



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 المنيا
كلية التربية الرياضية
قسم الألعاب

"أثر برنامج تدريبي مقترح على تنمية بعض القدرات الحركية المؤثرة على التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط في كرة السلة"

رسالة مقدمة من

علبة ابراهيم زهدي محمد

المدرس المساعد بقسم الألعاب
كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الاسكندرية
للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

اشراف

استاذ دكتور

مكارم حلمي أبو هرقة

استاذ المناهج وطرق التدريس
عميدة كلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

استاذ دكتور

فرج حسين بيومي

استاذ كرة القدم
وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

استاذ م. دكتور

علي علي عبيد العزازي

رئيس قسم المناهج وطرق التدريس
كلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

بسم الله الرحمن الرحيم

٭ رب اشرح لي صدري ويسر لي أمري
وأحل عقدة من لساني يفقهوا قولي ٭ ، ،

صدق الله العظيم

(* سورة طه ٢٥ - ٢٨)

قرار لجنة المناقشة والحكم

اجتمعت اللجنة المكونة من :

— أستاذ دكتور / محمد حسن أبو عبيدة

أستاذ علم النفس الرياضى المتفنى بقسم
المواد التربوية بكلية التربية الرياضية
للبنات — جامعة الاسكندرية

— أستاذ دكتور / فرج حسين بيومى

وكيل كلية التربية الرياضية للبنين لشئون
التعليم والطلاب بجامعة الاسكندرية

— أستاذ دكتور / مكارم حلمى أبو هريرة

أستاذ المناهج وطرق التدريس وعميدة
كلية التربية الرياضية — جامعة المنيا

— أستاذ دكتور / شعبان عيد حسنين

أستاذ كرة السلة ورئيس قسم الألعاب
بكلية التربية الرياضية — جامعة المنيا

لمناقشة الرسالة المقدمة من الباحثة / عليسة ابراهيم زهدى محمد المدرس المساعد
بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية للبنات — جامعة الاسكندرية وموضوعها :

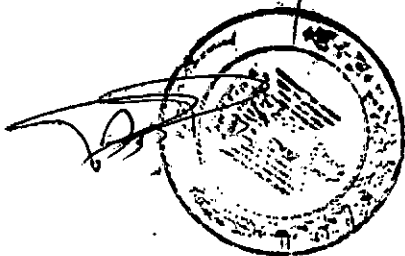
" أثر برنامج تدريبي مقترح على تنمية بعض القدرات الحركية الموهورة
على التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط فى كرة السلة "

وقد تمت المناقشة فى تمام الساعة الواحدة من يوم الخميس الموافق ١٠ / ٤ / ١٩٩٤م
بمقر الكلية بجامعة المنيا .

وبعد المناقشة قررت اللجنة قبول الرسالة واقترحت مع
الباحثة / عليسة ابراهيم زهدى محمد المدرس المساعد بقسم الألعاب بكلية التربية
الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية .

توقيع أعضاء اللجنة

- | | |
|-------|------------------------------------|
| (١) | أستاذ دكتور / محمد حسن أبو عبيدة |
| (٢) | أستاذ دكتور / فرج حسين بيومى |
| (٣) | أستاذ دكتور / مكارم حلمى أبو هريرة |
| (٤) | أستاذ دكتور / شعبان عيد حسنين |



قائمة المحتويات

رقم الصفحة

ب	شكر وتقدير
ج	المحتويات
و	قائمة الجداول
ح	قائمة الأشكال
ط	قائمة المرفقات

الفصل الأول

٢	١ - المقدمة
٢	١ - ١ - المشكلة وأهمية البحث
٤	١ - ٢ - أهداف البحث

الفصل الثاني

٧	٢ - الاطار النظرى
٧	٢ - ١ - القدرات والمهارات الحركية
٧	٢ - ١ - ١ - مفهوم القدرة
٨	٢ - ١ - ٢ - مفهوم المهارة
١٠	٢ - ١ - ٣ - القدرة والمهارة
١٠	٢ - ١ - ٤ - المهارة الحركية الرياضية
١٠	٢ - ١ - ٥ - القدرة الحركية - مكوناتها - قياساتها - كيفية تنمية
١١	بعض مكوناتها
٣٢	٢ - ٢ - التصويب فى كرة السلة
٣٢	٢ - ٢ - ١ - مفهوم التصويب
٣٣	٢ - ٢ - ٢ - التصويب من القفز

رقم الصفحة

٣٤	٢ - ٢ - ٣ - العوامقات الفنية للتصويب من القفز بيد واحدة
	٢ - ٢ - ٤ - تحليل وصفى لمراحل التصويب من القفز بيد واحدة
٣٥	٢ - ٢ - ٣ - وعلاقتها بالقدرات الحركية
	٢ - ٣ - التخطيط للتدريب الرياضى:
٣٩	٢ - ٣ - ١ - التخطيط للتدريب الرياضى
٤٠	٢ - ٣ - ٢ - كيفية التخطيط لبرنامج تدريبي
٤١	٢ - ٣ - ٣ - تقسيم الدورة السنوية
٤٢	٢ - ٣ - ٤ - مرحلة الاعداد
٤٤	٢ - ٤ - الدراسات السابقة
٦٣	٢ - ٥ - الفروض

الفصل الثالث

٦٥	٢ - إجراءات البحث
٦٥	٢ - ١ - الدراسات الاستطلاعية
١٠٣	٢ - ٢ - الاطار العام للبرنامج التدريبي
١١٧	٢ - ٣ - الدراسة الأساسية
١١٧	٢ - ٣ - ١ - منهج البحث
١١٧	٢ - ٣ - ٢ - مجالات البحث
١١٨	٢ - ٣ - ٣ - أدوات البحث
١١٩	٢ - ٣ - ٤ - عينة البحث
١٢٤	٢ - ٣ - ٥ - المعالجات الاحصائية المستخدمة

الفصل الرابع

١٢٦	٤ - عرض النتائج ومناقشتها
-----	---------------------------

رقم الصفحة

١٢٦		٤ - ١ - عرض النتائج
١٢٣		٤ - ٢ - مناقشة النتائج

الفصل الخامس

١٤٦		٥ - الاستنتاجات والتوصيات
١٤٦		٥ - ١ - الاستنتاجات
١٤٦		٥ - ٢ - التوصيات

قائمة المراجع

١٤٩		أولاً : المراجع العربية
١٥٤		ثانياً : المراجع الأجنبية

قائمة الملاحق

- ملخص البحث باللغة العربية
- مستخلص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الانجليزية
- مستخلص البحث باللغة الانجليزية

قائمة الجداول

رقم الصفحة	الموضوع	رقم الجدول
٦٩	(١) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول عناصر القدرة الحركية المرتبطة بالتصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	
٧٣	(٢) النسبة المئوية لاتفاق الخبراء على مدى ملائمة الاختبارات المختصّة لقياس القدرات الحركية قيد الدراسة	
٧٦	(٣) معاملات الثبات للاختبارات قيد الدراسة	
٧٨	(٤) توزيع الاختبارات المستخدمة في الدراسة وترتيب أدائها كلها	
٨٦	(٥) عينة الدراسة الاستطلاعية الثالثة (ج) والرابعة (د)	
٨٧	(٦) معامل الموضوعية لاختبار دقة وسرعة التصويب في كرة السلة	
٨٨	(٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج العينة المميزة وغير المميزة في الاختبار المهارى ومعنوية الفروق بينهما	
٨٩	(٨) الجدول الزمني لتنفيذ الاختبار المهارى في الدراسة الاستطلاعية الثالثة (ج) والرابعة (د)	
٩٠	(٩) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للقياسين الأول والثانى للاختبار المهارى ومعامل الارتباط بينهما ومستوى الدلالة	
٩٣	(١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدقة التصويب وسرعة الأداء	
٩٤	(١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغيرات القدرات الحركية قيد الدراسة	
٩٥	(١٢) معاملات الارتباط بين دقة التصويب والقدرات الحركية قيد الدراسة	
٩٧	(١٣) معاملات الارتباط بين سرعة التصويب والقدرات الحركية قيد الدراسة	
٩٩	(١٤) معاملات الانحدار الجزئي والدلالة الاحصائية ومعامل الانحدار المتعدد والمتزايد للمتغيرات المستقلة المؤثرة على دقة التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	

رقم الجدول	الموضوع	رقم الصفحة
(١٥)	معاملات الاحداد الجزئى والدلالة الاحصائية ومعامل الاحداد المتعدد والمتزايد للمتغيرات المستقلة لعوة ثرة على سرعة التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	١٠١
(١٦)	متطلبات فترات الاحداد	١٠٦
(١٧)	تكافؤ أفراد المجموعتين (التجريبية ، والضابطة) قيد الدراسة فى متغيرات (السن والطول والوزن)	١٢٠
(١٨)	تكافؤ أفراد المجموعتين (التجريبية ، والضابطة) قيد الدراسة فى متغيرات (دقة التصويب ، سرعة التصويب)	١٢١
(١٩)	تكافؤ أفراد المجموعتين (التجريبية ، والضابطة) قيد الدراسة فى متغيرات القدرات الحركية	١٢١
(٢٠)	دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى القدرات الحركية قيد الدراسة	١٢٢
(٢١)	دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى دقة وسرعة التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	١٢٨
(٢٢)	دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى القدرات الحركية قيد الدراسة	١٢٩
(٢٣)	دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى دقة وسرعة التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	١٣٠
(٢٤)	دلالة الفروق فى القياس البعدى بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى القدرات الحركية قيد الدراسة	١٣١
(٢٥)	دلالة الفروق فى القياس البعدى بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى دقة وسرعة التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط	١٣٢

قائمة الأشكال والرسوم البيانية

رقم الشكل	الموضوع	رقم الصفحة
(١)	التوزيع الزمني للاعداد البدني والمهارى والخططى ودرجات الحمل خلال فترة الاعداد	١٠٥
(٢)	التوزيع الزمني والنسبة المئوية للاعداد البدني (العام والخاص) خلال فترة الاعداد	١٠٧
(٣)	الأهمية النسبية للقدرات البدنية في كرة السلة	١٠٨
(٤)	النسبة المئوية للقدرات الحركية المستخدمة في البرنامج والتوزيع الزمني خلال فترة الاعداد	١٠٩
(٥)	النسبة المئوية لتوزيع زمن الاعداد المهارى على المهارات الهجومية والدفاعية	١١٢

قائمة المرفقات

رقم المرفق

- (١) أسماء خبراء كرة السلة •
- (٢) استمارة استطلاع رأى حول مؤنات القدرة الحركية المؤثرة على التصويب من القفز من منطقة الثلاث نقاط •
- (٣) الاختبارات قيد الدراسة والقدرات التي تقيسها ومعاملات الصدق والثبات والموضوعة ، والمراجع العربية والأجنبية •
- (٤) استمارة استطلاع رأى الخبراء حول الاختبارات المختارة لقياس القدرات الحركية المحددة •
- (٥) الاختبارات البدنية •
- (٦) مواصفات وشروط الاختبار المهارى •
- (٧) أسماء خبراء كرة السلة •
- (٨) أسماء مدرسي الأندية المشتركة في الدراسة •
- (٩) استمارات تسجيل الاختبارات البدنية •
- (١٠) الاطار العام للبرنامج التدريبي المقترح •
- (١١) توزيع متطلبات التدريب خلال مرحلة الاعداد •
- (١٢) التدريبات البدنية والمهارة المقترحة في البرنامج التدريبي •
- (١٣) أسماء خبراء كرة السلة •