الشكر والتقدير

**بسم الله الرحمن الرحيم**

 الشكر والحمد لله رب العالمين والصلاة وأتم التسليم على خير الخلق أجمعين سيدنا محمد الصادق الأمين، و أهل بيته الطيبين الطاهرين.

 لا يسعني، وقد أنهيت هذه الرسالة إلا أن أتوجه بالشكر الجزيل والامتنان والاعتزاز إلى كل من وقف إلى جانبي وساندني معنوياً، وروحياً، وفكرياً، لقد تعددت أسمائهم، واختلفت وظائفهم، ولكن جهدهم معي لا يُقدر، ولا يثمن ولعلي بذكري لهم هنا أوفيهم القليل من حقهم، ولعلها ساعة رد الجميل التي أسمو بها وأقدمها إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة ميسان ،والمتمثلة بالسيد العميد(أ.د ماجد شندي والي )والسادة المعاونين (أ.م.د محمد عبد الرضا كريم و أ.م.د مثنى ليث حاتم) ولجنة الدراسات العليا والمتمثلة برئيسها الأستاذ الدكتور (محمد حسين حميدي الصرخي) فجزاهم الله خير الجزاء.وأخص بالذكر أُستاذي الدكتور محمد صبيح الساعدي، والذي كان كربان السفينة يبحر بها إلى المسالك الآمنة، ولقد كان البلسم الشافي لكل معاناتي، والأخ الحنون الذي يحنو عليَّ بكل ما أوتي من أدب جم، فقد كان يستوعبني بأجوبته السديدة، ويحتويني عن طريق تذليل الصعاب التي تواجهني فله مني جزيل الشكر.

 ويكاد اللسان والقلم الذي أُدون به شكري وتقديري يعجزان عن الوصول إلى مدلول كلمات الشكر الحقيقية التي أن دلت، فإنها تدل على مدى تقديري لكل أساتذتي الذين كانوا بمثابة الأنوار الساطعة في سمائي، وأخص بالذكِر الأُستاذ الدكتور كريم سالم والأُستاذ الدكتور رحيم عطية، والأُستاذ الدكتور محمد علي فالح، والأُستاذ الدكتور كمال ياسين ، والأُستاذ المساعد الدكتورة ناهدة عبد الزهرة ، والأُستاذ المساعد الدكتور شهاب غالب، و الدكتور وسام حميد الغرباوي, و الدكتور حيدر مجيد شويع ، والدكتور مصطفى عبد الزهرة والدكتور سيف كريم.

ولايفوتني ان اتقدم بوافر الشكر والأمتنان الى الرافد الروحي والمعنوي والعلمي الاخ الاستاذ المساعد الدكتور(محمد ماجد محمدصالح).

 ولا أنسى بالشكر لجنة إقرار الموضوع والمتمثلة بالأُستاذ الدكتور ماجد عزيز، والأُستاذ المساعد الدكتور قسور، والأُستاذ المساعد الدكتور احمد عبد الأئمة .

 وأُقدم شكري إلى من كان ظلي وسندي والروح النابض وصديقي الذي لولاه لما بكت عيني دموعاً بالشكر والعرفان له داعياً المولى عز وجل أن يحفظه لي ذخراً أخي وقرة عيني الخبير الأحصائي(الدكتور وسام حميد الغرباوي)، ولعل شغاف قلبي ملزمة بالاعتراف بالشكر والتقدير الذي مهما عطرته بذكر الله وحمده إلى الذي كُنتُ أُبصر الأمل بمواقفه المشرفة الأخ الذي لم تلده أمي صاحب العلمية الرائعة (مقداد السيد).

 كما أتقدم بالشكر والامتنان إلى الأخ العزيز وسام ابو باقر و الأخ العزيز صادق أبراهيم و الأخ العزيز فرزدق عبد القادر والأخ العزيز محمد كاظم ابو لارا لما بذلوه من مساعدة في إتمام الاختبارات.

 ولعلني لا أنسى عينة الدراسة التي كانت العون، فلها مني جزيل الشكر والتقدير، ويستمر الشكر يزهوُ ليقف عند المدرب الأستاذ جاسم مدرب نادي النور وكابتنهم الأخ العزيز الأستاذ مسلم، ومدرب نادي الشطرة السيد عادل الموسوي, ومدرب نادي الحكيم .

 والى من شاركوني معاناتي ودربي الطويل لهم مني الشكر الجزيل، واخص بالذكٍر زملائي الذين ساندوني ولم يبخلوا علي َّبشيء.

 كما أتقدم بالشكر التقدير والاعتزاز إلى المقوم اللغوي الدكتور ( م.د قاسم نجم عبد ) لما بذله من جهد مضنٍ في قراءة الرسالة، وأخيراً أتقدم بكل ما في قلبي من ودٍ صافٍُ ونية صادقة إلى أعضاء لجنة المناقشة الذين تجشموا عناء قراءة الرسالة، وما ابدوه من ملاحظات قيمة اسهمت في دعم وإسناد دراستي، والتي ستأخذ الطريق للأخذ بها جزيل امتناني وتقديري، ولا يفوتني أخيراً وبدموعٍ من الصبر وبخفقه قلب مفعمة بالشكر والامتنان الى عائلتي وسندي وروحي التي اعيش بها اخي الكبير الشيخ سعد البهادلي وامي العزيزة وأخوتي وأخواتي وزوجتي الحبيبة (حفظهم الله) ، واستميحكم العذر في أن أقول عنه (سندي في الحياة)، والذي لم يبخل علي بأي شيء، بل كان الحضن الذي التجأ إليه، وارتمي فيه لكي أنال الرعاية فيه، فله مني دمعتان دمعة شكر ودمعة حب، وتقدير، وامتنان إلى الأخ (وعد ابو رضا).

ولايفوتني أن أشكر اخواني وأصدقائي الذين كانوا عوناً وسنداً لي طيلة فترة دراستي كل من (ميثم السيد وقاسم شذر وأحمد خلف).

الباحث

مستخلص الرسالة

**((تقييم بعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة)).**

 بإشراف : الباحث

 أ. د. محمد صبيح حسن الساعدي رعد قاسم عبد

1440ه 2019م

 **اشتملت الرسالة على خمسة فصول:**

 تأتي أهمية البحث في تقييم بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية للمساعدة في تحديد نقاط القوة والضعف للبرامج التدريبية التي يمكن الاستفادة منها مستقبلا لأندية الدرجة الاولى في المنطقة الجنوبية, **اما مشكلة البحث** تجلت في البحث بأسلوب علمي على اظهار المحاسن والعيوب في مناهج المدربين في لعبة الكرة الطائرة لكي يتسنى للباحث من وضع احكام تقييمية بغرض التوصل الى تقديرات كمية نستند اليها في اصدار احكام او قرارات مناسبة تبين خلفية المدربين وكيفية الوصول الى صفتهم التدريبية وأن تقييم المناهج التدريبية بصورة مستمرة من الضروريات القصوى للنهوض بالعملية التدريبية بصوره عامة للتقدم نحو الامام. **وأما اهداف البحث** فتتمثل في التعرف على بعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة. تقييم بعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة.التعرف على مستوى نسب التطور المتحققة بين بين القياسات الثلاث للاعبي الكرة الطائرة. **أما فرضا البحث** فقد تضمن توجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسات الثلاث في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية ولكل نادي من الاندية المشمولة في البحث. توجد فروق في مستوى نسب التطور بين القياسات الثلاث في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية ولكل نادي من الاندية المشمولة في البحث.

 احتوى الفصل الثاني على عدة محاور تتعلق بموضوع البحث، فقد تم التطرق إلى مفهوم التقييم وأهميته وأهدافه، وكذلك مفهوم المناهج التدريبية والمتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية في الكرة الطائرة الخاصة بموضوع البحث فضلاً عن الدراسات المشابهة.

اما الفصل الثالث فقد استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي من خلال استخدام مجموعة من الاختبارات التتبعية اي القياسات المكررة ، كما تم تحديد المجتمع بالطريقة العمدية والعينة بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة كل من نادي النور والحكيم والشطرة الرياضي بالكرة الطائرة ، وكذلك تم اختيار المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية وتحديد اختباراتها عن طريق توزيع استبانة وتم عرضها على الخبراء والمتخصيين بالكرة الطائرة، هذا وقد تم معالجة النتائج بالوسائل الإحصائية الاهمية النسبية وتحليل التباين للقياسات المتكررة (Repeated Measure) اختبار ولكس لامبدا لدلالة الفروق بين القياسات واختبار سيداك (Sidak) وذلك لتحديد الفروق بين القياسات المستخدمة.

 اما الفصل الرابع لقد تضمن هذا الفصل في طياته عرضاً وتحليلاً ومناقشة لنتائج الاختبارات ولجميع القياسات الثلاثة وللأندية الثلاث (النور والحكيم والشطرة).

في حين احتوى الفصل الخامس على الاستنتاجات التي هي **أن** المناهج التدريبية المعدة من قبل مدربي الاندية الثلاث (النور و الحكيم و الشطرة) جيدة وقد ساهمت على تطوير اللاعبين بدنياً ومهارياً ووظيفياً ويعُد منهج نادي النور هو الافضل من بينهما, **لذا يوصي** الباحث اعتماد المنهجية والقياسات المعتمدة بالبحث عند تقييم المناهج التدريبية لأندية الدرجة الاولى بالكرة الطائرة .

ثبت المحتويات

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| رقم الصفحة | عنوان الموضوع | المبحث |
| أ | العنوان |  |
| ب | الآية القرآنية |  |
| ت | إقرار المشرف وترشيح لجنة الدراسات العليا. |  |
| ث | إقرار المقوم اللغوي. |  |
| ح | إقرار لجنة المناقشة والتقويم. |  |
| ج | الإهداء. |  |
| 7 | الشكر والتقدير. |  |
| 11 | مستخلص الرسالة باللغة العربية. |  |
| 13 | ثبت المحتويات. |  |
| 18 | ثبت الجداول. |  |
| 21 | ثبت الأشكال |  |
| 24 | ثبت الملاحق. |  |
|  | الفصل الأول |  |
| 26 | التعريف بالبحث | 1- |
| **26** | مقدمة البحث وأهميته. | 1–1 |
| **28** | مشكلة البحث. | 1–2 |
| **28** | أهداف البحث. | 1–3 |
| **29** | فرضا البحث. | 1–4 |
| **29** | مجالات البحث | 1–5 |
| **29** | المجال البشري. | 1–5–1 |
| **29** | المجال الزماني. | 1–5–2 |
| **29** | المجال المكاني. | 1–5–3 |
| **رقم الصفحة** | عنوان الموضوع | المبحث |
|  | الفصل الثاني |  |
| **32** | الدراسات النظرية والسابقة | 2- |
| **32** | الدراسات النظرية  | 2-1 |
| **32** | التقييم  | 2-1-1 |
| **32** | مفهوم التقييم  | 2-1-1-1 |
| **35** | اهداف التقييم  | 2-1-1-2 |
| **36** | المنهاج التدريبي  | 2-1-2 |
| **36** | خطوات وضع المنهاج التدريبي  | 2-1-2-1 |
| **38** | المتغيرات البدنية  | 2-1-3 |
| **39** | المتغيرات البدنية واهميتها بالكرة الطائرة الحديثة  | 2-1-3-1 |
| **40** | القوة الانفجارية  | 2-1-3-2 |
|  **42** | القوة المميزة بالسرعة  | 2-1-3-3 |
| **43** | المتغيرات المهارية  | 2-1-4 |
| **45** | المتغيرات المهارية واهميتها بالكرة الطائرة  | 2-1-4-1 |
| **46** | الارسال  | 2-1-4-2 |
| **47** | الاعداد  | 2-1-4-3 |
| **47** | الضرب الساحق  | 2-1-4-4 |
| **48** | الدفاع عن الملعب  | 2-1-4-5 |
| **48** | المتغيرات الوظيفية  | 2-1-5 |
| **49** | الضغط الدموي الشرياني  | 2-1-5-1 |
| **50** | الضغط الدموي الانقباضي  | 2-1-5-1-1 |
| **51** | الضغط الدموي الانبساطي  | 2-1-5-1-2 |
| **51** | معدل ضربات القلب  | 2-1-5-2 |
| **52** | الدراسات السابقة  | 2-2 |
| **52** | دراسة (علي عصفورجادل2015) | 2-2-1 |
| **54** | دراسة ( راشد حسين عايد مال الله المفرجي 2013) | 2-2-2 |
|  | **الفصل الثالث** |  |
| **60** | **منهجية البحث وإجراءاته الميدانية.** | **3-** |
| **60** | **منهج البحث .**  | **3-1** |
| **60** | **مجتمع البحث وعينته .**  | **3-2** |
| **62** | **الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث**  | **3-3** |
| 62 | **وسائل جمع البيانات .** | **3– 3 – 1** |
| 62 | **الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث .** | **3-3-2** |
| 63 | **إجراءات البحث الميدانية .**  | **3-4** |
| 63 | **تحديد أهم المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية المرشحة الخاصة بالدراسة.** | **3-4-1** |
| 67 | **تحديد الإختبارات البدنية والمهارية والوظيفية المرشحة لعينة البحث .** | **3-4-2** |
| 70 | **التجربة الاستطلاعية .** | **3-4-3** |
| 71 | **تسلسل الإختبارات البدنية والمهارية والوظيفية لعينة البحث .** | **3–4-4** |
| 72 | **الأسس العلمية للاختبارات .** | **3– 4-5** |
| 73 | **صدق الاختبار** | **3– 4-5-1** |
| 73 | **ثبات الاختبار** | **3– 4-5-2** |
| **74** | **موضوعية الاختبار** | **3– 4-5-3** |
| **76** | **توصيف الإختبارات البدنية والمهارية والوظيفية .**  | **3– 4-6** |
| **76** | **الإختبارات الخاصة بالمتغيرات البدنية .** | **3-4-6-1** |
| **78** | **الإختبارات الخاصة بالمتغيرات المهارية.** | **3-4-6-2** |
| **82** | **الإختبارات الخاصة بقياس المتغيرات الوظيفية .** | **3-4- 6-3** |
| **83** | **التجربة الرئيسة .** | **3– 4-7** |
| **84** | **الوسائل الإحصائية المستخدمة.** | **3-5** |
|  | **الفصل الرابع** |  |
| **86** | **عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها** | 4- |
| **86** | عرض نتائج بعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة للاندية ( النور, الحكيم , الشطرة) ومناقشتها  | 1-4 |
| **86** | عرض نتائج المتغيرات البدنية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة للاندية ( النور, الحكيم , الشطرة) ومناقشتها | 1-1-4 |
| **102** | عرض نتائج المتغيرات الوظيفية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة للاندية ( النور, الحكيم , الشطرة) ومناقشتها | 2-1-4 |
| **131** | عرض نتائج المتغيرات المهارية وفقاً للمناهج التدريبية للاعبي الكرة الطائرة للاندية ( النور, الحكيم , الشطرة) ومناقشتها | 4-1-3 |
| **152** | عرض نتائج مستوى نسبة التطور لبعض المتغيرات البدنية والوظيفية والمهارية وفقاً للمناهج التدريبية للأندية (النور, الحكيم , الشطرة) وتحليلها. | 4-1-4 |
|  | **الفصل الخامس** |  |
| **157** | **الاستنتاجات والتوصيات:** | 5 - |
| **157** | **الاستنتاجات.** | 5 – 1 |
| **158** | **التوصيات.** | 5 – 2 |
| 160 | المصادر العربية والأجنبية |  |
| 170 | الملاحق |  |
| A-B-C-D | ملخص الرسالة باللغة الإنكليزية |  |

ثبت الجداول

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| رقم الصفحة | عنوان الجدول | رقم الجدول |
| **61** | يبين توزيع افراد عينة البحث  | 1 |
| **61** | يبين تجانس افراد عينة البحث  | 2 |
| **64** | يبين الاهمية النسبية للمتغيرات البدنية المرشحة على وفق وجهة نظر الخبراء والمختصين  | 3 |
| **65** | **يبين الاهمية النسبية للمتغيرات المهارية المرشحة على وفق وجهة نظر الخبراء والمختصين** | 4 |
| **66** | **يبين الاهمية النسبية للمتغيرات الوظيفية المرشحة على وفق وجهة نظر الخبراء والمختصين** | 5 |
| **68** | يبين التكرار والنسبة المئوية للاختبارات البدنية حسب رأي (12) خبير  | 6 |
| **69** | يبين التكرار والنسبة المئوية للاختبارات المهارية حسب رأي (12) خبير | 7 |
| **72** | يبين تسلسل الاختبارات حسب رأي (5) خبراء  | 8 |
| **75** | يبين مفردات الاختبار ومعاملات الثبات والصدق والموضوعية ومعنوية الارتباطان للاختبارات  | 9 |
| **87** | يبين نتائج تحليل التباين (F) المتكررة وقيمة ولكس لامبدا ومستوى دلالة الفروق في الاختبارات البدنية للأندية الثلاث ( النور والحكيم والشطرة)  | 10 |
| **88** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(القوة الانفجارية للذراعين) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 11 |
| **89** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (القوة الانفجارية للذراعين) وللأندية الثلاث | 12 |
| **92** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(القوة الانفجارية للرجلين) في جميع القياسات وللأندية الثلاث  | 13 |
| **93** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (القوة الانفجارية للرجلين)للأندية الثلاث  | 14 |
| **رقم الصفحة** | **عنوان الجدول** | **رقم الجدول** |
| **96** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(القوة المميزة بالسرعة لعضلات للذراعين) في جميع القياسات وللأندية الثلاث  | 15 |
| **97** | **يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (القوة المميزة بالسرعة لعضلات للذراعين) وللأندية الثلاث** | 16 |
| **102** | يبين نتائج تحليل التباين (F) المتكررة وقيمة ولكس لامبدا ومستوى دلالة الفروق في المتغيرات الوظيفية وللأندية الثلاث ( النور والحكيم والشطرة)  | 17 |
| **104** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(الضغط الانقباضي قبل الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 18 |
| **105** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (الضغط الانقباضي قبل الاداء) وللأندية الثلاث  | 19 |
| **108** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(الضغط الانقباضي بعد الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 20 |
| **109** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (الضغط الانقباضي بعد الاداء) وللأندية الثلاث | 21 |
| **112** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(الضغط الانبساطي قبل الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 22 |
| **113** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (الضغط الانبساطي قبل الاداء) وللأندية الثلاث | 23 |
| **116** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(الضغط الانبساطي بعد الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 24 |
| **117** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (الضغط الانبساطي بعد الاداء) وللأندية الثلاث  | 25 |
| **120** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(النبض قبل الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | 26 |
| **121** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (النبض قبل الاداء) وللأندية الثلاث | 27 |
| **124** | يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير(النبض بعد الاداء) في جميع القياسات وللأندية الثلاث | **28** |
| **125** | **يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لمتغير (النبض بعد الاداء)** وللأندية الثلاث | 29 |
| **131** | **يبين نتائج تحليل التباين (F) المتكررة وقيمة ولكس لامبدا ومستوى دلالة الفروق في الاختبارات المهارية وللأندية الثلاث (النور والحكيم والشطرة)**  | 30 |
| **132** | **يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(مهارة الارسال) في جميع القياسات وللأندية الثلاث** | 31 |
| **133** | **يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (مهارة الارسال) وللأندية الثلاث** | 32 |
| **136** | **يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(مهارة الاعداد) في جميع القياسات وللأندية الثلاث**  | 33 |
| **137** | **يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (مهارة الاعداد) وللأندية الثلاث** | 34 |
| **140** | **يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(مهارة الضرب الساحق) في جميع القياسات وللأندية الثلاث** | 35 |
| **141** | **يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (**مهارة الضرب الساحق**) وللأندية الثلاث** | 36 |
| **144** | **يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبار(مهارة الدفاع عن الملعب) في جميع القياسات وللأندية الثلاث**  | 37 |
| **145** | يبين اختبار سيداك للمقارنات البعدية بين القياسات الثلاث لاختبار (**مهارة الدفاع عن الملعب**) وللأندية الثلاث | 38 |
| **152** | يبين المعالم الإحصائية ونسبة التطور للمناهج التدريبية في بعض المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية لأندية البحث الثلاث (النور ، الحكيم ، الشطرة) | 39 |

ثبت الأشكال

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| رقم الصفحة | عنوان الشكل | رقم الشكل |
| **77** | يوضح اختبار رمي الكرة الطبية  | 1 |
| **79** | يوضح اختبار دقة الرسال من لأعلى ومن السفل  | 2 |
| **80** | يوضح اختبار يوضح اختبار الدفاع عن الملعب  | 3 |
| **81** | يوضح اختبار دقة الضرب الساحق القطري والمستقيم  | 4 |
| **82** | يوضح جهاز قياس النبض وضغط الدم الالكتروني  | 5 |
| **90** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للذراعين) | 6 |
| **91** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للرجلين) | 7 |
| **91** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة المميزة بالسرعة للذراعين) | 8 |
| **94** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الارسال) | 9 |
| **95** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الاعداد) | 10 |
| **95** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الدفاع عن الملعب) | 11 |
| **98** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الضرب الساحق) | 12 |
| **99** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي قبل الاداء) | 13 |
| **99** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي بعد الاداء) | 14 |
| **106** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي قبل الاداء) | 15 |
| **رقم الصفحة** | **عنوان الشكل** | **رقم الشكل** |
| **107** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي بعد الاداء) | **16** |
| **107** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض قبل الاداء) | **17** |
| **110** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض بعد الاداء) | **18** |
| **111** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للذراعين) | **19** |
| **111** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للرجلين) | **20** |
| **114** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة المميزة بالسرعة للذراعين) | **21** |
| **115** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الارسال) | **22** |
| **115** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الاعداد) | **23** |
| **118** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الدفاع عن الملعب) | **24** |
| **119** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الضرب الساحق) | **25** |
| **119** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي قبل الاداء) | **26** |
| **122** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي بعد الاداء) | **27** |
| **123** | يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي قبل الاداء) | **28** |
| **رقم الصفحة** | **عنوان الشكل** | **رقم الشكل** |
| **123** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي بعد الاداء)** | **29** |
| **126** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض قبل الاداء)** | **30** |
| **127** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض بعد الاداء)** | **31** |
| **127** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للذراعين)** | **32** |
| **134** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة الانفجارية للرجلين)** | **33** |
| **135** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (القوة المميزة بالسرعة للذراعين)** | **34** |
| **135** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الارسال)** | **35** |
| **138** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الاعداد)** | **36** |
| **139** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الدفاع عن الملعب)** | **37** |
| **139** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لاختبار (مهارة الضرب الساحق)** | **38** |
| **142** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي قبل الاداء)** | **39** |
| **143** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانقباضي بعد الاداء)** | **40** |
| **143** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي قبل الاداء)** | **41** |
| **146** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (الضغط الانبساطي بعد الاداء)** | **42** |
| **147** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض قبل الاداء)** | **43** |
| **147** | **يوضح الاوساط الحسابية في جميع القياسات لمتغير (النبض بعد الاداء)** | **44** |

ثبت الملاحق

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| رقم الصفحة | عنوان الملحق | رقم الملحق |
| **170** | استمارة استبانة لتحديد اهم المتغيرات البدنية والمهارية والوظيفية  | **1** |
| **175** | استمارة استبانة لتحديد اهم الاختبارات البدنية والمهارية والوظيفية | **2** |
| **178** | اسماء الخبراء والمختصين (المقابلات الشخصية) | **3** |
| **180** | اسماء الخبراء والمختصين المعتمدين في تحديد المتغيرات واختباراتها | **4** |
| **181** | اسماء فريق العمل المساعد  | **5** |
| **182** | اسماء الخبراء المعتمدين في تسلسل الاختبارات  | **6** |
| **183** | يبين استمارات تسجيل البيانات  | **7** |