

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	استخدام الفترات الزمنية لفترات استعادة الشفاء	٢٨
٢	تصنيف مجتمع وعينة البحث	٤٣
٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى عينة البحث	٤٤
٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الالتواء فى بعض القياسات المختارة لدى عينة البحث	٤٤
٥	أراء الخبراء فى تحديد محاور البرنامج التدريبى المقترح والنسبة المئوية لكل محور	٥١
٦	الجدول الزمنى لتطبيق قياسات الدراسة	٥٢
٧	دلالة الفروق ونسبة التحسن % بين القياسات القبليّة والبعدية فى بعض المتغيرات الفسيولوجية	٥٧
٨	دلالة الفروق ونسبة التحسن % بين القياسات القبليّة والبعدية فى متغيرات المستوى الرقمى لسباحة (٥٠ - ١٠٠م) زحف على البطن	٥٨

: