

hossam maghraby



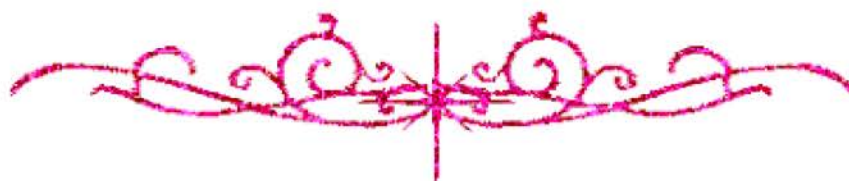
بسم الله الرحمن الرحيم



hossam maghraby



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



hossam maghraby



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



hossam maghraby



شبكة المعلومات الجامعية



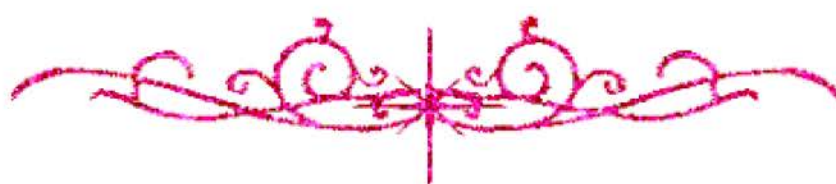
بعض الوثائق الأصلية تالفة



hossam maghraby



بالرسالة صفحات
لم ترد بالأصل



B 19299

جامعة الإسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم تدريب الرياضات المائية

تأثير استخدام السباحة بالزعانف على فاعلية الأداء للسباحين الناشئين

رسالة مقدمة من

زياد محمد أمين

المدرس المساعد بقسم تدريب الرياضات المائية
ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية

إشراف

أستاذ دكتور

على فهمى البيك

أستاذ السباحة المتفرغ بقسم تدريب الرياضات المائية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

مدرس دكتور

محمد أحمد وردة

مدرس بقسم تدريب الرياضات المائية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

مدرس دكتور

حسين على عبد السلام

مدرس بقسم تدريب الرياضات المائية

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٦ م



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ﴾

صَلَّى
الْحَقِّ
عَلَيْهِ

(هود: ٨٨)

قرار لجنة المناقشة والحكم

إنه في يوم الاثنين الموافق ٢٠٠٦/٢/٢٠ اجتمعت اللجنة المشكلة من:

أ.د. / على فهمى البيك أستاذ السباحة المتفرغ بقسم تدريب الرياضات المائية
بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية

(مشرفاً)

أ.د. / محمد السيد رحيم أستاذ السباحة بكلية التربية الرياضية ونائب رئيس
جامعة قناة السويس فرع بور سعيد

(مناقشاً)

أ.د. / سامى محمد الشربيني أستاذ السباحة بقسم تدريب الرياضات المائية بكلية
التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية

(مناقشاً)

لمناقشة رسالة الدكتوراه المقدمة من الباحث / زياد محمد أمين المدرس المساعد بقسم
تدريب الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية وموضوعها :

" تأثير استخدام السباحة بالزعانف على فاعلية الأداء للسباحين الناشئين "

وقد تمت المناقشة في تمام الساعة الثانية عشر ظهراً من يوم الاثنين الموافق
٢٠٠٦/٢/٢٠ بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية .

وبعد المناقشة قررت اللجنة قبول الرسالة واقرحت منح الباحث / زياد محمد أمين درجة
دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية من قسم تدريب الرياضات المائية بكلية التربية الرياضية
للبنين جامعة الإسكندرية. وأوصت اللجنة بطبع الرسالة على نفقة الجامعة وتداولها
مع الجامعات المصرية والعربية .

توقيعات أعضاء اللجنة :

()

أ.د. / على فهمى البيك

()

أ.د. / محمد السيد رحيم

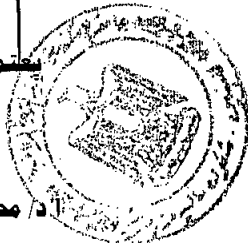
()

أ.د. / سامى محمد الشربيني

()

عميد الكلية

أ.د. / محمد خالد عبد القادر حموده



شكر وتقدير

﴿ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ ﴾

(سورة الأعراف : آية ٤٣)

لا يسعني اعترافاً بالجميل وإحقاقاً للحق إلا أن أتقدم بشكري وتقديري لكل من تفضل بالإسهام في هذا البحث، وكم من يدٍ كريمة امتدت لتوجه وتعين وتفتح الطريق وتبهر السبيل فإليهم جميعاً أقدم خالص الشكر والتقدير وأخص بالذكر الأساتذة الذين كان لى شرف إشرافهم على هذا البحث الأستاذ الدكتور/ على فهمي البيك و مدرس دكتور/ حسين على عبد السلام و مدرس دكتور/ محمد أحمد وردة فقد كان لعونهم الصادق وعطائهم العلمي الفضل في إنجاز هذا البحث وما بذلوه من جهد وعناء وتشجيع مستمر أثره المثمر لإخراج البحث في صورته اللائقة .

ويزيدني إعزازاً وتقدير أن اتقدم بخالص شكري إلى الأستاذ الدكتور/ محمد السيد رحيم والأستاذ الدكتور/ سامي محمد الشربيني أعضاء لجنة المناقشة والحكم لتفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث فلهما منى كل الشكر والتقدير والاحترام..

كما يطيب لى أن أشكر الأستاذ الدكتور/ منتصر طرفة على ماقدمه من مساعدة وتوجيه علمي بناء ساعد الباحث على إتمام هذا البحث.

كما أتقدم بخالص شكري إلى كل من مدرس دكتور/ محمود عارف ومدرس مساعد/ رأفت هنداوى ومدرس مساعد/ وليد نصرة ومدرس مساعد / عزمى فيصل لما قدموا لى من عون صادق فى إتمام إجراءات البحث.

كما أتوجه بالشكر إلى جميع أفراد عينة البحث ولا يفوتنى أن أتقدم بخالص شكري وعرفانى بالجميل إلى من يعجز لسانى أن يوفيهم حقهم ، إلى من شملونى بدعواتهم دائماً، إلى والدتى وأختى على عطائهم الكثير وما بذلوه من جهد وصبر كما أشكر زوجتى على ما تحملته من مشقة وعناء طوال فترة إنجاز هذا البحث فلها منى كل احترام وتقدير وإليها ولابنتى آية أهدى هذا البحث .

والله ولى التوفيق

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	قائمة المحتويات
د	قائمة الجداول
ى	قائمة الأشكال

الفصل الأول

المقدمة ومشكلة البحث

٢	مقدمة البحث
٤	مشكلة البحث
٥	أهمية البحث
٥	هدف البحث
٥	فروض البحث

الفصل الثانى

الدراسات النظرية والبحوث السابقة

أولاً: الدراسات النظرية

٨	- مقدمة عن استخدام الزعانف فى السباحة
٨	- التطور التاريخى لاستخدام الزعانف فى السباحة
٩	- أهمية استخدام الزعانف فى السباحة
١٤	- أنواع الزعانف
١٥	- كيفية اختيار الزعانف الملائمة
١٦	- القوة العضلية وأهميتها فى رياضة السباحة
٢٠	- التدريبات الأرضية والمائية وأهميتها فى تطوير القوة العضلية للسباحين

٢٣

ثانياً: الدراسات المشابهة

الفصل الثالث

إجراءات البحث

٣٢	- منهج البحث
٣٢	- قياسات البحث
٣٣	- عينة البحث
٥٨	- أدوات البحث

رقم الصفحة	الموضوع
٥٨	- الدراسات الاستطلاعية
٦٠	- الدراسة الأساسية
٦٠	- القياسات القبلية
٦٠	- تطبيق التجربة
٦١	- القياسات البعدية
٦١	- المعالجات الإحصائية لنتائج البحث

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

٦٤	عرض النتائج
١٥٦	مناقشة النتائج

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

١٦٦	أولاً: الاستنتاجات
١٧٠	ثانياً: التوصيات

- المراجع

١٧٢	أولاً: المراجع العربية
١٧٦	ثانياً: المراجع الأجنبية

المرفقات

١٨٢	مرفق (١) يوضح الأحجام التدريبية والنسبية لسباحى منتخب مصر باستخدام الزعانف خلال الجرعات التدريبية
١٨٣	مرفق (٢) يوضح الأحجام التدريبية والنسبية لسباحى منتخب مصر باستخدام الزعانف خلال الدورة التدريبية الصغرى
١٨٤	مرفق (٣) يوضح الأحجام التدريبية والنسبية لسباحى نادى سموحة الرياضى باستخدام الزعانف خلال الجرعات التدريبية
١٨٥	مرفق (٤) يوضح الأحجام التدريبية والنسبية لسباحى نادى سموحة الرياضى باستخدام الزعانف خلال الدورة التدريبية الصغرى
١٨٦	مرفق (٥) استمارة استطلاع رأى الخبراء حول أهمية استخدام الزعانف فى السباحة