

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول
١٤	١- تصنيف الاتحاد الدولي لمصر من عام ٢٠٠٣م.....
٣٣	٢- المتغيرات المؤثرة فى نجاح الضربات المختلفة
٤٦	٣- أنواع الدوران المختلفة
٥١	٤- الدراسات السابقة العربية
٥٥	٥- الدراسات السابقة الأجنبية
٦١	٦- ترتيب لاعبي دور الـ ٨
٦٥	٧- معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى
٧٠	٨- النسبة المئوية لاستخدام الضربات الهجومية فى المباريات
٧٢	٩- دلالة الفروق بين تقديرات الضربات الهجومية
٧٤	١٠- النسبة المئوية لاستخدام الضربات الدفاعية فى المباريات
٧٦	١١- دلالة الفروق بين تقديرات الضربات الدفاعية
٧٧	١٢- معامل الارتباط بين الضربات الهجومية ومجموع الضربات الهجومية
٧٨	١٣- نسبة مساهمة الضربات الهجومية
٨٠	١٤- معامل الارتباط بين الضربات الدفاعية ومجموع الضربات الدفاعية
٨١	١٥- نسبة مساهمة الضربات الدفاعية

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل
١٩	١. الطبقات المختلفة للمضرب ذو الطبقة الأسفنجية
٢٠	٢. مقطع عرضي لخشب المضرب
٢١	٣. أشكال يد المضرب
٢٣	٤. أنواع مطاط المضرب
٢٨	٥. مسافات اللعب ومساحة الحركة
٣٢	٦. طول الضرب على الطاولة
٣٣	٧. نقاط ضرب الكرة خلال مسارها
٣٤	٨. الأوضاع الرئيسية للذراع الضارب
٣٥	٩. مخطط للمهارات الأساسية فى تنس الطاولة
٣٨	١٠. الزوايا المختلفة للمضرب
٣٩	١١. زوايا المضرب
٤٠	١٢. اتجاه حركة الضرب للدورات المختلفة
٤٠	١٣. نقاط التماس المختلفة
٤١	١٤. الدوران الأمامى
٤١	١٥. زيادة الدوران مع ازدياد غلق زاوية المضرب
٤٢	١٦. اتجاه حركة الضرب فى الدوران الأمامى

تابع قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل
٤٢	١٧. الدوران الأمامى و قوس الطيران
٤٣	١٨. الدوران الأمامى العالى و قوس الطيران
٤٣	١٩. الدوران خلفى
٤٤	٢٠. اتجاه حركة الضرب فى الدوران الخلفى
٤٤	٢١. الدوران الخلفى وقوس الطيران
٤٥	٢٢. الدوران الجانبى
٤٦	٢٣. الدوران الجانبى الخلفى
٤٧	٢٤. تأثير الهواء على كرة عابرة
٤٨	٢٥. تأثير الهواء على الدوران الأمامى
٤٨	٢٦. تأثير الهواء على الدوران الخلفى
٤٩	٢٧. الدوران وقوس الطيران
٤٩	٢٨. ارتداد كرة بها دوران علوى وأخرى سفلى ..
٧٢	٢٩. النسبة المئوية لاستخدام الضربات الهجومية
٧٦	٣٠. النسبة المئوية لاستخدام الضربات الدفاعية
٧٩	٣١. نسبة مساهمة الضربات الهجومية
٨٢	٣٢. نسبة مساهمة الضربات الدفاعية