

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
قرار لجنة الحكم والمناقشة	أ
شكر وتقدير	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول	ط
قائمة الأشكال	م

الفصل الأول

(المقدمة)

تقديم	٦-٢
مشكلة البحث	٦-٢
أهمية البحث والحاجة إليه	٢
ماهية البحث وحدوده	٤
أهداف البحث	٥
فروض البحث	٥
التعريف ببعض المصطلحات والمفاهيم المستخدمة	٥

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات المرتبطة

أولا : القراءات النظرية	٨-٤١
مفهوم الكفاءة البدنية	٨
تعريفات الكفاءة البدنية	٩
	١٠

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- أهمية الكفاءة البدنية فى حياة الكفيف	١١
- تقويم الكفاءة البدنية وطرق حسابها	١١
- كف البصر	١٥
- تعريف الكفيف	١٦
- أسباب كف البصر	١٧
- العوائق التى يفرضها كف البصر	١٨
- العوامل التى تؤثر على حالة الكفيف وتكيفه .	٢٠
- خصائص نمو الكفيفات	٢١
- الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين	٢٣
- القوام	٢٣
- تعريف القوام	٢٤
- مظاهر القوام المعتدل	٢٥
- فوائد القوام المعتدل	٢٥
- القوام المنحرف	٢٦
- أسباب إنحراف القوام	٢٦
- درجات الإنحراف القوامى	٢٧
- النشاط الرياضى فى المصانع	٢٨
ثانيا : الدراسات المرتبطة	٢٩-٤١
- دراسات تناولت الأنشطة الحركية والإنتاج	٣٠

تأبيق قائية المحتويات

-

رقم الصفحة	الموضوع
	- دراساء تناولاء إخباراء الكفاءاء الباءية وإرباطها بالأنشطة المألفة
٣٥	- دراساء تناولاء تأثير وتقويم البرامج الرياضية على الكفاءاء
٣٩	- الأعلق على الدراسات المرتبطة
٤١	

الفصل الأال

٦٣-٤٢	أطة وإجراءاء البأ
	- المنهج المسأدم
٤٣	- مجأمع وعينة البأ
٤٤	- أأواء أمع الببائاء
٥٢	- أأواء البأ
٥٣	- الأراساء الإسطلاعية الأولى
٥٨	- الأراساء الإسطلاعية الأانية
٦٢	- المعالاة الإأصائبة للببائاء

الفصل الرابع

٨٤-٦٤	أرض الأناأ وأفسيرها ومناقشأها
٦٥	- أرض الأناأ
٧٧	- أفسير ومناقشة الأناأ

تابع قائمة المحتويات

-

رقم الصفحة

الموضوع

الفصل الخامس

٩١-٨٥

الاستنتاجات والتوصيات

- أولا : الإستنتاجات ٨٦
- ثانيا : مشروع البحث ٨٧
- ثالثا : التوصيات ٩٠
- رابعا : مآثره البحث من دراسات مستقبلية ٩١

١٠١-٩٣

قائمة المراجع

- أولا : المراجع باللغة العربية ٩٣
- ثانيا : المراجع باللغة الأجنبية ١٠٠

١٠٢

قائمة الملحقات

- ملحق (أ) إفادة إلى جمعية النور والأمل بمصر الجديدة . ١٠٣
- ملحق (ب) إختبارات عناصر اللياقة البدنية ١٠٤
- ملحق (ج) إختبار الكفاءة البدنية ١٠٥

نوموجرام أستراند

مستويات الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين

- ملحق (د) إختبار نيويورك للقوام ١٠٦
- ملحق (هـ) قائمة بأسماء المساعدات في البحث ١٠٧

تابع قائمة المحتويات

-

الموضوع	رقم الصفحة
ملحق (و) بطاقات التسجيل المعدة للإختبارات المستخدمة	
..... فى البحث	١٠٨
ملحق (ز) البرنامج الحركى المقترح	١٠٩
ملخص البحث	
- الملخص باللغة العربية	١١٠
- الملخص باللغة الإنجليزية	١١١