



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 (Cm)	
وزن (Kg)	
طول گستره دو دست (Cm)	
طول وجب (Cm)	
محیط دور کمر (Cm)	
محیط دور لگن (Cm)	
دست برتر / راست / چپ	
قد والدین:	پدر: / مادر:
درصد چربی بدن*	
وضعیت بلوغ	دختر <input type="radio"/> هنوز قاعده نشده است. <input type="radio"/> به تازگی قاعده شده است. <input type="radio"/> بیش از یک سال از قاعدگی وی می‌گذرد.
	پسر <input type="radio"/> موی زیر بغل رشد نکرده است. <input type="radio"/> موی زیر بغل کامل نشده و در حال رشد است. <input type="radio"/> 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:	مادر:							
سن شروع هندبال	<table border="1"> <tr> <td>کمتر از ۸</td> <td>۸ سالگی</td> <td>۹ سالگی</td> <td>۱۰ سالگی</td> <td>۱۱ سالگی</td> <td>۱۲ سالگی</td> <td>۱۳ سالگی</td> </tr> </table>	کمتر از ۸	۸ سالگی	۹ سالگی	۱۰ سالگی	۱۱ سالگی	۱۲ سالگی	۱۳ سالگی
کمتر از ۸	۸ سالگی	۹ سالگی	۱۰ سالگی	۱۱ سالگی	۱۲ سالگی	۱۳ سالگی		
از زمان شروع هندبال تاکنون، به طور میانگین چند جلسه در هفته تمرین منظم می‌کند؟ جلسه								
سابقه ورزش‌های دیگر	<input type="radio"/> ندارد / <input type="radio"/> دارد چه رشته یا رشته‌هایی؟ چند سال؟							

انعطاف پذیری			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون نشست و خم شدن به جلو (Cm)
چپ	راست	انعطاف کمربند شانه‌ای (تست قیپونی) (Cm)	
قدرت بیشینه			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون Hand Grip*
آزمون‌های مهارتی، هماهنگی و روانی حرکتی			
بار دوم	بار اول	دریبل ۴۰ متر	
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 تجهیزات مورد نیاز، ضروری است.

چابکی			
بار سوم	بار دوم	بار اول	دو ۹*۴ متر (S)
تعادل			
بار سوم	بار دوم	بار اول	آزمون تعادل استورک (S)
توان			
بار دوم	بار اول	۵ پرش (تک پا و بدون توقف) (M)	
بار سوم	بار دوم	بار اول	پرش طولی جفت (M)
بار سوم	بار دوم	بار اول	پرتاب دو دستی توپ ۲ کیلویی از سینه (با پای جفت) (M)
سرعت			
بار سوم	بار دوم	بار اول	دویدن ۳۰ متر (S)

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	