شبكة المعلومات الجامعية

بسم الله الرحمن الرحيم

Ain Shams University Information Network
جامعة عين شمس
شبكة المعلومات الجامعية
@ ASUNET

شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الالكتروني والميكروفيلم

شبكة المعلومات الجامعية

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأفلام قد أعدت دون أية تغيرات

يجب أن

تحفظ هذه الأفلام بعيدا عن الغبار

في درجة حرارة من ١٥-٢٥ مئوية ورطوبة نسبية من ٢٠-٤٠%

To be Kept away from Dust in Dry Cool place of 15-25- c and relative humidity 20-40%

Ain Shams University Information Network
جامعة عين شمس
شبكة المعلومات الجامعية
ASUNET

بعض الوثائق الاصلية تالفة

Ain Shams University Information Network
جامعة عين شمس
شبكة المعلومات الجامعية
@ ASUNET

بالرسالة صفحات لم ترد بالاصل

جامعة طنطـــا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الحركة الرياضية

٩٧١٨٥

التحليل الكهربى لبعض العضلات العاملة أثنـــاء أداء مهـــارة رفعـــة الضغـــط فى رياضة رفع الأثقال للمعوقين

رسالة مقدمة من

الباحث

خالد محمد عبدالله أبوحسين
الاخصائى الرياضى بالأزهـــر

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشـــراف

دكتور
محمـد جـابـر أحمد بريقـع
أستاذ الميكانيكا الحيوية
المساعد بقسم علوم الحركة الرياضية
بكلية التربية الرياضية- جامعة طنطا

دكتور
جمـال إسماعـيل طاهـــر
مدرس الطب الطبيعى والتأهيل
بكليـــة الطـــب
جامعـــة طنطـــا

2000

بسم الله الرحمن الرحيم
رَبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ
صدق الله العظيم
(سورة الممتحنة آية 4)

قرار لجنة المناقشة والحكم

إنه فى يوم ..... الموافق ٢٤ / ٤ / ٢٠٠٠ اجتمعت اللجنة المشكلة من :

- **أ.د/ يوسف دهب علي :** أستاذ فسيولوجيا الرياضة بقسم المواد الصحية بكلية التربية الرياضية « للبنين بأبى قير - جامعة الاسكندرية » « مناقشاً »
- **د/ محمد جابر أحمد بريقع :** أستاذ الميكانيكا الحيوية المساعد بقسم علوم الحركة الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا « مشرفاً »
- **د/ على حسن السعدنى :** عضو اللجنة الفنية لرفعات القوة باللجنة الأولمبية الدولية لرياضة المعاقين وخبير رفع الأثقال بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة « مناقشاً »

لمناقشة رسالة الماجستير المقدمة من الباحث : **خالد محمد عبدالله أبو حسين**

ومُوضوعها :

" التحليل الكهربى لبعض العضلات العاملة أثناء أداء مهارة رفعة الضغط فى رياضة رفع الأثقال للمعوقين "

وقد تمت المناقشة فى تمام الساعة ١٠ من يوم ..... الموافق ٢٤ / ٤ / ٢٠٠٠

بمقر كلية التربية الرياضية جامعة طنطا.

وبعد المناقشة قررت اللجنة ..... قبول ..... الرسالة واقترحت ..... منح .....

الباحث / **خالد محمد عبدالله أبو حسين** درجة الماجستير فى التربية الرياضية. وتوصى اللجنة بطبع الرسالة. مع تنقيحها بما يتفق وما دار حولها من مناقشات علمية.

توقيعات اللجنة

- أ.د/ يوسف دهب علي ( )
- د/ محمد جابر أحمد بريقع ( )
- د/ على حسن السعدنى ( )

جامعة طنطا
عميد الكلية
أ.د/ مدبولي محمد الإمام

« شكر وتقدير »

بسم الله الرحمن الرحيم .. الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد أكرم الخلق أجمعين.

أسجد فى خضوع لله شاكراً لجلاله وعظمته على تمام نعمائه وفضله على ما أعطانى من العون والقدرة على إتمام هذا البحث.

ويذكر الفضل لأهله بالشكر فلا يقبل الله شكر العبد مالم يشكر من أجرى نعمته على يده. وفى رأيى إن أفضل نعم الله على عباده هو العقل والعلم فاتقدم بالشكر والعرفان والتقدير لمعلمى وأستاذى الجليل د/ **محمد جابر أحمد بريقع** أستاذ الميكانيكا الحيوية المساعد بقسم علوم الحركة الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا صاحب الفضل فى تقديم يد العون إلى منذ إلتحاقى بقسم الدراسات العليا 1993 وتفضله بالإشراف والتوجيه على هذا البحث ومن ثم كانت الإفادة العلمية فى مجال البحث العلمى جزاه الله كل خير وفاق ما قدم .

كما أتقدم بالشكر والتقدير لأستاذى الدكتور / **جمال إسماعيل طاهر** مدرس الطب الطبيعى والتأهيل بكلية الطب جامعة طنطا لتوليه الإشراف على البحث وتقديم النصح والتوجيه وتذليل الصعاب .

كما أتقدم بوافر الشكر والامتنان والتقدير إلى الأستاذين الجليلين أ.د/ **يوسف دهب على** أستاذ فسيولوجيا الرياضة بقسم المواد الصحية بكلية التربية الرياضة بالاسكندرية ود/ **على حسن السعدنى** مدير عام الإدارة العامة للهيئات الرياضية بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة وعضو اللجنة الفنية الأوليمبية لرفعات القوة لرياضات المعاقين على تفضلهما بمناقشة هذا البحث.

كما أتوجه بالشكر والتقدير إلى عينة البحث - أعضاء منتخب مصر القومى لرفع الأثقال للمعوقين على ما بذلوه من جهد وأتوجه بالشكر إلى زملائى عماد عبدالفتاح السرسى المدرس المساعد بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا و د/ أيمن عبدالله المدرس بكلية الطب قسم التشريح جامعة المنوفية والأستاذ / أيمن صبحى عبدالفتاح بكلية التربية الرياضية بطنطا والأستاذ / عزت إلياس بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة على مساهمتهم لى فى البحث.

ولا يفوتنى أن أتوجه بالشكر وعظيم التقدير إلى والدى الفاضل أمد الله فى عمره ومتعه بالصحة والعافية وإخوتى وأسرتى وزملائى فى العمل لما تحملوه معى من جهد لتقف هذه الرسالة على قدم وساق.

والله ولى التوفيق

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الفصل الأول	
المقدمة	2
مشكلة البحث وأهميته	4
أهداف البحث	5
تساؤلات البحث	7
مصطلحات البحث	7
الفصل الثانى	
الإطار النظرى والدراسات المشابهة والمرتبطة	
مقدمة تاريخية	11
نظرة عن المعاقين	11
رياضة المعاقين عالمياً	13
رياضة المعاقين فى مصر	14
الفرق بين الإعاقة - العجز - العاهة	15
أسباب الإعاقة	16
مراحل تطور الإعاقة	17
تصنيف المعاقين	18
أنواع الإعاقة	19
التأهيل	20
مراحل التأهيل	20
رياضة المعوقين	21
أهمية الرياضة للمعاقين	21
التقسيم الطبى للإعاقة	22

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
تعريفه	22
أهميته	22
إصابات العمود الفقرى	23
تقسيم إصابات العمود الفقرى	23
التقسيمات التى يتنافس من خلالها الرياضيون	24
التقسيم النقطى	24
تقدير درجات إصابات العمود الفقرى	25
التعريف برياضة رفع الأثقال	25
التدريب بالأثقال ورفع الأثقال	26
الفئات التى تمارس رفع الأثقال للمعوقين	27
الأوزان	27
رفعات القوة للمعاقين	28
القواعد الفنية لرفعة الضغط	29
الأخطاء الشائعة لرفعة الضغط	29
أسس الأداء الجيد	30
أنواع القبضة	31
التحليل الفنى لرفعة الضغط	31
أهم المجموعات العضلية العاملة فى رفعة الضغط	32
النشاط الكهربى العضلى	33
جهد الغشاء فى حالة الراحة	33
جهد الغشاء وقت الحركة	34
فسيولوجية الانقباض والارتخاء العضلى	35

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
العلاقة بين مشاركة الوحدات الحركية والنشاط الكهربى	36
طرق دراسة العمل العضلى	37
التحليل التشريحى لمفاصل الطرف العلوى	39
التحليل التشريحى لعضلات الطرف العلوى	41
التوصيف الحركى والتشريحى لرفعة الضغط والعضلات العاملة	44
أهم المجموعات العضلية العاملة	45
الالكترومايوجرف «جهاز رسام العضلات الكهربائى»	46
طريقة تشغيل جهاز رسام العضلات الكهربائى	46
أهمية جهاز رسام العضلات الكهربائى	47
ثانيا : الدراسات المشابهة والمرتبطة	48
- الدراسات التى أجريت فى مجال رفع الأثقال للأسوياء باستخدام جهاز رسام العضلات الكهربى بهدف توصيف النشاط الكهربى الصادر	49
- الدراسات التى أجريت لدراسة النشاط الكهربى لبعض حركات وأجزاء وأوضاع الجسم باستخدام جهاز رسام العضلات الكهربى	55
- الدراسات التى أجريت فى مجال رفع الأثقال للمعوقين بهدف تنمية المجموعات العضلية العاملة أثناء أداء رفعة الضغط	57
تحليل الدراسات المشابهة والمرتبطة	58
التعليق على الدراسات السابقة	60
أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة	

تـابـع قائمـة المحتويـات

الموضـــوع	رقم الصفحة
الفصل الثالث	
إجـراءات البحـث	
أولاً : منهـج البحـث	62
ثانياً : عينـة البحـث	62
ثالثاً : مجـالات البحـث	65
رابعاً : أدوات البحـث	66
خامساً : الدراسـة الاستطلاعيـة	67
سادساً : الدراسـة الأساسـية	72
سابعاً : المعالجـة الإحصائيـة	72
الفصل الرابع	
عرض ومناقشة نتائج البحث	
أولاً : عرض نتائج البحث	74
ثانياً : مناقشة النتائج	96
الفصل الخامس	
أولاً : استنتاجات البحث	111
ثانياً : توصيات البحث	112
قائمة المراجع	
أولاً : المراجع العربيـة	114
ثانياً : المراجع الأجنبية	118

قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
1	مقارنة الرقم المصرى والعالمى للرباعين فى الأوزان المختلفة	6
2	تقسيم مستويات الإعاقة	19
3	الفئات الوزنية للرجال والسيدات	27
4	حركات مفصل الكتف	39
5	حركات مفصل المرفق	40
6	حركات مفصل الرسغ	41
7	عضلات الطرف العلوى	42
8	العضلات العاملة أثناء أداء رفعة الضغط	45
9	التوصيف الفنى للرباعين	63
10	المتوسط الحسابى والإنحراف المعيارى لعينة البحث	64
11	عدد المحاولات لعينة البحث	65
12	توصيف النشاط الكهربى للعضلات العاملة للرباع مصطفى وزن 82,5 كجم	75
13	توصيف النشاط الكهربى للعضلات العاملة للرباع أيمن وزن 75 كجم	78
14	توصيف النشاط الكهربى للعضلات العاملة للرباع شعبان وزن 67,5 كجم	81
15	توصيف النشاط الكهربى للعضلات العاملة للرباع متولى وزن 60 كجم	84
16	توصيف النشاط الكهربى للعضلات العاملة أثناء أداء رفعة الضغط فى رفع الأثقال للمعوقين لعينة البحث	87
17	تحديد وترتيب نسب مساهمة العضلات العاملة أثناء أداء رفعة الضغط فى رفع الأثقال للمعوقين	90
18	النسبة المئوية لاشتراك العضلات العاملة أثناء أداء رفعة الضغط فى رفع الأثقال للمعوقين نسبة لإنقباضها الاقصى	93

قائمـــة الأشكـــال

رقم الشكل	عنوان الشكل	رقم الصفحة
1	أسباب ونتائج الأعاقة	16
2	مراحل تطور الاعاقة	17
3	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة المسننة الأمامية أثناء الراحة للرباع أيمن	70
4	نموذج للنشاط الكهربى لمجموعة عضلات الساعد الأمامية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	مرفق 1
5	نموذج للنشاط الكهربى لمجموعة عضلات الساعد الخلفية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
6	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة ذات الثلاث رؤوس العضدية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
7	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة ذات الرأسين العضدية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
8	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة الدالية المتوسطة أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
9	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة الدالية الأمامية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
10	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة الصدرية العظمى أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
11	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة المسننة الأمامية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
12	نموذج للنشاط الكهربى للعضلة العريضة الظهرية أثناء أداء رفعة الضغط للرباع مصطفى	» »
13	A ، B نموذج للنشاط الكهربى لمجموعة عضلات الساعد الأمامية ومجموعة عضلات الساعد الخلفية أثناء أداء أقصى إنقباض عضلى للرباع متولى	» »