



فدراسیون ورزش‌های همگانی  
National Federation of Paralympic Sports of Iran  
جمهوری اسلامی ایران



به نام خدا

# طرح ملی دوشنبه های پیاده روی

(گزارش تیر ماه)

انجمن پیاده روی ورزشی



# مقدمه

طرح ملی دوشنبه های پیاده روی با هدف افزایش سلامت مردم شریف ایران و غلبه بر معضل کم تحرکی از طریق ترویج فعالیت پیاده روی و اضافه نمودن فعالیت پیاده روی در سبد فعالیت های روزانه همه ایرانیان عزیز آغاز گردید.

این طرح با حمایت های فدراسیون محترم ورزش های همگانی و سازمان ورزش های تفریحی و رقابتی از ابتدای خرداد ماه سال جاری شروع گردید.

طبق اعلام قبلی علاوه بر روزهای دوشنبه، همه آحاد جامعه در تمامی روزهای هفته با انجام فعالیت پیاده روی، گزارش آنرا طبق دستورالعمل ارسالی به هیئات همگانی استان ها در بستر صفحه شخصی و یا صفحات کمیته های پیاده روی استانی منتشر نمودند.



# اطلاع رسانی شعار هفتگی (تصویری - ویدیویی)

## دوشنبه‌های پیاده روی

شعار این هفته



وزارت فرهنگ و تفریح



بنیاد ملی فیلم



فستیوال ملی فیلم

پیاده روی کنید

از پیاده روی خود فیلم  
20 تا 50 ثانیه ای بگیرید.

معرفی خود ، شهر خود  
و شعار هفته

استفاده از هر اپلیکیشن گام شمارو  
اسکرین شات از زمان پیاده روی  
(حداقل ۳۰ دقیقه)

قرار دادن فیلم پیاده روی و اسکرین  
شات در قالب یک پست در صفحه  
شخصی عمومی با دو هشتگ  
#پیاده11 #پیاده (اسم استان)

تگ کردن صفحات  
@isfaf.ir  
@Carso.isfaf  
@isfaf.iswa

جهت ثبت نام به آدرس ذیل مراجعه بفرمائید  
www.irancarso.ir/doshanbe

جایزه 500 هزار تومانی هر هفته به 3 نفر  
مهلت ارسال و بارگزاری فیلم ها دوشنبه  
هر هفته با شعار جدید



# توضیحات

- در انتهای تیر ماه تعداد **۷۰۱۸ محتوا** در قالب فعالیت روزانه پیاده روی، محتواهای آموزشی و انگیزشی ثبت گردید.
- طبق اعلام قبلی، سه شنبه هر هفته **شعار هفتگی** با مشورت سازمان ورزش های تفریحی و رقابتی و هیات ریسه انجمن، تعیین و از طریق صفحه مجازی انجمن پیاده روی و گروه مسئولین استانی کمیته های متنظر استانی اطلاع رسانی گردید.
- **قرعه کشی** سه جایزه پانصد هزارتومانی بطور هفتگی و در روزهای سه شنبه در محل فدراسیون (با نظارت سازمان محترم ورزش های رقابتی و تفریحی) انجام گردید و جوایز توسط سرپرست انجمن به حساب افراد برنده در قرعه کشی واریز شد.
- شایان ذکر است انجمن پیاده روی از طریق ارتباط با افراد برنده از صحت محتوا و **هویت فرد برنده** بصورت ارسال تصویر کارت ملی و شماره کارت بانکی (مختص فرد برنده) اطمینان حاصل کرده و در اختیار امور مالی فدراسیون قرار داد.

# آمار هشتک های استانی

## سه استان برتر در تولید محتوا

مقام اول: استان زنجان (با ۳۰۰۴ محتوا)

مقام دوم: استان سمنان (با ۱۸۹۸ محتوا)

مقام سوم: استان آذربایجان غربی (با ۴۰۷ محتوا)

مقام چهارم: استان گلستان (با ۴۰۵ محتوا)

ردیف	نام استان	تعداد هشتک و محتوا
۱	آذربایجان شرقی	۰
۲	آذربایجان غربی	۴۰۷
۳	اردبیل	۱۳۸
۴	اصفهان	۴
۵	البرز	۲۰
۶	ایلام	۱۹
۷	بوشهر	۱۰۶
۸	تهران	۲
۹	چهارمحال و بختیاری	۴
۱۰	خوزستان	۰
۱۱	خراسان رضوی	۰
۱۲	خراسان جنوبی	۰
۱۳	خراسان شمالی	۸
۱۴	زنجان	۳۰۰۴
۱۵	سمنان	۱۸۹۸
۱۶	سیستان و بلوچستان	۱
۱۷	فارس	۰
۱۸	قزوین	۰
۱۹	قم	۱۵
۲۰	کردستان	۰
۲۱	کرمان	۰
۲۲	کرمانشاه	۱
۲۳	کهگیلویه و بویراحمد	۱۷۳
۲۴	گلستان	۴۰۵
۲۵	گیلان	۰
۲۶	لرستان	۳
۲۷	مازندران	۰
۲۸	مرکزی	۲۸۳
۲۹	هرمزگان	۰
۳۰	همدان	۲۹۸
۳۱	یزد	۲۱۳
۳۲	کیش	۱۱
۳۳	اروند	۱۶

# رتبه اصلی استان ها بر اساس درصد مشارکت

(به نسبت جمعیت استان)

## سه استان برتر

مقام اول: استان زنجان (۰.۲۸۴)

مقام دوم: استان سمنان (۰.۲۷۰)

مقام سوم: استان گلستان (۰.۰۲)

ردیف	نام استان	تعداد هشتک و محتوا
۱	آذربایجان شرقی	۰
۲	آذربایجان غربی	۳۷۴
۳	اردبیل	۱۴۲
۴	اصفهان	۲۶
۵	البرز	۲۷
۶	ایلام	۳۵۲
۷	بوشهر	۲۰۰
۸	تهران	۱۷
۹	چهارمحال و بختیاری	۴
۱۰	خوزستان	۰
۱۱	خراسان رضوی	۳۵
۱۲	خراسان جنوبی	۰
۱۳	خراسان شمالی	۱۷۰۹
۱۴	زنجان	۲۶۶۱
۱۵	سمنان	۲۸۸۹
۱۶	سیستان و بلوچستان	۰
۱۷	فارس	۱
۱۸	قزوین	۱
۱۹	قم	۰
۲۰	کردستان	۰
۲۱	کرمان	۰
۲۲	کرمانشاه	۱۷۲
۲۳	کهگیلویه و بویراحمد	۱۷۳
۲۴	گلستان	۱۸۱
۲۵	گیلان	۰
۲۶	لرستان	۶
۲۷	مازندران	۰
۲۸	مرکزی	۴۴۶
۲۹	هرمزگان	۰
۳۰	همدان	۱۵۹
۳۱	یزد	۱۶۹
۳۲	کیش	۰
۳۳	اروند	۴۴



# ضعیف ترین استان ها در طرح

(به لحاظ همکاری و اجرا)

با نگاهی اجمالی به نتایج طرح در ماه اول می توان دریافت: استان های نامبرده در جدول فعالیت بسیار کمی (در حد صفر) را انجام داده اند!!!

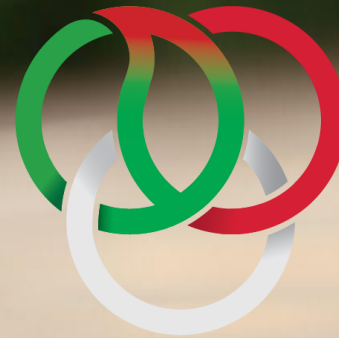
نام استان	
کردستان	آذربایجان شرقی
کرمان	چهارمحال و بختیاری
کرمانشاه	خوزستان
گیلان	خراسان جنوبی
لرستان	سیستان و بلوچستان
مازندران	فارس
هرمزگان	قزوین



# مشکلات پیش روی طرح و پیشنهاد

- علیرغم نامه نگاری های صورت گرفته توسط فدراسیون ورزش های همگانی و پیگیری های مکرر تلفنی انجمن پیاده روی از هیئات استانی، برخی از استان ها همچنان فاقد مسئول کمیته متناظر استانی هستند و متأسفانه برخی از روسای هیات های استانی علاوه بر اینکه فردی را جهت پیگیری و انجام امور پیاده روی هیات خود معرفی نمی نمایند، از قبول فرد پیشنهادی انجمن نیز امتناع می نمایند.
- از طرفی برخی از روسای کمیته های پیاده روی استانی، صرفاً از طرف هیات استان معرفی شده اند و هیچگونه فعالیتی در استان خود ندارند و متأسفانه پاسخگوی انجمن نیز در پیگیری های مکرر نیستند.
- علاوه بر تماس های انجمن، پیگیری فدراسیون محترم ورزش های همگانی و سازمان ورزش های تفریحی و رقابتی از هیئات همگانی استان ها در هرچه بهتر اجرا شدن این طرح ملی، موثر و الزامی به نظر می رسد.





فدراسیون ورزش‌های همگانی  
Islamic Republic of IRAN Sport For All Federation  
جمهوری اسلامی ایران

