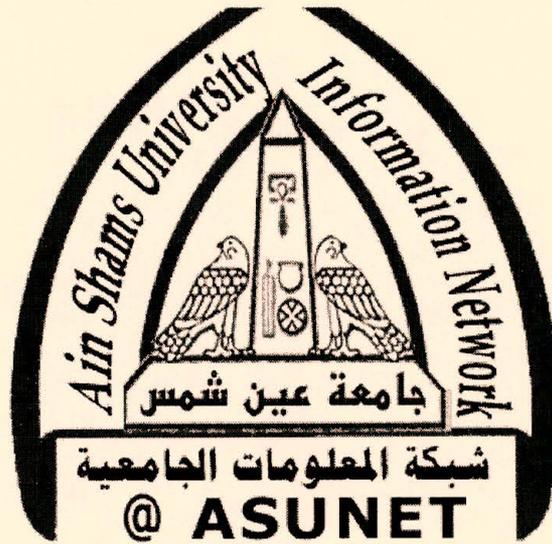




شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ





شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية

جامعة عين شمس

التوثيق الالكتروني والميكروفيلم

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



شبكة المعلومات الجامعية
@ ASUNET

جامعة المنيا
كلية التربية الرياضية
الدراسات العليا

تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الإعداد على
تنمية بعض المتغيرات الفسيولوجية
والصفات البدنية الخاصة
والمهارات الأساسية لناشئ
لعبة الهوكي

إعداد

منتصر مصطفى إبراهيم محمد

مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

إشراف

د. فاروق محمد فريد

مدرس بقسم الألعاب
بكلية التربية الرياضية
جامعة المنيا

أ.د. ثناء عبد الحميد عمارة

أستاذة بقسم الألعاب
بكلية التربية الرياضية
للبنات بالقاهرة

إحدى متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في

التربية الرياضية من كلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

١٤١٣ هـ - ١٩٩٣ م

B

٢٩--

بسم الله الرحمن الرحيم

"أقرأ باسم ربك الذي خلق - خلق الإنسان من علق - أقرأ وربك الأكرم
الذي علم بالقلم - علم الإنسان ما لم يعلم "

صدق الله العظيم

{سورة العلق من ١ - ٥}

شكر وتقدير

بعد شكرى لله عز وجل على ما أمدنى به من عون وعزيمة ومثابرة لإنجاز هذا البحث بصورته الحالية.

أتقدم بمزيد من الشكر والعرفان للأستاذ الدكتور / ثناء عبد الحميد عمارة الأستاذة بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة والمشرفة على البحث على ما بذلته من جهد فى إشرافها المستمر والأمين خلال فترة إجراء البحث لما كان لها من الأثر العميق فى إتمام هذا العمل فى صورته الحالية. كما يسرنى أن أتقدم بخالص شكرى وتقديرى للدكتور/ فاروق محمد فريد المدرس بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا المشرف على البحث على ما أسداه لي من نصح ومعاونة صادقة كان لها أكبر الأثر فى إجراء هذا البحث وإتمامه.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من الأستاذ الدكتور/ شعبان عيد حساتين والأستاذ الدكتور/ فاطمة محمد عبد المقصود على تفضلهما بقبول مناقشة البحث. كما أتقدم بالشكر والعرفان بالجميل لجميع أعضاء هيئة التدريس وعلى رأسهم الأستاذ الدكتور/ مكارم حلمى أبو هرجة وكلية التربية الرياضية للدراسات العليا والبحوث بالمهنيا والشكر الخاص لكل الزملاء الذين ساهموا بفكر أو أثلوا برأى.

ولايفوت الباحث تقديم الشكر والتقدير والأحترام لوالديه اللذان وقفا بجانبه بالدعوات وتوفير الجو اللازم والراحة وتحملهما له فى أوقات الشدة. وأسجد لله سبحانه وتعالى حمدا وشكرا على ما ألهمنى من صبر ومثابرة لإتمام هذا البحث.

[الباحث]

قرار لجنة المناقشة والحكم فى

البحث المقدم من الدارس/ منتصر مصطفى ابراهيم محمد المدرس المساعد بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا. لنيل درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية وموضوعه تأثير برنامج تدريبي مقترح لفترة الاعداد على تنمية بعض المتغيرات الفسيولوجية والصفات البدنية الخاصة والمهارات الاساسية لناشئ لعبة الهوكى فى تمام الساعة لاربعة وعشرون يوم لجلسى الموافق ١٩٩٢/ ٨ / ٢٧ بمقر جامعة المنيا. اجتمعت للجنة بكامل هيئتها والمعتمدة من الأستاذ الدكتور/ نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ ٢٧ / ٧ / ١٩٩٢ والمشكلة من السادة:

أ. د. ثناء عبد الحميد عمارة
أستاذ بقسم الألعاب بكلية التربية
مشرفا
الرياضية للبنات بالقاهرة

أ.د. شعبان عيد حسانين
أستاذ ورئيس قسم الألعاب بكلية
مناقشا
التربية الرياضية جامعة المنيا

أ. د. فاطمة محمد عبد المقصود
أستاذ بقسم الألعاب بكلية التربية
مناقشا
الرياضية للبنات بالقاهرة

وناقشت الدارس فى البحث المقدم والمسجل بتاريخ ١٠/٤/١٩٩٠ والمعتمدة من الأستاذ الدكتور/ نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا وبالبحوث بتاريخ ٦/٥/١٩٩٠. وبعد المناقشة علنا فى الرسالة موضوع البحث وبعد المداولة قررت اللجنة قبول الرسالة واقترحت منح الدارس/ منتصر مصطفى ابراهيم محمد المدرس المساعد بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية.

أعضاء اللجنة: التوقيع

أ. د. ثناء عبد الحميد عمارة

أ. د. شعبان عيد حسانين

أ. د. فاطمة محمد عبد المقصود



قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
ج	- قرار لجنة المناقشة والحكم
د	- شكر وتقدير
هـ	- قائمة المحتويات
ح	- قائمة الجداول
ى	- قائمة الأشكال والرسوم البيانية

الفصل الأول

المقدمة

٥	- مشكلة البحث
٨	- أهمية البحث
٩	- أهداف البحث
٩	- فروض البحث
١٠	- تعريف ببعض المصطلحات والمفاهيم الواردة بالبحث

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات المشابهة

١٣	- تاريخ رياضة الهوكى فى العالم
١٥	- التطور التاريخى لقانون الهوكى
١٥	- تاريخ اللعبة فى جمهورية مصر العربية
١٨	- تخطيط التدريب
٢٣	- مزايا التخطيط فى التدريب الرياضى
٢٤	- أسس تخطيط التدريب الرياضى
٢٥	- القواعد الأساسية لخطة التدريب.

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
٢٥	- أنواع التخطيط الرياضى
٢٣	- قياس أقصى إستهلاك للأكسجين
٢٦	- الوسائل المستخدمة لقياس أقصى إستهلاك للأوكسجين
٢٧	- الكفاءة البدنية
٣٩	- الأهداف الفسيولوجية للكفاءة البدنية
٤١	- الإعداد البدنى
٤٤	- الإعداد المهارى
٤٧	- واجبات المدرب أثناء الإعداد المهارى
٤٨	- الدراسات والبحوث المشابهة
٦٥	- التعليق على الدراسات والبحوث المشابهة

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

٦٩	- المنهج المستخدم
٦٩	- عينة البحث
٧١	- وسائل جمع البيانات
٧١	- المتغيرات الفسيولوجية
٩٣	- البرنامج التدريبى المقترح
١١٢	- خطوات البحث
١١٣	- المعالجة الأحصائية

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة

الموضوع

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

١١٥ - عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الفصل الخامس

الإستخلاصات والتوصيات

١٣٠ - الإستخلاصات
١٣١ - التوصيات
١٣٣ - المراجع العربية
١٣٨ - المراجع الأجنبية
١٤١ - المرفقات
١٤٢ - ملخص البحث باللغة العربية
١٥٠ - ملخص البحث باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٧٢	صدق الإختبارات للمتغيرات الفسيولوجية	١
٧٣	ثبات الأختبارات للمتغيرات الفسيولوجية	٢
٧٥	النسبة المئوية لموافقة الخبراء على الصفات البدنية للعبة الهوكي	٣
٧٧	النسبة المئوية الموافقة الخبراء على إختبارات الصفات البدنية الخاصة بلعبة الهوكي	٤
٧٨	صدق الإختبارات للصفات البدنية	٥
٧٩	ثبات الإختبارات للصفات البدنية المختارة	٦
٨١	آراء الخبراء والنسب المئوية لموافقتهم على المهارات الأساسية	٧
٨٣	أستبيان لتحديد إختبارات المهارات الأساسية	٨
٨٤	صدق الإختبارات للمهارات الأساسية	٩
٨٦	ثبات الأختبارات المهارية	١٠
٩٠	دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث النمو	١١

الفسولوجية والبدنية والمهارية

- ١٠١ التوزيع الزمني لدرجة حمل التدريب خلال أسابيع البرنامج التدريبي المقترح لفترة الإعداد ١٢
- ١٠٤ التوزيع الزمني لكل من الأعداد البدنية والمهارى والخططى خلال أسابيع البرنامج المقترح ١٣
- ١١١ التوزيع الزمني لأسابيع المجموعة الضابطة ١٤
- ١١٦ دلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية فى متغيرات البحث الفسولوجية والمهارية ١٥
- ١٢١ دلالة الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة الضابطة فى متغيرات البحث الفسولوجية والبدنية والمهارية ١٦
- ١٢٤ دلالة فروق متوسطات الفروق بين القياسين القبلى والبعدى للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة فى كل من المتغيرات الفسولوجية والبدنية والمهارية ١٧
- ١٢٦ الفروق فى النسبة المئوية للتحسن بين المجموعتين التجريبية والضابطة ١٨

قائمة الأشكال والرسوم البيانية

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
١٠٥	التوزيع الزمني لأزمنة الأعداد البدني	١
١٠٦	التوزيع الزمني للإعداد البدني العام والخاص خلال فترة الإعداد بالنسبة المئوية والدقائق	٢
١٠٧	توزيع الإعداد المهاري	٣
١٠٨	التوزيع الزمني للإعداد المهاري على المهارات الأساسية خلال فترة الإعداد بالنسبة المئوية والدقائق	٤
١٠٩	توزيع الإعداد الخططي	٥
١١٠	التوزيع الزمني للإعداد الخططي	٦