

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
(١)	حجم وتوزيع عينة البحث بالنسبة لأندية ودور المسنين بمحافظة كفر الشيخ .	٦٩
(٢)	تقسيم عينة البحث إلى مجموعات وفئات سنوية ، سعة الفئة خمس سنوات .	٧٠
(٣)	أهم الاختبارات الخاصة بالجهاز العصبي والتي تم تطبيقها على المسنين .	٧١
(٤)	ثبات الاختبارات توضحها معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لبعض الاختبارات المستخدمة .	٧٤
(٥)	صدق الاختبارات توضحها دلالة الفروق بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة للنشاط الرياضي في الاختبارات المختارة .	٧٤
(٦)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال (الممارسين وغير الممارسين) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	٨٥
(٧)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال (الممارسين وغير الممارسين) للنشاط الرياضي من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	٩٠
(٨)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين السيدات (الممارسات وغير الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	٩٥
(٩)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين السيدات (الممارسات وغير الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٠٠
(١٠)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال والسيدات (الممارسين والممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٠٥

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
(١١)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال والسيدات (غير الممارسين وغير الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١١٠
(١٢)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال والسيدات (الممارسين والممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١١٥
(١٣)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال والسيدات (غير الممارسين وغير الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٢٠
(١٤)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال (الممارسين) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٢٥
(١٥)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين الرجال (غير الممارسين) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٣٠
(١٦)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين السيدات (الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٣٥
(١٧)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ودلالة الفروق بين السيدات (غير الممارسات) للنشاط الرياضي من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة في اختبارات الجهاز العصبي .	١٤٠

قائمة الأشكال

الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
١١	الخلية العصبية	(١)
١٣	أنواع الخلايا العصبية	(٢)
١٤	الجهد الكهربائي لجدار الخلية العصبية	(٣)
١٧	توصيل السيل العصبي خلال الليفة العصبية	(٤)
١٨	انتقال السيل العصبي عبر منطقة التشابك العصبي	(٥)
٢٤	أقسام الجهاز العصبي	(٦)
٢٦	الأجزاء الرئيسية للمخ	(٧)
٢٦	المناطق الوظيفية في قشرة المخ	(٨)
٢٨	قطاع عرضي للنخاع الشوكي	(٩)
٥٤	التغير في اتجاهات الأفراد نحو أنماط المشاركة في مناشط الترويح	(١٠)
٨٦	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	(١١)
٨٦	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لمعدل التردد الحركي .	(١٢)
٨٧	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	(١٣)
٨٧	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	(١٤)
٨٨	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	(١٥)

تابع قائمة الأشكال

الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
٨٨	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	(١٦)
٩١	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	(١٧)
٩١	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	(١٨)
٩٢	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	(١٩)
٩٢	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	(٢٠)
٩٣	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	(٢١)
٩٣	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين وغير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	(٢٢)
٩٦	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	(٢٣)
٩٦	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لمعدل التردد الحركي .	(٢٤)
٩٧	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	(٢٥)

تابع قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	الصفحة
(٢٦)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	٩٧
(٢٧)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	٩٨
(٢٨)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	٩٨
(٢٩)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٠١
(٣٠)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٠١
(٣١)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٠٢
(٣٢)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٠٢
(٣٣)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١٠٣
(٣٤)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات وغير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	١٠٣
(٣٥)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٠٦
(٣٦)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٠٦

تابع قائمة الأشكال

الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
١٠٧	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	(٣٧)
١٠٧	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	(٣٨)
١٠٨	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	(٣٩)
١٠٨	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	(٤٠)
١١١	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	(٤١)
١١١	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لمعدل التردد الحركي .	(٤٢)
١١٢	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	(٤٣)
١١٢	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	(٤٤)
١١٣	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	(٤٥)
١١٣	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٠ : أقل من ٦٥) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	(٤٦)

تابع قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	الصفحة
(٤٧)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١١٦
(٤٨)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١١٦
(٤٩)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١١٧
(٥٠)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١١٧
(٥١)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١١٨
(٥٢)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	١١٨
(٥٣)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٢١
(٥٤)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٢١
(٥٥)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٢٢

تابع قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	الصفحة
(٥٦)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٢٢
(٥٧)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١٢٣
(٥٨)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	١٢٣
(٥٩)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٢٦
(٦٠)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٢٦
(٦١)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٢٧
(٦٢)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) ، والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٢٧
(٦٣)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١٢٨
(٦٤)	دلالة الفروق بين الرجال الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	١٢٨

تابع قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	الصفحة
(٦٥)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٣١
(٦٦)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٣١
(٦٧)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٣٢
(٦٨)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) ، والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٣٢
(٦٩)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١٣٣
(٧٠)	دلالة الفروق بين الرجال غير الممارسين من (٦٠ : أقل من ٦٥) والرجال غير الممارسين من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانبساطي .	١٣٣
(٧١)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٣٦
(٧٢)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٣٦

تابع قائمة الأشكال

رقم الشكل	محتوى الشكل	الصفحة
(٧٣)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٣٧
(٧٤)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) ، والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٣٧
(٧٥)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	١٣٨
(٧٦)	دلالة الفروق بين السيدات الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط القدم الانقباضي ، والانبساطي .	١٣٨
(٧٧)	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لسرعة رد الفعل السمعي والضوئي (يمين - يسار) ، زمن الاستجابة ، الاتزان .	١٤١
(٧٨)	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لمعدل التردد الحركي .	١٤١
(٧٩)	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بقوة القبضة اليمنى واليسرى (١٠٠ % ، ٧٥ % ، ٥٠ %) .	١٤٢
(٨٠)	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) ، والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة للإحساس بالمسافة الجانبية ، والعمودية ، الانبساط الوظيفي .	١٤٢

تابع قائمة الأشكال

الصفحة	محتوى الشكل	رقم الشكل
١٤٣	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لانتصاب القامة (وقوف - رقود) ، النبض .	(٨١)
١٤٣	دلالة الفروق بين السيدات غير الممارسات من (٦٠ : أقل من ٦٥) والسيدات غير الممارسات من سن (٦٥ : أقل من ٧٠) سنة لضغط الدم الانقباضي ، والانقباضي .	(٨٢)
١٦٠	علاقة القوة العضلية بالسن والجنس	(٨٣)