

المحور التاسع: اختبارات السرعة والقدرة العضلية.

يتضمن موضوع البحث النقاط التالية:

✓مقدمة.

✓تعريف السرعة والقدرة العضلية.

✓أنواع السرعة والقدرة العضلية.

✓الاختبارات المقننة للسرعة والقدرة العضلية.

✓مشكلات وصعوبات السرعة والقدرة العضلية.

✓خلاصة.