

الفصل الاول

الاطار العام

1 - 1 مقدمة

1 - 2 مشكلة الدراسة

1- 3 اهمية الدراسة

1- 4 أهداف الدراسة

1- 5 أسئلة الدراسة

1- 6 منهج الدراسة

1- 7 مجتمع الدراسة

1- 8 عينة الدراسة

1- 9 حدود الدراسة

1- 10 مصطلحات الدراسة

الفصل الثانى

الاطار النظرى والدراسات السابقة

المبحث الاول : البرامج في التربية البدنية والرياضة

المبحث الثانى : امراض قلة الحركة

المبحث الثالث : مرض السكرى

المبحث الرابع : الدراسات السابقة والمثابفة

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

1-3 منهج الدراسة

2-3 مجتمع الدراسة

3-3 عينة الدراسة

4-3 أدوات جمع البيانات

5-3 تصميم البرنامج

6-3 الدراسة الاستطلاعية الاختبارات القبليّة

7-3 الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث

الفصل الرابع

عرض ومناقشة وتحليل وتفسير النتائج

1-4 عرض ومناقشة نتائج السؤال الاول

2-4 عرض ومناقشة نتائج السؤال الثانى

الفصل الخامس

النتائج والتوصيات والملخص والمقترحات

1-5 النتائج

2-5 التوصيات

3-5 ملخص البحث

المصادر والمراجع

الملاحق