

قائمة الجداول

رقم الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
٢٠	الدراسات التى هدفت إلى التعرف على المهارات الحركية المركبة وخصائصها فى الرياضات المختلفة .	١
٢٥	الدراسات العربية والأجنبية المرتبطة برياضة الجودو .	٢
٣٧	التوزيع الزمنى للدراسات العربية والأجنبية السابقة .	٣
٤٥	تصنيف المجتمع الكلى للعبة .	٤
٤٩	أسماء لجنة المحللين لدورة سيدنى ٢٠٠٠ م والمحكمين لقياس مستوى الأداء الهجومى المركب	٥
٥٠	الأهمية النسبية للمهارات الهجومية المركبة المستخلصة من تحليل المباريات فى دورة سيدنى عام ٢٠٠٠ م .	٦
٥١	المهارات الهجومية المركبة التى طبق عليها البرنامج التدريبى .	٧
٥٤	تجانس عينة البحث فى المتغيرات والإختبارات البدنية قيد الدراسة	٨
٥٥	معامل الالتواء للمهارات الهجومية المركبة لعينة الدراسة الأساسية .	٩
٥٧	معامل الصدق بين المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة فى المهارات الهجومية المركبة .	١٠
٥٨	معامل الصدق بين المجموعة المميزه والمجموعة غير المميزة فى الاختبارات البدنية .	١١

تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
٦٠	معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثانى فى المهارات الهجومية المركبة .	١٢
٦١	معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى فى الاختبارات البدنية .	١٣
٦٣	دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى القياس القبلى فى متغيرات السن والعمر التدريبى والطول والوزن .	١٤
٦٤	دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى القياس القبلى فى المهارات الهجومية المركبة المستخدمة قيد البحث .	١٥
٦٥	دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى القياس القبلى فى الاختبارات البدنية المستخدمة قيد البحث .	١٦
٦٦	الجدول الزمنى فى القياس القبلى لتنفيذ الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث .	١٧
٦٩	زمن الإعداد العام والخاص والمهارى والخططى والزمن الكلى للأسبوع أثناء تطبيق البرنامج للمجموعة التجريبية .	١٨
٧١	الجدول الزمنى فى القياس البعدى لتنفيذ الاختبارات البدنية والمهارية قيد البحث .	١٩
٧٤	دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المهارات الهجومية المركبة المستخدمة قيد البحث .	٢٠
٧٥	دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى	٢١

تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
	للمجموعة الضابطة فى الاختبارات البدنية المستخدمة قيد البحث .	
٧٦	دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المهارات الهجومية المركبة المستخدمة قيد البحث .	٢٢
٧٧	دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى الاختبارات البدنية المستخدمة قيد البحث .	٢٣
٧٨	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدي فى المهارات الهجومية المركبة المستخدمة قيد البحث .	٢٤
٧٩	نسبة التحسن فى المهارات الهجومية المركبة بين المجموعة الضابطة والتجريبية والفرق بينهما .	٢٥
٨١	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدي فى الاختبارات البدنية المستخدمة قيد البحث	٢٦
٨٢	نسبة التحسن فى الاختبارات البدنية بين المجموعة الضابطة والتجريبية والفرق بينهما .	٢٧

قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	رقم الصفحة
١	التقسيم الفنى للمهارات الهجومية فى رياضة الجودو (مهاراته) .	١٢
٢	زمن الإعداد العام والخاص والمهارى والخططى والزمن الكلى للأسبوع أثناء تطبيق البرنامج للمجموعة التجريبية .	٧٠
٣	النسبة المئوية للتحسن فى المهارات الهجومية المركبة بين المجموعة الضابطة والتجريبية .	٨٠
٤	النسبة المئوية للتحسن فى الاختبارات البدنية بين المجموعة الضابطة والتجريبية .	٨٣

المرفقات

- مرفق (١) استمارة قياس الاختبارات البدنية قيد الدراسة .
- مرفق (٢) استمارة ملاحظة المهارات الهجومية المركبة المستخلصة من دورة سيدنى الأولمبية ٢٠٠٠ م .
- مرفق (٣) بعض التمرينات الخاصة بالإعداد البدنى للاعبى رياضة الجودو .
- مرفق (٤) أسماء السادة الخبراء الذى تم عرض البرنامج التدريبى عليهم
- مرفق (٥) استمارة قياس مستوى الأداء المهارى المركب للاعبى رياضة الجودو .
- مرفق (٦) البرنامج التدريبى المطبق على المجموعة التجريبية .
- مرفق (٧) نموذج لوحدة تدريبية من البرنامج المطبق على المجموعة التجريبية .
- مرفق (٨) نموذج لوحدة تدريبية من البرنامج المطبق على المجموعة الضابطة .