

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لأفراد عينة البحث في متغيرات السن ، الطول ، الوزن .	٥٠
٢	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لفئات اوزان رياضة الكاراتيه في متغيرات السن، الطول، الوزن .	٥١
٣	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لمجموعات الأوزان المختلفة في متغيرات السن، الطول، الوزن .	٥١
٤	استطلاع رأى الخبراء فى ترتيب أهم العناصر البدنية الخاصة بلاعبي الكاراتيه .	٥٨
٥	دلالة الفروق للعينة الاستطلاعية بين لاعبي الكاراتيه الحزام البني و ناشئي الكاراتيه في الاختبارات البدنية قيد الدراسة .	٦٣
٦	معامل الارتباط بين التبيق الاول و الثاني للاعبي الكاراتيه (الحزام البني) في الاختبارات البدنية قيد الدراسة .	٦٤
٧	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأفراد عينة البحث في مكونات الجسم قيد الدراسة .	٦٨
٨	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لفئات الأوزان المختلفة في مكونات الجسم قيد الدراسة .	٦٨
٩	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء لمجموعات الأوزان المختلفة في مكونات الجسم قيد الدراسة .	٦٩
١٠	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لأفراد عينة البحث في القدرات البدنية قيد الدراسة .	٧٠
١١	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لفئات الأوزان المختلفة في القدرات البدنية قيد الدراسة .	٧١

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١٢	المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموعات الأوزان المختلفة في القدرات البدنية قيد الدراسة .	٧٣
١٣	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الملخ المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٤
١٤	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الخلع المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٥
١٥	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض المفاصل المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٥
١٦	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض العظام المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٦
١٧	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض العظام المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٧
١٨	التكرار و النسبة المئوية لاصابات التمزق المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٧
١٩	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الجروح القطعية المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٨
٢٠	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الجروح النافذ المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٨
٢١	التكرار و النسبة المئوية لاصابات السحجات المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٧٩
٢٢	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الملخ المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٧٩
٢٣	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الخلع المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨٠

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
٢٤	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض المفاصل المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨١
٢٥	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض العظام المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨١
٢٦	التكرار و النسبة المئوية لاصابات رضوض العضلات المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨٢
٢٧	التكرار و النسبة المئوية لاصابات التمزق المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨٣
٢٨	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الجروح القطعية المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث .	٨٣
٢٩	التكرار و النسبة المئوية لاصابات الجرح النافذ المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث	٨٤
٣٠	التكرار و النسبة المئوية لاصابات السحجات المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية الثلاث	٨٤
٣١	التكرار و النسبة المئوية لأكبر فترة تعرض للاصابة قيد الدراسة لفئات أوزان رياضة الكاراتيه .	٨٥
٣٢	التكرار و النسبة المئوية لأكبر فترة تعرض للاصابات المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية فى رياضة الكاراتيه .	٨٥
٣٣	التكرار و النسبة المئوية لأسباب الاصابة المختلفة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٨٦
٣٤	التكرار و النسبة المئوية لأسباب الاصابة المختلفة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية فى رياضة الكاراتيه .	٨٦

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
٣٥	النسبة المئوية و تكرار متى تعود بعد الإصابة قيد الدراسة لفئات اوزان رياضة الكاراتيه .	٨٧
٣٦	التكرار والنسبة المئوية لعودة اللاعب بعد الاصابة قيد الدراسة للمجموعات الوزنية فى رياضة الكاراتيه .	٨٧
٣٧	معامل الارتباط بين مكونات الجسم و الإصابة لكافة افراد العينة قيد الدراسة .	٨٨
٣٨	معامل الارتباط بين القدرات البدنية و الإصابة لكافة افراد العينة قيد الدراسة .	٩٠
٣٩	معامل الارتباط بين مكونات الجسم و القدرات البدنية لكافة افراد العينة قيد الدراسة .	٩٢

قائمة الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
١	صورة للنمط السمين .	١٦
٢	صورة للنمط العضلى .	١٧
٣	صورة للنمط النحيف .	١٧
٤	اللكمة المستقيمة العكسية (جياكوزوكى) .	٥٩
٥	الركلة الأمامية (ماى جبرى) .	٦٠
٦	الركلة الدائرية (مواشى جبرى) .	٦١

قائمة المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق
١	بطاقة مقترحة لتسجيل إصابات لاعبي الكاراتيه .
٢	استمارة بيانات البحث تقويم أنماط أجسام لاعبي الكاراتيه للرجال بفلسطين بطريقة هيث وكارتر الأنثروبومترية .
٣	استمارة قياس مستوى اللياقة الخاصة بلاعبي الكاراتيه الدرجة الأولى .
٤	استمارة استطلاع رأى الخبراء .
٥	أسماء خبراء الكاراتيه .
٦	إفادة الاتحاد الفلسطيني للكاراتيه .
٧	استمارة تقويم نمط الجسم الأنثروبومتري لهيث - كارتر .
٨	التعريفات بالقنات الأساسية الثلاثة عشر للأنماط الجسمية .
٩	الشكل الهندسي لمعدل الطول - الوزن
١٠	أسلوب قياس سمك ثنايا الجلد خلف العضد وأسفل اللوح وفوق الحق الحرقى وسمانة .
١١	أسلوب قياس عرض عظم العضد وعظم الفخذ
١٢	أسلوب قياس محيط العضد ومحيط سمانة الساق