

" قائمة الجداول "

رقم الصفحة	العنوان	
٦٩	الدراسات العربية المشابهة	جدول ١
٧٤	الدراسات الانجليزية المشابهة	جدول ٢
٨٢	التوصيف الإحصائي لمجتمع وعينة البحث	جدول ٣
٨٤	اعتدالية توزيع عينة البحث في متغيرات البحث.....	جدول ٤
	المتوسط والانحراف المعياري وقيمة ت بين المجموعتين	جدول ٥
٨٥	الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد البحث.....	
٨٧	المسح المرجعي لمكونات التوافق الحركي.....	جدول ٦
٨٩	نسب مكونات التوافق الحركي	جدول ٧
٩٠	نسب اختبارات مكونات التوافق الحركي	جدول ٨
٩٢	الأهمية النسبية لمراحل الأداء في استمارة التقويم.....	جدول ٩
٩٥	زمن مراحل أداء رفعتي الخطف والكلين والنظر لنموذج الاداء	جدول ١٠
٩٩	معامل الصدق لاختبارات التوافق الحركي والاختبارات المهارية	جدول ١١
١٠٠	معامل الثبات لاختبارات التوافق الحركي والاختبارات المهارية	جدول ١٢
	دلالة الفروق بين القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة	جدول ١٣
١١١	التجريبية في مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال.....	
	دلالة الفروق بين القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة التجريبية	جدول ١٤
١١٢	في مستوى الأداء الفني ومستوى الانجاز	
	الفرق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في زمن	جدول ١٥
١١٤	مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنموذج الاداء.....	
	دلالة الفروق بين القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة لضابطة	جدول ١٦
١١٦	في مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال.....	
	دلالة الفروق بين القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة لضابطة	جدول ١٧
١١٧	في مستوى الأداء ومستوى الانجاز.....	

" تابع قائمة الجداول "

رقم
الصفحة

العنوان

جدول ١٨	الفرق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في زمن
١١٩	مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنموذج الاداء....
جدول ١٩	فرق الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في
١٢١	مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال.....
جدول ٢٠	فرق الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في
١٢٢	مستوى الأداء الفني ومستوى الانجاز
جدول ٢١	الفرق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في زمن
١٢٤	مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنموذج الاداء....
جدول ٢٢	انعلاقة بين مكونات التوافق الحركي ومستوى الأداء الفني
١٢٦	للمجموعة التجريبية.....
جدول ٢٣	العلاقة بين مكونات التوافق الحركي ومستوى الأداء الفني
١٢٧	للمجموعة الضابطة

" قائمة الأشكال "

رقم الصفحة	العنوان	
٤٠ نموذج لمعالجة المعلومات.....	شكل ١
٥١ العناصر الحركية لرفعة الخطف في رفع الأثقال	شكل ٢
٥٩ العناصر الحركية لرفعة الكلين والنظر في رفع الأثقال	شكل ٣
٦٦ تقسيم التمرينات النوعية في رفع الأثقال.....	شكل ٤
٨٢ النسب المثوية لمجتمع وعينة البحث.....	شكل ٥
١٠٥ توزيع الشدة والحجم خلال العشر وحدات الاولى من البرنامج من وزن الجسم.....	شكل ٦
١٠٥ توزيع الشدة والحجم من الوحدة الحادية عشر الى الاربعة والعشرون من البرنامج	شكل ٧
١١٢ القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة التجريبية في مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال	شكل ٨
١١٣ القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة التجريبية في مستوى الأداء الفني ومستوى الانجاز	شكل ٩
١١٥ القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في زمن مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنموذج الاداء	شكل ١٠
١١٧ القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة الضابطة في مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال.....	شكل ١١
١١٨ القياسين (القبلي - البعدي) للمجموعة الضابطة في مستوى الأداء الفني ومستوى الانجاز	شكل ١٢
١٢٠ القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في زمن مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنموذج الاداء.....	شكل ١٣
١٢٢ الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مكونات التوافق الحركي في رفع الأثقال.....	شكل ١٤

"تابع قائمة الأشكال "

رقم
الصفحة

العنوان

١٢٣	الفروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مستوى الأداء مستوى الانجاز	شكل ١٥
١٢٥	المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في زمن مراحل الأداء للخطف والكلين والنظر مقارنة بنودج الاداء	شكل ١٦