

قائمة الجداول

| رقم<br>الجدول | عنوان الجدول                                                                             | الصفحة |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| ١             | عدد عينة الدراسة وتوزيعها حسب مناطق رفع الأثقال .                                        | ٥١     |
| ٢             | عدد العبارات في استمارة الرباعيين .                                                      | ٥٣     |
| ٣             | عدد العبارات في استمارة المدربين .                                                       | ٥٤     |
| ٤             | عدد العبارات في استمارة الحكام .                                                         | ٥٤     |
| ٥             | عدد العبارات في استمارة الإداريين .                                                      | ٥٥     |
| ٦             | معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ .                                                       | ٥٦     |
| ٧             | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الفني الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .     | ٥٨     |
| ٨             | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد البدني الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .    | ٦٠     |
| ٩             | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الصحي الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .     | ٦٢     |
| ١٠            | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد النفسي الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .    | ٦٤     |
| ١١            | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الإداري الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .   | ٦٥     |
| ١٢            | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الاقتصادي الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر . | ٦٧     |
| ١٣            | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الثقافي الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .   | ٦٨     |
| ١٤            | عرض وتفسير آراء الإداريين للبعد الاجتماعي الخاص بالارتقاء<br>برياضة رفع الأثقال في مصر . | ٦٩     |
| ١٥            | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الفني الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .        | ٧٠     |
| ١٦            | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد البدني الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال في مصر .       | ٧٢     |

تابع قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول                                                                             | رقم<br>الجدول |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ٧٣     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الصحى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .        | ١٧            |
| ٧٥     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد النفسى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .       | ١٨            |
| ٧٦     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الإدارى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .      | ١٩            |
| ٧٨     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الاقتصادى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .    | ٢٠            |
| ٧٩     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الثقافى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .      | ٢١            |
| ٨٠     | عرض وتفسير آراء الحكام للبعد الاجتماعى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .    | ٢٢            |
| ٨٢     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الفنى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .     | ٢٣            |
| ٨٥     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد البدنى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .    | ٢٤            |
| ٨٧     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الصحى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .     | ٢٥            |
| ٩٠     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد النفسى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .    | ٢٦            |
| ٩٢     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الإدارى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .   | ٢٧            |
| ٩٥     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الاقتصادى الخاص بالارتقاء<br>برياضة رفع الأثقال فى مصر . | ٢٨            |
| ٩٧     | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الثقافى الخاص بالارتقاء برياضة<br>رفع الأثقال فى مصر .   | ٢٩            |

تابع قائمة الجداول

| رقم<br>الجدول | عنوان الجدول                                                                                                                                          | الصفحة |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| ٣٠            | عرض وتفسير آراء الرباعيين للبعد الاجتماعي الخاص بالارتقاء<br>بريضة رفع الأثقال في مصر .                                                               | ٩٩     |
| ٣١            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الفني الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                    | ١٠٢    |
| ٣٢            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد البدني الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                   | ١٠٤    |
| ٣٣            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الصحي الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                    | ١٠٦    |
| ٣٤            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد النفسي الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                   | ١٠٨    |
| ٣٥            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الإداري الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                  | ١١٠    |
| ٣٦            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الاقتصادي الخاص بالارتقاء<br>بريضة رفع الأثقال في مصر .                                                                | ١١٣    |
| ٣٧            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الثقافي الخاص بالارتقاء بريضة<br>رفع الأثقال في مصر .                                                                  | ١١٥    |
| ٣٨            | عرض وتفسير آراء المدربين للبعد الاجتماعي الخاص بالارتقاء<br>بريضة رفع الأثقال في مصر .                                                                | ١١٦    |
| ٣٩            | الفروق بين الإداريين (الذين سنهم ١-١٠) سنوات ، أكثر من (١٠)<br>سنوات ، في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                                             | ١١٨    |
| ٤٠            | الفروق بين الإداريين الذين يتراوح عمرهم من (٢٨-٤٥) عاماً والذين<br>يزيد عمرهم عن (٤٥) عاماً في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                        | ١١٩    |
| ٤١            | الفروق بين الإداريين العالمين بالاتحاد ، الإداريين العاملين<br>بالمناطق ، الإداريين العاملين بالأندية والهيئات) في الأبعاد المختلفة<br>لرفع الأثقال . | ١٢٠    |
| ٤٢            | الفروق بين الحكام الذين لديهم خبرة (١-١٠) سنوات والذين تزيد<br>خبرتهم عن (١٠) سنوات في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                                | ١٢١    |

تابع قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول                                                                                                                 | رقم<br>الجدول |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ١٢٢    | الفروق بين الحكام الذين يصل سنهم إلى (٤٥) عاماً والذين يزيد سنهم عن (٤٥) عاماً في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .            | ٤٣            |
| ١٢٣    | الفروق بين الحكام الدوليين والحكام المحليين في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                                               | ٤٤            |
| ١٢٤    | الفروق بين المدربين الذين خبرتهم (١-٥) سنوات والذين خبرتهم أكثر من (٥) سنوات في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .              | ٤٥            |
| ١٢٥    | الفروق بين المدربين الذين سنهم حتى (٤٥) عاماً والذين يزيد سنهم عن (٤٥) عاماً في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .              | ٤٦            |
| ١٢٦    | الفروق بين الفئات الثلاث للمدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .             | ٤٧            |
| ١٢٧    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات فئات المدربين (قومي - مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد الفني لرفع الأثقال .             | ٤٨            |
| ١٢٨    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات فئات المدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد البدني لرفع الأثقال .  | ٤٩            |
| ١٢٨    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات المدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد الصحي لرفع الأثقال .        | ٥٠            |
| ١٢٩    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات المدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد الإداري لرفع الأثقال .      | ٥١            |
| ١٣٠    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات المدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد الثقافي لرفع الأثقال .      | ٥٢            |
| ١٣٠    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات المدربين (مدرب قومي - مدرب مراكز إعداد - مدرب أندية) في البعد الاجتماعي لرفع الأثقال .    | ٥٣            |
| ١٣١    | الفروق بين الرباعين الذين خبرتهم (١-٥) سنوات والذين تزيد خبرتهم عن (٥) سنوات في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .              | ٥٤            |
| ١٣٢    | الفروق بين الرباعين الذين يصل سنهم إلى (٢٠) سنة وبين الرباعين الذين يزيد سنهم عن (٢٠) سنة في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال . | ٥٥            |

تابع قائمة الجداول

| الصفحة | عنوان الجدول                                                                                                                        | رقم<br>الجدول |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ١٣٣    | الفروق بين لاعبي المنتخب القومي - لاعبي الأندية في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                                                  | ٥٦            |
| ١٣٤    | الفروق بين الفئات الأربع للاعبين (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في الأبعاد المختلفة لرفع الأثقال .                                | ٥٧            |
| ١٣٥    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات الفئات الأربع للاعبين رفع الأثقال (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد الفني لرفع الأثقال . | ٥٨            |
| ١٣٦    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد البدني لرفع الأثقال .                                  | ٥٩            |
| ١٣٦    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد الصحي لرفع الأثقال .                                   | ٦٠            |
| ١٣٧    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد النفسي لرفع الأثقال .                                  | ٦١            |
| ١٣٧    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد الإداري لرفع الأثقال .                                 | ٦٢            |
| ١٣٨    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد الاقتصادي لرفع الأثقال .                               | ٦٣            |
| ١٣٨    | المقارنات المتعددة بين متوسط درجات (كبار - ناشئين - سيدات - ناشئات) في البعد الاجتماعي لرفع الأثقال .                               | ٦٤            |

## قائمة الأشكال

| الصفحة | الموضوع                                                                   | رقم الشكل |
|--------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| ٢٢     | النظام وتفاعله مع البيئة .                                                | ١         |
| ٢٣     | رسم توضيحي لنموذج النظم الأساسى .                                         | ٢         |
| ٢٤     | التقسيمات المختلفة لأنواع النظم حسب تقسيم Ackoff .                        | ٣         |
| ٤٠     | النموذج المقترح للارتقاء برياضة رفع الأثقال فى مصر باستخدام أسلوب النظم . | ٤         |