

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- قرار لجنة المناقشة والحكم	
- شكر وتقدير	ج-د
- قائمة المحتويات	هـ-ز
- قائمة الجداول	ح-ط
- قائمة الأشكال	ي-م
- قائمة المرفقات	ن

١/٠ الفصل الأول

الإطار العام للبحث

(١-٧)

١/١ مقدمة ومشكلة البحث	١-٥
٢/١ أهمية البحث والحاجة إليه	٥-٦
٣/١ هدف البحث	٦
٤/١ تساؤلات البحث	٦
٥/١ المصطلحات المستخدمة	٦-٧

٢/٠ الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات المرتبطة

(٩-٦٧)

١/٢ الإطار النظري	٩
١/١/٢ رياضة الجمباز	٩
٢/١/٢ جهاز العقلة	١٠
٣/١/٢ متطلبات الأداء علي جهاز العقلة	١٠-١٢
٤/١/٢ المجموعات المهارية الحركية علي جهاز العقلة	١٣-١٤
٥/١/٢ مهارات التحرر وإعادة القبض	١٤-١٥
٦/١/٢ تصنيف مهارات التحرر وإعادة القبض	١٥-٢٦
٧/١/٢ النواحي الفنية لمهارة تكاتشيف بفتح الرجلين	٢٦-٢٨
٨/١/٢ النواحي الفنية لمهارة جينجر	٢٨-٢٩
٩/١/٢ ربط مهارات التحرر وإعادة القبض	٢٩-٣٠

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
١٠/١/٢ علم الحركة	٣١-٣٠
١١/١/٢ التركيب الهيكلي والعمل العضلي للجسم البشري	٣٨-٣١
١٢/١/٢ خصائص الحركة الرياضية	٤٣-٣٩
١٣/١/٢ ربط المهارات وحيدة الحركة	٤٣-٣٩
١٤/١/٢ الميكانيكا الحيوية	٤٤
١٥/١/٢ التحليل البيوميكانيكي للمهارات الحركية	٤٦-٤٤
١٦/١/٢ الخصائص البيوميكانيكية لربط مهارات التحرر وإعادة القبض	٤٦
١٧/١/٢ ديناميكية الدوران حول محور ثابت	٥٦-٤٦
١٨/١/٢ التمرينات الغرضية	٥٧-٥٦
٢/٢ الدراسات المرتبطة	٥٧
١/٢/٢ الدراسات العربية	٦٤-٥٨
٢/٢/٢ الدراسات الأجنبية من شبكة المعلومات الدولية	٦٥
٣/٢/٢ الدراسات الأجنبية	٦٦
٤/٢/٢ التعليق علي الدراسات المرتبطة	٦٧
٠/٣ الفصل الثالث	
خطة وإجراءات البحث	
(٧٥-٦٨)	
١/٣ منهج البحث	٦٩
٢/٣ مجتمع وعينة البحث	٦٩
٣/٣ أدوات جمع البيانات	٧٣-٦٩
٤/٣ خطوات تنفيذ البحث	٧٥-٧٣
٥/٣ المعالجة الإحصائية	٧٥
٠/٤ الفصل الرابع	
عرض النتائج ومناقشتها	
(١٢٣-٧٦)	
١/٤ عرض النتائج ومناقشتها	١٢٣-٧٦

الموضوع	تابع قائمة المحتويات	رقم الصفحة
١/٥ الاستنتاجات	٥/٠ الفصل الخامس	١٣٢-١٢٥
٢/٥ التوصيات	الاستنتاجات والتوصيات	١٣٣
	(١٢٥-١٣٣)	
	قائمة المراجع	
	(١٣٧-١٤٣)	
أولاً المراجع العربية		١٣٧-١٤٠
ثانياً المراجع الأجنبية		١٤٠-١٤٢
ثالثاً المراجع الأجنبية من شبكة المعلومات الدولية		١٤٣
	قائمة المرفقات	
	(١٤٥-١٤٨)	
مرفق (١) أسماء الخبراء		١٤٥
مرفق (٢) التمرينات الغرضية		١٤٦
مرفق (٣) أصول مراجع شبكة المعلومات الدولية		١٤٧
مرفق (٤) أصول بيانات برنامج التحليل الحركي الخاصة بالمهارتين قيد البحث		١٤٨
	ملخص البحث	
أولاً ملخص البحث باللغة العربية		١٥٠
ثانياً ملخص البحث باللغة الأجنبية		١٥١