

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٣٧	الدراسات السابقة	١
٤٧	تجانس أفراد عينة البحث فى متغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي	٢
٤٨	تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى للمتغيرات البدنية	٣
٤٩	تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى للمتغيرات الفسيولوجية	٤
٤٩	تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة فى القياس القبلى لفعالية الأداء المهارى	٥
٦١	المتوسط الحسابى ومعامل الإلتواء للأزمنة المختلفة لتكرارات أداء الرمية الخلفية بالذراع والوسط	٦
٦٢	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين المجموعة المتميزة والغير متميزة لمجموعة الدراسة الإستطلاعية (الصدق)	٧
٦٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين التطبيق الاول والثانى لمجموعة الدراسة الإستطلاعية (الثبات)	٨
٦٩	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى للمتغيرات البدنية قيد البحث للمجموعة التجريبية	٩
٧٣	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى لفعالية الاداء المهارى للمجموعة التجريبية	١٠
٧٥	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى للمتغيرات الفسيولوجية قيد البحث للمجموعة التجريبية	١١
٨٠	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى فى المتغيرات البدنية قيد البحث للمجموعة الضابطة	١٢
٨٤	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى لفعالية الأداء المهارى للمجموعة الضابطة	١٣

٨٦	١٤	المقارنة بين القياس القبلى والبعدى فى المتغيرات الفسيولوجية للمجموعة الضابطة
٨٩	١٥	المقارنة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى القياس البعدى للمتغيرات البدنية قيد البحث
٩١	١٦	مقدار ونسبة التحسن بين القياس القبلى والقياس البعدى للمتغيرات البدنية للمجموعتين الضابطة والتجريبية
٩٤	١٧	المقارنة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى القياس البعدى لفعالية الأداء المهارى
٩٥	١٨	مقدار ونسبة التحسن بين القياس القبلى والقياس البعدى لفعالية الأداء المهارى للمجموعتين الضابطة والتجريبية
٩٦	١٩	المقارنة بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية فى القياس البعدى للمتغيرات الفسيولوجية
٩٨	٢٠	مقدار ونسبة التحسن بين القياس القبلى والقياس البعدى للمتغيرات الفسيولوجية للمجموعتين الضابطة والتجريبية

قائمة الرسوم البيانية

رقم الصفحة	العنوان	رقم
٧٠	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات القوة القصوى الثابتة والحركية	١
٧٠	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات القوة المميزة بالسرعة والرشاقة	٢
٧٠	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات المرونة	٣
٧٠	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات تحمل القوة	٤
٧٤	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى المتغيرات المهارية	٥
٧٥	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية للسعة الحيوية	٦
٧٥	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لمعدل النبض	٧
٧٦	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية للقدرة اللاهوائية	٨
٧٦	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية للحد الاقصى لإستهلاك الأكسجين	٩
٧٦	القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية لضغط الدم الإنقباضى والإنبساطى	١٠
٨١	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات القوة القصوى الثابتة والحركية	١١
٨١	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات القوة المميزة بالسرعة والرشاقة	١٢
٨١	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات المرونة	١٣
٨١	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات تحمل القوة	١٤
٨٥	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى المتغيرات المهارية	١٥
٨٧	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة للسعة الحيوية	١٦
٨٧	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة لمعدل النبض	١٧
٨٧	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة للقدرة اللاهوائية	١٨
٨٧	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة للحد الاقصى لإستهلاك الأكسجين	١٩

٢٠	القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة لضغط الدم الإنقباضى والإنبساطى	٨٧
٢١	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية فى متغيرات القوة القصى الثابتة والحركية	٩٠
٢٢	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية فى متغيرات القوة المميزة بالسرعة والرشاقة	٩٠
٢٣	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية فى متغيرات المرونة	٩٠
٢٤	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية فى متغيرات تحمل القوة	٩٠
٢٥	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية فى المتغيرات المهارية	٩٤
٢٦	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية للسعة الحيوية	٩٧
٢٧	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية لمعدل النبض	٩٧
٢٨	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية للقدرة اللاهوائية	٩٧
٢٩	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية للحد الاقصى لإستهلاك الأكسجين	٩٧
٣٠	القياس البعدى للمجموعة الضابطة والتجريبية لضغط الدم الإنقباضى والإنبساطى	٩٧