



# استعدادیابی دومیدانی

۵ الی ۱۲ سال

سرعت و چابکی بدنی  
استقامت و توان هوازی  
هماهنگی و کنترل حرکات  
انعطاف پذیری و قدرت عضلانی  
تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی  
علاقه، انگیزه و پشتکار در تمرین



۱۴۰۴/۰۹/۰۴

## مشخصات فردی شرکت کننده در آزمون استعدادیابی دومیدانی



نام: امیر علی

نام خانوادگی: زارعی

تلفن تماس: ۰۹۳۰۰۰۵۲۰۰۳

جنس: مرد

کد مراجع: ۲۳۱۴

سن: ۷



نام خانوادگی:

تلفن تماس:

جنس:

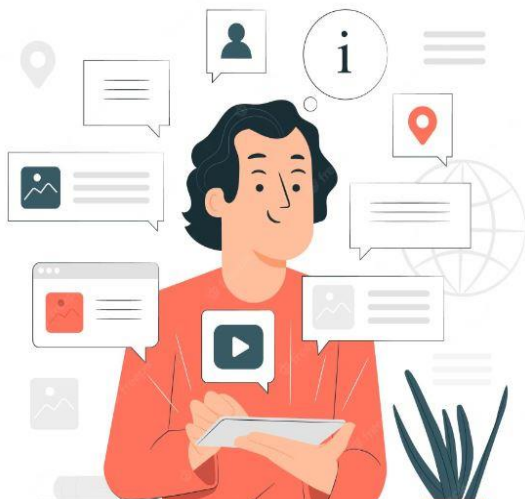
کد مراجع:

سن:

نرم افزار سنجش استعداد دو و میدانی کودکان ابزاری علمی و نوآورانه است که با هدف شناسایی و ارزیابی توانایی های حرکتی، جسمانی و ذهنی کودکان در رشته های دو و میدانی طراحی شده است. این نرم افزار با بهره گیری از یافته های روان شناسی رشد، فیزیولوژی ورزش و آموزش مهارت های پایه ای دو و میدانی، در محیطی تعاملی، جذاب و بازی محور، به بررسی آمادگی جسمی، سرعت واکنش و استعداد ورزشی کودکان می پردازد.

ارزیابی در این نرم افزار بر اساس مجموعه ای از خرده مقیاس های کلیدی انجام می شود که هر یک بعدی از توانایی و استعداد کودک در دو و میدانی را نشان می دهد. سرعت و چابکی بدنی میزان توانایی کودک در اجرای حرکات سریع، تغییر جهت و واکنش در کمترین زمان را می سنجد. استقامت و توان هوازی بیانگر قدرت بدنی و توانایی حفظ عملکرد مؤثر در فعالیت های طولانی مدت و پرتحرک است. هماهنگی و کنترل حرکات میزان هماهنگی اندام ها و دقت در اجرای حرکات دو، پرش یا پرتاب را ارزیابی می کند.

انعطاف پذیری و قدرت عضلانی نشان دهنده توانایی عضلات و مفاصل در اجرای حرکات گسترده، روان و پایدار است. تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی میزان توجه، سرعت تصمیم گیری و واکنش کودک در موقعیت های مختلف ورزشی را می سنجد. علاقه، انگیزه و پشتکار در تمرین بیانگر اشتیاق، ثبات قدم و نگرش مثبت کودک نسبت به تمرین و پیشرفت در دو و میدانی است. در نهایت، نمره کل استعداد دو و میدانی تصویری جامع از توانایی ها و ظرفیت رشدی کودک ارائه می دهد و به والدین و مربیان کمک می کند تا مسیر آموزش و تمرین او را به شکلی علمی، هدفمند و متناسب با ویژگی های فردی اش برنامه ریزی کنند.



در صورت داشتن هر گونه پیشنهاد یا انتقاد در خصوص این گزارش می توانید با ایمیل زیر در تماس باشید



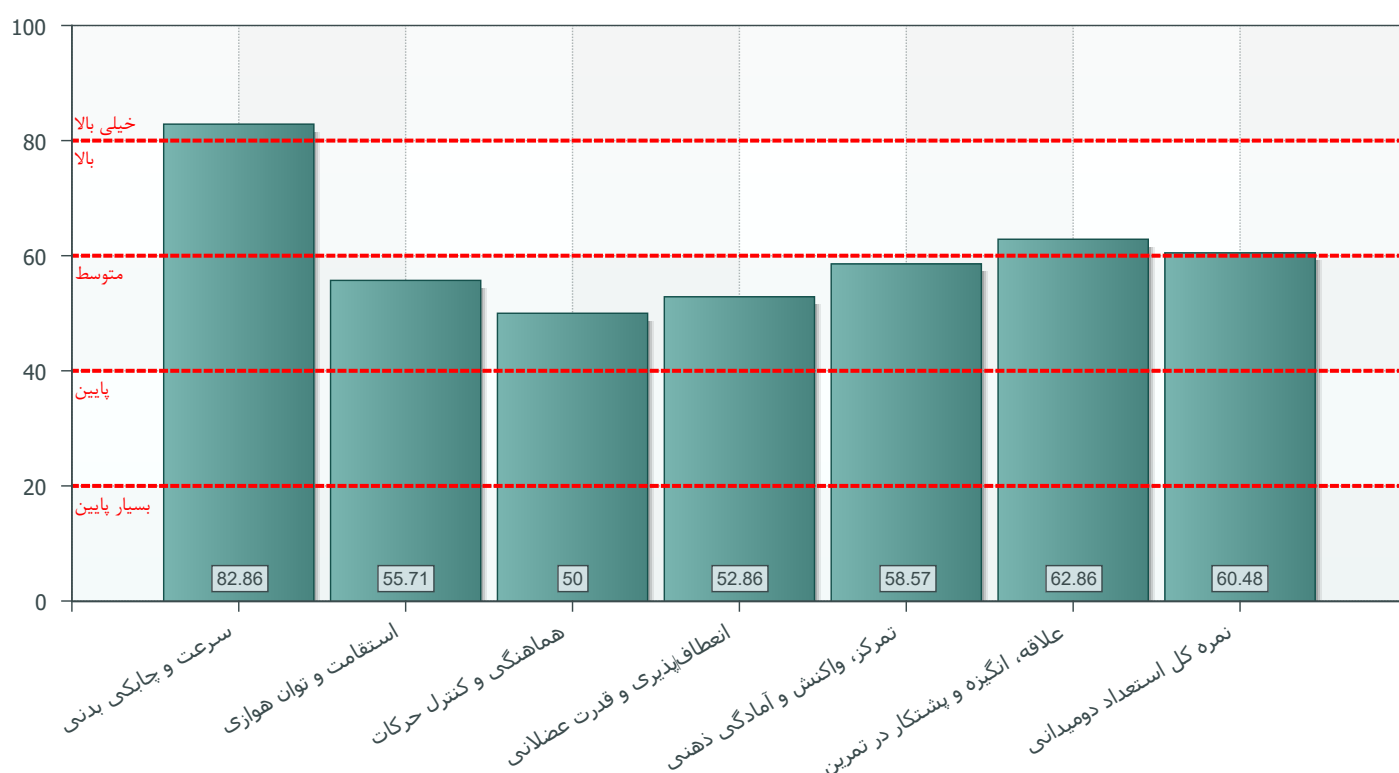
dpnami@gmail.com

تاریخ دریافت گزارش:

12/1/2025 7:10:23 PM

در ادامه نمرات خام و درصد کسب شده فرد در هر مولفه از استعدادیابی دومیدانی کودک آورده شده است

| متغیرها                         | نمره خام | درصد  | وضعیت     |
|---------------------------------|----------|-------|-----------|
| سرعت و چابکی بدنی               | ۵۸       | ۸۲.۸۶ | خیلی بالا |
| استقامت و توان هوازی            | ۳۹       | ۵۵.۷۱ | متوسط     |
| هماهنگی و کنترل حرکات           | ۳۵       | ۵۰    | متوسط     |
| انعطاف پذیری و قدرت عضلانی      | ۳۷       | ۵۲.۸۶ | متوسط     |
| تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی      | ۴۱       | ۵۸.۵۷ | متوسط     |
| علاقه، انگیزه و پشتکار در تمرین | ۴۴       | ۶۲.۸۶ | بالا      |
| نمره کل استعداد دومیدانی        | ۲۵۴      | ۶۰.۴۸ | بالا      |



در ادامه هر کدام از متغیرها توضیح داده شده است و با توجه به نمره کسب شده فرد مورد تفسیر قرار گرفته اند

| متغیر ها          | نمره خام | درصد  | وضعیت     |
|-------------------|----------|-------|-----------|
| سرعت و چابکی بدنی | ۵۸       | ۸۲.۸۶ | خیلی بالا |

سرعت و چابکی بدنی از مهم‌ترین شاخص‌های ارزیابی در دو و میدانی است و نشان‌دهنده توانایی کودک در انجام حرکات سریع، دقیق و هماهنگ می‌باشد. کودکی که از چابکی بالا برخوردار است، می‌تواند در کمترین زمان، تغییر مسیر دهد، به سرعت واکنش نشان دهد و عملکردی پویا داشته باشد. تمرین‌های منظم دو، پرش و بازی‌های سرعتی باعث بهبود این مؤلفه می‌شود. سرعت بالا علاوه بر عملکرد بهتر در رقابت‌ها، به افزایش اعتماد به نفس کودک نیز کمک می‌کند. چابکی نیز بیانگر انعطاف ذهن و بدن در هماهنگی حرکات است. مربیان می‌توانند با تمرین‌های هدفمند سرعتی، زمینه شکوفایی استعداد کودک را فراهم کنند. در مجموع، سرعت و چابکی بدنی پایه‌ای اساسی برای موفقیت در رشته‌های مختلف دو و میدانی به‌شمار می‌آید.

سرعت و چابکی بدنی کودک بسیار بالا و برجسته است و کودک قادر است حرکات سریع، تغییر جهت‌های پیچیده و تمرین‌های چابکی را با دقت، تسلط و کنترل کامل انجام دهد. این سطح نشان‌دهنده استعداد طبیعی و برجسته کودک در سرعت و چابکی بدنی و پایه‌ای قوی برای موفقیت در تمرین‌ها و مسابقات دو میدانی است.

| متغیر ها             | نمره خام | درصد  | وضعیت |
|----------------------|----------|-------|-------|
| استقامت و توان هوازی | ۳۹       | ۵۵.۷۱ | متوسط |

استقامت و توان هوازی توانایی بدن کودک در حفظ انرژی، کنترل تنفس و اجرای طولانی‌مدت فعالیت‌های ورزشی است. کودکانی که از استقامت بالایی برخوردارند، دیرتر خسته می‌شوند و می‌توانند حرکات خود را در مدت‌زمان بیشتری حفظ کنند. تمرین‌های هوازی مانند دوهای آرام، بازی‌های حرکتی مداوم و تمرین‌های تنفسی، این مؤلفه را تقویت می‌کنند. افزایش توان هوازی به بهبود سلامت قلب و عروق و کارایی عمومی بدن منجر می‌شود. این مهارت نقش مهمی در عملکرد پایدار و ایمن در مسابقات و تمرینات دارد. همچنین، استقامت ذهنی کودک را برای ادامه مسیر و مقابله با خستگی تقویت می‌کند. در نهایت، استقامت و توان هوازی از ارکان اصلی موفقیت در دو و میدانی محسوب می‌شود.

استقامت و توان هوازی کودک در سطح متوسط است و می‌تواند تمرین‌های طولانی و فعالیت‌های بدنی متوسط تا سنگین را با کیفیت نسبتاً خوب انجام دهد. کودک توانایی حفظ کارایی حرکتی در طول تمرین‌ها را دارد و با تمرین مستمر و هدایت مربی می‌تواند این توانایی‌ها را به سطح بالاتر ارتقا دهد و برای مسابقات پایه آماده شود.

| وضعیت | درصد | نمره خام | متغیرها               |
|-------|------|----------|-----------------------|
| متوسط | ۵۰   | ۳۵       | هماهنگی و کنترل حرکات |

هماهنگی و کنترل حرکات نشان‌دهنده توانایی کودک در هماهنگی بین اندام‌ها و اجرای دقیق و منظم حرکات بدنی است. این مهارت برای انجام صحیح دویدن، پرش، پرتاب و چرخش حیاتی است. کودکی که از هماهنگی بالایی برخوردار است، حرکاتش روان، حساب‌شده و بدون اتلاف انرژی انجام می‌شود. تمرین‌های تکراری، بازی‌های ریتمیک و حرکات چندبخشی می‌توانند این مؤلفه را تقویت کنند. کنترل حرکات باعث افزایش دقت در اجرا و کاهش احتمال آسیب‌دیدگی می‌شود. هماهنگی بین ذهن و بدن، عامل اصلی در اجرای موفق حرکات پیچیده ورزشی است. در نتیجه، بهبود هماهنگی و کنترل حرکتی، پایه‌ای مهم برای ارتقای عملکرد کودک در دو و میدانی است.

هماهنگی و کنترل حرکات کودک در سطح متوسط است و کودک قادر است حرکات پایه و تمرین‌های معمولی دو میدانی را با دقت و نسبتاً خوب انجام دهد. در تغییر جهت‌های سریع، پرش‌ها یا دویدن‌های طولانی ممکن است کمی ناپایداری وجود داشته باشد، اما با تمرین مستمر و هدایت مربی می‌تواند هماهنگی و کنترل خود را به سطح بالاتر ارتقا دهد. این سطح نشان‌دهنده پایه خوب برای یادگیری تکنیک‌های پیشرفته و بهبود عملکرد حرکتی است.

| وضعیت | درصد  | نمره خام | متغیرها                    |
|-------|-------|----------|----------------------------|
| متوسط | ۵۲.۸۶ | ۳۷       | انعطاف‌پذیری و قدرت عضلانی |

انعطاف‌پذیری و قدرت عضلانی، توانایی بدن کودک برای انجام حرکات نرم، گسترده و در عین حال پایدار را نشان می‌دهد. انعطاف‌پذیری بالا باعث کاهش آسیب‌دیدگی و افزایش دامنه حرکات مفاصل می‌شود. قدرت عضلانی نیز توانایی اجرای حرکات سریع، پر قدرت و مؤثر را تقویت می‌کند. ترکیب این دو ویژگی، عملکرد کودک را در دویدن، پرش و پرتاب به‌طور چشمگیری بهبود می‌بخشد. تمرین‌های کششی، مقاومتی و بازی‌های قدرتی ابزارهای مؤثری برای تقویت این مهارت هستند. کودکی که از انعطاف و قدرت مناسبی برخوردار است، حرکاتش را با کنترل و دقت بیشتری انجام می‌دهد. در نهایت، این مؤلفه به عنوان یکی از عوامل کلیدی در رشد متوازن فیزیکی و موفقیت ورزشی کودک شناخته می‌شود.

انعطاف‌پذیری و قدرت عضلانی کودک در سطح متوسط است و کودک قادر است حرکات پایه و تمرین‌های معمولی دو میدانی را با کیفیت و نسبتاً خوب انجام دهد. با تمرین مستمر و هدایت مربی می‌تواند انعطاف و قدرت عضلانی خود را به سطح بالاتر ارتقا دهد و برای تمرین‌ها و مسابقات پایه آماده شود.

| متغیر ها                   | نمره خام | درصد  | وضعیت |
|----------------------------|----------|-------|-------|
| تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی | ۴۱       | ۵۸.۵۷ | متوسط |

تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی به توانایی کودک در حفظ توجه، درک شرایط محیطی و واکنش سریع به محرک‌ها اشاره دارد. این مؤلفه نقش مهمی در بهبود تصمیم‌گیری و اجرای دقیق حرکات دارد. کودکانی که تمرکز بالاتری دارند، می‌توانند در رقابت‌ها بهتر عمل کنند و دقت بالاتری در حرکات خود نشان دهند. تمرین‌های ذهنی، بازی‌های واکنشی و فعالیت‌های گروهی می‌توانند این مهارت را تقویت کنند. واکنش سریع به موقعیت‌های پیش‌بینی نشده، نشانه‌ی آمادگی ذهنی بالا و کنترل احساسی مناسب است. این ویژگی‌ها به کودک کمک می‌کنند در شرایط فشار عملکرد بهتری داشته باشد. در مجموع، تمرکز و واکنش سریع از مهم‌ترین عوامل موفقیت و ایمنی در دو و میدانی محسوب می‌شوند.

تمرکز، واکنش و آمادگی ذهنی کودک در سطح متوسط است و کودک قادر است تمرین‌ها و فعالیت‌های دو میدانی را با تمرکز نسبی و واکنش مناسب انجام دهد. با تمرین مستمر و هدایت مربی می‌تواند سرعت واکنش و توانایی حفظ تمرکز خود را ارتقا دهد و برای تمرین‌ها و مسابقات پایه آماده شود.

| متغیر ها                        | نمره خام | درصد  | وضعیت |
|---------------------------------|----------|-------|-------|
| علاقه، انگیزه و پشتکار در تمرین | ۴۴       | ۶۲.۸۶ | بالا  |

علاقه، انگیزه و پشتکار در تمرین، نیروی درونی کودک برای تداوم فعالیت‌های ورزشی و یادگیری مهارت‌های جدید است. کودکانی که علاقه‌مند به دو و میدانی هستند، تمرین‌ها را با اشتیاق دنبال کرده و چالش‌ها را فرصتی برای پیشرفت می‌دانند. انگیزه بالا، موجب افزایش تمرکز و بهبود عملکرد حرکتی می‌شود. پشتکار نیز عامل کلیدی در استمرار تمرین و رسیدن به اهداف ورزشی است. محیط حمایتی و تشویق والدین و مربیان نقش مهمی در حفظ انگیزه دارد. این مؤلفه، بیانگر نگرش مثبت و تمایل کودک به رشد و یادگیری است. در نهایت، علاقه و پشتکار، اساس پیشرفت پایدار و موفقیت بلندمدت در دو و میدانی به‌شمار می‌روند.

علاقه، انگیزه و پشتکار کودک بالا است و کودک تمرین‌ها و حرکات دو میدانی را با اشتیاق، دقت و استمرار انجام می‌دهد. این سطح نشان‌دهنده علاقه واقعی کودک به تمرین‌ها، آمادگی برای یادگیری حرکات پیشرفته و پشتکار مناسب برای دستیابی به پیشرفت سریع در دو میدانی است.

| وضعیت | درصد  | نمره خام | متغیرها                  |
|-------|-------|----------|--------------------------|
| بالا  | ۶۰.۴۸ | ۲۵۴      | نمره کل استعداد دومیدانی |

نمره کل استعداد دو و میدانی نتیجه‌ی ارزیابی جامع کودک در تمام مؤلفه‌های ذکرشده است. این نمره تصویری کلی از توانایی‌های جسمی، ذهنی و انگیزشی کودک در زمینه دو و میدانی ارائه می‌دهد. ترکیب داده‌های مربوط به سرعت، استقامت، هماهنگی، انعطاف‌پذیری، تمرکز و انگیزه، میزان آمادگی و استعداد طبیعی کودک را مشخص می‌کند. نمره کل به مربیان و والدین کمک می‌کند مسیر رشد، نوع تمرین‌ها و سطح رقابت مناسب را برای هر کودک تعیین کنند. این شاخص ابزاری علمی برای مقایسه و تحلیل روند پیشرفت کودک در طول زمان است. همچنین می‌تواند در شناسایی استعدادهای برتر ورزشی نقش مهمی ایفا کند. در نهایت، نمره کل استعداد، تصویری دقیق از ظرفیت رشدی و مسیر پیشرفت کودک در دو و میدانی فراهم می‌آورد.

نمره کل استعداد دو میدانی کودک بالا است و نشان‌دهنده توانایی‌های قابل توجه در تمام جنبه‌های مرتبط با دو میدانی شامل سرعت و چابکی، استقامت، هماهنگی، انعطاف و قدرت عضلانی، تمرکز و انگیزه می‌باشد. کودک قادر است تمرین‌ها و حرکات پیشرفته را با دقت، تسلط و استمرار مناسب انجام دهد و این سطح استعداد پایه‌ای قوی برای پیشرفت سریع و موفقیت در تمرین‌ها و مسابقات چالشی فراهم می‌کند.