



تابستان ۱۴۰۱

یازدهم هنرستان تربیت بدنی

برنامه راهبردی در یک نگاه

پروژه	تاریخ آزمون	نمودار پیشروی مباحث آزمون	درس‌های اجباری (همه پاسخ می‌دهند) (مشترک)				درس انتخابی (غیر مشترک)
			دانش فنی پایه (۱۰ سوال)	توسعه مهارت‌های چابکی – ذهنی (۱۰ سوال)	پرورش مهارت‌های جسمانی، حرکتی		
سکوی مقایسه‌ای اول تعیین سطح تابستان	۱۷ تیر	مشترک ۲ ۲ ۲ ۲ ۲	کل کتاب	کل کتاب	کل کتاب	کل کتاب	توسعه مهارت‌های رزمی، هدفی (نگاه به آینده) (۱۰ سؤال)
	۳۱ تیر	غیر مشترک ۱۰ مشترک ۱۰	مبانی بنیادی تربیت‌بدنی صفحه‌های ۲ تا ۲۷	دارت صفحه‌های ۲ تا ۲۸	بدن‌سازی عمومی صفحه‌های ۲ تا ۲۸	بدن‌سازی عمومی صفحه‌های ۲ تا ۲۸	تیر و کمان (مقدمه و ... و مشخصات سیبل) صفحه‌های ۱۲ تا ۱۳
پروژه تابستان	۱۴ مرداد	غیر مشترک ۴ ۶ مشترک ۱۰	مبانی علوم پایه در تربیت‌بدنی صفحه‌های ۳۰ تا ۶۰	اسکیت صفحه‌های ۳۰ تا ۸۲	شایستگی‌های ژیمناستیک صفحه‌های ۳۲ تا ۸۸	ژیمناستیک صفحه‌های ۳۲ تا ۶۸	تیر و کمان (مقدمه و ... و مشخصات سیبل) تیر و کمان (تیر و انواع آن و ... و حالت‌گیری) صفحه‌های ۲۰ تا ۳۰
	۲۸ مرداد	غیر مشترک ۳ ۳ ۴ مشترک ۱۰	مبانی ساختار اماکن و تجهیزات ورزشی صفحه‌های ۶۲ تا ۸۰	شطرنج صفحه‌های ۸۴ تا ۱۳۰	دو و میدانی صفحه‌های ۹۲ تا ۱۷۳	دو و میدانی صفحه‌های ۷۲ تا ۱۵۳	تیر و کمان (مقدمه و ... و حالت‌گیری) تیر و کمان (استقرار و ... و دنبال کردن تیر تا زمان اصابت به هدف) صفحه‌های ۲۹ تا ۳۰
	۱۱ شهریور	غیر مشترک ۲ ۲ ۳ ۳ مشترک ۱۰	مبانی اندازه‌گیری و ارزشیابی در تربیت‌بدنی صفحه‌های ۸۲ تا ۸۹	تنیس روی میز صفحه‌های ۱۳۲ تا ۲۱۲	شنا صفحه‌های ۱۷۸ تا ۲۳۵	شنا صفحه‌های ۱۵۸ تا ۲۱۵	تیر و کمان (مقدمه و ... و دنبال کردن تیر تا زمان اصابت به هدف) تیر و کمان (قوانین و مقررات بازی و ... و قوانین و مقررات مرتبط با تیراندازی) صفحه‌های ۳۲ تا ۳۳
	۲۵ شهریور	غیر مشترک ۲ ۲ ۲ ۲ ۲ مشترک ۱۰	مبانی ارتباطات و رسانه‌های ورزشی صفحه‌های ۹۲ تا ۱۰۷	بدمیتون صفحه‌های ۲۱۴ تا ۲۶۶	ورزش هوازی صفحه‌های ۲۴۰ تا ۲۵۷	گشتی صفحه‌های ۲۲۰ تا ۳۱۹	تیر و کمان تیراندازی مقدمه و ... و بازی و تمرین هدف‌گیری صفحه‌های ۳ تا ۴۲
	۸ مهر	مشترک ۲ ۲ ۲ ۲ ۲	کل کتاب	کل کتاب	کل کتاب	کل کتاب	—

۰۲۱-۸۴۵۱

۰۲۱-۶۴۶۳

دانش آموزانی که معدل بالای ۱۷ دارند اما به دلیل مشکل مالی، توانایی ثبت نام در کانون را ندارند، می توانند بورسیه ی بنیاد قلم چی شوند. اگر می شناسید، معرفی کنید

www.kanoon.ir