

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية.

ثانياً: المراجع الأجنبية.

قائمة المراجع :

أولا: المراجع العربية :

1. **ابتهاج عماشة** : تأثير برنامج حركية مقترح على تنمية القدرات الإدراكية الحركية وبعض مهارات الكرة الطائرة المصغرة لتلميذات المرحلة الأولى من التعليم الاساسى ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، 1994م .
2. **إبراهيم السكارو وآخرون** : موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998م .
3. **إبراهيم خالاف** : وضع معايير للقدرات الحس - حركية العمدة المساهمة فى التعلم الحركى لتلاميذ من 9 : 15 سنة بالإسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية ، 1990م .
4. **أبو العلا أحمد عبد الفتاح** : بيولوجيا الرياضة ، ط 2 ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1985م .
5. **أحمد الهادى** : تكنولوجيا الحركة فى الجمباز ، مطبعة التونى ، الإسكندرية ، 1992م .
6. **أحمد حسين** : تأثير بعض التمرينات المقترحة لتنمية الإدراك الحس - حركى على مستوى الأداء فى التمرينات الفنية - رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين - القاهرة جامعة حلوان 1986م .
7. **أحمد راجح** : أصول علم النفس ، ط 12 ، دار المعارف ، القاهرة ، 1985م .
8. **أحمد زكى** : تأثير بعض التمرينات المقترحة لتنمية الإدراك الحس - حركى على مستوى الأداء فى الجمباز ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1986م .
9. **أحمد صالح** : علم النفس التربوى ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1988م .

10. أحمد دَفـوْزى : سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية الرياضية ، دار المعارف ، الإسكندرية ، 1980م .
11. أحمد دكامـل : علاقة الصفات البدنية الخاصة ، وبعض القياسات الجسمية والبيو ميكانيكية بنسبة التهديف بالوثب من منطقة الثلاث نقاط لكرة السلة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان . 1988م .
12. أدهم إبراهيم : دراسة بعض القدرات الحس - حركية للسباحين الناشئين وعلاقتها بالمستوى الرقمي ، رسالة ماجستير غير منشورة . كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية . جامعة حلوان 1989م .
13. أسامة راتب : النمو الحركى مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1999م .
14. أسامة راتب : علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1995م .
15. أسامة راتب ، إبراهيم خليفة : النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركى للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربى ، القاهرة 1999م .
16. أكرم خطايبية : المناهج المعاصرة فى التربية الرياضية ، دار الفكر العربى ، عمان ، 1997م .
17. التربية البدنية والرياضية : كتاب علمي دورى يصدر عن إدارة التأهيل الرياضي ، إدارة التأهيل الرياضي (قسم البرامج الرياضية) ، العدد الخامس ، البحرين ، المنامة 1998م .
18. السيد عبد المقصود : نظريات الحركة ، مطبعة الشباب الحر ، الإسكندرية 1986م .
19. السيد عبد المقصود : تطور حركة الإنسان وأسسها الفنية للطباعة والنشر ، الإسكندرية ، 1985م .
20. السيد معوض : علاقة بعض العمليات العقلية والقدرات الحركية بمستوى الانجاز لدى لاعبي المبارزة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان 1996م .

21. أمين الخولى وآخرون : التربية الرياضية المدرسية دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1994م .
22. أنور الشرقاوى : التعلم نظريات وتطبيقات ، مكتبة الانجلو المصرية ، ط2 القاهرة 1991م .
23. إيهاب إسماعيل : تأثير برنامج مقترح لتنمية بعض الادراكات الحسية على زمن سباحة الزحف علي البطن ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية قسم التربية الرياضية، جامعة طنطا ، 1991م .
24. بسطويسى أحمد : ومسابقات الميدان "تعليم - تكنيك - تدريب" دار الفكر العربى القاهرة 1997م.
25. بسطويسى احمد : أسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربى ، القاهرة 1999م .
26. بهاء حسين : الوسائل التعليمية ، دار السحاب للنشر والتوزيع ، القاهرة 2008م .
27. بهية إسماعيل : دراسة بعض قدرات الحس - حركية كأساس لانتقاء ناشئات الجمباز ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية، 1998م
28. جمال علاء الدين : دراسة معمّلة فى بيوميكانيكا الحركات الرياضية ، الطبعة الثانية ، الإسكندرية ، 1986م .
29. جمال علاء الدين ، صديق طولان : دراسة اثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية علي الديناميكية العمرية لنمو الإحساس بالزمن والإحساس العضلي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بحى وسط الاسكندرية ، بحث منشور ، مجلة المعهد العالى للصحة العامة ، جامعة حلوان، 1982م .
30. جمال علاء الدين وآخرون : اثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية علي نمو الإحساس بالزمن والإحساس العضلي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية (12 - 16) سنة ، بحث منشور ، المؤتمر العلمى الثالث وبحوث التربية الرياضية 2 مارس 1982م .

31. **حامد زهران** : علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، علم الكتب ، ط5 ، القاهرة ، 1999م .
32. **حسن معوض** : طرق التدريس فى التربية الرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1994م .
33. **حسنى سيد احمد** : الإحساس العضلي الحركي في رياضة الجمباز ، مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية ، العدد (23) الإسكندرية ، 1994م .
34. **حسنى سيد احمد** : أثر استخدام بعض أساليب تطوير الإحساس العضلي الحركي و الإحساس البصرى على سرعة تعلم الشقلبة الأمامية على اليدين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان ، 1985م .
35. **حسنى سيد احمد** : تأثير برنامج مقترح لتطوير الإدراك الحس - حركي علي تحسين بعض المتغيرات الكينماتيكية للدورة الهوائية الأمامية في رياضة الجمباز ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، 1992م
36. **حكمت عبد الكريم ، غضبان الذخوري** : تأثير تمارين مقترحة للإدراك الحس - حركي تطوير كينماتيكية الخطوة ما قبل الأخيرة وأثرها علي خطوة النهوض والانجاز في الففز العالي رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية الرياضية - بغداد - 2005 م .
37. **حمدي جمعة** : بناء بطارية اختبار للإدراك - حركي للأطفال من سن 6-9 سنوات (دراسة عملية) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1993م .
38. **حمدي يحيى** : برنامج تدريب للقدرات البدنية الخاصة على بعض المتغيرات الفسيولوجية والمستوى الرقوى لمتسابقى المسافات القصيرة ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2007م .

39. **حمدي يحيى** : العلاقة بين الإدراك الحس - حركي واللياقة البدنية الخاصة والمستوى الرقمي للاعبين الوثب العالي - مجلة علوم الرياضة والتربية الرياضية - المنيا - 1996م .
40. **حمدي يحيى** : سرعة العدو وعلاقته بخصائص القوة وبعض القياسات المورفولوجية والسيكوحركية للفئات السنية من 10-15 سنة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية قسم التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1992م .
41. **خالد عبدالرحمن** : تأثير برنامج مقترح لتنمية الإدراك الحس - حركي بالجزء التمهيدي للدرس علي بعض مكونات اللياقة البدنية والمهارات الحركية لتلاميذ الصف السادس الابتدائي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية قسم التربية البدنية وعلوم الحركة - جامعة الملك سعود ، 2001م .
42. **خليل معوض** : سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر الجامعي ، القاهرة 1994م .
43. **رمزي الطنبولي** : بناء معايير لديناميكية تطور بعض القدرات الحس حركية لدى المبارزين الناشئين تحت 17 سنة ، بحث منشور، نظريات وتطبيقات ، لبحوث التربية البدنية والرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، العدد (50) ، جامعة الإسكندرية ، 2004م .
44. **زكية فتحى** ، **محمود النجار** : فسيولوجيا الرياضة (التطبيقات) ، مكتبة ومطبعة الغد ، القاهرة ، 2001م .
45. **زكية كامل وآخرون** : أساسيات فى تدريس التربية الرياضية ، الجزء الأول ، مكتبة الإشعاع للنشر والتوزيع ، الإسكندرية ، 2002م .
46. **سامي حافظ** : وضع بطاريات لقياس بعض المدركات الحس - حركية لدى لاعبي الملاكمة في مصر ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة قناة السويس ، 1992م .

47. **سعد جلال** ، : علم النفس التربوى الرياضى ، دار المعارف ، طبعة 7
، القاهرة ، 1992م .
محمد علاوى
48. **سعد قطب** : علاقة بعض أنواع الإدراك الحس - حركى بمستوى
الانجاز فى مسابقة الوثب العالى بطريقة فوسبرى فلوب
، بحث منشور،المجلة العلمية لبحوث التربية الرياضية
نظريات وتطبيقات مجلة علمية متخصصة لبحوث
التربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين
، جامعة الإسكندرية ، العدد الخامس ، 1989م.
49. **سعد مرزوق** : موسوعة علم النفس ، المؤسسة العربية للدراسات
والنشر ، بيروت، 1977م .
50. **سعيد عزمى** : أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية فى مرحلة
التعليم الأساسى بين النظرية والتطبيق ، منشأة المعارف
، الإسكندرية ، 1996م .
51. **سليمان حسن وآخرون** : التحليل العلمى لمسابقات الميدان والمضمار ، دار
المعارف ، القاهرة ، 1983م .
52. **سمير حميدة** : دراسة تتبعية لمعدلات نمو بعض القدرات الحس حركية
والمورفولوجية والبدنية للسباحين فى المرحلة السنوية
من 12 - 14 سنة وعلاقتها بالمستوى الرقى ، رسالة
دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ،
جامعة الاسكندرية، 1996م .
53. **سهام الغمري** : وضع بطارية قياس بعض النواحي المهارية والادراكات
الحس - حركية لناشئات الكرة الطائرة ، رسالة
ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ،
جامعة طنطا 1997م .
54. **سوزان طنطاوى** : تحليل القدرات الحس - حركية المؤدية لتمايز الأداء فى
الجمباز الايقاعى ، بحث منشور، نظريات وتطبيقات
مجلة علمية متخصصة لبحوث التربية البدنية
والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
الإسكندرية ، العدد الثالث والخمسون ، 2004م .

55. **سيد الطـواب** : النمو الانساني ، أسسه وتطبيقاته ، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية ، 1995م .
56. **سيد خيرالله** : المدخل الي العلوم السلوكية ، مكتبة عالم الكتب ، القاهرة، 1974م .
57. **صديق طـولان** : أثر ممارسة رياضة الجمباز على نمو الاحساس العضلى الحركى والاحساس البصرى لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بحى وسط الاسكندرية ، مجلة المعهد العالى للصحة العامة ، جامعة الاسكندرية ، 1982م .
58. **عبد الحميد أحمد** : الملاكمة ، ط3 ، دار الفكر العربى ، 1987م .
59. **عبد الحميد أحمد** : الملاكمة ، ط5 ، دار الفكر العربى ، 1989م .
60. **عبد الحميد شرف** : التربية الرياضية والحركية للأطفال الأسوياء ومحتدى الإعاقة ، مركز الكتاب للنشر ، ط2 ، القاهرة ، 2005م .
61. **عبد الحميد شرف** : التربية الرياضية للطفل ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2000م .
62. **عبد الرحمن زاهر** : ميكانيكية تدريب وتدریس مسابقات ألعاب القوى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2009م .
63. **عصام حلمي ، محمد بريقح** : التدريب الرياضي ، أسس ومفاهيم واتجاهات ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 1997م .
64. **عصام حلمي ، وآخرون** : دراسة تطور بعض القدرات الحس حركية لدى أطفال المرحلة السنية من 6-13 سنة ، بحث منشور، دراسات وبحوث جامعة حلوان - المجلد العاشر العدد الأول- مارس 1987م .
65. **علي حسب الله** : الإدراك الحس - حركي والأداء المهاري البدني في الكرة الطائرة ، بحث منشور ، مجلة علوم وفنون ، جامعة حلوان 1993م .
66. **علي ريحان** : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتنمية الادراك الحس - حركى على فاعلية الأداء المهارى للمبتدئين من سن 10-12 سنة فى رياضة المصارعة بمحافظة الدقهلية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنين بالقازيق ، جامعة الزقازيق ، 1993م .

67. **عمرو السكري** : دراسة تحليلية للعلاقة بين بعض قدرات الإدراك الحس - حركي والأداء في رياضة المبارزة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1990م .
68. **عنايات فرج** : مناهج طرق تدريس التربية البدنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1998م .
69. **فؤاد البهي** : الأسس النفسية للنمو ، ط4 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1975م .
70. **فاروق عبد الوهاب** : مبادئ فسيولوجيا الرياضة ، الطبعة الأولى ، دار الكتب ، 1983م .
71. **فريال زهران** : تأثير تنمية بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي علي مستوى الأداء الرقمي لمسابقة الوثب الطويل ، بحث منشور ، التربية الرياضية والرياضة العدد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1987م .
72. **كمال درويش** ، **صباحي حسانين** : الجديد في التدريب الدائري ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1999م .
73. **ليلى زهران** : الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج فى التربية ، دار الزهراء للنشر والتوزيع ، القاهرة ، 1991م .
74. **ماجدا إسماعيل** : دراسة أبعاد الرؤية الهندسية فى الحكم على ظاهرة التسلل فى كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1988م .
75. **ماجدة أبو العزم** : دراسة تحليلية لبعض الادراكات الحس - حركية للاعبى سلاح الشيش وعلاقتها بمستوى الانجاز ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2007م .
76. **محروس محمد قنديل** : علاقة بعض أنواع الإدراك الحس - حركى بمستوى أداء مهارة الشقلبة الجانبية مع ربع لفة متبوعة بالشقلبة الخلفية على اليدين ، المؤتمر العلمى تطور علوم الرياضة ، جامعة المنيا ، كلية التربية الرياضية ، العدد الرابع ، مارس 1987م .

77. **محسن حمص** : المرشد فى تدريس التربية الرياضية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1997م .
78. **محمد القاضي** : دلالة مساهمة بعض قدرات الإدراك الحس - حركى فى نتائج التعلم لمسابقة دفع الجلة للمبتدئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، 1995م .
79. **محمد طه** : اثر ممارسة الألعاب الجماعية على نمو الإحساس العضلى ، الجرى لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية (13-16) سنة بحى وسط الإسكندرية ، بحث منشور ، مجلة دراسات وبحوث جامعة حلوان ، 1982م .
80. **محمد عبد السلام** : دراسة تطوير بعض القدرات السيكوحركية وعلاقتها بسرعة ودقة أداء بعض مهارات التصويب للمرحلة السنية من (9-12) سنة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1995م .
81. **محمد علاوى** : سيكولوجية النمو للمربي الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998م .
82. **محمد علاوى** : علم النفس الرياضى ، دار المعارف ، القاهرة ، 1991م .
83. **محمد علاوى** ، : فسيولوجيا التدريب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة 1984م .
84. **محمد علاوى** ، : القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى ، ط2 ، دار الفكر العربى القاهرة ، 1988م
85. **مرفت كمال** : تطوير بعض المدركات الحسية والصفات البدنية لتحسين مستوى الأداء الفنى على عارضة التوازن ، بحث منشور ، نظريات وتطبيقات مجلة علمية متخصصة لبحوث التربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، العدد السابع والأربعون ، 2003م .
86. **مرفت كمال** : تطوير بعض الادراكات الحس حركية لرفع المستوى المهاري لناشئات الجمباز ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، قسم التربية الرياضية ، جامعة طنطا 1994م .

87. **مصطفى الشربيني** : تأثير تنمية بعض الادراكات الحس - حركية علي المستوى أداء قذف القرص ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 1997م .
88. **مصطفى حجازي** : الإدراك الحسي - حركي ومستوى الانجاز في بعض مسابقات الوثب ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالزقازيق ، 1996م .
89. **مصطفى فريد** : علاقة بعض الإدراك الحس - حركي والإدراك العقلي لدي المبتدئين في مراكز تدريب العاب القوى ، بحوث المؤتمر الدولي للرياضة للجميع في الدول النامية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، يناير 1985م .
90. **نادر حجاج** : تأثير الجمباز على الإدراك الحس حركي للمكفوفين ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها ، 2008م .
91. **نادية الدمرداش** : تأثير برنامج مقترح للألعاب الشعبية علي تنمية القدرات الإدراكية والحركية لأطفال المرحلة الابتدائية ، بحث منشور المؤتمر العلمي الأول ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة جامعة حلوان ، المجلد السادس، 1987م .
92. **نادية ذكي** : دراسة اثر برنامج مقترح لتنمية كل من الإحساس العضلي الحركي والإحساس البصري علي مستوى أداء الوثب الطويل ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، جامعة حلوان، 1989م
93. **ناهد الصباغ وآخرون** : خصائص الديناميكية العمرية لنمو بعض أنواع الإدراك الحس العضلي والحركي لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية من (12 - 16) سنة، بحث منشور، المؤتمر العلمي الثالث بكلية التربية الرياضية للبنين بالإسكندرية ، 1982م .

94. **ناهـد سـعد** ، : طرق التدريس فى التربية الرياضية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998م .
95. **هـشام مهيـب** : تأثير اتجاه حمل التدريب علي مستوى بعض القدرات الحس حركية خلال مرحلة التكيف المباشر - نظريات وتطبيقات مجلة علمية لبحوث التربية البدنية والرياضية ، جامعة الإسكندرية، العدد الثالث والأربعون، 2001م .
96. **ياسر غرابـة** : ديناميكية تطور أداء بعض أنماط الحركات الأساسية الخاصة بالجمباز لدى الأطفال م سن (4-6) سنوات ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2000م .
97. **ياقوت زيدان** : تأثير تنمية بعض الادراكات الحس - حركية علي تعلم مهارة استقبال الإرسال في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا، 1996م .
98. **يحيى الحريـري** ، : مقدمة نظرية في أساسيات الجمباز ، الإسكندرية 1994م .
99. **يسري عبد الحلـيم** : العلاقة بين بعض متغيرات الإدراك الحس - حركي والمستوى الرقمي لمتسابقى الرمي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالقازيق، 1994م

100. *Frank Solmosi* : An Inviting atimof The kelation ehip Between amesuves of the kimes the Kimestheria And elected Aspects per Form am ce Im Beginner eking Dissa bet, met 1981
101. *Frost & Reuben* : Psychological conceits applied to physical education and coaching Addison Wesley publishing co , California ,London.1971.
102. *Jill Micse* : Sport And Body Balance , arjilla wholebody – wellness. Com – 2003 .
103. *Ksames J.B , M.H . Ston* : Effect of single vesus multiple seto weight Training impact of volume , conditioning , 1997 .
104. *Laszg . J . L Bairetow . P .J* : Kinaes thsis : Its Measureme nt training and Re lation ship to motor cont Vol motor quarter journal of Experimental Psychogy Human Experimental psychology vol . 35 , A, N0.2411-42 werem Austra lia , Nad London ,s May, 1983
105. *Mechling & Effenhrg* : Motor – Acoustic Transformation , Institnte of sport – science And sport , University of Bonee , Nachtiga- llemweg , D,53/27,Bonee , Germany , 2000.
106. *Moss, D.,* : Plometric improve distance running times, journal article, Canada, 2002.
107. *Peter& Carl Foster* : Physalagical assessment of human of fitness , Huwan Kinetics , U . S .A ,1995.

108. *Roger M . E Moha* : **Neurcmechanical Basis of kinesiology
Second Edition , Human kinetics , P .
O , champaign , Guly . 1994 .**
109. *Sag* : **Introduction to motor behavior ,a
neuro-physiological approach,
Menlapark ,California Addision
Wesley ,1971**
110. *Singer ,R.M* : **Motor learning and Human
performance Am Application to motor
skills and movement behaviors
Macmillan polishing co , inc , New
York , 1989 .**
111. *Walter and David
and Jeam* : **Principles and methods adapted by
physical education and recreation 4th
ed ., the C.V Mosby Co., London,1981**

قائمة المرفقات

مرفق (1) : استمارة تسجيل البيانات الشخصية واختبارات القدرات

الحس – حركية لمجتمع العينة.

مرفق (2) : أسماء السادة الخبراء.

مرفق (3) : اختبارات القدرات الحس – حركية.

مرفق (1)

استهارة تسجيل البيانات الشخصية

واختبارات القدرات الحسي-حركية لاجتماع العينة

استمارة تسجيل البيانات الشخصية واختبارات القدرات الحسية – حركية لاجتماع العينة

الاسم: السن: الطول: الوزن:

ملاحظات	المتوسط	عدد المحاولات			الاختبارات	م
		3	2	1		
دون الأخذ بالإشارة في حساب المتوسط إذا كان موجب أو سالب					1. قدرة الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل الكتف	
					2. قدرة الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق	
					3. قدرة الإحساس العضلي الحركي لمفصل الفخذ	
					4. قدرة الإحساس بالزمن	
					5. قدرة الإحساس الحركي بالمسافة	
					6. قدرة الإحساس الحركي بالاتجاه	
					7. إدراك الإحساس للتوازن الثابت	
					8. إدراك إحساس التوازن الديناميكي	
					9. إدراك إحساس بالقوة المميزة بالسرعة	
					10. إدراك الإحساس التوافقي بالحركة	
					11. الإحساس بسرعة رد الفعل الحركي (السمعى)	
					12. عدو 20م	

مرفق (2)

أسماء السادة الخبراء

أسماء السادة الخبراء (*)

م	الاسم	المسمى والوظيفي
1.	أ.د/ إبراهيم خلاف	: أستاذ علم النفس الرياضى وعميد كلية التربية الرياضية ببورسعيد.
2.	أ.د/ أحمد ماهر	: أستاذ مسابقات الميدان والمضمار المتفرغ ووكيل الدراسات العليا بكلية التربية الرياضية بالهرم السابق ورئيس اللجنة العلمية لترقية الأساتذة فى التدريب الرياضى السابق .
3.	أ.د/ أشرف هلال	: أستاذ علوم الحركة بكلية التربية الرياضية بالهرم ورئيس قسم علوم الحركة والرياضية الأسبق .
4.	أ.د/ حمدى يحيى	: أستاذ مسابقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية بطنطا .
5.	أ.د/ طارق عز الدين	: أستاذ مسابقات الميدان والمضمار وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة كفر الشيخ .
6.	أ.د/ عادل عبد الحليم	: أستاذ الاختبارات والمقاييس ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب جامعة كفر الشيخ .
7.	أ.د/ على عبيد	: أستاذ مسابقات الميدان والمضمار المتفرغ وعميد كلية التربية الرياضية بطنطا الأسبق .
8.	أ.د/ فوفية برغوث	: أستاذ مسابقات الميدان والمضمار المتفرغ ، كلية التربية الرياضية بطنطا .
9.	أ.د/ محمد خليل	: أستاذ التدريب الرياضى المتفرغ وعميد كلية التربية الرياضية بالمنصورة الأسبق والمدير الفنى لألعاب القوى بالنادى الأهلى والمنتخب الوطنى.
10.	أ.د/ محمود سالم	: أستاذ علم النفس الرياضى المتفرغ - كلية التربية الرياضية ببورسعيد .

مرفق (3)

اختبارات القدرات الحس - حركية

جهاز قياس سرعة رد الفعل الحركي (المثير) :

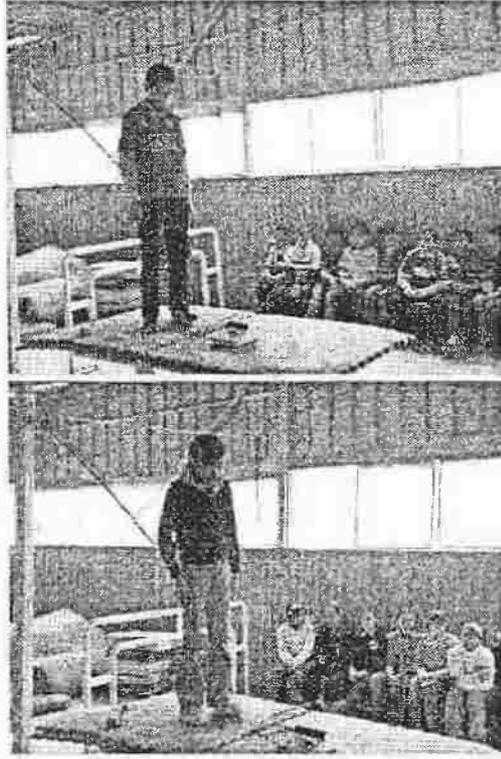
يعطي الزمن (1 - 100 م / ث)

وصف الجهاز :

- ساعة توقيت .
- مفتاح في اليمين لتسجيل الوقت .
- قرص صغير من الكاوتش و متصل بالجهاز عن طريق سلك .
- مفتاح الضوء و الصوت .

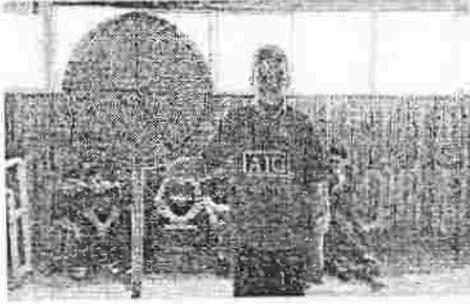
طريقة القياس :

- يوضع الجهاز علي منضدة مناسبة الارتفاع و يقف المختبر أمام الجهاز و يقوم بوضع مشط القدم علي القرص عند سماع الصوت .
- يعطي المختبر ثلاث محاولات تدريبية علي القياس .
- عند سماع الصوت يقوم المختبر بوضع مشط قدمه علي القرص و تقرأ الساعة بالضغط علي القرص الصغير فيخرج الصوت .
- يقوم الباحث بدفع مفتاح الصوت الي أسفل ثم يقوم بالضغط علي القرص الصغير فيخرج الصوت .
- وعند سماع الصوت يقوم المختبر بوضع قدمه علي القرص الكبير و يقف الصوت عند وضع قدمه فوراً .
- يقوم الباحث بقراءة الساعة .
- يتم إعادة الساعة الي الصفر وذلك بوضع المفتاح في الوسط التسجيل و احتساب الزمن .
- يتم القياس للمختبر ثلاث محاولات .
- تحذف اعلي قراءة و اقل قراءة .
- استخراج المتوسط الحسابي للمحاولات العلاقة الباحثة .



قياس الإدراك الحس العضلي - الحركي الزاوي لمفصل الكتف والفخذ .

الأجهزة والأدوات :



تم القياس بواسطة المدرج بواسطة المدرج الدائري لقياس الحس العضلي الحركي الزاوي

لمفصل الكتفين والفخذين .

تركيب الجهاز :



قرص دائري من الخشب قطرة 60سم مقسم الي 360° مثقوب من مركزه ومثبت بالمركز اسطوانة من الحديد بداخلها عجلتين رولمان بلي صغيرة يمر منها عمود من المعدن ينتهي من الخلف بذراع (ذراع الجهاز) وينتهي هذا الذراع بمقبض (يد الجهاز) يبرز من هذا الذراع عمود من الحديد يخرج من فم دائري من القرص ليحرك المؤشر المتحرك من الامام والذي يتحرك دائريا علي القرص الخشبي القرص المثبت علي قائم متغير الارتفاع ذو قاعدة لتثبيت الجهاز .



طريقة القياس .

- يشرح للمختبر طريقة أداء الاختبار والهدف منه .
- يثبت عائق الجهاز (مثلث) عند المدي النموذجي المحدد 25 درجة بالنسبة لمفصل الكتف 110 درجة بالنسبة لمفصل الفخذ من نقطة التدرج .
- يقف المختبر خلف الجهاز بحيث لا يري تدرجته ثم يمسك بيد الجهاز المتعلقة بذراع الجهاز التي تصل بالتالي بمؤشر الجهاز باليد أسفل في حالة قياس الإحساس بزاوية الكتف او المؤخرة الساقين من أسفل في حالة قياس الإحساس بزاوية الفخذ بحيث يكون محور المفصل المقاس علي امتداد محور الجهاز .

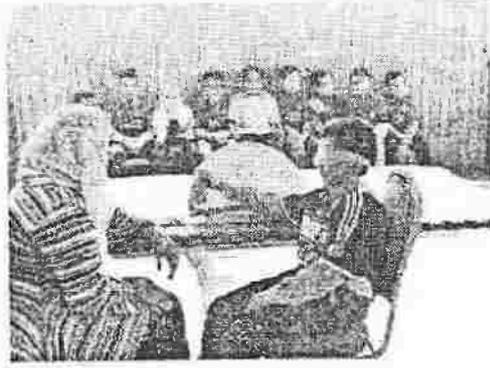
- يقوم المفحوص بأداء ثلاثة محاولات تمهيدية بفارق 20 ثانية وذلك بتحريك ذراع الجهاز التي هي في حالة الذراع وبال في حالة الفخذ حتي يشعر بلامسة طرف المؤشر الدائر للعائق المثبت علي التدريج عند نهاية المدى المحدد .
- يطلب منة أن يتذكر خلال اداوة لهذا المدى الإحساس العضلي الحركي - لناشيء في مفصل الكتف أو الفخذ .
- يزال عائق الجهاز ويطلب من المفحوص بدون السيطرة إعادة أداء هذا المدى الحركي النموذجي بدقة معتمدا علي استرجاع الإحساس الحركي في المفصل وذلك لثلاث محاولات متتالية بفاصل زمني بين كل منهما 20 ثانية

طريقة التسجيل :

- يسجل قيمة الخطأ (\pm) في كل محاولة تجريبية بين المدى الحركي النموذجي وبين المدى الحركي المسترجع علي أساس الحس العضلي الحركي في استمارة التسجيل الخاصة بذلك .
- يطرح المدى الذي حققه الفرد في المحاولة من المدى النموذجي المحدد للحصول علي مقدار الخطأ .
- حساب المتوسط الحسابي للخطأ - شكل فرد من خلال المحاولات الثلاثة دون الأخذ بالإشارة في الاعتبار .

ناهد الصباغ (1982)

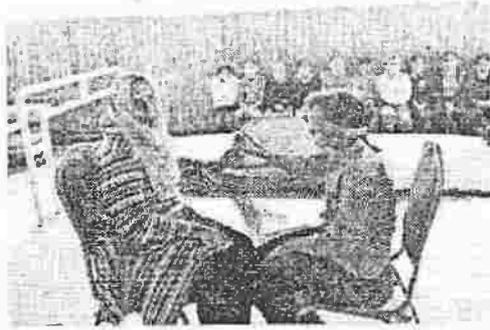
الإحساس الزاوي لمفصل المرفق :



الفرض من الاختبار :

قياس الإحساس العضلي الحركي الزاوي
لمفصل المرفق

الأدوات والأجهزة :



المدرج الدائري لقياس الحس " العضلي -
الزاوي " لمفصل المرفق :

تركيب الجهاز :

- قطاع من دائرة من الخشب نصف قطرها 50سم مقسم الي 70 درجة مثقوبة من مركزها ومثبتت عجلة رومان بلي صغيرة تثبت داخلها عمود من المعدن يدور عليه مؤشر من الخشب بطول 50سم .
- مثبت المرفق وهي عبارة عن مستطيل من الخشب مقعد من الجانب المواجه للتدرج وذلك لتثبيت المرفق أثناء القياس (طريقة الأداء) .
- يشرح للمفحوص طريقة أداء الاختبار والهدف منه .
- يثبت عائق الجهاز (مشبك) عند المدى النموذجي المحدد (25) من نقطة صفر التدرج .
- يجلس المفحوص تحت سيطرة البصر بأداء ثلاث محاولات تمهيدية بفارق 20ث وذلك بتحريك المؤشر للناحية اليمنى حتى يشعر المفحوص بالعائق المثبت على التدرج عند نهاية المدى النموذجي (25) درجة ويطلب منه أن يتذكر خلال ادائه لهذا المدى للإحساس العضلي - الحركي الناتج في مفصل المرفق.
- يزال عائق الجهاز ويطلب من المفحوص (بدون سيطرة البصر) إعادة أداء هذا المدى الحركي النموذجي بدقة معتمدا على استرجاع الإحساس (العضلي - الحركي) المتبقى من الذاكرة الحركية وذلك لثلاث محاولات الفاصل الزمني بين كل محاولة والاخرى 20ث.

- 11 -

- يسجل قيمة الخطأ (\pm) بين المدي الحركي المحدد والمدي الحركي الذي يتوصل اليه المختبر علي أساس الحس "العضلي - الحركي".
- يطرح المدي الذي حققه الفرد في المحاولة من المدي النموذجي المحدد للحصول علي مقدار الخطأ .
- يؤخذ متوسط الحساب للخطأ لكل فرد من خلال المحاولات الثلاثة دون أخذ الإشارة في الاعتبار .

ناهد الصباغ (1982م)

الإحصاس بالقوة المميزة بالسرعة للرجلين (الوثب العريض من الشبات) :

الأدوات :



- مكان مناسب للوثب بعرض 1.5 م وبطول 3.5م ويراعي أن يكون المكان مستوي وخال من العوائق وغير أملس .
- شريط قياس ، قطع ملونة من الطباشير .

الإجراءات :



- يخطط مكان الوثب بخطوط متوازية يدل كل خط منها علي المسافة بينة وبين خط الارتقاء بالمتر ، كما تقسم المسافة بين الأمتار بخطوط اخري متوازية والمسافة بين كل خط والآخر اسم وتدل أيضا علي المسافة بينة وبين خط الارتقاء .

وصف الأداء :

- يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلا ومتوازيتان وبحيث يلامس مشط القدمين خلف البداية من الخارج .
- يبدأ المختبر بمرجحة الذراعين للخلف مع ثني الركبتين والميل للأمام قليلا ثم يقوم بالوثب للأمام لأقصى مسافة ممكنة عن طريق مد الركبتين والدفع بالقدمين مع مرجحة الذراعين للإمام .

تعليمات الاختبار :

- يقام الاختبار علي سطح خشب يسمح بإعطاء الدفع المطلوب .
- يؤخذ الارتقاء بالقدمين معا وليس بقدم واحدة .
- يسمح بالإحماء قبل أداء الاختبار .

- 13 -

- يجب تجنب السقوط للخلف قدر الإمكان .
- لكل مختبر ثلاث محاولات .
- المرجحة بالذراعين للأمام ولأعلي للمساعدة في الوضع .
- يسمح للمختبر بتأدية الاختبار بالحذاء الكاوتش أو عاري القدمين .

إدارة الاختبار :

مسجل : يقوم بالنداء علي المختبرين وتسجيل النتائج .

التسجيل :

- يتم القياس من خط البداية حتي آخر جزء من الجسم يلامس الأرض ناحية خط البداية .
- خط يكون بعرض (5 سم) ويدخل في القياس .
- يقاس كل محاولة لأقرب 1 سم .
- تحسب المحاولات الثلاثة الأولى ويتم إعلامه للمختبر .
- ثم يعصب العينين ثم يقوم بأداء ثلاث محاولات ويقوم المختبر بإعلان المسافة لكل محاولة .
- تؤخذ متوسط مسافة المحاولات الثلاثة سواء بالنقصان أو الزيادة .

الإحساس بالزمن :



الاختبار (الجرى في المكان 20 ث)

الغرض من الاختبار: قياس الإحساس بالزمن.



الأجهزة والأدوات: ساعة إيقاف - عصابة للعينين - صفارة .

تنفيذ الاختبار: يشرح للمختبر طريقة أداء الاختبار والغرض منه .

- يقوم الباحث بتشغيل ساعة التوقيت مع بدء الطالب بالجرى في المكان ومع سماع الصفارة يقوم الطالب بالإيقاف وذلك عند الوصول الي 20ث ويكرر ذلك ثلاثة محاولات ثم يؤدي الطالب الاختبار ويقف عند 20ث بدون سماع الصفارة .

طريقة التسجيل :

يسجل قيمة الخطأ (\pm) بين زمن المحدد (20 ث) والزمن الذي سجله الطالب.

الإدراك الحسي بالمسافة .



الغرض من الاختبار: قياس قدرة الإدراك الحسي بالمسافة بواسطة المجهود المبذول من الوثب.

الأجهزة والأدوات: شريط لاصق وعصابة .

تنفيذ الاختبار:



- يرسم خطين بالشريط اللاصق باتساع 60سم على المختبر ان يحس المسافة من خلال التركيز على الوثب .
- تغمض العينين بعد الوقوف على الخط الأول ثم عند إشارة البدء عملية الوثب للوصول الي الخط الثاني .
- يسمح للمختبر أن يري مكان هبوطه في كل جهة .
- تعطي ثلاث محاولات لكل مختبر .

قواعد الاختبار:

- غير مسموح للتدريب على هذا الاختبار .
- لابد من تغميض العينين في كل مرة .

التسجيل:

يحسب متوسط مقدار الخطأ في المحاولات الثلاثة دون اخذ الإشارة في الاعتبار بالزيادة أو بالنقصان .

الإحساس بالتوازن الديناميكي :

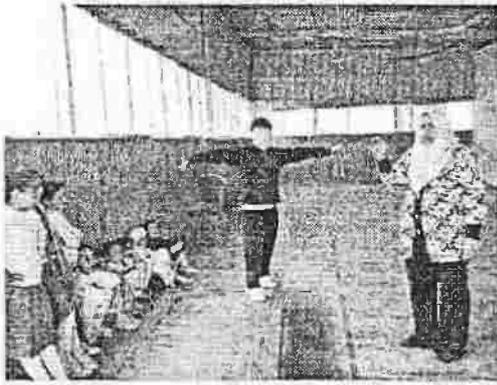
الاختبار :



المشي بالأمشاط علي مقعد سويدي طوله 10 م مع رفع

الذراعين جانبا .

الأدوات :



- مقعد سويدي طوله 10متر.

- ساعة إيقاف .

قواعد الاختبار : يشرح للطالب طريقة أداء الاختبار .

1- يمشي الطالب علي أمشاطه فوق المقعد السويدي رافعا ذراعية جانبا مع النظر للأمام .

2- علي الوصول الي نهاية المقعد في أقل زمن ممكن وذلك مع عدم الإخلال بتوازنه وعدم النزول علي الكعبيين .

3- يتم احتساب الزمن منذ بداية الصعود علي المقعد حتي نهاية المقعد .

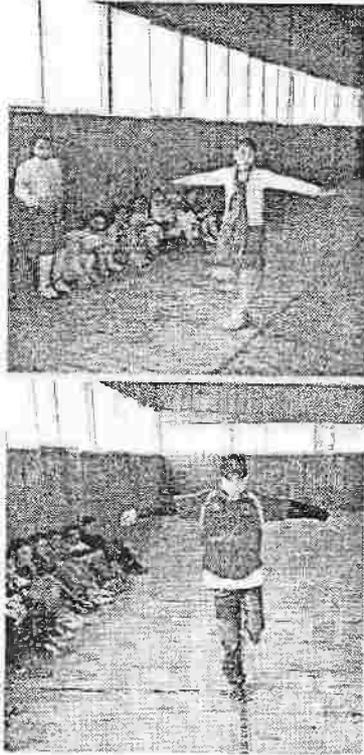
4- تعطي للمختبرة ثلاث محاولات .

التسجيل :

- يؤخذ الزمن منذ صعود الطالب علي المقعد .

- تحتسب أحسن محاولة من الثلاث محاولات (الأقل زمن) .

القياس بالتوازن الثابت :



اختبار - الوقوف علي مشط قدم واحدة .

الغرض من الاختبار : قياس المقدرة علي التوازن الثابت تحت ظروف تصغير قاعدة الاتزان .

الأدوات : ساعة إيقاف .

طريقة الأداء :

- تقف المختبرة ثبات الوسط علي قدم واحدة وباطن القدم الأخرى عند الركبة .
- عند إعطاء إشارة البدء تقوم المختبرة برفع الرجل الواقفة عليها .
- تقف المختبرة أقصى زمن ممكن من التوازن في هذا الوضع .

قواعد الاختبار :

- علي المختبرة حرية لاختبار القدم التي تركز عليها .
- غير مسموح بتحريك الذراعين ويلزم وضعها في الوسط .
- تعطى للمختبرة ثلاثة محاولات والمختبرة التي تفشل عند محاولتها أداء الاختبار يسمح لها بإعادته .
- تؤدي المحاولات بدون إعطاء راحة بين كل محاولة وأخرى .

التسجيل :

- يؤخذ حد الزمن منذ رفع المختبرة الكعب وحتى تفقد التوازن .
- يحسب أحسن محاولة من الثلاث محاولات (الزمن الاعلى) .

الإحساس بالتوافق الحركي :



الغرض من الاختبار: قياس قدرة الإدراك الحس بالتوافق الحركي .

الأجهزة والأدوات : شريط لاصق - عصابة .

تنفيذ الاختبار :



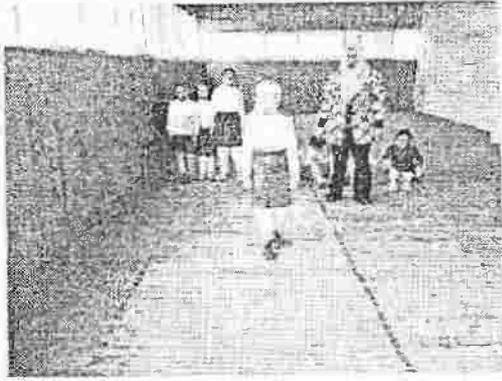
- يرسم خمس خطوط بشريط لاصق .
- المسافة بين كل خط والآخر 50سم .
- يشرح للمختبرين كيفية أداء الاختبار عن طريق الوثب بالقدمين علي الخطوط الثلاث محاولات وبفاصل زمني 30ث بين كل محاولة.
- يقوم كل مختبر بعد ذلك بأداء ثلاث محاولات وهو معصوب العينين .
- يتم اخذ متوسط الثلاث محاولات عن عدد الخطوط التي أخطاء فيها المختبر.

محمد علاوى، نصر الدين رضوان (1998م)

قياس الإحساس بالاتجاه :

الاختبار : المشي لمسافة 20م في حارة عرضها 50سم وهو

معصوب العينين .



الأدوات :

- أرض مستوية لا تعترض التلميذ للاتزلاق .
- يرسم حارة عرضها 50سم وطولها 20م .
- عصابة للعينين .



تنفيذ الاختبار :

- يشرح للطالب طريقة أداء الاختبار والغرض منه
- يقوم المفحوص بأداء ثلاث محاولات بفارق زمني 30ث تحت سيطرة البصر ويطلب من المختبر أن يتذكر خلال هذه المسافة الاتجاه الصحيح .
- يقوم بعد ذلك بأداء ثلاث محاولات وهو معصوب العين وبفاصل زمني بين كل محاولة 30ثانية .

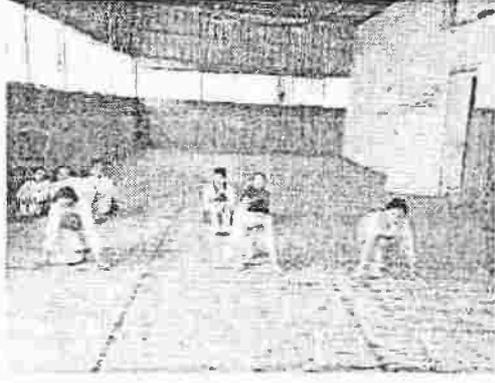
التسجيل :

يتم تسجيل الاتجاه الصحيح للمختبر وهو معصوب العين لكل محاولة يأخذ متوسط الثلاث محاولات لمسافة الخطأ في الاتجاه .

احمد زكي (1986م) ، محروس قنديل (1987م) ، سعد قطب (1989م)

اختبار 20 م عدو :

تنفيذ الاختبار :



- يشرح لتلميذ طريقة أداء الاختبار والهدف منه .
- يتم تنفيذ الاختبار بين التلاميذ كل 3 تلاميذ في السباق الواحد .
- يتم العدو في حارات عرض كل منها 122 سم .
- أن يكون بدء التلاميذ لسباق من البدء المنخفض

طريقة التسجيل :



- يقوم باحتساب زمن الاختبار 3 من المساعدين ويختص كل مساعد بتلميذ في تسجيل الزمن الخاص به عن طريق ساعة الإيقاف .
- عدم البدء في السباق إلا عند سماع إذن البدء (صفارة) .
- يقوم بإعطاء إذن البدء أحد المساعدين .
- أن يكون البدء سليم (بعد سماع إذن البدء) من خلف خط البدء .
- مسجل يقوم بالتداء على المختبرين وتسجيل الزمن .

حساب الدرجات :

- يسجل الزمن الذي يستغرقه كل تلميذ منذ إعطائه إشارة البدء وحتى قطعة لخط النهاية لأقرب 1/100 ث .

ملخصات البحوث

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



- 2 -

جامعة طنطا
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الحركة الرياضية

ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة بمهارة العدو في المرحلة الأولى من التعليم الأساسي

بحث مقدم من

ميادة حمدي إبراهيم يحيى

معيدة بكلية التربية الرياضية - جامعة طنطا

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

إشراف

دكتور

دكتور

محمد جسابر بريقس غادة محمد عبد الحميد

الأستاذ المساعد بقسم التدريب الرياضي

أستاذ الميكانيكا الحيوية ورئيس قسم علوم

بكلية التربية الرياضية

الحركة بكلية التربية الرياضية

جامعة طنطا

جامعة طنطا

1430هـ - 2009 م

ملخص البحث باللغة العربية

مشكلة البحث :

تعتبر الإدراكات الحس حركية عامل هام في الأداء الحركي العام وهي أكثر أهمية في الأداء الحركي الرياضي حيث أن مستقبلات الإدراك الحس حركي هي المسئولة عن تغيير وتكيف وضع الجسم واتجاهه وعلاقته بأجزائه وكذلك علاقة أجزائه بعضها ببعض ومن هنا كان الإدراك الحس حركي يسمح بالتحكم في توجيه وتصحيح الحركة أثناء تأديتها سواء كان ذلك من حيث الشكل أو المدى أو الاتجاه .

تعتبر سباقات العدو من الرياضات الأساسية التي تمارس في المرحلة الأولى من التعليم الأساسي وهي من أهم مسابقات الميدان والمضمار والتي تمتاز بالأداء التكنيكي مرتفع الدقة حيث يمكن أن تتصف سباقات العدو ضمن المهارات التي تتطلب ديناميكية خاصة في عمل المفاصل التي تدخل في أدائها بالتحكم في المدى الحركي لهذه المفاصل لإنتاج أفضل خطوة وتكرار لهذه الخطوات بسرعة فائقة بما يتناسب مع قدرات الممارسين وكذلك مقدار القوة المبذولة بالإضافة إلى توقيت حركي مناسب لاستعمال الأداء المهاري المطلوب لتحقيق أقل زمن ممكن لقطع مسافة السباق.

و أن في مجال التدريب والتدريس لمسابقات الميدان والمضمار يوجد ارتباط لكل من اللياقة البدنية الخاصة والمستوى الرقمي بالأنواع المتعددة للإحساسات المختلفة ، حيث أن التدريب البدني الخاصة تحسین من إحساس اللاعب بالمهارة مما يؤدي إلى انعكاس على ارتفاع المستوى الرقمي .

و التدريب الرياضي يعتمد بصفة أساسية علي الربط بين القدرات البدنية والقدرات الحس - حركية بصورة مثالية لكي يصل اللاعب الي درجة عالية من ثبات المستوى التكنيكي تحت ظروف المنافسة .

ومن خلال ما سبق أن الإعداد لمستويات الرياضة العالية في سباقات العدو يأخذ فترة طويلة لتحقيق الأرقام العالمية التي تتحقق في مرحلة سنوية من 18 - 20

سنة ويحتاج إلى تحطيم الرقم إلى جزء من مائة في الثانية ، فيجب إعداد اللاعب من فترة سنوية متقدمة وعلي أسس علمية صحيحة .

فاتجهت الباحثة الى إجراء دراسة لديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة بمهارة العدو للمرحلة السنوية من (9 - 12) سنة للوصول للمستويات الرياضية العالية.

هدف البحث :

يهدف البحث التعرف من خلاله :

على ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة لمهارة العدو للمرحلة السنوية من (9 : 12) سنة .

فروض البحث :

1. توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات السنوية من (9 : 12) سنة قيد البحث في القدرات الحس - حركية لدى البنات قيد البحث.
2. توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات السنوية من (9 : 12) سنة قيد البحث في القدرات الحس - حركية لدى البنين قيد البحث.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الفئات السنوية من (9 : 12) سنة بين البنين والبنات في القدرات الحس - حركية قيد البحث.
4. توجد علاقة بين القدرات الحس - حركية وسرعة العدو لدى البنين والبنات في القدرات الحس - حركية قيد البحث.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي .

مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسي من الفرقة الرابعة والفرقة الخامسة والفرقة السادسة والتي تتراوح أعمارهم من 9 - 12 سنة .

- وقد تم تقسيم أفراد العينة إلى ثلاث فئات سنوية كالتالي :

- الفئة السنية من 0-9 أقل من 10 سنوات (بنين - بنات) .
- الفئة السنية الثانية من 10- 0 أقل من 11 سنة (بنين - بنات) .
- الفئة السنية الثالثة من 11- 0 أقل من 12 سنة (بنين - بنات) .

مجالات البحث :

المجال الزمني :

- تم إجراء التجربة الإستطلاعية الأولى في الفترة من 2008/11/9 إلى 2008/11/10 م .
- تم إجراء التجربة الإستطلاعية الثانية في الفترة من 2008/11/11 إلى 2008/11/18 م .
- تم تطبيق التجربة الأساسية في الفترة من اليوم 2008/11/23 الى يوم 2008/11/27 م .

المجال المكاني : تم إجراء البحث والقياسات والإختبارات المطبقة بالبحث بمدرسة الشبان المسلمين بطنطا الابتدائية .

المجال البشري : تلاميذ وتلميذات من مدرسة الشبان المسلمين الابتدائية .

وسائل جمع البيانات

- أ- المسح المرجعي : حيث قامت الباحثة بمسح مرجعي للبحوث العلمية المرتبطة بموضوع البحث .
- ب- الاستمارات : قامت الباحثة بمقابلة الخبراء في مجال التربية الرياضية للتعرف على أهم القدرات الحس - حركية المساهمة في مهارة العدو وذلك بغرض تصميم استمارة استبيان للتعرف على القدرات الحس - حركية لمهارة العدو وكذلك الاختبارات والمقاييس المناسبة لقياسها .

الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

- جهاز الرستاميتير لقياس طول بالسنتيمتر .
- ميزان معاير لقياس الوزن بالكيلوجرام .
- جهاز المدرج الدائري الزاوي لقياس الحس - حركي الزاوي للكتف والمرفق والفخذ .
- ساعة توقيت رقمية لقياس الإحساس بالزمن .
- جهاز قياس سرعة رد الفعل الحركي .
- شريط قياس طوله 30م مرن .
- نظارة سوداء (عصابة عينية) لحجب الرؤية لقياس درجة الانحراف (في الاتجاه) والإحساس بالمسافة .
- مقعد سويدي .

الدراسات الاستطلاعية :

الدراسة الإستطلاعية الأولى :

أجريت تلك الدراسة فى الفترة من 2008/11/9 م إلى 2008/11/10 م على عينة قوامها (10) تلاميذ ،(10) تلميذات وذلك خارج عينة البحث من مجتمع العينة.

نتائج الدراسة :

- تم التأكد من سهولة التدوين فى استمارات القياس ومن أن المساعدين يتقنون طريقة القياس والتدوين فى الاستمارة .
- تم التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة فى القياس .
- تم ترتيب الإختبارات والمقاييس تبعاً للغرض من الإختبار .

الدراسة الإستطلاعية الثانية :

أجريت تلك الدراسة فى الفترة من 2008/11/11 إلى 2008/11/18م لإجراء المعاملات العلمية لاختبارات القدرات الحس - حركية قيد الدراسة من حيث (حساب صدق وثبات) للاختبارات قيد الدراسة .

الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بالبدا بالدراسة الأساسية وذلك بعد تجهيز الأدوات والأماكن التي ستستخدمها لتطبيق البحث وذلك فى الفترة من اليوم 2008/11/23 الى يوم 2008/11/27م ولقد ساعدت الباحثة فى إجراء القياسات مدرسات التربية الرياضية فى مدرسة الشبان المسلمين وكان عددهم (10) ولقد تم تدريبهم على قياس اختبارات القدرات الحس - حركية قيد البحث .

المعالجات الإحصائية المستخدمة :

تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS عن طريق الحاسب الآلى من خلال المعاملات الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابى . - الإنحراف المعياري .
- إختبار (ت) . - معامل الارتباط .
- تحليل التباين .
- إختبار أقل دلالة فروق معنوية LSD .

الاستخلاصات والتوصيات :

استخلاصات البحث :

من خلال فروض البحث ، ووفقاً لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي ، وفى ضوء مناقشة النتائج و فى حدود عينة البحث أمكن للباحثة التوصل إلى الاستخلاصات الآتية:

(1) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث فى اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل الفخذ ، الإحساس الحركي بالزمن ، الإحساس الحركي بالمسافة ، الإحساس الحركي بالاتجاه ، الإحساس بالتوازن الثابت ، الإحساس بالتوازن الديناميكي ، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة ، الإحساس التوافق الحركي ، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث، وكذلك فى اختبار عدو 20متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث.

(2) إن متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث فى اختبارات القدرات الحس- حركية (الإحساس الزاوي لمفصل الكتف ، الإحساس العضلي الحركي الزاوي لمفصل المرفق ، الإحساس الزاوي لمفصل

الفخذ، الإحساس الحركي بالزمن، الإحساس الحركي بالمسافة، الإحساس الحركي بالاتجاه، الإحساس بالتوازن الثابت، الإحساس بالتوازن الديناميكي، الإحساس بالقوة المميزة بالسرعة، الإحساس التوافق الحركي، سرعة رد الفعل السمعي) كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20 متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث.

(3) كانت الفروق الإحصائية بين الفئات السنية من (9 : 12) سنة للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة والخامسة والسادسة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث.

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (9 > 10) سنوات للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس بالتوازن الثابت للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (10 > 11) سنوات للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركي بالمسافة للبنات .

▪ حيث كانت الفروق للفئات السنية (11 > 12) سنوات للبنين وللبنات بالمرحلة الرابعة في اختبارات القدرات الحس- حركية قيد البحث، كانت لاختبار قدرة الإحساس الحركي بالمسافة للبنين.

(4) العلاقة بين القدرات الحس- حركية وسرعة العدو لدى البنين والبنات في القدرات الحس- حركية قيد البحث علاقة طردية لصالح البنين والبنات في المرحلة السنية (11 > 12).

توصيات البحث :

استنادا الى ما أشارت إليه النتائج وما توصلت إليه الباحثة من استخلاصات ،
وفي حدود عينة البحث توصى الباحثة بما يلي:

(1) وضع برامج التدريب فى ضوء نتائج ديناميكية تطور القدرات الحس -

حركية الخاصة بمهارات العدو بمرحلة التعليم الأساسي.

(2) تطبيق إجراءات البحث على مهارات أخرى فى ألعاب القوى.

(3) دراسة تطور القدرات الحس حركية للفئة السنية من 9-12 عام فى الأنشطة

الرياضية الأخرى.

(4) الاهتمام بالمراحل السنية التى يكون فيها تحسن فى القدرات الحس - حركية

خلال المرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك أثناء وضع البرامج التدريبية.

(5) الاهتمام بالقدرات الحس - حركية وخاصة فى الفئات السنية التى يحدث بها

انخفاض لأحد القدرات وذلك للمرحلة السنية 9 إلى 12 سنة وذلك من أجل

وضع برامج تعويضية .

(6) الاستفادة من الفئات السنية التى يحدث بها ارتفاع فى القدرات الحس -

حركية وتوظيفها لاختيار الناشئين للنشاط المناسب.

مستخلص البحث باللغة العربية

بحث مقدم من

ميادة حمدي إبراهيم يحيى

بعنوان

ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة بمهارة العدو في المرحلة الأولى من

التعليم الأساسي

يهدف البحث التعرف على ديناميكية تطور القدرات الحس - حركية الخاصة لمهارة العدو للمرحلة السنية من (9 : 12) سنة .

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي و تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من تلاميذ المرحلة الأولى من التعليم الأساسي من الفرقة الرابعة والفرقة الخامسة والفرقة السادسة والتي تتراوح أعمارهم من 9 - 12 سنة.

وكان من أهم النتائج :

- وجد في متوسطات القدرات الحس - حركية بين الفئات السنية من (9: 12) سنة قيد البحث في اختبارات القدرات الحس- حركية أن التطور كان للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20متر ، وكان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنات قيد البحث،و كان التطور للفئة السنية(11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث، وكذلك في اختبار عدو 20متر كان التطور للفئة السنية (11 > 12) سنة لدى البنين قيد البحث.
- كانت الفروق الإحصائية بين الفئات السنية من (9 : 12) سنة للبنين والبنات بالمرحلة الرابعة والخامسة والسادسة في اختبارات القدرات الحس - حركية قيد البحث.
- العلاقة بين القدرات الحس - حركية وسرعة العدو لدى البنين والبنات في القدرات الحس - حركية قيد البحث علاقة طردية لصالح البنين والبنات في المرحلة السنية (11 > 12).

Tanta University
Faculty Of Physical Education
Department of athletic kinetic



The Dynamic of sense - kinetic skills Of running in the first grade of elementary education

A proposal of on M.A Thesis

Submitted By

Maiada Hamdy Ibrahim Yahia

Instructor In Sports Movement sciences dept .

A demons stator in the Faculty Of Physical Education

Supervisors

Prof. Dr.

Mohamed Gaber Brikaa

Prof. of Biomechanics and
Head of dept. athletic kinetic
of Physical Education
Tanta Univ.

Asst. Prof. Dr.

Ghada Mohamed Abdel-Hameed

Asst. Prof. in Dept. of Sport
Training Faculty of
Physical Education,
Tanta Univ.

1430A.H-2009 A.D

The summery

The problem of the research:

The Senso – Kinetic recognitions can be regarded as an important factor in the general kinetic performance and also is the most important in the athletic kinetic performance because the receivers of the senso – Kinetic re – cognition are responsible for changing and adapting body – position , direction , and its relationship with its parts and also the relationship of its parts with each other . Hence , the senso – Kinetic recondition allows the control of directing and changing the movement during performing by form , direction or dimension .

Running competitions can be regarded as of the major sports that are practiced in the first grade of the element – are education . these competitions can be regarded as one of the most important competitions of field and racecourse which are characterized with the most accurate technical performance . these running competitions can be sorted as one of the skills that demand a special dynamic in the working of joints ; the performance of these joints is helping in the control of kinetic dimension of these joints in order to produce the best step and repeat these steps quickly to be suitable for exerciser's faculties , the quantity of exerted power , and a suitable kinetic timing to use the demand skillful performance in order to achieve the least possible time to get past (or transcend) the competition's distance .

The field of training and teaching of the the competitions of field and racecourse is associated with physical fitness and the digital level of the various kinds of different feelings because the physical training helps in developing the player's feeling of skill which leads to raise the digital level .

The athletic training depends mainly on linking between the physical faculty and the senso – kinetic faculties to make the player reach the highest degree of technical level under the competition's conditions .

Through what I mentioned before , the preparing of high sport levels in running competitions takes long time to achieve international levels or grades between the ages of 18-20 years . therefore , the palyer should be greatly prepared from early age and one true scientific principles to overwhelm and destroy the number

Thus the researeher tends to make a dynamics study on the development of the senso-kinetic faculties concer-ning the skill of running between the ages of 9-12 years to attain the high athletic levels.

The object of research:

The research aims at recognizing the dynamics of the development of the senso-kinetic faculties concerning the skill of running in ages of 9-12years.

The research's hypothesizes:

- (1) There are statistical differences in the ages of 9-12 years concerning the senso-kinetic faculties which are still on the carpet and also for girls
- (2) there are statistical differences in the ages of 9-12years concerning the senso-kinetic faculties which are still on the carpet and also for there are statistical differences in the ages of 9-12years concerning the senso-kinetic faculties which are still on the carpet .
- (3) There is arelation ship between the senso-kinetic faculties and running speed as for boys and girls concerning the senso – kinetic faculties which is still on the carpet .

The research's procedures :

The research's methodology :

The researcher uses the descriptive methodology by using the cadasreal style .

The research's society and sample :

The researcher selects the research's sample deliberately and at random from the students of the first grade of the elementary education form the fourth , fifth , and sixth grades between the ages of 9-12 years .

The members of the sample are divided into three groups according to their ages as follows :

- (1) the age of 9-5 under the age of ten (boys and girls) .
- (2) the second group if the age of 10-5 under the age of 11(boys and girls) .
- (3) the third group is the age of 11-5 under the age of 12(boys and girls) .

the research's fields :

the timing field :

- (1) the first discovered experiment is accomplished between the period of 9/11/2008 to 10/1/2008 .
- (2) the second discovered experiment is accomplished between the period of 11/1/2008 to 18/11/2008 .
- (3) the main experiment is applied between the period of 23/11/2008 to 27/11/2008 .

The spatial field :

The research , appreciation , and applied tests are accomplished in fillshoban Almuslimeen primary school in tanta .

The human field :

The students of Alshoban Almuslimeen primary school in Tanta .

The means of collecting data :

- (1) Referential cadastre : the researcher made a referential cadastre of the scientific researches which are associating with the thesis of research .
- (2) The application : the researcher met the experts in the field of athletic education to recognize the most important faculties of the senso – kinetic that participate in the skill of running in order to designate an explanation application to recognize the senso – kinetic faculties concerning the skill of running and its tests and scales .

The apparatuses and devices used in the research :

- (1) the restameter apparatus to measure the height with centimeter .
- (2) An assaying scale to measure the weight with kilogram .
- (3) A digital timing watch to measure the feeling of time .
- (4) Measuring bar (or strip) its height is 30 meter .
- (5) The apparatus of measuring the speed of the kinetic reaction reaction .
- (6) A black glasses to prevent vision to measure the degree of deviation and feeling of distance .
- (7) Swedan seat .

The explored studies :

The first explored study :

This study is made in the period between 9/11/2008 and 10/11/2008 .

On the sample which consists of ten students and this is outside the research sample of the sample's society .

The study's results :

The study affirms that it is easy to register in the measuring applications and that the assistants are perfectin .

Measuring and registering in the application:

- (1) It also affirms the validity of apparatuses and devices which are used in measuring .
- (2) The tests and scales are arranged according to the aim of the tese .

The second explored study :

This study is made in the period between 11/ 11 / 2008 and 18 / 11 2008 to make the scientific deals of tests of the senso-kinetic faculties .

The main study :

The resrarcher begins with the main study after perpaving the devices and places that she would use to apply the research in the period between 23 / 11 / 2008 and 27 / 11 / 2008 . The teachers of athletic education in Alshoban Almuslimeen school help the the researcher in her tests and scales . there are ten teachers who are training on the measuring tests of the senso-kinetic faculties .

The used statistical treatments :

The statistical data are treated by using spss by using computer through statistical deals as follows :

- (1) The arithmetic medium .
- (2) The standard deviation .
- (3) Tests (T) .
- (4) Correlation .
- (5) Diversity analysis .

The consequences and recommendations :

Through the research's hypotheses and according to the results of statistical analysis, the researcher manages to attain these consequences :

- (1) The medium of the senso-kintic faculties between the ages of 9-12 years is still on the carpet in the tests of the senso-kinetic faculties (the kinetic muscular feeling of elbow's joint, the angular joint, the kinetic feeling of strength or power that is characterized by speed of the feeling of kinentic consistence , and the speed of the kinetic reaction) . The development of the period between 11/ 12 years , as for girls , is on the carpet . Also in the test of 20 meters running , the development of the ages between 11-12 years, as for girls , is still on the carpet .
- (2) The mediums of the senso- kintic faculties in the ages between 9-12 years are still on the carpet in the tests of the senso-kintic faculties (the angular feeling of shoulder's joint, the angular kinetic muscular feeling of elbow's joint, the angular feeling of thigh's joint, the kinetic feeling of time , the kinetic feeling of distance, the kinetic feeling of dimension . the felling of static balance , the feeling of dynamic balance , the felling of power

that is characterized speed , the feeling of kinetic consistence, and the speed of the kinetic reaction) . The development of the period between 11-12 years, as for boys, is still on the carpet . Also in the test of 20 meters running , the development of the ages between 11-12 years , ass for boys is still on the carpet .

(3) There are statistical differences in the ages between 9-12 years as for boys and girls in the fourth, fifth, and sixth grade in the carpet.

- The differences in the ages between 9-10 years, as for boys and girls in the fourth grade in the tests of the senso-kinetic faculties are still on the carpeting the test of the ability of feeling of static balance as for girls .
- The differences in the ages between 10-11 years, as for boys and girls in the fourth grade in the tests of the senso-kinetic faculties are still on the carpet in the test of the ability of kinetic feeling of distance as for girls .
- The differences in the ages between 11-12 years, as for boys and girls in the fourth grade in the tests of the senso – kinetic faculties are still on the carpet in the test of the ability of kinetic feeling of distances as for boys .

(4) The relationship between the senso kinetic faculties and the running speed as for boys and girls in the faculties of senso-kinetic is still on the carpet .

The Research's Recommenendations :

- (1) A cordoning to the results of research that the researcher to the results of researcher attains to , the researcher recommends the following :

- (2) Putting training programs according to the dynamics of the development of senso-kinetic faculties concerning the skills of running in the first grade of the elementary education .**
- (3) the application of research's procedures on the other skills in power or strength games .**
- (4) The study of the development of the senso – kinetic faculties in the ages of 9-12 years in other athletic activities .**
- (5) Giving more care the age stages in which the rate of improving the senso-kinetic faculties is high through the ages of 9-12 years by putting training programs .**
- (6) Giving more care for the faculties of senso-kinetic especially in the ages in which the rate of one of the faculties is low through the ages of 9-12 years in order to put compensatory programs.**
- (7) making use of the ages in which the faculties of senso-kinetic are high and employing them to select the juniors for a suitable activity .**

Abstract

presented by : Mayada Hamdy Ibahim Yahia .

Entitled : Dynamism of developing dynamic – sensory abilities concerning running elementary education .

The aim of the research is to know the dynamism of developing dynamic – sensory abilities in running skill from 9 to 12 years old .

The researcher has used descriptive system by cadastral method . thus , the research sample has been deliberately and randomly chosen from the students of fourth , fifth , and sixth years of the first stage of elementary education , whose ages ranging from 9 to 12 .

The most important results have been . it has been discovered in the average of dynamic – sensor abilities among age categories from 9 to 12 under consideration in the tests of development has been for girls whose ages ranging (11 > 12)

As For the test of running 20meters , development has been for girls and boys , under consideration , whose age ranging (11 > 12) . concerning the test of running 20 meters , development has been for boys , under discussion , whose ages ranging (12 > 11) .

Statistical differences have been among boys and girls whose ages ranging from 9 to 12 in the fourth , fifth , and sixth stages in the tests of the dynamic & sensory abilities under consideration .

The relations between dynamic – sensory abilities and running speed for boys and girls in the dynamic – sensory abilities , under consideration , has been direct one (relation) for the benefits of boys and girls whose ages ranging from (11>12) .