



.. کتاب چند منظوره و چند کاربردی ..

آزمون تحلیلی

آموزش دوومیدانی (۲)

(ویژه دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی)



- خلاصه و نکات برتر کتاب
- ۳ دوره آزمون پیشنهادی
- پاسخنامه کلیدی
- ۷ دوره آزمون ادوار گذشته به همراه پاسخنامه کلیدی
- نمودار بارم و بودجه بندی مربوط به هر نیم سال
- ارائه خلاصه هر آزمون در قالب فلش کارت

مؤلف: حکمت احسان بخش

سرشناسه: احسان بخش، حکمت، ۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور: آموزش دو و میدانی (۲) (ویژه دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی) خلاصه و نکات برتر کتاب، ۳ دوره آزمون
پیشنهادهی... / مولف حکمت احسان بخش.
مشخصات نشر: تهران: انتشارات راه، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری: ۹۶ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۷۲-۸۰۵-۰
وضعیت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: بالای عنوان: کتاب چند منظوره و چند کاربردی آزمون تحلیلی.
یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۶.
موضوع: دو و میدانی
موضوع: دو و میدانی -- قواعد
رده بندی کنگره: ۱۳۹۴ ۱۳۲۸ الف/۵: ۷۱۰-۶۷۱
رده بندی دیویی: ۷۹۶/۴۲
شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۳۳۳۶۱

- نام کتاب: آزمون تحلیلی (کتاب چندمنظوره و چندکاربردی) آموزش دوومیدانی (۲)
- مولف: احسان بخش
- ویراستار: رحیم وثاقتی
- سردبیر: ا. ه. جوبه سعیدی فر
- لیتوگرافی: چاپخانه و صحافی: مجموعه انتشارات راه
- ناشر: راه
- سال نشر: ۱۳۹۴
- نوبت چاپ: اول
- شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
- قیمت: ۶۰۰۰ تومان
- کد کتاب: ۲۹۹
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۷۲-۸۰۵-۰
- ISBN: 978-600-272-805-0

● شماره تلفن های بخش فروش و پذیرش نمایندگی:

- دپارتمان کتب پیام نور و دانشگاهی: ۰۶۵۹۴۰۸-۷۰ تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۳۸۸۹۵
- دپارتمان کتب زبان - حقوق، کارشناسی ارشد و دکترای: ۰۵۲۰۷۷ تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۳۹۴۷۲
- دپارتمان کتب پایه تا دانشگاه (دبیرستان): ۰۶۰۷۴۹۷۳-۷۵ تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۳۸۹۴۸
- دفتر تألیف، جهت همکاری و تماس مؤلفان، اساتید و معلمان ۰۲۱-۶۶۴۰۰۸۴

- فروشگاه شماره (۱) انتشارات راه: انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، نبش خیابان شهدای ژاندارمری، پلاک ۲۷۷
- تلفن فروشگاه: ۰۲۱-۶۶۴۰۰۱۴۷ - ۰۲۱-۶۶۴۰۰۱۱۵

● ایمیل: Info@rahpub.com

● فروشگاه اینترنتی: www.rahpub.com

● پیامک: ۳۰۰۰۶۸۶۳۳۳۳۳

کلیه حقوق این کتاب برای انتشارات راه محفوظ است.

هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق استفاده از عنوان کتاب تحلیلی و همچنین چاپ و نشر تمام یا بخشی از این اثر را به هر صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب یا جزوه و حتی برداشت به صورت دستنویس ندارد و متخلفین به موجب بند ۵ از ماده ی قانون حمایت از ناشران تحت پیگردجدي قانونی قرار میگیرند.

سخنی کوتاه با دانشجویان عرصه علم و دانش

انتشارات راه در بدو تأسیس به دنبال شیوه‌های نوین و جذابی بوده است تا بتواند تفکر، دیدگاه و گام جدیدی در عرصه‌ی ارائه کتب کمک آموزشی بردارد که خوشبختانه تا به امروز هرچند کم در این راه به توفیقاتی دست یافته است. این انتشارات تاکنون ارائه‌ی شیوه‌های نوین آموزشی را در قالب کتبی با عناوین زیر منتشر نموده است.

Tick & Learn ۸

- ۹ آزمون تحلیلی
- ۱۰ کتاب جیبی
- ۱۱ کتاب مجموعه سؤالات
- ۱۲ کتاب آزمون‌های ادوار گذشته
- ۱۳ پیک راه
- ۱۴ سی‌دی‌های آموزشی

Flash Book ۱

- ۲ کتاب تحلیلی
- ۳ کتاب راهنما
- ۴ کتاب بار
- ۵ کتاب نکات برتر
- ۶ کتاب مجموعه سؤالات
- ۷ فلش کارت

کتاب و روش‌های ابداعی و انحصاری - سمارت - تحول بزرگ در ایران و جهان در عرصه کتب کمک آموزشی

آزمون تحلیلی - کتاب تحلیلی - Flash Book - Tick & Learn

- کتاب تحلیلی که روش ابداعی و جدیدی در شیوه نگارش کتاب‌ها می‌شود. قابلیت چندین کتاب در یک کتاب (راهنما- کار- مجموعه سؤالات- فلش کارت- آموزش نموداری- سیستم یادگیری Tick & learn و آزمون و ...) را دارا می‌باشد.
 - کتاب Flash Book که یکی از کتب ابداعی و انحصاری انتشارات راه می‌باشد. قابلیت هم‌زمانی فلش کارت و کتاب شدن و یک کتاب برای دو نفر را دارد.
 - کتاب Tick & Learn که یکی دیگر از کتب ابداعی و انحصاری این انتشارات می‌باشد. با استفاده صحیح از این کتاب یادگیری کوتاه مدت واژگان شما را تبدیل به یادگیری دراز مدت می‌کند و ...
- بنابراین هدف کلی این انتشارات از ارائه چنین کتبی، کنار گذاشتن روشهای آموزشی سنتی و قدیمی و گام نهادن در مسیر جدید با ایده و قالب‌های جدید و روز دنیا می‌باشد و روشهایی که بتواند از وقت و هزینه بیشتر دانشجویان بکشد و در عین حال بهره‌وری و کارایی بیشتری داشته باشد.
- گرچه ممکن است در این راه کاستی‌ها و نقایصی برای رسیدن به حد عالی وجود داشته باشد که باید رفع شود. بنابراین این انتشارات از اساتید و دانشجویان نخبه، مبتکر و خلاق جهت پیشبرد اهداف عالی، دعوت به همکاری و مساعدت می‌نماید و امید است که با نظرات و پیشنهادهای سازنده‌تان ما را یاری رسانید.

باتشکر

انتشارات راه

بخش اول: شناخت کلی دوومیدانی

فصل اول: دو و میدانی و شناخت اصول کلی دویدن

شرح درس ۵

فصل دوم: استارت

شرح درس ۷

بخش دوم: دوها

فصل سوم: دوها، دوهای سرعت

شرح درس ۱۰

فصل چهارم: دوهای استقامت و نیمه استقامت

شرح درس ۱۲

فصل پنجم: دوهای امدادی

شرح درس ۱۷

فصل ششم: دوهای ۱۰۰ م

شرح درس ۱۹

فصل هفتم: پیاده‌روی

شرح درس ۲۲

بخش سوم: شناخت آموزش پرش

شرح درس ۲۴

فصل هشتم: پرش طول

شرح درس ۲۶

فصل نهم: پرش سه گام

شرح درس ۲۸

فصل دهم: پرش ارتفاع

شرح درس ۳۰

فصل یازدهم: پرش با نیزه

شرح درس ۳۴

بخش چهارم: شناخت و آموزش پرتاب‌ها فصل

شرح درس ۳۸

دوازدهم: پرتاب وزنه

شرح درس ۳۹

فصل سیزدهم: پرتاب نیزه

شرح درس ۴۲

فصل چهاردهم: پرتاب دیسک

شرح درس ۴۶

فصل پانزدهم: پرتاب چکش

شرح درس ۴۹

آزمون پیشنهادی

آزمون پیشنهادی (۱) ۵۳

پاسخنامه ۵۵

آزمون پیشنهادی (۲) ۵۶

پاسخنامه ۵۸

آزمون پیشنهادی (۳) ۵۸

پاسخنامه ۶۰

خلاصه نکات برتر ۶۱

آزمون شماره (۱) خرداد ماه ۶۳

پاسخنامه ۶۴

آزمون شماره (۲) بهمن ماه ۶۶

پاسخنامه ۶۸

آزمون شماره (۳) خرداد ماه ۷۰

پاسخنامه ۷۲

خلاصه نکات برتر ۷۳

آزمون شماره (۴) بهمن ماه ۷۵

پاسخنامه ۷۷

آزمون شماره (۵) خرداد ماه ۷۹

پاسخنامه ۸۱

خلاصه نکات برتر ۸۳

آزمون شماره (۶) خرداد ماه ۸۵

پاسخنامه ۸۷

آزمون شماره (۷) بهمن ماه ۸۹

پاسخنامه ۹۲

خلاصه نکات برتر ۹۳

منابع و مأخذ ۹۵