

مجموعه‌ی جامع کنکور هنرستان

پایه یازدهم

— توسعه‌ی مهارت های حرکتی با توپ
— توسعه‌ی مهارت های رزمی هدفی

www.ketab.ir

آسیه حق شناس

کارشناس علوم ورزشی، رتبه ۲ کنکور هنرستان

ویراستار علمی:

حبیب الله آذر حزین

مدرس آموزشگاه تربیت بدنی امام علی (ع)

درسنامه جامع کنکوری

تست‌های تالیفی طبقه‌بندی شده

تحلیل و بررسی کنکورهای گذشته

همراه با پاسخ تشریحی

تألیف: آسیه حق شناس

| سرپرست واحد گرافیک / المیرا میرموسوی
| مدیر هنری و طراح جلد / محمودرضا لطیفی
| صفحه آرا / راضیه امیری
| ناظر چاپ / مهدی تگلو
| نوبت چاپ / اول ۱۴۰۰
| شمارگان / ۵۰۰ نسخه
| قیمت: ۱۱۹۰۰۰۰ ریال

سرشناسه: حق شناس، آسیه، ۱۳۸۰-

عنوان و نام پدیدآور: مجموعه جامع کنکور هنرستان پایه یازدهم / آسیه حق شناس.

مشخصات نشر: تهران: شرکت تضامنی انتشاراتی حتمی و شرکا، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۲۱ص: مصور(رنگی)، جدول؛ ۲۲×۲۹ سانتیمتر.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۵-۵۵۷-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیپای مختصر

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۳۰۶۷۲

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

فهرست

۵	مقدمه‌ی چاپ اول
۷	بخش اول. توسعه‌ی مهارت‌های حرکتی با توپ
۸	فصل ۱. والیبال
۲۱	فصل ۲. هندبال
۲۹	فصل ۳. فوتسال
۳۷	فصل ۴. فوتبال
۴۲	فصل ۵. بسکتبال
۵۷	بخش دوم. توسعه‌ی مهارت‌های رزمی - هدفی
۵۸	فصل ۱. تیراندازی با کمان
۶۸	فصل ۲. تیراندازی
۸۲	فصل ۳. کاراته
۹۳	فصل ۴. پینت بال
۱۰۳	فصل ۵. تکواندو
۱۱۳	تست‌های کنکور ۱۳۹۸
۱۱۵	تست‌های کنکور ۱۳۹۹
۱۱۷	تست‌های کنکور ۱۴۰۰

مقدمه‌ی چاپ اول

به نام خداوند لوح و قلم
حقیقت نگار وجود و عدم
خدایی که داننده‌ی رازهاست
نخستین سرآغاز آغازهاست

منت خدای را عزوجل که طاعتش موجب قربت است و به شکر اندرش مزید نعمت. هر نفسی که فرو می‌رود ممد حیات است و چون بر می‌آید مفرح ذات. پس در هر نفسی دو نعمت موجود است و بر هر نعمتی شکری واجب.

از دست و زبانت که بر آید
کز عهده‌ی شکرش به در آید

اعملوا آل داود شکرا و قلیل من عبادی الشکور

بنده همان به که ز تقصیر خویش
عذرت به درگاه خدای آورد

ورنه سزاوار خداوندیش
کس نتواند که بجای آورد

اینجانب بسیار خرسندم که به عنوان عضو کوچکی از خانواده‌ی بزرگ علوم ورزشی کشور توانسته‌ام کامل‌ترین و جامع‌ترین منبع کنکوری را برای دانش آموزان در هنرستان‌های تربیت بدنی سراسر کشور جمع‌آوری کرده و این اثر را با همکاری انتشارات بزرگ حتمی به چاپ برسانم.

مجموعه کتاب‌های سبز هنرستان در قالب سه جلد، (جلد اول پایه دهم، جلد دوم پایه یازدهم و جلد سوم پایه دوازدهم) به صورت کامل، جمع‌بندی و خلاصه‌نویسی شده، کلیدی مفاهیم کتاب‌های درسی را به ساده‌ترین و البته دقیق‌ترین شکل ممکن پوشش می‌دهد و دانش آموزان هنرستانی را از مطالعه‌ی کتاب‌های درسی خود بی‌نیاز می‌کند.

با در نظر گرفتن اهمیت دروس تخصصی در کنکور هنرستان و ضریب بالای آن‌ها، بر خود واجب دانستم که در گردآوری این مجموعه از روش‌ها و تکنیک‌های جدید و به روز در زمینه‌ی مطالعه استفاده کرده و در جهت تفهیم هرچه بیشتر و بهتر مطالب، آن‌ها را به جمع‌بندی شده‌ترین و دقیق‌ترین شکل ممکن بیان کنم.

در پایان هر فصل نیز تعدادی تست تالیفی قرار داده شده که با توجه به سطح بالای آن‌ها دانش آموزان می‌توانند کاملا متوجه اشکالات و ضعف‌های خود در مطالعه‌ی فصل مربوطه شده و سعی در یادگیری دقیق‌تر و بهتر داشته باشند.

از آنجایی که تالیف این مجموعه در کمال دقت و نکته سنجی و در طی ۱۰ ماه به طول انجامیده، امیدوارم دانش آموزان هنرستانی با مطالعه‌ی آن، مسیر هموارتری را برای کنکور مهم و تعیین‌کننده‌ی هنرستان داشته باشند.