

قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	م
٢٦	آراء العلماء فى مكونات سرعة الاستجابة	١
٥٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمجموعات البحث الثلاث للقياس القبلى فى اللياقة البدنية	٢
٥٧	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمجموعات البحث الثلاث للقياس القبلى فى سرعة الاستجابة الحركية	٣
٥٨	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمجموعات البحث الثلاث للقياس القبلى فى المستوى المهارى	٤
٥٩	تحليل التباين بين المجموعات الثلاث عينة البحث فى معدلات النمو (السن - الطول - الوزن)	٥
٦٠	تحليل التباين بين المجموعات الثلاث عينة البحث فى اللياقة البدنية للقياس القبلى	٦
٦١	تحليل التباين بين المجموعات الثلاث للقياس القبلى فى سرعة الاستجابة لمتوسط الزمن الكلى	٧
٦٢	تحليل التباين بين المجموعات الثلاث للقياس القبلى فى سرعة الاستجابة للمثير السمعى	٨
٦٣	تحليل التباين بين المجموعات الثلاث للقياس القبلى فى سرعة الاستجابة للمثير البصرى	٩
٧٧	التوزيع الزمنى للبرنامج المقترح للمجموعتين التجريبيتين المجموعة التجريبية الأولى (سباحة) والثانية (مبارزة) .	١٠

رقم الصفحة	العنوان	م
٧٨	النسب المئوية للتوزيع الزمني للبرنامج المقترح لظنمية سرعة الاستجابة الحركية للمجموعتين التجريبيتين الأولى (سباحة) والثانية (مبارزة)	١١
٨٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي لسرعة الاستجابة الحركية للمشير السمعي والبصري للمجموعة التجريبية الأولى (سباحة) ..	١٢
٨٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية الأولى (سباحة) في المستوى المهاري	١٣
٨٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي في سرعة الاستجابة الحركية للمجموعة التجريبية الثانية (مبارزة)	١٤
٨٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية الثانية (مبارزة) في المستوى المهاري	١٥
٨٩	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياسات القبلي والبعدي في سرعة الاستجابة للمشير السمعي والبصري للمجموعة الضابطة	١٦
٩٠	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياسات البعدي في سرعة الاستجابة للمشيرين السمعي والبصري بين المجموعة التجريبية الأولى (سباحة) والمجموعة الضابطة	١٧
٩٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين القياسات البعدي في سرعة الاستجابة الحركية للمشير السمعي والبصري بين المجموعة التجريبية الثانية (مبارزة) والمجموعة الضابطة	١٨

رقم الصفحة	العنوان	م
٩٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ودلاله الفرق بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية الأولى (سباحة) والمجموعة الضابطة فى المستوى المهارى	١٩
٩٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ودلالة الفرق بين القياسات البعدية للمجموعة التجريبية الثانية (مبارزة) والمجموعة الضابطة فى المستوى المهارى	٢٠
٩٥	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ودلالة الفرق بين القياسات القبليية والبعدية للمجموعة الضابطة فى المستوى المهارى	٢١
٩٦	معدلات نسب التحسن بين القياسات القبليية والبعدية للمجموعة التجريبية الأولى (سباحة)	٢٢
٩٧	معدلات نسب التحسن بين القياسات القبليية والبعدية للمجموعة التجريبية الثانية (مبارزة)	٢٣
٩٨	معدلات نسب التحسن بين القياسات القبليية والبعدية للمجموعة الضابطة	٢٤
٩٩	الفرق بين نسب التحسن للمجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة فى سرعة الاستجابة الحركية والمستوى المهارى	٢٥

قائمة الصور والأشكال

رقم الصفحة	العنوان	م
١٩ أجزاء الجهاز العصبي	١
٢٢ زمن الاستجابة الحركية	٢
٢٧ المراحل الأساسية لزمن الاستجابة	٣
٣٢ خطوات تقييم البرنامج	٤
٦٨ الشاخص الكهربائي	٥
٧٢ طريقة الدمج لكل من الاعداد العام والخاص	٦
٢٣٠ الحركة الانبساطية الطائفة	٧
٢٣٠ الهجمة المغيرة	٨
٢٣٠ مباراة بين الطالبات مع تطيل الحركات	٩
٢٣١ درس مبارزة (مع الباحثة والطالبة وأحد المساعدين)	١٠
٢٣١ زاوية الجسم والمسافة المقطوعة للبدء قبل وبعد البرنامج	١١

قائمة المرفقات

رقم الصفحة	العنوان	رقم المرفق
١٢٦	خطاب موجه الى المختبر العلمى بالكلية من الباحثة	١
	خطاب من الكلية الى المجلس الأعلى للشباب والرياضة قسم	٢
١٢٧	القياسات النفسية	
	* الأجهزة المستخدمة لقياس سرعة الاستجابة الحركية :-	
١٢٨	- جهاز رد الفعل العام بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة ...	٣
١٢٩	- جهاز رد الفعل البسيط بالمختبر العلمى بالكلية بالجزيرة ..	٤
	* الأدوات والقياسات والاختبارات المستخدمة فى البحث :-	٥
١٣٣	- جهاز ديناموميتر القبضة	
١٣٤	- جهاز ديناموميتر المثبت على قاعدة لقوة عضلات الرجلين	
١٣٤	- اختبار السرعة	
١٣٥	- اختبار المرونة	
١٣٥	- اختبار الرشاقة	
١٣٥	- اختبار التوازن	
١٣٦	- اختبار القدرة	
١٣٧	استمارة تقرير القياسات النفسية لزمن رد الفعل	٦
	استمارة الاستبيان لأهم عناصر اللياقة البدنية الخاصة	٧
١٣٩	لرياضتى السباحة والمبارزة	
	البرنامج المقترح لتنمية سرعة الاستجابة الحركية	٨
	لمهارة البدء فى السباحة وسباحة ١٠ متر زحف على البطن	
١٤٠	فى السباحة	
	البرنامج المقترح لتنمية سرعة الاستجابة الحركية	٩
	للحركة الانبساطية والهجمة المغيرة والمزدوجة فسى	
١٩٥	المبارزة بسلاح الشيش	
٢٢٨	قياس المستوى المهارى	١٠
٢٣٠	أسماء الخبراء والمدربين فى مجال الدراسة	١١