

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٢٥	الدراسات السابقة العربية التي تناولت التوافق الحركي	١
٣٠	الدراسات السابقة العربية التي تناولت الأداءات المركبة.....	٢
٣٣	الدراسات الأجنبية	٣
٣٤	التعليق على الدراسات السابقة	٤
٣٩	مجتمع وعينة البحث	٥
٤٠	تجانس عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن.....	٦
٤١	تجانس عينة البحث في متغيرات التوافق الحركي	٧
٤٢	تجانس عينة البحث في متغيرات الأداءات الحركية المركبة.....	٨
٤٣	تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي.....	٩
٤٣	تكافؤ مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي.....	١٠
٤٤	الأداءات المركبة	١١
٤٥	مكونات التوافق الحركي واختباراتها المناسبة.....	١٢
٤٧	النسبة المئوية لآراء الخبراء حول تحديد مكونات التوافق الحركي الخاص لرياضة الهوكي.....	١٣
٤٧	النسبة المئوية لآراء الخبراء لتحديد أنسب الاختبارات لقياس متغيرات التوافق الحركي.....	١٤
٤٨	متغيرات التوافق الحركي.....	١٥
٥٠	الأداءات الحركية المركبة	١٦
٥١	الأداءات الحركية المركبة المستخلصة.....	١٧
٥٣	دلالة الفروق بين المجموعتين المميّزة وغير المميّزة في اختبارات التوافق الحركي (صدق التمايز).....	١٨
٥٣	دلالة الفروق بين المجموعتين المميّزة وغير المميّزة في اختبارات الأداءات الحركية المركبة (صدق الاختبارات)	١٩
٥٤	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات التوافق الحركي.....	٢٠
٥٥	الحركي.....	٢١

تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لاختبارات الأداءات	١٩
٥٦	الحركية المركبة	
	التوزيع الزمني لمحتوى الوحدات التعليمية والنسب المئوية	٢٠
٥٩	والزمن الكلي للبرنامج التعليمي.....	
٦٠	نموذج لوحة تعليمية من البرنامج المقترح	٢١
٦٢	نموذج لوحة تعليمية من برنامج المجموعة الضابطة.....	٢٢
	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية	٢٣
٦٦	في متغيرات التوافق الحركي.....	
	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية	٢٤
٦٩	في متغيرات الأداءات الحركية المركبة.	
	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة	٢٥
٧١	في متغيرات التوافق الحركي.....	
	دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة	٢٦
٧٤	في متغيرات الأداءات الحركية المركبة.	
	دلالة الفروق بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث	٢٧
٧٦	(التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي.....	
	دلالة الفروق بين القياسين البعديين لمجموعتي البحث	٢٨
٧٩	(التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات المركبة	
	النسبة المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدي عن القبلي	٢٩
	لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) والفرق بينهما في	
٨١	متغيرات التوافق الحركي.....	
	الفرق في نسبة التحسن لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة	٣٠
٨٢	في متغيرات التوافق الحركي	
	النسبة المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدي عن القبلي	٣١
	لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) والفرق بينهما في	
٨٤	متغيرات الأداءات الحركية المركبة.....	

تابع قائمة الجداول

رقم
الصفحة

عنوان الجدول

رقم
الجدول
٣٢

الفرق في نسبة التحسن لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة

٨٥

في متغيرات الأداءات المركبة

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٦٧	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات التوافق الحركي (القوة القصوى والقدرة العضلية).	١
٦٧	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات التوافق الحركي (المرونة - الرشاقة - السرعة - الدقة)	٢
٦٨	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغير التوافق الكلي	٣
٧٠	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تمرير الكرة بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم تمرير بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم محاورة ثم تمرير بالوجه المسطح)	٤
٧٠	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تقدم بالمحاورة ثم تمرير بالوجه المسطح - التمرير المباشر بالوجه المسطح)	٥
٧٠	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات الأداءات الحركية المركبة	٦
٧٢	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات التوافق الحركي (القوة القصوى والقدرة العضلية).	٧
٧٢	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات التوافق الحركي (المرونة - الرشاقة - السرعة - الدقة)	٨
٧٣	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغير التوافق الكلي	٩
٧٥	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تمرير الكرة بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم تمرير بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم محاورة ثم تمرير بالوجه المسطح)	١٠
٧٥	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تقدم بالمحاورة ثم تمرير بالوجه المسطح - التمرير المباشر بالوجه المسطح)	١١
٧٥	نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الأداءات الحركية المركبة	١٢

تابع قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٧٧	نسبة التحسن بين القياسيين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي (القوة القصوى والقدرة العضلية)	١٣
٧٧	نسبة التحسن بين القياسيين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي (المرونة - الرشاقة - السرعة - الدقة)	١٤
٧٨	نسبة التحسن بين القياسيين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغير التوافق الكلي	١٥
٨٠	نسبة التحسن بين القياسيين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تمرير الكرة بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم تمرير بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم محاورة ثم تمرير بالوجه المسطح)	١٦
٨٠	نسبة التحسن بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تقدم بالمحاورة ثم تمرير بالوجه المسطح - التمرير المباشر بالوجه المسطح - التصويب المباشر بالوجه المسطح)	١٧
٨٠	نسبة التحسن بين القياسيين البعديين لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات الحركية المركبة	١٨
٨٢	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي (القوة القصوى والقدرة العضلية)	١٩
٨٣	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات التوافق الحركي (المرونة - الرشاقة - السرعة - الدقة)	٢٠
٨٣	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغير التوافق الكلي	٢١
٨٦	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تمرير الكرة بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم تمرير بالوجه المسطح - استقبال ثم تقدم بالدرجة ثم محاورة ثم تمرير بالوجه المسطح)	٢٢
٨٦	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات الحركية المركبة (استقبال ثم تقدم بالمحاورة ثم تمرير بالوجه المسطح - التمرير المباشر بالوجه المسطح - التصويب المباشر بالوجه المسطح)	٢٣
٨٦	فرق التحسن بين متوسطي القياسيين البعديين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) في متغيرات الأداءات الحركية المركبة	٢٤

قائمة الملاحق

رقم الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
١/١٠٧	استمارة التحليل الخاصة بالأداءات الحركية المركبة في رياضة الهوكي	١
٢/١٠٩	استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد صلاحية بعض الاختبارات التي قام الباحث بتصميمها لقياس الأداءات الحركية المركبة في رياضة الهوكي	٢
٣/١١٩	استطلاع رأي الخبراء لتحديد مكونات التوافق الحركي الخاص في رياضة الهوكي	٣
٤/١٢٢	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول تحديد أنسب الاختبارات لقياس مكونات التوافق الحركي	٤
٥/١٢٥	اختبارات مكونات التوافق الحركي الخاص برياضة الهوكي ...	٥
٦/١٣٢	التمرينات التوافقية المستخدمة في البرنامج	٦
٧/١٣٩	قائمة بأسماء السادة الخبراء	٧
٨/١٤٠	استمارات تسجيل البيانات	٨
٩/١٤٣	قائمة بأسماء السادة المساعدين	٩
١٠/١٤٤	محتوى البرنامج التعليمي	١٠