



أسم الباحثة	رضوى احمد محمد العقاد
عنوان البحث	فاعلية استخدام أسلوب التضمين على مستوى الأداء المهاري والرقمي لدفع الجلة لتلميذات المرحلة الإعدادية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٥

ملخص البحث (عربي)

فاعلية استخدام أسلوب التضمين على مستوى الأداء المهاري والرقمي لدفع الجلة لتلميذات المرحلة الإعدادية

استهدف البحث التعرف علي فاعلية استخدام أسلوب التضمين في تعلم مهارة دفع الجلة ل تلميذات المرحلة الإعدادية وذلك من خلال - إعداد برنامج تعليمي لمهارة دفع الجلة باستخدام أسلوب التضمين- التعرف علي تأثير البرنامج التعليمي المقترح بإستخدام أسلوب التضمين على مستوى الأداء المهاري لمهارة دفع الجلة لدى تلميذات عينة البحث - التعرف على تأثير البرنامج التعليمي المقترح على المستوى الرقمي في دفع الجلة لدى تلميذات عينة البحث.

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث الفعلي، (تلاميذ الصف الثاني الإعدادي) واشتملت العينة على (٦٠) تلميذة وتم سحب عدد (١٠) تلميذات كعينة استطلاعية لتصبح عينة البحث الأساسية (٥٠) تلميذة

وكان من أهم النتائج - حقق أسلوب التضمين تأثيراً فعالاً في تطوير مستوى الأداء المهاري لدفع الجلة من خلال ملاحظة نتائج القياسات (القبلية - المتتبعية - البعدية).

-حقق أسلوب التضمين تأثيراً فعالاً في المستوى الرقمي لدفع الجلة من خلال ملاحظة نتائج القياسات (القبلية - المتتبعية - البعدية).

-مناسبة أسلوب التضمين لتعلم مهارة دفع الجلة لتلميذات المرحلة الإعدادية.



Research summary (English)

The effectiveness of using the inclusion method on the level of skill and numerical performance in shot put for preparatory school students

The effectiveness of using the inclusion method on the level of skill and numerical performance in shot put for preparatory school students

The research aimed to identify the effectiveness of using the embedding method in learning the shot put skill for middle school girls, through - preparing an educational program for the shot put skill using the embedding method - identifying the effect of the proposed educational program using the embedding method on the level of skill performance for the shot put skill among sample female students. Research - identifying the effect of the proposed educational program at the digital level on shot put among female students in the research sample.

The researcher used the experimental method. The research sample was chosen intentionally from the actual research community (second year middle school students). The sample included (٦٠) female students, and a number of (١٠) female students were drawn as a reconnaissance sample, so the basic research sample became (٥٠) female students.

One of the most important results was that the inclusion method achieved an effective impact in developing the level of skill performance in shot put by observing the results of the measurements (pre-, post-, and follow-up).

- The embedding method achieved an effective impact on the digital level of shot put by observing the results of the measurements (pre - follow-up - post).

- Suitable for the inclusion method for learning the skill of shot put for preparatory school students



أسم الباحثة	دعاء محمد كامل بيومي
عنوان البحث	فاعلية التعليم الهجين باستخدام منصة مايكروسوفت تيمز (Microsoft teams) على الجوانب المعرفية والمهارية لبعض مهارات الإنقاذ في السباحة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢٣

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية التعليم الهجين باستخدام منصة مايكروسوفت تيمز (Microsoft teams) على تعلم بعض مهارات الإنقاذ في السباحة والتحصيل المعرفي، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (٢٥) طالبة من طالبات الكلية للفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات بجامعة الزقازيق ومن أهم النتائج أن التعليم الهجين باستخدام منصة مايكروسوفت تيمز (Microsoft teams) يؤثر تأثيراً إيجابياً على تعلم بعض مهارات الإنقاذ في السباحة والتحصيل المعرفي لأفراد المجموعة التجريبية، ومن أهم التوصيات إجراء دراسة مماثلة تقوم على استخدام التعليم الهجين المدعم بمنصة مايكروسوفت تيمز (Microsoft teams) ومعرفة تأثيره على تعلم الرياضات المائية، أو تعلم رياضة أخرى. التعليم الهجين: (Hybrid Lnstruction)

هو التكامل الفعال بين مختلف وسائل نقل المعلومات في بيئات التعليم والتعلم ، ونماذج التعليم وأساليب التعليم كنتيجة لتبني المدخل المنظومي في استخدام التكنولوجيا الهجينة مع أفضل مميزات التفاعل وجها لوجه (٤١: ٢٨) .

مايكروسوفت تيمز: * (Microsoft Teams)

هو عبارة عن منصة تعليمية تفاعلية تسمح للمعلم بإنشاء فصل دراسي افتراضي يمكن من خلاله التواصل المباشر بينه وبين الطلاب وكذلك مشاركة الملفات والتطبيقات مما يساعد في تحقيق الاهداف المختلفة.

الكلمات الرئيسية: التعليم الهجين ، مهارات ، إنقاذ، أهداف، فروض



Research summary (English)

The effectiveness of hybrid learning using the Microsoft Teams platform on the cognitive and skill aspects of some lifeguard skills in swimming

The research aims to identify the effectiveness of hybrid education using the Microsoft Teams platform on learning some rescue skills in swimming and cognitive achievement. The researcher used the experimental method for two groups, one experimental and the other control, each consisting of (٧٥) female college students for the third year in the College of Education. Girls Sports School at Zagazig University. One of the most important results is that hybrid education using the Microsoft Teams platform has a positive impact on learning some rescue skills in swimming and the cognitive achievement of the members of the experimental group. One of the most important recommendations is to conduct a similar study based on the use of hybrid education supported by the Microsoft Teams platform. Microsoft Teams) and know its impact on learning water sports, or learning another sport. Hybrid Lnstruction:

It is the effective integration between various means of transferring information in teaching and learning environments, teaching models and teaching methods as a result of adopting the systemic approach in using hybrid technology with the best features of face-to-face interaction.(٧٨:٤١)

Microsoft Teams*:

It is an interactive educational platform that allows the teacher to create a virtual classroom through which he can communicate directly with the students, as well as share files and applications, which helps in achieving various goals.

Keywords: hybrid education, skills, rescue, goals, assignments



أسم الباحثة	منى علاء احمد على
عنوان البحث	تأثير التدريب اللامركزي المكثف علي مؤشر القوة الارتدادية (الأفقية - الرأسية) وفاعلية الهجوم الخاطف لناشئ كرة اليد
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٢/٢٧

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير التدريب اللامركزي المكثف علي مؤشر القوة الارتدادية (الأفقية - الرأسية) وفاعلية الهجوم الخاطف لناشئ كرة اليد واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي للقياس القبلي والبعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة واشتمل مجتمع البحث على ناشئ كرة اليد مواليد ٢٠٠٤م بالأندية ومراكز الشباب التابعة لمنطقة الشرقية لكرة اليد والمسجلين بالإتحاد المصري لكرة اليد وكانت أهم النتائج ١- البرنامج التدريبي باستخدام التدريب اللامركزي المكثف أدى إلى تطوير المتغيرات البدنية قيد البحث لدى أفراد عينة البحث.

٢- أثر البرنامج التدريبي باستخدام التدريب اللامركزي المكثف ايجابياً على فاعلية الهجوم الخاطف لناشئ كرة اليد.

٣- وجود نسب تحسن بين القياسين القبلي والبعدي لعينة البحث المجموعة التجريبية في نتائج المتغيرات البدنية قيد البحث تراوحت ما بين (٥,٧٧ - ١٧,١٢ %) ، وفي نتائج مؤشر القوة الارتدادية (الرأسية - الأفقية) قيد البحث تراوحت ما بين (٤,٥٠ - ٢٢,٣٢ %) في مؤشر القوة الرأسية وبين (٨,٤٤ - ٢٢,٨ %) لمؤشر القوة الارتدادية الأفقية ، وفي نتائج فاعلية الهجوم الخاطف قيد البحث حيث تراوحت ما بين (١٣,٣٩ - ٤٤,٨٢ %) ولصالح القياس البعدي لأفراد عينة البحث



Research summary (English)

The effect of intensive eccentric training on the rebound force index (horizontal - vertical) and the effectiveness of the blitz attack for young handball players

The research aims to identify the effect of intensive decentralized training on the index of rebound force (horizontal - vertical) and the effectiveness of the lightning attack for handball juniors. The researcher used the experimental method using an experimental design for pre- and post-measurement for two groups, one experimental and the other control. The research community included handball juniors born in ٢٠٠٤ in clubs and youth centers. affiliated with the Eastern Handball Region and registered with the Egyptian Handball Federation. The most important results were ١- The training program using intensive decentralized training led to the development of the physical variables under study among the members of the research sample.

٢- The training program using intensive decentralized training had a positive impact on the effectiveness of the handball youth's blitz attack.

٣- There were improvement rates between the pre and post measurements for the research sample and the experimental group in the results of the physical variables under investigation, which ranged between (٥,٧٧-١٧,١٢%), and in the results of the rebound force index (vertical - horizontal) under research, which ranged between (٤,٥٠-٢٢,٣٢%). In the vertical force index and between (٨,٤٤ - ٢٢.٨%) for the horizontal rebound force index, and in the results of the effectiveness of the lightning attack under study, which ranged between (١٣,٣٩ - ٤٤,٨٢%) and in favor of the post-measurement of the individuals in the research sample.



أسم الباحثة	ساره عاطف عبد العال
عنوان البحث	تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية فى تحسين مستوى التحصيل الدراسى لدى طالبات كلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٩

ملخص البحث (عربي)

أهداف البحث:

التعرف على تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية فى تحسين مستوى التحصيل الدراسى لدى الطالبات من خلال:

- ١- إبراز مدى أهمية الأنشطة الترويحية الرياضية لدى الطالبات وعلاقتها بالتحصيل الدراسى.
- ٢- الحوافز التي تساعد على الرفع من الممارسة الرياضية في المؤسسات التربوية.

فروض البحث:

- ١- الأنشطة الترويحية الرياضية تعتبر الحافز الاول فى تحسين التحصيل الدراسى لدى الطالبات.
- ٢- الطالبات يمارسن الأنشطة الترويحية الرياضية لشعورهم بالراحة النفسية والتخلص من الملل وتكوين أجسام صحية جيدة.

مصطلحات البحث:

• الأنشطة الترويحية الرياضية:

"هى الأنشطة التي يمارسها الأفراد فى أوقات الفراغ تهدف إلى الخروج من الروتين اليومي للفرد وتكوين علاقات إجتماعية وتحقيق الذات وتحسين الصحة العامة للفرد."

• التحصيل الدراسى:

"هو درجة الاكتساب التي يحققها الفرد، أو مستوى النجاح الذي يحرز، أو يصل إليه فى مادة دراسية، أو مجال التعليم (٥٥ : ١٠)." .

منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفى متبعه الأسلوب المسحى، حيث انه ملائم لطبيعة إجراءات البحث.

مجتمع وعينة البحث:

إشتمل مجتمع البحث على طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق، وقد تم إختيارهم بالطريقة العمدية للعام الجامعى ٢٠٢٠/٢٠٢١م، حيث بلغ إجمالى عددهن (٩٥٠) طالبة، وقد تم إختيار عينه البحث بالطريقة العمدية العشوائية وبلغ عددهن (٤٠٠) طالبة

٤-ممارسة الأنشطة الترويحية الرياض



Research summary (English)

The effect of practicing recreational sports activities in improving the level of academic achievement among female students of the Faculty of Physical Education for Girls - Zagazig University

research aims:

Identifying the effect of practicing recreational sports activities in improving the level of academic achievement among female students through:

- ١- Highlighting the importance of recreational sports activities for female students and their relationship to academic achievement.
- ٢- Incentives that help increase sports practice in educational institutions.

Research hypotheses:

- ١- Recreational sports activities are considered the first incentive to improve the academic achievement of female students.
- ٢- Female students practice recreational sports activities to feel psychological comfort, get rid of boredom, and build good, healthy bodies.

Search terms:

- Recreational sports activities:

“These are the activities that individuals practice in their free time aimed at getting out of the individual’s daily routine, forming social relationships, self-realization, and improving the individual’s general health.”

Academic achievement:

“It is the degree of acquisition that an individual achieves, or the level of success that he achieves or reaches in a subject or field of education.” (١٠:٥٥)

Research Methodology:

The researcher used the descriptive approach, following the survey method, as it is appropriate to the nature of the research procedures.

Research population and sample:

The research population included female students in the first year of the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University, and they were selected in a deliberate manner for the academic year ٢٠٢٠/٢٠٢١ AD, as their total number reached (٩٥٠) students. The research sample was chosen in a random intentional manner and their number reached (٤٠٠) female students.

-٤ Practicing recreational activities in Riyadh



أسم الباحثة	طارق محمد بدر الدين + عمرو رشدي سلامه
عنوان البحث	الاستدلال بخرائط موجات الفصوص المخية كمؤشر لقياس مهارة تركيز الانتباه " دراسة حالة في الاسكواش "
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢٥

ملخص البحث (عربي)

علم النفس العصبي " Neuropsychology " يعتبر من العلوم الحديثة التي حددتها مؤخراً الجمعية الأمريكية لعلم النفس American Psychological Association كأحد العلوم النفسية التي تهتم بدراسة العلاقة بين وظائف المخ والسلوك. ويؤكد العلماء في علم النفس العصبي على ضرورة دراسة الجهاز العصبي و الوظائف العامة والتخصصية والنوعية لمناطق وفصوص المخ وأيضاً العمليات العصبية التي تتم داخل المخ البشري حتى نستطيع أن نفهم ونفسر السلوك الإنساني.

ويهدف البحث إلى الاستدلال بخرائط موجات الفصوص المخية كمؤشر موضوعي لقياس وتدريب مهارة تركيز الانتباه (الانتباه السمعي - الانتباه البصري) " قبل وبعد تطبيق برنامج تركيز الانتباه العقلي قيد البحث.

وقد تم قياس ورسم خرائط الفصوص المخية باستخدام جهاز تخطيط موجات المخ الرقمي (EEG) على إحدى لاعبات الاسكواش بالمنتخب المصري تحت ١٧ سنة، وتم تحويل هذه التخطيطات إلى خرائط وجدول تبين معدلات التغير في الموجات المخية " دلتا - Δ) ثيتا - Θ) Theta ألفا - α) بيتا " β) Beta علي كل فص من الفصوص المخية الأربعة " الجبهي - الجداري - الصدغي - الخلفي " علي جانبي المخ قبل وبعد تطبيق برنامج التدريب العقلي على اللاعبة قيد البحث.

وأُسفرت نتائج البحث عن أن هناك تباين في خرائط موجات الفصوص المخية قبل وبعد تطبيق برنامج تركيز الانتباه على اللاعبة قيد البحث. مع حدوث تغير في متوسط تردد وقوة وارتفاع بعض الموجات الكهربائية في الفصوص المخية علي جانبي المخ أثناء أداء مهارة تركيز الانتباه ، كما أن هناك نشاط لموجة بيتا بفرق جهد مرتفع في كل من الفصين الأمامي والصدغي بجانب المخ أثناء أداء مهارة الانتباه السمعي، وأن هناك فرق



Research summary (English)

Inference using cerebral lobes wave maps as an indicator for measuring the skill of focusing attention “a case study in squash”

Neuropsychology is considered one of the modern sciences that was recently identified by the American Psychological Association as one of the psychological sciences that is concerned with studying the relationship between brain functions and behavior. Scientists in neuropsychology emphasize the necessity of studying the nervous system and the general, specialized and specific functions of the regions and lobes of the brain, as well as the neural processes that take place within the human brain so that we can understand and explain human behavior.

The research aims to use wave maps of the cerebral lobes as an objective indicator for measuring and training the skill of focusing attention (auditory attention - visual attention) before and after applying the mental attention focusing program under research. The cerebral lobes were measured and mapped using a digital electroencephalogram (EEG) device on one of the female squash players in the Egyptian U-19 team. These maps were converted into maps and tables showing the rates of change in the brain waves (Delta (Δ) - Theta (θ) - Alpha (α) - Beta (β) "on each of the four cerebral lobes" frontal - parietal - temporal - posterior "on both sides of the brain before and after applying the mental training program to the female player under study. The results of the research revealed that there was a difference in the waves' maps of the cerebral lobes before and after applying the attention-focusing program to the female athlete under study. With a change in the average frequency, strength, and height of some electrical waves in the cerebral lobes on both sides of the brain during the performance of the skill of focusing attention. There is also a beta wave activity with a high voltage difference in both the frontal and temporal lobes on both sides of the brain during the performance of the skill of auditory attention.



أسم الباحثة	احمد عبد العظيم عبد الحميد
عنوان البحث	تأثير توجيه التدريبات المهارية في فترة التهيئة القمية على مستوى الإنجاز لناشئي السباحة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢

ملخص البحث (عربي)

ويعتبر التغير في أحمال التدريب يحدث الاستجابة والتأثير على كل من الوظائف البدنية والفسولوجية وإن المستوى التحسني يرجع إلى الحدود الوراثية وإن الاختلاف في كمية استشارات التدريب هامة جداً للمحافظة على أقصى أداء فسيولوجي وبدني ويسمى هذا التغير بالمحافظة على الحالة التدريبية ويتطلب التدريب التقليدي التهيئة قبل المسابقات أو اللقاء التنافسي حيث أ، الجسم يستشفي من التدريبات الشديدة والتدريب الحديث لفترات الراحة والمسافة فائقة القصر بسرعة السباق (USRPT) لا يستدم المغالاة في الضغوط ويحدث التنظيم الذاتي في الاستشفاء ضد التدريب الزائد ولا يستخدم أسلوب التهيئة قبل المنافسة والتدريب الحديث لفترات الراحة والمسافة فائقة القصر (USPRT) يتجنب متطلبات التهيئة بالطريقة التقليدية قبل اللقاء التنافسي يستخدم التدريب الحديث في مرحلة ما قبل السباق نظام يدعى بالارتقاء بالأداء (Peak performance) قبل اللقاء التنافسي يقوم المدربين بتشجيع السباحين لمدة من أسبوع إلى أسبوعين وذلك للارتقاء بالمستوى لتخطي الضغوط النفسية

ويشير كل من "أبو العلا عبد الفتاح وحازم سالم" (٢٠١١م) إلى أن هناك العديد من المدربين الذين يخشون من فقد الحالة التدريبية أو مستوى الأداء لدى السباحين إذا ما قاموا بتخفيض حمل التدريب لفترة طويلة (على الأقل من ٢-٣ أسابيع) قبل البطولات الكبرى. وقد أظهرت نتائج الدراسات والأبحاث ما تم تحقيقه من تطور في النواحي الفسيولوجية من خلال التدريب المكثف يظل في نفس المستوى حتى ولو تم تخفيض حجم التدريب إلى مرة ونصف. وفي بعض الصفات البدنية مثل القوة العضلية يمكن أن يتم تخفيض حجم التدريب إلى العشر مع الاحتفاظ بما يتم تحقيق



Research summary (English)

The effect of directing skill training during the peak cool-down period on the level of achievement of junior swimmers

The change in training loads causes a response and influence on both physical and physiological functions. The level of improvement is due to genetic limits. The difference in the amount of training consultations is very important to maintain the best physiological and physical performance. This change is called maintaining the training state. Traditional training requires a cool-down before competitions or matches. Competitive where A, the body recovers from intense training and modern ultra-short rest interval training at race pace (USRPT) does not sustain excessive stress and self-regulation occurs in recovery against overtraining and does not use a pre-competition cool-down method and modern ultra-short rest interval training(USPRT) avoids the requirement to cool down in the traditional way before a competitive meet. Modern training in the pre-race phase uses a system called Peak Performance. Before a competitive meet, coaches encourage swimmers for a period of one to two weeks in order to raise the level to overcome psychological pressures.

Abu Al-Ala Abdel Fattah and Hazem Salem (٢٠١١) point out that there are many coaches who fear losing the training status or performance level of swimmers if they reduce the training load for a long period (at least ٢-٣ weeks) before tournaments. The biggest. The results of studies and research have shown that the development achieved in physiological aspects through intensive training remains at the same level even if the training volume is reduced to one and a half times. In some physical characteristics, such as muscular strength, the training volume can be reduced to a tenth while maintaining what is achieved



أسم الباحثة	بكر أنور تهايمي + يوسف محمد حسن احمد
عنوان البحث	تقويم الممارسات التدريسية لدي معلمي التربية الرياضية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي بمحافظة أسيوط
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٤

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى " يهدف البحث إلى تقويم الممارسات التدريسية لدي معلمي التربية الرياضية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي بمحافظة أسيوط، وقد أجري هذا البحث على (١٠) خبراء من الأساتذة المتخصصين في مجال المناهج وطرق التدريس بكلتي التربية والتربية الرياضية ببعض الكليات بجمهورية مصر العربية، و(٤٠) معلم تربية رياضية بمحافظة أسيوط الحاصلين على بكالوريوس التربية الرياضية ومارسوا المهنة خمس سنوات على الأقل بالإضافة الى (٨) معلمين من خارج العينة الأساسية لإجراء المعاملات العلمية على استمارة الواقع الفعلي للممارسات التدريسية وبطاقة ملاحظة الممارسات التدريسية لمعلمي التربية الرياضية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي ، وتم اختيار عينة البحث عينة البحث بالطريقة العمدية العشوائية من مجتمع البحث ، واستخدم الباحث استبيان الواقع الفعلي للممارسات التدريسية لمعلمي التربية الرياضية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي كأدوات لجمع البيانات، والتي تم تحليلها إحصائياً باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق للقياس القبلي والبعدي. وقد استخلص البحث أن تم التوصل الى قائمة بالممارسات التدريسية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي حيث اشتملت على (٩) محاور رئيسية، وتحتوى على عدد (١٠٨) ممارسة تم استخدامها في عملية تقويم معلمي التربية الرياضية بمحافظة أسيوط، وأوصى الباحثان استخدام قائمة الممارسات التدريسية في ضوء مهارات التدريس الإبداعي لتحديد مستوى أداء معلمي التربية الرياضية لباقي معلمي المراحل الدراسية الأخرى



Research summary (English)

Evaluating the teaching practices of physical education teachers in light of creative teaching skills in Assiut Governorate

The research aims to “The research aims to evaluate the teaching practices of physical education teachers in light of creative teaching skills in Assiut Governorate. This research was conducted on (١٠) expert professors specialized in the field of curricula and teaching methods in the faculties of education and physical education in some colleges in the Arab Republic of Egypt, and (٤٠) physical education teachers in Assiut Governorate who hold a Bachelor’s degree in physical education and have practiced the profession for at least five years, in addition to (٨) teachers from outside the basic sample to conduct scientific transactions on the actual reality of teaching practices form and the observation card of teaching practices for physical education teachers in light of creative teaching skills. The research sample, the research sample, was selected randomly from the research community.

The researcher used a questionnaire on the actual reality of the teaching practices of physical education teachers in light of creative teaching skills as tools for collecting data, which were statistically analyzed using a T-test for the significance of differences for the pre- and post-measurements. The research concluded that a list of teaching practices was reached in light of creative teaching skills, as it included (٩) main axes, and contained (١٠٨) practices that were used in the process of evaluating physical education teachers in Assiut Governorate. The researchers recommended using the list of teaching practices in light of Creative teaching skills to determine the level of performance of physical education teachers compared to other teachers of other educational levels



أسم الباحثة	أميرة يحي محمود
عنوان البحث	أثر برنامج مقترح باستخدام تدريبات تابا Tabata وجهاز الأحبال المطاطية بانجي Bungee على تنمية بعض المتغيرات البدنية ومستوى أداء الوثبات فى الباليه
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٢/٨

ملخص البحث (عربي)

جهاز الأحبال المطاطية Tabata تأثير برنامج مقترح باستخدام تدريبات تابا على تنمية بعض المتغيرات البدنية ومستوى أداء الوثبات فى الباليه. يهدف البحث Bungee بانجي Bungee وجهاز بانجي Tabata Training الي وضع برنامج تدريبي باستخدام تدريبات تابا لمعرفة أثره على بعض المتغيرات البدنية (قوة عضلات الرجلين - القدرة العضلية- الأتزان الثابت والديناميكي- الرشاقة- مرونة الحوض)، وتحسين مستوى بعض الوثبات فى الباليه قيد البحث لطالبات تخصص التعبير الحركى الفرقة الرابعة. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو القياس (القبلي - البعدي) لمجموعة واحدة تجريبية وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث. قامت الباحثة بإختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات تخصص التعبير الحركى الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات- جامعة الزقازيق للعام الجامعى ٢٠٢١م/٢٠٢٢م. والبالغ عددهن (٣٢) طالبة، كما تم إختيار (١٨) طالبة كعينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث، كما تمت الإستعانة بعدد (١٢) طالبة كعينة إستطلاعية ، وتم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح علي المجموعة التجريبية ومدة البرنامج (٨) اسبوع بعدد (٣) وحدات أسبوعيا وإجمالى عدد الوحدات بالبرنامج (٢٤) وحدة تدريبية، وكانت من نتائج الدراسة أن البرنامج المقترح إستخدام تدريبات تابا المقترحة أثرت إيجابيا على المتغيرات البدنية قيد البحث. وإستخدام تدريبات تابا المقترحة وجهاز (Pas de chat - Echappé - ' pas assemble- Double sissonne أمامى وخلفى) إلى تحسين مستوى أداء الوثبات المختارة فى الباليه قيد البحث والمتمثلة فى chat - Echappé - ' pas assemble- Double sissonne أمامى وخلفى) على طالبات تخصص التعبير الحركى الفرقة الرابعة (- Changement de pie cabriole



Research summary (English)

The effect of a proposed program using Tabata exercises and the Bungee rubber rope device on the development of some physical variables and the level of jump performance in ballet.

The effect of a proposed program using Tabata exercises and the Bungee rubber rope device on the development of some physical variables and the level of performance of jumps in ballet. The research aims to develop a training program using Tabata Training exercises and the Bungee device to determine its effect on some physical variables (leg muscle strength - muscular ability - static and dynamic balance - agility - pelvic flexibility), and to improve the level of some jumps in the ballet under study for female students specializing in motor expression. Fourth band. The researcher used the experimental method with measurement (pre-post) for one experimental group due to its suitability to the nature of this research. The researcher deliberately selected the research population from female students majoring in motor expression, fourth year, at the Faculty of Physical Education for Girls - Zagazig University, for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD. The number of them is (٣٢) female students, and (١٨) female students were chosen as the basic research sample randomly from the research community. (١٢) female students were also used as a survey sample. The proposed training program was applied to the experimental group and the duration of the program was (٨) weeks with (٣) units per week, and the total number of units in the program is (٢٤) training units. The results of the study were that the proposed program using the proposed Tabata exercises had a positive impact on the physical variables under study. The use of the proposed Tabata exercises and the Bungee device led to an improvement in the level of performance of the pas 'selected jumps in the ballet under study, which are (Pas de chat - Echappé - assemble - Front and back sissonne - Double changement of pie cabriole -) on female students majoring in motor expression, fourth year.



أسم الباحثة	سارة درويش
عنوان البحث	تأثير التعلم الشبكي المتزامن وغير المتزامن على اليقظة العقلية ومستوى أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢

ملخص البحث (عربي)

أستهدف البحث التعرف على تأثير التعلم الشبكي المتزامن وغير المتزامن على اليقظة العقلية ومستوى أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٠) طالبة بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق ، وتم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات مجموعتين تجريبيتين ومجموعة ضابطة قوام كل منهم (١٠) طالبات ، ومن أدوات البحث : إختبارات بدنية ومهارية - إختبار الذكاء - مقياس اليقظة العقلية - برنامج التعلم الشبكي المتزامن وغير المتزامن ، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية : المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الإلتواء - معامل الارتباط البسيط - إختبار "ت" - نسب التحسن من أهم النتائج يؤثر استخدام التعلم الشبكي المتزامن وغير المتزامن تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على اليقظة العقلية ومستوى أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة.

٢- يؤثر أسلوب التعلم بالأمر تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) على مستوى أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة في حين لا يؤثر إيجابياً على اليقظة العقلية.

٣- زيادة فاعلية التعلم الشبكي المتزامن عن التعلم الشبكي غير المتزامن وأسلوب التعلم بالأمر في تحسين اليقظة العقلية ومستوى أداء الإرسال من أعلى المواجه في الكرة الطائرة



Research summary (English)

The effect of synchronous and asynchronous online learning on mental alertness and the level of performance of the serve from the top in volleyball.

The research aimed to identify the effect of synchronous and asynchronous online learning on mental alertness and the level of performance of the serve from the top of the face in volleyball. The researcher used the experimental method on a sample of (٣٠) female students in the third year at the Faculty of Physical Education for Girls at Zagazig University. They were divided into three groups, two experimental groups. And a control group consisting of (١٠) female students each. The research tools include: physical and skill tests - intelligence test - mental alertness scale - synchronous and asynchronous online learning programme. The following statistical methods were used: Arithmetic mean - standard deviation - median - skewness coefficient - simple correlation coefficient - "t" test - improvement rates among the most important results. The use of synchronous and asynchronous online learning has a positive, statistically significant effect at the level of (٠,٠٥) on mental alertness and the level of transmission performance from the top of the face. In volleyball.

٦- The command learning method has a positive, statistically significant effect at the level of (٠,٠٥) on the level of performance of the serve from the top of the face in volleyball, while it does not have a positive effect on mental alertness.

٧- Increasing the effectiveness of synchronous online learning over asynchronous online learning and the command learning method in improving mental alertness and the level of performance of the serve from the top of the face in volleyball.



أسم الباحثة	احمد حمدي
عنوان البحث	تأثير برنامج تعليمي بأستخدام التعلم البنائي المدعم إلكترونياً على تعلم سباحة الزحف علي البطن
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٥/١٩

ملخص البحث (عربي)

يشهد العلم المعاصر اليوم ثورة هائلة من التقدم العلمي والتقني أدت إلى تغيرات جذرية في أنماط الحياة وأساليبها، ومن أجل مواكبة ذلك التقدم فقد شهد تدريس العلوم اهتماماً شديداً به من قبل المسؤولين عن التربية والتعليم عربياً وعالمياً وأصبح البحث عن طرائق تدريس حديثة ومتنوعة تجعل الطالب محور العملية التعليمية مطلباً أساسياً ليتمكن الطالب بعد مروره (٢١). بخبرات متنوعة أن يعيش في هذا العالم المعقد والمتسارع وقد ظهرت الفلسفة البنائية كفلسفة تهتم بطبيعة عملية التعلم وذلك عندما يغير المتعلم من مفاهيمه السابقة عن طريق اكتساب معلومات جديدة أو إعادة تنظيم البناء المعرفي حيث تفترض هذه النظرية أن المتعلم يستقبل المعلومات أولاً عن طريق حواسه ثم يقارنها بمعلوماته وأفكاره الموجودة في بنيته (٣٠٣ : ٨). العقلية ثم يعدلها إذا اقتضي الأمر ذلك ، ثم أخيراً يبني تفسيرات لها ذات معني له وهناك بعض الأساليب التي تنمي لدى المتعلم الاعتماد علي نفسه من جهة، واكتساب مهارات التعلم من جهة أخرى كما أنها تقلل من اعتماده علي المعلم، ولا يمكن الاستغناء عنه كلياً باعتباره أحد المصادر المعرفية، ونتيجة للاهتمام بتحديث أساليب التدريس ظهرت عدة فلسفات حديثة تعتبر أساساً لعدد من الطرق المستخدمة في طرق التدريس، ومنها الفلسفة البنائية التي يشتق منها عدة طرق تدريسية ونماذج تعليمية متنوعة، حيث تهتم الفلسفة البنائية بنمط اكتساب



Research summary (English)

The effect of an educational program using electronically supported constructivist

learning on learning belly crawl swimming

Contemporary science today is witnessing a tremendous revolution of scientific and technical progress that has led to radical changes in lifestyles and methods. In order to keep pace with that progress, the teaching of science has witnessed intense interest in it from those responsible for education, Arab and international, and the search has become for modern and diverse teaching methods that make the student the focus of the process. Education is a basic requirement for the student to be able, after going through various experiences, to live in this complex and accelerating world. (٢١)

Constructivist philosophy has emerged as a philosophy concerned with the nature of the learning process when the learner changes his previous concepts by acquiring new information or reorganizing the cognitive structure. This theory assumes that the learner receives information first through his senses, then compares it with his information and ideas present in his mental structure, and then adjusts it. The matter necessitated this, and then finally he constructs explanations for it that make sense to him. (٨: ٣٠٣)

There are some methods that develop the learner's self-reliance on the one hand, and the acquisition of learning skills on the other hand. They also reduce his dependence on the teacher, and he cannot be completely dispensed with as one of the sources of knowledge. As a result of the interest in modernizing teaching methods, several modern philosophies have emerged that are considered the basis for a number of The methods used in teaching methods, including constructivist philosophy, from which several teaching methods and various educational models are derived. Constructivist philosophy is concerned with the pattern of acquisition.



أسم الباحثة	سمر حسن منيع
عنوان البحث	تأثير استراتيجية الدعائم التعليمية على اليقظة الذهنية وتعلم بعض المهارات فى هوكى الميدان
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٤/٤

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث الى استخدام استراتيجية الدعائم التعليمية والتعرف على تأثيرها على اليقظة الذهنية وتعلم بعض المهارات فى هوكى الميدان واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو القياس القبلى البعدى لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة على عينة قوامها ٥٠ طالبة من طالبات الفرقة الرابعة تخصص ألعاب مضرب بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق تم تقسيمهم الى مجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة قوام كل منهما ٢٥ طالبة وتمثلت ادوات جمع البيانات فى اختبارات بدنية واختبارات مهارية واختبار القدرة العقلية ومقياس اليقظة الذهنية والبرنامج التعليمى المستخدم وتمثلت المعالجات الاحصائية فى المتوسط الحسابى والانحراف المعياري الوسيط معامل الارتباط ومعامل الارتباط وكانت اهم النتائج ان استخدام استراتيجية الدعائم التعليمية تؤثر تأثير ايجابى على اليقظة العقلية وتعلم مهارات هوكى الميدان وزيادة فاعليه استراتيجية الدعائم التعليمية عن اسلوب الاوامر فى تحسين اليقظة الذهنية وتعلم بعض مهارات هوكى الميدان وكانت اهم التوصيات الاهتمام بتطبيق استراتيجية الدعائم التعليمية على المقررات العملية والنظرية بجميع المراحل التعليمية وتوظيف الدعائم التعليمية فى عمليتى التعليم والتعلم.



Research summary (English)

The effect of the educational props strategy on mental alertness and learning some skills in field hockey

The research aims to use the strategy of educational supports and identify their effect on mental alertness and learning some skills in field hockey. The researcher used the experimental method with pre-post measurement for two groups, one experimental and the other control, on a sample of ٥٠ female students from the fourth year specializing in racket games at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University. They were divided into two groups, one experimental and the other control, each consisting of ٢٥ female students. The data collection tools were physical tests, skill tests, mental ability test, mental alertness scale, and the educational program used, and the statistical treatments were the arithmetic average The median standard deviation, the skewness coefficient, the t-test, and the correlation coefficient. The most important results were that using the educational props strategy had a positive impact on mental alertness and learning field hockey skills, and increasing the effectiveness of the educational props strategy regarding the command method in improving mental alertness and learning some field hockey skills. The most important recommendations were the interest in applying the strategy. Educational pillars on practical and theoretical courses at all educational levels and employing educational pillars in the teaching and learning processes.



أسم الباحثة	محمد السيد عبد الجواد+احمد زكريا المنشاوي+هدير علي محمد
عنوان البحث	تأثير برنامج تدريبي لتحمل القدرة على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين تنس الطاولة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢٥

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى تصميم برنامج تدريبي لتطوير تحمل القدرة والتعرف على تأثيره على بعض المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين تنس الطاولة وذلك من خلال: ١/ التعرف على تأثير تدريبات تحمل القدرة على تطوير بعض الصفات البدنية الخاصة بلاعبين تنس الطاولة قيد البحث، ٢/ التعرف على تأثير تدريبات تحمل القدرة على تطوير بعض المتغيرات المهارية الخاصة بلاعبين تنس الطاولة قيد البحث. واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة على عينة قوامها ٣٠ ناشئ تحت ١٧ سنة من المشروع القومي للموهبة والبطل الأولمبي، وتضم عينة الدراسة الأساسية ١٦ ناشئ. وكانت أهم النتائج: يوجد تباين دال إحصائياً بين القياسات (القبلية - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدي للصفات البدنية الخاصة بلاعبين تنس الطاولة للعينة قيد البحث، وأيضاً يوجد تباين دال إحصائياً بين القياسات (القبلية - البينية - البعدية) لصالح القياس البعدي في المتغيرات المهارية للاعبين تنس الطاولة قيد البحث. وأهم الاستنتاجات: البرنامج التدريبي المقترح لتحمل القدرة ذو تأثير إيجابي وفعال في تطوير الصفات البدنية الخاصة بلاعبين تنس الطاولة مثل (القدرة - السرعة - الرشاقة - التوافق العضلي العصبي - الدقة)، والمتغيرات المهارية مثل (تحركات القدمين - الضربة اللولبية بوجه المضرب الأمامي - الضربة اللولبية بوجهي المضرب الأمامي والخلفي - الضربة الساحقة بوجه المضرب الأمامي - الدفاع بالونى بوجه المضرب الخلفي والضربة اللولبية بوجه المضرب الأمامي - الضربات الدفاعية والهجومية المتنوعة بوجهي المضرب الأمامي والخلفي) للعينة قيد البحث



Research summary (English)

The effect of an endurance training program on some physical and skill variables

for table tennis players

The research aims to design a training program to develop endurance and identify its effect on some of the physical and skill variables of table tennis players, through: ١/ Identifying the effect of endurance training on developing some of the physical characteristics of the table tennis players under research, ٢/ Identifying the effect of endurance training. It holds the ability to develop some of the skill variables of the table tennis players under investigation. The researcher used the experimental method with a single-group design on a sample of ٣٠ youth under ١٧ years of age from the National Talent and Olympic Champion Project. The basic study sample included ١٦ youth. The most important results were: There is a statistically significant difference between the measurements (pre - inter - post) in favor of the post measurement of the physical characteristics of table tennis players for the sample under study. Also, there is a statistically significant difference between the measurements (pre - inter - post) in favor of the post measurement in the skill variables of the table tennis players under study. The most important conclusions: The proposed training program for endurance has a positive and effective impact in developing the physical attributes of table tennis players, such as (ability - speed - agility - neuromuscular coordination - accuracy), and skill variables such as (foot movements - spiral strike with the front racket face - spiral strike). With the front and back sides of the racket - the crushing strike with the front side of the racket - the balloon defense with the back side of the racket and the spiral strike with the front side of the racket - various defensive and offensive strikes with the front and back sides of the racket) for the sample under study



أسم الباحثة	ايهاب صابر اسماعيل +خالد محمد الصادق سلامه
عنوان البحث	تأثير تدريبات السرعة والرشاقة بالشدة القصوى المتكررة علي تطوير القدرات الهوائية واللاهوائية وبعض الأداءات المهارية للاعبي الريشة الطائرة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١/٢٥

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي التعرف علي تأثير تدريبات السرعة والرشاقة بالشدة القصوى المتكررة علي تطوير القدرات الهوائية واللاهوائية وبعض الأداءات المهارية للاعبي الريشة الطائرة ، إستخدم الباحثان المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لنوع وطبيعة هذا البحث من خلال التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والآخرى ضابطة بإستخدام القياسين القبلي والبعدي لكلا المجموعتين ، وقام الباحثان بإختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الريشة الطائرة من نادي الزهور الرياضي وعددهم (١٠) لاعبين كمجموعة تجريبية، وعدد(١٠) لاعبين من نادي الإنتاج الحربي كمجموعة ضابطة ، بالإضافة إلى عينة الدراسات الإستطلاعية من نادي الشمس الرياضي وعددهم (٨) لاعبين، ليصبح إجمالي العينة الكلية (٢٨) لاعب، وإستخدم الباحثان إختبارات القدرات الهوائية واللاهوائية وإختبارات مستوي الأداء المهاري كوسيلة لجمع البيانات، وكانت أهم النتائج تم التوصل إلي أن البرنامج المقترح بإستخدام تدريبات السرعة والرشاقة بالشدة القصوى المتكررة أثر تأثيراً إيجابياً علي القدرات الهوائية (الحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين ، السرعة المقترنة بالحد الأقصى لإستهلاك الأكسجين، التهوية الرئوية، معدل التنفس، النبض الأكسجيني، التحمل الهوائي) والقدرات اللاهوائية (القصوى ،المتوسطة، مؤشر التعب ، السعة اللاهوائية) للاعبي الريشة الطائرة عينة البحث، تطور القدرات الهوائية واللاهوائية أدي إلي تحسن الأداءات المهارية المركبة (سرعة ودقة وتحمل المهارات) للاعبي الريشة الطائرة عينة البحث



Research summary (English)

The effect of repeated maximum intensity speed and agility training on the development of aerobic and anaerobic capabilities and some skill performances of badminton players.

The research aims to identify the effect of repeated maximum-intensity speed and agility training on the development of aerobic and anaerobic capabilities and some skill performances of badminton players. The researchers used the experimental method due to its suitability to the type and nature of this research through the experimental design of two groups, one experimental and the other control, using pre- and post-measurements for both groups. The researchers deliberately selected the research sample from badminton players from the Al-Zohour Sports Club, numbering (١٠) players as an experimental group, and (١٠) players from the Military Production Club as a control group, in addition to the sample of exploratory studies from Al-Shams Sports Club, numbering (٨) players. Bringing the total sample to (٢٨) players, The researchers used aerobic and anaerobic capacity tests and skill performance level tests as a means of collecting data, and the most important results were that the proposed program using speed and agility exercises at maximum repeated intensity had a positive impact on aerobic capacity (maximum oxygen consumption, speed associated with maximum oxygen consumption, ventilation Pulmonary, respiratory rate, oxygen pulse, aerobic endurance) and anaerobic capabilities (maximum, average, fatigue index, anaerobic capacity) for the badminton players, the research sample. The development of aerobic and anaerobic capabilities led to an improvement in the composite skill performances (speed, accuracy, and endurance of skills) for the badminton players, sample. search

رباب مختار سماحه	أسم الباحثة
فاعلية برنامج أنشطة حركية في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى أطفال الروضة	عنوان البحث
٢٠٢٢/٦/١٩	تاريخ النشر

ملخص البحث (عربي)

-فروض البحث: تحقيقاً لأهداف البحث وضعت الباحثة الفروض التالية:-

- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في مقياس مهارات التفكير الإبداعي قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات القبليّة والبعديّة للمجموعة الضابطة في مقياس مهارات التفكير الإبداعي قيد البحث لصالح القياسات البعديّة.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين القياسات البعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس مهارات التفكير الإبداعي قيد البحث لصالح المجموعة التجريبية.

-المنهج المستخدم : المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

- عينة البحث: قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٦٨) طفل من روضة المدارس العربية القومية التابعة لإدارة غرب الزقازيق، تم سحب عدد (٢٠) طفل وذلك لحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للاختبارات والقياسات المستخدمة قيد البحث، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية عددها (٤٨) طفل تم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢٤) طفل، وجدول (٢) يوضح تصنيف مجتمع وعينة البحث.

-اهم النتائج:

- أن برنامج الأنشطة الحركية المقترح له تأثير إيجابي في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى أطفال الروضة من سن (٥ : ٦) سنوات.
- برنامج الأنشطة الحركية قيد الدراسة وما تحتويه من ألعاب له تأثير إيجابي على تنمية التفكير الإبداعي تتميز بألعاب (الطلاقة والمرونة والاصالة والحساسية للمشكلات وإدراك التفاصيل والمحافظة على الاتجاه)



Research summary (English)

The effectiveness of a motor activities program in developing creative thinking skills among kindergarten children

- Research hypotheses: To achieve the research objectives, the researcher developed the following hypotheses: -

- There are statistically significant differences between the pre- and post-measurements of the experimental group in the measure of creative thinking skills under research in favor of the post-measurements.
- There are statistically significant differences between the pre- and post-measurements of the control group in the measure of creative thinking skills under research in favor of the post-measurements.
- There are statistically significant differences between the post-measurements of the experimental and control groups in the measure of creative thinking skills under study in favor of the experimental group.

- The method used: The experimental method using an experimental design with two groups, one experimental and the other control, due to its suitability to the nature of this research.

- Research sample: The researcher deliberately selected the research sample, which consisted of (٦٨) children from the kindergarten of the Arab National Schools affiliated with the West Zagazig Administration. A number of (٢٠) children were drawn in order to calculate the scientific coefficients (validity - reliability) of the tests and measurements used under research, and in this way The basic research sample numbered (٤٨) children who were divided into two groups, one experimental and the other a control group, each consisting of (٢٤) children. Table (٢) shows the classification of the research population and sample.

- The most important results:

- The proposed motor activities program has a positive impact on developing creative thinking skills among kindergarten children aged ٥:٦ years.
- The motor activities program under study and the games it contains have a positive impact on the development of creative thinking. They are characterized by games (fluency, flexibility, originality, sensitivity to problems, perception of details, and maintaining direction)



أسم الباحثة	مروة جودة أحمد محمد
عنوان البحث	تأثير تدريبات Battel Rope علي بعض المتغيرات البدنية ومستوي اداء للشقلبات علي جهاز الحركات الأرضية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٦/٢٩

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلي تصميم برنامج تدريبي بأستخدام Battle Rope للتعرف على : تأثير البرنامج المقترح بأستخدام (BR) علي مستوي أداء بعض الشقلبات (الشقلبة الأمامية البطيئة علي اليدين - الشقلبة الخلفية البطيئة علي اليدين - الشقلبة الامامية السريعة علي اليدين). سوف تستخدم الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين (ضابطه وتجريبية) والقياس القبلي والبعدي لمناسبتها وطبيعة الدارسة مجتمع وعينة البحث: مجتمع البحث من طالبات الفرقة الثالثة تخصص جمارك بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق، للعام الجامعي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١) وعددهن (٢٣٦) طالبة يتمثلن احد عشر مجموعته يتراوح اعمارهن من (٢٠:٢١) سنة. تم اختيار ثلاث مجموعات عشوائية قوامهم (٦٠) طالبة من مجتمع البحث وقد تم سحب (٢٠) طالبة كعينة استطلاعية وبذلك اصبحت عينه البحث الاساسية قوامها (٤٠) طالبة تم تقسيمهم الي مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة قوام كل منها (٢٠) طالبة . -البرنامج باستخدام تدريبات Battle Rope أثر إيجابيا علي مستوى الأداء المهارى للشقلبات علي جهاز الحركات الارضية لطالبات الفرقة الثالثة تخصص جمارك بكلية التربية الرياضية للبنات. تفوقت المجموعة التجريبية علي الضابطة في مستوى الأداء المهارى لجهاز الحركات الارضية



Research summary (English)

The effect of battel rope exercises on some physical variables and the level of

somersault performance on the floor movement apparatus

The research aims to design a training program using Battle Rope to identify: the effect of the proposed program using (BR) on the level of performance of some somersaults (slow forward somersault on the hands - slow back somersault on the hands - fast forward somersault on the hands). The researcher will use the experimental approach by designing the two groups (control and experimental) and the pre- and post-measurement for its suitability and the nature of the study. Research population and sample: The research population is third-year female students majoring in gymnastics at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University, for the academic year (٢٠٢٠ - ٢٠٢١), and their number is (٢٣٦) students. They are one of the tenth of a group whose ages range from ٢٠ to ٢١ years. Three random groups consisting of (٦٠) female students were selected from the research community, and (٢٠) female students were drawn as a reconnaissance sample. Thus, the basic research sample consisted of (٤٠) female students. They were divided into two equal groups, one experimental and the other a control group, each consisting of (٢٠) female students. -The program using Battle Rope exercises had a positive impact on the level of skill performance of somersaults on a device

Floor movements for third-year gymnastics students at the College of Physical Education for Girls. The experimental group outperformed the control group in the level of skill performance of the floor movement device



أسم الباحثة	الشيما كمال محمد على
عنوان البحث	فاعلية برنامج تدريبي باستخدام التحركات الهجومية على بعض القدرات البدنية و مستوى الاداء المهارى فى كرة السلة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٥/٢٨

ملخص البحث (عربي)

أستهدف البحث تحسين بعض القدرات البدنية ومستوى الأداء المهارى فى كرة السلة من خلال تصميم برنامج تدريبي باستخدام التحركات الهجومية ومعرفة تأثيره على:

١- القدرات البدنية الخاصة للاعبات منتخب جامعة الشارقة بدولة الامارات العربية المتحدة قيد البحث.

٢- مستوى الأداء المهارى للاعبات منتخب جامعة الشارقة بدولة الامارات العربية المتحدة قيد البحث.

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي وقامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبات منتخب جامعة الشارقة بالامارات العربية المتحدة لكرة السلة وعددهم ٢٠ لاعبة.، حيث بلغ قوام العينة الأساسية (١٢) لاعبات من المنتظمين فى تطبيق البرنامج التدريبى ، حيث قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية والبعدي عليهم ، بالإضافة إلى عينة الدراسات الاستطلاعية وعددهم (٨) لاعبات من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، ليصبح إجمالي العينة الكلية (٢٠) لاعبة (العينة الأساسية ، العينة الاستطلاعية).

ومن أدوات البحث: الاختبارات البدنية الخاصة - الاختبارات المهارية - البرنامج التدريبى المقترح. المعالجات الإحصائية: المتوسط الحسابى - الانحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء - معامل الارتباط البسيط - إختبار "ت" - نسب التحسن %.

ومن أهم النتائج:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدي في المتغيرات البدنية(الرشاقة-التوافق-السرعة-التحمل -القدرة) ولصالح القياس البعدي للعينة قيد البحث .
- ٢-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدي في مستوى الأداء المهارى (التمرير والإستلام - التصويب - المحاورة-تحركات القدمين-المتابعة) ولصالح القياس البعدي للعينة قيد البحث



Research summary (English)

The effectiveness of a training program using offensive movements on some physical abilities and the level of skill performance in basketball

The research aimed to improve some physical abilities and the level of skill performance in basketball by designing a training program using offensive movements and knowing its effect on:

- ١- The special physical capabilities of the female players of the University of Sharjah team in the United Arab Emirates are under investigation.
- ٢- The level of skill performance of the female players of the University of Sharjah team in the United Arab Emirates is under investigation.

The researcher used the experimental method and the researcher selected the research sample intentionally from the players of the University of Sharjah basketball team in the United Arab Emirates, numbering ٢٠ players. The core sample was (١٢) players who were regular in implementing the training program. The researcher conducted pre- and post-measurements on them, in addition to the sample of the exploratory studies, which included (٨) female players from the same research community and from outside the basic research sample, bringing the total sample to (٢٠) female players (the basic sample, the exploratory sample).

Research tools include: special physical tests - skill tests - the proposed training program.

Statistical treatments: arithmetic mean - standard deviation - median - skewness coefficient - simple correlation coefficient - t-test - % improvement rates.

Among the most important results:

- ١- There are statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in the physical variables (agility - compatibility - speed - endurance - ability) and in favor of the post-measurement for the sample under study.
- ٢- There are statistically significant differences between the pre-measurement and the post-measurement in the level of skill performance (passing and receiving - shooting - dribbling - foot movements - follow-up) and in favor of the post-measurement for the sample under study.



أسم الباحثة	فاطمة علي علي أحمد سالم
عنوان البحث	تأثير تدريبات الساكيو (S. A. Q) علي المسكات النصليه في رياضة المبارزة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٦/٢٥

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث الي وضع مجموعة من تدريبات الساكيو (S. A. Q) ومعرفة تأثيرها علي مستوي الاداء المهاري للمسكات النصلية وتشمل علي (الالتفافية ، الرابطه ، الهابطة) منهج البحث: تحقيقا لأهداف البحث وفروضه إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظرا لملائمته لطبيعة البحث ذو التصميم التجريبي ذوا لمجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة بتطبيق القياسات القبلية والبعدية للمجموعتين.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث

لقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طالبات تخصص المبارزة (الفرقة الرابعة) بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق للعام الدراسي (٢٠٢١م - ٢٠٢٢م) والبالغ عددهم (٧٠) طالبة) قامت الباحثة باختيار عينة عشوائية من مجتمع البحث عددهم (١٠) طالبات وذلك لإجراء الدراسة الاستطلاعية وإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات المستخدمة في البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث وقد بلغ قوامها (٦٠) طالبة،، تم تقسيمهن إلى مجموعتان احداها تجريبية، والأخرى ضابطة بالتساوي كل منها (٣٠) طالبة) ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الباحثة طالبات المجموعة التجريبية التي استخدمت تدريبات الساكيو (S.A.Q) تفوقت علي طالبات المجموعة الضابطة في المستوي المهاري للمسكات النصلية.



Research summary (English)

The effect of Sakyo (S.A.Q) training on blade grips in fencing

The research aims to develop a set of Sakyo exercises. (A.Q) (and knowing its effect on the level of skill performance of blade grips, including (circular, connecting, and descending) Research methodology: To achieve the objectives and hypotheses of the research, the researcher used the experimental method due to its suitability to the nature of the research with an experimental design with two groups, one experimental and the other controlled by applying pre- and post-measurements to the two groups.

Second: The research population and sample

The research sample was chosen intentionally from female students majoring in fencing (fourth year) at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University for the academic year (٢٠٢١ AD - ٢٠٢٢ AD), numbering (٧٠) students. The researcher selected a random sample from the research community, numbering (١٠) female students. In order to conduct the exploratory study and find scientific coefficients for the tests used in the research, the research sample was chosen intentionally from the research community and its strength reached (٦٠) students. They were divided into two groups, one experimental, and the other equally controlled, each with (٣٠) students. Among the most important results are What the researcher found was that the female students of the experimental group that used the Sakio (S.A.Q) exercises outperformed the female students of the control group in the skill level of blade grips.



أسم الباحثة	إيمان حسن الهادي حسن
عنوان البحث	تأثير برنامج تعليمي قائم على إستخدام الإنفوجرافيك على مستوى اداء سباحة الزحف على البطن
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٥/١٥

ملخص البحث (عربي)

تشهد الحياة في عصر المعلوماتية كثيرا من التغيرات والمتطلبات التي تفرض على الأفراد التعامل مع المتغيرات التكنولوجية والتقنية والمعرفية لهذا العصر، كما يواجه القائمون على العملية التعليمية واقع التعامل مع هذه المتغيرات التقنية سعيا لتنمية قدرات طلابهم في الحصول على المعرفة بأنفسهم من مصادرها المختلفة.

وبناءً على ذلك رأت الباحثة ضرورة الاستفادة من إستراتيجيات طرق التدريس و تكنولوجيا التعليم المختلفة في تصميم بيئات تعليمية مختلفة وفعالة في التعلم الحركي والسباحة بصفة عامة وسباحة الزحف على البطن بصفة خاصة.

وترى الباحثة أن الإنفوجرافيك يسعى إلى دمج المستحدثات التقنية بالإضافة إلى الحس الفني والإبداع في تقديم المعلومة بشكل جديد وموجز ومتربط ومشوق في صورة صور ورسومات ثابتة ومتحركة ومقاطع فيديو. من خلال إيجاد مواقف إيجابية فكان لابد من وضع إستراتيجية تعليمية تتيح للمتعلم ان يكون محورا أساسيا للعملية التعليمية.

ومما سبق تتضح أهمية البحث الحالي في أنه محاولة لإستخدام الإنفوجرافيك في سباحة الزحف على البطن ، إيماناً من الباحثة بضرورة التطور في طرق تعليم وتعلم سباحة الزحف على البطن ، وفي حدود علم الباحثة والرجوع الى الدراسات المرجعية لم يتناول أى بحث إستخدام الإنفوجرافيك في تعليم سباحة الزحف على البطن مما دعا الباحثة إلى القيام بهذا البحث " تأثير إستخدام الإنفوجرافيك على تعليم سباحة الزحف على البطن بسلطنة عمان"

هدف البحث:

التعرف على تأثير برنامج تعليمي قائم على إستخدام الإنفوجرافيك على مستوى اداء سباحة الزحف على البطن



Research summary (English)

The effect of an educational program based on the use of infographics on the level of belly crawl swimming performance

Life in the information age is witnessing many changes and requirements that are imposed on individuals to deal with the technological, technical and cognitive variables of this era. Those in charge of the educational process also face the reality of dealing with these technical variables in an effort to develop their students' abilities to obtain knowledge themselves from its various sources.

Accordingly, the researcher saw the need to benefit from the strategies of different teaching methods and educational technology in designing different and effective educational environments in motor learning and swimming in general and belly crawl swimming in particular.

The researcher believes that infographics seek to integrate technical innovations in addition to the artistic and creative sense in presenting information in a new, concise, coherent and interesting way in the form of pictures, still and animated drawings, and video clips. By creating positive attitudes, it was necessary to develop an educational strategy that allows the learner to be a primary focus of the educational process.

From the above, the importance of the current research is clear in that it is an attempt to use infographics in belly crawl swimming, based on the researcher's belief in the necessity of developing methods for teaching and learning belly crawl swimming.

Within the researcher's knowledge and reference to reference studies, no research has dealt with the use of infographics in teaching belly crawl swimming, which prompted the researcher to conduct this research: "The effect of using infographics on teaching belly crawl swimming in the Sultanate of Oman."

Search goal:

Identifying the effect of an educational program based on the use of infographics on the level of belly crawl swimming performance



أسم الباحثة	منى عادل عبادة محمد
عنوان البحث	تأثير التدريب الوظيفي باستخدام الحقيبة البلغارية على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء المهاري في هوكي الميدان لطالبات كلية التربية الرياضية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث الى التعرف على تأثير التدريب الوظيفي باستخدام الحقيبة البلغارية على بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء المهاري في هوكي الميدان لطالبات كلية التربية الرياضية. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لملائمته لتطبيق البحث وإجراءاته، باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبُعدي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة. تم اختيار عينة البحث طالبات الفرقة الثالثة والرابعة تخصص ألعاب مضرب بكلية التربية الرياضية جامعة كفر الشيخ للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢م، وبلغ قوام عينة البحث الفعلية (٢٨) طالبة تخصص ألعاب مضرب، وتم استبعاد (٨) طالبات منهن لإجراء الدراسة الاستطلاعية عليهن، ليصبح قوام عينة البحث الأساسية (٢٠) طالبة، تم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين متساويتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل عينة (١٠) طالبات توصلت الباحثة للاتي:

• وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبُعدي للمجموعة التجريبية في متوسطات جميع الاختبارات البدنية قيد البحث لصالح القياس البُعدي، وقد تراوحت نسب التحسن ما بين ٧,٥٧٪ لاختبار الوثب العريض من الثبات كحد أدنى، ٣٥,٨٣٪ لاختبار ثني الجذع أماماً من الوقوف كحد اعلي.

• وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبُعدي للمجموعة التجريبية في متوسطات اختبارات قوة القبضة (يمين)، رمي كرة تنس لأبعد مسافة، ثني الجذع أماماً من الوقوف لصالح القياس البُعدي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اختبارات قوة القبضة (يسار)، الوثب العريض من الثبات، الينوي للرشاقة. وقد تراوحت نسب التحسن ما بين ١,٠٨٪ لاختبار الوثب العريض من الثبات كحد أدنى، ٥,٨٢٪ لاختبار قوة القبضة (يمين) كحد اعلي.



Research summary (English)

The effect of functional training using the Bulgarian bag on some physical variables and the level of skill performance in field hockey for female students of the College of Physical Education

The research aims to identify the effect of functional training using the Bulgarian bag on some physical variables and the level of skill performance in field hockey for female students of the College of Physical Education.

The researcher used the experimental method due to its suitability to the application of the research and its procedures, using an experimental design with pre- and post-measurement for two groups, one experimental and the other control.

The research sample was selected for the third and fourth year female students majoring in racket games at the Faculty of Physical Education, Kafr El-Sheikh University, for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD. The actual research sample was (٢٨) female students majoring in racket games, and (٨) female students were excluded to conduct the exploratory study on them, so that the strength of the research sample was (٢٨) female students majoring in racket games. The basic research sample is (٢٠) female students . They were randomly divided into two equal groups, one experimental and the other control. Each sample consisted of (١٠) female students.

The researcher found the following:

- There are statistically significant differences between the pre- and post-measurements of the experimental group in the averages of all the physical tests under study in favor of the post-measurement. The improvement rates ranged between ٧,٥٧% for the broad jump test from standing as a minimum, and ٣٥,٨٣% for the torso bending forward test from standing as a maximum. There are statistically significant differences between the pre and post measurements for the experimental group in the averages of the grip strength tests (right), throwing a tennis ball the farthest distance, and bending the torso forward from standing in favor of the post measurement, and the absence of statistically significant differences in the grip strength tests (left), jumping. The broad is for stability, the lean is for agility. The improvement rates ranged between ١,٠٨% for the stability broad jump test as a minimum, and ٥,٨٢% for the grip strength test (right) as a maximum.



أسم الباحثة	عمرو سعيد ابراهيم
عنوان البحث	برنامج غذائي مدعم بالأحماض الدهنية (ALA – EPA – DHA) لتحسين اللياقة الصحية للرياضيين
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٢٤

ملخص البحث (عربي)

هدف البحث:-

يهدف البحث الى تصميم برنامج غذائي مدعم بالأحماض الدهنية (ALA – EPA – DHA) لتحسين اللياقة الصحية للرياضيين
أجراءات البحث:-

المنهج :- استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لثلاث مجموعات (مجموعة ضابطة ومجموعتان تجريبيتان) باستخدام القياس القبلي والبعدي نظرا لملائمته طبيعه البحث.
العينه :- قام الباحث باختيار عينة عمدية قدرها (٥٧) لاعب من بعض الالعاب الجماعية (كرة القدم – كرة الطائرة) وبعض الالعاب الفردية (السباحة – الكاراتية) من نادى بنها الرياضى من المرحلة السنية من (١٦-٢٠) سنة مقسمين كالاتى:

-عدد (٢٠) لاعب من لاعبي كرة القدم

-عدد(١٥) لاعب من لاعبي كرة الطائرة

-عدد (١١) لاعب من لاعبي السباحة

-عدد(١١) لاعب من لاعبي الكاراتية

وقد قام الباحث بتقسيم عينة البحث الى عدد(١٢) لاعب للدراسة الاستطلاعية لتقنين الاختبارات المستخدمة فى البحث ، وعدد (١٥) لاعب للمجموعة الضابطة ، وعدد (١٥) لاعب للمجموعة التجريبية الاولى " خضعوا للبرنامج الغذائي فقط " ، وعدد (١٥) لاعب للمجموعة التجريبية الثانية " خضعوا للبرنامج الغذائي المدعم بالاولميجا ٣-٦".



Research summary (English)

A nutritional program enriched with fatty acids (ALA - EPA - DHA) to improve the health fitness of athletes

Research objective:-

The research aims to design a nutritional program enriched with fatty acids (ALA - EPA - DHA) to improve the health fitness of athletes

Search procedures :-

Method: The researcher used the experimental method using an experimental design for three groups (a control group and two experimental groups) using pre- and post-measurement due to its suitability to the nature of the research.

Sample: The researcher selected a deliberate sample of (٥٧) players from some group sports (football - volleyball) and some individual games (swimming - karate) from Banha Sports Club from the age group (١٦-٢٠) years, divided as follows:

- (٢٠) football players
- (١٥) volleyball players
- (١١) swimming players
- (١١) karate players

The researcher divided the research sample into (١٢) players for the exploratory study to codify the tests used in the research, (١٥) players for the control group, (١٥) players for the first experimental group “who underwent the nutritional program only,” and (١٥) players for the experimental group. The second: “Subject to a diet program fortified with Omega ٣-٦.”



أسم الباحثة	صهيب محمد محمد الضهراوي
عنوان البحث	تأثير تدريبات التسهيلات العصبية للمستقبلات الحسية (PNF) بدلالة النشاط الكهربائي للرجلين لتحسين القدره العضلية والمستوى الرقمي للاعبين الوثب الطويل
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/١٣

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث إلى تحسين القدرة العضلية والمستوى الرقمي للاعبين الوثب الطويل باستخدام تدريبات التسهيلات العصبية للمستقبلات الحسية بدلالة النشاط الكهربائي للرجلين ، استخدم الباحث المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث حيث استخدم التصميم التجريبي للمجموعه الواحده مع اتباع القياس (القبلى - التتبعى - البعدى)، يمثل مجتمع البحث متسابقى الوثب الطويل فى محافظه الشرقية لموسم ٢٠٢٢ م وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العمدية من نادى كفر صقر الرياضى وبلغ عددهم ١٤ متسابق وبعد التجانس قسم الى ٦ متسابقين لعينه الدراسه الاستطلاعيه و ٨ متسابقين لعينه البحث الأساسيه ،تدريبات التسهيلات العصبية لها تأثير إيجابى بدلالة معنوية على القدره العضليه للرجلين لدى عينه البحث حيث بلغت اعلى نسبه تحسن ١١,٧١ % ، تدريبات التسهيلات العصبية ادت الى تحسن المستوى الرقمي للوثب الطويل لدى عينه البحث حيث ان هذا التحسن دال احصائيا عند مستوى معنويه (٠,٠٥) ونسبه (١٣,٩٦%) ،عقد دورات تدريبيه عن التسهيلات العصبية العضلية للمستقبلات الحسية (PNF) من قبل الاتحاد المصري لألعاب القوى لتوعيه المدربين بأهميتها، مما يساعد علي تحسين المستويات الرقميه المصريه



Research summary (English)

The effect of sensory receptor neural facilitation (PNF) training in terms of the electrical activity of the legs to improve the muscular ability and digital level of long jumpers.

The research aims to improve the muscular ability and digital level of long jumpers by using neural facilitation exercises for sensory receptors as a function of the electrical activity of the legs. The researcher used the experimental method due to its suitability to the nature of the research, as he used the experimental design for one group with the measurement (pre-, post-, follow-up) followed, representing the research community. Long jump competitors in the Sharkia Governorate for the ٢٠٢٢ AD season. The research sample was selected intentionally from the Kafr Saqr Sports Club, and their number reached ١٤ competitors. After homogeneity, it was divided into ٦ competitors for the exploratory study sample. And ٨ runners for the main research sample. Neuro-facilitation training had a positive, significant effect on the muscular ability of the legs in the research sample, where the highest rate of improvement reached ١١,٧١%. Neuro-facilitation training led to an improvement in the numerical level of the long jump in the research sample, as this improvement was statistically significant when Significant level (٠,٠٥) with a percentage of (١٣,٩٦%). Training courses on neuromuscular facilitation of sensory receptors (PNF) were held by the Egyptian Athletics Federation to educate coaches about its importance, which helps improve Egyptian digital levels.



أسم الباحثة	بثينه محمد صديق رضوان
عنوان البحث	"التنبؤ بمستوي الانجاز الرقمي لمتسابقين ٨٠٠م جري رجال بدلالة بعض المتغيرات الفسيولوجية والكيميوية"
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/٢١

ملخص البحث (عربي)

وتشير الباحثة ان مشكلة التعب العضلي تعتبر من أكثر المشكلات التي يواجهها متسابقين المسافات والمتوسطة خلال الاشتراك في المنافسات الرياضية، فضلا عن معوقات الاداء الاخرى التي يواجهها المتسابقين والمدربين وكافة المشتغلين بالمجال الرياضي، فالهدف النهائي من عملية التدريب الرياضي هو الوصول الي أفضل انجاز رقمي للمتسابقين خلال المنافسات دون حدوث تعب مبكر ومحاولة تأخير ظهوره لاطول فترة ممكنة.

وتكمن مشكلة الدراسة الحالية في تباين حدوث ظاهرة التعب العضلي بين متسابقين المسافات المتوسطة وبصفة خاصة سباق جري (٨٠٠م) ، وتمثل ذلك في انخفاض المستوي الرقمي للمتسابقين والذي قد يرجع _ من وجهة نظر الباحثة- الي العديد من الامور، منها الاسباب التدريبية كعدم استخدام التباين عند تشكيل الاحمال التدريبية كاستخدام تدريبات العمل الهوائي واللاهوائي وتدريب المقاومة بشكل منفصل عن بعضها، أو لاسباب فسيولوجية كانهخفاض الكفاءة الوظيفية للجهازين الدوري والتنفسي، أو لاسباب كيميوية كزيادة معدل لاكتات الدم بسبب الناتج كمخلفات لانتاج الطاقة في العضلات ، حيث ان تقليل مستوي لاكتات الدم وتأخير ظهوره يؤخر ظهور ظاهرة التعب العضلي لمتسابقين فعالية (٨٠٠م).



Research summary (English)

Predicting the level of digital achievement of men's 1000 m running competitors in terms of some physiological and biochemical variables.

The researcher indicates that the problem of muscle fatigue is considered one of the most common problems that middle-distance and distance runners face while participating in sports competitions, in addition to other performance obstacles faced by contestants, coaches, and all those working in the sports field. The ultimate goal of the sports training process is to reach the best digital achievement for competitors during competitions. Without causing early fatigue and trying to delay its appearance for as long as possible.

The problem of the current study lies in the variation in the occurrence of the phenomenon of muscle fatigue among middle-distance runners, especially the 1000-meter running race. This was represented by a decrease in the numerical level of the competitors, which may be due - from the researcher's point of view - to many things, including training reasons such as not using contrast when forming training loads, such as using aerobic and anaerobic work exercises and resistance training separately from each other, or physiological reasons such as a decrease in the functional efficiency of the two circulatory systems. And respiratory, or for biochemical reasons, such as an increase in the rate of blood lactate due to the product as a waste product of energy production in the muscles, as reducing the level of blood lactate and delaying its appearance delays the appearance of the phenomenon of muscle fatigue for event (1000 m) competitors.



أسم الباحثة	سمر حسن منيع
عنوان البحث	التعلم الإلكتروني التشاركي القائم على تطبيق المحمول التفاعلي Telegram وتأثيره على التحصيل المعرفي والمهارى لبعض المهارات فى تنس الطاولة وتنمية السلوك الإجتماعى الإيجابى
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/١٧

ملخص البحث (عربي)

ومعرفة تأثيره على التحصيل المعرفي والمهارى لبعض المهارات فى تنس الطاولة وتنمية السلوك الإجتماعى الإيجابى ، وإستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٣٦) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٨) طالبة.

أدوات جمع البيانات: إختبارات بدنية - إختبارات مهارية - إختبار التحصيل المعرفى - مقياس السلوك الإجتماعى الإيجابى - البرنامج التعليمى.

المعالجات الإحصائية: المتوسط الحسابى - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الارتواء - إختبار "ت" - معامل الارتباط.

وكانت أهم النتائج استخدام أسلوب التعلم الإلكتروني التشاركي له تأثيراً إيجابياً على مستوى التحصيل المعرفي والمهارى لمهارات تنس الطاولة قيد البحث والسلوك الإجتماعى الإيجابى ،تفوق أفراد المجموعة التجريبية (التعلم الإلكتروني التشاركي) على أفراد المجموعة الضابطة (أسلوب التعلم بالأوامر) فى القياسات البعدية فى مستوى التحصيل المعرفي والمهارى لمهارات تنس الطاولة قيد البحث والسلوك الإجتماعى الإيجابى.

وكانت اهم التوصيات استخدام أسلوب التعلم الإلكتروني التشاركي للإرتقاء بمستوى التحصيل المعرفي والمهارى لمهارات تنس الطاولة قيد البحث والسلوك الإجتماعى الإيجابى لدى طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق،وتبنى استخدام تطبيق برنامج التليجرام Telegram. فى تعليم مهارات تنس الطاولة لطالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.



Research summary (English)

Participatory e-learning based on the interactive mobile application Telegram and its impact on the cognitive and skill achievement of some skills in table tennis and the development of positive social behavior

And to find out its effect on the cognitive and skill achievement of some skills in table tennis and the development of positive social behavior. The researcher used the experimental method on a sample of (٣٦) female students from the fourth year at the Faculty of Physical Education for Girls at Zagazig University. They were divided into two groups, one experimental and the other a control group, each consisting of (١٨) Student.

Data collection tools: physical tests - skill tests - cognitive achievement test - positive social behavior measure - educational program.

Statistical treatments: arithmetic mean - standard deviation - median - skewness coefficient - t-test - correlation coefficient.

The most important results were that the use of the participatory e-learning method had a positive impact on the level of cognitive and skill achievement of the table tennis skills under study and positive social behavior. The members of the experimental group (participatory e-learning) outperformed the members of the control group (command learning method) in the post-measurements in the level of cognitive achievement. The table tennis skills under investigation and positive social behavior.

The most important recommendations were to use the participatory e-learning method to raise the level of cognitive and skill achievement of the table tennis skills under research and positive social behavior among fourth-year female students at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University, and to adopt the use of the Telegram program application. In teaching table tennis skills to fourth year female students at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University.



أسم الباحثة	احمد محمد عبد الرحمن
عنوان البحث	تأثير برنامج رياضي غذائي على تركيب الجسم للأطفال المصابين بالسمنة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/١٦

ملخص البحث (عربي)

تسعي المجتمعات المتقدمة إلى الاهتمام بالأطفال وخاصة بتركيبهم الجسمي من سنوات عمرهم الأولى ونظراً لأن عدد كبير من الأطفال يعانون من مشكلة زيادة الوزن لديهم والتي ترتبط بالكثير من المشكلات الصحية والقوامية وذلك نتيجة قلة الحركة فضلاً عن عدم الانخراط في البرامج الرياضية والتمارين البدنية مع عدم التوازن في كمية الغذاء المتناول، وقد لاحظ الباحث من خلال تعامله مع أطفال هذه المرحلة العمرية زيادة الوزن لديهم وهذا ما دفعه إلى وضع برنامج رياضي غذائي للأطفال المصابين بالسمنة من ١٠-١٢ سنة ومعرفة تأثيره علي مكونات التركيب الجسمي قيد البحث ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي مستعيناً بالتصميم التجريبي للمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة بإستخدام القياس القبلي البعدي علي عينة فوامها (٣٠ تلميذاً، وتم تقسيمهم إلي مجموعتين متساويتين قوام كل منهما (١٥) تلميذاً إحداهما تجريبية (تمارس برنامج التمرينات الرياضية مع الالتزام بنظام غذائي) والأخرى ضابطة (تمارس برنامج التمرينات الرياضية فقط)، وتمثلت أدوات جمع البيانات المراجع والدراسات السابقة و المقابلة الشخصية و مجموعة من الاجهزة والادوات لقياس متغيرات الدراسة، و في ضوء أهداف وفروض وإجراءات البحث واستناداً إلي ما أسفرت عنه المعالجات الإحصائية أمكن التوصل إلي أهم الاستنتاجات ان البرنامج الرياضي والغذائي له تأثيراً إيجابياً علي علي مكونات التركيب الجسمي (وزن الجسم - مؤشر كتلة الجسم - نسبة الدهون - وزن الدهون - كتلة الجسم بدون دهن - نسبة كتلة الجسم بدون الدهون إلي وزن الجسم - حجم الماء بالجسم - نسبة الماء إلي وزن الجسم) لدي الأطفال المصابين بالسمنة من ١٠-١٢ سنة ، كما أوضحت تفوق أفراد المجموعة التجريبية علي أفراد المجموعة الضابطة في نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مكونات التركيب الجسمي قيد البحث



Research summary (English)

The effect of a nutritional sports program on the body composition of children with obesity

Developed societies seek to pay attention to children, especially their physical composition, from their first years of life, and given that a large number of children suffer from the problem of being overweight, which is linked to many health and physical problems, as a result of lack of movement, as well as not participating in sports programs and physical exercises, with an imbalance in the amount of Food intake. The researcher noticed, through his dealings with children of this age, their weight gain, and this is what prompted him to develop a nutritional sports program for children with obesity from 10-12 years old and to know its effect on the components of the body composition under research. The researcher used the experimental method, using the experimental design for two groups. One of them is experimental and the other is control using pre-post measurement on a sample of 30 students, They were divided into two equal groups, each consisting of (15) students, one of which was experimental (practicing an exercise program while adhering to a diet) and the other a control group (practicing an exercise program only). The tools for collecting data were references, previous studies, a personal interview, and a set of devices and tools to measure The variables of the study, and in light of the objectives, hypotheses and procedures of the research and based on what resulted from the statistical treatments, it was possible to reach the most important conclusions that the sports and nutritional program has a positive impact on the components of the body composition (body weight - body mass index - fat percentage - fat weight - body mass Without fat - the ratio of body mass without fat to body weight - the volume of water in the body - the ratio of water to body weigh Among obese children aged 10-12 years, it also showed that the members of the experimental group were superior to the members of the control group in the rates of improvement in the post-test measurement compared to the pre-test for the experimental and control groups in the components of the body composition under investigation.



أسم الباحثة	محمد محمد السعيد الشحات
عنوان البحث	المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالإحترق النفسي وجودة الحياة للرياضيين المعاقين حركياً
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/١

ملخص البحث (عربي)

المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالإحترق النفسي

وجودة الحياة للرياضيين المعاقين حركياً

أستهدف البحث التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية ومستوى الاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً، وعن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً ، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي متبعاً الأسلوب المسحي على عينة قوامها (٤٠) لاعب معاق حركياً ، ومن أدوات البحث : مقياس المساندة الاجتماعية - مقياس الاحتراق النفسي - مقياس جودة الحياة ، ومن الأساليب الإحصائية : المتوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط ، نسب التحسن.

ومن أهم النتائج:

- ١- أختلف مستويات ودرجات أبعاد المساندة الاجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً كما يلي:
 - جاء مستوى المساندة من الأسرة والأصدقاء لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.
 - جاء مستوى المساندة من المؤسسات الرياضية بدرجة ضعيفة.
 - جاء مستوى المساندة من الجهاز الفني بدرجة كبيرة.
- ٢- جاء مستوى المساندة الاجتماعية لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة متوسطة.
- ٣- جاء مستوى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة كبيرة.
- ٤- جاء مستوى جودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً بدرجة متوسطة.
- ٥- توجد علاقة ارتباطية طردية سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية ودرجة الاحتراق النفسي كما توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية وجودة الحياة لدى الرياضيين المعاقين حركياً.



Research summary (English)

Social support and its relationship to psychological burnout and quality of life for physically disabled athletes

Social support and its relationship to psychological burnout

Quality of life for physically disabled athletes

The research aimed to identify the level of social support, the level of psychological burnout, and the quality of life among athletes with physical disabilities, and the relationship between social support, psychological burnout, and the quality of life among athletes with physical disabilities. The researcher used the descriptive approach, following the survey method, on a sample of (٤٠) athletes with physical disabilities, and among the tools Research: Social support scale - Psychological burnout scale - Quality of life scale, and statistical methods include: arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient, improvement rates

Among the most important results:

١- The levels and degrees of social support dimensions differ among athletes with physical disabilities as follows:

The level of support from family and friends among athletes with mobility disabilities was high.

The level of support from sports institutions was weak.

The level of support from the technical staff was high.

٢- The level of social support for physically disabled athletes was moderate.

٣- The level of psychological burnout among athletes with physical disabilities was high.

٤- The level of quality of life among athletes with mobility disabilities was moderate.

There is a statistically significant negative correlation at the level of (٠,٠٥) between the dimensions of the social support scale and the degree of psychological burnout. There is also a statistically significant positive direct correlation between the dimensions of the social support scale and the quality of life among physically disabled athletes.



أسم الباحثة	رضوى محمد محمود همت
عنوان البحث	تأثير المعرفة الإلكترونية في بيئة التعلم المعكوس على تعلم مهارتي الإرسال من أعلى – الضرب الساحق في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٩

ملخص البحث (عربي)

يعد تطوير العملية التعليمية من الأمور الهامة التي شغلت رجال التربية بمختلف انتماءاتهم وجعلتهم يبحثون عن قضية أفضل السبل والوسائل لمواجهة هذا التطور المعرفي والتكنولوجي، لذلك ظهرت أساليب ونماذج تعليمية جديدة لمواجهة تلك التحديات على المستوى العالمي (مثل التعليم الإلكتروني (E-learning) ليساعد الفرد على التعلم في المكان الذي يريده وفي الوقت الذي يفضلته دون الالتزام بالحضور إلى قاعات الدراسة في أوقات محددة.

وشهد العصر الحالي تطوراً كبيراً في خصائص ووظائف العديد من المستحدثات التكنولوجية حيث أصبحت هذه المستحدثات أداة رئيسية في العملية التعليمية نجم عنها ظهور وتطور أنماطاً جديدة أكثر تفاعلية وتشاركية واجتماعية تلقى على عاتق التربية مهمة إعداد جيل قادر على التعامل مع مستحدثات هذا العصر. وانطلاقاً من وجود العديد من التحديات التي يواجهها التعليم في مصر، يرى المهتمون بالتعليم أن استخدام التكنولوجيا الحديثة يساعد على توصيل المادة التعليمية وتوضيح معانيها، بل ويساعد على بقاء أثر التعلم (٣٠: ٨).

وقد تأثرت العملية التعليمية بتحديات مجتمع المعلومات والتقدم الكبير في التكنولوجيا الرقمية وانتشار بيئات التعلم الإلكترونية، كل هذه العوامل أثرت في عمليتي التعليم والتعلم في جميع مراحلها، المستمر بصفة خاصة، ونظراً للتطورات التكنولوجية والإبتكارات الحديثة فقد بدأ التركيز يتحول من التعلم في الصف الدراسي إلى التعلم الفردي أو التعلم عبر الشبكات والتعلم الإلكتروني-E-Learning، لتشجيع الدراسة المستقلة والتعلم مدى الحياة عن طريق توظيف العديد من الأدوات والمستحدثات التكنولوجية

ويشير كل من محمد سعد زغول ومصطفى السايح (٢٠٠٤م) إلى أن التطور العلمي أضاف الكثير من تكنولوجيا التعليم الحديثة التي يمكن للمعلم الاستفادة منها في تهيئة مجالات الخبرة للدارسين حتي يتم إعدادهم بدرجة عالية من الكفاءة لدراسة هذه التكنولوجيا



Research summary (English)

The effect of electronic knowledge in a flipped learning environment on learning the skills of serving from above - smashing in volleyball for female students of the

College of Physical Education

Developing the educational process is one of the important matters that preoccupied educators with their various affiliations and made them search for the issue of the best ways and means to confront this cognitive and technological development. Therefore, new educational methods and models have emerged to confront these challenges at the global level, such as (E-learning) to help the individual learn. In the place he wants and at the time he prefers, without the obligation to come to the classroom at specific times.

The current era has witnessed a great development in the characteristics and functions of many technological innovations, as these innovations have become a major tool in the educational process, resulting in the emergence and development of new patterns. Education is more interactive, participatory, and social. Education is tasked with preparing a generation capable of dealing with the innovations of this era. Based on the many challenges that education faces in Egypt, those interested in education believe that the use of modern technology helps to deliver the educational material and clarify its meanings, and even helps to maintain the impact of learning. (٨:٣٠)

The educational process has been affected by the challenges of the information society, the great progress in digital technology, and the spread of electronic learning environments. All of these factors have affected the teaching and learning processes at all stages, continuous in particular. Due to technological developments and modern innovations, the focus has begun to shift from learning in the classroom to individual learning. Or learning via networks and e-learning To encourage independent study and lifelong learning by employing many technological tools and innovations

Muhammad Saad Zaghloul and Mustafa Al-Sayeh (٢٠٠٤ AD) point out that scientific development has added a lot of modern educational technology that the teacher can benefit from in preparing areas of expertise for students so that they are prepared with a high degree of competence to study this technology.



أسم الباحثة	راندا شوقي سيد
عنوان البحث	تصميم وسيلة إلكترونية (Gloves Elctronc) وتأثيرها على تعلم مهارة الإرسال في الريشة الطائرة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/١٤

ملخص البحث (عربي)

قامت الباحثة بدراسة بعنوان تصميم وسيلة إلكترونية (Gloves Elctronc) وتأثيرها على تعلم مهارة الإرسال في الريشة الطائرة و يهدف البحث إلى تصميم وسيلة إلكترونية وفعاليتها في تعلم مهارة (الإرسال) في الريشة الطائرة .منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين إحداهما ضابطة والأخري تجريبية.

مجتمع وعينة البحث:

تم إختيار مجتمع البحث بطريقة عمدية من طالبات تخصص ألعاب المضرب (الفرقة الثالثة والفرقة الرابعة) بكلية التربية الرياضية بنات- جامعة الزقازيق والمقيدون للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢١ م والبالغ عددهم (٢٣٨) طالبة بنسبة مئوية قدرها ١٠٠% ، وتم إختيار عينة البحث والبالغ قوامها (٢٢) طالبة -، وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات القياسات القبليّة والبعدية لعينة البحث التجريبية والضابطة في البرنامج التعليمي الدعم بالوسيلة الإلكترونية ولصالح القياسات البعدية. واسفرت اهم النتائج

-يؤثر البرنامج التعليمي بإستخدام القفاز الإلكتروني تأثيرا إيجابيا علي تنمية الإرسال في الريشة الطائرة لدي طالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق.

-أن البرنامج التعليمي يساعد الطالبات علي حل بعض الصعوبات التي تواجههم أثناء أداء المهارة قيد البحث.

-إستخدام وسيلة القفاز الإلكتروني المصمم من قبل عضو هيئة التدريس حققت أعلي نتائج في تعلم مهارة (الإرسال) في الريشة الطائرة لطالبات المجموعة التجريبية



Research summary (English)

Designing an electronic device (Electronic Gloves) and its impact on learning the skill of serving in badminton

The researcher conducted a study entitled Designing an Electronic Gloves (Electronic Gloves) and its impact on learning the skill of serving in badminton.

The research aims to design an electronic method and its effectiveness in learning the skill (serving) in badminton. Research methodology:

The researcher used the experimental method using an experimental design with two groups, one control and the other experimental.

Research population and sample:

The research population was chosen intentionally from female students majoring in tennis (third year and fourth year) at the Faculty of Physical Education for Girls - Zagazig University, who are enrolled for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD, and they number (٢٣٨) students, with a percentage of ١٠٠%. The research sample was chosen, which is (٢٢) Female student - There are statistically significant differences between the averages of the pre- and post-measurements for the experimental and control research sample in the educational program support by electronic means and in favor of the post-measurements. The most important results resulted

The educational program using the electronic glove has a positive impact on the development of the badminton serve among female students of the Faculty of Physical Education, Girls, Zagazig University.

- The educational program helps students solve some of the difficulties they face while performing the skill under study.

Using the electronic glove designed by a faculty member achieved the highest results in learning the skill (serving) in badminton for the students of the experimental group.



أسم الباحثة	هاني عبد العزيز + رويدا صالح احمد
عنوان البحث	تصميم نموذج لتقييم مهارة السقوط الجانبي والخلفي في الرقص الابتكاري الحديث وفق التحليل الكيفي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٩/٦

ملخص البحث (عربي)

تهدف هذه الدراسة إلى تصميم نموذج مقترح لتقييم مهارة السقوط الجانبي والخلفي في الرقص الابتكاري الحديث وفق نموذج جانجستيد وبيفريدج للتحليل الكيفي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد، وتكونت عينة الدراسة من أساتذة كلية التربية الرياضية في الوطن العربي وعددهم (٦) أساتذة في تخصص التعبير الحركي لتحديد محاور استمارة التقييم واستخراج معامل الصدق، كما تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بالطريقة العمدية من طالبات الفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية بنين - بنات ببورسعيد، واشتملت العينة على (٥) طالبات لاستخراج معامل الثبات لاستمارة التقييم وتم استخدام الوسائل التالية لجمع البيانات تحليل المحتوى وتوصيف الأداء للمهارة قيد الدراسة باستخدام نموذج جانجستيد وبيفريدج، وتصنيف الأخطاء الشائعة للمهارة قيد الدراسة باستخدام نموذج هاي وريد، وكانت من أهم النتائج الوقوف على الخصائص الفنية لمهارة السقوط الجانبي في الرقص الابتكاري الحديث وتحديد الأخطاء الشائعة لمهارة السقوط الجانبي في الرقص الابتكاري الحديث وصلاحيه استمارة تقييم مهارة السقوط الجانبي في الرقص الابتكاري الحديث وفق نموذج جانجستيد وبيفريدج للتحليل الكيفي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد، ومن أهم التوصيات الاهتمام بتطبيق النموذج المقترح لتقييم مهارة السقوط الجانبي في الرقص الابتكاري الحديث وفق نموذج جانجستيد وبيفريدج للتحليل الكيفي لطالبات كلية التربية الرياضية ببورسعيد والتي تمكن المعلمة/المدربة من سرعة اكتشاف الأخطاء الحركية للمهارات الحركية الأساسية والتي تساعدها في سرعة تعليم المهارات الحركية الخاصة بالرقص الحديث



Research summary (English)

Designing a model to evaluate the skill of sideways and backward falling in modern innovative dance according to qualitative analysis for female students of the Faculty of Physical Education in Port Said.

This study aims to design a proposed model to evaluate the skill of sideways and backward falling in modern innovative dance according to the Gangstead and Beveridge model for qualitative analysis for female students of the Faculty of Physical Education in Port Said. The study sample consisted of (٦) professors in the Faculty of Physical Education in the Arab world in the specialty of motor expression to determine the axes. Evaluation form and extracting the validity coefficient. The basic study sample was chosen intentionally from fourth-year female students at the College of Physical Education for Boys - Girls in Port Said. The sample included (٥) female students to extract the reliability coefficient for the evaluation form. Evaluation: The following methods were used to collect data: content analysis and performance description of the skill under study using the Gangstead and Beveridge model, and classification of common errors for the skill under study using the Hay and Reid model. One of the most important results was identifying the technical characteristics of the side-falling skill in modern innovative dance and identifying common errors of the falling skill. Lateral fall in modern innovative dance and the validity of the form for evaluating the skill of lateral falling in modern innovative dance according to the Gangstead and Beveridge model for qualitative analysis for female students of the Faculty of Physical Education in Port Said.

One of the most important recommendations is to pay attention to applying the proposed model to evaluate the skill of lateral falling in modern innovative dance according to the Gangstead and Beveridge model for qualitative analysis for female students of the Faculty of Physical Education in Port Said, which enables the teacher/trainer to quickly discover motor errors in basic motor skills, which helps her in quickly teaching the motor skills of modern dance.



أسم الباحثة	هشام عزب عبد العزيز+احمد محمد محمد عبدالل
عنوان البحث	فاعلية إستراتيجية التعلم للإتقان المدعمة إلكترونيا على تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الإعدادية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٠/١٧

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث الى التعرف على فاعلية برنامج تعليمي بإستخدام إستراتيجية التعلم للإتقان المدعمة إلكترونيا علي تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة لتلاميذ المرحلة الإعدادية، وأحتوت البرمجية التعليمية المستخدمة في البحث على الأجزاء النظرية والعملية الخاصة بمهارات التمرير من أعلى وإستقبال الارسال والارسال من أسفل في الكرة الطائرة، تعرض على الوسيلة التكنولوجية سواء الهاتف النقال أو اللاب توب بهدف توصيل المحتوي التعليمي قيد البحث، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة، وقد بلغ حجم العينة الأساسية (٣٠) تلميذ مقسمين إلى مجموعتين احدهما تجريبية وقوامها (١٥) تلميذ والأخرى ضابطة وقوامها (١٥) تلميذ ، وقد أشارت نتائج البحث الى تفوق المجموعة التجريبية التي تم التدريس لها بإستخدام إستراتيجية التعلم للإتقان المدعمة إلكترونيا على مستوى تعلم بعض مهارات الكرة الطائرة وإختبار التحصيل المعرفي قيد البحث على المجموعة الضابطة التي تم التدريس لها بالاسلوب التقليدي المتبع في عملية التعلم.

ويوصى الباحثان بإستخدام إستراتيجية التعلم للإتقان المدعمة إلكترونيا في العملية التعليمية، وكذلك تشجيع وتوعية المعلمين على الإستفادة من الإستراتيجيات الحديثة وخاصة إستراتيجية التعلم للإتقان والإهتمام بتدريب المعلمين على إستخدامه



Research summary (English)

The effectiveness of the electronically supported mastery learning strategy on learning some volleyball skills for middle school students

The research aims to identify the effectiveness of an educational program using the electronically supported mastery learning strategy in learning some volleyball skills for middle school students. The educational software used in the research contained theoretical and practical parts related to the skills of passing from above, receiving the serve, and serving from below in volleyball. The technological means, whether mobile phone or laptop, with the aim of delivering the educational content under study. The researchers used the experimental approach using an experimental design for two groups, one experimental and the other control. The size of the basic sample was (٣٠) students divided into two groups, one experimental and consisting of (١٥) students and the other control. It consists of (١٥) students. The results of the research indicated that the experimental group that was taught using the electronically supported mastery learning strategy was superior at the level of learning some volleyball skills and the cognitive achievement test under study over the control group that was taught using the traditional method followed in the learning process.

The researchers recommend using the electronically supported mastery learning strategy in the educational process, as well as encouraging and educating teachers to benefit from modern strategies, especially the mastery learning strategy, and paying attention to training teachers to use it.



أسم الباحثة	حسام كمال الدين محمود
عنوان البحث	فاعلية برنامج تدريبي مقترح باستخدام اداة D pro ٤ على بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقوى لمتسابقى دفع الجلة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٩/٢٨

ملخص البحث (عربي)

استهدف التعرف على تأثير برنامج تدريبي باستخدام اداة D pro ٤ على بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقوى لمتسابقى دفع الجلة من خلال معرفة:

- تأثير تدريبات اداة D pro ٤ على بعض المتغيرات البدنية لمتسابقى دفع الجلة
- تأثير تدريبات اداة D pro ٤ على المستوى الرقوى لمتسابقى دفع الجلة

أستخدم الباحث المنهج التجريبي تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئي دفع الجلة مرحلة تحت ١٨ سنة المقيدين بمنطقة الدقهلية والمسجلين بالاتحاد المصرى لألعاب القوى موسم ٢٠٢٢/٢٠٢١ ، ويتدربون بمركز شباب السنبلأوين وقد بلغ إجمالي عدد أفراد عينة البحث (١٤) ناشئاً ، وقام الباحث بإختيار عدد (٥) ناشئين بالطريقة العشوائية للدراسة الاستطلاعية من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية ، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية قوامها (٩) ناشئين دفع الجلة تحت ١٨ سنة.

ومن أدوات البحث: الاختبارات البدنية الخاصة - قياس المستوى الرقوى لمسابقة دفع الجلة- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام تدريبات d pro.٤

المعالجات الإحصائية: المتوسط الحسابى - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الالتواء - معامل الارتباط البسيط - إختبار "ت" ومن أهم النتائج:

- البرنامج التدريبي المقترح بأستخدام تدريبات d pro ٤ له تاثير واضح فى نسب التحسن (الاختبارات البدنية) أختبار دفع جلة من الثبات زنة ٤كجم وكانت نسبة التحسن (١٣,٤٠ %)
- أختبار رمى جلة ٤كجم بالزراعين من الخلف وكانت نسبة التحس (١٢,٠٧%) أختبار الوثب العريض من وكانت نسبة التحس (٢٠,٢٠%) أختبار عدو ٣٠متر من البدء المنخفض وكانت نسبة التحسن (١٥,٠٦%) أختبار أداء ثلاث حجلات على قدم وكانت نسبة التحسن (١٣,٥٨%) أختبار ثني الجذع من الوقوف وكانت نسبة التحسن (٣٨,٢٩%) ، المستوى الرقوى لمسابقة دفع الجلة تحسن بنسبة (٨,٤٣%)



Research summary (English)

The effectiveness of a proposed training program using the 4D Pro tool on some physical variables and the digital level of shot put competitors

It aimed to identify the effect of a training program using the 4D Pro tool on some physical variables and the digital level of shot put competitors by knowing:

- The effect of 4D Pro training on some physical variables for shot put competitors
- The effect of 4D Pro training on the digital level of shot put competitors

The researcher used the experimental method. The research sample was chosen intentionally from shot put juniors at the under-18 stage who are registered in the Dakahlia region and registered with the Egyptian Athletics Federation for the 2021/2022 season, and are training at the Sinbillawin Youth Center. The total number of members of the research sample reached (14) juniors, and the researcher selected a number (8) Juniors were randomly selected in the exploratory study from the research community and outside the basic research sample. Thus, the basic research sample became (6) junior shot putters under 18 years of age. Research tools include: special physical tests - measuring the digital level of the shot put competition - the proposed training program using 4D Pro exercises.

Statistical treatments: arithmetic mean - standard deviation - median - skewness coefficient - simple correlation coefficient - t-test

Among the most important results:

The proposed training program using 4D Pro exercises has a clear effect on the improvement rates (physical tests): a 4-kg shot put test, and the improvement rate was (13,4%). A 4 kg shot put test with the arms from behind, and the improvement percentage was (12,0%). The broad jump test, and the improvement percentage was (20,2%). The 30 meter sprint test from a low start, and the improvement percentage was (10,6%). The three hopscotch performance test on foot, the improvement percentage was (13,0%). The standing torso flexion test, and the improvement rate was (38,2%). The digital level for the shot put competition improved by (8,4%).



أسم الباحثة	هبة فتحي السيد محمد الشيخ
عنوان البحث	مستوي التصور العقلي وحالة التدفق النفسي لدي ناشئ الكرة الطائرة "
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٠/١٩

ملخص البحث (عربي)

في غضون السنوات القليلة الماضية ازداد الوعي بين الرياضيين والمدربين بأهمية العامل النفسي ودوره الفعال في الإعداد المتوازن والشامل للاعب للمنافسات الرياضية حيث أصبحت المهارات النفسية عاملاً أساسياً بالنسبة للرياضي ، حيث أنها تؤثر تأثيراً كبيراً على أدائه سواء في التدريب أو المنافسات لذلك يجب الاهتمام بالإعداد النفسي الجيد للاعب ، وأصبح للإعداد النفسي دورة فعال في عملية الإعداد الشامل ، والمتوازن للمنافسات الرياضية الذي يحقق أقصى مستويات الأداء الرياضي ، حيث يعتبر علم النفس من أهم العلوم التي ترتبط بالأنشطة الرياضية وذلك لأنه يساعد على حل الكثير من المشكلات ذات العلاقة بالأداء المهارى خلال عملية التدريب أو المنافسات الرياضية.

يتميز بمواقفة المتعددة والمتغيرة سواء أثناء عمليات التعليم والتدريب أو المنافسات ، ولا شك أن هذه المواقف لها تأثير على سلوك الفرد الأمر الذي يجعلنا لا نستطيع النظر إلى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف التي تمر بها (١٣٩ : ٦).

ويلاحظ متابعي الكرة الطائرة تزايد حدة المنافسة ، فأصبح التحضير الذهني وتدريب المهارات العقلية يشكلان جزءاً رئيسياً وهاماً في محتوى برنامج التدريب الرياضي في الكرة الطائرة ، ويرى الكثير من الباحثين علي أنه يجب التعامل مع الرياضي علي أنه وحدة بيولوجية ، اجتماعية ونفسية ، ويعرف علم النفس المعرفي بعلم النفس الإدراكي ، وهو مجال فرعي من علم النفس ، حيث يهتم بدراسة كيف يقوم الفرد بالتفكير ، الإدراك ، التذكر ، التصور ، وغيرها من العمليات العقلية ، حيث أشارت عدة دراسات علمية من بينها دراسة (Athan, ٢٠١٣) والتي توصل من خلالها إلي أن التصور العقلي كمهارة نفسية ذو أهمية



Research summary (English)

The level of mental perception and the state of psychological flow among young volleyball players.

Over the past few years, awareness has increased among athletes and coaches of the importance of the psychological factor and its effective role in the balanced and comprehensive preparation of the player for sports competitions. Psychological skills have become an essential factor for the athlete, as they have a significant impact on his performance, whether in training or competitions. Therefore, attention must be paid to the good psychological preparation of the player. Psychological preparation has become an effective role in the process of comprehensive and balanced preparation for sports competitions that achieve the maximum levels of sports performance. Psychology is considered one of the most important sciences related to sports activities because it helps solve many problems related to skill performance during the training process or sports competitions. He is characterized by his multiple and changing attitudes, whether during the education and training processes or competitions. There is no doubt that these attitudes have an impact on the behavior of the individual, which makes us unable to look at the personality as if it were independent of the situations it experiences. (٦: ١٣٩)

Volleyball followers notice the increasing intensity of competition. Mental preparation and training of mental skills have become a major and important part of the content of the sports training program in volleyball. Many researchers believe that the athlete must be treated as a biological, social and psychological unit. Cognitive psychology is known as the science of Cognitive psychology, which is a sub-field of psychology, is concerned with studying how an individual thinks, perceives, remembers, visualizes,

And consider it a mental process, as several scientific studies have indicated, including the study (Athan, ٢٠١٣), through which it was concluded that mental perception as a psychological skill is of importance.



أسم الباحثة	منى ابو هاشم محمد عبد السميع
عنوان البحث	تصوير مقترح لرفع ثقافة الترويح الرياضي لشباب الجامعات المصرية في ضوء مستويات المشاركة الترويحية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٤

ملخص البحث (عربي)

يولد الإنسان في بيئة لها تقاليد وعقائد مادية وأدبية وعلاقات اجتماعية تقوم بتشكيله وصبغة بطابعها المميز بحيث تكون لديه عبر مراحل حياتها الهوية لمجتمعه من خلال التنشئة الاجتماعية التي تتم عن طريق الأسرة، ولا نستطيع أن نغفل أن التغيرات الاجتماعية والثقافية التي تحدث في المجتمع تؤثر في هذه الهوية، فإما أن تغير معالمها وإما أن تبقىها على حالها أو تغير البعض منها وقد تحدث التغيرات نتيجة امتزاج ثقافي بين ما هو موجود في الثقافة وما هو وافد من عناصر ثقافية أخرى. والأنشطة الترويحية بصورها المختلفة تعود على الفرد بالعديد من الفوائد البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وتساعد الفرد على إشباع الحاجات النفسية وإتاحة الفرصة لاكتساب خبرات تعليمية وتربوية ، وهذه الأنشطة تعيد الفرد المرهق بدنياً وعقلياً ونفسياً إلى حالته الطبيعية ، فالانتظام في ممارسة الأنشطة يؤدي إلى تقليل مستوى القلق والإحباط فهي لها تأثير على تطوير شخصية الفرد فهي مجددة للنشاط ومن خلال هذه الممارسة ينتاب الفرد الشعور بالسعادة والسرور والرضا من خلال عمل الباحثة كعضو هيئة تدريس بإحدى الجامعات المصرية لاحظت انه برغم من اهتمام المسؤولين بالجامعات المصرية بالأنشطة الترويحية وذلك لأهمية هذا النشاط وقيمه التربوية والمادية الفعالة لتحقيق الاهداف الرياضية إلا ان مستوى المشاركين لم يرقى الي المستوى المطلوب ، وذلك نتيجة وجود بعض المدركات الخاطئة المتعلقة بممارسه الأنشطة الترويحية الرياضية والنظر اليها انها مضيعة للوقت مما يجعل الأنشطة الترويحية لا تمارس بدرجة كبيرة وذلك يجب الاهتمام بالمشارك واكسابه قدرا من الثقافة التي يشملها الترويح والرياضة ، فهي هدف رئيسي للتربية في الدول المتقدمة والثقافة الترويحية مكون هام من مكونات الثقافة العامة ، ونظرا لأهمية وعي الافراد للثقافة الترويحية وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو الممارسة للأنشطة الرياضية



Research summary (English)

A proposal to raise the culture of sports recreation for Egyptian university youth in light of the levels of recreational participation

A person is born in an environment that has traditions, material and literary beliefs, and social relations that form and imbue it with its distinctive character, so that throughout the stages of his life he has an identity for his society through socialization that takes place through the family. We cannot ignore that the social and cultural changes that occur in society affect this identity, either changing its features or maintaining it. As it is or some of it has changed, changes may occur as a result of cultural mixing between what exists in the culture and what is imported from other cultural elements. Recreational activities in their various forms bring many physical, psychological, mental and social benefits to the individual and help the individual satisfy psychological needs and provide the opportunity to gain educational and pedagogical experiences. These activities return the physically, mentally and psychologically exhausted individual to his normal state. Regularity in practicing activities leads to reducing the level of anxiety and frustration. It has an impact on the development of the individual's personality, as it rejuvenates energy, and through this practice the individual feels happy, pleased, and satisfied

Through the researcher's work as a faculty member at one of the Egyptian universities, she noticed that despite the interest of officials in Egyptian universities in recreational activities, due to the importance and value of this activity Effective educational and material means to achieve sports goals. However, the level of the participants did not rise to the required level, as a result of some wrong perceptions related to the practice of recreational sports activities and viewing them as a waste of time, which makes recreational activities not practiced to a large extent. Therefore, attention must be given to the participant and he must be given a measure of the culture that is included in recreation and sports, as it is a main goal of education in In developed countries, recreational culture is an important component of general culture, and given the importance of individuals' awareness of recreational culture and developing positive attitudes towards practicing sporting activities



أسم الباحثة	الاء مرزوق فتحي مرزوق
عنوان البحث	تأثير تدريبات القوة الوظيفية لعضلات الطرف السفلي علي تحسين مستوي اداء الركلات المزدوجة لناشئ الكونغ فو
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٢/٢٧

ملخص البحث (عربي)

يستهدف الاعداد المهاري للاعبين تعليم وتطوير وصقل واتقان وتنشيت المهارات الحركية التي يمكن استخدامها في المنافسات الرياضية لتحقيق أعلى الانجازات الرياضية.رياضة "الكونغ فو" هي فن الدفاع عن النفس باستخدام اليدين والرجلين وفقاً لأسس وقواعد دولية متعارف عليها . وتنقسم إلي التاولو (الأساليب) وهو الشق الاستعراضي و(الساندا) الشق القتالي وهي منزلة بين لاعبين متساويين في السن والوزن وتكون من جولتين يحاول كل لاعب تنفيذ خطته الهجومية والدفاعية على المناطق المصرح فيها الهجوم للحصول على اكبر عدد من النقاط في حدود زمن المباراة .(٢٥ص:١٣).

يذكر علاوي (٢٠٠١) ان البرامج التدريبية الوسيلة الفعالة لضمان التقدم الدائم بمستوى اللاعبين من خلال تنفيذ البرامج بأسلوب يقوم علي الاسس العلمية لتحقيق الاهداف المرجوة ويعتمد علي التخطيط الجيد لبرنامج التدريب علي عدة نقاط اساسية هي تحديد الاهداف المراد تحقيقها ومن ثم تحديد المحتوى التدريبي والطرق و الاساليب التي تستخدم في تنفيذها بالاضافه الي تحديد جدول زمني في تنفيذ كل مرحلة من مراحل التدريب لذا يجب ان يرتبط التخطيط بعمليات التقييم والتعرف علي مدي النجاح و الفشل ودراسة مختلف النتائج التي تسفر عنها عملية التخطيط المتمثلة في الاختبارات التي تقي بمتطلبات النشاط التخصصي وخاصة تلك التي تقيس القدرات البدنية والمهارية والوظيفية مما يساعد علي التأكد من سير البرنامج في تحقيق الهدف المراد الوصول اليه .(١٠:ص ٢٨٥،٢٨٦).



Research summary (English)

The effect of functional strength training for the lower limb muscles on improving the performance level of double kicks for beginners of Kung Fu

The skill preparation of players aims to teach, develop, refine, master and consolidate motor skills that can be used in sports competitions to achieve the highest sporting achievements. "Kung Fu" is the art of self-defense using the hands and feet in accordance with recognized international principles and rules. It is divided into taolu (methods), which is the exhibition part, and (sanda), the combat part, which is a fight between players of equal age and weight. It consists of two rounds. Each player tries to implement his offensive and defensive plans in the areas where the attack is authorized, in order to obtain the largest number of points within the time limit of the match. (٢٥ p. ١٣).

Allawi (٢٠٠١) states that training programs are an effective means to ensure permanent progress in the level of players through implementing programs in a manner based on scientific foundations to achieve the desired goals and depends on good planning of the training program on several basic points, which are defining the goals to be achieved and then determining the training content, methods and methods. Which are used in its implementation, in addition to setting a timetable for implementing each stage of training. Therefore, planning must be linked to evaluation processes, identifying the extent of success and failure, and studying the various results that result from the planning process, represented by tests that meet the requirements of specialized activity, especially those that measure capabilities. Physical, skill and functional skills, which helps ensure that the program is progressing in achieving the desired goal. (: ١٠, p. ٢٨٦, ٢٨٥)



أسم الباحثة	محمود علي متولي علي
عنوان البحث	تأثير تطوير تحركات القدمين على فعالية المتابعة الهجومية لناشئي الكوميتيه فى رياضة الكاراتيه
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٠/٢

ملخص البحث (عربي)

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير تطوير تحركات القدمين على فعالية المتابعة الهجومية لناشئي الكوميتيه فى رياضة الكاراتيه، وقد استخدم الباحث المنهج التجريبي علي عينة من لاعبي منطقة الشرقية للكاراتيه في المرحلة السنية تحت ١٦ سنة واشتملت العينة على (١٨) لاعباً تم تقسيمهم إلى مجموعة أساسية (١٠) لاعبين، كما استعان الباحث بعدد (٨) لاعبا من خارج عينة البحث الأساسية ومن نفس مجتمع البحث لإجراء التجربة الاستطلاعية والمعاملات العلمية للاختبارات والمقاييس قيد البحث، وقد استخدم الباحث التصميم التجريبي بتصميم مجموعة تجريبية بطريقة القياس (القبلي ، البعدي) وكانت أهم النتائج أن أثر البرنامج التدريبي المقترح لتطوير تحركات القدمين والمتابعة الهجومية الخاطفة والمتابعة الهجومية المضادة تأثّر إيجابياً فى نسب التحسن بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية قيد الدراسة فى متغيرات {المتابعة الهجومية الخاطفة للتركيب الهجومي (كيزامي زكي - جياكو زوكي) - المتابعة الهجومية الخاطفة علي (مهارة كيزامي مواشي جيري) - المتابعة الهجومية المضادة (كيزامي أورا مواشي جيري) } بنسب متفاوتة حيث تراوحت نسبة التحسن الي ما بين (٤٨,٢٨ % ، ٥١,٩١ %)



Research summary (English)

The effect of developing footwork on the effectiveness of offensive follow-up for junior kumite in karate

This study aims to identify the effect of developing footwork on the effectiveness of offensive follow-up for junior kumite players in the sport of karate. The researcher used the experimental method on a sample of players from the Eastern Region of Karate in the age group under 16 years of age. The sample included (16) players who were divided into a basic group (10) players. The researcher also used a number of (6) players from outside the basic research sample and from the same research community to conduct the exploratory experiment and scientific transactions

For the tests and measurements under research, the researcher used the experimental design by designing an experimental group using the method of measurement (pre- and post-measurement). The most important results were that the effect of the proposed training program for developing foot movements, blitz attack follow-up, and counter-attack follow-up had a positive impact on the improvement rates between the pre- and post-measurements for the experimental group under study. In the variables of: the lightning attack follow-up of the offensive structure (Kizami Zuki - Giako Zuki) - the lightning attack follow-up on (Kizami Mawashi Jiri's skill) - the counter-attack follow-up (Kizami Ura Mawashi Jiri) {with varying percentages, as the improvement rate ranged between (48,28%), 51,91%}



أسم الباحثة	محمود مهدي عبد الفتاح
عنوان البحث	فاعلية التدريب المركب على بعض القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لرفعة الخطف في رياضة رفع الأثقال
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١١/١٣

ملخص البحث (عربي)

تهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير استخدام التدريب المركب في تطوير مهارة الخطف للاعبين رفع الأثقال ، تم استخدام المنهج التجريبي ذو التصميم التجريبي لمجموعة تجريبية واحدة بطريقة القياس (القبلي - البعدي) ، ولقد اختيرت عينة البحث بالطريقة العمدية ممثلة في عدد (١٢) ناشئ بنادى الشبان المسلمين بالقازيق (محافظة الشرقية) لعام ٢٠٢٢ ، تم تطبيق البرنامج التدريبي المقترح باستخدام التدريب المركب لمدة (١٠) اسابيع تدريبية بواقع (٣) وحدات تدريبية في الأسبوع وقد كانت المتغيرات البدنية قيد الدراسة (القوة القصوى الثابتة - القوة الحركية - القوة المميزة بالسرعة - المرونة - التوازن - الرشاقة) و المتغير المهاري مهارة الخطف ، و قد كانت المعاملات الإحصائية المستخدمة (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط - اختبار (ت)).

أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في كل من الإختبارات البدنية و المهارية - قيد الدراسة - والتي يعزوها الباحث الي إستخدام تدريبات التدريب المركب في البرنامج التدريبي المقترح ، ويوصي الباحث بضرورة الإتجاه لإستخدام التدريب المركب في برامج التدريب الخاصة برفع الأثقال



Research summary (English)

The effectiveness of complex training on some special physical abilities and the digital level of the snatch in weightlifting

The study aims to identify the effect of using complex training in developing the snatch skill of weightlifters. An experimental approach with an experimental design was used for one experimental group using the (pre-post) measurement method. The research sample was chosen intentionally, represented by (١٢) juniors in the youth club. Muslims in Zagazig (Sharqia Governorate) for the year ٢٠٢٢. The proposed training program was applied using complex training for a period of (١٠) training weeks at (٣) training units per week. The physical variables were being studied (maximum static strength - motor strength - strength characterized by speed - flexibility). – Balance – agility) and the skill variable is snatch skill. The statistical coefficients used were (arithmetic mean - standard deviation - correlation coefficient - t-test).

The results of the study resulted in statistically significant differences at the level of (٠,٠٥) between the pre- and post-measurements in favor of the post-measurement in both the physical and skill tests - under study - which the researcher attributes to the use of complex training exercises in the proposed training program, and the researcher recommends the need to move towards using Compound training in weightlifting training programs.



أسم الباحثة	مروان مصطفى عبد المجيد عطية
عنوان البحث	تأثير التدريبات المتوازية في تحسين القدرات البدنية الخاصة ومستوى اداء الجمل الحركية سوبر انبى (كاتا) لناشئى الكاراتيه
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٢/٢٧

ملخص البحث (عربي)

تأثير أستخدم التدريب المتوازي في تطوير القدرات البدنية الخاصة ومستوي أداء الجملة الحركية سوبر انبى لناشئى الكاراتيه
يهدف البحث الي تحسين مستوي أداء الجملة الحركية سوبر انبى من خلال:

-تصميم برنامج تدريبي باستخدام اسلوب التدريب المتوازي

-تأثير البرنامج التدريبي المقترح باستخدام اسلوب المتوازي علي مستوي القدرات البدنية الخاصة

-تأثير البرنامج التدريب المقترح باستخدام اسلوب التدريب المتوازي علي مستوي أداء الجملة الحركية سوبر انبى

استخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعة تجريبية واحدة فقط عن طريق القياسين القبلي والبعدي وذلك لملائمة هذا المنهج لطبيعة وأجراءات الدراسة قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية وما تضمنه من قياسات قبلية وقياسات بعدية عقب الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي بصالة الدفاع عن النفس بنادى الصفا الرياضى ، تم إجراء القياسات قبلية لمتغيرات الدراسة خلال الفترة من ٨ / ١ / ٢٠٢١ الي ٩ / ١ / ٢٠٢١ وتم تنفيذ الدراسة الأساسية للدراسة خلال الفترة من ١٥ / ١ / ٢٠٢١ الي ١١ / ٣ / ٢٠٢١ بواقع ٨ اسابيع وتم إجراء القياسات البعدية عقب الانتهاء من تنفيذ الوحدة رقم ٤٠ من البرنامج التدريبي المقترح خلال الفترة من ١٢ / ٣ / ٢٠٢١ ألي ١٤ / ٣ / ٢٠٢١ بواقع ٤ ايام تم اختيار اللاعبين بالاتحاد المصري للكاراتيه - منطقة اسكندرية) تخصص مسابقة القتال الوهمي كاتا بنين (KATA بلغ مجتمع عينة البحث (٢٢) لاعب تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من ناشئى رياضة الكاراتيه تخصص مسابقة القتال الوهمي



Research summary (English)

The effect of parallel exercises in improving the special physical abilities and the level of performance of the Super Enbi (Kata) movement sentences for junior

karatekas

The effect of using balanced training in developing special physical abilities and the performance level of the Super Enppi motor sentence for junior karatekas

The research aims to improve the level of performance of the Super Enppi motor sentence through:

- Design a training program using the parallel training method
- The effect of the proposed training program using the Mutazian method on the level of special physical abilities
- The effect of the proposed training program using the parallel training method on the level of performance of the motor sentence Super Enbi

The researcher used the experimental method using only one experimental group through pre- and post-measurements in order to suit this approach to the nature and procedures of the study. The researcher applied the basic study and the pre- and post-measurements it included. After completing the application of the training program in the self-defense hall at Al-Safa Sports Club, the measurements were conducted. The pre-test variables of the study during the period from ١/٨/٢٠٢١ to ١/٩/٢٠٢١. The basic study for the study was carried out during the period from ١/١٥/٢٠٢١ to ٣/١١/٢٠٢١, for ٨ weeks, and the post-test measurements were carried out after the completion of the implementation of Unit No. ٤٠. From the proposed training program during the period from ٣/١٢/٢٠٢١ to ٣/١٤/٢٠٢١

Within ٤ days, the players were selected in the Egyptian Karate Federation - Alexandria region (specializing in the mock fighting competition, kata for boys). The research sample population reached (٢٢) players. The study sample was chosen intentionally from the origins of the sport of karate, specializing in the mock fighting competition.



أسم الباحثة	رامي محمد محمد مبارك
عنوان البحث	الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة وعلاقتها بالمهارات التدريسية لدى الطالب المعلم بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٢/٢٩

ملخص البحث (عربي)

الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة وعلاقتها بالمهارات التدريسية لدى الطالب المعلم بكلية التربية الرياضية جامعة المنصورة حيث تهتمُّ الدولُ المتقدمةُ في عصرنا الحاضر برعاية أبنائها من الطلاب الذين يُعدون خياراً استراتيجياً تعمل الدولُ على استثمارهم وإعدادهم لِيُسهموا في تحقيق التنمية المستدامة لتلك الدول من خلال تنظيم طاقاتهم البشرية المثمرة في شتى العلوم والمعارف لتكون القوة الدافعة لتقدم المجتمعات ورفيها، وإن رعايتهم وتقديم الخدمات التربوية المناسبة لهم عامل من العوامل المساندة لتنمية القدرة الذاتية وتطوير أدائهم الأكاديمي، تتميز المرحلة الجامعية بأنها مرحلة الاستقلال الذاتي للطلاب من خلال

ضرورة تطوير الكفاءة الذاتية المدركة لدى الطلاب من أجل بناء جيل متطور، وذي تحصيل مرتفع، يمتلك درجة عالية من الكفاءة، ويكون قادراً على التكيف مع التطور السريع وتطوير سبل استئثاره، دافعية التعلم لدى الطلاب كونها منبئاً جيداً عن مستوى التحصيل وارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية بالإضافة إلى وضع الطلاب خلال تدريبهم أمام خبرات ومواقف سلوكية تساعد على رفع مستوى الكفاءة الذاتية المدركة لديهم وتدريبهم الاعتماد على أنفسهم من خلال إكسابهم المهارات المساعدة لهم في السيطرة على عوامل النجاح في مهامهم اللاحقة.



Research summary (English)

Perceived academic self-efficacy and its relationship to the teaching skills of the student teacher at the Faculty of Physical Education, Mansoura University

Perceived academic self-efficacy and its relationship to the teaching skills of the student teacher at the Faculty of Physical Education, Mansoura University, where developed countries in our present era are interested in caring for their students who are considered a strategic choice. Countries work to invest and prepare them to contribute to achieving sustainable development for those countries by organizing their fruitful human

The necessity of developing students' perceived self-efficacy in order to build a developed generation with high achievement, possessing a high degree of competence, and being able to adapt to rapid development and developing ways to stimulate learning motivation among students, as it is a good predictor of the level of achievement and a high level of self-efficacy in addition to developing During their training, students are faced with experiences and behavioral situations that help raise their level of perceived self-efficacy and train them to rely on themselves by providing them with skills that help them control the factors of success in their subsequent tasks



أسم الباحثة	دعاء محمد كامل بيومي
عنوان البحث	تأثير استخدام استراتيجية K.W.L على اليقظة الذهنية ومستوى الأداء في سباحة الصدر
تاريخ النشر	٢٠٢٢/١٠/٢٩

ملخص البحث (عربي)

على اليقظة الذهنية والتحصيل المعرفي وتعلم سباحة الصدر، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي على عينة قوامها (٨٥) طالبة من طالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق تم تقسيمهم إلى (٢٥) طالبة للدراسة الاستطلاعية و (٦٠) تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٣٠) طالبة. ومن أدوات البحث: اختبار التحصيل المعرفي - مقياس اليقظة الذهنية - اختبارات مهارية - الوحدات التعليمية. وأستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي - الإنحراف المعياري - الوسيط - معامل الارتواء - اختبار "ت" - معامل الارتباط - نسب التحسن. %

ومن أهم النتائج:

١- تفوق المجموعة التجريبية التي استخدمت استراتيجية K.W.L على المجموعة الضابطة التي استخدمت الطريقة التقليدية (الشرح اللفظي وأداء النموذج العملي) مما يدل على فاعليتها وتأثيرها على تعلم سباحة الصدر.

٢- ساعد استخدام استراتيجية K.W.L على مراعاة الفروق الفردية بين الطالبات. ومن أهم التوصيات:

١- استخدام استراتيجية K.W.L مع باقى طرق السباحة والأنشطة الرياضية الأخرى.

٢- الاهتمام بتدريس المحتوى المعرفي بجانب المحتوى المهاري للسباحة مما يساعد على توسيع مداركات المتعلم مما يسهل عليه عملية التعلم.

٣- الطرق التقليدية لاغني عنها فى التعليم ولكن يجب تدعيمها بالطرق الحديثة والوسائل التكنولوجية المتطورة.



Research summary (English)

The effect of using the K.W.L strategy on mental alertness and performance level in breaststroke

On mental alertness, cognitive achievement, and learning breaststroke. The researcher used the experimental method on a sample of (٨٥) female students from the second year at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University. They were divided into (٢٥) female students for the exploratory study, and (٦٠) were divided into two groups, one experimental and the other. A female officer, each consisting of (٣٠) female students. Among the research tools:

Cognitive achievement test - mental alertness scale - skill tests - educational units.

The researcher used the following statistical methods:

Arithmetic mean - standard deviation - median - skewness coefficient - t-test - correlation coefficient - improvement rates %. Among the most important results:

١- The experimental group that used the K.W.L strategy outperformed the control group that used the traditional method (verbal explanation and performance of the practical model), which indicates its effectiveness and impact on learning breaststroke.

٢- Using the K.W.L strategy helped take into account individual differences among female students.

Among the most important recommendations:

١- Use the K.W.L strategy with other swimming methods and other sports activities.

٢- Paying attention to teaching the cognitive content in addition to the skill content of swimming, which helps expand the learner's perceptions, which facilitates the learning process for him.

٣- Traditional methods are indispensable in education, but they must be supported by modern methods and advanced technological means.



أسم الباحثة	اية عبد الحكيم ابراهيم
عنوان البحث	قيم العمل وأخلاقيات الادارة بوحدات السباحة
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٩

ملخص البحث (عربي)

تشهد قيم العمل اختلافاً بين المجتمعات بشكل عام، والأشخاص بشكل خاص، ولكن يتفق الجميع على مدى أهميتها وضرورتها لأي منشأة إدارية؛ وتحديدًا في الدول التي تهتم ببناء وتطوير نفسها، ومؤسساتها، وشركاتها، وبيئاتها الاقتصادية والاجتماعية؛ لأن قيم العمل تُعتبر الضمان للوصول إلى أعلى معدلات الإنتاج، وتُساهم في وجود جيلٍ مُخلصٍ للعمل ومُحبٍ لوطنه. ومن خلال ممارسة الباحثة لرياضة السباحة وعملها كمعلمة سباحة في عدد وحدات السباحة ومتابعتها لبعض المواقف الإدارية ومواقف أخرى للمتدربين والمستفيدين والمدربين والمتدربين على هذه الوحدات فقد لاحظت وجود أختلافات بين بعض هذه الوحدات من حيث التزامها بقيم وأخلاقيات العمل وحرص الإدارة على تفعيل جميع ضوابط سير العمل داخل هذه الوحدات. ونظرا لما لرياضة السباحة تحديداً من خصوصية ترتبط بالمحافظة على جسم السباح ومتعلقاته الشخصية التي تترك في دواليب الملابس كما أن لملابس السباحة في مجتمعنا الشرقي وضع مختلف عن غيرها من الرياضات هذا فضلاً عن لما لوحدات السباحة من خطورة على حياة بعض الممارسين.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

١. القيم الأخلاقية لدى إدارة وحدة حمام السباحة.
٢. الالتزام والانتماء للعمل لدى إدارة وحدة حمام السباحة.
٣. إتقان العمل لدى إدارة وحدة حمام السباحة.
٤. قيم المعرفة والابتكار لدى إدارة وحدة حمام السباحة.



Research summary (English)

Work values and management ethics in swimming units

Work values differ between societies in general, and individuals in particular, but everyone agrees on their importance and necessity for any administrative facility. Specifically in countries that are interested in building and developing themselves, their institutions, their companies, and their economic and social environments. Because work values are considered a guarantee for reaching the highest rates of production, and contribute to the presence of a generation loyal to work and loving its country.

Through the researcher's practice of swimming and her work as a swimming teacher in a number of swimming units and her follow-up of some administrative positions and other positions of trainees, beneficiaries, trainers and those who frequent these units, she noticed differences between some of these units in terms of their commitment to work values and ethics and the administration's keenness to activate all workflow controls within these units. Units.

Given the specificity of the sport of swimming specifically related to the preservation of the swimmer's body and his personal belongings that are left in the wardrobe, swimsuits in our Eastern society have a different status from other sports, in addition to the danger that swimming units pose to the lives of some practitioners.

Search goal:

The research aims to identify:

١. The ethical values of the swimming pool unit management.
٢. Values of commitment and belonging to work for the swimming pool unit management.
٣. Evaluate the work proficiency of the swimming pool unit management.
٤. Value the knowledge and innovation of the swimming pool unit management.



أسم الباحثة	امنيه محمد السيد ابراهيم
عنوان البحث	ادراكات النجاح وعلاقتها بمستوى أداء سباحة الزحف على البطن
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

يهدف البحث التعرف على العلاقة بين ادراكات النجاح و مستوى الأداء فى سباحة الزحف على البطن لدى طالبات الفرقة الثالثة تخصص سباحة .وتم استخدام المنهج الوصفى ، يمثل مجتمع البحث طالبات تخصص سباحة الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢ م. وتم اختيار عينة البحث بطريقة الحصر الشامل لطالبات الفرقة الثالثة تخصص السباحة والبالغ عددهن (١٤٠) طالبة، تم استبعاد عدد (١٠) طالبات لأنهم غير منتظمين فى الحضور وبالتالي أصبح عددهن (١٣٠) طالبة، ثم قامت الباحثة باختيار (٣٠) طالبة بطريقة عشوائية من مجتمع البحث لإجراء التجربة الاستطلاعية وإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات العلمية (صدق - ثبات)، وكما قامت الباحثة باختيار العينة الاساسية قوامها (٥٠) طالبة. ومن أهم النتائج توجد علاقة دالة احصائية بين ادراكات النجاح ومستوى الأداء فى سباحة الزحف على البطن وتوجد فروق دالة إحصائية بين الطالبات المتميزات والغير متميزات فى إدراكات النجاح ومستوى الأداء فى سباحة الزحف على البطن لدى طالبات الفرقة الثالثة تخصص سباحة ومن أهم التوصيات تطبيق مقياس ادراكات النجاح على عينات مختلفة



Research summary (English)

Perceptions of success and their relationship to the level of belly crawl swimming performance

The research aims to identify the relationship between perceptions of success and the level of performance in belly crawl swimming among third-year female students majoring in swimming. The descriptive approach was used. The research population represents third-year female students majoring in swimming at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University, for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD. The research sample was selected by comprehensive enumeration of the female students of the third year majoring in swimming, who numbered (١٤٠) students. A number of (١٠) female students were excluded because they were not regular in attendance, and thus their number became (١٣٠) female students. Then the researcher selected (٣٠) female students in a random manner from The research community to conduct the exploratory experiment and to find scientific coefficients for scientific tests (validity - reliability), The researcher also selected a basic sample of (٥٠) female students. Among the most important results is that there is a statistically significant relationship between perceptions of success and the level of performance in belly-crawl swimming. There are statistically significant differences between distinguished and non-distinguished female students in perceptions of success and the level of performance in belly-crawl swimming among third-year female students majoring in swimming. Among the most important recommendations is the application of the measure of perceptions of success to Various samples



هالة محمد الشافعي	أسم الباحثة
السمات الشخصية وعلاقتها بإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق	عنوان البحث
٢٠٢٢/٧/١٩	تاريخ النشر

ملخص البحث (عربي)

يعتبر علم النفس من العلوم التي حظيت بإهتمام كبير من قبل العلماء والباحثين، نظراً لأنه من أكثر فروع المعرفة الإنسانية شيوعاً، بل ويعتبر الإنسان هو محور الإهتمام الذي تدور حوله الموضوعات والأنشطة التي تؤثر فيه ويتأثر بها سواء كانت عقلية أو بدنية، وقد أشار علماء النفس بضرورة التخطيط والتنظيم لعملية الإعداد النفسي، حيث أنها عملية تربوية.

يهدف البحث إلى التعرف على السمات الشخصية وعلاقتها بإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق قيد البحث، وتم استخدام المنهج الوصفي، يشتمل مجتمع وعينة البحث على يمثل مجتمع وعينة البحث الأخصائيين الرياضيين بجامعة الزقازيق، وقد تم إجتياز مجتمع البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهن (٩١) أخصائي رياضي تم تقسيمهم إلى (٢٦) أخصائي رياضي عشوائياً كعينة عشوائية لحساب المعاملات العلمية (الصدق -الثبات) فأصبحت عينة البحث الأساسية (٦٥) أخصائي رياضي، ومن أهم النتائج : توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق، ومن أهم التوصيات: ضرورة إلمام الأخصائي الرياضي بطرق التعامل والتواصل مع الأفراد، حيث لكل فرد شخصية وثقافة تميزه عن الآخرين.

الكلمات الرئيسية السمات الشخصية، علاقتها بإدارة الإنفعالات، الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق



Research summary (English)

Personal traits and their relationship to emotional management among the sports

specialist at Zagazig University

Psychology is considered one of the sciences that has received great attention from scientists and researchers, given that it is one of the most common branches of human knowledge. Indeed, the human being is considered the focus of attention around which the topics and activities that affect and are affected by him revolve, whether mental or physical. Psychologists have pointed out the necessity of planning and organization. For the psychological preparation process, as it is an educational process.

The research aims to identify the personal traits and their relationship to the management of emotions among the sports specialist at Zagazig University under research. The descriptive approach was used. The population and sample of the research include: The population and sample of the research represent the sports specialists at Zagazig University. The research community was recruited intentionally and consisted of (٩١) sports specialists who were divided into (٢٦) sports specialists at random as a random sample to calculate the scientific coefficients (validity - reliability), so the basic research sample became (٦٥) sports specialists, and among the most important results: there is a correlation. There is statistical significance between the dimensions of personality traits and the management of emotions among the sports specialist at Zagazig University, and among the most important recommendations: the need for the sports specialist to be familiar with methods of dealing and communicating with individuals, as each individual has a personality and culture that distinguishes him from others.

Keywords Personality traits, their relationship to emotional management, sports specialist at Zagazig University

أسم الباحثة	سارة احمد مصطفى
عنوان البحث	عوامل الخطر المسببة لأمراض القلب المصاحبة لاسلوب الحياة وعلاقته بالكفاءة الصحية والبدنية لكبار السن الغير ممارسين للنشاط الرياضي
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٤

ملخص البحث (عربي)

يهدف هذا البحث إلى التعرف على عوامل الخطر المسببة لأمراض القلب المصاحبة لاسلوب الحياة وعلاقته بالكفاءة الصحية والبدنية لكبار السن الغير ممارسين للنشاط الرياضي

أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث باستخدام عينة شملت مجموعة من السيدات كبار السن أعمارهم ٦٠ سنة فيما فوق ومشاركين في نادى الشرقية الرياضى بمدينة الزقازيق، محافظة الشرقية ولا يمارسون أى نشاط رياضى للعام ٢٠٢١م/ ٢٠٢٢م وعددهم (٦٠) سيدة وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية. وتم سحب (١٠) سيدات لاجراء الدراسة الاستطلاعية ويصبح عدد العينة الاساسية (٥٠) سيدة.

ومن أدوات البحث: الاستبيان قيد البحث. المعالجات الإحصائية: المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط البسيط (بيرسون) - معامل الفا كرو نباخ - اختبار دلالة الفروق "كا" - النسبة المئوية.

أهم النتائج:

١- كبار السن ٦٠ سنة فيما فوق ليس لديهم دوافع لممارسة للنشاط الحركي والتي قد تسبب المخاطر على عضلة القلب.

٢- عدم قناعة كبار السن ٦٠ سنة فيما فوق للآثر الصحي للأنشطة الرياضية على كبار السن

التوصيات:

١- إعداد كتيب خاص بإرشادات الممارسة البدنية لكبار السن وبحيث يتضمن التعريف بأهمية النشاط البدني لتلك الفئة العمرية، والاعتبارات الصحية والبدنية والفسيولوجية وغيرها من الاشتراطات الصحية للممارسة الرياضية السليمة لتجنب مخاطر امراض القلب لكبار السن.

٢- دعم وزارة الشباب والرياضة المصرية لقوافل النشاط البدني لفئة كبار السن، وبحيث يتم تنفيذ مشروع ممارسة بدنية منتقلة في محافظات جمهورية مصر العربية وفي الأندية الرياضية والحدائق العامة، تتيح الفرص لكبار السن من ممارسة النشاط البدني أينما تواجدوا الأمر الذي يساهم في نشر ثقافة الممارسة البدنية.

٣- عمل برامج رياضية وقائية لكبار السن للحفاظ على الحالة الصحية وعلى وجه الخصوص أمراض القلب والاعوية الدموية



Research summary (English)

Risk factors causing heart disease associated with lifestyle and its relationship to the health and physical efficiency of elderly people who do not practice sports activity

This research aims to identify the risk factors that cause heart disease associated with lifestyle and its relationship to the health and physical efficiency of elderly people who do not practice sports activity.

The researcher used the descriptive approach due to its suitability to the nature of this research, using a sample that included a group of elderly women aged 60 years and above who are members of the Sharkia Sports Club in the city of Zagazig, Sharkia Governorate, and who do not practice any sporting activity for the year 2021 AD/2022 AD. Their number is (60) women, and the research sample was chosen. In an intentional manner.

(60) women were recruited to conduct the survey, and the number of the basic sample becomes (60) women.

. Among the research tools: the questionnaire under study. Statistical treatments: arithmetic mean - standard deviation - simple correlation coefficient (Pearson) - Cronbach's alpha coefficient - test of significance of differences "Ka" - percentage.

Most important results:

- 1- Elderly people aged 60 years and above do not have the motivation to engage in physical activity, which may cause risks to the heart muscle.
- 2- Lack of conviction among the elderly over 60 years of age regarding the health impact of sports activities on the elderly.

Recommendations:

- 1- Preparing a special booklet on physical exercise guidelines for the elderly, which includes introducing the importance of physical activity for that age group, and the health, physical and physiological considerations and other health requirements for proper exercise to avoid the risks of heart disease for the elderly.
- 2- The Egyptian Ministry of Youth and Sports supports physical activity convoys for the elderly, so that a mobile physical exercise project is implemented in the governorates of the Arab Republic of Egypt and in sports clubs and public parks, providing opportunities for the elderly to practice physical activity wherever they are, which contributes to spreading the culture of physical exercise. .
- 3- Conduct preventive sports programs for the elderly to maintain health status, especially cardiovascular diseases



أسم الباحثة	مريهان عبد الناصر حامد دويدار
عنوان البحث	دافعيه الإنجاز وعلاقته بمستوي الأداء المهاري لدي ناشئات كره السله
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٢٠

ملخص البحث (عربي)

يعد التطور الحاصل في مختلف الأنشطة الرياضية ما هو الا حصيلة أبحاث ودراسات وعلوم مختلفة أسهمت في تقدم الحركة الرياضية تقدماً واسعاً على جميع الاصعدة ومن تلك العلوم التي ساهمت في هذا التطور علم النفس الرياضي الذي له الاثر الكبير والواضح جنباً إلى جنب مع بقية العلوم النظرية والتطبيقية وأن استغلال التداخل بين هذه العلوم من حيث الجانب التطبيقي والنظريات يهدف إلى تطوير المستويات والانجازات الرياضية في مختلف الالعاب الرياضية أثناء التدريب والمنافسة من خلال الاعداد النفسي والذي لا تقل أهميته في وصول اللاعب إلى أفضل مستوى قبل وفي أثناء المنافسة الرياضية.

يهدف البحث إلي التعرف علي دافعيه الإنجاز وعلاقته بمستوي الأداء المهاري لدي ناشئات كره السله، وتم استخدام المنهج الوصفي، يشمل مجتمع وعينه البحث علي ناشئات كره السله (بنادي العاملين بجامعة الزقازيق بمحافظة الشرقية) (٢٠٢١-٢٠٢٢م) والبالغ عددهم (٣٧) ناشئ عشوائيا وتم اختيار عينه استطلاعيه قوامها (٢٠) ناشئ بنسبه ٥٤,٠٥% وذلك لحساب الصدق والثبات، واصبحت عينه البحث الأساسيه (١٧) ناشئ بنسبه ٤٥,٩٥%، ومن أهم النتائج: وجود علاقه بين أبعاد دافعيه الانجاز ومستوي الأداء المهاري لدي ناشئات كره السله، ومن أهم التوصيات: ضروره إلمام المدربين وإطلاعهم على كل ما هو جديد من أنشطه رياضييه مختلفه تساعد في تعلم المهارات الأساسية ورفع مستوى دافعيه الإنجاز.



Research summary (English)

Achievement motivation and its relationship to the level of skill performance among female basketball players

The development taking place in various sporting activities is nothing but the result of various researches, studies and sciences that have contributed to the wide progress of the sporting movement at all levels. Among those sciences that have contributed to this development is sports psychology, which has a great and clear impact alongside the rest of the theoretical and applied sciences. Exploiting the overlap between these sciences in terms of the applied aspect and theories aims to develop athletic levels and achievements in various sports during training and competition through psychological preparation, which is no less important in the player reaching the best level before and during sports competition.

The research aims to identify achievement motivation and its relationship to the level of skill performance among female basketball juniors. A descriptive approach was used. The research sample included a population of female basketball juniors (at the Employees Club at Zagazig University in Sharkia Governorate) (٢٠٢١-٢٠٢٢ AD), who numbered (٣٧) randomly generated youth. Choosing a survey sample of (٢٠) juniors, representing ٥٤,٠٥%, in order to calculate validity and reliability. The main research sample was (١٧) juniors, representing ٤٥,٩٥%. Among the most important results: the existence of a relationship between the dimensions of achievement motivation and the level of skill performance among female basketball juniors. Among the most important recommendations: the need for coaches to be familiar with and inform them of everything new in various sports activities that help in learning basic skills and raising the level of achievement motivation.



أسم الباحثة	نجلاء عاطف عبدالله سالم
عنوان البحث	واقع الامكانيات وعلاقتها بممارسة الأنشطة الترويحية بمراكز الشباب بمحافظة الشرقية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٩

ملخص البحث (عربي)

تعتبر الإدارة في هذا العصر من ركائز التقدم فما من اكتشاف أو نشاط أو تغيير أو إنجاز إلا و بالتحليل لأسبابه نجد أن الإدارة تدفعه وتقف خلف وجوده ولذلك أصبحت الإدارة عملية أساسية تعتمد عليها كل الهيئات والكوادر الإدارية في تحقيق أهدافها مستندة في ذلك إلى الدعامات القانونية والأسس العلمية والخبرات المرتبطة بالعمل الإداري حيث تعد ضرورة حتمية لإنجاح العمل بشكله الجماعي والتعاون والتنسيق بين مختلف جوانب العمل .

لاحظت الباحثة من خلال عمل مسح شامل لمراكز الشباب بمحافظة الشرقية ضعف الامكانيات المادية والبشرية وعدم وجود ملاعب وأدوات خاصة لتنفيذ البرامج والخطط والأنشطة الخاصة بمراكز الشباب مما يؤثر سلباً على جعل هذه المراكز مصدراً لجذب الشباب وحمايتهم من التطرف والانحراف بممارسة الأنشطة البناءة التي أنشئ من أجلها مراكز الشباب وكذلك قلة برامج الأنشطة الترويحية بمراكز الشباب بالمحافظة .

مما دعا الباحثة إجراء الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين الإمكانيات بمراكز الشباب و برامج الأنشطة الترويحية بمحافظة الشرقية.

- هدف البحث :

يهدف هذا البحث الى التعرف على العلاقة بين الإمكانيات بمراكز الشباب و بممارسة برامج الأنشطة الترويحية بمحافظة الشرقية وذلك من خلال :-

- ١- التعرف على الإمكانيات اللازمة لمراكز الشباب بمحافظة الشرقية.
- ٢- التعرف على الأنشطة الترويحية المتاحة لمراكز الشباب بمحافظة الشرقية.
- ٣- التعرف على العلاقة بين الإمكانيات اللازمة بمراكز الشباب و برامج الأنشطة الترويحية بمراكز الشباب بمحافظة الشرقية.



Research summary (English)

The reality of capabilities and their relationship to practicing recreational activities in youth centers in Sharkia Governorate

In this era, administration is considered one of the pillars of progress. There is no discovery, activity, change, or achievement except by analyzing its causes, we find that administration pushes it and stands behind its quality. Therefore, administration has become an essential process upon which all administrative bodies and cadres rely in achieving their goals, based on legal foundations and scientific foundations. Experiences related to administrative work are an absolute necessity for the success of collective work and cooperation and coordination between various aspects of work.

Through conducting a comprehensive survey of youth centers in Al-Sharqiya Governorate, the researcher noted the weakness of material and human capabilities and the lack of playgrounds and special tools for implementing the programmes, plans and activities of the youth centres, which negatively affects making these centers a source of attracting young people and protecting them from extremism and deviance by practicing the constructive activities for which the centers were established. Youth, as well as the lack of recreational activities programs in youth centers in the governorate.

Which prompted the researcher to conduct the current study to find out the relationship between the capabilities of youth centers and recreational activities programs in Sharkia Governorate.

Research objective:

This research aims to identify the relationship between the capabilities of youth centers and the practice of recreational activities programs in Sharkia Governorate, through: -

- ١- Identifying the necessary capabilities of youth centers in Sharkia Governorate.
- ٢- Identify the recreational activities available at youth centers in Sharkia Governorate.
- ٣- Identifying the relationship between the necessary capabilities in youth centers and recreational activities programs in youth centers in Sharkia Governorate.



أسم الباحثة	ياسمين علاء حامد
عنوان البحث	بناء مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٩

ملخص البحث (عربي)

يشهد عالمنا المعاصر ثورة علمية ومعلوماتية فاقت ما سبقتها من ثورات على مر القرون، وهذه الثورة تتطلب لمواجهتها وجود قاعدة علمية قوية الأساس اي انها تحتاج الى انسان مبدع مبتكر، ولا يتحقق هذا من دون تعلم يواكب متطلبات العصر لتأهيل طلبتنا لمواجهة هذه التغيرات السريعة التي تجتاح العالم، ولإيجاد استراتيجيات تعليمية أكثر فاعلية وتأثير بالمتعلم وتلبي مستلزمات المجتمع ومتطلباته المتنامية.

في ضوء ما سبق ومن خلال وجود الباحثة في التدريب ومتابعتها أداء اللاعبات في التدريب وفي المنافسة، لاحظت اهدار بعض اللاعبات العديد من الهجمات بدون تسجيل نقاط وذلك لعدم توافر واحدة او اكثر من معايير منح النقاط (الشكل الجيد - السلوك الرياضي - تطبيق قوي - الانتباه (الزان شن) - التوقيت الجيد -المسافة الصحيحة).

مما دعا الباحثة الى البحث عن طريقة او وسيلة قياس لمعرفة مدى قدرة اللاعبات على تنظيم معرفتهم سواء النظرية او التطبيقية داخل الذاكرة مما يسهل استدعاء المعلومات المناسبة لكل موقف، فتوصلت إلى الذاكرة الفوقية من أفضل المقاييس التي تعبر عن الوعي الكامل بكل ما له صلة بتخزين واسترجاع المعلومات واستراتيجيات الذاكرة. وإجراء الدراسة الحالية والتي تهدف الى بناء مقياس للذاكرة الفوقية للاعبات الكوميتيه في رياضة الكاراتيه.

هدف البحث:

يهدف البحث الى :

بناء مقياس للذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه.

□ التعرف على محاور مقياس الذاكرة الفوقية للاعبات الكاراتيه.

الكلمات الرئيسية الكوميتيه ، الذاكرة الفوقية ،



Research summary (English)

Constructing a scale of meta-memory for female karate players

Our contemporary world is witnessing a scientific and information revolution that has surpassed previous revolutions over the centuries. To confront it, this revolution requires the presence of a strong scientific base, meaning that it requires a creative and innovative human being. This cannot be achieved without learning that keeps pace with the requirements of the times to qualify our students to face these rapid changes that are sweeping the world. To find more effective educational strategies that have an impact on the learner and meet the growing needs and requirements of society.

In light of the above, and through the researcher's presence in training and her monitoring of the players' performance in training and in competition, she noticed that some players missed many attacks without scoring points due to the lack of one or more of the criteria for awarding points (good form - sports behavior - strong application - attention) Zhan Shen (good timing - correct distance

Which prompted the researcher to search for a method or means of measurement to determine the extent of the players' ability to organize their knowledge, whether theoretical or applied, within memory, which facilitates the recall of appropriate information for each situation. She arrived at meta-memory as one of the best measures that express full awareness of everything related to storing and retrieving information. And memory strategies. Conducting the current study, which aims to build a measure of the meta-memory of female kumite players in karate.

Search goal:

The research aims to:

Building a measure of the meta-memory of female karate players.

∞ Identifying the axes of the memory scale for female karate players.

Keywords kumite, meta-memory,



أسم الباحثة	انجي احمد جامع الرفاعي
عنوان البحث	تأثير برنامج تعليمي ثلاثي الأبعاد علي تعلم مهارة الوثب الطويل للمرحلة الأساسية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٨/٢٢

ملخص البحث (عربي)

يعتبر توظيف مستحدثات تكنولوجيا التعليم في التدريس من الموضوعات المهمة والمعاصرة، وقد أدرك الجميع أن مصير الأمم رهن بإبداع أبنائها، ومدى تحديهم لمشكلات التغير ومطالبه. وتحثل التربية موقعاً بارزاً ضمن إطار النقلة المجتمعية، كما أن التعليم أحد أهم الأركان التي شملتها رياح التغيير والتجديد.

ومحاولة فرض بعض الخصوصية على التلاميذ لتخيل مهارة الوثب الطويل في عالم افتراضي مختلف عن الواقع الملموس حتى يثير هذا دوافع التلاميذ في إقبالهم وإصرارهم على محاكاة هذا الواقع و إثبات تعلمهم. نظراً لأن هذا الأسلوب أو الطريقة في التعلم يمكن أن يكون لها أثراً أكثر فاعلية للعملية التعليمية ويعمل على زيادة الفهم والإدراك والتذكر والتصور للأداء واستخدام التغذية المرتدة.

لذا ومن هذا المنطلق كان الدافع من الباحثة لإجراء دراسة علمية بعنوان تأثير برنامج تعليمي ثلاثي الأبعاد على تعلم مهاره الوثب الطويل للمرحلة الأساسية.

هدف البحث:

يهدف البحث إلي التعرف علي:

- تأثير برنامج تعليمي ثلاثي الابعاد باستخدام نظارات الواقع الافتراضى علي تعلم مهارة الوثب الطويل لطلاب الصف الرابع الابتدائي بمدرسة إكسפורد.



Research summary (English)

The effect of a three-dimensional educational program on learning the long jump

skill for the basic stage

Employing educational technology innovations in teaching is one of the important and contemporary topics, and everyone has realized that the fate of nations depends on the creativity of their children, and the extent to which they challenge the problems and demands of change. Education occupies a prominent position within the framework of societal transformation, and education is one of the most important pillars covered by the winds of change and renewal.

And trying to impose some privacy on the students to imagine the skill of the long jump in a virtual world different from the tangible reality, so that this stimulates the students' motivations in their desire and insistence on simulating this reality and proving their learning. Because this style or method of learning can have a more effective impact on the educational process and works to increase understanding, perception, remembering, visualization of performance, and the use of feedback.

Therefore, from this standpoint, the researcher was motivated to conduct a scientific study entitled The effect of a three-dimensional educational program on learning the long jump skill for the basic stage.

Search goal:

The research aims to identify:

- The effect of a three-dimensional educational program using virtual reality glasses on learning the long jump skill for fourth-grade primary school students at Oxford School.



أسم الباحثة	نانسي اسامه احمد الداخني
عنوان البحث	التفكير الإيجابي وعلاقته بمستوى أداء بعض مهارات الهجوم المركب في رياضة الجودو
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٢٠

ملخص البحث (عربي)

يعد علم النفس الرياضي أحد الموضوعات الهامة التي لها تأثيرها المباشر في تطوير وتحسين الأداء وتحسين مستوى الأداء عند الرياضيين وهو مؤثر دال على تقدم المجتمع الفكريوالأنساني فلقد أخذت رياضات المستويات العالية في التقدم المطرد من بطولة لإخرى ومن دورة لإخرى وذلك بفضل الوسائل العلمية والتقنيات الحديثة المستخدمة في الدراسات والبحوث .

يهدف البحث إلى التعرف على التفكير الإيجابي وعلاقتها بمستوى أداء بعض مهارات الهجوم المركب في رياضة الجودو ، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، يمثل مجتمع البحث طالبات تخصص الجودو بالفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية بنات جامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ وتم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية وعددهم (٣٥) طالبة تم إختيار عدد (١٥) طالبة بطريقة عشوائية كعينة أستطلاعية لإيجاد المعاملات العلمية (صدق- ثبات) ، فأصبحت عينة البحث الأساسية ، (٢٠) طالبة، ومن أهم النتائج: توجد علاقة إرتباطية دالة احصائياً بين التفكير الإيجابي لدى طالبات تخصص الجودو قيد البحث ، وتوجد علاقة إرتباطية دالة احصائياً بين التفكير الإيجابي ومستوى أداء بعض مهارات الهجوم المركب في رياضة الجودو لدى طالبات تخصص الجودو قيد البحث.

الكلمات الرئيسية: التفكير الإيجابي ، مستوى أد



Research summary (English)

Positive thinking and its relationship to the level of performance of some compound

attack skills in judo

Sports psychology is one of the important topics that has a direct impact on developing and improving performance and improving the performance level of athletes. It is an indicator of the progress of the intellectual and human society. High-level sports have been steadily progressing from one tournament to another and from one tournament to another, thanks to the scientific methods and modern techniques used in studies. And research.

The research aims to identify positive thinking and its relationship to the level of performance of some compound attack skills in the sport of judo. The researcher used the descriptive approach using the survey method. The research community represents female students majoring in judo in the third year at the Faculty of Physical Education for Girls, Zagazig University for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢. The research population was chosen intentionally and consisted of (٣٥) female students. The number of (١٥) female students was chosen randomly as a survey sample to find scientific coefficients (validity - reliability), so the basic research sample became (٢٠) female students, and among the most important results: there is a statistically significant correlation. There is a statistically significant correlation between positive thinking and the level of performance of some combined attack skills in the sport of judo among female students of the judo major under research.

Keywords positive thinking, AD level



أسم الباحثة	صفاء محمد عبده محمود
عنوان البحث	العلاقة بين الكفاءة الذاتية البدنية ومستوى الأداء المهارى لسباق جري ١٠٠ م
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

الموضوعات الرئيسية

ان لتطور البحث العلمي الذي حصل في مختلف دول العالم يعود الى اتباعها الأساليب الحديثة والمتطورة للوصول الى الغايات والاهداف المرجوة. لذا فان المجال الرياضي شهد تطورا ملحوظا من خلال تقدم المستويات الرياضية الذي جاء نتيجة التخطيط السليم والمبرمج

أهمية البحث:

تكمن أهمية الدراسة في أهمية الموضوع الذي نتناوله، حيث تتمثل أهميتها النظرية والتطبيقية فيما يأتي:

• الأهمية النظرية:

تتبع الأهمية النظرية لهذا البحث من خلال:

- ندرة الدراسات والأبحاث العربية التي بحثت إمكانية التنبؤ بمستوى الكفاءة الذاتية البدنية.

- تبرز أهمية البحث في كونه تسليط الضوء على مستوى الكفاءة الذاتية البدنية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.

• الأهمية التطبيقية:

تتضح الأهمية التطبيقية لهذا البحث من خلال:

- ما تسفر عنه من نتائج تساعد القائمين على التربية الرياضية بالتعرف على مستوى الكفاءة الذاتية البدنية ومستوى الاداء المهارى لدى أفراد العينة.

- وضع البرامج التي ترفع من معتقدات الكفاءة الذاتية لبدنية وتساعد التلميذات على التكيف والتوافق في البيئة التعليمية.

هدف البحث:

تهدف هذه البحث الى التعرف على العلاقة بين الكفاءة الذاتية البدنية ومستوى الاداء المهارى لسباق جري ١٠٠ م

وذلك من خلال:

١- التعرف على العلاقة بين الكفاءة الذاتية البدنية ومستوى الأداء المهارى لسباق جري ١٠٠ م لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.

٢- التعرف على الفروق بين التلميذات المتميزات وغير المتميزات في الكفاءة الذاتية البدنية ومستوى الاداء المهارى لسباق جري ١٠٠ م لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.



Research summary (English)

The relationship between physical self-efficacy and the level of skill performance in

the ١٠٠m running race

Main topics

The development of scientific research that has occurred in various countries of the world is due to their adoption of modern and advanced methods to reach the desired goals and objectives. Therefore, the sports field has witnessed remarkable development through the advancement of sports levels, which came as a result of sound and programmed planning research importance:

The importance of the study lies in the importance of the topic we are dealing with, as its theoretical and applied importance is represented in the following:

• Theoretical importance:

The theoretical importance of this research can be traced through:

- The scarcity of Arab studies and research that examined the possibility of predicting the level of physical self-efficacy.

The importance of the research is that it sheds light on the level of physical self-efficacy among middle school students.

Practical importance:

The practical importance of this research is evident through:

- The resulting results help those in charge of physical education identify the level of physical self-efficacy and the level of skill performance among the sample members.
- Developing programs that raise beliefs about physical self-efficacy and help female students adapt and fit into the educational environment.

Search goal:

This research aims to identify the relationship between physical self-efficacy and the level of skill performance in the ١٠٠m running race through:

- ١- Identifying the relationship between physical self-efficacy and the level of skill performance in the ١٠٠-meter race among middle school girls.
- ٢- Identifying the differences between outstanding and non-distinguished female students in physical self-efficacy and the level of skill performance for the ١٠٠m running race among middle school female students.



أسم الباحثة	إيمان سامي عبد المنعم عطية
عنوان البحث	الصورة الذهنية لإدارة كأس العالم لكرة اليد مصر ٢٠٢١ في ظل التباعد الاجتماعي
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

تعد الصورة الذهنية من الموضوعات التي تهتم المنظمات بدراستها وقياسها بشكل منظم ووضعها ضمن أولوياتها عند رسم خططها وتنفيذ قراراتها لدورها في تشكيل السلوك المجتمعي. فالصورة الذهنية الإيجابية لدى الآخرين تعد هدفا أساسيا يسعى الجميع لتحقيقه على جميع المستويات .

ويرى فهد عبدالعزيز العسكر (١٩٩٩) ان الصورة الذهنية هي الصورة التي يكونها الفرد عن موضوع معين سواء كانت هذه الفكرة صحيحة او خاطئة وما يترتب عن ذلك من افعال سواء سلبية او ايجابية؛ وهي فكرة تكون مبنية علي المباشرة او الايحاء المركز والمنظم بحيث تتشكل من خلالها سلوكيات الافراد المختلفة وتتكون من مكون معرفي ،ومكون وجداني ، ومكون سلوكي . (١٠ : ٥) المكون المعرفي يقصد به المعلومات التي تتعلق بالمؤسسة واخبارها وكل ما يتعلق بها من معرفة متراكمة ، والتي تبني عليها الصورة الذهنية التي يكونها الفرد . (٤ : ١٨٥) والمكون الوجداني يتشكل مع تشكل الجانب المعرفي مع مرور الوقت تتلاشي المعلومات التي كونها الفرد ويبقى الجانب الوجداني الذي يتمثل في اتجاهات وعواطف الفرد. (٥ : ١٠) ويرى على عوجة (٢٠٠٥) أن المكون السلوكي يعكس سلوك الفرد وفقا لطبيعة الصورة الذهنية المتكونة لديه اذ يرجع اهمية الصورة الذهنية في احد مكوناتها انها تمكن من التنبؤ بسلوك الفرد، فسلوكيات الافراد يفترض منطقيا انها انعكاس لاتجاهاتهم الناتجة في الصورة الذهنية المتكون لديهم. (٥ : ١٨٥)



Research summary (English)

The mental image of the management of the Handball World Cup Egypt ٢٠٢١ in

light of social distancing

Mental image is one of the topics that organizations are interested in studying and measuring in an organized manner and placing it among their priorities when drawing up their plans and implementing their decisions for its role in shaping societal behavior. The positive mental image of others is a basic goal that everyone seeks to achieve at all levels.

Fahd Abdulaziz Al-Askar (١٩٩٩) believes that the mental image is the image that an individual forms about a particular subject, whether this idea is correct or incorrect, and the resulting actions, whether negative or positive. It is an idea that is based on direct, focused and organized revelation, through which the behaviors of various individuals are shaped and consists of a cognitive component, an emotional component, and a behavioral component. (٥:١٠)

The cognitive component means the information related to the institution, its news, and all the accumulated knowledge related to it, on which the mental image formed by the individual is built. (٤:١٨٥)

The emotional component is formed with the formation of the cognitive side. Over time, the information created by the individual disappears, and the emotional side remains, which is represented by the individual's attitudes and emotions. (٥:١٠)

Ali Ajwa (٢٠٠٥) believes that the behavioral component reflects the individual's behavior according to the nature of the mental image he has formed, as the importance of the mental image is due to one of its components that it enables prediction of the individual's behavior. Individuals' behaviors are logically assumed to be a reflection of their tendencies resulting from the mental image they have. (٥:١٨٥)



أسم الباحثة	آلاء صبري محمد محمد
عنوان البحث	تأثير تدريبات Battle rope علي مهاراتي التمرير والتصويب في كرة اليد
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

علي مهارتي التمرير والتصويب في كرة اليد ، استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بتطبيق القياس (القبلي - التتبعي - البعدي) وذلك لمناسبة لطبيعة البحث ، وتم إختيار عينة البحث الاساسية بطريقة عشوائية لطالبات الفرقة الرابعة تخصص كرة اليد والبالغ عددهن (٨٠) طالبة ، كما تم سحب عدد (٢٠) طالبة لإجراء الدراسة الإستطلاعية من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الاساسية ، وكان من أهم النتائج التي استخلصتها الباحثة :

١_ أن تدريبات (Battle rope) كان لها تأثير إيجابياً على مستوى المهارات الهجومية(التمرير - التصويب) لدي أفراد عينة البحث.

٢_ أداة Battle rope المستخدمة ذو فاعلية عالية.

٣_ مراعاة شدة ودرجة الحمل والتكرارات للتدريبات المقترحة بما يتناسب مع البرنامج ككل.
التوصيات :

١_ ضرورة إستخدام تدريبات (Battle rope) في كرة اليد كوسيلة تدريبية فعالة في تطوير الأداء المهاري للاعبي كرة اليد .

٢_ ضرورة أستخدام الادوات والأساليب الحديثة في التدريب.

٣_ الإستفادة من البرنامج التدريبي وإجراء بحوث أخرى مشابهة لتطوير قدرات بدنية ومهارية أخرى ولألعاب جماعية أو فردية وعلي مراحل سنية مختلفة.

الكلمات الرئيسية Battle rope ، تمرير ، تصويب ، كرة يد



Research summary (English)

The effect of battle rope training on my passing and shooting skills in handball

On the skills of passing and shooting in handball, the researcher used the experimental approach using the experimental design for one group by applying measurement (pre-post - follow-up) in order to suit the nature of the research. The basic research sample was chosen randomly for the female students of the fourth year specializing in handball, who numbered (٨٠) students. A number of (٢٠) female students were also withdrawn to conduct the survey from the research community and outside the main research sample. Among the most important results that the researcher concluded were:

١_ Battle rope training had a positive impact on the level of offensive skills (passing - shooting) among the members of the research sample.

٢_ The battle rope tool used is highly effective.

٣_ Taking into account the intensity and degree of load and repetitions of the proposed exercises in a way that is appropriate for the program as a whole.

Recommendations:

١_ The necessity of using battle rope exercises in handball as an effective training method in developing the skill performance of handball players.

٢_ The necessity of using modern tools and methods in training.

٣_ Benefiting from the training program and conducting other similar research to develop other physical and skill abilities and for group or individual games and at different age levels.

Keywords: Battle rope, passing, shooting, handball



أسم الباحثة	إسراء مصباح احمد محمد
عنوان البحث	تأثير تدريبات للتوازن الحركي على بعض المتغيرات البدنية والمستوى الرقمي لقذف القرص
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٤

ملخص البحث (عربي)

هدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج مقترح باستخدام تدريبات التوازن الحركي علي تحسين المتغيرات البدنية الخاصة والمستوي الرقمي لمسابقة قذف القرص
أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة وتمثل مجتمع البحث من طالبات الفرقة الرابعة تخصص مسابقات الميدان والمضمار بكلية الرياضية بالقنايق .جامعة الزقازيق
٢٠٢١/٢٠٢٢م وعددهم (٥٠) طالبة تخصص مسابقات الميدان والمضمار، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العمدية .و تم سحب (١٠) طالبات لاجراء الدراسة الاستطلاعية ويصبح عدد العينة التجريبية (٢٠) طالبة والعينة الضابطة (٢٠) طالبة.
ومن أدوات البحث:

البرنامج التدريبي المقترح-الاختبارات البدنية الخاصة- قياس المستوى الرقمي لمسابقة قذف القرص
المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي
 - الإنحراف المعياري
 - الوسيط
 - معامل الإلتواء
 - معامل الارتباط البسيط
 - إختبار "ت"
 - نسب التحسن
- أهم النتائج:

- ١-وجود فروق ذات ذو دلالة إحصائية بين القياسين البعدين في نتائج أختبارات القدرات البدنية (دفع كرة طبية ٣ كجم باليدين - الوثب العريض من الثبات - قوة عضلات الظهر بالديناموميتر - اللمس السفلى والجانبى - باس المعدل للتوازن الديناميكي - الجري الزجاجي بطريقة بارو) ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث ،
- ٢-وجود فروق ذات ذو دلالة إحصائية بين القياسين البعدين في نتائج المستوى الرقمي لقذف القرص ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية قيد البحث ،
- ٣-وجود فروق في نسب التحسن بين متوسطي القياسين البعدين للمجموعة التجريبية والضابطة في جميع التغيرات ولصالح القياس البعدى للمجموعة التجريبية .



Research summary (English)

The effect of motor balance exercises on some physical variables and the digital level of discus throwing

The research aimed to identify the effectiveness of a proposed program using motor balance exercises to improve the specific physical variables and the digital level of the discus throwing competition.

The researcher used the experimental method with two experimental and control groups, and the research population is represented by female students in the fourth year, specializing in field and track competitions, at the College of Sports in Zagazig. University of Zagazig, ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD, and their number is (٥٠) female students, specializing in field and track competitions. The research sample was chosen intentionally. (١٠) were selected. Female students to conduct the survey. The number of the experimental sample becomes (٢٠) female students and the control sample becomes (٢٠) female students.

Search tools include:

The proposed training program - special physical tests - measuring the digital level of the discus throwing competition

Statistical processors:

- Arithmetic mean - standard deviation
- Median – convolution coefficient
- Simple correlation coefficient – T-test – Improvement rates

Most important results:

١- There are statistically significant differences between the two post-measurements in the results of physical ability tests (pushing a ٢ kg medicine ball with two hands - standing broad jump - back muscle strength with a dynamometer - lower and lateral touch - modified bass for dynamic balance - zigzag running using the Barrow method) and in favor of the measurement. The post-test for the experimental group under investigation.

-There are statistically significant differences between the two post-measurements in the results of the digital level of disc throwing, in favor of the post-measurement for the experimental group under study.

٢- There are differences in the improvement rates between the averages of the two post-measurements of the experimental and control group in all variables and in favor of the post-measurement of the experimental group.



أسم الباحثة	عزه محمد عطيه اسماعيل
عنوان البحث	واقع النشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/١٨

ملخص البحث (عربي)

- يهدف البحث الى : يهدف البحث الى التعرف الواقع الفعلي لإدارة النشاط

الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات.

- تساؤلات البحث: : ما هو الواقع الفعلي لإدارة النشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات

- المنهج المستخدم : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمة لطبيعة الدراسة.

- عينة البحث: قامت الباحثة باختيار عينة البحث بطريقة الحصر الشامل لموجهات ومعلمات

الادارات التعليمية التابعة لمنطقة الشرقية الازهرية حيث اشتملت على عدد (٨٩) موجهة ومعلمة

تربية رياضية بنسبة ١٠٠% من مجتمع البحث ، كما قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة

العشوائية لعدد (٣٥) موجهاً ومعلماً من خارج عينة البحث الاساسية ولهم نفس مواصفات عينة

البحث لتنفيذ الدراسة الاستطلاعية عليهم وذلك من منطقة الشرقية الازهرية.

- اهم النتائج :

• وجود فروق إحصائية بين إستجابات عينة البحث لآراء العينة الأساسية (الموجهات - المعلمات)

حول عبارات محور التخطيط للنشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات

• وجود فروق إحصائية بين إستجابات عينة البحث لآراء العينة الأساسية (الموجهات - المعلمات)

حول عبارات محور التنظيم للنشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات

• وجود فروق إحصائية بين إستجابات عينة البحث لآراء العينة الأساسية (الموجهات - المعلمات)

حول عبارات محور التوجيه للنشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات

• وجود فروق إحصائية بين إستجابات عينة البحث لآراء العينة الأساسية (الموجهات - المعلمات)

حول عبارات محور الرقابة على النشاط الرياضي بالمعاهد الازهرية للفتيات



Research summary (English)

The reality of sports activity in Al-Azhar institutes

The research aims to: The research aims to identify the actual reality of managing sports activity in Al-Azhar institutes for girls.

- Research questions:: What is the actual reality of managing sports activity in Al-Azhar institutes for girls?

- Method used: The researcher used the descriptive method to suit the nature of the study.

- Research sample: The researcher selected the research sample by means of a comprehensive inventory of the mentors and teachers of the educational departments affiliated with the Eastern Al-Azhar region, as it included a number of (٨٩) physical education mentors and teachers, ١٠٠٪.

From the research community, the researcher also randomly selected the research sample for a number of (٣٥) mentors and teachers from outside the basic research sample and who have the same specifications as the research sample to implement the exploratory study on them, from the Al-Sharqiya Al-Azhar region.

- The most important results:

- There are statistical differences between the responses of the research sample to the opinions of the main sample (mentors - teachers) regarding the phrases of the axis of planning sports activity in Al-Azhar institutes for girls.

- There are statistical differences between the responses of the research sample to the opinions of the main sample (mentors - teachers) regarding the phrases of the axis of organizing sports activity in Al-Azhar institutes for girls.

There are statistical differences between the responses of the research sample to the opinions of the main sample (mentors - teachers) regarding the phrases of the axis of guidance for sports activity in Al-Azhar institutes for girls.

- There are statistical differences between the responses of the research sample to the opinions of the main sample (mentors - teachers) regarding the phrases of the axis of monitoring sports activity in Al-Azhar institutes for girls.



أسم الباحثة	ابتسام ثروت موسي
عنوان البحث	اليقظة الذهنية وعلاقتها بمستوي الأداء المهاري لمسابقة قذف القرص لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٢٠

ملخص البحث (عربي)

أصبحت الرياضة في العصر الحاضر ظاهرة حضارية لها تأثيرها الفعال ومداها الواسع. وهي علم وفن لها أصولها ومبادئها. وإن مداها أصبح أكثر من ذلك فكل فرد أصبح بشكل أو بآخر يمارس الرياضة أو يشاهدها.

إن علم النفس الرياضي فرع من علوم علم النفس العام يدرس الرياضة بصفاتها ظاهرة اجتماعية نفسية حيث أن علاقة علم النفس الرياضي والطرق المتبعة بالتربية البدنية والرياضية علاقة متبادلة، فالرياضة ليست ظاهرة اجتماعية أو نفسية وحسب بل هي جوانب ومظاهر وتقاليد متعددة تسهم في تطوير وتوسيع علم النفس الرياضي ونظرياته وطرائقه.

أهمية البحث:

قد توفر نتائج الدراسة الحالية فهما أفضل للعلاقة بين اليقظة الذهنية الأداء المهاري لمسابقة قذف القرص لدي عينة من طلبة الكلية.

بناء على ما تسفر عنه الدراسة الحالية من نتائج يمكن ان تساعد الباحثين في اعداد برامج ارشادية لتحسين اليقظة الذهنية.

يتوقع ان تسهم هذه الدراسة في اثراء الادب النظري المتعلق بموضوع اليقظة الذهنية والمستوي الأداء المهاري لقذف القرص

هدف البحث:

يهدف هذا البحث الي التعرف على اليقظة الذهنية وعلاقتها بمستوي الأداء المهاري لمسابقة قذف القرص لطالبات الفرقة الثانية بكلية التربية الرياضية بنات



Research summary (English)

Mental alertness and its relationship to the level of skill performance in the discus throwing competition for second-year female students at the College of Physical

Education for Girls

In the present era, sport has become a cultural phenomenon with an effective impact and wide scope. It is a science and an art with its origins and principles. Although its scope has become more than that, every individual has begun, in one way or another, to practice or watch sports.

Sports psychology is a branch of general psychology that studies sports as a social-psychological phenomenon, as the relationship between sports psychology and the methods used with physical education and sports is a mutual relationship. Sports is not only a social or psychological phenomenon, but rather it has multiple aspects, manifestations and traditions that contribute to the development and expansion of sports psychology. Its theories and methods.

research importance:

The results of the current study may provide a better understanding of the relationship between mindfulness and skill performance in the discus throwing competition among a sample of college students.

Based on the results of the current study, it can help researchers prepare guidance programs to improve mindfulness.

It is expected that this study will contribute to enriching the theoretical literature related to the topic of mental alertness and the level of skill performance in discus throwing.

Search goal:

This research aims to identify mental alertness and its relationship to the level of skill performance in the discus throwing competition for second-year female students at the College of Physical Education for Girls.



أسم الباحثة	حسن إبراهيم عبد الحميد ابو المجد
عنوان البحث	تأثير الإنخفاض بحمل التدريب Tapering على بعض القدرات البدنية الخاصة والمستوي الرقمي لمتسابقى ٨٠٠ متر جرى
تاريخ النشر	٢٠٢٢/٧/٢٤

ملخص البحث (عربي)

يهدف هذا البحث إلى معرفه تأثير الإنخفاض بحمل التدريب الغير خطي Exponential Taper (الإنخفاض البطئ) على بعض القدرات البدنية الخاصة ومتغيرات سباق ٨٠٠ م جري والمستوي الرقمي لمتسابقى ٨٠٠ متر جرى لدى أفراد عينة البحث ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ذو القياس القبلى والبعدى لمجموعة تجريبية واحدة وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث ، وتم اختيار عينة البحث من بين متسابقى ٨٠٠ متر جرى لمنتخب لألعاب القوى لجامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠٢١/٢٠٢٢ م ، حيث بلغ عدد أفراد عينة البحث (٧) متسابقين بالإضافة إلى عدد (٥) متسابقين للتجربة الإستطلاعية من نفس مجتمع البحث.

وقد أسفرت النتائج : يساهم البرنامج التدريبي المقترح عن طريق الإنخفاض بحمل التدريب الغير خطي Exponential Taper (الإنخفاض البطئ) لمدة أسبوعين قبل المنافسة في تحسين القدرات البدنية الخاصة وتحسين المستوي الرقمي لمتسابقى ٨٠٠ متر جرى.

ويوصى الباحث : إستخدام الإنخفاض بحمل التدريب الغير خطي Exponential Taper (الإنخفاض البطئ) لمدة أسبوعين قبل المنافسة وعدم الخوف من هبوط مستوي المتسابقين



Research summary (English)

The effect of reducing the tapering training load on some special physical abilities and the digital level of ٨٠٠-meter runners

This research aims to know the effect of decreasing the non-linear training load Exponential Taper (slow decrease) on some special physical abilities, the variables of the ٨٠٠ meter running race, and the digital level of the ٨٠٠ meter running runners among members of the research sample. The researcher used the experimental method with pre- and post-measurement for one experimental group. Due to its suitability to the nature of this research, the research sample was chosen from among the ٨٠٠ meter runners for the Zagazig University athletics team for the academic year ٢٠٢١/٢٠٢٢ AD, where the number of members of the research sample reached (٧) runners, in addition to the number (٥) runners for the exploratory experiment from the same research community.

The results resulted in: The proposed training program, by decreasing the non-linear training load Exponential Taper (slow decrease) for two weeks before the competition, contributes to improving the specific physical capabilities and improving the digital level of the ٨٠٠-meter runners.

The researcher recommends: using Exponential Taper (slow decrease) for two weeks before competition and not being afraid of a drop in the level of the competitors.