

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦٩	حجم العينة ونسبتها إلى المجتمع الأصلي .	١
٧١	تكافؤ مجموعتي البحث في متغيرات (السن ، الطول ، الوزن ، مدة الإدمان ، عدد مرات العلاج) .	٢
٧٢	تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات النفسية .	٣
٧٣	تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	٤
٧٤	تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسي .	٥
٧٥	تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	٦
٧٦	تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات البيوكيميائية .	٧
٨٠ - ٨١	الأهمية النسبية لآراء الخبراء فى التمرينات المقترحة لبرنامج لترويح الرياضى .	٨
٨٤	معامل الثبات للمتغيرات النفسية .	٩
٨٥	معامل الثبات للمتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	١٠
٨٦	الدلالة الإحصائية لصدق المتغيرات النفسية .	١١
٨٧	الدلالة الإحصائية لصدق المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	١٢
٩٥ - ٩٨	الخطة العامة لوحدات برنامج الترويح الرياضى .	١٣
٩٩ - ١٢٧	مضمون برنامج الترويح الرياضى المقترح .	١٤
١٢٩	التوزيع الزمنى للوحدة التدريبية (الأنشطة الترويحية الرياضية)	١٥
١٣٢	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات النفسية .	١٦
١٣٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	١٧
١٣٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسي .	١٨

تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٣٥ - ١٣٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	١٩
١٣٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات البيوكيميائية .	٢٠
١٣٧	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات النفسية .	٢١
١٣٨	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	٢٢
١٣٩	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسى .	٢٣
١٤٠	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	٢٤
١٤١	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات البيوكيميائية .	٢٥
١٤٢	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى القياس البعدى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات النفسية .	٢٦
١٤٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى القياس البعدى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	٢٧
١٤٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى القياس البعدى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسى .	٢٨
١٤٥	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى القياس البعدى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	٢٩

تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٤٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى القياس البعدى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة فى المتغيرات البيوكيميائية .	٣٠
١٤٧	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات النفسية .	٣١
١٤٩	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	٣٢
١٥١	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسى .	٣٣
١٥٣	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	٣٤
١٥٥	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات البيوكيميائية	٣٥

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
١	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات النفسية .	١٤٨
٢	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز الدورى .	١٥٠
٣	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز التنفسى .	١٥٢
٤	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات الفسيولوجية والخاصة بالجهاز العصبى العضلى .	١٥٤
٥	النسب المئوية لمعدلات تحسن القياس البعدى عن القبلى لمجموعتى البحث التجريبية والضابطة والفرق بينهما فى المتغيرات البيوكيميائية .	١٥٦
٦	هيئات يمكن أن تشارك بفاعلية فى نجاح المشروع المقترح لتكوين المجلس القومى للترويج وشغل وقت الفراغ .	١٧٦

المرفقات

- مرفق (١) إستمارة تسجيل بيانات عينة البحث للمتغيرات الأنثروبومترية والمتغيرات النفسية فى القياس القبلى والقياس البعدى .
- مرفق (٢) إستمارة تسجيل بيانات عينة البحث للمتغيرات الفسيولوجية والبيوكيميائية فى القياس القبلى والقياس البعدى .
- مرفق (٣) إستمارة إستطلاع رأى الخبراء فى متغيرات الدراسة.
- مرفق (٤) أسماء السادة الخبراء الذين تم إستطلاع رأيهم فى متغيرات الدراسة .
- مرفق (٥) إستمارة إستطلاع رأى الخبراء فى التمرينات المقترحة لبرنامج الترويح الرياضى .
- مرفق (٦) أسماء السادة الخبراء الذين تم إستطلاع رأيهم فى محتوى برنامج الترويح الرياضى .
- مرفق (٧) قائمة فرايبورج للشخصية .
- مرفق (٨) مفتاح تصحيح قائمة فرايبورج للشخصية .
- مرفق (٩) القياسات الفسيولوجية والبيوكيميائية قيد البحث .
- مرفق (١٠) الإختبارات البدنية الخاصة بالجهاز العصبى والعضلى .
- مرفق (١١) خطاب موجه من الكلية لإدارة المستشفى لإجراء البحث بها .
- مرفق (١٢) خطاب موجه من إدارة المستشفى للكلية بالموافقة على إجراء البحث بها .
- مرفق (١٣) تصريح بدخول المستشفى يومياً .
- مرفق (١٤) خطاب من إدارة المستشفى يفيد بفترة تنفيذ البرنامج .

الملخصات

- ملخص البحث باللغة العربية .
- مستخلص البحث باللغة العربية .
- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية .
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية .