



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 التدريب الرياضي

**" تحليل النشاط الكهربى لبعض عضلات الطرف السفلى العاملة
فى أداء الركلة الخلفية المستقيمة كأساس لوضع
تمرينات نوعية لاعبى رياضة التايكوندو "**

بحث مقدم من

مروى محمد طلعت محمد الغرباوى

المعيدة بقسم التدريب الرياضى
ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشراف

أ.د / محمد جابر بريقم

أستاذ الميكانيكا الحيوية
قسم علوم الحركة الرياضية
كلية التربية الرياضية
جامعة طنطا

أ.د / أحمد المتولى منصور

أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضى
- المشرف العام على فرع كفر الشيخ
كلية التربية الرياضية
جامعة طنطا

B1-25

١٤٢٢ هـ - ٢٠٠٢ م

"بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ"

قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا
إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ

"صدق الله العظيم"

سورة البقرة آية (٣٢)

قرار لجنة المناقشة والحكم

اجتمعت اللجنة المشكلة من :

- أ.د/ أحمد المتولى منصور : أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا . (مشرفاً)
أ.د/ يوسف ذهب على : أستاذ فسيولوجيا الرياضة بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية . (مناقشاً)
أ.د / أحمد مصطفى السويفى : أستاذ بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا . (مناقشاً)
أ.د / محمد جابر بريقع : أستاذ الميكانيكا الحيوية بقسم علوم الحركة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا . (مشرفاً)

لمناقشة رسالة الماجستير المقدمة من الباحثة / مروى محمد طلعت محمد الغرباوى المعيدة بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا . وموضوعها :

" تحليل النشاط الكهربى لبعض عضلات الطرف السفلى العاملة فى أداء الركلة الخلفية المستقيمة كأساس لوضع تمارينات نوعية للاعبى رياضة التايكوندو"

وقد تمت المناقشة فى تمام الساعة لـ من يوم الأجمد...
الموافق ٢٠٠٢ / ١ / ٢٠ بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، وبعد المناقشة العلانية قررت اللجنة قبول الرسالة واقترحت
الباحثة/ مروى محمد طلعت محمد الغرباوى درجة الماجستير فى التربية الرياضية.
كما توصى اللجنة بطبع الرسالة ونفقه الجامعة وسائر الأقسام المعنية
توقيعات اللجنة :

(.....)
(.....)
(.....)
(.....)

أ.د/ أحمد المتولى منصور
أ.د/ يوسف ذهب على
أ.د / أحمد مصطفى السويفى
أ.د / محمد جابر بريقع

نائب رئيس الجامعة
المشرف العام على الكلية

أ.د/ حسن عبيد



" شكر وتقدير "

الحمد لله الذى هدانا لهذا وما كنا لنهتدى لولا أن هدانا الله ، أحمدك ربى كما علمتنا إن نحمدك وأصلى وأسلم على خير خلقك سيدنا محمد ، وأحمدك ربى سبحانه على ما وهبتنى من جهد وتوفيق تخطيت بهما كل ما صادفتنى من صعاب فى إنجاز هذا العمل وأشكر وأعترف بالفضل لكل من ساهم بجهد أو نصيحة جعلتني أهتدى إلى الطريق القويم .

وفى هذا المقام لا يسعنى إلا أن أتقدم بأسمى آيات الشكر وأصدق معانى العرفان إلى الأستاذ الدكتور / أحمد المتولى منصور أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضى كلية التربية الرياضية جامعة طنطا الذى تفضل مشكوراً بالإشراف على هذا البحث وبذل من وقته وجهده واهتمامه ما يتناسب مع كونه عالم جليل ورجل علم فاضل ، وعلى تقديمه كافة خبراته التى يشهد بها الجميع فكان هذا البحث خلاصة لهدية ، وفقه الله جزاه عنى وعن زملائى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص تقديرى وإمتنانى إلى الأستاذ الدكتور / محمد جابر بريقع أستاذ الميكانيكا الحيوية بقسم علوم الحركة الرياضية كلية التربية جامعة طنطا والذى لا أستطيع أن أوفيه حقه والذى أفاض على البحث بتوجيهاته البناءة كما لم يبخل على الباحثة بالوقت والجهد طيلة مدة إشرافه على البحث ، وفقه الله جزاه عنى وعن زملائى خير الجزاء .

وكذا تتقدم الباحثة بخالص التقدير والشكر للأستاذ الدكتور / يوسف دهب على أستاذ فسيولوجيا الرياضة بقسم المواد الصحية كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية وذلك لتكرمه بالموافقة على مناقشة البحث جزاه الله عنى خير الجزاء .

وكذا تتقدم الباحثة بخالص التقدير والشكر للأستاذ الدكتور / أحمد مصطفى السويفى أستاذ بقسم التدريب الرياضى كلية التربية الرياضية جامعة طنطا وذلك لتكرمه بالموافقة على مناقشة البحث جزاه الله عنى خير الجزاء .

كما تتقدم الباحثة بجزيل الشكر وعظيم الامتنان للأستاذ الدكتور / حسن عيد نائب رئيس الجامعة والمشرف العام على الكلية وكذلك الأستاذ الدكتور / على محمود عبيد أستاذ بقسم التدريب الرياضى ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون

التعليم والطلاب جامعة طنطا وكذلك الأستاذ الدكتور / مديحة الإمام أستاذ ورئيس قسم الإدارة الرياضية ، وكذلك الدكتور / عمرو مصطفى الشتيحي ، والدكتور / سيد سامي ، والدكتور / أيمن عبد الفتاح ، والدكتور / عمرو حلاويش ، وزملائي المدرسين المساعدين والمعيدين والعاملين بالكلية .

كما تخص بالشكر أفراد عينة البحث لما تكبدوه من مشقة إجراء التجارب طول مدة إجراء البحث .

وأخيراً إلى أعز من في الوجود إلى أبي وأمي وزوجي وابنتي وأخوتي ، جزاهم الله عنى خير الجزاء .

الباحثة

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
ب	الآية القرآنية
ج	قرار لجنة المناقشة والحكم
د	الشكر والتقدير
و	قائمة المحتويات
ط	قائمة الجداول
ى	قائمة الأشكال .
٧-١	الفصل الأول
	مقدمة ومشكلة البحث
٢	- مقدمة البحث .
٤	- مشكلة البحث وأهميته .
٥	- أهداف البحث .
٦	- تساؤلات البحث .
٦	- مصطلحات البحث .
٢٧-٨	الفصل الثانى
	الإطار النظرى والدراسات السابقة
٢٤-٨	أولاً : الإطار النظرى :
٩	- مقدمة عن رياضة التايكوندو .
١١	- أهم مهارات رياضة التايكوندو .
١٢	- الأسباب التى تم على أساسها تحديد المهارة .
١٢	- النواحى الفنية للركلة الخلفية المستقيمة .
١٤	- العضلة .
١٥	- الانقباض العضلى .
١٧	- الجهاز العصبى .
١٨	- الجهاز العصبى العضلى .
٢٠	- الظاهرة الكهربائية لليفة العضلية .
٢١	- رسام النشاط الكهربى للعضلة .
٢٣	- التدريب النوعى للقوة العضلية .
٢٧-٢٤	ثانياً : الدراسات السابقة
٢٦	- تحليل الدراسات السابقة .

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
٢٨-٤١	الفصل الثالث إجراءات البحث
٢٩	- أولاً : منهج البحث .
٢٩	- ثانياً : عينة البحث .
٣٠	- ثالثاً : التوصيف الكمي لعدد محاولات البحث .
٣٥	- رابعاً : أدوات البحث .
٣٥	- خامساً : الدراسة الاستطلاعية .
٣٦	- سادساً : الدراسة الأساسية .
٤١	- سابعاً : المعالجة الإحصائية .
٤٢-٥٠	الفصل الرابع عرض ومناقشة النتائج
٤٣	أولاً : عرض النتائج .
٤٧	ثانياً : مناقشة النتائج .
٥١-٥٣	الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات
٥٢	أولاً : الاستنتاجات .
٥٢	ثانياً : التوصيات .
٥٤-٥٨	قائمة المراجع
٥٥	أولاً : المراجع العربية .
٥٧	ثانياً : المراجع الأجنبية .
	المرفقات
	مرفق (١) نماذج للتحليل الكهربى للعضلات العاملة فى أداء المهارة قيد البحث بإستخدام جهاز رسام النشاط الكهربى للعضلات (E.M.G) .
	مرفق (٢) إستمارة إستطلاع رأى الخبراء لتحديد أهم العضلات العاملة أثناء أداء الركلة الخلفية المستقيمة كأساس لوضع تمرينات نوعية فى رياضة التايكوندو .
	مرفق (٣) صورة لجهاز الرسام الكهربى للعضلات (E.M.G) .
	مرفق (٤) خطاب موجه لمدير جمعية تحسين الصحة بطنطا .

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
	ملخصات البحث أولاً : ملخص البحث باللغة العربية ثانياً : مستخلص البحث باللغة العربية . ثالثاً : ملخص البحث باللغة الإنجليزية . رابعاً : مستخلص البحث باللغة الإنجليزية .

قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٢٩	الموازين الأولمبية الأربعة للرجال .	١
٢٩	مواصفات عينة البحث .	٢
٣٣	منشأ واندغام العضلات السطحية التي تم قياس نشاطها الكهربى .	٣
٤٣	متوسط سعة الاستجابة ومتوسط زمن الاستجابة خلال أداء مهارة الركلة الخلفية المستقيمة .	٤
٤٥	النسبة المئوية للنشاط الكهربى للعضلات العاملة خلال أداء مهارة الركلة الخلفية المستقيمة .	٥
٤٦	النسب المئوية لاشتراك العضلة اثناء أداء مهارة الركلة الخلفية المستقيمة نسبة إلى إنقباضها الأقصى .	٦

قائمة الأشكال والرسومات البيانية

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
١٣	المراحل الفنية لمهارة الركلة الخلفية المستقيمة Back Kick .	١
٣١	منظر أمامي لعضلات الطرف السفلي السطحية العاملة في أداء مهارة الركلة الخلفية المستقيمة .	٢
٣٢	منظر خلفي لعضلات الطرف السفلي السطحية العاملة في أداء مهارة الركلة الخلفية المستقيمة .	٣
٣٩	نموذج لتسجيل النشاط الكهربى للعضلة في حالة إسترخاء .	٤
٤٠	نموذج لتسجيل النشاط الكهربى للعضلة ذات الأربعة رؤوس الفخذية أثناء أداء المهارة .	٥
٤١	نموذج لتسجيل النشاط الكهربى للعضلة ذات الأربعة رؤوس الفخذية أثناء أداء أقصى إنقباض عضلى ثابت .	٦
٤٦	النسبة المئوية للنشاط الكهربى للعضلات العاملة أثناء أداء المهارة .	٧
٤٦	النسبة المئوية للنشاط الكهربى للعضلات العاملة أثناء أداء المهارة نسبة إلى إنقباضها الأقصى .	٨
٤٦	ترتيب نسب أداء العضلات أثناء أداء المهارة .	٩