



شبكة المعلومات الجامعية

بسم الله الرحمن الرحيم



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

لرنا



جامعة الإسكندرية

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم تدريب الألعاب الرياضية

تأثير تنمية القدرات التوافقية الخاصة على تحسين الاداءات المهارية لحراس المرمى للناشئين في كرة القدم بدولة فلسطين

رسالة مقدمة من

رائد عيسى حسن الخضور

الباحث بقسم تدريب الألعاب الرياضية

ضمن متطلبات الحصول علي درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

دكتور

عادل عبد الحميد الفاضل

أستاذ مساعد بقسم تدريب الألعاب الرياضية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

دكتور

محمد أحمد الاسناوى

أستاذ مساعد بقسم تدريب الألعاب الرياضية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

دكتور

بسام حمدان عبد الرازق

أستاذ مساعد بقسم التربية الرياضية

بكلية التربية الرياضية - فلسطين

جامعة خضوري

٢٠١١ م - ١٤٣٢ هـ

قرار لجنة المناقشة والحكم

انه في يوم الأربعاء الموافق ٢٠١١/٥/١٨ اجتمعت اللجنة المكونة من :

أستاذ كرة القدم غير المتفرغ بقسم تدريب الألعاب
الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين -
جامعة الإسكندرية (مناقشاً)

أستاذ دكتور/ فرج حسين بيومي

أستاذ مساعد متفرغ بقسم تدريب الألعاب
الرياضية - كلية التربية الرياضية للبنين -
جامعة الإسكندرية (مشرفاً)

أستاذ م. دكتور/ محمد أحمد الاسناوي

أستاذ مساعد بقسم تدريب الألعاب الرياضية -
كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة
الإسكندرية (مشرفاً)

أستاذ م. دكتور/ عادل عبد الحميد الفاضلي

أستاذ مساعد بقسم الألعاب - كلية التربية
الرياضية بكفر الشيخ والقائم بأعمال عميد الكلية
- جامعة كفر الشيخ (مناقشاً)

أستاذ م. دكتور/ أشرف عبد العزيز أحمد

لمناقشة رسالة الماجستير المقدمة من الباحث / راند عيسى حسن الخضور - بقسم تدريب
الألعاب الرياضية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية للحصول على درجة
الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها :

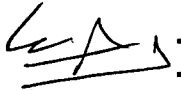
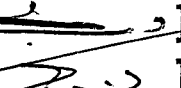
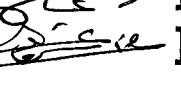
" تأثير تنمية القدرات التوافقية الخاصة على تحسين الأداءات مهارية

لحراس المرمى الناشئين في كرة القدم بدولة فلسطين "

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة من يوم الأربعاء الموافق ٢٠١١/٥/١٨
بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية .

وبعد المناقشة قررت اللجنة الرسالة واقترحت الباحث / راند عيسى حسن الخضور
- درجة الماجستير في التربية الرياضية من قسم تدريب الألعاب الرياضية .

توقيعات أعضاء اللجنة

[]
[]
[]
[]

- أ.د/ فرج حسين بيومي
- أ.م.د/ محمد أحمد الإسناوي
- أ.م.د/ عادل عبد الحميد الفاضلي
- أ.م.د/ أشرف عبد العزيز أحمد

يعتمد
عميد الكلية
محمد صبري عمر



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي (٢٥) وَيَسِّرْ لِي

أَمْرِي (٢٦) وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي

(٢٧) يَفْقَهُوا قَوْلِي (٢٨)

صدق الله العظيم

(سورة طه - الآية من ٢٥ : ٢٨)

بسم الله الرحمن الرحيم
" ربنا افتح بيننا وبين قومنا بالحق وأنت خير الفاتحين " صدق الله العظيم "

شكر وتقدير

اللهم لك الحمد، إليك ربّي أسجدُ بخضوع وخشوع لنعمك التي لا تُعد ولا تُحصى وعلى ما أعطيتني من صبر وعزيمة خلال إعداد هذا البحث، والصلاة والسلام على سيدنا محمد أشرف الخلق والمرسلين، وبعد،،

يتقدم الباحث بخالص الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور/فرج حسين بيومي-أستاذ كرة القدم غير المتفرغ- بقسم تدريب الألعاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية لتكريمه بالمشاركة في نقاش البحث، و أ.د/محمد أحمد الإنساوي-أستاذ كرة القدم المتفرغ-بقسم تدريب الألعاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية، و أ.م.د/عادل عبد الحميد الفاضي-أستاذ كرة القدم المساعد-بقسم تدريب الألعاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية لإشرافهم عليّ خلال العمل، مسجلًا اعتزازي بالنهل من خبراتهم في ظل جامعة باتت جزءا من تكويني وكياني، فخلال الإشراف على الرسالة تعلمت من أساتذتي أسس البحث، وأساليب العمل، وغرست في نفسي معالم الاجتهاد والمثابرة.

كما أشكر أ.م.د /أشرف احمد عبد العزيز-أستاذ كرة القدم المساعد-بقسم تدريب الألعاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة كفر الشيخ لتكريمه بالنقاش، فلهم مني جميعا كل باقت الحب والعرفان تبقى مدى الأيام والأزمان. وإنه لشرف لي أن يتفضل بمناقشة هذا البحث عالمين جليلين ، يتوجني الأول بأصالة علمه وثاقب فكره وريادته علي امتداد عمره ، ويشرفني الآخر بجراءة فكره وحوار عقله وسعة علمه وأسأل الله أن يخرج علي أيديهم الخير والنفع لهذا البحث

ولا يسعني إلا أن أتقدم بعظيم شكري وإمتثاني لأفراد أسرتي في فلسطين الذين ساندوني دوما، وضحوا من أجل إكمال تعليمي طيلة السنوات التي قضيتها في الدراسة وأخص والذي ووالدتي وأخوتي، وأشكر أندية: شباب الخليل الرياضي، وأهلي الخليل من فلسطين لتعاونهما ولما وفرّاه من تسهيلات لتطبيق أدوات الدراسة والاختبارات على لاعبيهم، وأشكر د.بسام حمدان عميد كلية التربية في جامعة فلسطين التقنية -خضوري.

والشكر موصول لجميع من ساعدني ووقف بجانبي من أصدقائي في الجامعة طوال فترة دراستي في الإسكندرية، وكل من ساهم ولو بجزء بسيط في إخراج هذا العمل من طباعة وتدقيق ومراجعة، معاهدا أستذتي وإياهم على أن يظل الوفاء لهم، والعرفان بفضلهم وساما على صدري، وجزءا من ذاكرتي مهما تباعدت الأيام، وأشكر جميع الحضور كل باسمه ولقبه علي تلبية دعوتي هذه .

ووفقني الله وإياكم إلي ما فيه خير للجميع، والله ولي التوفيق

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	- قرار لجنة المناقشة والحكم
ب	- الآية القرآنية
ج	- الشكر والتقدير
د	- قائمة المحتويات
هـ	- قائمة الجداول
و	- قائمة الأشكال البيانية
ي	- قائمة المرفقات

الفصل الأول

المقدمة ومشكلة البحث وأهميته

٢	- المقدمة ومشكلة البحث وأهميته
٥	- هدف البحث
٥	- تساؤلات البحث
٦	- مصطلحات البحث

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً : الإطار النظري :

٨	- الإعداد البدني في كرة القدم
٩	- القدرات التوافقية
١٠	- أنواع القدرات التوافقية
١١	- أهمية القدرات التوافقية
١٣	- مفهوم التوافق الحركي
١٥	- أهمية التوافق الحركي
١٥	- مكونات التوافق الحركي
١٦	- البرامج التدريبية
١٧	- أسس بناء البرامج التدريبية
١٧	- أهمية تخطيط التدريب
١٩	- تخطيط التدريب في كرة القدم
٢٠	- حراسة المرمى في كرة القدم

رقم الصفحة

الموضوع

- ٢١ مهارات حارس المرمى -
- ٢٤ مسئوليات حارس المرمى -
- ٢٥ مواصفات حارس المرمى -
- ثانياً : الدراسات السابقة :
- ٢٨ أولاً : الدراسات العربية المرتبطة بالقدرات التوافقية بكرة القدم -
- ٣٢ ثانياً : الدراسات العربية المرتبطة بالقدرات التوافقية بالمجالات المختلفة -
- ٣٦ ثالثاً : الدراسات الأجنبية المرتبطة بالقدرات التوافقية بكرة القدم -
- ٣٧ رابعاً : الدراسات الأجنبية المرتبطة بالقدرات التوافقية بالمجالات المختلفة -
- ٣٨ التعليق على الدراسات السابقة -

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

- ٤١ منهج البحث -
- ٤١ مجالات البحث -
- ٤١ عينة البحث -
- ٤١ الدراسة الاستطلاعية -
- ٥٠ الدراسة الاستطلاعية الأولى -
- ٥١ الدراسة الاستطلاعية الثانية -
- ٥٢ وسائل وأدوات جمع البيانات -
- ٥٢ المعاملات العلمية -
- ٥٩ البرنامج التدريبي -
- ٦٢ نموذج لوحدة تدريبية -
- ٦٧ المعالجات الإحصائية -

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

- ٦٩ عرض ومناقشة نتائج القياسات البدنية -
- ٧٦ عرض ومناقشة نتائج القياسات المهارية -