

سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية

بسم الله الرحمن الرحيم



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكروفيلم



سامية محمد مصطفى



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



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



بعض الوثائق الأصلية تالفة



سامية محمد مصطفى



شبكة المعلومات الجامعية



بالرسالة صفحات لم ترد بالأصل



جامعة الاسكندرية
كلية التربية الرياضية للبنين
قسم المنازلات والرياضات المائية

تأثير اختلاف الوسط التدريبي على فعالية الأداء لحركات الرجلين للمبارزين الناشئين تحت ١٧ سنة

رسالة مقدمة من

أسامة عبد الرحمن على

المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس
جامعة المنصورة

ضمن متطلبات الحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية

إشراف

دكتور

رمزي عبد القادر الطنبولي

الأستاذ المساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

دكتور

حسين أحمد حجاج

الأستاذ بقسم المنازلات والرياضات المائية
كلية التربية الرياضية للبنين
جامعة الاسكندرية

B

١٥٣١٤

١٤٢٠ هـ - ١٩٩٩ م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
" قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ "

صدق الله العظيم
(سورة البقرة : الآية ٣٢)

قرار لجنة المناقشة والحكم

انه في يوم الاثنين الموافق ٦ / ٩ / ١٩٩٩ اجتمعت اللجنة المشكلة من :

- أستاذ دكتور / فتنات محمد جبريل
- أستاذ دكتور / إبراهيم نبيل عبد العزيز مراد
- أستاذ دكتور / حسين أحمد حجاج
- أستاذ م . دكتور / رمزي عبد القادر الطنبولي
- أستاذ بقسم المناهج وطرق التدريس - بكلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الاسكندرية (مناقشا)
- أستاذ بقسم التدريب الرياضي - بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان (مناقشا)
- أستاذ بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية (مشرفا)
- أستاذ مساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية (مشرفا)

لمناقشة الرسالة المقدمة من الدارس / أسامة عبد الرحمن علي المدرس المساعد بقسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة للحصول علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية وموضوعها :

" تأثير اختلاف الوسط التدريبي علي فعالية الاداء لحركات الرجلين للمبارزين الناشئين تحت ١٧ سنة "

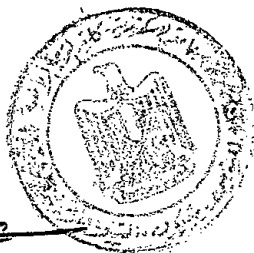
وقد تمت المناقشة في تمام الساعة ١١ صباحاً من يوم الاثنين الموافق ٦ / ٩ / ١٩٩٩ م بمقر كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الإسكندرية .

وبعد المناقشة قررت اللجنة قبول الرسالة واقترحت على الدارس / أسامة عبد الرحمن علي درجة دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية .

مع إلتواضحه بطبع الرسالة على نفقة الجامعة وتزاولها مع الجهات العلمية والجامعات الأخرى

توقيعات أعضاء اللجنة

- (د. محمد جبريل) - أستاذ دكتور / فتنات محمد جبريل
- (د. إبراهيم نبيل عبد العزيز مراد) - أستاذ دكتور / إبراهيم نبيل عبد العزيز مراد
- (د. حسين أحمد حجاج) - أستاذ دكتور / حسين أحمد حجاج
- (د. رمزي عبد القادر الطنبولي) - أستاذ م . دكتور / رمزي عبد القادر الطنبولي



يعتمد
عميد الكلية

أ. د / أحمد الهادي يوسف

شكر وتقدير

أحمد الله تبارك وتعالى حمدا دائما ، طيبا ، مباركا ، حمدا كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه ، وأصلى وأسلم على أشرف المرسلين سيدنا محمد ونبينا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله وأصحابه أجمعين ، أما بعد يطيب لى فى هذا المقام أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى أستاذى الفاضل الأستاذ الدكتور / حسين أحمد حجاج الذى تبنى الباحث منذ إلتحاقه بمرحلة الدكتوراه وحتى إتمام هذا البحث ، والذى دأب على توجيهه فكريا وتربويا ، فأقدر لسيادته ما بذله من جهد وعناء فى سبيل إتمام هذا البحث ، بارك الله فى صحته وماله وأهل بيته ، وجزاه الله عنى خير الجزاء .

كما أتقدم بشكرى وتقديرى إلى أستاذى الجليل الدكتور / رمزى عبد القادر الطنبولى لما قدمه لى من نصيح وإرشاد كان له عظيم الأثر فى إثراء هذا البحث .

ويسعدنى أن أتقدم بخالص شكرى إلى الأستاذة الدكتورة / فتنات محمد جبريل لتفضلها بالموافقة على مناقشة هذا البحث .

كما يطيب لى أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى إستاذى الجليل الأستاذ الدكتور / ابراهيم نبيل مراد على تفضله بمناقشة هذا البحث رغم عناء السفر ومشقة الترحال فله منى خالص الشكر وأدام الله عليه الصحة والعافية .

كما لايفوتنى أن أتقدم بخالص شكرى وعرفانى بالجميل إلى الأساتذة الأجلاء الأفاضل أ . د / عصام حلمى ، أ.د / جمال علاء الدين ، أ.د / على البيك ، أ.د / سامى الشربيني على تعاونهم الدائم للباحث منذ تسجيل موضوع البحث ، ، وإلى أ . د / محمد صبري عمر أتقدم لسيادته بخالص شكرى على تفضله بإجراء المعالجات الإحصائية الخاصة بالبحث ، وشكرى للدكتور / إيهاب محمود مفرح ، لما بدر منه تجاه الباحث وفى إنهاء البحث ، كما أتقدم بعظيم تقديرى للاعبى نادى السلاح السكندرى على تعاونهم وطاعتهم فى تنفيذ البرنامج ، وأتقدم بالشكر والتقدير إلى الدكتور / إسلام الغنيمى لتعاونه لى فى إدخال الرسومات والأشكال على جهاز الكمبيوتر ، وأتقدم بخالص شكرى إلى كل من آمال وأمانى أحمد عبد العزيز لمراجعة البحث لغويا وتعاونهم مع الباحث .

كما لايفوتنى أن أتقدم بخالص تقدير وعرفانى بالجميل إلى أسرة المكتبة بالكلية على تعاونهم الدائم لى طيلة إجراء البحث .

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والإحترام والتقدير والعرفان بالجميل لأمى الفاضلة التى تنير لى الطريق بدعائها وروح أبى الطاهرة ، فله عظيم الأثر فى دفعى لتكملة مشوارى العلمى، وإلى أخوتى والأصدقاء فإليهم جميعا أقدم شكرى وتقديرى .

الباحث

قائمة المحتويات

رقم الصفحة

الموضوع

أ	 قائمة المحتويات
هـ	 قائمة الجداول
ز	 قائمة الأشكال

الفصل الأول

٠/١ - مقدمة البحث

٢	 ١/١ - مشكلة البحث وأهميتها
٥	 ٢/١ - هدف البحث
٥	 ٣/١ - فروض البحث
٥	 ٤/١ - المصطلحات المستخدمة في البحث

الفصل الثاني

٠/٢ - القراءات النظرية والدراسات السابقة

٩	 ١/٢ - القراءات النظرية :
٩	 ١/١/٢ - طبيعة الأداء في المباراة
٩	 ٢/١/٢ - حركات الرجلين
١٦	 ٣/١/٢ - القدرات الحركية الخاصة
١٨	 ١/٣/١/٢ - القوة المميزة بالسرعة
٢٠	 ٢/٣/١/٢ - خصائص الحمل الموجه لتنمية القوة المميزة بالسرعة
٢٣	 ٣/٣/١/٢ - تحمل القوة المميزة بالسرعة
٢٤	 ٤/٣/١/٢ - خصائص الحمل الموجه لتنمية تحمل القوة المميزة بالسرعة
٢٥	 ٥/٣/١/٢ - التحمل الخاص
٣٢	 ٦/٣/١/٢ - خصائص الحمل الموجه لتنمية التحمل الخاص
٣٥	 ٧/٣/١/٢ - العلاقة بين القوة والتحمل في الأداء الحركي
٣٦	 ٤/١/٢ - الأوساط التدريبية
٣٧	 ١/٤/١/٢ - التدريبات المائية
٤١	 ٢/٤/١/٢ - التدريبات على الرمال
٤٣	 ٣/٤/١/٢ - التدريبات الأرضية
٤٤	 ٥/١/٢ - فعالية الأداء المهاري

٤٦	٢/٢ - الدراسات السابقة
٤٦	١/٢/٢ - الدراسات في الوسط المائي
٤٩	٢/٢/٢ - الدراسات الخاصة بالمبارزة
٥٢	٣/٢/٢ - الاستفادة من الدراسات السابقة

الفصل الثالث

٠/٣ - إجراءات البحث

٥٥	١/٣ - منهج البحث
٥٥	٢/٣ - مجالات البحث
٥٥	١/٢/٣ - المجال البشري
٥٧	٢/٢/٣ - المجال المكاني
٥٧	٣/٢/٣ - المجال الزمني
٥٧	٣/٣ - الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث
٥٨	٤/٣ - تقنين مجموعة من الاختبارات الخاصة
٥٨	١/٤/٣ - اختبار تحمل القوة المميزة بالسرعة
٥٩	٢/٤/٣ - اختبار تحمل السرعة
٦١	٣/٤/٣ - اختبار تحمل القوة
٦٢	٤/٤/٣ - اختبار الرشاقة الخاص
٦٣	٥/٤/٣ - اختبار التوافق الحركي للرجلين
٦٤	٥/٣ - الدراسات الميدانية لتجربة البحث
٦٤	١/٥/٣ - عينة الدراسة الميدانية للاختبارات المقترحة
٦٤	٢/٥/٣ - تجربة الاختبارات المقترحة علي العينة الاستطلاعية
٦٥	٣/٥/٣ - الدراسة الاستطلاعية الأولى
٧٠	٤/٥/٣ - الدراسة الاستطلاعية الثانية
٧١	٥/٥/٣ - الدراسة الاستطلاعية الثالثة
٧٣	٦/٣ - الاختبارات والقياسات البدنية والمورفولوجية وفعالية الأداء
٨٠	٧/٣ - الدراسة الاستطلاعية الرابعة
٨٣	٨/٣ - الدراسة الأساسية (التجربة)
٨٩	٩/٣ - المعالجات الإحصائية

الفصل الرابع

٠/٤ - عرض ومناقشة النتائج

- ٩١ - عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالمجموعات الثلاثة قبل التجربة
 ٩٤ - عرض ومناقشة النتائج قبل وبعد التجربة
 ١/٢/٤ - عرض ومناقشة نتائج المجموعة التجريبية الأولى قبل وبعد التجربة
 ٩٤ - عرض ومناقشة نتائج المجموعة التجريبية الثانية قبل وبعد التجربة
 ١٠٦ - عرض ومناقشة نتائج المجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة
 ١١٨ - عرض ومناقشة نتائج المجموعة الضابطة قبل وبعد التجربة
 ١٢٩ - عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالمجموعات الثلاثة بعد التجربة

الفصل الخامس

٠/٥ - الاستنتاجات والتوصيات

- ١٤٥ - الاستنتاجات
 ١٤٦ - التوصيات

المراجع

- ١٤٨ - أولاً - المراجع العربية
 ١٥٧ - ثانياً - المراجع الأجنبية
 ١٦٣ - ثالثاً - المراجع الروسية

- المرفقات

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

الموضوع

المرفقات

مرفق (١) التدريبات التي طبقت علي المجموعة التجريبية الأولى في الماء
مرفق (٢) التدريبات التي طبقت علي المجموعة التجريبية الثانية علي
الرمال

مرفق (٣) التدريبات الأرضية التي طبقت علي المجموعات الثلاثة بالصالة
المغلقة

مرفق (٤) البرنامج التدريبي المطبق علي المجموعات الثلاثة

مرفق (٥) طريقة إيجاد مساحة سطح الجسم بالمتري المربع

مرفق (٦) استمارة ملاحظة الأداء لحركات الرجلين

مرفق (٧) أسماء اللاعبين المميزين بالنادي وأعضاء بالمنتخب القومي في
الأسلحة الثلاثة

مرفق (٨) شهادة معتمدة من وحدة البحوث والمعلومات الرياضية (الحاسب
الآلي) بكلية التربية الرياضية بإجراء المعالجات الإحصائية
الخاصة بالبحث

قائمة الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
١	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات الوصفية للبحث	٥٦
٢	تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة في متغيرات البحث الوصفية	٥٦
٣	معاملات صدق الاختبارات	٧١
٤	معاملات ثبات الاختبارات	٧٢
٥	تقنين المقاومات للتمرينات في الماء بالسرعة القصوي	٨١
٦	تقنين المقاومات للتمرينات علي الرمال بالسرعة القصوي	٨٢
٧	توزيع حجم عدد الساعات الأسبوعية والمرحلة	٨٥
٨	توزيع نسب التدريب في الأوساط وعلي الأرض في كل مرحلة	٨٥
٩	توزيع أزمنة الإعداد في الأوساط والأرض وأزمنة الإعداد العام والخاص في الأوساط التدريبية	٨٦
١٠	القياسات البدنية والمورفولوجية للمجموعات الثلاثة قبل التجربة	٩١
١١	تحليل التباين بين المجموعات الثلاثة بفعالية أداء حركات الرجلين قبل التجربة خلال المباريات الثلاثة	٩٢
١٢	مقارنة القياسات البدنية والمورفولوجية للمجموعة التجريبية الأولى قبل وبعد التجربة	٩٤
١٣	المقارنة بين القياس القبلي والبعدي لفعالية الأداء المهاري لحركات الرجلين لدي المجموعة التجريبية الأولى	١٠٢
١٤	معدل التغير بين القياس القبلي والبعدي لحركات الرجلين للمجموعة التجريبية الأولى	١٠٣
١٥	مقارنة القياسات البدنية والمورفولوجية للمجموعة التجريبية الثانية قبل وبعد التجربة	١٠٦
١٦	المقارنة بين القياس القبلي والبعدي لفعالية الأداء المهاري لحركات الرجلين للمجموعة التجريبية الثانية	١١٤
١٧	معدل التغير بين القياس القبلي والبعدي لحركات الرجلين للمجموعة التجريبية الثانية	١١٥
١٨	مقارنة القياسات البدنية والمورفولوجية للمجموعة الضابطة	١١٨
١٩	المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي لفعالية الأداء المهاري لحركات الرجلين لدي المجموعة الضابطة	١٢٦