

٦ - المراجع

٦-١ المراجع العربية

٦-٢ المراجع الاجنبية

المراجع العربية والاجنبية :

٦ - ١ : المراجع العربية :

- ١- ابوالعلا احمد عبدالفتاح : بيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربي ،
الطبعة الثانية ، القاهرة ، ١٩٨٥ م .
- ٢- اقبال فهمى الجويش : دراسة مقارنة عن اثر النشاط الرياضى
على بعض النواحي النفسية والجسدية
لطلبة وطالبات كلية التربية الرياضية ،
رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية
للبنات بالاسكندرية ، جامعة
حلوان ، ١٩٧٨ .
- ٣- امال الصادق محمود حسين : العلاقة بين الحد الاقصى لاستهلاك
الاكسجين وبعض الفياسات الانشرومومترية
ومستوى الاداء للاعبات بعض الفرق
القوية المصرية ، رسالة دكتوراه ، كلية
التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان ، ١٩٨٥ .
- ٤- جابر عبدالحميد جابر ، أحمد خيرى كاظم : مناهج البحث فى التربية
وعلم النفس ، دار النهضة العربية ،
الطبعة الأولى ، القاهرة ، ١٩٧٣ م .
- ٥- حسن على أحمد زيد : الطاق كسمة وكحالة لدى متسابقى
العاب القوى ، رسالة دكتوراه ، كلية
التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان ، ١٩٨٢ م .
- ٦- عبدالعظيم عبدالحميد السيد : دراسة مقارنة بين عدائى المسافات
القصيرة والطويلة فى بعض المتغيرات
الفسىولوجية والنفسية ، رسالة دكتوراه ،
كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ،
جامعة حلوان ، ١٩٨٢ م .

- ٧ - على فهمى الهيك ، عبدالمنعم بدير : دراسة مقارنة لمستويات الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين بين بعض مجموعات مسن السباحين الناشئين المصريين والسوفيت ، مجلد المؤتمر العام لدراسات وبحوث التربية الرياضية للرياضية للبنين بالاسكندرية ، جامعة حلوان ، ١٩٨٠ .
- ٨ - عيسى على الجبالى : العلاقة بين السمات الانفعالية والكفاءة البدنية والمستوى الرقى لمتسابقى العاب القوى نفسى جمهورية مصر العربية ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٣ .
- ٩ - فاروق عبدالوهاب : مبادئ نسيولوجيا الرياضة ، المؤلف ص ب ١٠٩ ، امانة الجيزة ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، ١٩٨٣ .
- ١٠ - محمد احمد غالى ، رجا ، محمود ابوعلام : القلق وامراض الجسم ، مكتبة الفلاح ، الطبعة الثانية ، الكويت ، ١٩٧٧ .
- ١١ - محمد حسن علاوى : نسيولوجية التدريب والمنافسات ، دار المعارف ، الطبعة الرابعة ، القاهرة ، ١٩٨١ .
- ١٢ - _____ : علم التدريب الرياضى ، دار المعارف ، الطبعة السابعة ، القاهرة ، ١٩٨١ .
- ١٣ - _____ : علم النفس الرياضى ، دار المعارف ، الطبعة الخامسة ، القاهرة ، ١٩٨٣ .
- ١٤ - _____ : ومحمد نصر الدين رضوان : القياس فى التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى ، دار الفكر العربى ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، ١٩٧٩ .

١٥ - محمد طادل رشدى : اسس التدريب الرياضى ، الشركة العامة للنشر والتوزيع والاعلان ، الطبعة الاولى ، طرابلس ، ١٩٧٦ .

١٦ - محمود حسن عبدالله : خصائص الكفاءة البدنية وعلاقتها بالمستوى الرقسمى لسباحى الزحف ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ .

١٧ - مفتى ابراهيم محمد حماد : الحالة الانفعالية قبل المباراة لدى لاعبي كرة القدم وعلاقتها ببعض المتغيرات المختارة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢ .

١٨ - نجاح التهامى حسن سعد : القلق لدى الرياضيين وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٧٩ .

١٩ - يحيى الصاوى محمود حسنى : العلاقة بين المقاييس الجسمية والخصائص الحركية بمستوى الاداء فى المصارعة اليابانية " الجسودو " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨١ .

٢٠ - يوسف مـــــراد : مبادئ علم النفس العام ، دار المعارف ، الطبعة السادسة ، القاهرة ، ١٩٧٨ .

المراجع الاجنبية :

21- Albert, Richard and Haber, Ralph., "Anxiety in academic achievement Situations", Journal of Abnormal psychology, vol 61. No 2, 1980.

- 22- Astrand, P.O. and Rodahl, K., "Textbook of work physiology",
2nd Ed, Mc Graw - Hill Book Co, New York,
1977.
- 23- Black Smith, "The effect of systematic desensitization on
prematch anxiety status among collegiate
Wrestlers", Diss Abst, vol. 38. NO. 4, 1977.
- 24- Boileau, R.A., Misner, J.E., Dykstra, G.L. and Spitzer,
T.A., "Blood lactic acid removal during
treadmill and bicycle exercise at various
intensities", J. Sports. Med, 23, 1983.
- 25- Brent, S. Rushall, "Psychology in Sport", pelham Books Co,
London, 1979.
- 26- Burton, Elsie Carter, "Relationship between trait and state
Anxiety, movement satisfaction, and partici-
pation in physical Education Activites", Rese
Quart, vol. 47. No. 3, 1976.
- 27- -----, "State and trait anxiety achievement Motiva-
tion and skill attainment in college women",
Rese. Quart, vol. 47. No. 2, 1971.
- 28- Cannon, W.B., "Bodily changes in pain, Hunger, Fear and
rage", Appleton century crofts, New York,
1929.
- 29- Cooke, L.E., "Stress and anxiety in sports", PHD,
Loughborough university of Technology,
Laughborough U.K., 1984.
- 30- Cooper, J.M., Adrian, M. and Glassaw, R.B., "Kinesiology"
The C.V. Mosby Co., London, 1982.

- 31- Cratty, Bryant. J., "Aggression in sport - social psychology in athletics", University of California, Los Angllis, 1981.
- 32- Daniels, J., Oldbndge, N., Enagle, F. and white, B., "Differences and changes in $\dot{V} O_2 \text{ MAX}$ among Runners 10-18 years of age", ² Medecine and Sience. N Sports vol. 10. No. 3, 1978.
- 33- Farrel, P.A., Wilmore, J.H., Coyle, E.F., Billing, J.E., and costill, D.L., "plasma lactate accumulation and distance running performance", Med. Sci. Sports, 1979.
- 34- Farwell, M.A., and Mayhew, J.L., "Task specificity in the relationship of predicted $\dot{V} O_2 \text{ MAX}$ and run performance", J. Sports Med, ² 23, 1983.
- 35- Fischer, W., "Theories of Anxiety", Harper & Raw Co, New York, 1981.
- 36- Fisher, A. Graig., "psychology of sport", May field publishing Co, U.S.A., 1979.
- 37- Fox, Edward L., "Sports physiology", Saunders College publishing, U.S.A., 1979.
- 38- Franklin , B.A., "Relationship between percent maximal $\dot{V} O_2$ uptake and percent maximal heart Rate", R.Q. vol. 51, 1980.
- 39- Freeman, G., "The energetics of Humon behaviour", cornell University press, New York, 1983.
- 40- George, H.M., Franklin, B., Lauro, G. and Mc Glynn, I.K., "The effect of aerobic conditioning induced strees and muscle tension", J. Sports Med, 23, 1983.

- 41- Gleeson, G., "All about Judo", Ep publishing LTD, London, 1975.
- 42- Griffiths, Thomas John., "The effects of two Selected Relaxation Techniques on Levels of Anxiety stress, and Underwater performance of Beginning Scuba Diving Students", Diss. Abes, Vol. 41. No. 2, 1980.
- 43- Hall, Evelyn Gay, "Comparison of postperformance State Anxiety of Internals and Externals Following Failure or Success on a Simple Motor Task", Rese. Quart, Vol. 51. No. 2, 1980
- 44- Harre, D., "Introduction into General Theory and Methodology of Sports Training and Competition", DHFX. DDR. Co, London, 1973.
- 45- Harris, D.V. and Harris, B.L., "Sports psychology", A publication of leisure press, New Yourk, 1984.
- 46- Hartung, G.H. and Squires, W.G., "Physiological Measures and marathon Running Performance in Young and Middle age males", J. Sports. Med, vol. 22, 1982.
- 47- Harvey, L. and John, E., "Dimension of personality", John Wiley and Sones, New York, 1978.
- 48- Herbert, A. de Vries, "physiology exercise", Stables press Co, London, 1970.
- 49- Hoch, P. and Zulin, J., "Anxiety", Grune & Stratton, New York, 1950.

- 50- Huddleston, Sharon and Gill Diane, "State anxiety as a function of skill level and proximity to competition", Rese Quart, vol. 52. No. 1, 1981.
- 51- Jean, Marke L., and others, "physiological effects of training in elite swimmers as measured by a free swimming test", J. sport. Med, vol. 21, 1981.
- 52- Jerson, R. and Deshaiase, P., "Competitive trait anxiety and performance as predictions of Competitive state anxiety", psych. Abst, vol. 64. No. 1, 1980.
- 53- Josse, M. Potiron, "Comparison of 3 protocoles of determination of direct $V\dot{O}_2$ Max amongst 12 Sportsmen", J. Sports. Med, vol. 23, 1983.
- 54- Karpovich, P.V. and Sinning, W., "physiology of muscular Activity", 7th Ed, May Field Co, Toronto, 1971.
- 55- Kasch, F. W., "Maximal oxygen uptake in older Males Swimmers During Free Swimming and Stationary Cycling", Swimming Medecine, Iv. vol. 6., 1978.
- 56- Kauss, David R., "The Effect of Anxiety and activation onathletic performance", Diss. Abst, vol. 37. No. 8., 1977.
- 57- Kazuzo, Kudo., "Judo In Action", Japan Publication Trading Company, Tokyo, 1973.

- 58- Kiyoski, K. and Sharp, H.E., "The Sport of Judo as practiced in Japan", Charles E. Tuttle Co, Tokyo, 1972.
- 59- Knuttgen, H.G., Vogel, J.A. and Poortmans, J., "Biochemistry of Exercise", Human Kinetics Publishers, U.S.A., 1983.
- 60- Komi, P.V. and Karlsson, J., "Physical Performance Skeletal muscle enzyme activities and fibre types in Monozygous and dizygous twins of both sexes", Acta physiol, Scand Supple, 1979.
- 61- Lamb, D.R., "physiology of exercise responses and adaptations", 2nd Ed, Macmillan publishing Co, New York, 1984.
- 62- Lammi, E., "Judo Training", The General staff of The Finnish Defence Forces, Helsinki, 1982.
- 63- Larry, G.S., "Maximum Aerobic Power and Anaerobic work capacity prediction from various running performance of Untrained college men", Sports Med, vol. 15., 1975.
- 64- Larson, L.A., "Fitness, Health and work capacity", Macmillan publishing Co, New York 1975.
- 65- Levitt E.E., "The psychology of Anxiety", Erlbaum, 2nd Ed, New Jersey, 1980.
- 66- Lindsley, D, "Emotion", In. S.S. Stevens (Ed) Handbook of Experimental psychology, New York, John Wiley, 1951.

- 67- Lowe, Randall, H., "Anew look at the Relationship Between arousal and performance", Diss. Abst, Vol. 34. NO. 2, 1973.
- 68- Martens, R., "Social psychology & phsical Activ-ity", Harper & Row publishers, New Yourk, 1975.
- 69- ----- "Sport Competition Anxiety Test" Human kinetics puplishers, champaign Illinon, 1977.
- 70- Martens, R., and Simon, J., "Comparison of three pred-ictors of state anxiety in competetive Situation", Rese Quar, Vol. 47. No. 3, 1976.
- 71- Mathews, D.K., and Fox, E.L., "The psysiology basis of physical Education and athleticcs", W.B. saunders Co., philadelphia, London & Toronto, 1976.
- 72- Mcadle, William, D., Katch, Frank, I. and Victor, L., "Exercise physiology, lea & Tebiger Co., philadelphia, 1981.
- 73- Miller, W. J., Sherman, W. M. and Ivy, J.L., "Effect of Strenght training on glouucose tolerance and post glucose insulin responce", Medicine and Science in Sport Exercise, Vol. 16, No.6, 1984.
- 74- Moony, Thomas and Carlesson William, "Emotional respon-ses to interview stress", psychological Abst, Vol. 23, No. 6., 1976.

- 75- Mossco, Judith, "Psychophysiological research on emotional reactivity of Top athletes", psychol Abst, Vol. 49, No. 2, 1973.
- 76- Oppenheim, A.N., "Questionnaire Design and Athitute measurement," Heinemann Educational Books Ltd., London, 1966.
- 77- Ordina, Franklin, "Season stress level development of intercollegiate Basketball players", Diss Abst, Vol. 36, No. 7, 1976
- 78- Paago, S. and Karpman, M., "The Relationship between exercise rate equations and pectent maximal oxygen consumption," J. Sports. Med, Vol. 6, No. 21, 1981.
- 79- Pollack, M.I., "Dicriminat analysis of physiological differences between good and elite distance Runners", R.Q., Vol. 51, 1980.
- 80- Purvis, Jamie W. and Morgan, W. P., "Influence of Repeated Maximal Testing on Anxiety and work capacity in college women", Rese Quart, Vol. 49, No. 4, 1978.
- 81- Reay, T. and Hobls, G., "The illustrated guide to Judo," wardsmith Co., London, 1979.
- 82- Riclard, H.S., "Sports midicine and physiology," W. B. Saunders Co., phildelphia, 1979.
- 83- Robert, N. Singer, "Coaching Athletics and psychology", Mcgraw Hill, U.S.A., 1972.

- 84- Robert, Weinberg, and Marvin Genachi, "Relationship between competitive trait anxiety, state anxiety and golf performance", psych. Abst, Vol. 64, No. 6, 1980.
- 85- Saltin, Bengt, and Rowell, Laring B., "Functional adaptations to physical activity and inactivity", American physiological Society, U.S.A., 1980.
- 86- Scanlan, Tara K. "Perceptions and responses of high and low - competitive trait anxious males to competition", Rese Quart, Vol. 49, No. 4, 1978.
- 87- Schneider and Karpovich, P., "Physiology of muscular activity", Saunders Co., 5 the Ed., philadelphia and London, 1973.
- 88- Shoenfeld, X., "Age weight and heart rate rest as predictors of Aerobic fitness", J. Sports Med, Vol. 21, 1981.
- 89- Sjodin, B. and Jacobs, L., "Onset of Blood lactate accumulation and marathon running performance", Int. J. Sports Med, 1981.
- 90- Spence, K. W., Farber, J.E. and Mcfann, H.H., "The relation of Anxiety (drive) level to performance in competition and non competition paired associates learning", Journal of experimental psychology, American psychological Association, 1956.

- 91- Spielberger, C.D., "Stress and Anxiety", Vol. 8, Washing Hemisphere, 1981.
- 92- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L. and Lushene, R.E., "State trait anxiety inventory", consulting psychologists press, Inc., California, 1970.
- 93- Tenenbaum, Jerson and Milgram, Roberta, "Trait and state anxiety in Israeli student athletes", psych, Abst, Vol. 62, No. 3, 1979.
- 94- Thierer, Joel and Odonnell, Lee. "Relationship between trait anxiety and athletic performance", psych Abst, Vol. 65, No. 5, 1981.
- 95- Tom, L.E. and William, "Spath the Maximal Steady State versus selected running events", J. Sports Med, Vol. 13, 1981.
- 96- Tortora, G.J. and Anagnostakos, "Principles of anatomy and physiology", Harper & Row publishers, New York, 1984.
- 97- Weiberge, Robert and Hunt, Valerie, "The interrelationship between anxiety, motor performance and electromyography", psych. Abst, Vol. 57, No. 5, 1977.
- 98- William, C. and Maria, L.G., "Some physiological Demands of A Half - Marathon Race on Receational Runners", Brit J. Sports. Med, Vol. 17 No. 3, 1983.

- 99- William, G. and Richard, H., "Body composition and somatotype characteristics of Junior olympic athletes", J. Sports Med, Vol. 13, 1981.
- 100- Wilmore, J.H., "Training for sport and activity of the physiological basis", Bo con - Allen Co.. London, 1982.
- 101- Wolfe, James Elmer, "Anthropometrical, physiological and psychological measures to predict performance in cross - country skiing", Diss. Abst, vol.40,1980.
- 102- Zauner, C.W. and Berson, N.Y., "Conditions treadmill walking versus interittent treadmill running as maximal exercise test for young, competitive swimmers" J. Sport Med, Vol. 21, 1981.
- 103- ----- "Physiological alteration in young swimmers during three years of intensive training", J. Sports Med, Vol. 21, 1981.
- 104- Zinkgraf, S., Squires, W.G. and Maneval, M., "Measuring heart rate during exercise", J. Sports Med, Vol. 32, 1983.

المرفقات

*



LOUGHBOROUGH UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE

Research made by

Y. E. SAWI

for Ph.D. degree in Sports Science, Helwan University, Cairo

Dear Judoka,

This is a sports competition test for you to describe your feelings towards the competition. These tests will show us the different conditions in the competition, and their dimension can help the trainers, coaches, players and others to understand the results of the competition and the psychological situation.

We are looking forward to your answers. The scientific knowledge you give is a great help for all of us to achieve better performance in the competition, and improve our sport: jud

Thank you for your co-operation.

Birth:

Weight:

Nationality:

Full name:

Height:

Belt award:

Give note of any championship won:

SELF-EVALUATION QUESTIONNAIRE

(١ مرفق)

Developed by C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch and R. Lushene

STATE FORM X-1

NAME _____ DATE _____

DIRECTIONS: A number of statements which people have used to describe themselves are given below. Read each statement and then blacken in the appropriate circle to the right of the statement to indicate how you feel right now, that is, at this moment. There are no right or wrong answers. Do not spend too much time on any one statement but give the answer which seems to describe your present feelings best.

	NOT AT ALL	MODERATELY	VERY MUCH
* 1. I feel calm	()	()	()
* 2. I feel secure	()	()	()
3. I am tense	()	()	()
4. I am regretful	()	()	()
* 5. I feel at ease	()	()	()
6. I feel upset	()	()	()
7. I am presently worrying over possible misfortunes	()	()	()
* 8. I feel rested	()	()	()
9. I feel anxious	()	()	()
* 10. I feel comfortable	()	()	()
* 11. I feel self-confident	()	()	()
12. I feel nervous	()	()	()
13. I am jittery	()	()	()
14. I feel "high strung"	()	()	()
* 15. I am relaxed	()	()	()
* 16. I feel content	()	()	()
17. I am worried	()	()	()
18. I feel over-excited and "rattled"	()	()	()
* 19. I feel joyful	()	()	()
* 20. I feel pleasant	()	()	()

SELF-EVALUATION QUESTIONNAIRE

STAI FORM X-2

(٢ مرفق)

NAME _____ DATE _____

DIRECTIONS: A number of statements which people have used to describe themselves are given below. Read each statement and then blacken in the appropriate circle to the right of the statement to indicate how you *generally* feel. There are no right or wrong answers. Do not spend too much time on any one statement but give the answer which seems to describe how you generally feel.

	ALMOST NEVER	SOMETIMES	OFTEN	ALMOST ALWAYS
* 21. I feel pleasant	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
22. I tire quickly	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
23. I feel like crying	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
24. I wish I could be as happy as others seem to be	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
25. I am losing out on things because I can't make up my mind soon enough	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 26. I feel rested	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 27. I am "calm, cool, and collected"	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
28. I feel that difficulties are piling up so that I cannot overcome them	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
29. I worry too much over something that really doesn't matter	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 30. I am happy	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
31. I am inclined to take things hard	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
32. I lack self-confidence	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 33. I feel secure	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
34. I try to avoid facing a crisis or difficulty	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
35. I feel blue	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 36. I am content	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
37. Some unimportant thought runs through my mind and bothers me	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
38. I take disappointments so keenly that I can't put them out of my mind	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
* 39. I am a steady person	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ
40. I get in a state of tension or turmoil as I think over my recent concerns and interests	Ⓐ	Ⓑ	Ⓒ	Ⓓ

Sport Competition Anxiety Test for Adults

ILLINOIS COMPETITION QUESTIONNAIRE
Form A

Directions: Below are some statements about how persons feel when they compete in sports and games. Read each statement and decide if you HARDLY-EVER, or SOMETIMES, or OFTEN feel this way when you compete in sports and games. If your choice is HARDLY-EVER, blacken the square labeled A, if your choice is SOMETIMES, blacken the square labeled B, and if your choice is OFTEN, blacken the square labeled C. There are no right or wrong answers. Do not spend too much time on any one statement. Remember to choose the word that describes how you usually feel when competing in sports and games.

	Hardly-Ever	Sometimes	Often
1. Competing against others is socially enjoyable.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
2. Before I compete I feel uneasy.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
3. Before I compete I worry about not performing well.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
4. I am a good sportsman when I compete.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
5. When I compete I worry about making mistakes.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
6. Before I compete I am calm.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
7. Setting a goal is important when competing.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
8. Before I compete I get a queasy feeling in my stomach.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
9. Just before competing I notice my heart beats faster than usual.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
10. I like to compete in games that demand considerable physical energy.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
11. Before I compete I feel relaxed.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
12. Before I compete I am nervous.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
13. Team sports are more exciting than individual sports.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
14. I get nervous wanting to start the game.	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>
15. Before I compete I usually get an tight	A <input type="checkbox"/>	B <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>

LOUGHBOROUGH UNIVERSITY OF TECHNOLOGY
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE

Research made by

Y. E. SAWI

for Ph.D. degree in Judo

Physiological and Psychological Tests

Name Age

Address

Height Weight

'Belt' awarded

Performance

(give degree for your performance from 10)

Give note of any championships won:

SUBJECT: (مریض) DATE: TIME:
 WT. (kg): HT. (cms): AGE: (DoB)
 PB (mmHg): TEMP ($^{\circ}\text{C}$): HUMIDITY(%):
 OBJECT:

BAG NO.						
SPEED						
EXERCISE TIME (MINS)						
COLLECTION TIME (SECS)						
TEMP. EXPIRED AIR ($^{\circ}\text{C}$)						
VOL. INITIAL						
NO. REVOLUTIONS						
VOL. FINAL (ℓ)						
VOL. DIFF (ℓ)						
VOL. SAMPLE (ℓ)						
\hat{V}_E (ℓ)						
$\hat{V}_{E\text{-STPD}}$ (1 min.^{-1})						
$F_{E\text{O}_2}$ (%)						
$F_{E\text{CO}_2}$ (%)						
$\hat{V}\text{O}_2$ (1 min.^{-1})						
$\hat{V}\text{O}_2$ ($\text{ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$)						
$\hat{V}\text{CO}_2$ (1 min.^{-1})						
$\hat{V}\text{CO}_2$ ($\text{ml kg}^{-1} \text{ min}^{-1}$)						
R						
$\hat{V}.E.F.F.$						
Subjective Rating (6-20)						
Time (min:sec) 0:30						
1:00						
1:30						
2:00						
2:30						
3:00						
3:30						
4:00						
Lactate mM						

Calculation of oxygen uptake and carbon dioxide production

N.E. All gas volumes referred to below are STPD

1. Introduction

Volume of O_2 taken up = vol. O_2 inspired - vol. O_2 expired.

$$\text{Vol. } O_2 \text{ inspired} = V_I \times \frac{F_I O_2\%}{100}$$

$$\text{Vol } O_2 \text{ expired} = V_E \times \frac{F_E O_2\%}{100}$$

where : V_I is the volume of air inspired

V_E is the volume of air expired

$F_I O_2\%$ is the percentage of O_2 in the inspired air

$F_E O_2\%$ is the percentate of O_2 in the expired air

Similar equations may be adopted for carbon dioxide production ($\dot{V}CO_2$)
Thus:

Vol. of CO_2 produced = vol. CO_2 expired - vol CO_2 inspired

$$\dot{V}CO_2 = \left[V_E \times \frac{F_E CO_2\%}{100} \right] - \left[V_I \times \frac{F_I CO_2\%}{100} \right]$$

$F_I O_2\%$ can be assumed to be 20.93% and $F_I CO_2\%$ to be 0.03% as the composition of inspired air is very stable.

$F_E O_2\%$, $F_E CO_2\%$ and V_E can be measured in an expired air sample

BUT V_I is very difficult to measure directly so two alternatives are available.

EITHER:

2. Approximation method

If the V_I is assumed to be the same as the V_E , oxygen uptake ($\dot{V}O_2$) and carbon dioxide production ($\dot{V}CO_2$) can be approximated closely.

$$\text{i.e. } \dot{V}O_2 = \dot{V}_{ESTPD} \times \frac{F_I O_2\% - F_E O_2\%}{100}$$

This method is often used where the CO_2 content of the gas can not be measured. However at rest or in very heavy exercise the assumption that $V_I = V_E$ is not valid.

Test-Combination Gluco-quant®

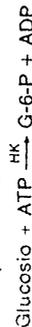
Glucosio
Metodo all'esa-chinasi
Test UV

Art. n.: 269326 per 4 x 25 determinazioni
Art. n.: 245178 per 14 x 100 determinazioni

Metodo
Esochinasi/G6P-DH con deproteinizzazione

Let.: Schmidt, F. H., *Klin. Wschr.* 39 (1961) 1244

Principio del test



Valori normali

	mg/100 ml	mmoli/l
Sangue ¹	70-100	3,89-5,55
plasma ² , siero	76-120	4,22-6,67

Let.:
¹ Schmidt, F. H. et F. Pfeiffer e coll., *Handbuch des Diabetes mellitus*,
ed. J. F. Lehmann Verlag München 1971 pag. 936
² McCord, M. F., *Am J Med Technol.* 43 (1976) 243

Campione

Sangue, siero, plasma con eparina o EDTA

Reattivi

Componenti Concentrazioni delle soluzioni

1 Tampone/

MADP/ATP

Tampone fosfato

70 mmoli/l; pH 7,8

MgSO₄

4 mmoli/l

NADP

1,3 mmoli/l

ATP

1,3 mmoli/l

≥ 190 U/ml

≥ 100 U/ml

Hi:

Reattivo ausiliario:

Acido pirruico ca. 0,33 mol/l, Art. n. 125369

Controllo di qualità

Intervallo normale: Precinorm® U, Precinorm® S

Intervallo patologico: Precipath® U, Precipath® S

Per il controllo della precisione: Precinorm® UPX

Preparazione e stabilità delle soluzioni

1 Art. n. 269326

Rimuovere completamente il flacone con acqua distillata (ca. 50 ml).

Art. n. 245178

Sciogliere il contenuto di un flacone con 200 ml di acqua distillata

Stabilità: 3 mesi a +2-8°C

2 Impiegare il contenuto senza diluire.

Stabilità: fino alla scadenza indicata a +2-8°C.

Miscela di reazione per determinazioni in serie
Trasferire quantitativamente il contenuto del flacone 2 con la soluzione 1 in un apposito recipiente.

Prima dell'uso portare a 20-25°C.

Stabilità: 3 mesi a +2-8°C

2 settimane a +15-25°C

Preparazione del campione

Sangue: deproteinizzare immediatamente.

Siero, plasma: separare degli componenti cellulari. Stabilità in recipiente chiuso a +4°C: 7 giorni.

Let.: Hoffmeister H e B Jung, *Z Klin Chim Biochem* 8 (1970) 613

Deproteinizzazione:

Pipettare in una provetta da centrifuga:	1,00 ml
acido pirruico (ca. 0,33 mol/l)	0,10 ml
lavare la pipetta aspirando ed espellendo più volte il liquido. Centrifugare la sospensione. Impiegare 0,10 ml del sovranante per la determinazione.	

Stabilità nel sovranante separato in recipiente chiuso a +4°C: sette giorni.

Procedimento

Lunghezza d'onda: 365 nm, 340 nm o 334 nm

Cuvette: 1 cm di spessore d'istiro

Temperatura di incubazione: 20-25°C

Determinazioni singole

Letture contro aria (Aumento dell'estinzione)

Pipettare in una cuvetta:	
soluzione 1 (20-25°C)	2,00 ml
sovranante	0,10 ml
mescolare con spatola di plastica, misurare l'estinzione E ₁ .	
soluzione 2	0,02 ml
mescolare e dopo 5-30 min. misurare E ₂ . F.-F. = ΔF	

Determinazioni in serie

Letture contro bianco reattivi.

Per ogni serie di determinazioni è necessario un bianco dei reattivi.

Pipettare in provette:		BR	Campione
miscela di reazione (20-25°C)	2,00 ml	2,00 ml	2,00 ml
sovranante	—	—	0,10 ml
acido pirruico (ca. 0,33 mol/l)	0,10 ml	—	—
mescolare, dopo 5-30 min. trasferire la soluzione in cuvetta e misurare l'estinzione del campione contro il bianco dei reattivi. E _{campione} - E _{BR} = ΔE.			

Limite di diluizione

Letture dopo 5 min.: 500 mg/100 ml oppure 27,8 mmoli/l

Letture dopo 10 min.: 1000 mg/100 ml oppure 55,5 mmoli/l

Per concentrazioni più elevate mescolare 0,1 ml di sovranante con 0,1 ml di soluzione fisiologica e ripetere la determinazione: risultato x 2.

Calcolo

La concentrazione (c) del glucosio nel sangue, siero o plasma si calcola con le formule:

lunghezza d'onda	365 nm	340 nm	334 nm
c [mg/100 ml]	1184 x ΔE	659 x ΔE	671 x ΔE
c [mmoli/l]	65,7 x ΔE	33,5 x ΔE	37,2 x ΔE

Avvertenza

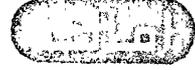
La soluzione 1 contiene sodio azide come conservante, che in caso di ingestione in forti dosi può provocare vasodilatazione e caduta della pressione. Terapia sintomatica.

قائمة أخذ عينات الدم
لحامض اللاكتيك والجلوكوز في الدم

*

- : اسم المفحوص
- : عنوان المفحوص
- : العمل
- : وزن المفحوص
- : الهدف من الاختبار
- : الزمن الذى يستغرقه الاختبار
- : الوقت الذى استخرج فى اخذ عينات الدم
- : رقم عينة الدم للمفحوص
- : ترتيب العينة داخل الصندوق
- : الاخطاء التى تنتج عند اخذ عينات الدم
- : ملاحظات اخرى

القاهرة في : ١٥ / ٥ / ١٩٨٦



مركز الأهرام للإدارة والحسابات الإلكترونية
شارع الجلاء - القاهرة ، مصر
ب.م : ٧٥٥٥٠٠ - ٧٤٥٦٦ - ٧٥٨٢٢٢
تلكس : ٩٢٠٠١ - ٩٢٥٤٤
تلفونيا : امك بلقاهرة

(مرفق ٨)

السيد الاستاذ الدكتور / وكيل كلية التربية الرياضية بنين / الهرم
للدراستات العليا والبحوث / جامعة حلوان

تحية طيبة وبعد ،

بالإشارة الى خطابكم بتاريخ ١٨ / ٢ / ١٩٨٦ الخاص بتسهيل مهمة الباحث /
يحيى الصاوي محمود حسنى المدرس المساعد بالكلية فى اجراء المعالجات الاحصائية
اللازمة على الحاسب الالىكترونى بالمركز لمعالجة البيانات الخاصة ببحث رسالة الدكتوراه
وعنوانه " بعض المتغيرات النفسية والنيولوجية وعلاقتها بمستوى الاداء فى الجارعة
البيابانية (جودو) " .

نحيطكم علما بان السيد المذكور قد اتم البحث المشار اليه به عليه خلال الفترة
من ٢٦ فبراير ٨٦ حتى ٣١ مارس ٨٦ وذلك باستخدام مجموعة البرامج الاحصائية
(SPSS) على الحاسب الالىكترونى ا.ب.م ٤٣٤١ المركب بالمركز .

برجاء التفضل بالاحاطة واتخاذ اللازم .

والمركز دائما بجميع امكانياته فى خدمة الرسالة العلمية .

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام ،

المدير العام

(على غنيم)

ملخص البحث

- باللغة العربية
- باللغة الانجليزية

ملخص البحث

*

يتكون البحث من خمسة فصول عدا المرفقات يمكن سردها فيما يلي :

الفصل الاول :

ويشتمل على :

مقدمة البحث

مشكلة البحث

أهداف البحث

فروض البحث

المصطلحات العلمية

مشكلة البحث :

تعتبر الظواهر النفسية في المجال الرياضي وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية في جسم الكائن الحي من أهم المتغيرات التي يجب الاستدلال عليها في تنفيذ البرامج الرياضية والخطط التدريبية للوقوف على المستويات الرياضية المطلوب تحقيقها في غضون المنافسات والبطولات الدولية والعالمية كما أن استخدام الأسلوب العلمي والتكنولوجي في تنفيذ تلك البرامج والخطط التدريبية هو أحد أساليب التقييم العلمية للحالة التدريبية للاعبين حيث تعطى مؤشرا صادقا عن الحالة النفسية والفسيولوجية للاعبين ، ومن ثم وجد الباحث ضرورة الى الاهتمام بتلك المتغيرات والتي تؤثر بصورة فعالية على المتطلبات الحركية والجسمية للاعبين وخاصة النشاط الرياضي التخصصي الجودو ، حيث أن هناك افتقارا فعليا لتلك المتغيرات النفسية والفسيولوجية في المجال التخصصي علاوة على أهميتها من الناحية العلمية والتطبيقية حيث ان التعرف على تلك المتغيرات النفسية والفسيولوجية تساهم في اختيار وانتقاء اللاعبين

المتميزين في ضوء عملية علمية مدروسة ومخططة حيث أن اللاعب يستجيب في مواقف اللعب المختلفة وفقا للحالة النفسية ومدرجات مختلفة الشدة وفقا للضغوط المهددة له كما أن الحد الأقصى لاستهلاك الاكسوجين يؤثر بدرجة كبيرة على أداء اللاعبين كقدرة هوائية وكذلك بمعدلات النبض القلبي اذ ترتفع أو تنخفض وفقا للمواقف المهددة له وكذلك ارتفاع معدلات تركيز حامض اللاكتيك والجلوكوز في الدم التي تؤثر بصورة ايجابية على القدرات الفسيولوجية للاعب لتصل به الى درجة التعب الرياضى ومن ثم فكل هذه المتغيرات تتفاعل معا لتؤثر على مستوى الاداء الحركى والبدنى بدرجات مختلفة ومن هذا المنطلق العلمى قام الباحث بدراسة للجودو لمعرفة الابعاد العلمية لتلك المتغيرات موضوعها :

" بعض المتغيرات النفسية والفسيولوجية وعلاقتها "

بمستوى الاداء فى المصارعة اليابانية (الجودو) "

اهداف البحث :

يهدف البحث الى تحقيق الاهداف التالية :

- ١- التعرف على أهم المتغيرات النفسية المرتبطة بمستوى الاداء والتي يتحدد على ضوءها الوصول الى أفضل المستويات فى هذا النوع من المصارعة .
- ٢- التعرف على العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية التي تم تحديدها فى ضوء الاختبارات الفسيولوجية الموضوعة وبين مستوى الاداء لدى لاعبي المصارعة اليابانية (الجودو)
- ٣- التعرف على العلاقة بين المتغيرات النفسية والفسيولوجية التي تم تحديدها طبقا لمستوى الاداء فى رياضة الجودو .
- ٤- التعرف على الفروق فى بعض القياسات النفسية طبقا لمستوى الاداء فى رياضة الجودو .
- ٥- التعرف على الفروق فى بعض القياسات الفسيولوجية طبقا لمستوى الاداء فى رياضة الجودو .

فروض البحث :

فى ضوء الدراسات والبحوث المشابهة وانطلاقا من اهداف البحث حدد الباحث الفروض التالية لمحاولة تحقيقها او نفيها والتي يمكن ذكرها فيما يلى :

- ١- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات النفسية المختارة ومستوى الاداء الحركى لدى لاعبي الجودو .
- ٢- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات الفسيولوجية المختارة ومستوى الاداء الحركى لدى لاعبي الجودو .
- ٣- توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين المتغيرات النفسية والفسيولوجية المختارة لدى لاعبي الجودو .
- ٤- توجد فروق دالة احصائية فى بعض المتغيرات النفسية ومستوى الاداء الحركى لدى لاعبي الجودو .
- ٥- توجد فروق دالة احصائية فى بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الاداء الحركى لدى لاعبي الجودو .

الفصل الثانى :

تناول البحث الدراسات النظرية المرتبطة بالبحث اشتملت تلك الدراسات على :-

- * المتغيرات النفسية
- * المتغيرات الفسيولوجية
- * مستوى الاداء
- * قياسات مستوى الاداء
- * الكائنات
- * الدراسات والبحوث النفسية
- * الدراسات والبحوث الفسيولوجية
- * الدراسات والبحوث النفسية والفسيولوجية
- * تعليق الباحث على الدراسات والبحوث السابقة

الفصل الثالث :

وشتمت على اجراءات البحث التى تضمنت :

اختبار منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج الوصفى نظرا لمناسبته لهذه الدراسة والذي يستطيع

من خلالها الباحث استخراج البيانات التي تفسر كل ظاهرة متبعا في ذلك الخطوات
الاتية :

تحديد الاختبارات النفسية والفسيلوجية والتي يمكن عن طريقها التنبؤ بالحالة النفسية
والفسيلوجية للاعبين والتي نستطيع عن طريقها تقييم مستوى الاداء الحركي وذلك وفقا
لنتائج التحليل وما يتفق مع اراء الخبراء المتخصصين وما اشارت اليه نتائج البحوث
والدراسة السابقة وتحليل المراجع العلمية وتم تحديد الاختبارات وفقا لملائمتها لنوع
النشاط الرياضي التخصصي بحيث أن تكون لها معاملات العلمية والتي تتميز بالصدق
والثبات والموضوعية وتطبق على عينة من اللاعبين ممثلة للمجتمع الاصلى .

وقد ظهرت الحاجة الى تصميم اختبار نفسي يقيس القلق الرياضي للاعبين الجدد و
حيث تم حساب المعاملات العلمية له وكذلك تم تصميم اختبار فسيلوجي يقيس القسدرات
الفسيلوجية التخصصية للاعب الجدد وتم التأكد من صحة هذا الاختبار متبعا في ذلك
الاسلوب العلمى فى التطبيق .

اختبار عينة البحث :

المستويات العالية يتم اختبار عينة البحث بالطريقة العمدية حيث تتكون من ثلاثين
لاعبا يمثلون افضل مستوى اداء فى هذه الرياضة للحصول على افضل النتائج .
الدراسات الاستطلاعية :

تم اجراء الدراسات الاستطلاعية على المتغيرات النفسية والفسيلوجية حيث
تم اجراء دراستين استطلاعتين ثم قام الباحث باجراء الدراسة الاساسية للبحث لحساب
المعاملات العلمية للاختبارات وللتأكد من مدى صحتها وذلك على عينة البحث .
الفصل الرابع :

وقد تناول هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها بالخطوات الاحصائية الاتية :

* حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعياري لمتغيرات البحث الاساسية

(النفسية - والفسيلوجية - مستوى الاداء) لعينة البحث موضع الدراسة .

* ايجاد معاملات الارتباط للمتغيرات النفسية ومستوى الاداء .

- * ايجاد معاملات الارتباط للمتغيرات الفسيولوجية ومستوى الاداء
- * ايجاد معاملات الارتباط للمتغيرات النفسية والفسيولوجية حيث تم وضعها فى جدول مصفوفات معاملات الارتباط وذلك للاعبين عينة البحث موضع الدراسة الحالية .
- * قام الباحث بمعالجة المتغيرات النفسية والفسيولوجية مستخدما فى ذلك الانحدار بطريقة الخطوات المنطقية Step Wise Regrassion لترتيب تلك المتغيرات ومعرفة مقدار تأثيرها فى المتغير التابع (الاداء) بالنسبة للاوزان المختلفة .
- * تم اجراء المعالجات الاحصائية للمتغيرات النفسية والفسيولوجية للبحث مع مستوى الاداء مستخدما فى ذلك تحليل التباين لمعرفة الفروق للمتغيرات الاساسية للبحث مع المتغير التابع (مستوى الاداء) .
- قام الباحث بتفسير النتائج السابقة حيث يتم التحقق من الفروض وتأكيد نتائجها والتوصل الى الاهداف الموضوعة للدراسة الحالية .

الفصل الخامس: الاستنتاجات والتوصيات :

فى حدود عينة البحث وخصائصها وفى ضوء الاهداف والفروض موضع الدراسة واعتمادا على اسلوب المنهج العلمى فى التحليل الاحصائى للمتغيرات والاختبارات تمكن الباحث من التوصل الى الاستنتاجات الآتية :

* العلاقة بين المتغيرات النفسية ومستوى الاداء :

— حيث توجد علاقة عكسية دالة احصائيا بين المتغيرات (القلق كحالة وكسمة) ومستوى الاداء كما توجد علاقة طردية دالة احصائيا بين المتغيرات النفسية حيث توجد علاقة طردية بين قلق الحالة وقلق السمة للاختبارات النفسية موضع الدراسة الحالية مما يؤكده أهمية الاعداد النفسى فى غضون المنافسة الرياضية وأن أهم المتغيرات النفسية التى تؤثر فى مستوى اداء اللاعبين وفقاً لنسب مساهمتها هى :

— قلق المنافسة الرياضية — قلق الحالة لسبيلبرجر — قلق السمة العام لسبيلبرجر

* العلاقة بين المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الاداء :

- توجد علاقة عكسية دالة احصائيا بين مستوى الاداء والمتغيرات الفسيولوجية
الاتية :

• تركيزات حامض اللاكتيك والجلوكوز في الدم والتي تم تحديدها وفقا للاختبارات
الفسيولوجية للبحث •

- توجد علاقة طردية دالة احصائيا بين مستوى الاداء والمتغيرات الفسيولوجية
الاتية :

• الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي (جود و)
• الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين لاختبار السير المتحرك
• معدل النبض القلبي عند اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين
للنشاط التخصصي (جود و)
• معدل النبض القلبي عند اداء اختبار السير المتحرك •

- توجد علاقة طردية دالة احصائيا بين المتغيرات الفسيولوجية الاتية :

• تركيز حامض اللاكتيك والجلوكوز في الدم ومعدل النبض القلبي لمتغيرات
البحث •

- توجد علاقة عكسية دالة احصائيا بين الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين والمتغيرات
الفسيولوجية الاتية :

• معدلات تركيز حامض اللاكتيك ومعدلات الجلوكوز في الدم •

ان اهم المتغيرات الفسيولوجية التي تؤثر في مستوى اداء اللاعبين يمكن ذكرها فيما يلي :

- تركيز الجلوكوز في الدم (مباريات لمدة سبع دقائق)

- معدل النبض القلبي (لاختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي
" جود و ")

- تركيز حامض اللاكتيك بعد مضي ٤ دقائق من اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك
النشاط التخصصي " جود و " •

- تركيز حامض اللاكتيك لمباريات لمدة ثمانى دقائق •

- معدل النبض القلبي لاختبار السير المتحرك •

- الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي " جود و " •

- الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين لاختبار السير المتحرك •

هذه النتائج تحقق الفرض الثاني للبحث .

* توضح نتائج معاملات الارتباط للمتغيرات النفسية والفسولوجية مايلي :

: وجود علاقة طردية بين المتغيرات النفسية والفسولوجية الآتية :

كالارتباط بين معدلات تركيز حامض اللاكتيك والجلوكوز في الدم ومعدلات النبض القلبي للبحث كمتغيرات فسيولوجية وقلق السمة التنافسية وقلق الحالة وقلق السمة العام كمتغيرات نفسية .

- كما توجد علاقة عكسية دالة احصائيا بين الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي الجودو واختبار السير المتحرك وبين المتغيرات النفسية للبحث قيد الدراسة الحالية ومن ثم تم تحقيق الفرض الثالث للبحث .

* الفروق بين المتغيرات النفسية تبعا لمستوى الاداء :

- اظهرت نتائج تحليل التباين للمتغيرات النفسية وجود فروق بين مستويات الاداء الثلاثة (الاداء المرتفع - الاداء المتوسط - الاداء المنخفض) في كل من قلق السمة التنافسي - قلق الحالة - قلق السمة العام ولصالح اللاعبين ذوي مستوى الاداء المنخفض مما يحقق الفرض الرابع .

* الفروق بين المتغيرات الفسيولوجية تبعا لمستوى الاداء :

- اظهرت نتائج تحليل التباين للمتغيرات الفسيولوجية مايلي :
وجود فروق بين مستويات الاداء الثلاثة (الاداء المرتفع - الاداء المتوسط - الاداء المنخفض) في تركيزات حامض اللاكتيك قبل المباريات وقبل اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي الجودو وقبل اداء اختبار السير المتحرك ولصالح اللاعبين ذوي مستوى الاداء المنخفض .
- توجد فروق دالة احصائيا بين اللاعبين ذوي مستوى الاداء المرتفع والمتوسط وبين اللاعبين ذوي مستوى الاداء المنخفض في تركيزات الجلوكوز بالدم قبل المباريات وقبل اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصي (جودو) ولصالح اللاعبين ذوي مستوى الاداء المنخفض بينما لا توجد فروق بين اللاعبين ذوي مستوى الاداء المرتفع والمتوسط .
- توجد فروق دالة احصائيا بين اللاعبين ذوي مستوى الاداء المرتفع والمتوسط

- وبين اللاعبين ذوى مستوى الاداء المنخفض فى تركيزات حامض اللاكتيك بالنسبة لكل من : المباريات - اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصى (جودو) اختبار السير المتحرك ولصالح اللاعبين ذوى مستوى الاداء المنخفض بينما لا توجد فروق بين اللاعبين ذوى مستوى الاداء المرتفع والمتوسط .
- توجد فروق دالة احصائيا بين مستويات الاداء الثلاثة فى تركيز الجلوكوز مباريات لمدة سبع دقائق وبعد اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصى (الجودو) ولصالح اللاعبين ذوى مستوى الاداء المنخفض .
- هناك فروق دالة احصائيا بين مستويات الاداء الثلاثة فى الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين للنشاط التخصصى (جودو) ولاختبار السير المتحرك ولصالح اللاعبين ذوى مستوى الاداء المرتفع .
- هناك فروق دالة احصائيا بين مستويات الاداء الثلاثة فى معدلات النبض القلبي عند اداء اختبار الحد الاقصى لاستهلاك الاكسوجين (جودو) واختبار السير المتحرك ولصالح اللاعبين ذوى مستوى الاداء المنخفض . وبذلك يتم تحقيق الفرض الخامس للبحث قيد الدراسة الحالية .

التوصيات : يتقدم الباحث بأهم التوصيات التى تم استخلاصها من نتائج البحث :

- ١- ضرورة اختيار اللاعبين وفقا لاختبارات نفسية وفسىولوجية .
- ٢- الاهتمام بالتنمية النفسية والاعداد النفسى للاعبين والقدرات الفسىولوجية .
- ٣- توجيه اهتمام المدرسين والمتخصصين والاتحادات الى وضع استراتيجيات تدريب وفقا لقدرات لاعبيهم النفسية وفسىولوجية .

HELWAN UNIVERSITY
FACULTY OF PHYSICAL
EDUCATION FOR MEN
CAIRO

"The Relationship Between Some Psychological And
Physiological Variables In The Performance in
Japanese Wrestling (Judo)"

By

YEHIA EL SAWI MAHMOUD

Submitted For The Partial Fulfillment Of The
Requirements For The Degree Of Doctor
Of Philosophy In Physical Education

SUPERVISED BY

PROF. DR. SALIMAN ALY EBRAHIM
FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION.
CAIRO

CAIRO-1986

THE RESEARCH

A SUMMARY

This research includes five chapters beside the supplementary works which we will narrate as follows:

1st Chapter: This chapter will cover the following:

- ⌘ An introduction.
- ⌘ Problem of the research.
- ⌘ Aims of the research.
- ⌘ Hypotheses of the research.
- ⌘ Terminology of the research.

Problem of the research:

The psychological symptoms (phenomenon) in the field of sport also the other physiological changes which accompany the body are considered as the most important variables to be identified before the execution of sport programmes, and training plans, and to have an idea about sport levels needed to be acquired during international and world competitions and championships.

The use of a scientific and technological method in the execution of these programmes and training systems is considered as one of the most practical ways to set right the training condition of the players, as it is always resulting a correct indicator representing the psychological and physiological condition of the player.

And thus, it was necessary for the researcher to stress upon these variables which effectively affects the requirements of the body, and the exercises of the players, especially that sort of activity known as the game of Judo, since there is always a real lack of these psychological and physiological variables in the field of specialization.

This is beside their importance from the scientific and applicable point as the identification of these psychological and physiological variables will share in the choice and selection of the distinguished players, within the light of a planned and scientific operation, as the player will respond, in the different situation, of the sport game according to his psychological case and in different grades of severity, and according to pressures threatening him.

Also, the maximum oxygen consumption greatly affects the performance of the players as a factor of respiration, beside the averages of the pulses becomes high or low according to the situations threatening the players. This is beside the high contents of lactic and glucose concentration in blood which affects positively the physiological abilities of the player, to make him reach the point of the sport research, and as a result to this, all these changes acts upon each other, to affect the standard of motion on body performance in different grades. Within this scientific fact, the researcher has studied the Judo sport, to come to and identify the scientific dimensions of these variables, which we consider as our subject.

"The relationship between some psychological and physiological variables in the performance of Japanese wrestling (Judo)".

Aims of the Research:

- (1) To identify the most important psychological variables connected with the standard of performance and through which we reach the best standards in this kind of wrestling.
- (2) To identify the relation between the physiological variables which has been decided through the physiological tests set, and between the standards of performance of the Japanese wrestling (Judo) players.
- (3) To identify the Relationship Between psychological and physiological measurements for Judo players.
- (4) Indentify the difference between the psychological variables and standard of perfomance for Judo players.
- (5) To Indentify the difference between the phychological variables and standard of performance for Judo players.

Hypotheses of the Research:

- (1) There is a certain relation of statistical significance between the psychological variables and the standards of motions performance (exercises), for the Judo

players, and the research sample.

- (2) There is a certain relation of statistical significance between the physiological variables (the subject of this study) and the standard of performance connecting with the mastery (superiority) in this sort of wrestling.
- (3) There is relationship between the psychological and physiological variables, and the standard of performance for Judo players.
- (4) There is statistical significance differences between the psychological variables and the standard of performance for Judo players.
- (5) There is statistical significance differences between the psychological variables and the standard of performance for Judo players.

2nd Chapter: The researcher dealt with the theoretical studies connected with this research as these studies included the following:

- ⌘ The psychological variables.
- ⌘ The physiological variables.
- ⌘ The standard of performance.
- ⌘ The standard of performance measurement.
- ⌘ Psychological studies and researches.
- ⌘ Physiological studies and researches.

* Psycho., an physio., studies and researches.

* Researcher's comment on the previous studies and researches.

3rd Chapter: This chapter is containing the procedures of

the research classified as follows:-

Selection of the method of the research:-

The research has used the descriptive method for its suitability with this study, and through which the researcher can take out data which will explain every phenomenon, follow in these steps.

Identification of psychological and physiological tests:-

Through which we are able to foretell the psychological and physiological case of the players, and through which we may be able to evaluate the standard of motion (exercise) performance, according to the analyzation results, that may become convenient to experts, and to what the researches results, previous studies and scientific references analyzation has indicated before.

The tests has been decided according to their suitability towards the specialised sport activity, and towards their scientific treatments, known with their truth stability and subjectivity, these tests are to be applied on a sample of playes representing the original community. Also it was necessary to lay out a design of psychological test, capable of measuring the sport anxiety for Judo game players, where their scientific coefficients has been calculated and a physiological

test has been laid down to measure the real physiological abilities of the Judo player, and the rightness of this test has been assured through the scientific method of application.

Choice of research sample:

It shall be selected through the tentative method (not at random), it shall be made up of thirty (30) players representing the first class and international players, and those having the black belts (from the first to the fourth pan) as those represent the best standard of performance in this game to obtain the best results.

Survey studies:

These studies has been done on the psychological and physiological variables (two studies has been done), then the researcher followed these two studies with the principal study of the research to calculate the scientific coefficients of the tests and to assure their rightness on the research sample.

4th Chapter: This act has displayed the results (conclusions) and explained them through the following statistical steps:-

* Taking out the arithmetic mean, and the standard deviation for the principal research variables (psychological - physiological and standard of performance) for the research sample (subject of study).

- ⌘ Calculation of multi correlation coefficients for psychological variables and standard of performance.
- ⌘ Calculation of multi correlation coefficients for physiological variables and standards of performance.
- ⌘ Calculation of multi correlation coefficients for psycho., and physio., variables. For it was laid down in matrices table for multi correlattion coefficients, for the players of the research sample (subject of this study).
- ⌘ The researcher has treated the psychological and physiological variables using regression through the step wise method to arrange these variables and to identify their proportion in the dependant variable (performance) towards different weights.
- ⌘ The statistical treatments for the psychological and physiological variables of the research has been done with the standard of performance using the variance analysis to identify the differentials of the primary variables of the research with the dependent variable (standard of performance). The researcher has explained the previous results where it is to varify the presumptions, to assure their results and to achieve objectives set for this study.

5th Chapter: Conclusions and recommendations:-

Within the limits of the research sample and its characteristics and in the light of Aims and Hysotheses (subject of this study), and depending on the way of the scientific method

in the statistical analysis for variables and tests, the researcher was able to achieve the following conclusions:

☒ (The relationship between psychological variables and the level of performance) there are inversed relation between the psychological variables (anxiety as a trait and as a state) and the level of performance there is a direct relation between the psychological variables, state anxiety and trait anxiety for the psychological tests (subject of this study) which assure the importance of psychological, preparation within the sport competition to achieve the first aim.

- The follwoing are the most important psychological, variable (performance):

- Sport competition anxiety test - martens (SCAT).
- State anxiety - spilberger (STI).
- Trait anxiety - spilberger (TAI).

☒ The relationship between physiological variables and the level of performance:

- There is an inversed relation between the level of performance and the following physiological variables.
- Concentration of lactic acid (L.A.) and blood glucose (BG) of the research.
- There is a direct relation between the level of performance and the following psychological variables:-

- Maximum oxygen consumption ($V O_2 \text{ MAX}$) for the first test and the second Judo.
- Maximum oxygen consumption ($V O_2 \text{ MAX}$) for treadmill test.
- Averages of heart rate (HR) for Judo test and treadmill test.

The following are the most important physiological variables sharing in the dependant variable (performance):

- Concentration of blood glucose (BG) for 7 minutes matches.
- Average of heart rate (HR) for Judo test.
- Concentration of lactic acid (LA) after 4 minutes after performing the Judo test.
- Concentration of lactic acid (LA) for matches of 8 minutes.
- Average of heart rate (HR) when treadmill test is performed.
- Maximum oxygen consumption ($V O_2 \text{ MAX}$) when performing Judo.
- Maximum oxygen consumption ($V O_2 \text{ MAX}$) for treadmill test.

- ✱ The psychological and physiological variables of the results of correlation coefficients clarify the following:
 - There is direct relation between anxiety as a state and as a trait for the psychological variables and concentration of lactic acid and blood glucose and averages of heart rate for physiological tests.
 - There is inversed relation between maximum oxygen consumption for Judo and treadmill test as physiological variables and psychological variables of the research.
- ✱ The results of analysis of variance for psychological variables with the level of performance has shwon that there is a significant differences between the psychological variables of the reserach (Anxiety as a trait and as a state) in favor of low level.
- ✱ The resultes of analysis of variance for physiological variables with the level of performance has shwon the following:
 - There is significant differences between the levels of performance and lactic acid and blood glucose concentration before the physiological test in favor of low level.
 - There is significant differences between the high level and low level an blood glucose fefore the matches and maximum oxygen consumption ($V O_2 \text{ MAX}$) when performing Judo in favor of low level and there is no significant differences between high level and moderate level.

- There is significant differences between the high level and low level an lactic acid concentration for the following itens: matches - maximum oxygen consumption for Judo test and treadmill test in favor of low level and there is no significant differences between high level and moderate level.
- There is significant differences between the levels of performance on blood glucose for the following items: 7 minutes matches.

After moximum. oxygen consumption for Judo test.

The Resulte was on a favor of low level.

- There is significant differences between the levels of performance on maximum oxygen consumption for Judo test and treadmill test an favor of high level.

The recommendations:

The researcher presents the most important necommenda-tions extracted from the research results:

1. Players should be chosen in accordance with psycho., and physio., tests.
2. Concern should be given to psycho., development and psycho., preparation for players and physio., abilities.

3. An interest should be given or directed to trainers, experts and unions for laying down a training strategy according to their players psychological and physiological abilities.