



شبكة المعلومات الجامعية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



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%



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم

بعض الوثائق الأصلية تالفة

بالرسالة صفحات لم ترد بالاصل

٧٩٦,٢٥٥

جامعة قناة السويس

كلية التربية الرياضية ببورسعيد

قسم التدريب الرياضى

تأثير تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع على
بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى أدائها فى
رياضة هوكى الميدان

بحث مقدم من

الباحث/ أحمد عبد الله أحمد حرات

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير

فى التربية الرياضية

إشراف

الدكتور

السيد محمد عيسى

أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضى

كلية التربية الرياضية ببورسعيد

جامعة قناة السويس

الأستاذ الدكتور

سيد عبد الجواد السيد

أستاذ بتولوجيا الرياضة وعميد كلية

التربية الرياضية ببورسعيد

جامعة قناة السويس

الدكتور

أحمد عبد الله الروبى

مدرس بقسم التدريب الرياضى

كلية التربية الرياضية ببورسعيد

جامعة قناة السويس



Handwritten signature and date ٢٠٠٣

Handwritten signature

١٤٢٤ هـ - ٢٠٠٣ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قَالُوا سُبْحَنَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا
مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴿٣٢﴾

صدق الله العظيم

(سورة البقرة - الآية ٣٢)

جامعة قناة السويس

كلية التربية الرياضية ببورسعيد

شئون الدراسات العليا

قرار لجنة المناقشة والحكم

أنه في يوم الخميس الموافق ٢٠٠٣/٥/١٩م اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعتمدة من مجلس الكلية بتاريخ ٢٠٠٣/٤/٢٤ ومن الأستاذ الدكتور نائب رئيس الجامعة لشئون فرع بورسعيد بتاريخ ٢٠٠٣/٤/٢٤ والمشكلة من السادة :

- ١- أ.د. / سيد عبد الجواد السيد أستاذ بيولوجيا الرياضة وعميد كلية التربية الرياضية ببورسعيد.
جامعة قناة السويس (مشرفاً ورئيساً)
- ٢- أ.د. / أحمد الحسينى شعبان أستاذ بقسم التدريب الرياضى ووكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب
بكلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس (مناقشاً)
- ٣- أ.د. / على سلامة على أستاذ بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة.
جامعة حلوان (مناقشاً)
- ٤- أ.م.د. / السيد محمد عيسى أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية
ببورسعيد، جامعة قناة السويس (مشرفاً)

لمناقشة الرسالة المقدمة من الباحث / أحمد عبد الله أحمد حرات - ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية وموضوعها :

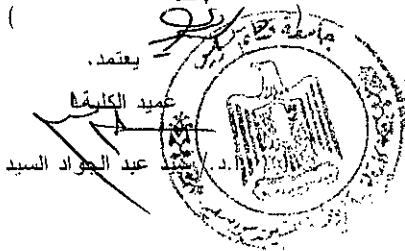
تأثير تنمية بعض القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى أدائها في رياضة هوكى الميدان

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ١٢ ظهراً يوم الخميس الموافق ٢٠٠٣/٥/١٩م بمقر كلية التربية الرياضية ببورسعيد.

وبعد المناقشة علنا قررت اللجنة قبول الرسالة واقرحت مع الباحث / أحمد عبد الله أحمد حرات درجة الماجستير في التربية الرياضية.

توقيعات أعضاء اللجنة

- ١- أ.د. / سيد عبد الجواد السيد
- ٢- أ.د. / أحمد الحسينى شعبان
- ٣- أ.د. / على سلامة على
- ٤- أ.م.د. / السيد محمد عيسى



شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين على عظيم فضله ونعمته وجزيل عطائه على ما أمدنى به من جهد ومثابرة على إتمام هذا البحث فإليه أسجد حمداً وشكراً فسيبجته القاتل عز وجل "ولئن شكرتم لأزيدنكم" صدق الله العظيم.

حقاً أنه ليسعد الباحث أن يقدم هذا العمل العلمى بعد جهد متواصل وجهد ومثابرة معتمداً على المولى سبحانه وتعالى وعلى علم وخبرة الأستاذين الجليلين المشرفين على هذا البحث الأستاذ الدكتور/ سيد عبد الجواد السيد والأستاذ مساعد دكتور/ السيد محمد عيسى فهم حقاً نعم العلماء للأبناء فهم نبع فياض لا ينتهى يعطوا ولا يبخلوا، ووفاء واعترافاً لكل ذى فضل بفضلته أتقدم لهم شاكراً. فلن تستطيع الكلمات أن توصفهم حقهم، أدعو الله أن يحفظهم دائماً لطلاب العلم مناراً ينير الطريق للباحثين.

ويزيدنى إعزازاً أن أتقدم بخالص شكرى وتقديرى إلى الأستاذ الدكتور/ أحمد الحسينى شعبان والأستاذ الدكتور/ على سلامة على لتفضلهما شاكرين بمناقشة هذا البحث. وبكل إجلال واحترام وتقدير يتقدم الباحث بالشكر وعظيم الامتنان والعرفان بالجميل إلى الدكتور/ أحمد عبد الله الروبى الذى كان لتوجيهاته العلمية الدقيقة وعلمه الغزير وتوجيه الرشيد خير معين للوصول إلى هذه المرتبة فى إنجاز البحث بصورته اللائقة داعياً الله عز وجل لسيادته بموفور الصحة والعافية.

ولا يسعنى إلا أن أتقدم بالشكر إلى الأخوة الزملاء بالكلية على معاونتهم لى فى هذا البحث وكل من ساهم بفكر أو رأى أو جهد فى سبيل إتمام هذا البحث، كما لا يفوتنى أن أتقدم بخالص شكرى إلى كل من شرفنا بالحضور فى هذه المناقشة.

وبكل الحب والتقدير والعرفان بالجميل أهدى ثمرة جهدى وكدى وخالص شكرى وامتنانى إلى من مهدوا لى درب حياتى وكانوا نبراساً أهتدى بنوره إلى أبى وأمى وأخوتى الذى لم ولن تنتهى دعواتهم لى بالتوفيق أطال الله عمرهما. كما أتوجه بالشكر إلى خطيبتى التى كانت نعم العون كى أنجز هذا البحث وأخيراً أهدى هذا البحث إلى روح خالى الطاهرة داعياً الله أن يغفر له ويدخله فسيح جناته.

هذا عملى إن أخطأت فمن نفسى وإن أصبت فبتوفيق من الله والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
قرار لجنة المناقشة والحكم	ب
شكر وتقدير	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول	ح
قائمة الأشكال	ك

الفصل الأول

المقدمة

أولاً : تقديم	٢
ثانياً : مشكلة البحث	٤
ثالثاً : أهمية البحث والحاجة إليه	٧
رابعاً : أهداف البحث	٧
خامساً : فروض البحث	٧

الفصل الثانى

الاطار النظرى والدراسات المرتبطة

أولاً : الإطار النظرى :

١- التعريف برياضة الهوكى	١٠
٢- نبذة تاريخية عن نشأة رياضة الهوكى	١١
٣- المهارات الحركية الأساسية فى رياضة الهوكى	١٤
٤- أهمية مهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان	١٧
٥- الإعداد البدنى الخاص	٢٠
٦- القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع	٢٢
٧- طرق التدريب	٣٧
٨- المتغيرات الفسيولوجية	٤١

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
ثانياً : الدراسات المرتبطة :	
١ - الدراسات المرتبطة.....	٤٩
٢ - التعليق على الدراسات المرتبطة.....	٦٠

الفصل الثالث

إجراءات البحث

أولاً : منهج البحث.....	٦٤
ثانياً : مجالات البحث.....	٦٤
ثالثاً : عينة البحث.....	٦٤
رابعاً : أدوات جمع البيانات.....	٦٨
خامساً : اختيار المساعدين.....	٧٨
سادساً : المعاملات العلمية للاختبارات.....	٧٨
سابعاً : الدراسات الاستطلاعية.....	٨١
ثامناً : إعداد البرنامج التدريبي المقترح.....	٨٣
تاسعاً : التجربة الأساسية.....	٩٩
عاشراً : المعالجات الاحصائية.....	١٠٠

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول.....	
- نتائج الفرض الأول.....	١٠٤
- مناقشة نتائج الفرض الأول.....	١٠٦
ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني.....	
- نتائج الفرض الثاني.....	١٠٩
- مناقشة نتائج الفرض الثاني.....	١١١

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
ثالثاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث	
- نتائج الفرض الثالث.....	١١٤
- مناقشة نتائج الفرض الثالث.....	١١٦

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

أولاً : الاستنتاجات.....	١٢٠
ثانياً : التوصيات.....	١٢٠

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية.....	١٢٣
ثانياً : المراجع الأجنبية.....	١٣٤

المرفقات

مرفق (١) استمارة استطلاع رأى الخبراء.....	١٤١
مرفق (٢) استمارات جمع البيانات الخاصة بعينة البحث.....	١٤٩
مرفق (٣) استمارات البيانات الخاصة ببينة البحث.....	١٥٢
مرفق (٤) الاختبارات البدنية المستخدمة فى قياس القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان.....	١٥٦
مرفق (٥) الاختبارات الفسيولوجية المستخدمة فى البحث.....	١٦٣
مرفق (٦) الاختبارات المهارية المستخدمة فى قياس مستوى أداء مهارة الدفع فى رياضة الهوكى.....	١٦٨
مرفق (٧) تمارين الإحماء والإطالة والتهدة.....	١٧٤
مرفق (٨) تدريبات لتنمية عناصر الإعداد البدنى العام.....	١٧٩
مرفق (٩) تدريبات لتنمية القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان.....	١٨٨

تابع قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
مرفق (١٠) تدريبات لتنمية مستوى أداء مهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان	١٩٤
مرفق (١١) تدريبات لتنمية المواقف الخطئية	١٩٩
مرفق (١٢) البرنامج التدريبى المقترح	٢٠٧
مرفق (١٣) البرنامج التقليدى	٢٦٨
مرفق (١٤) قائمة بأسماء الخبراء	٢٧٣

ملخص البحث

ملخص البحث باللغة العربية	٢
مستخلص البحث باللغة العربية	٧
ملخص البحث باللغة الإنجليزية	١
مستخلص البحث باللغة الإنجليزية	٧

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٦	المسح المرجعى لأهم المراجع التى تناولت المهارات الحركية الأساسية لرياضة الهوكى.....	(١)
١٧	ترتيب لأهم المهارات الأساسية الخاصة برياضة الهوكى طبقاً للمسح المرجعى	(٢)
٢٥	المسح المرجعى لأهم المراجع والأبحاث العلمية التى تناولت القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان.....	(٣)
٢٦	ترتيب أهم القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع طبقاً للمسح المرجعى.....	(٤)
٣٨	طرق التدريب للأنشطة الرياضية المختلفة.....	(٥)
٤٠	أهداف وتأثير وخصائص كل من طريقة حمل التدريب المستمر وحمل التدريب الفترى بنوعيه فى رياضة هوكى الميدان.....	(٦)
٥٠	الدراسات المرتبطة برياضة الهوكى.....	(٧)
٦٥	توصيف عينة البحث.....	(٨)
٦٦	دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى متغيرات السن والطول والوزن.....	(٩)
٦٧	دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والتجريبية فى المتغيرات البدنية والفسيولوجية والمهارية (قيد البحث).....	(١٠)
٧٠	النسبة المئوية والأهمية النسبية للقدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان وفق آراء الخبراء.....	(١١)
٧١	النسبة المئوية والأهمية النسبية للاختبارات التى تقيس القدرات البدنية الخاصة بمهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان وفق آراء الخبراء.....	(١٢)
٧٢	النسبة المئوية والأهمية النسبية للاختبارات التى تقيس المتغيرات الفسيولوجية وفق آراء الخبراء.....	(١٣)
٧٣	النسبة المئوية والأهمية النسبية للاختبارات التى تقيس مستوى أداء مهارة الدفع فى رياضة هوكى الميدان وفق آراء الخبراء.....	(١٤)

تابع قائمة الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الصفحة
(١٥)	النسبة المئوية والأهمية النسبية لعناصر البرنامج التدريبي ومتغيرات الحمل وفق آراء الخبراء.....	٧٤
(١٦)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجموعتي حساب معامل صدق التمايز للاختبارات البدنية والفسولوجية والمهارية (قيد البحث).....	٧٩
(١٧)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) لمعامل ثبات الاختبارات البدنية والفسولوجية والمهارية (قيد البحث).....	٨٠
(١٨)	النسبة المئوية للإعداد البدني العام والخاص والإعداد المهاري والإعداد الخططي خلال فترة البرنامج.....	٨٦
(١٩)	النسبة المئوية للإعداد البدني العام والإعداد الخاص والإعداد المهاري والإعداد الخططي خلال أسابيع البرنامج.....	٨٧
(٢٠)	النسبة الزمنية للإعداد البدني العام والإعداد الخاص والإعداد المهاري والإعداد الخططي خلال أسابيع البرنامج.....	٨٧
(٢١)	النواحي العملية في البرنامج.....	٨٨
(٢٢)	التوزيع الزمني العام للبرنامج.....	٨٨
(٢٣)	توزيع حمل التدريب على الأسابيع التي يتضمنها البرنامج.....	٨٩
(٢٤)	توزيع حمل التدريب على الوحدات التدريبية التي يتضمنها البرنامج.....	٩٠
(٢٥)	النسبة الزمنية للإعداد البدني العام والبدني الخاص والإعداد المهاري والإعداد الخططي خلال الوحدات التدريبية.....	٩٣
(٢٦)	النسبة المئوية للصفات البدنية العامة خلال الوحدات التي يتضمنها البرنامج.....	٩٤
(٢٧)	النسبة الزمنية للصفات البدنية العامة خلال الوحدات التدريبية.....	٩٥
(٢٨)	النسبة المئوية للصفات البدنية الخاصة خلال الوحدات التدريبية التي يتضمنها البرنامج.....	٩٦
(٢٩)	النسبة الزمنية للصفات البدنية الخاصة خلال الوحدات التدريبية التي يتضمنها البرنامج.....	٩٧