

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
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

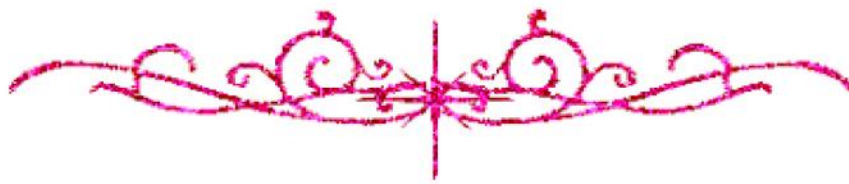
تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



HOSSAM MAGHRABY



بعض الوثائق الأصلية تالفة



HOSSAM MAGHRABY



بالرسالة صفحات

لم ترد بالأصل



HOSSAM MAGHRABY



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

" دراسة بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية وعلاقتها بفاعلية الأداء للاعبى الإسكواش "

بحث مقدم من

محمد سلامة صابر شحاته

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشراف

أ.د / عادل عبد الحليم حيدر أ.د / محمود حمدي عبد الكريم

أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضي بكلية

الرياضي بكلية التربية الرياضية التربية الرياضية - جامعة طنطا

جامعة طنطا

د / شريف فتحي صالح

مدرس ألعاب المضرب بقسم التدريب الرياضي

بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

١٤٢٦ هـ - ٢٠٠٥ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

صدق الله العظيم

﴿ سورة البقرة — آية : ٣٢ ﴾



جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

قرار

لجنة المناقشة العلانية والحكم على رسالة الماجستير

في التربية الرياضية - تدريب رياضي

اجتمعت اللجنة المشكلة للمناقشة العلانية والحكم اليوم السبت الموافق ٢٠٠٦ / ٢ / ٤ م،
من الساعة حتى الساعة وذلك بعد موافقة السيد الأستاذ الدكتور /
نائب رئيس الجامعة للدراسات العليا والبحوث بتاريخ ٢٠٠٦ / ١ / ١٧ لمناقشة رسالة الماجستير في
التربية الرياضية " تدريب رياضي - تخصص ألعاب مضرب "
المقدمة من الباحث : محمد سلامة صابر شحاته
الوظيفة : مدرس بالتربية والتعليم .

في موضوع : " دراسة بعض القياسات الجسمية والصفات البدنية وعلاقتها بفاعلية الأداء للاعبين الإسكواش "
وتتكون لجنة المناقشة العلنية والحكم من السادة :

- أ.د / عادل عبد الحليم حيدر : أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس بكلية التربية الرياضية -
جامعة طنطا مشرفاً "
- أ.د / آمال أحمد الخبسي : أستاذ القياس والتقويم بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة
الإسكندرية مناقشاً "
- أ.د / محمود حمدي عبد الكريم : أستاذ الكرة الطائرة ورئيس قسم التدريب بكلية التربية الرياضية - جامعة
طنطا مشرفاً "
- د. / مجدي حسني أبو فريخة : أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية - جامعة
طنطا مناقشاً "

وبعد ان رأت اللجنة صلاحية الرسالة للمناقشة :

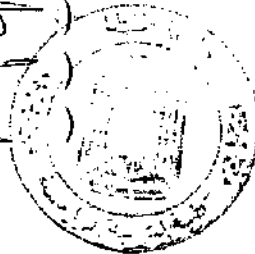
وبعد المناقشة قررت اللجنة الرسالة واقرحت
الباحث / محمد سلامة صابر شحاته درجة الماجستير في التربية الرياضية " تدريب رياضي " .

توقيع أعضاء اللجنة :

أ.د / عادل عبد الحليم حيدر
أ.د / آمال أحمد الخبسي
أ.د / محمود حمدي عبد الكريم
أ.م.د / مجدي حسني أبو فريخة

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث

أ.د / محمد سعد زقلول



الشكر والتقدير

الحمد لله الذى هدانا وما كنا لنهتدى لولا أن هدانا الله . أحمذك ربى كما علمتنا أن نحمد وأصلى وأسلم على خير خلقك سيدنا محمد ﷺ ، وأحمذك ربى سبحانه على ما وهبتنى من جهد وتوفيق تخطيت بهما كل ما صادفتنى من صعاب فى إنجاز هذا العمل ، وأشكر وأعترف بالفضل لكل من ساهم بجهد أو نصيحة جعلتني أهدتى إلى الطريق القويم .

وفى هذا المقام لا يسعنى بعد تقديم شكرى لله تعالى إلا أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل الى أستاذى الذى أجده فى منزلة والدى الذى كان لمواقفه النبيلة والكريمة أثراً كبيراً فى إنجاز هذا البحث والذى صدق فيه قول الرسول ﷺ ﴿ "إن لله عز وجل خلقاً خلقهم لحوائح الناس لينزع إليهم الناس فى حوائجهم أولئك الآمنون من عذاب الله تعالى" حقا هذا ما أحسست به تجاه : الأستاذ الدكتور / عادل عبد الحليم حيدر أستاذ القياس والتقويم ورئيس قسم علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، الذى أفادنى من علمه الغزير وأعاننى على السير فى هذا البحث وبذل من وقته وجهده بما يتناسب مع كونه رجل علم فاضل ما أجدنى عاجزاً عن أوفيه حقه من الشكر والعرفان بالجميل متعه الله بالصحة والعافية وسدد خطاه ووفقه لما فيه خير لأمتنا . آمين يا رب العالمين .

كما أتوجه بخالص وأصدق آيات الشكر والتقدير الى الأستاذ الدكتور / محمود حمدي عبد الكريم أستاذ ورئيس قسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، لتولييه مهمة الإشراف على هذا البحث ، فقد تعهدنى بعطائه المستمر وتوجيهاته العلمية السديدة بما عرف عنه من دقة وكفاءة وبعد نظر ، أدام الله فى عمره وجعله نبزاً لكل طالب علم وجزاه الله عنى خير الجزاء .

ولا يسعنى فى هذا المقام إلا أن أشكر الدكتور / شريف فتحى صالح مدرس ألعاب المضرب بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، الذى من الله علىّ به فى مراعاتى فى مهدي العلمى فغرس فى حب العلم والتعلم وأعاننى وساعدنى كثيراً حتى خرج هذا البحث الى الوجود .

كما أتقدم بخالص شكرى وتقديرى الى أستاذى عضو لجنة المناقشة الأستاذ الدكتور / أمال احمد الحلبى أستاذ القياس والتقويم بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية ، الدكتور / مجدى أبو فريخة الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضى بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ؛ لتحملهما عناء قراءة هذا البحث ومناقشته أملاً فى أن أكون عند حسن ظنهما بى وأن أفيد من ملاحظتهما لهذا البحث .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير الى الدكتور / سيد سامي صلاح الدين الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضي - جامعة طنطا ، على ما أولاه للباحث من وقت وجهد ومعاونة صادقة وفقه الله وجزاه عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير الى الدكتور / ياسر عاطف غرابية المدرس بقسم علوم الحركة بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا ، على ما قدمه من عون ومساعدة للباحث لإخراج هذا العمل بصورته الحالية .

كما أتوجه بخالص وأصدق آيات الشكر والتقدير والعرفان بالجميل الى أسناذى وأخى الدكتور / أحمد سلامة صابر الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضي - جامعة طنطا ، الذى كان لعظيم عطائه وكريم خلقه فضل ما وصل إليه الباحث من علم ومعرفة وفقه الله وجزاه الله عنى خير الجزاء .

كما لا يفوتنى أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير الى أخى الأكبر طارق سلامة صابر والذى لم يتوانى لحظة فى تقديم يد العون والمساعدة وتحفيزى على إتمام هذا البحث .

وأخيراً وليس آخرأ أتقدم بعظيم إمتنانى الى من قال فيهما الحق (وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا) (سورة الإسراء - آية ٢٤) إلى أبى وأمى مقبلاً على يديهما فلهما الفضل كل الفضل فى تنشئتى وتقويى وتهذيبى فهما الشمعة التى أضاعت لى الحياة بالنور والأمل والتفاؤل بمستقبل باهر وضاء .

والى زوجتى كل الشكر والتقدير على ما قدمته لى من مساعدة وتهئية الجو المناسب طوال فترة إعداد هذا البحث ، بارك الله فيها وعليها وجعلها عوناً لى فى حياتى المستقبلية .

وبعد فإبنى أختم شكرى وتقديرى بأشرف الكلمات وأجلها بقول الله سبحانه وتعالى ﴿ رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ﴾ {٨} رَبَّنَا إِنَّكَ جَامِعُ النَّاسِ لِيَوْمٍ لَا رَيْبَ فِيهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيعَادَ {٩} ﴿ سورة آل عمران (الآية ٨ - ٩) .

والله ولى التوفيق

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	قرار لجنة المناقشة والحكم
ب	الشكر والتقدير
د	قائمة المحتويات
ز	قائمة الجداول
١ - ٥	الفصل الأول : مقدمة البحث :
٢	١ / ١ مقدمة البحث
٢	١ / ٢ مشكلة وأهمية البحث
٤	١ / ٣ هدف البحث
٤	١ / ٤ فرض البحث
٤	١ / ٥ مصطلحات البحث
٦ - ٢١	الفصل الثانى : الدراسات النظرية :
٧	٢ / ١ رياضة الإسكواش
٧	٢ / ١ / ١ مفهومها - تاريخها
١٠	٢ / ٢ القياس فى رياضة الإسكواش
١٢	٢ / ٣ القياسات الجسمية ورياضة الإسكواش
١٤	٢ / ٤ الصفات البدنية ورياضة الإسكواش
١٥	٢ / ٤ / ١ القوة العضلية
١٦	٢ / ٤ / ٢ السرعة
١٨	٢ / ٤ / ٣ التحمل الدورى التنفسى
١٨	٢ / ٤ / ٤ الرشاقة
١٩	٢ / ٤ / ٥ المرونة
٢١	٢ / ٤ / ٦ الدقة
٢٢ - ٣٦	الفصل الثالث : الدراسات السابقة :
٢٣	٣ / ١ الدراسات العربية
٣٠	٣ / ٢ الدراسات الأجنبية
٣٥	٣ / ٣ التعليق على الدراسات السابقة
٣٦	٣ / ٤ الاستفادة من الدراسات السابقة

الموضوع

رقم الصفحة

الفصل الرابع : إجراءات البحث :

٤٧ - ٣٧

٣٨

٣٨

٣٩

٣٩

٤٠

٤١

٤١

٤١

٤١

٤٥

٤٦

٤٧

٤٧

٦٧ - ٤٨

٦٩ - ٦٨

٦٩

٦٩

٧٨ - ٧٠

٧١

٧٥

١ / ٤ المنهج المستخدم

٢ / ٤ مجتمع وعينة البحث

٣ / ٤ وسائل جمع البيانات

١ / ٣ / ٤ القياسات الجسمية

٢ / ٣ / ٤ الاختبارات البدنية

٤ / ٤ الأجهزة والأدوات المستخدمة

٥ / ٤ الإجراءات الإدارية

٦ / ٤ الدراسات الإستطلاعية

١ / ٦ / ٤ الدراسة الإستطلاعية الأولى

٢ / ٦ / ٤ الدراسة الإستطلاعية الثانية

٧ / ٤ الدراسة الأساسية

٨ / ٤ جمع البيانات وجدولتها

٩ / ٤ خطة المعالجات الإحصائية

الفصل الخامس : عرض النتائج ومناقشتها .

الفصل السادس : الإستخلاصات والتوصيات :

١ / ٦ الإستخلاصات

٢ / ٦ التوصيات

قائمة المراجع :

أولاً : المراجع العربية

ثانياً : المراجع الأجنبية

تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة

الموضوع

المرفقات :

- مرفق (١) القياسات الجسمية .
- مرفق (٢) الإختبارات البدنية .
- مرفق (٣) إستمارة تسجيل القياسات الجسمية .
- مرفق (٤) إستمارة تسجيل الإختبارات البدنية .

ملخصات ومستخلصات البحث :

- ملخص البحث باللغة العربية .
- مستخلص البحث باللغة العربية .
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية .
- مستخلص البحث باللغة الإنجليزية .

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٣٨	توزيع عينة البحث على الدراسات الاستطلاعية والأساسية	١.
٣٩	المتغيرات الأساسية لعينة البحث	٢.
	توزيع القياسات الجسمية والاختبارات البدنية على أربعة	٣.
٤٣	مجموعات وترتيب أداء كل منها داخل كل مجموعة	
٤٥	معاملات الصدق التمايزي	٤.
٤٦	معاملات الثبات للاختبارات البدنية للاعبين رياضة الإسكواش	٥.
	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعاملات الالتواء	٦.
٤٩	لدرجات الأدلة الجسمية المستخدمة في البحث	
	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعاملات الالتواء	٧.
٥٢	لدرجات الاختبارات البدنية المستخدمة في البحث	
	تحليل التباين بين المستويات الثلاثة للاعبين رياضة الإسكواش في	٨.
٥٣	درجات الأدلة الجسمية	
	تحليل التباين بين المستويات الثلاثة للاعبين رياضة الإسكواش في	٩.
٥٦	درجات الاختبارات البدنية	
	دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (الطول من الجلوس /	١٠.
	طول القامة - طول الطرف السفلي / طول القامة) بين لاعبي	
٥٧	المستويات الثلاثة	
	دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (طول العضد / طول	١١.
٥٧	القامة - طول الفخذ / طول القامة) بين لاعبي المستويات الثلاثة	
	دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (الطول من الجلوس /	١٢.
	طول الطرف السفلي - الإتساع الأخرى / طول القامة) بين	
٥٨	لاعبي المستويات الثلاثة	
	دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (إتساع الحوض / طول	١٣.
	القامة - إتساع المرفق / طول العضد) بين لاعبي المستويات	
٥٩	الثلاثة	

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦٠	١٤. دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (إتساع الركبة / طول القامة - محيط الوسط / محيط الصدر) بين لاعبي المستويات الثلاثة	١٤
٦١	١٥. دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (محيط الصدر / محيط البطن - محيط العضد / طول القامة) بين لاعبي المستويات الثلاثة	١٥
٦١	١٦. دلالة الفروق بين متوسطات درجات دليل (محيط الفخذ / طول الفخذ - محيط العضد / محيط الصدر) بين لاعبي المستويات الثلاثة	١٦
٦٤	١٧. دلالة الفروق بين متوسطات درجات اختبار (سرعة أداء الضربة الخلفية - دقة الضربة الخلفية الساقطة) بين لاعبي المستويات الثلاثة	١٧
٦٥	١٨. دلالة الفروق بين متوسطات درجات اختبار (الجرى مختلف الأبعاد - قوة عضلات الكتفين) بين لاعبي المستويات الثلاثة	١٨
٦٥	١٩. دلالة الفروق بين متوسطات درجات اختبار (الوثب العمودي من الثبات - ثنى الجذع من الوقوف) بين لاعبي المستويات الثلاثة ..	١٩
٦٦	٢٠. دلالة الفروق بين متوسطات درجات اختبار الجرى أكبر مسافة في ٢ اق بين لاعبي المستويات الثلاثة	٢٠