

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٣٧	الدراسات المرتبطة العربية	١
٤٨	جدول التكافؤ (العمر الزمني-الطول-الوزن).....	٢
٤٩	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة	٣
٥٠	المجال الزمني للبرنامج	٤
٥٤	تخطيط الموسم التدريبي	٥
٥٤	تخطيط فترة الإعداد	٦
٥٥	التوزيع الزمني للبرنامج	٧
٥٥	توزيع الإعداد البدني والمهاري خلال البرنامج التدريبي	٨
٥٦	توزيع الزمن الكلي للإعداد البدني على الإعداد العام والخاص ...	٩
٥٦	توزيع النسب المئوية لعناصر اللياقة البدنية الأساسية خلال فترة الإعداد	١٠
٥٧	توزيع النسب المئوية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة بالسباحة خلال فترة الإعداد	١١
٥٩	معاملات الصدق والثبات للاختبارات قيد البحث	١٢
٦٤	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة	١٣
٦٥	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد الدراسة	١٤
٦٦	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة	١٥
٦٧	دلالة الفروق بين متوسطي القياس البعدي لكل من المجموعة الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة	١٦

قائمة الأشكال والرسوم البيانية

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٥٦	نسب توزيع الإعداد البدني والمهارى خلال البرنامج التدريبي ...	١
٥٧	توزيع النسب المئوية لعناصر اللياقة البدنية الأساسية خلال فترة الإعداد	٢
٥٨	توزيع النسب المئوية لعناصر اللياقة البدنية الخاصة خلال فترة الإعداد	٣