

قائمة المراجع

- المراجع باللغة العربية

- المراجع باللغة الأجنبية

المراجع باللغة العربية

١. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : التدريب الرياضي "الأسس الفسيولوجية"، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
٢. _____ : تدريب السباحة للمستويات العليا ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
٣. _____ : بيولوجيا الرياضة ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٤م.
٤. إجلال حسن الأنور : تأثير برنامج مقترح لتنمية التوافق على سرعة تعلم سباحة الزحف على البطن للمبتدئات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٩٥م.
٥. أحمد عبد الحكيم : تأثير استخدام التدريبات الغرضية على ناتج تعلم سباحة الزحف على الظهر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، ٢٠٠١م.
٦. أحمد محمد خاطر ، على فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي، ط٣، دار المعارف ، ١٩٨٤م.
٧. أسامة كامل راتب : النمو الحركي "مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
٨. _____ : تعليم السباحة ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
٩. أسامة كامل راتب ، أمين أنور الخولي : التربية الحركية للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
١٠. أشرف محمد بسيم : برنامج مقترح لتنمية مكونات التوافق الحركي الخاص لسباحة للدولفين وأثره على مستوى الأداء المهاري، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان ، ٢٠٠٠م.
١١. أشرف مختار هلال : دراسة تحليلية لغرض تعلم السرعة لدى سباحي وسباحات (١١-١٥) سنة لسباحة ١٠٠م حرة - ١٠٠م فراشة ، مجلة علوم وفنون الرياضة ، المجلد السادس، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، مايو ١٩٩٧م.

١٢. السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضي " تدريب وفسيولوجيا القوة " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
١٣. _____ : نظريات الحركة ، دار الشباب الحر للطباعة والنشر ، القاهرة ، ١٩٨٦م.
١٤. أمر الله البساطي : التربية البدنية والرياضة ، مذكرات غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة ، ٢٠٠٣م.
١٥. جمال علاء الدين : دراسة معملية في بيوميكانيكا الحركات الرياضية ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٠م.
١٦. خليل ميخائيل عوض : سيكولوجية النمو للطفولة والمراهقة ، ط ٣ ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، ١٩٩٤م.
١٧. سميرة أحمد الدريدي : علاقة التوافق العضلي العصبي بمستوى الأداء الرياضي لطلقات التربية الرياضية بالقاهرة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٨٠م.
١٨. سهير محمد البسيوني : العلاقة بين التوافق العضلي العصبي ومستوى أداء اللاعبات لمهارتي التمرير والإرسال في الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ١٩٨٢م.
١٩. صلاح السيد حسن قادوس : الأسس العلمية الحديثة في التعلم الحركي ، مكتبة النهضة المصرية ، الزقازيق ، ١٩٩٣م.
٢٠. طلحة حسام الدين : الأسس الحركية والوظيفية للتدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٤م.
٢١. عادل فوزي جمال : دافعة تدريبية مقترحة لتنمية القوة وأثرها على السرعة لمسبأحي (١٠٠م - ٢٠٠م - ٤٠٠م - ٨٠٠م) زحف على البطن ، بحوث المؤتمر العلمي ، المجلد الثالث ، ١٩٨٤م.
٢٢. عبد الحميد محمد أحمد : الملائمة ، ط ٥ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٩م.
٢٣. عبد المنعم سليمان برهم : موسوعة التمرينات الرياضية ، ط ٢ ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، ١٩٩٥م.

٢٤. عزة مصطفى نصار : تأثير برنامج مقترح لتنمية التوافق العضلي العصبي على المستوى المهاري لسباحة الصدر ، المؤتمر العلمي لكلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٠م.
٢٥. عصام أحمد حلمي : أثر تنمية بعض القدرات التوافقية على مظاهر الانتباه والإجازة الرقمي لسباحة ٢٠٠ متر فردي متنوع للسباحين الناشئين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٨م.
٢٦. عصام الدين عبد الخالق : التدريب الرياضي (نظريات وتطبيقات) ، ط٢ ، منشأة المعارف ، القاهرة ، ٢٠٠٣م.
٢٧. عصام محمد أمين حلمي : اتجاهات حديثة في تدريب السباحة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
٢٨. _____ : تدريب السباحة بين النظرية والتطبيق ، الجزء الثاني ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٢م.
٢٩. _____ : إستراتيجية تدريب الناشئين في السباحة ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٨٨م.
٣٠. _____ : بيولوجيا تدريب السباحة ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٢م.
٣١. على السيد توفيق : السباحة ، دار الشباب الحر للطباعة والنشر ، القاهرة ، ١٩٨٠م.
٣٢. على فهمي الليك : حمل التدريب (عام - سباحة) ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٨٤م.
٣٣. عمرو محمد مصطفى : دراسة علمية للقدرات التوافقية للاعب المصارعة في ج.م.ع ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ١٩٩٨م.
٣٤. عنيات أحمد فرج : مناهج وطرق التدريس في التربية الرياضية ، "إدارة النشاط الخارجي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٠م.
٣٥. غادة محمد عبد الحميد : دراسة للتعرف على بعض القدرات التوافقية الخاصة لمتسابقات ١٠٠م حولز وعلاقتها بالمستوى الرقمي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ١٩٩٠م.

٣٦. فؤاد البهي السيد : علم النفس الإحصائي والقياس العقلي البشري ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٧٨م.
٣٧. قاسم حسن حسين : الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة في الألعاب والفعاليات والعلوم الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، ١٩٩٨م.
٣٨. كارم متولى مصطفى : تأثير استخدام بعض تدريبات تحسين الأداء على السرعة لدى سباحي الزحف على البطن ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد السابع عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٩٣م.
٣٩. _____ : تأثير استخدام بعض التدريبات على تحسين الأداء كتدريبات غرضية وعلى السرعة لدى سباحي الزحف على البطن ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩١م.
٤٠. كاظم جابر أمير : اللياقة البدنية والصحة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
٤١. ليلى عبد العزيز زهران : الأسس العلمية والعملية للتمرينات الفنية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧م.
٤٢. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط ٥ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٥م.
٤٣. محمد صبحي حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط ٣ ، الجزء الأول ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٥م.
٤٤. محمد صبري عمر ، حسين عبد السلام ، محمد حسن محمد : هيدروديناميكا الأداء في السباحة ، ط ٤ ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠١م.
٤٥. محمد عاطف الأبحر ، محمد سعد عبد الله : اللياقة البدنية ، ب ط ، مذكرات غير منشورة ، دار الإصلاح للطباعة والنشر ، المملكة العربية السعودية ، الدمام ، ١٩٨٤م.
٤٦. محمد على القط : إستراتيجية التدريب الرياضي في السباحة ، الجزء الثاني ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٥م.
٤٧. _____ : إستراتيجية السباق في السباحة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠٤م.

٤٨. محمد على القط : فسيولوجيا الرياضة "تدريب السباحة" ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١م.
٤٩. _____ : المبادئ العلمية للسباحة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٩م.
٥٠. _____ : السباحة بين النظرية والتطبيق، مكتب العزيزي للكمبيوتر، الزقازيق ، ١٩٩٨م.
٥١. محمد محمود مصطفى : فاعلية برنامج لتحسين الأداء الفني وعلاقته بالمستوى الرقمي للناشئين في السباحة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٩م.
٥٢. محمد نصر الدين رضوان : الإحصاء اللابرامتري في بحوث التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٩م.
٥٣. محمد يوسف الشيخ : التعلم الحركي ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٨٤م.
٥٤. محمود محمد لبيب : الخصائص الديناميكية كأساس لوضع التمرينات النوعية الخاصة لمسابقتي الوثب الطويل والعالي ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠٠٦م.
٥٥. مصطفى كاظم ، أبو العلا ، أسامة راتب : رياضة السباحة (تعليم - تدريب - قياس)، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٢م.
٥٦. مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٦م.
٥٧. منال جويده أبو المجد : تأثير التمرينات النوعية الخاصة على تحسين مستوى أداء سباحة الزحف على الظهر للبراعم ، المجلة العلمية لنظريات وتطبيقات التربية الرياضية - المجلد (٦٢) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٧م.
٥٨. مها على عبده : تأثير برنامج مقترح لتنمية التوافق الحركي على بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى أداء المهارات الحركية لكليات التربية الرياضية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٩٤م.

٥٩. نادية محمد الباجوري ، سهير بهجت : علاقة المستوى الرقمي بالتوافق العضلي العصبي وبعض القياسات الجسمية لسباحي ١٠٠م صدر ، المؤتمر العلمي الأول ، " تاريخ التربية الرياضية " ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ١٩٨٦م.
٦٠. ياسمين البحار ، سوزان طنطاوي : أسس تدريب الجمباز الإيقاعي ، الجزء الأول، مذكرات غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الإسكندرية ، ٢٠٠٤م.
٦١. يحي محمد صالح : تأثير التمرينات الغرضية الخاصة على وضع مستوى الأداء المهاري في الجمباز ، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، المجلد السادس ، العدد الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، ١٩٨٣م.
٦٢. يحي مصطفى على إبراهيم : تقويم برامج مدارس السباحة الصيفية للناشئين ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، ١٩٨٠م.
٦٣. يوهانس ريه : مدخل إلى نظريات وطرق التدريب العامة (التوافق الحركي والتكنيك الرياضي) ، ترجمة يورغن شلايف، المعهد العالي الألماني للتربية الرياضية ، لايبزج ، ١٩٨٨م.

- المراجع باللغة الأجنبية -

64. Alberty, M., Cidney, M., Pelayo, P., : Effects of and exhaustive exercise on arm co-ordination and intracyclic velocity variation, in front crawl stroke, Lemh, faculty of sports sciences, university of lille 2, ronchin, France, 2003.
65. Bill, W., Eatonhom, John, A., Tkinson : Championship swim training, by Human Kinetics publishers, Inc, U.S.A, 2003.
66. Bill, W., Eatonhom, Wayne, G., Olesmith, Ralehrichards : Australian coaches and teachers, association, Sept.Oct. 1997.
67. Brown, L., & Ferrigno, V., : Training for speed agility and quickness, 2nd ed, Human Kinetics, U.S.A, 2005.
68. Cecil M. Colwin : Break through swimming, by Human Kinetics publishers, Inc., U.S.A., 2002.
69. ————— : Swimming dynamics winning techniques and strategies, by Human Kinetics publishers, Inc., U.S.A., 1999.
70. Charles B. Corbin, Ruth Lindsey : Concepts of physical fitness, 6th ed, WM. C. Bvorn publishers, Library of congress, U.S.A, 1998.
71. Chollet, P. Seifert, L. & Leplanc, H., : Evaluation of arm – leg co-ordination in flat breaststroke, faculty of sports sciences, university of Rouen, France, 2004.
72. Christophe, Schnitzler, Viviane, : Effect of applying increasing resistances on the co-ordination in backstroke tethered swimming getaps, upres ge 2318, university of Rouen, France, 2001.
73. Cockell, et al. : Analysis of co-ordination in basic movements, Macmillan publishing co., Inc., New York, 1995.
74. Costill, D.L., Maglischo, E.W., Richardson, A.B., : Swimming black well, Scientific publishers, London, 1992.
75. Counsilman, J.E., Counsilman, B.E., : The residual effects of training, prentice hall, New Jersey, 1991.
76. Dale Mood, et al., : Sports and recreational activities for men and women times, mirror mos by, ST, Lowis, 1987.

105. Samuel, J.F., : Sprinting coach's challenge, of publications Com, Inc. U.S.A., 1995.
106. Sidney, et al., : Effect of hand paddles on speed variations and arm co-ordination in freestyle, (internet) <http://www.coache-sinfo.com/article>, 2001.
107. Singer, R.,: The learning of motor skills, Macmillan publishing Com, Inc, U.S.A., 1982.
108. Starosta, W., : Movement co-ordination abilities as on element in sport selection system, biology of sport, journal article, Warsaw, 1984.
109. Sweeten Ham, B., : Training Skills for national tip squad freestyle and backstroke, and national drills for top squad members, Australian swimming coaches (Journal of the Australian swimming coaches Association), Vol. 18 No2, March – April 1996.
110. Sweeten Ham, B., & Gold Smith, W., Richard, R., : Coaching drills and performance enhancement skill in swimming, Australian coaches and teachers Association Ascata Co, Internet U.S.A, Oct, 1997.
111. Swiss Swimming Federation : Swimming Drills, (Internet) <http://www.fsn.ch/masters/drills.htm>, art., 1996.
112. Takagi, H., et al., : Differences in stroke phases, arm – leg co-ordination and velocity fluctuation due to event, gender and performance level in breaststroke, university of tsukuba, ibaraki, Japan, 2004.
113. Thompson, KG., Haljand, R., Maclaren, DP., : An analysis of selected kinematics variables in national and elite male and female 100m – 200m breaststroke swimmers, Physical Education and Recreation, University of Wales, Institute Cardiff, Uk, 2000.

114. Waneen, W. Spirduso : Physical Dimensions of aging, Human Kinetics, 10th ed, Canada, 1995.
115. Wilmore & Costill, D., : Physiology of sport and exercise, Human Kinetics, second Edition, U.S.A., 1999.
116. Working out, together : Drills for groups, (Internet)
<http://www.USAswimming.org/training/groupdrills.htm>, 2005.