

ورزشخانه

ذوالفقار

۱۳۹۶

فهرست برنامه های زورخانه ذوالفقار:

- ۱..... جشن ولادت گوهر امامت.....
- ۲..... جشن گلریزان.....
- ۳..... جشنواره پهلوانان برتر.....
- ۴..... صبح و نشاط.....
- ۵..... نمایشگاه نقاشی پهلوانان آینده ساز.....
- ۶..... جشنواره نقالان کوچک.....
- ۷..... همگام با ورزش.....
- ۸..... مسابقات مچ اندازی.....
- ۹..... شاهنامه خوانی.....
- ۱۰..... ورزش صبحگاهی.....
- ۱۱..... در گود زورخانه.....
- ۱۲..... مسابقات ورزش زورخانه ای.....

۱- عنوان برنامه: جشن ولادت گوهر امامت

۲- هدف: ایجاد بستری مناسب جهت ارتقاء هویت دینی، ملی و انقلابی شهروندان و بهبود و ارتقاء

فرهنگ تفریح و آرائه الگوهای سالم به منظور افزایش نشاط در شهروندان

۳- مخاطبین: عموم شهروندان

۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه: ۶ مورد

۶- حجم پیش بینی شده: ۲۰۰ نفر

۷- شرح برنامه: دعوت از پیشکسوات و قهرمانان ورزش زورخانه ای جهت اجرای حرکات ورزش

باستانی در بین عموم علاقمندان و برپایی مراسم مولودی خوانی، در این برنامه به کودکان شرکت

کننده هدایایی فرهنگی جهت جذب آنها به ورزش باستانی داده خواهد شد. در هر یک از این

جشن ها یکی از چهره های مطرح ورزشی به عنوان مهمان ویژه جهت حضور در برنامه دعوت

خواهند شد و بازوبند پهلوانی به آنها اهدا خواهد شد.

۸- زمان اجرا: ۱/۲۱ ولادت امام علی، ۲/۲۱ ولادت امام زمان، ۶/۱۷ عید غدیر

۹- مکان: ورزشخانه ذوالفقار

۱- عنوان برنامه: جشن گلریزان

۲- هدف: ترویج فرهنگ پهلوانی و جوانمردی و افزایش شناخت نوجوانان و جوانان به ورزش باستانی

۳- مخاطبین: عموم شهروندان

۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه: ۲ مورد

۶- حجم پیش بینی شده: ۱۰۰۰ نفر

۷- شرح برنامه: این برنامه بمناسبت روز فرهنگ پهلوانی و ورزش زورخانه ای با حضور شهروندان و جمعی از هنرمندان و پیشکسوتان برگزار می شود، در این برنامه یکی از چهره های مطرح هنری به عنوان مهمان ویژه دعوت خواهد شد و گروه های هنری همچون سمفونی، موسیقی و باستانی کاران مطرح استانی اقدام به اجرای برنامه نموده و سپس از طریق یک مجری برگزیده و همچنین هنرمند مدعو اقدام به گردآوری هدایای مردمی جهت کمک به نیازمندان می شود در این برنامه از پیشکسوتان استانی در رشته باستانی تقدیر به عمل خواهد آمد.

۸- زمان اجرا: ۵/۱

۹- مکان: تالار شیخ بهایی

۱- عنوان برنامه: جشنواره پهلوانان برتر

۲- هدف: ترویج فرهنگ پهلوانی و جوانمردی و افزایش شناخت نوجوانان و جوانان به ورزش باستانی

۳- مخاطبین: دانش آموزان

۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه: فاقد پیشینه

۶- حجم پیش بینی شده: ۲۰۰۰ نفر

۷- شرح برنامه: این برنامه تحت عنوان جشنواره پهلوانان برتر در قالب های هنری مختلف از قبیل نقاشی، عکس، جملات کوتاه، شعر و داستان با موضوع پهلوان کیست در مدارس سطح شهر برگزار می گردد و به نفرات اول تا سوم هر رشته جوایزی اهدا خواهد شد. لازم به ذکر است که جهت اجرای این برنامه لازم است که یک کتاب داستان با موضوع مربوط به هر شرکت کننده داده شود تا نسبت به محتوای برنامه ذهنیت لازم حاصل شود.

۸- زمان اجرا: ۸/۱ تا ۸/۳۰

۹- مکان: ورزشخانه ذوالفقار

۱- عنوان برنامه: صبح و نشاط

۲- هدف: ایجاد انگیزه و نشاط در جوانان و نوجوانان به منظور انجام و استمرار فعالیتهای ورزشی

۳- مخاطبین: دانش آموزان

۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه: ۵ مورد

۶- حجم پیش بینی شده: ۲۰۰۰ نفر

۷- شرح برنامه: در این برنامه مرشد به همراه برخی از ورزشکاران باستانی کار در زورخانه حضور

بافته و به عنوان ورزش صبحگاهی مدارس اقدام به اجرای ورزش باستانی برای دانش آموزان می

نمایند و سپس برخی از حرکات ورزشی را به صورت گروهی با دانش آموزان انجام می دهند.

۸- زمان اجرا: ۷/۲۲ تا ۱۲/۲۰ (شنبه ها و دوشنبه ها)

۹- مکان: مدارس

۱- عنوان برنامه: نمایشگاه نقاشی پهلوانان آینده ساز

۲- هدف: ترویج فرهنگ پهلوانی و جوانمردی و افزایش شناخت نوجوانان و جوانان به ورزش باستانی

۳- مخاطبین: دانش آموزان

۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه: فاقد پیشینه

۶- حجم پیش بینی شده: ۲۰۰۰ نفر

۷- شرح برنامه: برترین آثار نقاشی دانش آموزان که در سال ۹۴ و ۹۵ در جشنواره جوانمردی در مدارس سطح شهر برگزار شده را بمناسبت عید غدیر خم در زورخانه ذوالفقار به نمایش عموم شهروندان و دانش آموزان و والدین آنها گذاشته میشود.

۸- زمان اجرا: ۶/۳۱ تا ۶/۷

۹- مکان: ورزشخانه ذوالفقار

۱- عنوان برنامه : جشنواره نقالان کوچک

۲- هدف : ترویج فرهنگ پهلوانی و جوانمردی و افزایش شناخت نوجوانان و جوانان به ورزش باستانی

۳- مخاطبین : دانش آموزان

۴- مجری طرح : ورزشخانه ذوالفقار

۵- سابقه : فاقد پیشینه

۶- حجم بیش بینی شده : ۲۰۰ نفر

۷- شرح برنامه : طی یک کارگاه آموزشی چهار جلسه ای به تعدادی از نوجوانان علاقمند شیوه های نفالی آموزش داده می شود و سپس در جشنواره اختصاصی نوجوانان آموزش دیده به رقابت با یکدیگر می پردازند و بهترین نقاله خوان نوجوان انتخاب می شود و در پایان به نفرات برتر جوایزی اهدا می شود.

۸- زمان اجرا : ۱۰/۵-۱۰/۱۲-۱۰/۱۹-۱۰/۲۶-۱۱/۱۲

۹- مکان : ورزشخانه ذوالفقار

- ۱- عنوان برنامه: همگام با ورزش
- ۲- هدف: فرهنگ سازی جهت بهبود سلامت فردی شهروندان با افزایش فعالیت های ورزش با تاکید بر ورزش های همگانی
- ۳- مخاطبین: کارمندان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه
- ۵- سابقه: فاقد پیشینه
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۱۰۰ نفر
- ۷- شرح برنامه: انجام ورزش صبحگاهی با حضور یک مربی مجرب به همراه ضرب زورخانه، در این برنامه دو اداره به صورت گزینشی انتخاب می شود و هفته ای دو روز پرسنل بمدت ۲۰ دقیقه به ورزش می پردازند.
- ۸- زمان اجرای برنامه: در طول سال
- ۹- مکان برگزاری: ادارات سطح شهر

- ۱- عنوان برنامه: مسابقات مچ اندازی
- ۲- هدف: ارتقاء سطح رویکرد شهروندان به فعالیتهای ورزشی در راستای کاهش آسیب های جسمی و روحی
- ۳- مخاطبین: آقایان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار
- ۵- سابقه: فاقد پیشینه
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۱۰۰
- ۷- شرح برنامه: این مسابقات در گروه سنی بزرگسالان برگزار می شود و پس از برگزاری رقابت ها نفرات برتر انتخاب می شود و جوایز مسابقه به آنها اهدا می شود.
- ۸- زمان اجرای برنامه: ۹۶/۵/۱۲
- ۹- مکان برگزاری: ورزشخانه ذوالفقار

- ۱- عنوان برنامه: شاهنامه خوانی
- ۲- هدف: افزایش شناخت و دانش شهروندان در حوزه فرهنگ و ادب
- ۳- مخاطبین: عموم شهروندان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار
- ۵- سابقه: بدون سابقه پیشین
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۲۰۰
- ۷- شرح برنامه: برگزاری مراسم شاهنامه خوانی و نقالی با حضور اساتید مجرب بصورت مستمر در هر هفته برگزار میشود و علاقمندان از این پاتوق استفاده میکنند.
- ۸- زمان اجرای برنامه: سه شنبه ها از ۲/۵
- ۹- مکان برگزاری: ورزشخانه ذوالفقار

- ۱- عنوان برنامه: ورزش صبحگاهی
- ۲- هدف: فرهنگ سازی جهت بهبود سلامت فردی شهروندان با افزایش فعالیتهای ورزشی با تاکید بر ورزش همگانی
- ۳- مخاطبین: عموم شهروندان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار
- ۵- سابقه: فاقد پیشینه
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۵۰۰
- ۷- شرح برنامه: حضور یک مربی مجرب به همراه مرشد در یکی از پارک های سطح شهر و اجرای ورزش صبحگاهی و همگانی از ساعت ۶ الی ۷ صبح
- ۸- زمان اجرای برنامه: در طول سال
- ۹- مکان برگزاری: پارک رازی

- ۱- عنوان برنامه: در گود زورخانه
- ۲- هدف: ایجاد انگیزه و نشاط در کودکان و نوجوانان در راستای افزایش گرایش به ورزش باستانی
- ۳- مخاطبین: کودکان و نوجوانان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه ذوالفقار
- ۵- سابقه: با سابقه پیشین
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۳۰۰۰ نفر
- ۷- شرح برنامه: اجرای نمایش زورخانه ای به صورت طنز در جهت آشنا نمودن کودکان و نوجوانان با ورزش پهلوانی و زورخانه ای
- ۸- زمان اجرای برنامه: اول و نیمه هر ماه (در طول سال تحصیلی)
- ۹- مکان برگزاری: ورزشخانه ذوالفقار

- ۱- عنوان برنامه: مسابقات ورزش زورخانه ای
- ۲- هدف: ایجاد انگیزه و نشاط در جوانان و نوجوانان به منظور انجام و استمرار فعالیت های ورزشی
- ۳- مخاطبین: دانش آموزان
- ۴- مجری طرح: ورزشخانه ذالفقار
- ۵- سابقه: اولین بار
- ۶- حجم پیش بینی شده: ۱۰۰
- ۷- شرح برنامه: برگزاری مسابقات استانی با همکاری اداره آموزش و پرورش و هیئت پهلوانی و زورخانه ای، بصورت فراخوان از علاقمندان در رشته های هنرهای فردی و تیمی زورخانه ای اعم از چرخ زدن ، میل بازی، سنگ گیری، کباده، و مرشدی برگزار میشود و به نفرات برگزیده هر رشته جوایزی اهدا میشود.
- ۸- زمان اجرای برنامه: ۱۱/۱۹
- ۹- مکان برگزاری: ورزشخانه ذالفقار