

قائمة الجداول

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>رقم الجدول</u>
٤	مقارنة بين أزمنة السباحين المصريين والسباحين العالميين	١
١٨	الآراء المختلفة لطرق التدريب فى السباحة	٢
٣٣	أنظمة ثلاثى ادينوزين الفوسفات ( A.T.P. )	٣
٣٤	متطلبات الطاقة لمسابقات السباحة	٤
٣٦	نظم ومصادر الطاقة لمسابقات السباحة	٥
٤٧	تحليل الدراسات المرتبطة بالبحث	٦
٥١	الاندية المشتركة فى البحث وعدد السباحين لكل نادى	٧
٥٢	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمتغيرات البحث " العينة الكلية " .	٨
٥٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمتغيرات البحث " لسباحى ٢٠٠ متر حرة " .	٩
٥٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمتغيرات البحث " لسباحى ٢٠٠ متر ظهر " .	١٠
٥٥	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمتغيرات البحث " لسباحى ٢٠٠ متر فراشة " .	١١
٥٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمتغيرات البحث " لسباحى ٢٠٠ متر صدر " .	١٢
٥٩	متغيرات البحث	١٣
٦٤	الارتباط بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحى ٢٠٠م حرة	١٤
٦٦	الارتباط بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحى ٢٠٠متر ظهر	١٥
٦٨	الارتباط بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحى ٢٠٠متر فراشة	١٦
٧٠	الارتباط بين تحمل السرعة وزمن المقاطع لسباحى ٢٠٠ متر صدر	١٧
٧٢	الارتباط بين أزمنة المقاطع والمستوى الرقمى لسباحسى المستويات العالية .	١٨
٧٤	الارتباط بين بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستويات الرقمية لسباحى المستويات العالية	١٩

## قائمة الملحق

<u>رقم الملحق</u>	<u>عنوان الملحق</u>	<u>رقم الصفحة</u>
١	اسماء الساده الخبراء الذين تم الاستعانه بأرائهم .....	٩٨
٢	اسماء الساده المساعدين .....	٩٩
٣	الاختبارات المستخدمه فى اجراءات البحث .....	١٠٠
٤	جهاز قياس نبض القلب .....	١٠١
٥	الباحث اثناء اجراء القاسات الرقميه .....	١٠٢
٦	بيان بجدول بطولة الجمهورية الشتويه للسباحه ١٩٩١م .....	١٠٣
٧	ارقام السباحين .....	١٠٤
٨	استمارة تسجيل بيانات الساحين .....	١٠٥
٩	صور للخطابات الاداريه الخاصه بالمعالجات الاحصائية للبحث	١٠٦
١٠	البدء فى السباحه من خارج الماء . .....	١٠٧

قائمة الاشكال

رقم الصفحة

عنوان الشكل

رقم الشكل

٢١

طرق تشكيل المجموعات التدريبية

١