

بسم الله الرحمن الرحيم





شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار





بعض الوثائق الأصلية تالفة





بالرسالة صفحات لم ترد بالأصل



جامعة المنيا
كلية التربية الرياضية
قسم التربية الصحية

**"العادات الغذائية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي وبعض
عناصر اللياقة البدنية لدى الطلبة الرياضيين
وغير الرياضيين بمدينة المنيا"**

إعداد

عبدالعزیز محمد علی حسن الدروی
مدرس تربية رياضية بمدرسة دروه الاعدادية

إشراف

الأستاذ الدكتور

فاروق السيد عبدالوهاب

أستاذ ورئيس قسم المواد الصحية

وعميد كلية التربية الرياضية

جامعة المنيا سابقا

بحث مقدم لتحقيق إحدى متطلبات الحصول
على درجة الماجستير في التربية الرياضية

١٩٩٥م

B

١١٦٥٢

" بسم الله الرحمن الرحيم "

" وقال لهم نبيهم إن الله قد بعث لكم طالوت ملكا قالوا أنى يكون له الملك علينا ونحن أحق بالملك منه ولم يؤت سعة من المال قال إن الله اصطفاه عليكم وزاده بسطة في العلم والجسم والله يؤتي ملكه من يشاء والله واسم عليم "

" صدق الله العظيم "

سورة البقرة آية رقم (٢٤٦)

" بسم الله الرحمن الرحيم "

جامعة المنيا
كلية التربية الرياضية

قرار لجنة المناقشة والحكم

إنه فى يوم الأسبوع الموافق : ٢٠/٢٠ / ١٩٩٥ وبمقر كلية التربية الرياضية جامعة المنيا تمت مناقشة البحث المقدم من السيد / عبدالعزيز محمد على وموضوعه :

" العادات الغذائية وعلاقتها بالتحصيل الدراسى وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى الطلبة الرياضيين وغير الرياضيين بمدينة المنيا "

والمسجل فى الكلية بتاريخ ١٩٩٣/١٢/٢٦ والمعمدة من أ.د. نائب رئيس الجامعة بتاريخ : ١٩٩٥ / ١ / ١٨

وقد اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعمدة من أ.د. نائب رئيس الجامعة بتاريخ : ١٩٩٥ / ٢ / ٢٠ والمكونة من :

١- أ.د. مكارم حلمى ابو هرجه
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس
وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا
" مناقشا "

٢- أ.د. صلاح الدين مصطفى
أستاذ ورئيس قسم الصحة العامة والطب
الوقائى - كلية الطب - جامعة المنيا
" مناقشا "

٣- أ.د. فاروق السيد عبدالوهاب
أستاذ ورئيس قسم المواد الصحية بكلية
التربية الرياضية - جامعة المنيا
" مشرفا "

وبعد المناقشة علنا فى الرسالة موضوع البحث قررت اللجنة (قبول) الرسالة واقتُرحت (منح) الدارس / عبدالعزيز محمد على درجة الماجستير فى التربية الرياضية .



()

()

()

١- أ.د. مكارم حلمى ابو هرجه

٢- أ.د. صلاح الدين مصطفى

٣- أ.د. فاروق السيد عبدالوهاب

شكر وتقدير

يستهل الباحث شكره بحمد الله سبحانه وتعالى حمدا كثيرا مباركا والثناء عليه بلا حدود على نعمه وفضله وتوفيقه فسبحانه القائل " رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي " صدق الله العظيم

وعرفانا بالجميل يتقدم الباحث بكل التقدير والاعزاز لأستاذه الفاضل الأستاذ الدكتور / فاروق السيد عبدالوهاب رئيس قسم التربية الصحية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا على ما بذله من جهد وفكر وحسن توجيه ساهم في إتمام هذا البحث بفضل من الله وتوفيقه . فله من الباحث جزيل الشكر على تعاونه الصادق معه في جميع مراحل البحث .

كما يوجه الباحث شكره الى الأستاذ الدكتور / صلاح الدين مصطفى رئيس قسم الصحة العامة والطب الوقائي بكلية الطب - جامعة المنيا والدكتور / منى ابو زيد وجميع العاملين بالقسم على معاونتهم له في بحثه .

كما يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير والاحترام الى كل من الأستاذ الدكتور / مكارم حلمي ابو هرجة والأستاذ الدكتور / صلاح الدين مصطفى لتكريمهما بقبول مناقشة البحث .

والله ولي التوفيق ..

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
قرار لجنة المناقشة الحكم	ب
شكر وتقدير	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول	ز
قائمة الاشكال	ط

الفصل الأول

المقدمة

المقدمة ومشكلة البحث	٢
أهمية البحث والحاجة اليه	٥
ماهية البحث وحدوده وأهدافه	٦
فروض البحث	٧
التعريف ببعض المفاهيم والمصطلحات الواردة بالبحث	٨

الفصل الثانى

القراءات النظرية والدراسات السابقة

نبذة تاريخية عن التغذية	١١
العناصر الغذائية	١٢
العادات الغذائية	١٨
الحالة الغذائية فى الإقليم المصرى	٢٠
مفهوم وتقويم وطرق قياس التحصيل الدراسى	٢٢
التغذية والتحصيل الدراسى	٢٥
التغذية واللياقة البدنية	٢٧
التحصيل الدراسى واللياقة البدنية	٣٠

الفصل الثالث

خطة اجراءات البحث

٣٥	منهج البحث
٣٥	مجتمع وعينه البحث
٣٥	ادوات البحث
٤٣	خطوات البحث
٤٣	الدراسة الاستطلاعية
٤٤	تطبيق الاستمارة
٤٤	جمع البيانات وجدولتها ومعالجتها إحصائيا

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

٤٣	١- تأثير العادات الغذائية على التحصيل الدراسي وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى الطلاب الرياضيين.
٤٩	٢- تأثير العادات الغذائية على التحصيل الدراسي وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى الطلاب غير الرياضيين
٥٤	٣- المقارنه بين الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمه .
٥٣	٤- المقارنه بين الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية غير السليمه .

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

٥٨	الاستخلاصات
٥٩	التوصيات
٦٠	المراجع
٦١	مراجع باللغة العربية
٦٦	مراجع باللغة الاجنبية
٦٨	الملاحق
٦٩	١- موافقة الجهة الادارية على اجراء البحث
٧١	٢- استمارة استطلاع رأى العادات الغذائية
٧٤	٣- استمارة استطلاع رأى لتحديد العناصر البدنية
	الاكثر ارتباطا بالتغذية
٧٧	٤- اختبار الذكاء
٩٠	٥- الاختبارات البدنية
٩٧	٦- قائمة باسماء الخبراء
٩٩	ملخص البحث باللغة العربية
١٠٠	ملخص البحث باللغة الانجليزية

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٣٦	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى الذكاء .	١
١١٧	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الغير رياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى الذكاء .	٢
٣٧	معامل صدق التمايز لاختبار الذكاء .	٣
٣٨	معامل ثبات اختبار الذكاء .	٤
٤١	معامل صدق التمايز لاختبارات الصفات البدنية .	٥
٤٢	معامل ثبات اختبار الصفات البدنية .	٦
٤٧	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى التحصيل الدراسى .	٧
٤٨	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى بعض عناصر اللياقة البدنية .	٨
٤٩	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الغير رياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى التحصيل الدراسى .	٩

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٥٠	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الغير رياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة وذوى العادات الغذائية غير السليمة فى بعض عناصر اللياقة البدنية .	١٠
٥١	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة فى التحصيل الدراسى	١١
٥٢	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية السليمة فى بعض عناصر اللياقة البدنية .	١٢
٥٣	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية غير السليمة فى التحصيل الدراسى .	١٣
٥٤	دلالة الفروق بين متوسطى درجات الطلاب الرياضيين وغير الرياضيين ذوى العادات الغذائية غير السليمة فى بعض عناصر اللياقة البدنية .	١٤

قائمة الاشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
٤٠	دفتر الهيموجلوبين	١