

سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية

بسم الله الرحمن الرحيم



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية

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



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



بعض الوثائق الأصلية تالفة



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



بالرسالة صفحات لم ترد بالأصل



جامعة الاسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم المنازلات والرياضات المائية

أثر استخدام بعض وسائل تدريب القوة الخاصة داخل الماء على بعض المتغيرات الميكانيكية المرتبطة بسباحة الزحف على البطن

بحث مقدم من

كمال محروس بيومى

محاضر السباحة بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحرى
ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

إشراف

أستاذ دكتور

سامى محمد حسن الشربيني

أستاذ السباحة بقسم المنازلات والرياضات المائية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

أستاذ دكتور

على فهمى البيك

أستاذ السباحة بقسم المنازلات والرياضات المائية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

١٩٩٩

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

صدق الله العظيم

(سورة البقرة الآية ٢٢)

قرار لجنة الحكم والمناقشة

أنه في يوم الخميس الموافق ٢ / ١ / ١٩٩٩ أاجتمعت اللجنة المشكلة من :-

- أستاذ دكتور / محمد فتحي الكرداني
الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية (مناقشاً)
أستاذ السباحة بقسم المنازل والرياضات المائية بكلية التربية
الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية (مشرفاً)
أستاذ ورئيس قسم المناهج وطرق التدريس والتربية العملية
بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان (مناقشاً)
أستاذ السباحة بقسم المنازل والرياضات المائية بكلية التربية
الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية (مشرفاً)
- أستاذ دكتور / علي فهمي البيك
أستاذ دكتور / عادل فوزي جمال
أستاذ دكتور / سامي محمد حسن الشربيني

لمناقشة الرسالة المقدمة من الباحث / كمال محروس بيومي للحصول علي درجة الدكتوراه في
التربية الرياضية وموضوعها :

" أثر استخدام بعض وسائل تدريب القوة الخاصة داخل الماء علي بعض المتغيرات الميكانيكية
المرتبطة بسباحة الزحف علي البطن "

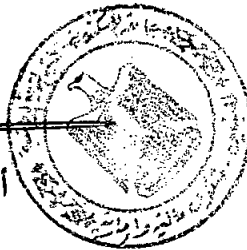
وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ١ من يوم الخميس الموافق ٢ / ١ / ١٩٩٩ بمقر كلية
التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية .

وبعد المناقشة قررت اللجنة مجلس الرسالة وأقرحت مجلس الدارس / كمال محروس بيومي
درجة الدكتوراه في التربية الرياضية مجلس اللجنة مجلس الرسالة مجلس اللجنة
أ.د. / أحمد الهادي يوسف

()
()
()
()
يعتمد

عميد الكلية

أ.د. / أحمد الهادي يوسف



- أستاذ دكتور / محمد فتحي الكرداني
- أستاذ دكتور / علي فهمي البيك
- أستاذ دكتور / عادل فوزي جمال
- أستاذ دكتور / سامي محمد حسن الشربيني

شكر وتقدير

أسجد لله سبحانه وتعالى شاكرًا لنعمائه وفضله على ما أمدنى به من قوة وصبر لإتمام هذا العمل العلمى ، كما يطيب لى أن أشكر كل من الأستاذ الدكتور/ على فهمى البيك أستاذ السباحة بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية ، والأستاذ الدكتور/ سامى محمد حسن الشربينى أستاذ السباحة بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية ، لتفضلهما بالإشراف على هذه الرسالة وعلى ما أمدونى به من علم وتوجيه وإرشاد ووقت كان له الأثر فى إتمام هذا البحث ، فشكرًا لهما وجزاهم الله عنى كل الخير والتوفيق .

كما أتقدم بالشكر والتقدير لكل من الأستاذ الدكتور محمد فتحى الكردانى أستاذ السباحة المتفرغ فى قسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية ، والأستاذ الدكتور عادل فوزى جمال الدين رئيس قسم المناهج وطرق التدريس والتربية العملية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان على تفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث .

وبكل الحب والعرفان أتقدم بوافر الشكر والاحترام إلى كل من الأستاذ الدكتور/ على حسين القصصى أستاذ ألعاب القوى المتفرغ بقسم الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية والأستاذ الدكتور/ محمد صبرى عمر أستاذ السباحة بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية والأستاذ الدكتور/ محمد جابر بريقع أستاذ الميكانيكا الحيوية المساعد بقسم علوم الحركة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، والأستاذ الدكتور/ حمدى حسان رئيس قسم الميكانيكا البحرية بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحرى ، والأستاذ الدكتور/ حسن الجمل أستاذ التصميم الميكانيكى بالأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحرى ، والمهندس محمد حسين الغمري المحاضر بقسم الهندسة الميكانيكية والبحرية ، على ما أمدونى به من توجيهات علمية قيمة كان لها الأثر الكبير فى إتمام هذا البحث .

وبكل الحب والتقدير أتقدم إلى السيد الدكتور/ جمال الدين مختار رئيس الأكاديمية العربية للعلوم والتكنولوجيا والنقل البحرى على المعاونة الصادقة للباحث خلال إجراء وتنفيذ هذا البحث .

كما أتقدم بالشكر إلى أبنائى فريق السباحة بنادى سموحة الرياضى عينة البحث وكذلك العاملين بقسم الدراسات العليا بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية .

والله وليّ التوفيق ،،،

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
..... قائمة المحتويات	أ
..... قائمة الجداول	ج
..... قائمة الأشكال	ح

الفصل الأول

المقدمة ومشكلة البحث

..... المقدمة ومشكلة البحث	٢
..... أهداف البحث	٤
..... تساؤلات البحث	٥
..... المصطلحات المستخدمة في البحث	٥

الفصل الثاني

الدراسات النظرية

..... القوة	٨
..... القوة في السباحة	٨
..... القدرة العضلية للسباحين	١٤
..... المرونة وأهميتها في السباحة	١٨
..... أهمية المتغيرات الميكانيكية في السباحة	٢١

الفصل الثالث

إجراءات البحث

..... عينة البحث	٢٩
..... التصميم التجريبي :	٣٠
..... القياسات المستخدمة في البحث	٣٢
..... الأجهزة والأدوات المستخدمة	٣٤
..... الدراسات الاستطلاعية	٥٠
..... الدراسة الأساسية	٥٣
..... الطرق الإحصائية	٥٤

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

٦١ - ١٤٥

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

١٤٧ - الاستنتاجات

١٤٩ - التوصيات

المراجع

١٥١ - أولاً - المراجع العربية

١٥٤ - ثانياً - المراجع الإنجليزية

١٦١ - ثالثاً - المراجع الروسية

المرفقات

مرفق (١) الوسائل المستخدمة

مرفق (٢) قياس (قوة قبضة اليد - عضلات الظهر - عضلات الرجلين)

مرفق (٣) قياس مرونة المنكبين

مرفق (٤) قياس مدي الحركة في مفصل رسغ اليد

مرفق (٥) تحليل قو شد السباح بالتوافق الكامل والذراعين فقط والذراع

اليمنى واليسري داخل وخارج الماء

مرفق (٦) خلية القياس الحلقية

مرفق (٧) كيفية تسجيل قوة الشد في سباحة الزحف بالتوافق الكامل

والذراعين فقط داخل الماء والذراعين فقط والذراع اليسري

والذراع اليمنى خارج الماء

مرفق (٨) قوة الشد داخل الماء بالتوافق الكامل

مرفق (٩) البرنامج التدريبي

مرفق (١٠) شهادة معايرة خلية الحمل الحلقية

ملخص البحث

- ملخص البحث باللغة العربية

- مستخلص البحث باللغة العربية

- ملخص البحث باللغة الانجليزية

- مستخلص البحث باللغة الانجليزية

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
١	تحليل بعض المتغيرات الكينماتيكية لمكونات زمن ٤٠٠ م حرة للسباح الروسي ساليكوف	٢٣
٢	تحليل المتغيرات الكينماتيكية لطرق سباحة ال ١٠٠ م المختلفة	٢٣
٣	نتائج دراسة كريج ويندرجاست	٢٤
٤	تحليل ويلكي وجوبا لسباقات ١٠٠ ، ٢٠٠ م حرة رجال وسيدات	٢٦
٥	توزيع عينة البحث علي المجموعات التجريبية والضابطة	٣٠
٦	العلاقة بين الأوزان وقيمة الإشارة الرقمية المقاسة بواسطة الكمبيوتر	٤٣
٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات خصائص العينة للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٦٢
٨	تحليل التباين لخصائص العينة بين المجموعات التجريبية والضابطة	٦٣
٩	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لمتغير العمر التدريبي باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٦٤
١٠	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة القبلية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٦٥
١١	تحليل التباين لقياسات القوة القبلية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٦٦
١٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات المرونة القبلية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٦٧
١٣	تحليل التباين لقياسات المرونة القبلية بين المجموعات التجريبية والضابطة	٦٧
١٤	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة القبلية خارج الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٦٨
١٥	تحليل التباين لقياسات القوة القبلية بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة خارج الماء	٦٩
١٦	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في القياس القبلي لأكبر قوة للذراعين خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٧١
١٧	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في القياس القبلي لأكبر قوة للذراع اليمنى خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٧٢
١٨	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في القياس القبلي لأكبر قوة للذراع اليسرى خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٧٣
١٩	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة القبلية داخل الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٧٤
٢٠	تحليل التباين لقياسات القوة القبلية داخل الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٧٥

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٧٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس القبلي للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لزمن وطول دورة الذراعين بالتوافق الكامل والذراعين فقط	٢١
٧٧	تحليل التباين للقياسات القبلية لزمن طول دورة الذراعين للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٢٢
٧٨	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في القياس القبلي لطول دورة الذراعين علي المكعب بالتوافق الكامل باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٢٣
٧٩	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في القياس القبلي لطول دورة الذراعين من أسفل بدفع الحائط باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٢٤
٨١	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياس القبلي للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لزمن وعدد ضربات الذراعين لمسافة ٢٥ م بالتوافق الكامل والذراعين فقط	٢٥
٨٢	تحليل التباين للقياسات القبلية لزمن وعدد ضربات الذراعين لمسافة ٢٥ م للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة بالتوافق الكامل والذراعين فقط	٢٦
٨٣	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة للقياس القبلي لزمن وعدد ضربات الذراعين لمسافة ٢٥ م بالتوافق الكامل باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٢٧
٨٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة البعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٢٨
٨٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفروق لقياسات القوة القبلية والبعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٢٩
٨٦	تحليل التباين لفروق قياسات القوة القبلية والبعدية بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٣٠
٨٧	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس قوة عضلات الظهر وعضلات الرجلين باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٣١
٨٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات المرونة البعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٣٢
٨٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفروق قياسات المرونة القبلية والبعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٣٣
٨٩	تحليل التباين لفروق قياسات المرونة القبلية والبعدية بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٣٤

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٣٥	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس مرونة الرسغ لأعلي ولأسفل باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٩٠
٣٦	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في قياس مرونة المنكبين باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٩١
٣٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة البعيدة خارج الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٩٣
٣٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفروق قياسات القوة القبلية والبعدية خارج الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٩٤
٣٩	تحليل التباين لفروق قياسات القوة القبلية والبعدية خارج الماء بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	٩٥
٤٠	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس أكبر قوة للذراعين فقط خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٩٦
٤١	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس متوسط القوة وقوة البداية للذراعين فقط خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٩٧
٤٢	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس أكبر قوة ومتوسط القوة للذراع اليمني خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٩٩
٤٣	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس قوة البداية للذراع اليمني وأكبر قوة للذراع اليسري خارج الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	١٠١
٤٤	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس متوسط القوة وقوة البداية للذراع اليسري باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	١٠٣
٤٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لقياسات القوة البعيدة داخل الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	١٠٥
٤٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفروق قياسات القوة القبلية والبعدية داخل الماء للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	١٠٦
٤٧	تحليل التباين لفروق قياسات القوة القبلية والبعدية داخل الماء بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة	١٠٧
٤٨	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس أكبر قوة ومتوسط القوة للسباح بالتوافق الكامل داخل الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	١٠٨

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس متوسط القوة وقوة البداية للسباح بالذراعين فقط داخل الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٤٩
١١٠	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس أكبر قوة للذراعين داخل الماء باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٠
١١٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقياسات البعدية للمجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لزمن وطول دورة الذراعين بالتوافق الكامل والذراعين فقط في مسافة ٢٥ م من علي المكعب ومن أسفل بدفع وبدون دفع الحائط	٥١
١١٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفروق القياسات القبلية / البعدية بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في قياس زمن وطول دورة الذراعين بالتوافق الكامل والذراعين فقط في مسافة ٢٥ م من علي المكعب ومن أسفل بدفع وبدون دفع الحائط	٥٢
١١٦	تحليل التباين لفروق القياسات القبلية / البعدية بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لزمن وطول دورة الذراعين بالتوافق الكامل والذراعين فقط في مسافة ٢٥ م من علي المكعب وأسفل بالدفع وبدون دفع الحائط	٥٣
١١٧	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لفروق قياس زمن ومسافة دورة الذراعين من علي المكعب بالتوافق الكامل باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٤
١١٩	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لفروق قياس زمن وطول دورة الذراعين من البدء من أسفل بدفع الحائط و باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٥
١٢١	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس زمن دورة الذراعين للبدء من أسفل بدون دفع و باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٦
١٢٣	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة في فروق قياس وطول دورة الذراعين بالبدء من علي المكعب بالذراعين فقط باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٧
١٢٤	المقارنة بين المجموعات التجريبية الثلاثة والضابطة لفروق قياس زمن وطول دورة الذراعين من البدء من أسفل بدفع الحائط و باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.	٥٨
١٢٦		