



به نام خدا
فدراسیون هندبال جمهوری اسلامی ایران
کمیته آموزش‌های پایه و استعدادیابی
فرم شناسایی استعداد‌های برتر

شماره ثبت:

تاریخ: / / ۱۳.....



ویژگی‌های پیکرسنجی

قد ایستاده (سانتی متر)	
وزن (کیلو گرم)	
طول گستره دو دست (سانتی متر)	
طول وجب (سانتی متر)	
محیط دور کمر (سانتی متر)	
محیط دور لگن (سانتی متر)	
دست برتر	راست / چپ
قد والدین:	پدر: مادر:
درصد چربی بدن*	
وضعیت بلوغ	دختر <input type="checkbox"/> هنوز قاعده نشده است. <input type="checkbox"/> به تازگی قاعده شده است. <input type="checkbox"/> بیش از یک سال از قاعدگی وی می‌گذرد.
	پسر <input type="checkbox"/> موی زیر بغل رشد نکرده است. <input type="checkbox"/> موی زیر بغل کامل نشده و در حال رشد است. <input type="checkbox"/> موی زیر بغل بیش از یک سال است که رشد کرده است.

مشخصات فردی

نام و نام خانوادگی	
نام پدر	
کد ملی	
تاریخ دقیق تولد	
پایه تحصیلی	
استان / شهرستان	
نام مربی	
شماره تلفن	ورزشکار:
شغل والدین:	پدر: مادر:
سن شروع هندبال	۱۳ سالگی ۱۲ سالگی ۱۱ سالگی ۱۰ سالگی ۹ سالگی ۸ سالگی کمتر از ۸ سالگی
از زمان شروع هندبال تاکنون، به طور میانگین چند جلسه در هفته تمرین منظم می‌کند؟ جلسه	
سابقه ورزش‌های دیگر	<input type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/> دارد چه رشته یا رشته‌هایی؟ _____ چند سال؟

انعطاف پذیری			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون نشستن و خم شدن به جلو (سانتی متر)
چپ	راست	انعطاف کمر بند شانه‌ای (تست قیپونی) (سانتی متر)	
قدرت پیشینه			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون *Hand Grip
آزمون‌های مهارتی، هماهنگی و روانی حرکتی			
بار دوم	بار اول	دریبل ۴۰ متر (ثانیه)	
بار سوم	بار دوم	بار اول	هماهنگی چشم و دست؛ پرتاب از پایین (۳۰ ثانیه)
بار سوم	بار دوم	بار اول	پرتاب از بالای سر و دریافت (۳۰ ثانیه)

* تکمیل موارد ستاره‌دار، تنها در صورت داشتن تخصص و

چابکی			
بار سوم	بار دوم	بار اول	دو ۹*۴ متر (ثانیه)
تعادل			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون تعادل استورک (ثانیه)
توان			
بار دوم	بار اول	۵ پرش (تک پا و بدون توقف) (سانتی متر)	
بار سوم	بار دوم	بار اول	پرش طولی جفت (سانتی متر)
بار سوم	بار دوم	بار اول	پرتاب دو دستی توپ ۲ کیلویی بصورت نشستنه و تکیه زده به دیوار (سانتی متر)
سرعت			
بار سوم	بار دوم	بار اول	دویدن ۳۰ متر (ثانیه)

تجهیزات مورد نیاز، ضروری است.

نظر مربی	از نظر کیفی، درک هندبالی بازیکن شما در یک بازه صفر تا صد چقدر است؟ (۰-۱۰۰)
----------	--

تاریخ سنجش:	نام و نام خانوادگی مسئول سنجش:	مهر و امضای رئیس هیات هندبال استان:
..... / / ۱۳	امضا	