

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٣٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث المختارة	١
٤٢	وحدة القياس والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري في الوزن	٢
٤٢	وحدة القياس والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث الخاصة لمجموعة القوة العضلية	٣
٤٣	وحدة القياس والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات البحث الخاصة بالاجهزة الحيوية	٤
٤٤	دلالة الفروق بين القياسات القبليّة والبعديّة لمجموعة البحث في الوزن ومجموعة القوة العضلية والاجهزة الحيوية قيد البحث	٥
٤٩	نسب التحسن لمتغيرات البحث المختارة ...	٦
٥١	مصفوفة الارتباط البينية بين متغيرات البحث المختارة	٧

شكر وتقدير

أحمد الله وأشكر فضله سبحانه وتعالى على ما منحني من طاقة وصبر لاتمام الرسالة
واخراجها الى حيز الوجود على صورتها الحالية .

وتتقدم الباحثة بعظيم الشكر والامتنان والعرفان والتقدير للسيدة الفاضلة
أ . د . / اجلال محمد ابراهيم حسن والتي تتلمذت الباحثة على يديها وكان لتعاونها
المستمر والمتواصل الاثر في استزادة الباحثة بفاهيم اكثر عمقا عن مشكلة البحث مما ادى
الى اخراجه بهذه الصورة .

كما اشكر السادة الغنيين والاداريين بنادى الزمالك وأخص بالشكر الاستاذ
الفاضل الدكتور / حسين السمرى حيث كان عوناً للباحثة خلال اجراء البحث .

ولا يفوتنى ان اتقدم بالشكر للاستاذة الدكتورة / نادية محمد درويش والاستاذ
الدكتور / سعد كمال طه لموافقتهمما وتفضلهمما بمناقشة هذا البحث .

وأخيرا فان هذا الجهد ما كان سيكتب له رؤية النور الا بالحب الذى غمرتني به
اسرتى والذى ووالدتى حيث لم تضن على بالعمون والمساعدة ولم تدخر جهدا فى
التفانى لمساعدتى . أما زوجى فلن تستطيع الكلمات ان توفيه حقه فقد كان له الاثر
الواضح فى تهيئة المناخ المناسب للعمل والمتابعة والانجاز فلهم جميعا منى كل الحب
والشكر والتقدير والعرفان بالجميل .

الباحثة