

بسم الله الرحمن الرحيم





شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

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



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار





بالرسالة صفحات
لم ترد بالأصل





بعض الوثائق الأصلية تالفة



B11062

جامعة المنيا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الحركة

”تأثير برنامج تدريبي مقترح للتوقيت الهجومي
على نتائج مباريات الكاراتيه“

إعداد

عمر محمد لبيب

المعيد بقسم علوم الحركة

بكلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

إشراف

دكتور / أشرف مسعد إبراهيم

مدرس بقسم التدريب الرياضي

بكلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

دكتور / شريف محمد عبد القادر العوضى

أستاذ مساعد بقسم علوم الحركة

بكلية التربية الرياضية

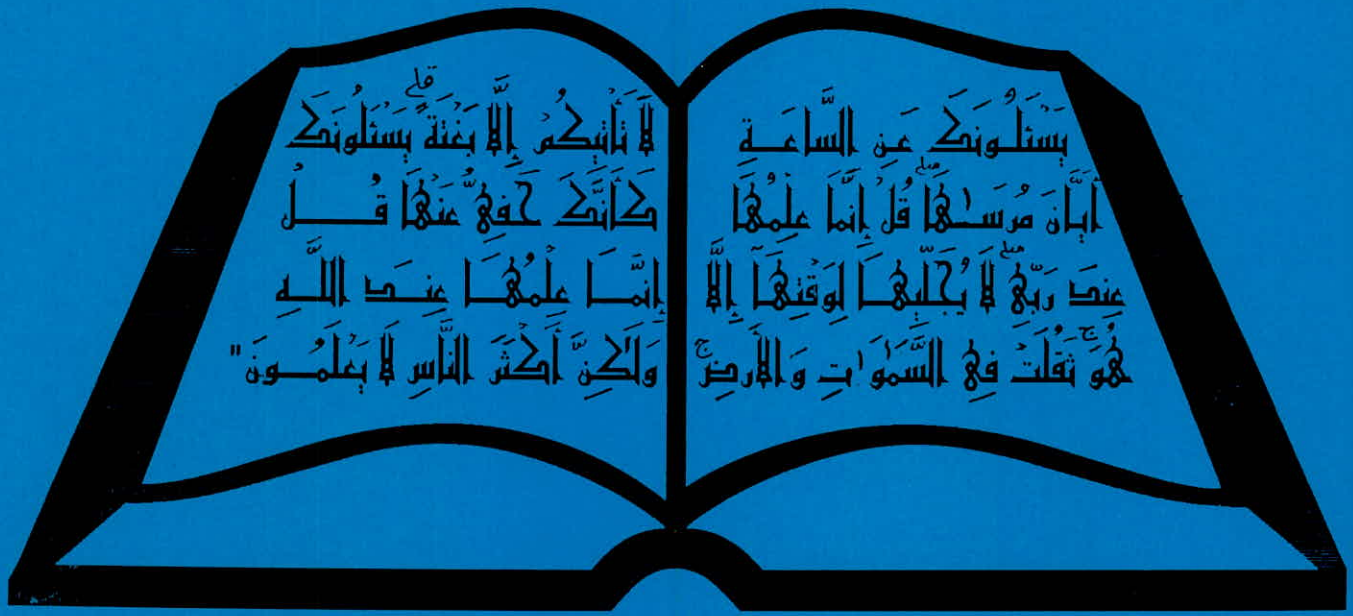
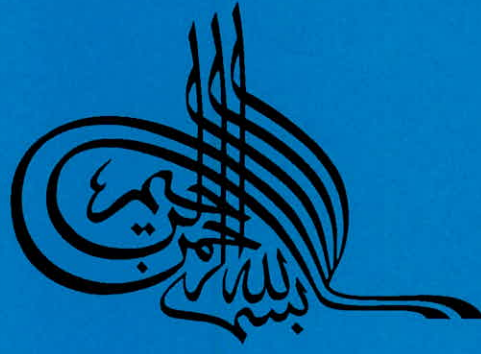
جامعة المنيا

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في

التربية الرياضية من كلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

١٤١٧هـ - ١٩٩٧م



صَدَقَ
الْعَظِيمُ

قرار

لجنة المناقشة الحكم

فى البحث المقدم من : السيد / عمر محمد لبيب المعيد بقسم علوم الحركة بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا وموضوعه :

" تأثير برنامج تدريبي مقترح للتوقيت الهجومي على نتائج مباريات الكاراتية "

فى تمام الساعة ^{اشانه} يوم ^{الرسبه} الموافق ١٧/١١/١٩٩٧ م فى مقر جامعة المنيا اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعتمدة من السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ ١٣/٨/١٩٩٧ م والمشكلة من السادة :

أ.د/ مكارم حلمى أبو هرجه
أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا (مناقشاً)

أ.د/ سليمان على إبراهيم
أستاذ المصارعة بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم - جامعة حلوان (مناقشاً)

أ.م.د/ شريف محمد عبد القادر العوضى
أستاذ مساعد ورئيس قسم علوم الحركة كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا (مشرفاً)

وناقشت الدارس فى البحث المقدم والمسجل بتاريخ ٢٥ / ١٢ / ١٩٩٥ م ، والمعتمدة من السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ ٣/٣/١٩٩٦ م وبعد المناقشة علناً فى الرسالة موضوع البحث وبعد المداولة قررت اللجنة ^{تسيور} الرسالة واقرحت منح الدارس / عمر محمد لبيب درجة الماجستير فى التربية الرياضية من كلية التربية الرياضية جامعة المنيا . ^{رئوسه} ^{البحر} ^{بفتح} ^{الرساله} على نفسه ^{بجمله} ^{وتم} ^{ادراج} ^{الجامعات} ^{الخرى} .

(التوقيع)

(أعضاء اللجنة)

()

أ.د/ مكارم حلمى أبو هرجه

()

أ.د/ سليمان على إبراهيم

()

أ.م.د/ شريف محمد عبد القادر العوضى



شكر وتقدير

بسم الله والحمد لله ... يتقدم الباحث بأسمى آيات الحمد والشكر لمن "ليس كمثله شئ" وهو السميع البصير" لله عز وجل على ما أمده به من عون وصبر ومثابرة فى إتمام هذا البحث .

وياله من فخر أن يقوم بالإشراف على هذا البحث كل من الدكتور/ **شريف عبد القادر العوضى** الاستاذ المساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، والدكتور / **أشرف مسعد ابراهيم** . المدرس بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية- جامعة المنيا . فلهما عظيم الشكر على متابعتهما الدائبة وتوجيهاتهما المثمرة للباحث طوال فترة البحث .

ووساماً على صدر الباحث أن يكون مناقشاً لهذه الرسالة الاستاذ الدكتور / **مكارم حلمى أبو هرجه** الاستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا ، والاستاذ الدكتور / **سليمان على ابراهيم** أستاذ ورئيس قسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان . فلهما جزيل الشكر والتقدير على تفضلهما بقبول مناقشة هذه الرسالة .

ويتوجه الباحث بأسمى آيات الشكر الى من قال الله فى حقهما (وأخفض لها جناح الذل من الرحمة وقل رب ارحمهما كما ربياني صغيرا) إلى والديه وأخوته على ما قدموه له من عون وتشجيع له خلال فترة البحث .

ويطيب للباحث أن يتوجه بالشكر الجزيل للناشئين والمدرّب والاداريين والعاملين بمركز شباب ريفى (تله) المتطور على تعاونهم الصادق معه خلال فترة تطبيق هذا البحث .

وعرفاناً بالجميل يتقدم الباحث بخالص شكره وتقديره لكل من ساهم بفكر أو رأى أو جهد فى إتمام هذا البحث .

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
ب	- قرار لجنة المناقشة والحكم
ج	- شكر وتقدير
د	- قائمة المحتويات

الفصل الأول المقدمة

٢	- مشكلة البحث وأهميته.
٣	- أهداف البحث .
٣	- فروض البحث.
٤	- المصطلحات الواردة بالبحث .

الفصل الثانى

الإطار النظرى والدراسات السابقة

أولاً : الأطار النظرى :-

٧	- ماهية الهجوم فى الكاراتية .
٧	- العوامل المؤثرة فى فعالية الهجوم فى الكاراتية.
٨	- ماهية التوقيت الهجومى الجيد فى الكاراتية
٨	- أهمية التوقيت الهجومى فى الكاراتية .
٩	- أنواع التوقيت الهجومى فى الكاراتية .
٩	- أشكال التوقيت الهجومى فى الكاراتية .
٩	- أهم توقيتات الهجوم فى الكاراتية .
١٣	- العوامل المؤثرة فى فعالية توقيت الهجوم فى الكاراتية.
١٥	- علاقة التوقيت الهجومى الجيد بالنواحى الفنية للمهارات الأساسية .
١٥	- خصائص المرحلة السنية من ١٦ : ١٨ سنة .

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة

الموضوع

ثانيا : الدراسات السابقة

١٨

- عرض الدراسات السابقة

٢٠

- التعليق على الدراسات السابقة

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

٢٣

- منهج البحث .

٢٣

- مجتمع البحث .

٢٣

- عينة البحث .

٢٤

- وسائل جميع البيانات .

٣٣

- البرنامج التدريبي المقترح .

٤٢

- الدراسة الاستطلاعية .

٤٢

- خطوات تنفيذ البحث .

٤٣

- المعالجات الإحصائية.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

٤٥

- عرض النتائج و مناقشتها .

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

٥٧

- الإستخلاصات

٥٨

- التوصيات

تابع قائمة المحتويات

المراجع

رقم الصفحة

الموضوع

٦١

-مراجع باللغة العربية

٦٥

- مراجع باللغة الانجليزية

الملحقات

٦٧

- ملحق (١) : استمارة تسجيل البيانات الشخصية للاعبين .

٦٨

- ملحق (٢) : استمارة استفتاء عن تحديد أهمية توقيتات الهجوم في الكاراتيه.

- ملحق (٣) : استمارة استفتاء (عن تحديد اهمية العوامل المؤثرة فى فعالية الهجوم

٦٩

فى الكاراتيه) .

٧٠

- ملحق (٤) : استمارة استفتاء عن تحديد اهمية العوامل المؤثرة فى فعالية توقيتات

الهجوم فى رياضة الكاراتيه .

٧١

- ملحق (٥) استمارة تسجيل التوقيتات الهجومية الناجحة خلال المباريات

٧٢

- ملحق (٦) : استمارة تحليل النتائج العامة للمباريات.

٧٣

- ملحق (٧) : استمارة تسجيل المهارات الهجومية الناجحة خلال المباريات.

٧٤

- ملحق (٨) : استمارة استفتاء عن تحديد أهمية المهارات الأساسية فى الكوميتيه.

٧٥

- ملحق (٩) : استمارة تسجيل تقييم مستوي الاداء المهاري للاعبى الكوميتيه.

٧٦

- ملحق (١٠) : استمارة استفتاء عن تقييم اختبارات الصفات البدنية الخاصة بلاعبى الكوميتيه

٧٧

- ملحق (١١) : استمارة تسجيل قياس الصفات البدنية الخاصة بلاعبى الكوميتيه.

٧٨

- ملحق (١٢) : أسماء السادة الخبراء فى التربية الرياضية والكاراتيه .

٧٩

- ملحق (١٣) : أسماء الفرق المشتركة فى المباريات التجريبية .

٨٠

- ملحق (١٤) : الوحدات التدريبية للبرنامج التدريبى المقترح .

تابع قائمة المحتويات الجدول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	- المتوسط الحسابى والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الألتواء لعينة البحث فى متغيرات (السن ، الطول ، الوزن)	٢٣
٢	- آراء الخبراء حول تحديد أهم توقيعات الهجوم فى الكارتية .	٢٥
٣	- آراء الخبراء حول تحديد أهمية العوامل المؤثرة فى فعالية الهجوم فى الكارتية	٢٥
٤	- آراء الخبراء حول تحديد أهمية العوامل المؤثرة فى فعالية توقيت الهجوم فى الكارتية.	٢٦
٥	- معاملى الثبات والصدق الذاتى لأختبارات الصفات البدنية الخاصة بلاعبى الكوميتية.	٢٩
٦	- آراء الخبراء حول تحديد أهم المهارات الأساسية فى الكوميتية	٣٢
٧	- توزيع متوسطى (عدد ، زمن) الوحدات التدريبية ، والزمن الأسبوعى للبرنامج على الفترات والأسابيع.	٣٤
٨	- توزيع درجة ، دورة حمل التدريب للبرنامج على الفترات والأسابيع التوزيع الزمنى للبرنامج التدريبى المقترح.	٣٥
٩	- التوزيع الزمنى للبرنامج التدريبى المقترح .	٣٩
١٠	- الجدول الزمنى للقياس القبلى لعينة البحث.	٤٢
١١	- دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى فعالية التوقيعات الهجومية قيد البحث طبقاً لنتائج المباريات الرسمية .	٤٥

تابع قائمة المحتويات

الجدول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١٢	- دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى متغيرات النتائج العامة للمباريات التجريبية .	٤٧
١٣	- دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى مستوى الأداء ومرات الاستخدام الناجح للمهارات الأساسية فى الكوميتية	٤٩
١٤	- دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لعينة البحث فى الصفات البدنية الخاصة قيد البحث.	٥٠
١٥	- نسبة التحسن فى متغيرات فعالية التوقيات الهجومية ، النتائج العامة للمباريات التجريبية ، مستوى أداء وعدد مرات الاستخدام الناجح الأساسية ، الصفات البدنية الخاصة بلاعبى الكوميتية .	٥٤

تابع قائمة المحتويات

الأشكال والرسوم البيانية

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٤٠	١ - منحني التوزيع النسبي للأعدادات (البدني ، الفني ، التنافسي) خلال البرنامج التدريبي المقترح .	١
٤١	٢ - منحني التوزيع النسبي لنوعي الأعداد البدني (العام ، الخاص) خلال البرنامج التدريبي المقترح .	٢

ملخص البحث

٨١	- ملخص البحث باللغة العربية
٨٢	- ملخص البحث باللغة الإنجليزية