

بطارية الاختبارات البدنية للطلبة المرشحين للقبول في  
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة-الجامعة الهاشمية

التاريخ: ...../...../..... التخصص: .....

• البيانات الشخصية

الاسم: .....  
تاريخ الميلاد: ...../...../..... مكان الإقامة: .....  
الجنس: ذكر/أنثى الحالة الاجتماعية: ..... عدد أفراد الأسرة: ( )  
رقم الهاتف: .....  
معدل الثانوية العامة: ( ) الفرع: .....

• القياسات الجسمية

• الطول (سم): .....
• الوزن (كغم): .....
• مؤشر كتلة الجسم (BMI): .....
• القوام: مقبول / غير مقبول ( )

• اختبارات القوة واللياقة البدنية:

		قوة القبضة يمين (كغم)
		قوة القبضة يسار (كغم)
		Sit-up (لمدة دقيقة)
		Push-up (أفقي) (لمدة دقيقة)
		اختبار الوثب من الثبات (سم)
		مرونة الجذع من الجلوس (سم)
		فحص السرعة ٣٠ م (ثانية)
		فحص جري/مشي الميل ١٦٠٠ متر (ثانية:دقيقة)

نتيجة المقابلة الشخصية: .....

النتيجة العامة: ناجح / اعداد بدني استدرافي

التوقيع