



أسم الباحثة	ولاء محمود سعد عبد الحكم محمد سعد
عنوان البحث	برنامج ترويحى رياضى لتحسين بعض المهارات الأساسية لناشئات الهوكى
المشرفين	أ.د/ إيناس محمد محمد غانم أ.د / علياء محمد سعيد أحمد عزمى
القسم	الترويح والتنظيم والإدارة
تاريخ المنح	٢٠١٩/١٠/٩ م

### ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى : تصميم برنامج ترويحى رياضى لتحسين بعض المهارات الأساسية لرياضة الهوكى للناشئات .

أستخدمت الباحثة المنهج : التجريبي

وتمثلت عينة البحث من وبلغ عدد العينة الأساسية (٢٠) ناشئة من نادى الشرقية الرياضى، بالإضافة إلى مجموعة عددها (١٠) ناشئات للدراسة الاستطلاعية من ناشئات مركز شباب السادات واستعانت الباحثة بالأدوات ملعب هوكى قانوني + كرات هوكى + مضارب هوكى.

- أقماع + أطباق تدريب.

- ميزان طبي معاير لقياس الوزن لأقرب كجم.

- جهاز قياس الطول رستامير Restamer لقياس الطول الكلى للجسم لأقرب سم.

- ساعة إيقاف stop watch لقياس الزمن لأقرب (٠,٠١) ثانية.

- شريط قياس (متر).

- كرة طبية.

وقد أشارت أهم النتائج إلي البرنامج الترويحى الرياضى المقترح والمطبق على عينة البحث أدى إلى تحسين المهارات الأساسية لرياضة الهوكى للناشئات قيد البحث حيث توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى ولصالح القياس البعدى.



### Abstract in English

The research aims to: design a sports recreational program to improve some basic hockey skills for female juniors.

The researcher used the experimental method

The research sample consisted of (٧٠) female youth from the Sharkia Sports Club, in addition to a group of (١٠) female youth for the exploratory study from the female youth of the Sadat Youth Center. The researcher used the tools: a legal hockey court + hockey balls + hockey rackets.

- Cones + training dishes.
- A medical scale calibrated to measure weight to the nearest kilogram.
- Restamer height measuring device to measure the total length of the body to the nearest cm.
- A stop watch to measure time to the nearest (٠.٠١) second.
- Measuring tape (meter).
- Medicine ball.

The most important results indicated that the proposed recreational sports program applied to the research sample led to improving the basic skills of hockey for the female youth under study, as there were statistically significant differences between the pre- and post-measurements and in favor of the post-measurement.



أسماء السيد رجب السيد	أسم الباحثة
السمات الشخصية والرضا الوظيفي وعلاقتهم بالاحترق النفسي لدي القائمين علي الرياضات القتاليه	عنوان البحث
ا.د جيهان يوسف أحمد الصاوي أستاذ التايكندو ورئيس قسم الرياضات المائية سابقا أ.م.د نهي عبد العظيم عبد الحميد أستاذ بقسم العلوم التربوية والاجتماعية	المشرفين
الرياضات المائية والمنازلات	القسم التابع له
٩ / ١٠ / ٢٠١٩ م	تاريخ المنح
ماجستير في التربية الرياضية	الدرجة العلمية

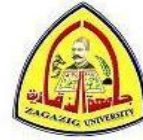
### ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي التعرف على العلاقة الارتباطية بين السمات الشخصية والرضا الوظيفي لدي القائمين علي الرياضات القتالية ومستوي الاحترق النفسي لديهم ،الفروق بين مدربين الرياضات القتالية في متغيرات البحث (السمات الشخصية -الرضا الوظيفي-الاحترق النفسي واهم المتغيرات المؤثرة في مستوي الاحترق النفسي للمدربين . استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة واهداف البحث حيث يقوم علي تحليل وتفسير الوضع الراهن لعينة البحث وسماتهم الشخصية ومستوي رضاهم الوظيفي وعلاقه ذلك بالاحترق النفسي لديهم

يمثل مجتمع البحث مدربي الرياضات القتالية في الاندية الرياضية من ذوي الخبرة في مجال التدريب لمدة لا تقل عن ٥ سنوات، وعددهم ١٩٤ مدرب بمناطق القاهرة والإسكندرية والجيزة وبورسعيد .

وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية حيث شملت أربع رياضات(تايكندو-كاراتيه -كونغوفو -جودو)

عددهم ١٦٠ مدرب منهم ٤٠ للعينة الأساسية و عدددهم ٢٠مدرب للعينة الاستطلاعية وتم استبعاد ٣٤مدرب لعدم اكتمال الإجابة للمقاييس الثلاثة .



## **Research summary (Arabic)**

### **Research Methodology**

**The researcher used the descriptive analytical method to suit the nature and objectives of the research, which is based on the analysis and interpretation of the current situation of the research sample and their personal characteristics and their level of job satisfaction and the relationship with psychological burn**

### **Research community**

**The research community represents the trainers of combat sports in sport clubs and those with experience in the field of training for a minimum of (٥) years**

**And their number (١٩٤) trainers in the areas of Cairo, Alexandria, Giza and port said**

**The research community in deliberate away which included four sports are (Taekwondo-Karate-Judo and Kungovo)**

**And this number (١٦٠) trainers including (١٤٠) trainers for basic sample and ٢٠ trainers for reconnaissance samples was excluded ٣٤ coach for the incomplete answer to the three Maqlis.**



نيرة سعيد عبد اللطيف مأمون	أسم الباحثة
الضربات المؤثرة في تنس الطاولة وعلاقتها بنتائج المباريات للمستويات العليا	عنوان البحث
أ.د/ تغريد محمد سالم العراقي أ.د/ راندا شوقي سيد حسن	المشرفين
الألعاب	القسم
٢٠١٩/٦/٢٩ م	تاريخ المنح

### ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي : يهدف البحث إلى إجراء دراسة تحليلية للضربات المؤثرة وعلاقتها بنتائج المباريات .  
أستخدمت الباحثة المنهج : الوصفي  
وتمثلت عينة البحث من تم اختيار العينة بالطريق العمدية واشتملت على (١٥) مباراة من مباريات بطولة الأولمبياد ٢٠١٦ والمرجوة ببرنامج الاتحاد الدولي لتنس الطاولة واستعانت الباحثة بالأدوات قامت الباحثة باستخدام وسائل متعددة لجمع البيانات المتعلقة بهذا البحث بما يتناسب مع البيانات المراد الحصول عليها.  
وقد أشارت أهم النتائج إلي أكثر الضربات الهجومية استخداما في المباريات وأكثرها فاعلية في إحراز النقاط .

### Abstract in English

The research aims to: The research aims to conduct an analytical study of influential strikes and their relationship to match results.

The researcher used the descriptive method

The research sample consisted of those who were chosen intentionally and included (١٥) matches from the ٢٠١٦ Olympic Championship matches included in the program of the International Table Tennis Federation. The researcher used tools. The researcher used multiple means to collect data related to this research in proportion to the data to be obtained.

The most important results indicated the most used offensive shots in matches and the most effective in scoring points.



ريهام محفوظ حامد على عبيد	أسم الباحثة
السيطرة المخية وعلاقتها بمستوى الأداء المهارى فى الجمباز	عنوان البحث
أ.د/ جيهان أحمد بدر الدين أ.د/ إيمان محمد محمد	المشرفين
التمرينات	القسم
٢٠١٩/١٠/٢ م	تاريخ المنح

### ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي : التعرف على السيطرة المخية وعلاقتها بمستوي الأداء المهاري فى الجمباز .  
أستخدمت الباحثة المنهج : الوصفى  
وتمثلت عينة البحث من طالبات تخصص جمباز الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات -  
جامعة الزقازيق واستعانت الباحثة بالأدوات جهاز عارضه التوازن .

- جهاز الحركات الارضى .
- جهاز العارضتتان مختلفتا الارتفاع .
- جهاز حسان القفز .

وقد أشارت أهم النتائج إلي وظائف نصفى المخ يكمل كل منهما الآخر عند أداء مهارات الجمباز فى كل جهاز .

٢- وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مستوى الأداء المهارى فى الجمباز و(مقياس السيطرة المخية للرياضيين - طارق محمد بدر الدين) أي أنه كلما تغير نمط السيطرة الدماغية تغير مستوى الأداء المهاري في الجمباز .



### **Abstract in English**

The research aims to: identify cerebral control and its relationship to the level of skill performance in gymnastics.

The researcher used the descriptive method

The research sample consisted of female students majoring in gymnastics in the fourth year at the Faculty of Physical Education for Girls - Zagazig University. The researcher used the balance beam apparatus as a tool.

- Ground movements device.
- Two crossbars of different heights.
- Jumping horse device.

The most important results indicated that the functions of the two hemispheres of the brain complement each other when performing gymnastics skills in each apparatus.

∩- There is a positive correlation between the level of skill performance in gymnastics and (the cerebral control measure for athletes - Tariq Muhammad Badr El-Din), meaning that whenever the pattern of cerebral control changes, the level of skill performance in gymnastics changes.



أسم الباحثة	مروة محمد عباس عبدالله
عنوان البحث	القدرات الحركية وعلاقتها بمستوى أداء الإرسال فى تنس الطاولة
المشرفين	أ.د/ راندا شوقي أ.م.د/ سمر حسن
القسم	الألعاب
تاريخ المنح	٢٠١٩/١٠/٢ م

### ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي : التعرف على العلاقة بين القدرات الحركية ومستوى أداء الإرسال

أستخدمت الباحثة المنهج : التجريبي

وتمثلت عينة البحث من فريق تنس الطاولة بمدرسة الإعدادية بنات بكفر صقر والمشارك في بطولة المدارس بإدارة كفر صقر التعليمية بمحافظة الشرقية وبلغ عددهن (١٨) طالبة مقسمين إلي (١٠) طالبات للدراسة الأساسية و(٨) طالبات للدراسة الاستطلاعية واستعانت الباحثة بالأدوات - جهاز الرستامير لقياس الارتفاع (الطول) بالسنتيمتر.

- جهاز الميزان الطبي لقياس الوزن بالكيلو جرام.

- جهاز قاذف الكرات الحاص بتنس الطاولة.

وقد أشارت أهم النتائج إلي تحسن جميع القدرات الحركية قيد البحث بنسب متفاوتة حسب استخدامها فى لعبة تنس الطاولة.

• توجد فروض دالة إحصائياً بين القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث فى القدرات الحركية ولصالح القياس البعدى.





### **Abstract in English**

The research aims to: identify the relationship between motor capabilities and the level of transmission performance

The researcher used the experimental method

The research sample consisted of the table tennis team at the girls' middle school in Kafr Saqr, which participated in the school championship at the Kafr Saqr Educational Administration in Sharkia Governorate. Their number was (١٧) female students, divided into (١٠) female students for the basic study and (٧) female students for the exploratory study. The researcher used the tools - the Rastameter device to measure Height (length) in centimeters.

- A medical scale device for measuring weight in kilograms.
- Table tennis ball launcher.

The most important results indicated that all the motor abilities under study improved to varying degrees depending on their use in the game of table tennis.

There are statistically significant hypotheses between the pre- and post-measurements of the research sample individuals in motor abilities and in favor of the post-measurement.