

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 طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

" تأثير برنامج تدريبي مقترح على سرعة رد الفعل
لدى حراس المرمى في كرة القدم "

بحث مقدم من

إيهاب أحمد لطفي

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير
في التربية الرياضية

إشراف

أستاذ دكتور

حسن السيد أبو عبده

أستاذ كرة القدم بقسم الألعاب
كلية التربية الرياضية
للبنين
جامعة الإسكندرية

أستاذ دكتور

فاروق السيد غازي

أستاذ المناهج وطرق التدريس
ووكيل كلية التربية الرياضية
لشئون التعليم والطلاب
جامعة طنطا

B

١٩٩٨

١١١٨٩

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

{وما توفيقي إلا بالله عليه توكلت وإليه أنيب }

{صدق الله العظيم }

{سورة هود : آية ٨٨ }

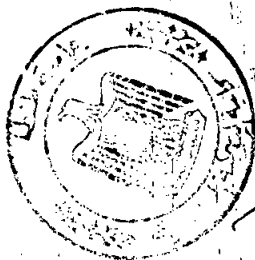
قرار لجنة المناقشة والحكم

- أتم في يوم / / ١٩٩٨م اجتمعت اللجنة المشكلة من :
 - أستاذ دكتور / بطرس رزق الله أندراوس أستاذ كرة القدم المتفرغ بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية.
 (مناقشة)
 - أستاذ دكتور / فاروق السيد غازي أستاذ المناهج وطرق التدريس أو وكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب - جامعة طنطا. (مقرر)
 - أستاذ دكتور / حسين السيد أبو عبده أستاذ كرة القدم بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية. (مشرف)
 - أستاذ م. دكتور / أحمد مصطفى السويدي أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.
 (مناقشة)
 المناقشة الرسالة المقدمة من الباحث / إيهاب أحمد اطفى للحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها :
 "تأثير برنامج تدريبي مقترح على سرعة رد الفعل لدى حراس المرمى في كرة القدم"
 وقد تمت المناقشة في تمام الساعة من يوم / / ١٩٩٨م
 في كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.
 وبعد المناقشة قررت اللجنة الرسالة واقترحت
 لفي درجة الماجستير في التربية الرياضية.

توقيعات أعضاء اللجنة

- أستاذ دكتور / بطرس رزق الله أندراوس -
 أستاذ دكتور / فاروق السيد غازي
 أستاذ دكتور / حسين السيد أبو عبده
 أستاذ م. دكتور / أحمد مصطفى السويدي

يعتمد ،،



عميد الكلية

أحمد محمد الكداني

شكر وتقدير

الحمد لله سبحانه وتعالى رب العالمين الذى هدانا لهذا وما كنا لنهتدى لولا أن هدانا الله.

أتقدم بالشكر إلى أستاذى الفاضل الأستاذ الدكتور / فاروق السيد غازى -أستاذ المناهج وطرق التدريس ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب بجامعة طنطا لقبوله الإشراف على هذا البحث وعلى ما قدمه من توجيهات سديدة وتشجيع مستمر للخروج بالبحث على هذا الوجه فكان بمثابة الأستاذ والأب فله شكرى وتقديرى.

كما أتقدم بحالص شكرى وتقديرى إلى الأستاذ الدكتور / حسن السيد أبو عبده - أستاذ كرة القدم بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية لقبوله الإشراف على هذا البحث .. فلقد كان عطاءاً بلا حدود فأعطى الباحث الكثير من وقته وعلمه وخبرته ، ولن يستطيع قلمى أن يوفيه حقه وإن كان سيظل مثالا وقدوة يحتذى به فله من قلبى كل الحب والفخر من الطالب لأستاذه.

وأقدم لأستاذى الفاضل الأستاذ الدكتور / بطرس رزق الله أندراوس أستاذ كرة القدم المتفرغ بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية ، والأستاذ الدكتور / أحمد مصطفى السويفى الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضى كلية التربية الرياضية جامعة طنطا واللدان شرفا الباحث بالموافقة على مناقشة هذه الرسالة فلهما منى كل الشكر والتقدير.

ويتقدم الباحث بإهداء هذا البحث إلى روح الأستاذ الفاضل الأستاذ الدكتور / عبد الجليل أبو العيش الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا أسكنه الله فسيح جناته. كما أهدي هذا البحث بكل الحب والعرفان بالجميل إلى الأخ العزيز الدكتور / مصطفى نصر الدين المدرس بقسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية جامعة قناة السويس.

وأخيرا أقدم ثمرة جهدى وأهدى هذا البحث إلى روح والدتى رحمها الله وإلى أبى وأختى وإلى زوجتى وإبنى مهند وانا - لما وفروه لى من مناخ ملائم يسر لى مهمة إتمام هذا البحث فلهم منى كل الحب والوفاء.

والله ولى التوفيق ،،

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- قائمة المحتويات.	أ
- قائمة المرفقات.	جـ
- قائمة الجدول.	د
- قائمة الأشكال والرسوم.	هـ
الفصل الأول	٥-١
المقدمة	
- تقديم.	٢
- مشكلة البحث وأهميته.	٣
- أهداف البحث.	٤
- فروض البحث.	٥
الفصل الثانى	٦-٦٢
القراءات النظرية والدراسات السابقة	
أولاً : القراءات النظرية :	٧
- ماهية حارس المرمى ووظيفته.	٧
- الصفات الجسمية والبدنية لحارس المرمى.	٧
- الصفات النفسية لحارس المرمى.	٩
- الجوانب الفنية والخططية فى حراسة المرمى.	٩
- أهمية دراسة النمو للمرمى الرياضى.	١١
- مراحل النمو.	١٢
- مظاهر النمو للمرحلة السنية من ١٥-١٨ سنة.	١٢
- الاستجابة.	١٤
- زمن رد الفعل وسرعة الاستجابة.	١٤
- تعاريف زمن رد الفعل.	١٧
- الجهاز العصبى وعملية رد الفعل.	١٨
- أهمية سرعة رد الفعل.	١٨
- أنواع رد الفعل.	٢٠
- طرق تحسين زمن رد الفعل.	٢٥
- العوامل المؤثرة فى سرعة رد الفعل.	٢٦

الموضوع	رقم الصفحة
- الطرق المختلفة لقياس زمن رد الفعل.	٣٦
- ثانيا : الدراسات السابقة :	٣٩
- التعليق على الدراسات السابقة :	٦٠

٩٥-٦٣

الفصل الثالث

إجراءات البحث

- منهج البحث.	٦٤
- مجالات البحث.	٦٤
- ضبط المتغيرات وتكافؤ اللاعبين عينة البحث.	٦٤
- الأدوات.	٦٨
- وسائل جمع البيانات.	٧٦
- خطوات تصميم البرنامج التدريبي المقترح :	٧٧
- هدف البرنامج.	٧٨
- أسس وضع البرنامج.	٧٨
- خطوات بناء البرنامج.	٧٩
- البرنامج التدريبي المقترح.	٨١
- الدراسات الاستطلاعية :	٩٣
- الدراسة الاستطلاعية الأولى.	٩٣
- الدراسة الاستطلاعية الثانية.	٩٤
- القياس القبلي لمجموعتي الدراسة.	٩٥
- تنفيذ البرنامج التدريبي المقترح.	٩٥
- القياس البعدي لمجموعتي الدراسة.	٩٥
- المعالجات الإحصائية.	٩٥

١١٢-٩٦

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

أولا : عرض النتائج.	٩٧
ثانيا : مناقشة النتائج.	١٠٩

رقم الصفحة

الموضوع

١١٥-١١٣

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

١١٤

أولا : الاستخلاصات.

١١٤

ثانيا : التوصيات.

١٢٢-١١٦

- قائمة المراجع :

١١٧

أولا : المراجع باللغة العربية.

١٢١

ثانيا : المراجع باللغة الإنجليزية.

١١٥-١١٣

- المرفقات :

مرفق (١) استمارة استطلاع رأى الخبراء في تحديد الاختبارات البدنية

الخاصة بزمان رد الفعل وعناصر البرنامج التدريبي المقترح.

مرفق (٢) السادة الخبراء الذين تم استطلاع رأيهم في العناصر الأساسية

للبرنامج التدريبي المقترح واختبارات سرعة رد الفعل.

مرفق (٣) خطة التدريب للبرنامج المقترح.

مرفق (٤) نماذج من وحدات البرنامج التدريبي المقترح.

مرفق (٥) نماذج من وحدات البرنامج التدريبي التقليدي.

مرفق (٦) استمارة تسجيل البيانات الشخصية واختبارات زمن رد الفعل

للاعبين.

مرفق (٧) تقرير معايرة وصلاحية للجهاز المقترح لقياس سرعة رد الفعل.

- ملخص البحث :

- ملخص البحث باللغة العربية.

- مستخلص البحث باللغة العربية.

- ملخص البحث باللغة الإنجليزية.

- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية.

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
جدول (١)	درجة أهمية عناصر اللياقة البدنية بالنسبة للأداء المهارى والخططى لحارس المرمى فى كرة القدم خلال المباراة.	٢٠
جدول (٢)	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة فى متغيرات السن ، الطول ، الوزن وعدد سنوات الممارسة للمجموعتين الضابطة والتجريبية.	٦٦
جدول (٣)	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) المحسوبة لاختبارات سرعة رد الفعل بين المجموعتين الضابطة والتجريبية.	٦٧
جدول (٤)	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ومعامل الارتباط لحساب معامل الثبات لاختبارات زمن رد الفعل.	٧٤
جدول (٥)	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمجموعتى الدراسة وحساب معامل صدق التمايز فى اختبارات زمن رد الفعل بطريقة المقارنة الطرفية.	٧٥
جدول (٦)	نتائج استطلاع رأى الخبراء فى عناصر البرنامج التدريبى المقترح.	٧٧
جدول (٧)	التوزيع الزمنى اليومي للبرنامج التدريبى المقترح.	٨٨
جدول (٨)	التوزيع الزمنى للإعداد البدنى والمهارى والخططى خلال الأسابيع التى تضمنها البرنامج التدريبى المقترح.	٨٩
جدول (٩)	التوزيع الزمنى لحمل التدريب وعناصر اللياقة البدنية خلال تنفيذ البرنامج التدريبى المقترح.	٩٠
جدول (١٠)	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبلىة والبعدية لاختبارات سرعة رد الفعل للمجموعة التجريبية.	٩٧
جدول (١١)	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبلىة والبنية لاختبار جهاز سرعة رد الفعل لحراس المرمى (المصمم) - المجموعة التجريبية.	٩٩

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
١٠٠	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات البينية والبعديّة لاختبار جهاز سرعة رد الفعل لحراس المرمى (المصمم) - المجموعة التجريبية.	جدول (١٢)
	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبليّة والبعديّة لاختبارات سرعة رد الفعل للمجموعة الضابطة.	جدول (١٣)
١٠٣	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات القبليّة والبينية لاختبار جهاز سرعة رد الفعل لحراس المرمى (المصمم) - للمجموعة الضابطة.	جدول (١٤)
١٠٤	دلالة الفروق بين متوسطى القياسات البينية والبعديّة لاختبار جهاز سرعة رد الفعل لحراس المرمى (المصمم) - للمجموعة الضابطة.	جدول (١٥)
١٠٥	دلالة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية فى القياس البعدى لاختبارات سرعة رد الفعل.	جدول (١٦)
١٠٧	النسبة المئوية للتحسن فى معدلات التغير لاختبارات سرعة رد الفعل للمجموعتين الضابطة والتجريبية.	جدول (١٧)

قائمة الأشكال والرسوم البيانية

رقم الشكل	العنوان	رقم الصفحة
شكل (١)	زمن الأداء أو زمن الاستجابة.	١٥
شكل (٢)	المراحل التي يمر بها زمن رد الفعل من بدء ظهور المثير إلى بداية الاستجابة الحركية.	١٦
شكل (٣)	جهاز قياس سرعة رد الفعل لحراس المرمى (تصميم الباحث).	٧٠
شكل (٤)	توزيع درجات حمل التدريب خلال وحدات التدريب التي تضمنها البرنامج التدريبي المقترح.	٨٦
شكل (٥)	توزيع حمل التدريب خلال دورة الحمل الأسبوعية.	٨٧
شكل (٦)	التوزيع الزمني للبرنامج التدريبي المقترح على عدد الأسابيع.	٩١
شكل (٧)	التوزيع الزمني للإعداد العام والخاص معاً في البرنامج التدريبي المقترح على عدد الأسابيع.	٩٢