



شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شبكة المعلومات الجامعية
@ ASUNET



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم

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%

بعض الوثائق الأصلية تالفة

بالرسالة صفحات لم ترد بالاصل

١٠٤٦٨

جامعة الإسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم تدريب الألعاب الرياضية

حمل المباراة كمؤشر لتقنين الأحمال التدريبية للاعب الليبرو في الكرة الطائرة

بحث مقدم من

بلال مسعد محمد عامر

المعيد بقسم تدريب الألعاب الرياضية

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

الاستاذ الدكتور
عبد المحسن محمد جمال الدين
استاذ الكرة الطائرة بقسم تدريب الألعاب الرياضية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

الاستاذ الدكتور
نادر عبد السلام العوامري
الاستاذ غير المتفرغ بقسم تدريب الألعاب الرياضية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا
(الإسراء: ٨٤)

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ
(القمر: ٤٩)

2

3

4

5

قرار لجنة المناقشة والحكم

انه في يوم الخميس الموافق ٢٠٠٦/٦/٢٩ اجتمعت اللجنة المكونة من :

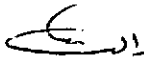
- | | |
|--|--|
| استاذ الكرة الطائرة الغير متفرغ بقسم تدريب الألعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية . (مشرفا) | أستاذ دكتور / نادر عبد السلام العوامري |
| استاذ الكرة الطائرة المتفرغ بقسم تدريب الألعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية . (مناقشا) | أستاذ دكتور / مجدي احمد حجازي |
| استاذ الكرة الطائرة بقسم تدريب الألعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية . (مشرفا) | أستاذ دكتور / عبد المحسن محمد جمال الدين |
| نائب رئيس الاتحاد الدولي ورئيس الاتحادين المصري والافريقي . (مناقشا) | دكتور / عمرو مصطفى علوانى |

لمناقشة رسالة الماجستير المقدمة من الباحث / بلال مسعد محمد عامر للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها :

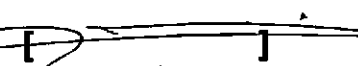
" حمل المباراة كمؤشر لتقنين الاحمال التدريبية للاعب الليبرو في الكرة الطائرة "

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ^{الاجتماع} من يوم الخميس الموافق ٢٠٠٦/٦/٢٩ بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية

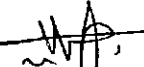
وبعد المناقشة قررت اللجنة ^{الاجتماع} واقتُرحت ^{سح} الباحث / بلال مسعد محمد عامر درجة الماجستير في التربية الرياضية من قسم تدريب الألعاب الرياضية واعترضت طبع الرسالة على تفقه لياسه ^{الاجتماع} مع الجامعة الاخرى
توقيعات أعضاء اللجنة

[]

- أ.د/ نادر عبد السلام العوامري

[]

- أ.د/ مجدى أحمد حجازى

[]

- أ.د/ عبدالمحسن محمد جمال الدين

[]

- د. عمرو مصطفى علوانى

يعتمد ،

عميد الكلية

أ.د/ محمد خالد عبد القادر حموده



شكر وتقدير

الحمد لله الواحد الأحد البر الصمد الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفوا أحد ، هو البر الرحيم هو القوي "متمين هو العزيز الرحيم هو العليم الحكيم القائل في محكم كتابه (قل هل يستوي الذين يعلمون والذين لا يعلمون) وقال ايضا (إنما يخشى الله من عباده العلماء) .

ونصلي ونسلم علي سدا محمد صلي الله عليه وسلم خير من علم وخير من تعلم وخير من حملت هذه الأرض القائل فيما ورد عنه " أقرب الناس من درجة النبوة أهل العلم والجهاد ، واشهد ان لا اله الا الله وأن محمد عبده ورسوله نشهد انه قد أدى الأمانة وبلغ الرسالة ونصح الأمة وكشف الله به الغمة وتركنا علي المحجة البيضاء ليلها كنهارها لا يزيغ عنها إلا هالك فاللهم اجزيه عنا خير ما جزيت به نبينا من أمته ورسولا عن دعوته اللهم آمين

أما بعد

إننا لا ادعي نفسي عالما ولكني أتشرف أن أكون طالب علم ، ولكن طريق العلم دائما ما يزرخ بالعلماء رصناع الأجيال علي مختلف الجوانب ، وهناك فئة هلي رأس هؤلاء جميعا ولهم السيادة والزعامة أنهم أساتذتي الفضلاء ، ولو أنني شرعت في وصفي مكانتهم وفضلهم ، مع تملكي مجامع الكلم والثناء والإبداع ما وفيتهم أحد وجوه فضلهم .

أستاذي الدكتور / نادر العوامري ، الأستاذ الدكتور / عبد المحسن جمال الدين لما أفاض علي من توجيه وعلم وحسن إرشاد طوال مدة البحث والذان قدما لي من وقتها الثمين في التوجيه العلمي البناء فلهما مني عظيم التقدير فهم بحق أساتذة أفاضل وعلماء أجلاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير الي الأستاذ الدكتور / مجدي حجازي أستاذ الكرة الطائرة المتفرغ بقسم تدريب الالعاب الرياضية لتكرمه بالموافقة علي مناقشة البحث .

كما أتقدم بخالص الشكر التقدير للدكتور عمرو علواني نائب رئيس الاتحاد الدولي ورئيس الاتحاديين مصري والإفريقي ، هذا العملاق الذي يراد كل باحث التشرف بالوقوف أمامه ، فمن الله علي بموافقته بمناقشة هذا البحث المتواضع .

ولما عجزت أنا أن استغل قلمي في التعبير عما يموج في قلبي من براكين الحب التي لو ثارت او نفجرت لم يبق في الكون معنى للكراهية ، تلك المشاعر الحانية وأنهار الحب الفياضة التي اكنها لاجمل مخلوقين موجودين علي وجه الثري أبي و أمي

استعرت من القران ما استر به عجزني من عدم استطاعة الكلام قال تعالى (واعبدوا الله لا تشركوا به شيئا وبالوالدين إحسانا)

كفي الوالدين شرفا اقترانهما بعبودية الواحد القهار . أبي و أمي ابعث لكما قبلة حارة علي أيديكم وبين أعينكم.

٢٠ يفوتني أ ، أتقدم بالشكر والتقدير لجميع من ساهم في إخراج هذا البحث الي حيز النور ، أخص بالشكر كل من الدكتور محمد جويد ، مدرس مساعد / محمود الطيب ، ومعيد ياسر عبد الجواد ومعيد صفوت ربتون والأستاذ ايمن عبد الهادي والكابتن علاء بديوي علي ما قدموا لي من يد العون والاهتمام فجزاهم الله عني خيرا .

وفي النهاية اشكر جميع من شرفونا بالحضور وأدعوا الله ان يتقبل هذا العمل ويجعله في ميزان حسناتنا اللهم آمين واخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمين

2

3

4

5

قائمة المحتويات

رقم الصفحة

	الموضوع
	- الآية القرآنية
	- قرار لجنة المناقشة والحكم
	- شكر وتقدير
	- قائمة المحتويات
أ	- قائمة المرفقات
ب	- قائمة الجداول
ج	- قائمة الاشكال
	الفصل الاول
٢	- مقدمة البحث
٥	- مشكلة البحث وأهميته
٧	- هدف البحث
٨	- تساؤلات البحث
٩	- التعاريف والمصطلحات الاجرائية
	الفصل الثاني
	الدراسات النظرية والدراسات السابقة
١٠	- أولا - الدراسات النظرية
١١	- المدخل القانوني
١٣	- المدخل الفني
١٣	- استقبال الإرسال
١٣	- الدفاع عن الملعب
١٥	- المدخل الخططي
١٧	- المدخل الوظيفي
١٧	- معدل النبض
١٨	- نظم انتاج الطاقة
٢٣	- مصادر انتاج الطاقة
٢٤	- علاقة نظم الطاقة بمعدل النبض
٢٧	- ثانيا - عرض الدراسات السابقة
	الفصل الثالث
	إجراءات البحث
٣٥	- أولا منهج البحث
٣٥	- ثانيا عينة البحث
٣٦	- ثالثا مجالات البحث
٣٦	- رابعا الوسائل والأجهزة والأنوات المستخدمة في جمع البيانات
٣٧	- خامسا الدراسات الاستطلاعية
٤١	- سادسا الدراسة الأساسية
٤٣	- سابعا المعالجات الإحصائية
	الفصل الرابع
	عرض ومناقشة النتائج
٤٥	- أولا عرض النتائج ومناقشة النتائج الخاصة بالأداء المهاري
٥٠	- أولا عرض النتائج ومناقشة النتائج الخاصة بالأداء الخططي
٧٦	- أولا عرض النتائج ومناقشة النتائج الخاصة بالأداء البدني
٨٢	- أولا عرض النتائج ومناقشة النتائج الخاصة بتحديد دينامية النبض وأنظمة الطاقة المستخدمة للاعب الليبرو

2

3

4

5