

بسم الله الرحمن الرحيم



HOSSAM MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم



HOSSAM MAGHRABY

جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

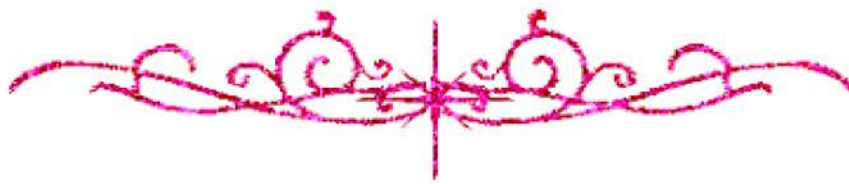
تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



HOSSAM MAGHRABY



بعض الوثائق الأصلية تالفة



HOSSAM MAGHRABY



بالرسالة صفحات

لم ترد بالأصل



HOSSAM MAGHRABY

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنْ أُريدُ إِلَّا إِصْلَاحُ مَا اسْتَطَعْتُ
وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ

صَدَقَ اللَّهُ الْعَظِيمُ

الآية ٨٨ سورة هود

جامعة الإسكندرية

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار

B 10411

تأثير إستخدام وسيلة مقترحة على مستوى الأداء لمرحلي الإرسال والتخلص فى مسابقة رمى الرمح للمبتدئين

رسالة مقدمة من

فراس محمد حسين

المعيد بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشراف

أستاذ دكتور

سعد محمد قطب

أستاذ بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

دكتور

خالد محمد توفيق

مدرس بقسم الميكانيكا والتصميمات

بكلية الهندسة

جامعة الإسكندرية

أستاذ مساعد دكتور

عبدالمعزم إبراهيم هريدى

أستاذ مساعد بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار

كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الإسكندرية

١٤٢٢ هـ - ٢٠٠٢ م

قرار لجنة المناقشة والحكم

- انه في يوم الخميس الموافق ٢٠٠٣ / ٢ / ٢٠ اجتمعت اللجنة المشكلة من :
- أستاذ دكتور / سعد محمد قطب السيد
 - أستاذ دكتور / عبد العزيز عبد المجيد محمد
 - أستاذ دكتور / محمد محمد عبد لعال
 - أ.م.د/ عبد المنعم إبراهيم هريدى
- أستاذ بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضار بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية
- (مشرفا)
- أستاذ ورئيس قسم ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق
- (مناقشا)
- أستاذ بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضار بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية
- (مناقشا)
- أستاذ مساعد بقسم تدريب مسابقات الميدان والمضار بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية

(مشرفا)

لمناقشة الرسالة المقدمة من الباحث / فراس محمد حسين للحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية وموضوعها :

” تأثير استخدام وسيلة مقترحة على مستوى الأداء لمرحلتى الإرسال والتخلص

فى مسابقة رمى الرمح للمبتدئين “

وقد تمت المناقشة فى تمام الساعة ١٢ ظهرا من يوم الخميس الموافق ٢٠٠٣ / ٢ / ٢٠ بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية.

وبعد المناقشة قررت اللجنة قبول الرسالة واقرحت منح الباحث / فراس محمد حسين درجة الماجستير فى التربية الرياضية من قسم تدريب مسابقات الميدان والمضمار .

توقيعات أعضاء اللجنة

(
(
(
(

- أ.د/ سعد محمد قطب السيد
- أ.د/ عبد العزيز عبد المجيد محمد
- أ.د/ محمد محمد عبد لعال
- أ.م.د/ عبد المنعم إبراهيم هريدى

عمد الكلية
عبد المنعم بدير القصير



(i)

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	- قائمة المحتويات
ث	- قائمة الجداول
ح	- قائمة الأشكال

الفصل الأول

١	- المقدمة ومشكلة البحث
٩	- هدف البحث
٩	- فروض البحث
١٠	- المصطلحات المستخدمة في البحث

الفصل الثاني

الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة

١٣	أولاً : الدراسات النظرية
	- الأداء الفني لرمى الرمح
٤٥	- التعليم الحركي
٤٦	- الوسائل التعليمية
٤٧	- تكنولوجيا التعليم
	ثانياً : الدراسات المرتبطة بالبحث
٤٩	- أولاً : الدراسات العربية .
٥٤	- ثانياً : الدراسات الأجنبية .
٥٥	- مدى الاستفادة من الدراسات والبحوث السابقة

(ب)

رقم الصفحة

الموضوع

الفصل الثالث

إجراءات البحث

٦٠	- منهج البحث
٦٠	- مجالات البحث
٦١	- عينة البحث
٦١	- أجهزة وأدوات البحث
٦٢	- الوسيلة التعليمية المقترحة
٦٦	- الدراسات الاستطلاعية
٦٨	- خطوات تنفيذ التجربة
٦٩	- التصوير التليفزيوني
٧٣	- قياسات واختبارات البحث
٧٤	- تجانس وتكافؤ عينة البحث
٨١	- المعالجات الإحصائية

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

٨٤	- عرض النتائج الخاصة بالمتغيرات البدنية للقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة .
٨٨	- عرض النتائج الخاصة بالمتغيرات البدنية للقياسات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة .

(ت)

الفصل الخامس الاستنتاجات والتوصيات

١٠٨	- الاستنتاجات
١٠٩	- التوصيات
١١١	- المراجع

قائمة المرفقات

رقم المرفق	
١	قياسات واختبارات
٢	استمارة تقييم الأداء الفني لمرحلتى الإرسال والتخلص
٣	محتوى البرنامج التعليمي
٤	البرنامج التعليمي
٥	الوسيلة المقترحة

(ث)

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
١	مقارنة الإنجاز الرقمي للمراحل السنية المختلفة للبنين والبنات في بطولة الإسكندرية	٥
٢	نتيجة التحليل الكيفي للدراسة الاستطلاعية الثانية لمعرفة نسبة الانحرافات	٦
٣	الدراسات العربية المرتبطة	٥٠
٤	الدراسات الاجنبية المرتبطة	٥١
٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمجموعة الضابطة في القياسات القبلية	٧٦
٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمجموعة التجريبية في القياسات القبلية	٧٧
٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة لمتغيرات (السن - الطول - الوزن) في القياس القبلي	٧٨
٨	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة لاختبارات المتغيرات البدنية والحركية في القياس القبلي	٧٩
٩	التوزيع الزمني للوحدة التعليمية للمجموعتين التجريبية والضابطة	٨١
١٠	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة الضابطة للمتغيرات البدنية والحركية	٨٤
١١	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين القياس القبلي والعدى للمجموعة التجريبية للمتغيرات البدنية والحركية	٨٨
١٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات البعدية لاختبارات المتغيرات البدنية والحركية	٩٢

(ج)

تابع : قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٩٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياسات الخاصة بالتقييم الميكانيكي البسيط لمتغيرات التخلص	١٣
٩٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التقييم الفني لمرحلتى الإرسال والتخلص	١٤
٩٨	مقدار ونسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لكل من التجريبية والضابطة والخاصة بالمتغيرات البدنية والحركية	١٥

(ح) قائمة الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الشكل
١٦	خطوات الاقتراب الأمامية والجانبية	١
١٦	خطوات الاقتراب الأمامية فقط ثم التخلص	٢
١٨	مرحلة الانتقال من الخطوات الأمامية للخطوات الجانبية مع سحب الذراع ممتدة للخلف	٣
١٩	خطوات الاقتراب الجانبية ابتداء من ورضع الرمي	٤
٢١	الطريقة السوادية في سحب الرمح للخلف	٥
٢١	عملية السحب في خطوتين ثم التخلص	٦
٢٣	الخطوة الثانية (المتوسطة) و هي مقسمة لجزئين (أ) أثناء السحب (ب) بعد الانتهاء من السحب	٧
٢٣	الخطوة الثانية بعد إتمام عملية السحب	٨
٢٤	بداية الخطوة الثالثة (خطوة الدفع) وتقسيم هذه الخطوة إلى خمسة مراحل (أ ، ب ، ج ، د ، هـ)	٩
٢٤	توضيح شكل ركبة الرجل الحرة خلال الخطوة الثالثة فهي تتجه لاعلى وللأمام	١٠
٢٦	بداية الخطوة الرابعة (القبل الأخيرة) وهي مقسمة إلى ثلاث مراحل	١١
٢٦	توضح ميل الجذع للخلف ومركز ثقل اللاعب على الرجل اليمنى وهبوط كعب الرجل اليسرى على الأرض	١٢
٢٧	شكل الرجل اليسرى (الأمامية) وهي ممتدة والهبوط على الكعب	١٣
٢٧	انشاء الرجل اليمنى وامتداد اليسرى وميل الجذع للخلف	١٤
٢٩	الخطوة الخامسة (الأخيرة) وهي مقسمة لاربعة مراحل (أ، ب، ج، د) مع توضيح عمل الذراع الحرة	١٥
٢٩	توصيف وضع التقوس (التوتر)	١٦
٣٢	شكل الذراع الرامي (الأيمن) خلال مرحلة السحب والشد	١٧
٣٢	تقسيم مرحلة التقوس لثلاث أجزاء	١٨
٣٣	شكل الانحراف الخارجي للجسم والذراع الرامي	١٩

(خ)

تابع : قائمة الأشكال

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
٢٠	الانحرافات العاملة خلال مرحلة الإمساك والتخلص	٣٣
٢١	توليد وانتقال كمية الحركة الزاوية	٣٦
٢٢	عملية التقوس والتخلص من منظر أمامي يوضح عمل ذراع الرامي	٣٦
٢٣	انتقال كمية الحركة الزاوية من الأرض للرمح	٣٧
٢٤	توصيف الأداء خلال مرحلتي الإرسال والتخلص وتحليل عمل الذراع الرامي من خلال التحليل ثلاثي الأبعاد	٣٧
٢٥	تقييم عمل الذراع الرامي خلال مرحلة الإرسال والتخلص من خلال مرحلة (السحب والشد)	٣٩
٢٦	شكل المرفق خلال وضع التقوس	٣٩
٢٧	شكل القبضة خلال وضع التقوس	٣٩
٢٨	مرحلة التخلص من الرمح	٤١
٢٩	التسلسل الحركي لمرحلة الإرسال والتخلص	٤٢
٣٠	مرحلة المتابعة والاتزان	٤٤
٣١	الرسم الهندسي للوسيلة المقترحة	٦٤
٣٢	كيفية العمل على الوسيلة المقترحة	٦٦
٣٣	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبارات (مد وثني الكتف الأيمن للذراع الرامي) للمجموعة الضابطة	٥٨
٣٤	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبارات (الكوبري ، ميل الجذع اماماً أسفل) للمجموعة الضابطة	٨٦
٣٥	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبارات (قوة عضلات الرجلين والظهر والقبضة)	٨٦
٣٦	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبار الوثب العمودي للأمام للمجموعة الضابطة	٨٧
٣٧	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبار رمي الجلة باليدين معاً للأمام للمجموعة الضابطة	٨٧
٣٨	المتوسط الحسابي للقياس القبلي والبعدي في اختبارات (الجلوس من الرقود وعدو ٣٠ م)	٨٧