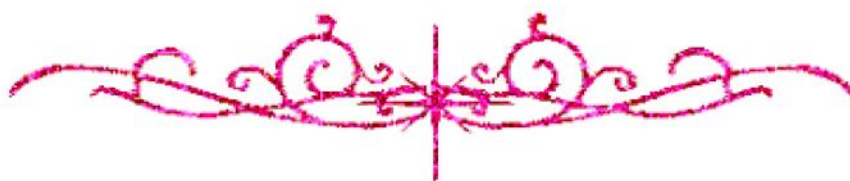


hossam maghraby



شبكة المعلومات الجامعية

بسم الله الرحمن الرحيم



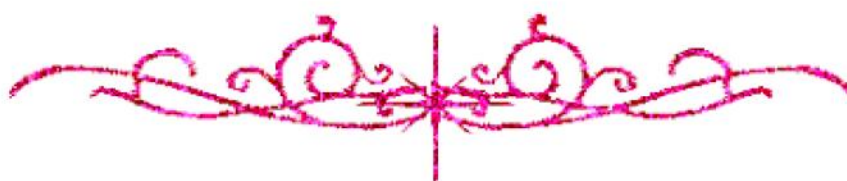
hossam maghraby



شبكة المعلومات الجامعية



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الالكتروني والميكرو فيلم



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



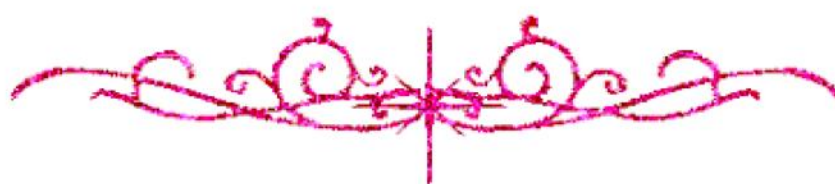
hossam maghraby



شبكة المعلومات الجامعية



**بالرسالة صفحات
لم ترد بالأصل**



B17781

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم التدريب الرياضي

" تأثير مؤشر جلوكوز الدم كأساس لتغذية السباحين علي مستوي الأداء وبعض الاستجابات الفسيولوجية. "

بحث مقدم من

ايهاب احمد محمد اسماعيل

ضمن متطلبات الحصول علي درجة دكتوراة الفلسفة في التربية الرياضية

اشراف

الأستاذ الدكتور

علي محمود عبيد

أستاذ ألعاب القوى والمضمار ووكيل

كلية التربية الرياضية لشئون

الطلاب والتعليم بكلية التربية

الرياضية بطنطا

جامعة طنطا

الأستاذ الدكتور

أبو العلا احمد عبد الفتاح

أستاذ فسيولوجيا الرياضة ورئيس

قسم علوم الصحة الرياضية بكلية

التربية الرياضية بالهرم

جامعة حلوان

الأستاذ الدكتور

أحمد مصطفى السويقي

أستاذ السباحة ورئيس شعبة الرياضات

المائية بكلية التربية الرياضية بطنطا جامعة

طنطا

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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

صدق الله العظيم

سورة البقرة (آية 32)

قرار لجنة المناقشة والحكم

أنة فى يوم الموافق / / 2002 م اجتمعت اللجنة المشكلة من :

أستاذ فسيولوجيا الرياضة ورئيس قسم علوم الصحة الرياضية
بكلية التربية الرياضية بالهرم جامعة حلوان (مشرفا)
أستاذ فسيولوجيا الرياضة بقسم علوم الصحة الرياضية كلية
التربية الرياضية بأبو قير جامعة الاسكندرية (مناقشا)
أستاذ التدريب الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية
لشئون الطلاب والتعليم بكلية التربية الرياضية
جامعة طنطا (مشرفا)
أستاذ بقسم التدريب الرياضي ورئيس شعبة الرياضات المائية
بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا (مشرفا)
أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية
جامعة طنطا (مناقشا)

أ. د / أبو العلا أحمد عبدالفتاح

أ. د / يوسف دهب على

أ. د / علي محمود عبيد

أ. د / أحمد مصطفى السويفى

أ. م. د / جمال عبدالحليم الجمل

لمناقشة رسالة الدكتوراه المقدمة من الباحث / ايهاب احمد محمد اسماعيل

وموضوعها : " تأثير مؤشر جلوكوز الدم كأساس لتغذية السباحين على مستوى الأداء وبعض الاستجابات الفسيولوجية. "

وقد تمت المناقشة فى تمام الساعة من يوم الموافق / / 2002 م بمقر كلية التربية الرياضية جامعة طنطا.

الرسالة و اقترحت الباحث / ايهاب احمد محمد اسماعيل

وبعد المناقشة العلنية قررت اللجنة

درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية .

توقيعات اللجنة

()
()
()
()
()
()

أ. د / أبو العلا أحمد عبدالفتاح
أ. د / يوسف دهب على
أ. د / علي محمود عبيد
أ. د / أحمد مصطفى السويفى
أ. م. د / جمال عبدالحليم الجمل

يعتمد
أ. د / علي محمود عبيد
وكيل الكلية لشئون الطلاب والتعليم

شكر وتقدير

أحمد الله سبحانه وتعالى واسجد له شكراً جلته قدرته علي أن مدني
بعون منه وصبراً وقوة لاتمام هذا البحث.

أتقدم بخالص الشكر والتقدير والعرفان بالجميل إلى أستاذي الفاضل الأستاذ
الدكتور / أبو العلا أحمد عبد الفتاح والذي لن أوفيه حقه من الشكر فكان دافعا وعونا
لي فيما واجهني من صعوبات منذ أن كان البحث مجرد فكرة وحتى خرج إلي حيز الوجود ،
كما كان لسعة صدره وعلمه الفياض وتوجيهاته البناءة اكبر الأثر في إخراج هذا البحث .
كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / علي محمود حميد
على ما قام به من مساعدات وتوجيه مستمر أثناء إشرافه علي هذا البحث .

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير إلى الأستاذ الدكتور / أحمد مصطفى السويدي
على ما بذله من وقت وجهد في المعاونة الصادقة والتوجيه المستمر أثناء إشرافه علي هذا
البحث .

وأتقدم بخالص شكري وتقديري إلى كل من الأستاذ الدكتور / يوسف دهب علي أستاذ
فسيولوجيا الرياضية لقسم المواد الصحية - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية ،
و الأستاذ الدكتور / جمال عبد الحليم الجمل لتفضلهما بقبول مناقشة هذا البحث .

و أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى الأستاذ الدكتور / بهاء الدين إبراهيم
سلامه أستاذ فسيولوجيا الرياضة وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا والذي حرص
على إمدادي بالكثير من المراجع والمعلومات العلمية فله خالص شكري وعظيم امتناني .

و أتقدم بخالص شكري وتقديري إلى الأستاذ الدكتور / أحمد عبد المعطي
أحمد أخصائي القلب والباطنة بمستشفى الإسكندرية الجامعي الذي جاد علي بوقته أثناء إجراء
الفحوص والقياسات الطبية قيد البحث فله خالص شكري وعظيم امتناني

و أتقدم بالشكر لجميع أفراد عينة البحث وأولياء أمورهم ومدرّبيهم لما بذلوه من معاونة صادقة من أجل إنجاح وإتمام القياسات .

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الدكتورة / هاجدة محفل محمد صابر أستاذ مساعد المناهج بقسم المناهج كلية التربية الرياضية -جامعة طنطا التي تولتني برعايتها المستمرة وحرصت علي إمدادي بالكثير من الخبرات العلمية والعملية فلها خالص شكري وعظيم امتناني.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الدكتورة / فاطمة محمد سعد مدرس ألعاب القوى بقسم التدريب الرياضي كلية التربية الرياضية -جامعة طنطا والتي حرصت على إمدادي بالكثير من الخبرات العلمية فلها خالص الشكر والتقدير .

كما أتقدم بخالص الشكر و التقدير إلى كل من ساهم في هذا البحث برأى أو جهد أو فكر وما قدم من مساعدات لاتمام وإخراج هذا البحث في صورته الحالية .

و أخيرا لا يفوتني أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى روح والدي الغالية رحمه الله وأدخله فسيح جناته حيث عاش معي أولى خطوات الطريق العلمي فكان الدافع والقوة .

ولا أنسي والدي الغالية وزوجتي وأخوتي لما تحملوه معي وما قدموه لي من تضحيات وتهنئة المناخ المناسب للعمل والإنجاز فاني اهدي لهم هذا العمل .

والله ولي التوفيق

الباحث

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
- قرار الحكم والمناقشة	
- شكر وتقدير	ب- ج
- قائمة المحتويات	د- ز
- قائمة الجداول	ح- ل
- قائمة المرفقات	م
الفصل الأول	
المقدمة ومشكلة البحث	1- 9
1/1 المقدمة	2
2/1 مشكلة البحث وأهميته .	4
3/1 أهداف البحث .	5
4/1 فروض البحث .	6
5 /1 المصطلحات المستخدمة في البحث .	6
الفصل الثاني	
الإطار النظري للبحث .	11- 49
1/2 الاستشفاء وحمل التدريب	12
2/2 الاستشفاء بالوسائل الغذائية .	13
3/2 الطاقة .	15
4/2 الكربوهيدرات كمصدر أساسي من مصادر الطاقة .	21

تابع قائمة المحتويات :

الموضوع	رقم الصفحة
5/2 سكر جلوكوز الدم .	27
6/2 مؤشر جلوكوز الدم وتطبيقه في المجال الرياضي .	29
7/2 تطبيقات مؤشر جلوكوز الدم قبل التدريب .	30
8/2 تطبيقات مؤشر جلوكوز الدم أثناء التدريب .	31
9/2 حامض اللاكتيك .	32
10/2 ضغط الدم الشرياني .	36
11/ 2 حامض اللاكتيك وأهمية استخدام قياسه في المجال الرياضي	37
12 /2 الدراسات السابقة :	39
1/ 12/2 دراسات استخدمت مؤشر جلوكوز الدم كوسيلة جديدة في تغذية الرياضيين .	39
2/ 12/2 دراسات استخدمت الكربوهيدرات لتحسين مستوى الأداء وتأخير التعب .	42
3/12/2 دراسات استخدمت قياس حامض اللاكتيك وجلوكوز الدم .	45
4/12/2 التعليق على الدراسات السابقة .	47

تابع قائمة المحتويات :

الموضوع	رقم الصفحة
الفصل الثالث	
إجراءات البحث	
1/3 منهج البحث .	50 - 65
2/3 عينة البحث .	51
3/3 خصائص عينة البحث .	51
4/3 وسائل جمع البيانات .	55
5/3 الإجراءات الإدارية .	55
6/3 خطوات تنفيذ البحث .	59
7/3 جمع البيانات .	60
8/3 المعالجة الإحصائية .	64
	65
الفصل الرابع	
عرض ومناقشة نتائج البحث .	
1/4 عرض نتائج البحث .	66 - 107
2/4 مناقشة نتائج البحث .	67
	100
الفصل الخامس	
الاستنتاجات والتوصيات .	
1/5 الاستنتاجات .	108 - 110
2/5 التوصيات .	109
	110

تابع قائمة المحتويات :

الموضوع	رقم الصفحة
قائمة المراجع	111 - 120
أولا : المراجع العربية .	112
ثانيا : المراجع الأجنبية .	118
المرفقات	
ملخص البحث	
أولا : ملخص البحث باللغة العربية .	
ثانيا : ملخص البحث باللغة الإنجليزية .	

قائمة الجداول

رقم الصفحة	الموضوع	رقم الجدول
39	التوزيع الزمني للدراسات العربية والأجنبية السابقة.	1.
53	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات الفسيولوجية عند تناول المشروب ذات مؤشر جلوكوزي مختلف النسب 70 ، 80 ، 90 % قبل الأداء .	2.
54	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء للمتغيرات الفسيولوجية عند تناول المشروب ذات المؤشر الجلوكوزي مختلف النسب 70 ، 80 ، 90 % أثناء الأداء .	3.
55	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لمتغيرات الطول والوزن لدى المجموعة التجريبية .	4.
68	تحليل التباين للنسب المختلفة لمؤشر جلوكوز الدم للقياسات الفسيولوجية القبلية لجرعات قبل الأداء .	5.
69	تحليل التباين للنسب المختلفة لمؤشر جلوكوز الدم للقياسات الفسيولوجية القبلية لجرعات أثناء الأداء .	6.
70	تحليل التباين للنسب المختلفة لمؤشر جلوكوز الدم للقياسات البعيدة الفسيولوجية لجرعات قبل الأداء .	7.
71	دلالة الفروق بين النسب المختلفة لمؤشر جلوكوز الدم للقياسات البعيدة لجرعات قبل الأداء في المتغيرات الفسيولوجية باستخدام أدق فرق معنوي (تيوكي Tucky).	8.