



شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





شبكة المعلومات الجامعية



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم

قسم

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



يجب أن

تحفظ هذه الأفلام بعيداً عن الغبار

في درجة حرارة من 15 – 20 مئوية ورطوبة نسبية من 20-40 %

To be kept away from dust in dry cool place of
15 – 25c and relative humidity 20-40 %



شبكة المعلومات الجامعية



بعض الوثائق الأصلية تالفة



شبكة المعلومات الجامعية



بالرسالة صفحات
لم ترد بالأصل

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

**تأثير التدريب بـ (الإسكيميا - الهيبيريميا) علي بعض المتغيرات
الفسيولوجيه و المورفولوجيه للعضلات العاملة بالأطراف**

رسالة مقدمة من

حسام الدين قطب عباس المهر

ضمن متطلبات الحصول علي درجة الماجستير في التربية الرياضية

المشرفون

الأستاذ الدكتور /

حسين أحمد حشمت

**أستاذ ورئيس قسم الفسيولوجيا
بكلية الطب - جامعة الزقازيق**

الأستاذ الدكتور /

محمد الكيلاني إبراهيم

**عميد كلية التربية الرياضية
جامعة طنطا**

١٤٢٠هـ - ٢٠٠٠م

١٠٢٤٨
B

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أَمَّا الزُّبْدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ

صدق الله العظيم

(سورة الرعد : آية ١٧)

قرار لجنة المناقشة والحكم

أنه في يوم ١٠ / ١ / ٢٠٠٠ اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعتد من الاستاذ الدكتور /
نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ ١١ / ١ / ٢٠٠٠ والمشكله من الساده :-
أستاذ دكتور / أحمد المتولى منصور أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا
" مناقشا ورئيسا "

أستاذ دكتور / محمد سامى الزهار أستاذ الجراحه بكلية طب بنها - جامعة الزقازيق " مناقشا "
أستاذ دكتور / حسين أحمد دشمست أستاذ ورئيس قسم الفسيولوجيا بكلية الطب - جامعة الزقازيق " مشرفا "
لمناقشه الرسالة المقدمه من البحث / حسام الدين قطب عباس المهر :- للحصول على درجه الماجستير فى
التربية الرياضية وموضوعها :-

" تأثير التدريب بالاسكيميا - الهيريميا على بعض المتغيرات الفسيولوجية والورفولوجية للعضلات العاملة
بالايسراف "

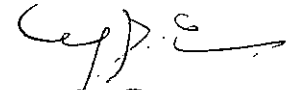
وقد تمت المناقشه فى تمام الساعه ٩:٣٠ صباحاً يوم ١٠ / ١ / ٢٠٠٠ بمقر كليه
التربية الرياضية - جامعة طنطا .

وبعد المناقشه علنا قررت اللجنة **قبول** الرسالة واقرحت منح

الباحث حسام الدين قطب عباس المهر درجه الماجستير فى التربية الرياضية تخصص
علوم الصحة الرياضية . ونوصى اللجنة بطبع الرسالة ونفقك لي ملك ونداء لى



توقيعات أعضاء اللجنة



يعتمد
عميد الكلية

أ . د / أحمد المتولى منصور
أ . د / محمد سامى الزهار
أ . د / حسين أحمد دشمست



شكر وتقدير

يتقدم الباحث بأجل وأسمى آيات الحمد والشكر لله رب العالمين جلّت قدرته على ما أمده به من عون وصبر وقوة لإتمام هذا البحث وإخراجه في صورته الحالية واعترافاً لكل ذي فضل بفضله ، يتقدم الباحث بكل إجلال واحترام وبخالص الشكر وعظيم الامتنان إلى أستاذه القدير ، الأستاذ الدكتور / محمد الكيلاني إبراهيم المشرف على هذا البحث على كل ما قدمه سيادته من جهد وتوجيه دائم والذي لولاه ما رأى هذا البحث النور فله جزيل الشكر وجعله الله نبراس لكل طالب علم .

ويتقدم الباحث بكل إجلال واحترام وبخالص الشكر والامتنان إلى أستاذه العالم الكبير الأستاذ الدكتور / حسين أحمد حشمت المشرف على هذا البحث الذي شجع وذكى وساند فكرة هذا البحث حتى أكرمني الله بفضل من عنده وتم تسجيله فالشكر كل الشكر على كل ما قدمه سيادته من علم وجهد وعلى كل ما بذله من وقت وصبر وتوجيه دائم لازم كل خطوات البحث خطوه بخطوه مما كان له عظيم الأثر في إتمام هذا البحث . كما يمتد شكري بخالص الاحترام والتقدير إلى أساتذتي الأجلاء الأستاذ الدكتور / محمد سامي الزهار ، والأستاذ الدكتور / احمد المتولي منصور علي تفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث .

كما أتقدم بكل المحبة والامتنان لأستاذي ومعلمي ، الأستاذ الدكتور / علي جلال الدين الذي علمني فسيولوجيا النشاط الرياضي فأحببت علم الفسيولوجيا فأرجو من الله أن أكون كما تمنى لي هو أن أكون . كما أتقدم بكل المحبة والتقدير لأستاذي ومعلمي ، الأستاذ الدكتور / محمود يحيى سعد الذي علمني كيفية البحث العلمي وأن القيمة في البحث وليست في الدرجة العلمية فتعلمت وأتمنى أن أكون عند حسن ظنه بي .

ويمتد شكري إلى صديقي الدكتور / شوقي عبد الجواد بقسم الفسيولوجيا بكلية الطب البيطري (فرع كفر الشيخ) لمعاونته العظيمة وتقديمه المعمل الخاص بقسم الفسيولوجيا بالكلية لخدمة البحث . كما أتقدم بخالص الشكر إلى زميلي وصديقي الكابتن مجدي عبد النبي مدرب كرة اليد بنادي كفر الشيخ الرياض والذي لم يبخل بجهد في تيسير كل الصعاب التي واجهتني أثناء إجراء التجربة . كما أتقدم بخالص الشكر إلى فريق كرة اليد تحت ٢٠ سنة بنادي كفر الشيخ الرياضي الموسم الرياضي ١٩٩٩/٩٨ عينة البحث لما بذلوه من جهد وما تحملوه من مشقة مما كان له عظيم الأثر في إتمام هذا البحث

ويتقدم الباحث بعظيم الشكر والتقدير إلى كل صاحب مرجع استعان به الباحث وإلى كل أستاذ ومعلم تعلم منه حرفاً بداية من الصف الأول الابتدائي بمدرسة أبو بكر الصديق ببلطيم وحتى مناقشة هذا البحث اليوم ويطيب للباحث أن يتقدم بخالص الشكر والعرفان إلى والديه الكرام الذين قال الله في حقهما

﴿ وَاللَّهُ أَكْفَرُ لَهَا جَنَاحَ الذَّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ۝ الْعَاقِبَةُ ۝ ﴾

على صبرهما ودعائهما الدائم لي حتى انتهيت من هذا البحث في صورته الحالية . وبكل رضاء وحمد لله يهدي الباحث هذا البحث إلى روح أبيه وأخويه عصام وكمال رحمهم الله وإلى أخيه الصغير الغالي محمد كمال .

والله ولي التوفيق

الباحث

﴿إهداء﴾

إلى من تمنى و تمنيت أن يراني وأنا أُنمّ الدرجة العلمية لهذه الدراسة

إلى .. أبي رحمة الله عليه ..

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
الآية القرآنية	أ
قرار لجنة المناقشة والحكم	ب
إهداء	ج
شكر وتقدير	د
قائمة المحتويات	I
قائمة الجداول	V
قائمة الأشكال	XII

الفصل الأول

المقدمة	٢
مشكلة البحث	٤
أهداف البحث	٤
فروض البحث	٥
أهمية البحث والحاجة إليه	٥
المصطلحات والرموز المستخدمة في البحث	٧

الفصل الثاني

الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة

أولاً : الدراسات النظرية

أجهزة الجسم	
الجهاز الدوري	١٢
تأثير الجاذبية على أنظمة السريان	١٣
الهيريميا التفاعلية	١٤
الألم الإسكيمي	١٥
الجهاز العضلي	١٦
أنواع العضلات في جسم الإنسان	١٦

١٦	التشريح الوظيفي للعضلة
١٨	العضلات الإرادية والمخططة أو الهيكلية
٢١	- عضلات الطرف العلوي
٣٢	- نمو العضلات
٣٣	- ميكانيكية انقباض العضلة
٣٩	- المتغيرات الفسيولوجية المصاحبة للتدريبات بـ (الإسكيميا - الهيبيريميا)
٤٠	- الإنزيمات
٤٠	- ميكانيكية عمل الإنزيم
٤٦	- بعض مساعدات الإنزيم المهمة
٤٨	- طريقة أمبدن مايرهوف أو تحليل الجليكوجين عن وسط لاهوائي
٥٢	- عملية تحلل حمض اللاكتيك إلى حمض بيروفيك ثم إلى جلوكوز Glycolysis
٥٤	- تقسيم الإنزيم
٥٦	- تأثير النشاط البدني على الإنزيمات
٦٣	- أهمية استخدام قياس حامض اللاكتيك في المجال الرياضي
٦٦	- الجهاز العصبي
٦٧	- الخواص الأساسية للأعصاب
٦٨	- المخ
٦٩	- الجهاز العصبي الذاتي اللاإرادي
٦٩	- الجهاز العصبي السمبثاوي
٧٠	- الجهاز العصبي الباراسمبثاوي
٧٠	- تكيف الجهاز العصبي للأحمال التدريبية
٧٣	- تعلم الحركات الإرادية والتكيف للأحمال البدنية
٧٤	- المنعكسات غير الشرطية التنشيطية في الحركات الإرادية
٧٧	- الشروط السنية لتعلم الحركة
٧٩	- أغشية الدماغ والنخاع الشوكي
٩٠	- الجهاز العصبي النباتي
٩٤	- الوصلة العصبية العضلية

٩٥	-ميكانيكية النقل العصبي
٩٧	- جهاز الغدد الصم
٩٩	- تسمية وتقسيم الهرمونات
١٠٢	- العوامل التي تحدد مستوى تركيز الهرمونات في الدم
١٠٣	- دور جهاز الغدد الصم في تكيف الجسم للنشاط الرياضي
١٠٦	- الهيپوثلامس
١٠٩	- الغدة الدرقية (الثيروكسين وثلاثي أيود الثيرونين)
١١٣	- الهرمونات التي تؤثر على سكر الجلوكوز (الكورتيزول)
١١٥	- طرق تحليل الهرمونات وقياسها
١١٨	- تغيرات الجهاز الدوري التنفسي
١١٨	- نظم إنتاج الطاقة
١٢٢	- علاقة الجهاز الهرموني بنظم إنتاج الطاقة
١٢٣	- الدراسات الثابتة أو المشابهة

الفصل الثالث

إجراءات البحث

١٣٠	-منهج البحث
١٣٠	-عينة البحث
١٣٠	-القياس المستخدم في تجانس العينة
١٣١	- أدوات جمع البيانات
١٣٢	- متغيرات البحث
١٣٣	-الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث
١٣٤	-المساعدین المشاركين في تجربة البحث ومهامهم
١٣٥	-تحديد وترتيب إجراءات تنفيذ قياسات البحث
١٣٥	- التجربة الذاتية الأولى
١٣٦	- التجربة الذاتية الثانية
١٣٦	- الدراسة الاستطلاعية الأولى
١٣٦	- الدراسة الاستطلاعية الثانية
١٣٧	- الدراسة الأساسية

	*إجراءات سحب عينات الدم ونقلها
١٣٨	-البرنامج التدريبي المستخدم للمجموعة التجريبية
١٤٣	-التحليل المعمل لعينات الدم
١٤٣	-الأساليب المعملية المستخدمة
١٤٤	-المعالجة الإحصائية لبيانات البحث

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

١٤٦	أولا : عرض النتائج
٢٢٠	ثانيا : مناقشة النتائج

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

٢٣٥	أولا : الاستنتاجات
٢٣٧	ثانيا : التوصيات

قائمة المراجع

٢٣٩	أولا : المراجع العربية
٢٤٤	ثانيا : المراجع الإنجليزية

المرفقات

٣	مرفق (١)
٥	مرفق (٢)
١٥	مرفق (٣)

ملخص البحث

٢	ملخص البحث باللغة العربية
٢	ملخص البحث باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٠٧	الهورمونات المحتمل تداخلها فى العمليات الحيوية استجابة للنشاط البدني	١
١٣١	متوسطات المتغيرات الأساسية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية	٢
١٣٤	المساعدین المشارکین فى تجربة البحث ومهامهم	٣
١٣٩	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الأول	٤
١٣٩	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الثاني	٥
١٤٠	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الثالث	٦
١٤٠	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الرابع	٧
١٤١	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الخامس	٨
١٤١	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع السادس	٩
١٤٢	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع السابع	١٠
١٤٢	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع الثامن	١١
١٤٣	البرنامج التدريبي للمجموعة التجريبية الأسبوع التاسع	١٢
١٤٦	دلالة الفروق بين متوسطات المجموعة الضابطة قبل وبعد إجراء التجربة لمتغير الفخذ (أيمن -أيسر)	١٣
١٤٧	دلالة الفروق بين متوسطات المجموعة الضابطة قبل وبعد إجراء التجربة لمتغير الساق (أيمن -أيسر)	١٤
١٤٨	دلالة الفروق بين متوسطات المجموعة الضابطة قبل وبعد إجراء التجربة لمتغير العضد (أيمن -أيسر)	١٥
١٤٩	دلالة الفروق بين متوسطات المجموعة الضابطة قبل وبعد إجراء التجربة لمتغير الساعد (أيمن -أيسر)	١٦
١٥٠	دلالة الفروق بين متوسطات المجموعة التجريبية قبل وبعد إجراء التجربة لمتغير الفخذ (أيمن -أيسر)	١٧