تابع ملحق رقم (١٤)

إستمارة إختبار ولاية نيويورك للقوام (المعدل) (تصميم الباحث)

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا - طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة

إستمارة تسجيل : إختبار ولاية نيويورك للقوام المعدل القياس (القبلي والبعدي) الدرجات : (جيد - ٥) (مرضي - ٣) (سيئ - ١) من خلال الأشكال المرفقة مع الإستمارة

التاريخ / / ٢٠١م (قبل) / / ٢٠١م (بعد) الدرجة الكاملة للإختبار (40)

	الاسم	١		٢		٣		٤		٥		٦		٧		٨		درجة القوام	
		الكتفين		العمود الفقري		الصدر		الكتفين		أعلى الظهر		الجذع		البطن		أسفل الظهر			
		من وضع القوام الجانبي				من وضع القوام الأمامي													
		قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد
١																			
٢																			
٣																			
٤																			
٥																			
٦																			
٧																			
٨																			
٩																			
١٠																			
١١																			
١٢																			
١٣																			
١٤																			
١٥																			
١٦																			

ملحق رقم (١٨)

إستمارة قياس إختبارات عناصر اللياقة البدنية (تصميم الباحث)

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا - طلاب كلية التربية البدنية و الرياضة

إستمارة تسجيل : إختبارات عناصر اللياقة البدنية القياس (القبلي و البعدي)

التاريخ / / / ٢٠١م (قبل) / / / ٢٠١م (بعد)

	الإسم	السن	الطول	الوزن	السرعة		القوة		التحمل		المرونة		الرشاقة		الملاحظات
					زمن - ثانية		زمن - ثانية		عدد		مسافة - سم		زمن - ثانية		
					قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	قبل	بعد	
١															
٢															
٣															
٤															
٥															
٦															
٧															
٨															
٩															
١٠															
١١															
١٢															
١٣															
١٤															
١٥															
١٦															