

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٥٢	وصف مجتمع البحث .....	١ - ٣
٥٤	الاختبارات التي تقيس عناصر اللياقة البدنية والاختبارات المهارية للكرة الطائرة .....	٢ - ٣
٥٥	الاختبارات البدنية والمهارية .....	٣ - ٣
٥٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لحساب درجة تجانس مجتمع البحث .....	٤ - ٣
٥٦	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة في المتغيرات الأساسية قيد البحث .....	٥ - ٣
٥٧	التكافؤ بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث.	٦ - ٣
٥٨	التكافؤ بين المجموعتين التجريبيّة والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث .....	٧ - ٣
٦٠	صدق الاختبارات بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية قيد البحث .....	٨ - ٣
٦٢	صدق الاختبارات بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات المهارية قيد البحث .....	٩ - ٣
٦٤	معاملات الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات البدنية قيد البحث .....	١٠ - ٣
٦٤	معاملات الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات المهارية قيد البحث .....	١١ - ٣
٦٥	خطة البحث الزمنية موزعة على الايام المحددة لقياسات البحث .....	١٢ - ٣
٧١	تحديد الاسس العلمية لاعداد البرنامج التدريبي المقترح .....	١٣ - ٣
٧٢	توزيع الزمن الكلي للبرنامج التدريبي على درجات الحمل المختلفة .....	١٤ - ٣
٧٣	التوزيع الزمني والنسبي للبرنامج خلال فترات الاعداد المختلفة .....	١٥ - ٣
٨٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات البدنية قيد البحث .....	١ - ٤
٨٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات المهارية قيد البحث .....	٢ - ٤
٨٨	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في عنصر السرعة لدى المجموعة التجريبيّة قيد البحث .....	٣ - ٤
٨٩	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في متغير السرعة لدى المجموعة التجريبيّة باستخدام اختبار اقل فرق معنوي ( ) .....	٤ - ٤
٩٠	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في عنصر القوة المتفجرة لدى المجموعة التجريبيّة قيد البحث .....	٥ - ٤
٩٠	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في عنصر الرشاقة والمرونة لدى المجموعة التجريبيّة قيد البحث .....	٦ - ٤

## تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٩١	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغير المرونة لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( )	٧ - ٤
٩٢	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات التحمل لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	٨ - ٤
٩٢	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات التحمل لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( )	٩ - ٤
٩٣	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهنية لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٠ - ٤
٩٤	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهنية لدى المجموعة التجريبية باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( )	١١ - ٤
٩٥	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات السرعة لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٢ - ٤
٩٦	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات القوة المتفجرة لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٣ - ٤
٩٧	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات المرونة والرشاقة لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٤ - ٤
٩٨	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغيرات التحمل لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٥ - ٤
٩٩	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهنية لدى المجموعة التجريبية قيد البحث	١٦ - ٤
١٠٠	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى عنصر السرعة لدى المجموعة الضابطة	١٧ - ٤
١٠١	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى عنصر القوة المتفجرة لدى المجموعة الضابطة	١٨ - ٤
١٠١	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى عنصر الرشاقة والمرونة لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	١٩ - ٤
١٠٢	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغير المرونة لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( )	٢٠ - ٤
١٠٢	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى عنصر التحمل لدى المجموعة الضابطة	٢١ - ٤
١٠٣	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى متغير التحمل لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار أقل فرق معنوى ( )	٢٢ - ٤
١٠٣	تحليل التباين بين القياسات ( القبليّة - البيئيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهنية لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٣ - ٤

## تابع قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٠٤	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهارية لدى المجموعة الضابطة باستخدام اختبار اقل فرق معنوى ( )	٢٤ - ٤
١٠٥	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى متغيرات السرعة لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٥ - ٤
١٠٥	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى متغيرات الرشاقة والمرونة لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٦ - ٤
١٠٦	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى متغيرات القوة المتفجرة لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٧ - ٤
١٠٧	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى متغيرات التحمل لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٨ - ٤
١٠٨	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهارية لدى المجموعة الضابطة قيد البحث	٢٩ - ٤
١٠٩	دلالة الفروق بين القياسات البعديّة للمتغيرات البدنيّة قيد البحث لدى المجموعة التجريبية والضابطة	٣٠ - ٤
١١١	دلالة الفروق بين القياسات البعديّة للمتغيرات المهارية قيد البحث لدى المجموعة التجريبية والضابطة	٣١ - ٤

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
١٥	موقع اللياقة البدنية العامة والخاصة في عملية التدريب الرياضى .....	١ - ٢
٥٨	التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات البدنية قيد البحث	١ - ٣
٥٩	التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث.....	٢ - ٣
٦١	الفرق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية .....	٣ - ٣
٦٢	الفرق بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية .....	٤ - ٣
٦٣	فروق القياسات القبلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات المهارية قيد البحث .....	٥ - ٣
٧٤	التوزيع النسبى للإعداد البدنى والمهارى والخططى خلال فترة البرنامج .....	٦ - ٣
٧٥	التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات المهارية قيد البحث.....	٧ - ٣
٧٦	صدق الإختبارات بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات البدنية قيد البحث.....	٨ - ٣
٧٧	صدق الإختبارات بين المجموعتين المميزة وغير المميزة في المتغيرات المهارية قيد البحث.....	٩ - ٣
٧٩	معاملات الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق للإختبارات البدنية قيد البحث	١٠ - ٣
٨٠	معاملات الثبات بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق للإختبارات المهارية قيد البحث	١١ - ٣
٨١	خطة البحث الزمنية موزعة على الأيام المحددة لقياسات البحث .....	١٢ - ٣
٨٢	تحديد الأسس العلمية لإعداد البرنامج التدريبى المقترح .....	١٣ - ٣
٨٩	فروق القياسات (القبلية - البينية - البعدية) لمتغير السرعة في المجموعة التجريبية .....	١ - ٤
٩١	فروق القياسات (القبلية - البينية - البعدية) لمتغير المرونة في المجموعة التجريبية .....	٢ - ٤
٩٥	معدلات التحسن بين القياسات القبلية والبينية والبعدية لمتغير السرعة في المجموعة التجريبية .....	٣ - ٤
٩٦	معدلات التحسن بين القياسات القبلية والبينية والبعدية لمتغير القوة في المجموعة التجريبية .....	٤ - ٤
٩٧	معدلات التحسن بين القياسات القبلية والبينية والبعدية لمتغيرى الرشاقة المرونة في المجموعة التجريبية .....	٥ - ٤
٩٨	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في متغيرات التحمل لدى المجموعة التجريبية قيد البحث .....	٦ - ٤
٩٩	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في متغيرات المهارية لدى المجموعة التجريبية قيد البحث .....	٧ - ٤
١٠٤	دلالة الفروق بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في المتغيرات المهارية لدى المجموعة الضابطة باستخدام إختبار أقل فرق معنوى ( ) .....	٨ - ٤
١٠٦	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعدية ) في متغيرات السرعة والرشاقة والمرونة لدى المجموعة الضابطة قيد البحث .....	٩ - ٤

## تابع قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
١٠٧	معدلات التغير بين القياسات (القبلية - البينية - البعدية ) فى متغيرات القوة والتحمل لدى المجموعة الضابطة قيد البحث .....	١٠ - ٤
١٠٨	معدلات التغير بين القياسات ( القبليّة - البينيّة - البعديّة ) فى المتغيرات المهارية قيد البحث لدى المجموعة الضابطة .....	١١ - ٤
١١٠	دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمتغيرات البدنية قيد البحث لدى المجموعة التجريبية والضابطة .....	١٢ - ٤
١١٠	دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمتغيرات البدنية قيد البحث لدى المجموعة التجريبية والضابطة .....	١٣ - ٤
١١١	دلالة الفروق بين القياسات البعدية للمتغيرات المهارية قيد البحث لدى المجموعة التجريبية والضابطة .....	١٤ - ٤