

## قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
(١)	المتوسط الحسابي و الوسيط و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لعينة البحث في متغيرات قيد البحث	٦١
(٢)	المتوسط الحسابي و الوسيط و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لعينة البحث في زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية	٦١
(٣)	المتوسط الحسابي و الوسيط و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لعينة البحث في زمن دورة الذراع كاملة	٦٣
(٤)	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمجموعتين الضابطة و التجريبية في متغيرات البحث	٦٤
(٥)	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمجموعة التجريبية و المجموعة الضابطة في زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية	٦٥
(٦)	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمجموعتين الضابطة و التجريبية في زمن دورة الذراع كاملة	٦٦
(٧)	التوزيع الزمني للبرنامج	٦٩
(٨)	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات متوسط عدد الشدات ، زمن ٢٥ متر ، متوسط طول الشدة	٧٢
(٩)	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية و الزمن الكلي لدورة الذراع كاملة	٧٣
(١٠)	دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي و البعدي للمجموعة الضابطة في زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية لكل لاعب	٧٤
(١١)	دلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات متوسط عدد الشدات ، زمن ٢٥ متر ، متوسط طول الشدة	٨٠
(١٢)	دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي و البعدي للمجموعة التجريبية للمتغيرات زمن الشد و الدفع و زمن لحركة الرجوعية و الزمن الكلي لدورة الذراع كاملة	٨١
(١٣)	دلالة الفروق بين متوسطي القياسين البعديين للمجموعتين التجريبية و الضابطة في كل من متوسط عدد الشدات ، زمن ٢٥ متر ، متوسط طول الشدة	٨٢

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
(١٤)	دلالة الفروق بين متوسطى القياسين البعديين للمجموعة الضابطة و التجريبية للمتغيرات في كل من زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية و الزمن الكلي لدورة الذراع كاملة	٨٣
(١٥)	دلالة الفروق بين القياسين القبلى و البعدي للمجموعة التجريبية في زمن الشد و الدفع و زمن الحركة الرجوعية لكل لاعب	٨٤

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الشكل
١٨	نموذج هاى لتطوير الأداء الفنى في سباحة الزحف على البطن	( ١ )
١٩	تعديل لنموذج هاى لتطوير الأداء الفنى في سباحة الزحف على البطن	( ٢ )
٧٥	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الأول في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٣ )
٧٥	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثانى في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٤ )
٧٦	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثالث في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٥ )
٧٦	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الرابع في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٦ )
٧٧	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الخامس في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٧ )
٧٧	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب السادس في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٨ )
٧٨	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب السابع في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٩ )
٧٨	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثامن في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٠ )
٧٩	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب التاسع في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١١ )
٧٩	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب العاشر في المجموعة الضابطة في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٢ )
٨٥	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الأول في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٣ )
٨٥	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثانى في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٤ )
٨٦	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثالث في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٥ )

تابع قائمة الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٨٦	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الرابع في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٦ )
٨٧	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الخامس في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٧ )
٨٧	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب السادس في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٨ )
٨٨	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب السابع في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ١٩ )
٨٨	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب الثامن في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٢٠ )
٨٩	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب التاسع في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٢١ )
٨٩	الفرق بين القياسين القبلى والبعدى للاعب العاشر في المجموعة التجريبية في مجموع زمن الشد والحركة الرجوعية	( ٢٢ )