

**hossam maghraby**



شبكة المعلومات الجامعية

# بسم الله الرحمن الرحيم



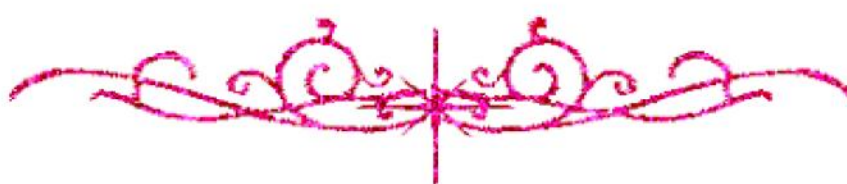
**hossam maghraby**



شبكة المعلومات الجامعية



# شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



hossam maghraby



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



**hossam maghraby**



شبكة المعلومات الجامعية



# بعض الوثائق الأصلية تالفة



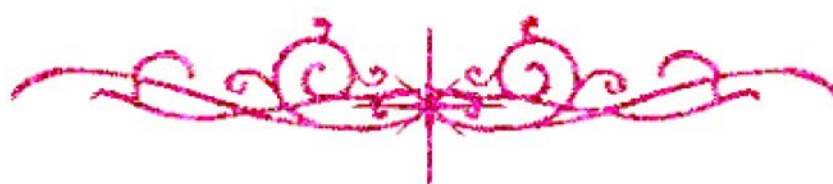
**hossam maghraby**



شبكة المعلومات الجامعية



**بالرسالة صفحات  
لم ترد بالأصل**



B/6649

## تطوير التوازن الإيقاعي للتحركات الدفاعية والمجموعية للاعبين كرة القدم وعلاقته بفعالية الأداء

اعداد

ممدوح محمود محمد رمضان

المدرس المساعد بقسم الألعاب

بكلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

اشراف

د. محمد علي محمود

مدرس بقسم الألعاب

بكلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

د. شعبان عيسد حسنين

أستاذ متفرغ بقسم الألعاب

وكيل كلية التربية الرياضية

لشئون التعليم والطلاب

جامعة المنيا سابقاً

د / مكي عبد الفتاح محمد

أستاذ مساعد بقسم الألعاب بكلية التربية الرياضية  
جامعة المنيا

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة

دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

من كلية التربية الرياضية

جامعة المنيا

١٤١٦ هـ - ١٩٩٦ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# نرفع درجات من نتساء وفوق مجاله علم عليم

صدق الله العظيم

جوسف - ٩٧٥

إن لله عبداً اختصهم بقضاء هوائع الناس  
فيهم الخ الفير وحبيب الفير اليهم  
أولئك الأمنون من عذاب  
الله يوم القيامة

حديث قدس

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة المنيا

كلية التربية الرياضية

=====

قرار

=====

لجنة المناقشة والحكم في البحث المقدم من الباحث / مدوح محمود محمد دى المدرس المساعد بقسم  
الالعاب بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا -

انه في يوم الاحد الموافق ١٩٩٦/١١/٢ في تمام الساعة الثانية عشر ظهرا في مقر جامعة المنيا  
اجتمعت اللجنة بكامل هيئتها والمعتدة من مجلس الكلية بتاريخ ١٩٩٦/١٠/٢٢ ومن الاستاذ  
الدكتور / نائب رئيس الجامعة لشئون الدراسات العليا والبحوث بتاريخ ١٩٩٦/١٠/٢٦ -  
والمشكلة من السادة :-

- ١ - د. شعبان عيد حسنين  
استاذ مطروح بقسم العاب بكلية التربية الرياضية  
بالمنيا ( مشرفا )
- ٢ - د. طي على عيد الحزاري  
وكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم  
والطلاب بالمنيا ( مناقشا )
- ٣ - د. مفتي ابراهيم محمد  
استاذ بقسم العاب بكلية التربية الرياضية  
للبنين بالقاهرة ( مناقشا )

ويعد مناقشة الدارس علنا في الرسالة موضوع البحث وعنوانها :-

" تطوير التوازن الایقاعی للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبی كرة القدم وعلاقته بفاطیسة  
الاراء "

ويعد العداولة قررت اللجنة بمرل الرسالة واقترحت منح الباحث / مدوح محمود محمد دى درجة  
الدكتوراه في التربية الرياضية ولرخص اللجنة (مجلس الكلية) اكاديمية .

اللجنة



- ١ - د. شعبان عيد حسنين
- ٢ - د. طي على عيد الحزاري
- ٣ - د. مفتي ابراهيم محمد

## شكر وتقدير

إن الحمد لله نحمده ونشكره على نعمائه من يهده الله فهو المهتد ومن يضلل فلن تجد له ولياً مرشداً فالحمد لله الذى وهبنا القدرة على إتمام هذا العمل بهذه الصورة المتواضعة الذى أرجو من الله أن يفي بحاجه طالبيه.

واعترافا لكل ذى فضل بفضله يقدم الباحث عظيم شكره لاستاذة الفاضل الاستاذ الدكتور / شعبان عيد حسانين الاستاذ المتفرغ ووكيل كلية التربية الرياضيه جامعه المنيا سابقا على ما اعطاه من علمه وخبراته الميدانيه وفكره السديد والمعاونه الصادقه حيث كان لتوجيهاته الفنيه البناء الفضل فى اتمام هذا البحث كما يسعد الباحث ان يتقدم بجزيل الشكر والاعتزاز الى الدكتور / محمد على محمود المدرس بكلية التربية الرياضيه على ما بذله من جهد وعون رغم انشغاله الدائم بتدريب المنتخب القومى المصرى لكره القدم.

كما يتقدم الباحث بالشكر لكل من الاستاذ الدكتور / مفتى ابراهيم حماد الاستاذ بكلية التربية الرياضيه للبنين جامعه حلوان والاستاذ الدكتور / على عيد العزازى وكيل كلية التربية الرياضيه لشئون الطلاب جامعه المنيا على تفضلهما بقبول مناقشه هذه الرساله .

كما يزجى الباحث اوفر الشكر والتقدير الى لاعبى تحت ١٩ سنه بنادى الزمالك ومدرّبهم / حلمى طولان على ما قدموه من عون صادق فى تنفيذ هذا البحث ولا يفوت الباحث ان يتقدم بعظيم الشكر والتقدير الى والده ووالدته وزوجته ، اللذين احاطوه بكامل رعايتهم واهتمامهم مما ساعده فى اعداد هذا البحث.

والله ولى التوفيق

الباحث

## قائمة المحتويات

| الموضوع                          | رقم الصفحة |
|----------------------------------|------------|
| - قرار لجنة المناقشة والحكم      | ج          |
| - شكر وتقدير                     | د          |
| - قائمة المحتويات                | هـ         |
| - قائمة الجداول                  | ح          |
| - قائمة الاشكال والرسوم البيانية | ط          |

### الفصل الاول

#### المقدمة ومشكلة البحث

|                     |    |
|---------------------|----|
| مشكلة البحث وأهميته | ٢  |
| اهداف البحث         | ٩  |
| فروض البحث          | ١٠ |
| مصطلحات البحث       | ١١ |

### الفصل الثانى

#### القراءات النظرية والدراسات السابقة

##### اولا القراءات النظرية

|                       |    |
|-----------------------|----|
| قواعد التدريب.        | ١٤ |
| أنواع التخطيط الرياضى | ١٥ |
| خطة التدريب السنوية.  | ١٥ |
| الإعداد البدنى.       | ١٨ |
| الإعداد المهارى.      | ٢١ |
| الإعداد الخططى.       | ٢٣ |
| الإعداد الذهنى .      | ٢٣ |

## تابع قائمة المحتويات

| الموضوع                                                   | رقم الصفحة |
|-----------------------------------------------------------|------------|
| - الإعداد النفسى.                                         | ٣٤         |
| - استراتيجية كرة القدم الحديثة.                           | ٣٦         |
| ثانيا الدراسات السابقة                                    | ٣٩         |
| - التعليق على الدراسات السابقة                            | ٤٢         |
| الفصل الثالث                                              |            |
| خطة واجراءات البحث                                        |            |
| - منهج البحث                                              | ٤٤         |
| - عينه البحث.                                             | ٤٤         |
| - ابوات البحث.                                            | ٤٤         |
| - الدراسات الاستطلاعية                                    | ٤٥         |
| - البرنامج التدريبى المقترح                               | ٤٧         |
| - الخطوات المتبعة لتخطيط البرنامج.                        | ٤٧         |
| - تنفيذ البرنامج .                                        | ٤٨         |
| - وسائل تنفيذ التوازن الإيقاعى للتحركات دفاعياً ومجومياً. | ٤٨         |
| - الجول الزمنى لتطبيق البحث.                              | ٤٩         |
| - المعالجة الإحصائية.                                     | ٥٠         |
| الفصل الرابع                                              |            |
| عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها                            |            |
| اولا : عرض النتائج                                        | ٥٢         |
| ثانيا : تفسير النتائج ومناقشتها                           | ٦٤         |

## تابع قائمة المحتويات

رقم الصفحة

الموضوع

### الفصل الخامس

#### الاستنتاجات والتوصيات

٧٤ - أولاً : الاستنتاجات

٧٥ - ثانياً: التوصيات

#### المراجع

٧٨ المراجع العربي

٨١ المراجع الاجنبي.

#### المرفقات

مرفق (١) إستمارة تحليل للمهارات الحركية (فعالية الأداء) (إعداد الباحث)

مرفق (٢) إستمارة تحليل للتحركات الدفاعية والهجومية (إعداد الباحث)

مرفق (٣) التوازن الإيقاعي للتحركات الدفاعية والهجومية في حالة الإستحواذ (الفريق مهاجم).

مرفق (٤) التوازن الإيقاعي للتحركات الدفاعية والهجومية في حالة الفقد (الفريق مدافع).

مرفق (٥) البرنامج التدريبي المقترح (إعداد الباحث)

مرفق (٦) نماذج التمرينات البدنية والفنية (وسائل تنفيذ البرنامج).

#### ملخص البحث

ملخص البحث باللغة العربية.

ملخص البحث باللغة الإنجليزية.

## قائمة الجداول

| رقم الجدول | عنوان الجدول                                                                                                                                                             | رقم الصفحة |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| ١          | درجة أهمية مكونات عناصر اللياقة البدنية فى كرة القدم بالنسبة للأداء المهارى والخططى خلال المباراة                                                                        | ٢٠         |
| ٢          | الدراسات السابقة                                                                                                                                                         | ٣٩         |
| ٣          | نسبة التحسن بين القياسين القبلى والبعدى لفعالية الأداء للمهارات الاساسية فى اجزاء الملعب المختلفة للعينة قيد البحث.                                                      | ٥٢         |
| ٤          | نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء بين القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث                                                                                           | ٥٤         |
| ٥          | نسبة التحسن بين القياسين القبلى والبعدى للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبين دفاعياً وهجومياً فى الأثلث الثلثة الهجومى والأوسط والدفاعى للعينة قيد البحث | ٥٥         |
| ٦          | نسبة التحسن الكلية للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبين بين القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث                                                     | ٥٧         |
| ٧          | دلالة الفرق بين متوسطات القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث للمهارات الأساسية لقياس فعالية الأداء.                                                                  | ٥٨         |
| ٨          | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث لمجموع المهارات الأساسية (فعالية الأداء)                                                                | ٥٩         |
| ٩          | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية.                                                           | ٦٠         |
| ١٠         | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينة قيد البحث لمجموع التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية فى حالتى الدفاع والهجوم                             | ٦٢         |
| ١١         | دلالة الارتباط بين التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية وفعالية الأداء والفريق مهاجم للعينة قيد البحث                                                            | ٦٣         |

## قائمة الاشكال

| رقم الشكل | عنوان الشكل                                                                                                                                   | رقم الصفحة |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| ١         | نسبة التحسن بين القياسين القبلى والبعدى لفعالية الأداء للمهارات الاساسية فى اجزاء الملعب المختلفة.                                            | ٥٣         |
| ٢         | نسبة التحسن الكلية لفعالية الأداء بين القياسين القبلى والبعدى.                                                                                | ٥٤         |
| ٣         | نسبة التحسن بين القياسين القبلى والبعدى للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبين دفاعياً وهجومياً.                                | ٥٦         |
| ٤         | نسبة التحسن الكلية للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية للاعبين بين القياسين القبلى والبعدى                                           | ٥٧         |
| ٥         | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينه قيد البحث على فعالية الأداء (مجموع المهارات الأساسية).                                 | ٥٩         |
| ٦         | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينه قيد البحث للتوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية.                                | ٦١         |
| ٧         | دلالة الفروق بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى للعينه قيد البحث لمجموع التوازن الإيقاعى للتحركات الدفاعية والهجومية فى حالتى الدفاع والهجوم. | ٦٢         |

## **الفصل الاول —**

### **المقدمة ومشكلة البحث**

- مشكلة البحث وأهميته.

- أهداف البحث.

- فروض البحث.

- مصطلحات البحث.