

## قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	مراحل التعلم الحركى.....	٢٣
٢	بيان بأعداد مجتمع وعينة البحث.....	٣٦
٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس القبلى	
٣٦	لحساب التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة.....	
٤	معامل الثبات والصدق الذاتى لاستمارة أهداف تدريس جهاز عارضة	
٣٩	التوازن لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط.....	
٥	تحليل لآراء العلماء والمراجع فى القدرات التوافقية.....	٤٢
٦	تحليل بعض الدراسات السابقة والمراجع العلمية والدوريات لتحديد أنسب	
٤٤	الاختبارات لقياس القدرات التوافقية قيد البحث.....	
٧	النسبة المئوية لآراء الخبراء حول أهم القدرات التوافقية فى رياضة	
٤٥	الجمباز.....	
٨	النسبة المئوية لآراء الخبراء حول أهم الاختبارات التى تقيس القدرات	
٤٥	التوافقية.....	
٩	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) للاختبارات البدنية	
٤٦	"معامل الثبات".....	
١٠	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) للاختبارات البدنية	
٤٧	"معامل صدق التمايز".....	
١١	محتوى الوحدات التعليمية.....	٥٣
١٢	توصيف البرنامج المقترح.....	٥٤
١٣	أسلوب التنفيذ للدرس فى المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة.....	٥٤
١٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين	
٥٨	القياسين القبلى والبعدى فى المتغيرات التوافقية داخل المجموعة التجريبية..	
١٥	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين	
٥٩	القياسين القبلى والبعدى فى الأداء المهارى للمجموعة التجريبية.....	
١٦	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين	
٦٣	القياس القبلى والبعدى فى المتغيرات التوافقية داخل المجموعة الضابطة..	

## تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١٧	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين القياس القبلى والبعدى (للمجموعة الضابطة) فى مستوى الأداء المهارى.....	٦٣
١٨	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين القياس البعدى (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدى (للمجموعة الضابطة) فى المتغيرات التوافقية.....	٦٦
١٩	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة (ت) ونسبة التحسن بين القياس البعدى (للمجموعة التجريبية) والقياس البعدى (للمجموعة الضابطة) فى مستوى الأداء المهارى.....	٦٦

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٩	شروط التعلم.....	١
١٣	أركان ومراحل البرنامج التعليمى عند كعب.....	٢
١٩	مقاييس عارضة التوازن.....	٣
٦٠	فرق التحسن فى المتغيرات البدنية بين القياس القبلى والقياس البعدى داخل المجموعة التجريبية.....	٤
٦٠	فرق التحسن فى الإحساس الحركى بين القياس القبلى والقياس البعدى داخل المجموعة التجريبية.....	٥
٦١	فرق التحسن فى الأداء المهارى بين القياس القبلى والبعدى داخل المجموعة التجريبية.....	٦
٦٤	فرق التحسن فى المتغيرات البدنية بين القياس القبلى والبعدى داخل المجموعة التجريبية.....	٧
٦٤	فرق التحسن فى الإحساس الحركى بين القياس القبلى والبعدى داخل المجموعة الضابطة.....	٨
٦٥	فرق التحسن فى مستوى الأداء المهارى بين القياس القبلى والقياس البعدى داخل المجموعة الضابطة.....	٩
٦٧	فرق التحسن فى المتغيرات البدنية فى القياس البعدى بين المجموعتين التجريبية والضابطة.....	١٠
٦٧	فرق التحسن فى الإحساس الحركى فى القياس البعدى بين المجموعتين التجريبية والضابطة.....	١١
٦٨	فرق التحسن فى الأداء المهارى فى القياس البعدى بين المجموعتين التجريبية والضابطة.....	١٢