

### برنامه پیشنهادی انجمن ورزشی تکواندو در سال 1398

| توسعه فعالیت های آموزشی                |                                   |                 |          |                             | الف) محور اصلی برنامه                                      |
|--|-----------------------------------|-----------------|----------|-----------------------------|--|
| توانمندسازی منابع انسانی در دانشگاه ها |                                   |                 |          |                             | ب) هدف   |
| اولویت                                 | مسئول اجرا                        | میزبان          | زمان     | مخاطب                       | د) عنوان فعالیت  |
| اول                                    | مدیریت تربیت بدنی دانشگاه خوارزمی | دانشگاه خوارزمی | تیرماه   | کارشناسان و مدیران          | 1-برگزاری کلاس داورى پومسه (بانوان_آقایان)                 |
| اول                                    | دبیر منطقه                        | مناطق داوطلب    | تیرماه   | کارشناسان و مدیران          | 2-کارگاه علم تمرین در تکواندو(مناطق)                       |
| دوم                                    | مدیریت تربیت بدنی دانشگاه تهران   | دانشگاه تهران   | بهمن ماه | کارشناسان و مدیران          | 3-کارگاه روانشناسی ورزشی با همکاری انجمن های ووشو و کاراته |
| دوم                                    | انجمن تکواندو                     | دانشگاه داوطلب  | شهریور   | کارشناسان و مدیران (آقایان) | 4-کارگاه کوچینگ  |

| توسعه فعالیت های ورزش همگانی                |            |              |                            |                    | الف) محور اصلی برنامه                          |
|---|------------|--------------|----------------------------|--------------------|--|
| افزایش مشارکت دانشجویان در فعالیت های ورزشی |            |              |                            |                    | ب) هدف   |
| اولویت                                      | مسئول اجرا | میزبان       | زمان                       | مخاطب              | د) عنوان فعالیت                                |
| اول   | دبیر منطقه | منطقه داوطلب | در طول سال                 | دانشجویان          | 1-آموزش هوشین سول (دفاع شخصی)(مناطق)           |
| اول   | دبیر منطقه | منطقه داوطلب | در ایام اعیاد و روزهای خاص | دانشجویان          | 2-اجرای حرکات نمایشی و شکستن اجسام سخت (مناطق) |
| اول   | دبیر منطقه | مناطق داوطلب | طول سال                    | دانشجویان (بانوان) | 3-کلاس آموزشی تکواندو ایروبیکی                 |

| توسعه فعالیت های قهرمانی                         |               |                  |         |                        | الف) محور اصلی برنامه   |
|--|---------------|------------------|---------|------------------------|---|
| ایجاد انگیزه در دانشجویان و شناسایی نخبگان ورزشی |               |                  |         |                        | ب) هدف  |
| اولویت   | مسئول اجرا    | میزبان           | زمان    | مخاطب                  | د) عنوان فعالیت   |
| -----  | دبیران مناطق  | مناطق دهگانه     | طول سال | دانشجویان مناطق دهگانه | 1-انتخابی المپید 99 گیلان در مناطق دهگانه(بانوان)                                       |
| -----  | دبیران مناطق  | مناطق دهگانه     | طول سال | دانشجویان مناطق دهگانه | 2-انتخابی المپید 99 گیلان در مناطق دهگانه(آقایان)                                       |
| دوم  | دبیر منطقه    | منطقه داوطلب     | طول سال | دانشجویان              | 3-برگزاری مسابقات چندجانبه در مناطق دهگانه (دانشگاههای آزاد، دولتی.... (پومسه، کیوروگی) |
| دوم  | انجمن تکواندو | دانشگاه مقام آور | طول سال | دانشجویان              | 4-آمادگی جهت شرکت و اعزام تیم منتخب دانشجویان(المپید شیراز)به تورنمنت های برون مرزی     |