

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
٣-١	المتوسط الحسابي والانحراف لعينة البحث فى كل من السن والطول والوزن والعمر التدريبى	٤٨
٤-١	المتوسط والأهمية النسبية والترتيب لسعة الاستجابة للعضلات أثناء أداء وضع النجمة	٥٧
٤-٢	المتوسط والأهمية النسبية والترتيب للتردد للعضلات أثناء أداء وضع النجمة	٦٠
٤-٣	المتوسط والأهمية النسبية والترتيب لسعة الاستجابة للعضلات أثناء أداء وضع النجمة	٦٣
٤-٤	المتوسط والانحراف والأهمية النسبية للقدرة العضلية أثناء أداء وضع النجمة	٦٦
٤-٥	النسبة المئوية لاشتراك العضلات أثناء الأداء نسبة الى انقباضها الأقصى	٦٨
٤-٦	معاملات الارتباط بين متغير النشاط الكهربائى (سعة الاستجابة) والقدرة العضلية	٧٠
٤-٧	معاملات الارتباط بين متغير النشاط الكهربائى (التردد) والقدرة العضلية	٧١
٤-٨	معاملات الارتباط بين متغير النشاط الكهربائى (زمن الاستجابة) والقدرة العضلية	٧٢

قائمة الأشكال والرسومات البيانية

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
٢-١	منظر لوثبة النجمة لحارس مرمى لكرة اليد	٣٠
٣-١	منظر لعضلات الذراعين المسطحية العاملة عند أداء مهارة النجمة	٥١
٤-١	الأهمية النسبية لسعة الاستجابة لعضلات الذراعين العاملة لحراس مرمى كرة اليد أثناء أداء وضع النجمة	٥٩
٤-٢	الأهمية النسبية للتردد لعضلات الذراعين العاملة لحراس مرمى كرة اليد أثناء أداء وضع النجمة	٦٢
٤-٣	الأهمية النسبية لزمن الاستجابة لعضلات الذراعين العاملة لحراس مرمى كرة اليد أثناء أداء وضع النجمة	٦٥
٤-٤	مستوى الجهد العضلي أثناء أداء المهارة وأثناء أداء أقصى انقباض عضلي لعضلات الذراعين العاملة لحراس مرمى كرة اليد أثناء أداء وضع النجمة	٦٩

- ك -

قائمة المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق	رقم الصفحة
١	استمارة البيانات الخاصة بأفراد عينة البحث من حيث السن والطول والوزن والعمر التدريبي	٢
٢	استمارة تسجيل القياسات الخاصة بكل لاعب	٤
٣	جهاز رسم العضلات الكهربائي وملحقته	٦
٤	تسجيل النشاط الكهربى لعضلات الذراعين أثناء أداء وضع النجمة	٨
٥	تقرير work loading يوضح التردد لعضلات الذراعين العاملة أثناء أداء وضع النجمة	١١
٦	تقرير basic results يوضح سعة الاستجابة لعضلات الذراعين العاملة أثناء أداء وضع النجمة	١٤
٧	منظر أثناء أداء وثبة النجمة	١٧
٨	منظر أثناء أداء أقصى انقباض للعضلات العاملة للذراعين	١٩
٩	وضع الالكترودات على العضلات العاملة أثناء أداء وثبة النجمة	٢١