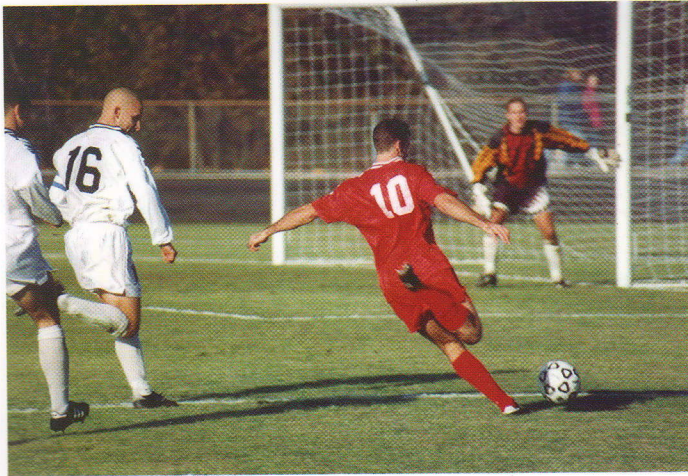


التدريب الرياضي وفق تقسيمات فيشر للجسم بالأوزان الإضافية للاعب كرة القدم الشباب



دكتور
عبد الله محمد طياوي حمام الجبوري





الموضوع

الصفحة

- 3 الآية القرآنية الكريمة
5 شكر وامتنان

الباب الأول التعريف بالبحث

- 9
11 مقدمة البحث وأهميته
13 مشكلة البحث
14 اهداف البحث
15 فرضيات البحث
15 مجالات البحث

الباب الثاني

الدراسات النظرية والدراسات السابقة

- 17 الدراسات النظرية
19 التدريب بكرة القدم
19 طريقة التدريب التكراري
21 طريقة التدريب الفكري
23 الأوزان الإضافية
25 المتطلبات البدنية في كرة القدم
27 مطاولة القوة
30 القوة المميزة بالسرعة
32 القوة الانفجارية



الصفحة	الموضوع
33	مطاولة السرعة
35	السرعة الانتقالية
37	الرشاقة
39	المهارات الأساسية (قيد البحث)
40	الدحرجة
42	التهديف
43	المناولة
45	الإخماد
47	الدراسات السابقة
47	دراسة (الحسو والنقيب، 2010)
48	مقارنة بين الدراسة السابقة والدراسة الحالية
49	الاستفادة من الدراسات السابقة

الباب الثالث

منهجية البحث واجراءاته الميدانية

51	منهج البحث
53	مجتمع البحث وعينته
54	تحديد الصفات البدنية ومهارات كرة القدم واختباراتها
54	تحديد الصفات البدنية واختباراتها
54	تحديد الصفات البدنية
55	تحديد اختبارات الصفات البدنية المختارة

57	تحديد المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الشباب واختباراتها
57	تحديد اهم المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الشباب
58	تحديد الاختبارات المهارية للاعب كرة القدم الشباب
59	تجانس وتكافؤ مجاميع البحث الثلاث
59	تجانس مجاميع البحث الثلاث
60	تكافؤ مجاميع البحث الثلاث
63	الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث
63	وسائل جمع البيانات
64	تحليل المحتوى
64	الاستبيان
64	المقابلة الشخصية
64	القياسات والاختبارات المستخدمة في الدراسة
64	القياسات الجسميه
65	الاختبارات المستخدمة في الدراسة
65	اختبار الصفات البدنية
66	الاختبارات المهارية
67	الأسس العلمية للاختبارات
67	الأسس العلمية للاختبارات المرشحة
70	التصميم التجريبي.
71	تحديد وضبط متغيرات البحث