

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
١	التحليل العددي والتنوع للمجموعات المهارية على العارضتين المختلفتين الارتفاع	١٢
٢	القاعدة الفنية الاساسيه لاداء المرجحات الكبيره	١٥
٣	عزم القصور الذاتي لاجزاء الجسم كل على حده حول المحور الافقى المار بمراكز ثقلها بالسلوج / قدم ٢	٢١
٤	تحديد بعد مركز ثقل أجزاء الجسم ومركز ثقل الجسم العام عن المحور الافقى والرأسى للوضع رقم (١) فى المحاوله الاولى للاعبه رقم (١)	٣٤
٥	السرعه الزاويه لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١)	٣٩
٦	العجله الزاويه لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١)	٥٠
٧	عزم القصور الذاتي لاجزاء الجسم حول المحور العرضى المار بمراكز ثقلها بالكيلو جرام	٥٢
٨	الاورزان النسبيه لاجزاء الجسم عن كلاوسير	٥٣
٩	أوزان وكتل اللاعبين عينه البحث	٥٣
١٠	تحديد عزم القصور الذاتي لمركز ثقل الجسم حول عارضه الدوران فى الوضع رقم (١) فى المحاوله (١) خلال المسار الحركى للمهاره قيد الدراسه للاعبه رقم (١)	٥٤
١١	عزم الدوران لمركز ثقل الجسم فى المحاوله الاولى للاعبه رقم (١)	٥٧
١٢	كميه الحركه الزاويه لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١) ..	٦٠

تابع قائمه الجداول

<u>رقم الجدول</u>	<u>عنوان الجدول</u>	<u>رقم الصفحة</u>
١٣	التغير الزاوى للكتفين والفخذين فى الاوضاع المختاره لمحاوله الاولى للاعبه رقم (١)	٦٣
١٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لخصائص متوسط سرعات اجزاء الجسم فى مهاره الدراسه	٨٦
١٥	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين فى عزم دوران الجسم الكلى	٩٠
١٦	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين والجذع فى عزم دوران الجسم الكلى	٩١
١٧	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين والجذع والساعديين واليدين فى عزم دوران الجسم الكلى	٩٢
١٨	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين والجذع والساعديين واليدين والساقين فى عزم دوران الجسم الكلى	٩٣
١٩	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين والجذع والساعدين واليدين اسفل والقدمين فى عزم دوران الجسم الكلى	٩٤
٢٠	نسبه مساهمه عزم دوران العضدين والجذع والساعدين واليدين والساقين والقدمين والفخذين فى عزم دوران الجسم الكلى ...	٩٥
٢١	نسبه مساهمه عزم دوران اجزاء الجسم فى عزم دوران الجسم الكلى	٩٦

قائمة الاشكال

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
٨	العارضتان المختلفتا الارتفاع والمواصفات والابعاد القانونيه للتصميم الهندسى	١
٢٠	الدوران حول نقطه ثابتة	٢
٣٥	تحديد مراكز ثقل اجزاء الجسم ومركز ثقل الجسم	٣
٣٧	المسار الحركى لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١) للاعبه رقم (١)	٤
٤١	التغير الزاوى لمركز ثقل الجسم حول محور الدوران فى احدى محاولات الاداء	٥
٤٢	التغير الزاوى لمركز ثقل الرأس حول محور الدوران	٦
٤٣	التغير الزاوى لمركز ثقل العضدين حول محور الدوران	٧
٤٤	التغير الزاوى لمركز ثقل الساعدين حول محور الدوران	٨
٤٥	التغير الزاوى لمركز ثقل الجذع حول محور الدوران	٩
٤٦	التغير الزاوى لمركز ثقل الفخذين حول محور الدوران	١٠
٤٧	التغير الزاوى لمركز ثقل الساقين حول محور الدوران	١١
٤٨	التغير الزاوى لمركز ثقل القدمين حول محور الدوران	١٢
٥١	العجله الزاويه لمركز ثقل الجسم حول محور الدوران فى المحاوله رقم (١)	١٣
٥٥	طريقه المحاور المتوازيه لايجاد عزم القصور الذاتى لجسم اللاعبه حول محور الدوران	١٤
٥٨	منحنى عزم الدوران لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١)	١٥

تابع قائمه الاشكال

<u>رقم الصفحه</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
٦١	منحنى كميء الحركة الزاويه لمركز ثقل الجسم فى المحاوله رقم (١)	١٦
٦٤	أوضاع الجسم حول محور الدوران فى مهاره الدراسه وخصائص تغير زاويتي الكتفين والفخذين	١٧
٦٥	المسار الحركى لزاويتي الكتفين والفخذين حول محور الدوران فى مهاره الدراسه	١٨
٧١	المسار الحركى المتوسط لمقادير تغير زاويتي الكتفين والفخذين خلال أوضاع مراحل اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١٩
٧٢	المسار الحركى المتوسط لمقادير تغير زاويتي الكتفين والفخذين خلال أوضاع مراحل اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	٢٠
٧٤	متوسط السرعه الزاويه لمركز ثقل جسم اللاعبه رقم (١) حول محور الدوران فى محاولات اداء مهاره الدراسه	٢١
٧٥	متوسط السرعه الزاويه لمركز ثقل جسم اللاعبه رقم (٢) حول محور الدوران فى محاولات اداء مهاره الدراسه	٢٢
٧٧	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للرأس للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٣
٧٧	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للرأس للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٤

تابع قائمه الاشكال

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
٧٩	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للمساعدین للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٥
٧٩	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للمساعدین للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٦
٨٠	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للعضدين للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٧
٨٠	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للعضدين للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٨
٨١	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للجذع للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٢٩
٨١	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للجذع للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٠
٨٤	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للفخذين للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣١
٨٤	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للفخذين للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٢
٨٥	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للساقين للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٣
٨٥	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للساقين للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٤

تابع قائمه الاشكال

<u>رقم الصفحة</u>	<u>عنوان الشكل</u>	<u>رقم الشكل</u>
٨٦	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للقدمين للاعبه رقم (١) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٥
٨٦	المسار الهندسى المتوسط للسرعه الزاويه للقدمين للاعبه رقم (٢) فى مراحل اداء مهاره الدراسه	٣٦
٨٩	شكل متوسط مسار عزم القصور الذاتى فى أوضاع مراحل اداء محاولات مهاره الدراسه للاعبه رقم (١) ٠	٣٧
٨٩	شكل متوسط مسار عزم القصور الذاتى للجسم فى أوضاع مراحل اداء محاولات مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢) ٠	٣٨

قائمة المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق	رقم الصفحة
١	نموذج الحسابات الوصفية والكينماتيكية للدائرة الكبرى الخلفية على العارضه العليا للاعبه رقم (١)	١٠٧
٢	نموذج لحساب الخصائص الكينماتيكية والكينماتيكية للقدمين للمحاوله الاولى للاعبه رقم (١)	١٠٨
٣	المتوسط الحسابى لمقادير زاويتي الفخذين فى محاولات اداء اللاعبه رقم (٢)	١٠٩
٤	المتوسط الحسابى لمقادير زاويتي الكتفين فى محاولات اداء اللاعبه رقم (٢)	١١٠
٥	المتوسط الحسابى لمقادير زاويتي الفخذين خلال اوضاع مراحل مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١١
٦	المتوسط الحسابى لمقادير زاويتي الكتفين خلال أوضاع مراحل مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١٢
٧	متوسط عزم القصور الذاتى لاوضاع الجسم فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١٣
٨	متوسط عزم القصور الذاتى لاوضاع الجسم فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١١٤
٩	متوسط السرعه الزاويه لمركز ثقل جسم اللاعبه فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١٥
١٠	متوسط السرعه الزاويه لمركز ثقل جسم اللاعبه فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١١٦

تابع قائمه المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق	رقم الصفحة
١١	متوسط سرعات القدمين فى محاولات الاداء لمهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١٧
١٢	متوسط سرعات القدمين فى محاولات الاداء لمهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١١٨
١٣	متوسط سرعات الساقين فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١١٩
١٤	متوسط سرعات الساقين فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١٢٠
١٥	متوسط سرعات الفخذين فى أوضاع اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١٢١
١٦	متوسط سرعات الفخذين فى محاولات اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١٢٢
١٧	نموذج لمتوسط سرعات الجذع فى أوضاع محاولات مهاره الدراسه للاعبه رقم (١)	١٢٣
١٨	نموذج لمتوسط سرعات الجذع فى اوضاع محاولات مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١٢٤
١٩	متوسط سرعات الساعدين فى اوضاع اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١٢٥
٢٠	متوسط سرعات الساعدين فى اوضاع اداء مهاره الدراسه للاعبه رقم (٢)	١٢٦

تابع قائمه المرفقات

رقم المرفق	عنوان المرفق	رقم الصفحة
٢١	متوسط سرعات العضدين فى أوضاع محاولات اداء مهاره الدراسه للاعب رقم (١)	١٢٧
٢٢	متوسط سرعات العضدين فى اوضاع محاولات اداء مهاره الدراسه للاعب رقم (٢)	١٢٨
٢٣	متوسط سرعات الرأس فى أوضاع محاولات اداء مهاره الدراسه للاعب رقم (١)	١٢٩
٢٤	متوسط سرعات الرأس فى اوضاع محاولات اداء مهاره الدراسه للاعب رقم (٢)	١٣٠
٢٥	متوسط السرعه الزاويه لاجزاء جسم اللاعبات فى أوضاع مراحل اداء مهاره الدراسه فى المحاولات المختلفه	١٣١