

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٧	آراء مؤلفي المراجع حول هجمة التكملة .....	١
١٩	التكرارات والنسب المئوية لابعاد هجمة التكملة .....	٢
٢٧	آراء مؤلفي المراجع حول هجمة الاستعادة .....	٣
٢٩	التكرارات والنسب المئوية لابعاد هجمة الاستعادة .....	٤
٣٧	آراء مؤلفي المراجع حول هجمة التكرار .....	٥
٣٩	التكرارات والنسب المئوية لابعاد هجمة التكرار .....	٦°
٥١	العضلات العاملة على مفاصل الجسم خلال مراحل أداء الهجمات المستأنفة الثلاث .....	٧
٨١	حجم عينة المحاولات الاساسية .....	٨
٨٥	أماكن وتاريخ ومواعيد تصوير أفراد عينة البحث .....	٩
٨٧	اختيار المحاولات الصالحة للتحليل .....	١٠
٩٢	طريقة حساب احداثيات مركز الثقل .....	١١
١٠٠	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة التكملة لكل من ( مركز الثقل - والكتف - الحوض - ورسغ اليد - والحوض - والركبة ) .....	١٢
١٠٢	لحساب مقادير التغير في السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة التكملة لكل من ( مركز الثقل - والكتف - والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة ) .....	١٣
١٠٤	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة التكرار ( بالمغيرة ) لكل من ( مركز الثقل - والكتف - والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة ) .....	١٤
١٠٩	لحساب مقادير التغير في السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة التكرار ( بالمغيرة ) لكل من مركز الثقل - والكتف - والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة ) .....	١٥
١١١	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة التكرار ( بالقاطعة ) لكل من ( مركز الثقل - والكتف - والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة ) .....	١٦
١١٨	والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة .....	١٧

## تابع قائمة الجداول

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>رقم الجدول</u>
١٢٠	لحساب مقادير التغير في السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة التكرار (بالقاطعة) لكل من ( مركز الثقل والكتف - والحوض - ورسغ اليد - والمرفق - والركبة ) . . . . .	١٧
١٢٨	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى (بالمغيرة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - والركبة ) . . . . .	١٨
١٣٠	لحساب مقادير التغير في السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى (بالمغيرة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) . . . . .	١٩
١٣٧	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى (بالقاطعة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) . . . . .	٢٠
١٣٩	لحساب مقادير التغير في السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة الاستعادة لوضع التحفز الامامى (بالقاطعة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) . . . . .	٢١
١٤٦	لحساب مقادير التغير في المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى (بالمغيرة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) . . . . .	٢٢

## تابع قائمة الجداول

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>رقم الجدول</u>
١٤٨	لحساب مقادير التغيير فى السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى (بالمغيرة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) .....	٢٣
١٥٦	لحساب مقادير التغيير فى المسافة بالنسبة لزمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى (بالقاطعة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - ورسغ اليد - المرفق - الركبة ) .....	٢٤
١٥٨	لحساب مقادير التغيير فى السرعة المتوسطة خلال زمن أداء هجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى (بالقاطعة) لكل من ( مركز الثقل - الكتف - الحوض - رسغ اليد - المرفق - الركبة ) .....	٢٥

## قائمة الاشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الشكل
١١	المهارات الحركية فى المبارزة بسلاح الشيش .....	١
١٣	متنوعات الهجوم ( الهجمات المستأنفة ) .....	٢
٥٠	العضلات العاملة على مفاصل الجسم من الامام والخلف ..	٣
٩٣	طريقة ايجاد مركز الثقل بطريقة العزوم حول المحاور .....	٤
٩٨	القراءة الكينماتيكية لهجمة التكملة .....	٥
٩٩	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكملة .....	٦
١٠١	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكملة .....	٧
١٠٣	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكملة .....	٨
١٠٧	القراءة الكينماتيكية لهجمة التكرار ( بالمغيرة ) .....	٩
١٠٨	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالمغيرة ) .....	١٠
١١٠	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالمغيرة ) .....	١١
١١٢	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالمغيرة ) .....	١٢
١١٦	القراءة الكينماتيكية لهجمة التكرار ( بالقاطعة ) .....	١٣
١١٧	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالقاطعة ) .....	١٤
١١٩	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالقاطعة ) .....	١٥
١٢١	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة التكرار ( بالقاطعة ) .....	١٦
١٢٦	القراءة الكينماتيكية لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء ( بالمغيرة ) .....	١٧

## تابع قائمة الاشكال

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
١٢٧	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> (بالمغيرة) .....	١٨
١٢٩	المنحنى الدال على المسافة / زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالمغيرة) .....	١٩
١٣١	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالمغيرة) .....	٢٠
١٣٥	القراءة الكينماتيكية لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالقاطعة) .....	٢١
١٣٦	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالقاطعة) .....	٢٢
١٣٨	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالقاطعة) .....	٢٣
١٤٠	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الامامى والاداء <sup>٥</sup> ( بالقاطعة) .....	٢٤
١٤٤	القراءة الكينماتيكية لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>٥</sup> ( بالمغيرة) .....	٢٥
١٤٥	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>٥</sup> ( بالمغيرة) .....	٢٦

## تابع قائمة الاشكال

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
١٤٧	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالمغيرة) .....	٢٧
١٤٩	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالقاطعة) .....	٢٨
١٥٤	القراءة الكينماتيكية لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالقاطعة) .....	٢٩
١٥٥	المسارات الحركية لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالقاطعة) .....	٣٠
١٥٧	المنحنى الدال على المسافة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة ومركز الثقل لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالقاطعة) .....	٣١
١٥٩	المنحنى الدال على السرعة/ زمن لمفاصل الجسم المختارة لهجمة الاستعادة مع العودة لوضع التحفز الخلفى والاداء <sup>١</sup> (بالقاطعة) .....	٣٢

## قائمة المرفقات

<u>رقم المرفق</u>	<u>عنوان المرفق</u>	<u>رقم الصفحة</u>
١	استمارة تسجيل البيانات الخاصة بالتصوير	٢
٢	استمارة استطلاع رأي الخبراء حول أهمية الهجمات	
٣	المستأنفة بين المهارات الاخرى بسلاح الشيش . . . .	