

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

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الصحة الرياضية

**تأثير برنامج مركب غذائي علي تركيز إنزيمي مونوأمين
أوكسيداز (أ) MAO والكولين إسترزز CHE للاعبين
المسافات القصيرة في ألعاب القوى**

رسالة مقدمة من

عماد فرجاني سالم الفرجاني

مدرس تربية رياضية بالأزهر

ضمن متطلبات الحصول علي درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

الدكتور

أ.م.د / فتحى محمد ندا

أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية
بكلية التربية الرياضية
جامعة طنطا

الدكتور

أ.م.د / مجدى محمود وكوك

أستاذ مساعد وقائم بأعمال رئيس قسم علوم الصحة
الرياضية بكلية التربية الرياضية
جامعة طنطا

١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ
رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١١٢﴾ لَا شَرِيكَ لَهُ ^ص وَبِذَلِكَ
أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ ﴿١١٣﴾

صدق الله العظيم

[الأنعام: ١٦٢-١٦٣]



قرار

لجنة المناقشة العلانية والحكم على الرسالة

اجتمعت اللجنة المشكلة للمناقشة العلانية والحكم اليوم لـ الموافق ٢٠٠٥/١٢/٢١ م من الساعة ١٢:٠٠ حتى الساعة ١:٠٠ بعد موافقة السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث على المناقشة العلانية بتاريخ ٢٠٠٥/١٢/٢١ لمناقشة :-

- رسالة : الماجستير في التربية الرياضية " مواد صحية " .
المقدمة من الباحث : عماد فرجاتي سالم الفرجاتي .
الوظيفة : مدرس تربية رياضية بالأزهر .
لنيل درجة : الماجستير في التربية الرياضية .
موضوع : " تأثير برنامج مركب غذائي على تركيز إنزيمي مونو أمين أوكسيداز (MAO والكولين إسترزاز CHE للاعبين المسافات القصيرة في ألعاب القوى

وتتكون لجنة المناقشة العلانية والحكم من السادة :

- ١- أ.د / سليمان أحمد علي حجر : أستاذ الصحة الرياضية وخبير ألعاب القوى بكلية التربية الرياضية جامعة حلوان . (مناقشا)
- ٢- أ.م.د / مجدى محمود وكوك : أستاذ مساعد وقائم بعمل رئيس قسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا . (مشرفا)
- ٣- أ.م.د / فتحى محمد ندا : أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا . (مشرفا)
- ٤- أ.م.د / فاطمة سعد عبد الفتاح : أستاذ مساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا . (مناقشا)

وبعد ان رأت اللجنة صلاحية الرسالة للمناقشة :

وبعد أن نوقش الباحث في الرسالة المقدمة منه مناقشة علانية - وبعد المداولة تقرر اللجنة :
منح الباحث :

لدرجة : الماجستير في التربية الرياضية شعبة " مواد صحية "

توقيع أعضاء اللجنة :

- أ.د / سليمان أحمد علي حجر
أ.م.د / مجدى محمود وكوك
أ.م.د / فتحى محمد ندا
أ.م.د / فاطمة سعد عبد الفتاح

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث
أ.د / محمد سعد غنول



فى محراب العلم يقف الباحث خاشعاً رافعاً وجهه للذى خلقه مردداً بلسانه تعبيراً عما فى وجدانه عبارات الشكر لله عز وجل على ما أولاه من عناية ورعاية كانتا نبراساً أضاء لسه الطريق لإتمام هذا البحث .

بسم الله العزيز القدير الذى وفقنى إلى إنجاز هذا البحث . أستهل هذا الشكر والتقدير رافعاً لله عز وجل أسمى وأعظم وأجل آيات الشكر والحمد والثناء والذى يعجز لسان الحال والمقال أن يستوفى الحمد أو الشكر أو الثناء له .

وبعد ،،،

فإننى أتقدم بأعظم آيات الشكر والتقدير إلى **أستاذى الدكتور / مجدى محمود وكوك** ، الأستاذ المساعد والقائم بأعمال رئيس قسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا الذى كان أول من تعلمت على يديه خطوات البحث العلمى وكيف يكون الباحث ناجحاً ، قامت على يديه الخطوات الأولى والحاسمة لهذا البحث ، والذى لم يأل جهداً فى إرشادى للطريق السليم والذى لم يبخل على بوقته وعلمه وخبرته ، مما كان له أعظم الأثر فى إنجاز هذا البحث ، جزاه الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بأسمى وأعظم وأجل آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى **أستاذى الدكتور / فتحى محمد ندا** ، الأستاذ المساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا على ما بذله لى من جهد والذى لم يبخل على بوقته وعلمه وخبرته حيث كان له الدور الأعظم فى تذليل العقبات التى واجهت الباحث والمراجع والأبحاث العلمية التى زود الباحث بها لإتمام هذا البحث فكان لى الأستاذ والمعلم والأخ الكبير ، جزاه الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير والوفاء والإعتراف لكل ذى فضل على وأخص **الأستاذ الدكتور / إبراهيم متولى النبراوى** ، الأستاذ بقسم آفات ووقاية النباتات بالمركز القومى للبحوث بالقاهرة تغمده الله برحمته وأسكنه فسيح جناته صاحب الدعامات والركائز الأساسية لهذا البحث والذى بدون توجيهاته العلمية المثمرة ما خرج هذا البحث إلى النور ولقد لاقى المنية خلال العمل فى هذا البحث ، فجزاه الله عنى وعن طلاب العلم والباحثين خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى **الأستاذ الدكتور / أحمد سيد مرسى فوزى** ، الأستاذ المساعد بقسم سموم وملوثات الغذاء بالمركز القومى للبحوث بالقاهرة على خالص كرمه وفضله ومعرفته الصادقة والذى قام بإجراء التحاليل المعملية حيث كان له دور جاد وفعال فى إخراج هذا البحث إلى الوجود ، جزاه الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير إلى أستاذي وعلمي
الأستاذ الدكتور / سليمان أحمد على حجر ، أستاذ الصحة الرياضية وخبير ألعاب القوى بكلية التربية
الرياضية - جامعة حلوان على موافقته وقبوله مناقشة هذا البحث فلا شك أن علمه وخبرته
سوف يعطى فرصة لإثراء هذا البحث وإخراجه في أفضل صورة ، غير أن ذلك من الشرف
العظيم للباحث صاحب بحث متواضع مثلي ، فجزاه الله عنى خير الجزاء وجعله فى ميزان
حسناته .

كما أتوجه بوافر الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / فاطمة سعد عبد الفتاح الأستاذ
المساعد بقسم علوم الصحة الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا على تفضلها
بقبول مناقشة هذه الرسالة بما لها من فكر متجدد وبناء سيعمل على إثراء هذا البحث ولعل هذا
شرف عظيم للباحث ولهذه الرسالة ، جزاها الله عنى خير الجزاء .

فإننى أتقدم بخالص الشكر والتقدير للأستاذ الدكتور / مسعود غرابية ، وكيل الكلية لشئون
البيئة والتعليم . وقائد مسيرة التقدم والرقى والبحث العلمى شأنه ودأبه معاً لنصنع مناخاً صحياً ،
كما أتقدم بوافر الشكر والحب والتقدير إلى الكاتب / خالد عبد السلام ، مدرب نادى
الزمالك لألعاب القوى والكاتب / أحمد القرموط ، مدرب نادى طنطا لألعاب القوى
والكاتب / أحمد إبراهيم ، والكاتب / سليمان سلمان ، على ما قاموا به من تذليل العقبات وإخضاع
عينة البحث للانضباط والاستمرار فى إجراء البحث ، ولقد ساعدونى كثيراً وما بخلوا على
بوقتهم أو جهدهم فى توفير الإمكانيات الخاصة بالبحث فلم خالص الشكر والعرفان بالجميل .
كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير لأفراد عينة البحث .

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير إلى الكاتب / أحمد غازى ، والذى ساعدنى بأرائه المثمرة
وأفكاره السديدة ورؤيته السليمة فى كتابة وصياغة وعرض المادة العلمية داخل البحث .
كما أتوجه بخالص الشكر إلى الأستاذ / محمد بلنضم ، والأستاذ / محمد عبد القادر ، على ما
قاما به بمساعدتى فى إجراء القياسات الخاصة لهذا البحث ، جزاهما الله عنى خير الجزاء .
كما أتقدم بأسمى وأجل وأعظم آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل الى من يعجز
اللسان عن أن يوفيهما حقهما أبى وأمى ، أمد الله فى عمرهما فما زال الحب والعطاء حالهما
والدعاء والصبر والتضحية دأبهما ، فجزاهم الله عنى خير الجزاء وجعل ذلك فى ميزان
حسناتهم .

ولإخوتى الأستاذ / حاتم الفرجاني ، والدكتور / إسلام الفرجاني اللذان ساعدانى وجدوا فى
مساعدتى لإنجاز هذا البحث .

وإلى زوجتى الغالية ، التى قامت بدورها فى هذا البحث من الصبر والوفاء والعطاء ،
كما أوجه شكرى لكل من مد لى يد العون والمساعدة وحضر ليشاركنى ويؤازرنى .
هذا وإن كان هناك من خطأ أو ذل فمنى ومن الشيطان والله ورسوله منه براء ، وإن
كان من نقص فهذه سمة البشر ، والله أسأل أن أكون قد وفقت فيما درست والخير أردت .
والله من وراء القصد ، وما توفيقى إلا بالله .

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	العنوان
ب	- قرار لجنة المناقشة والحكم
ج	- الشكر والتقدير
هـ	- قائمة المحتويات
ز	- قائمة الجداول
ك	- قائمة الأشكال
	- قائمة المرفقات
	الفصل الأول
١٢-١	المقدمة ومشكلة البحث
٢	- المقدمة ومشكلة البحث
٨	- أهمية البحث
٨	- أهداف البحث
٩	- تساؤلات البحث
٩	- المصطلحات المستخدمة في البحث
	الفصل الثاني
٧٦-١٣	القراءات النظرية والدراسات السابقة
١٤	أولاً : القراءات النظرية :
١٤	- أولاً : التعب
٢٧	- ثانياً : الإنزيمات
٤٧	- ثالثاً : المسافات القصيرة
٥٥	- رابعاً : المركب الغذائي
٦٨	ثانياً : الدراسات السابقة :
٦٨	- الدراسات العربية
٧٣	- الدراسات الأجنبية
٧٥	- التعليق على الدراسات السابقة

المتن	رقم الصفحة
-------	------------

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

٧٨	 أولاً : منهج البحث
٧٨	 ثانياً : عينة البحث
٨٠	 ثالثاً : وسائل جمع البيانات والأدوات المستخدمة
٨١	 رابعاً : التصميم التجريبي لخطوات التجربة
٨٤	 خامساً : المعالجات الإحصائية

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

٨٦	 أولاً : عرض النتائج
١٠٥	 ثانياً : مناقشة النتائج

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

١١٣	 أولاً : الاستنتاجات
١١٤	 ثانياً : التوصيات

المراجع

١١٦	 أولاً : المراجع باللغة العربية
١٢٢	 ثانياً : المراجع باللغة الإنجليزية
١٢٦	 ثالثاً : مصادر الشبكة العالمية للمعلومات
	 المرفقات

ملخصات البحث

	 ملخص البحث باللغة العربية
	 ملخص البحث باللغة الإنجليزية

رقم الجدول	موضوع الجدول	رقم الجدول
٥٠	١. معايير السرعات الحرارية اللازمة لأداء سباقات (١٠٠م - ٢٠٠م) (٤٠٠م) عدو	٥٠
٥٤	٢. نسبة الطاقة اللاهوائية والهوائية المرتبطة بأداء العمل العضلي في مسابقات ألعاب القوى	٥٤
٥٤	٣. اختلافات نظام إنتاج الطاقة تبعاً لسباقات ألعاب القوى	٥٤
٦٠	٤. التركيب الكمي لعسل النحل	٦٠
٧٩	٥. المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الأساسية	٧٩
٧٩	٦. المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لعينة البحث في المتغيرات الفسيولوجية قيد البحث	٧٩
٨٢	٧. النسب الفعلية للمركب الغذائي	٨٢
٨٦	٨. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الأولى (الأسبوع الأول) U/L	٨٦
٨٧	٩. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الثانية (الأسبوع الأول) U/L (الثاني)	٨٧
٨٩	١٠. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة الأولى (الأسبوع الأول) U/L	٨٩
٩٠	١١. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة الثانية (الأسبوع الأول) U/L (الثاني)	٩٠

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الجدول
٩١	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياسين القيليين للمجموعة الأولى التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول) U/L	١٢
٩٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياسين القيليين للمجموعة الثانية التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول والثاني) U/L	١٣
٩٣	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياسين البعديين للمجموعة الأولى التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول) U/L	١٤
٩٤	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز للقياسين البعديين للمجموعة الثانية التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول والثاني) U/L	١٥
٩٥	عرض لنسب التحسن لنتائج نشاط إنزيم أستيل كولين إستراز فى قياسات المجموعتين الأولى والثانية الضابطة والتجريبية (الأسبوع الأول) (الأسبوع الأول والثاني)	١٦
٩٦	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياس القيلى والبعدى للمجموعة الأولى التجريبية (الأسبوع الأول)	١٧
٩٧	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياس القيلى والبعدى للمجموعة الأولى الضابطة (الأسبوع الأول)	١٨

رقم الجدول	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٩	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياس القبلى والبعدى للمجموعة الثانية التجريبية (الأسبوع الأول والثانى)	٩٨
٢٠	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات المرتبطة ونسبة التحسن لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياس القبلى والبعدى للمجموعة الثانية الضابطة (الأسبوع الأول والثانى)	٩٩
٢١	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياسين القبليين للمجموعة الأولى التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول) ..	١٠٠
٢٢	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياسين البعديين للمجموعة الأولى التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول) ..	١٠١
٢٣	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياسين القبليين للمجموعة الثانية التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول والثانى)	١٠٢
٢٤	المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة (ت) للعينات غير المرتبطة لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) للقياسين البعديين للمجموعة الثانية التجريبية والضابطة (الأسبوع الأول والثانى)	١٠٣
٢٥	عرض لنسب التحسن لنتائج نشاط إنزيم مونو أمين - أوكسيداز (أ) فى قياسات المجموعتين الأولى والثانية الضابطة والتجريبية (الأسبوع الأول) و (الأسبوع الأول والثانى)	١٠٤