند



وزارت آموزش عالی





زمان برگزاری: 13 مهر - پردیس شوکت آباد، 12 مهر - پردیس کشاورزی

تعداد شرکت کنندگان: 29 نفر

نفرات برتر پردیس شوکت آباد: مقام اول: نرجس لبافی، مقام دوم: مریم یعقوب زاده و حمیده مرکی، مقام سوم: آسیه شنیده و نیره دبیری نیا

نفرات برتر پردیس کشاورزی: مقام اول: سیده فاطمه خراشادی زاده، مقام دوم: لیدا خطیب، مقام سوم: طاهره عاملی

مسابقات دارت



مسابقات دارت به مناسبت هفته تربیت بدنی و ورزش
 ویژه کارکنان و اعضای هیئت علمی آقایان و بانوان
پردیس شوکت آباد

زمان: یکشنبه ۱۴۰۴/۰۸/۰۴ ساعت ۱۰ الی ۱۲
مکان: سالن ورزشی کوثر

مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه
ورزش کارکنان

زمان برگزاری: 4 آبان ماه

مکان برگزاری: سالن کوثر

تعداد شرکت کنندگان: 22 نفر

نفرات برتر: زهرا قادری با امتیاز 78 مقام اول، منصوره صحراگرد با امتیاز 75 مقام دوم و عصمت نجفی با امتیاز 65 مقام سوم.

سرپرست فنی مسابقات: حمیده مرکی

داوری مسابقات: دبیران انجمن ورزشی ساجده بیضایی، مهدیه رستمی

مسابقات دарт پردیس کشاورزی و منابع طبیعی



زمان برگزاری:

مکان برگزاری: سالن غدیر

تعداد شرکت کننده: 18 نفر

نتایج نهایی مسابقات بانوان

دارت بانوان: مقام اول: خانم طیبه حاجی رضایی، مقام دوم: خانم صغری مودی، مقام سوم: خانم طاهره عاملی

کورن هول بانوان: مقام اول: خانم طاهره عاملی، مقام دوم: خانم سیده فاطمه خراشادی زاده، مقام سوم: خانم

صغری مودی

پوش آموزش ورزشی سلامت بانوان




اداره بهداشت و درمان با همکاری مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه بیرجند برگزار می کند
پوش آموزش - ورزشی سلامت بانوان
آگاهی، تحرک و پیشگیری از سرطان سینه


ویژه بانوان
 قدم بزن، آگاه شو، سالم بمان.


برنامه های پوش:

- پیاده روی همگانی همراه با برگزاری مسابقات مهیج (فریض، کورن هول و بوکای خنده)
- آموزش خودمراقبتی با انجام به موقع غربالگری
- توزیع بروشور آموزشی با موضوع سرطان سینه
- با قرعه کشی و اهدا جوایز

با حضور سرکار خانم قزاقی کارشناس مامایی مرکز بهداشت شهرستان بیرجند

چهارشنبه ۷ آبان ماه ۷:۳۰ الی ۸:۳۰
 مسیر پیاده روی: روبروی سازمان مرکزی به سمت سان کوثر

پوش آموزش ورزشی سلامت بانوان

به همت اداره بهداشت و درمان با همکاری مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه در سالن کوثر چهارشنبه ۷ آبان ماه ۱۴۰۴ با سخنرانی خانم قزاقی از مرکز بهداشت استان، به همراه مسابقات مهیج و متنوع ورزشهای فریضی و کورن هول با حضور ۶۰ نفر از بانوان برگزار شد.



نتایج مسابقات:

مسابقات فریزی: مقام اول: مریم یعقوب زاده، مقام دوم: سپیده سالاری، مقام سوم: صغری مودی

مسابقات کورن هول: مقام اول: فاطمه جعفری، مقام دوم: سید نرجس لبافی، مقام سوم: زهرا انجیری و زینب گلرنگی (مشترک)

مسابقات دарт کارکنان خانم دستگاه های اجرایی استان به مناسب روز کارمند



روز چهارشنبه مورخ ۰۵/۰۶/۱۴۰۴ مسابقات دارت کارکنان خانم، دستگاه های اجرایی استان با حضور بیش از ۸۰ نفر در دویخش حرفه ای و نیم حرفه ای به صورت انفرادی، در محل خانه دارت دکتر گنجی شهرستان برگزار گردید.

در این مسابقات، خانم زهرا قادری مقام سوم در بخش حرفه ای را کسب کردند

اعضا تیم دارت خانم ها: معصومه خیریه، زهرا قادری، نازیلا دیوانی، مریم یعقوبی زاده، زهرا انجیری

مربی و سرپرست تیم : سرکار خانم حمیده مرکی

مسابقات تیراندازی کارکنان دستگاه های اجرایی



به مناسبت گرامیداشت هفته دولت و روز کارمند مسابقات تیراندازی توسط هیات تیراندازی شهرستان، در روز چهارشنبه ۱۲ شهریور برگزار شد.

اعضا تیم دانشگاه بیرجند (خواهران) خانم ها: حمیده مرکی - زهرا انجیری - مهدیه صمیمی

مقام اول انفرادی : مهدیه صمیمی

در مجموع امتیازات تیم دانشگاه بیرجند مقام اول را کسب کردند.

سرپرست و مربی تیم خانم حمیده مرکی

تجلیل و تقدیر از مدیران پیشکسوت تربیت بدنی دانشگاه بیرجند



این مراسم با هدف پاسداشت خدمات ارزشمند و تلاش‌های بی‌وقفه مدیران اسبق تربیت بدنی برگزار گردید. در این آیین، از آقای علی اصغر مودی، دکتر علی ثقه‌الاسلامی، حسین سالاری و زهره حسن پور فرد به‌عنوان چهره‌های شاخص و اثرگذار در حوزه تربیت بدنی دانشگاه، با اهدای لوح تقدیر و هدایایی تجلیل به عمل آمد.

دوره مربیگری و ارتقا آمادگی جسمانی در تیراندازی



خانم حمیده مرکی، کارشناس مسئول مدیریت فوق برنامه و تربیت بدنی دانشگاه بیرجند، در دوره مربیگری و ارتقا آمادگی جسمانی در تیراندازی شرکت کردند.

کلاس ایروبیک و پیلاتس ویژه اعضای هیات علمی و کارکنان



دانشگاه بیرجند
University of Birjand

کلاس ایروبیک و پیلاتس

ویژه اساتید، اعضای هیئت علمی و کارکنان دانشگاه بیرجند

محل برگزاری کلاس ها: سالن ورزشی غدیر

روزهای یکشنبه و چهارشنبه

ساعت ۷ صبح

زیر نظر مربی رسمی فدراسیون آمادگی جسمانی

و دارنده مقامات استانی و کشوری

مربی: خانم خالقدادی

راه های ارتباطی



09036251744



05631025214

مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه بیرجند، ورزش کارکنان

