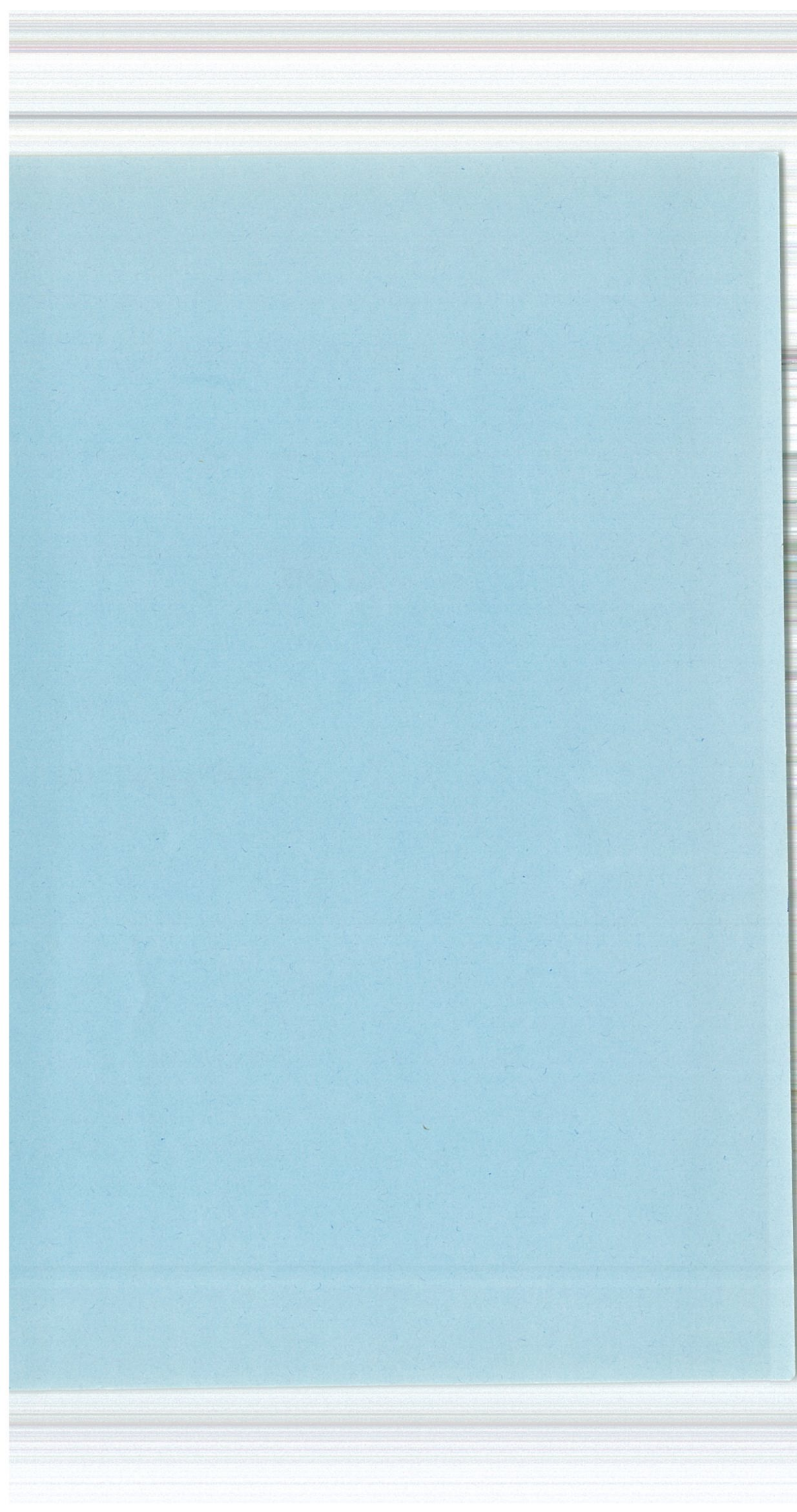


قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية

ثانياً : المراجع الأجنبية



أولاً: المراجع العربية

- ١- ابراهيم سلامة : اللياقة البدنية ، اختبارات تدريبية ، مكتبة نبع الفكر ، الاسكندرية ، ١٩٩٦ م .
- ٢- أبو العلا احمد عبد الفتاح : التدريب الرياضى الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربى ، ط١ ، القاهرة ، ١٩٩٧ م
- ٣- _____ : بيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربى ، ط١ ، القاهرة ، ١٩٨٢ م .
- ٤- _____ : "العلاقة بين الكفاءة البدنية العامة والكفاءة البدنية الخاصة ومستوى الاداء لمسافات سباحة الزحف" ، مجلة دراسات وبحوث ، المجلد الخامس ، العدد الأول ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٢ م .
- ٥- أديل سعد شنودة : "برنامج جمباز مقترح لتنمية الرشاقة لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الاسكندرية " ، مجلة دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ، المجلد الثامن ، العدد الأول ، فبراير ١٩٨٥ م
- ٦- اسماعيل حامد عثمان ، وآخرون : تعليم وتدريب الملاكمة ، مطبعة دار السعادة ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .
- ٧- السيد عبد المقصود : نظريات التدريب الرياضى - توجيه وتعديل مسار مستوى الانجاز ، مكتبة الحساء ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ٨- _____ : نظريات التدريب الرياضى ، تدريب وفسيولوجية التحمل ، مطبعة الشباب الحر ، الاسكندرية ، ١٩٩٢ م .

٩- أيهاب محمد عبد الفتاح : "أثر التدريب بالانثقال على مستوى الاداء فى مهارة الضربة الساحقة للناشئين فى لعبة الكرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ١٩٨٨م .

١٠- بدر أحمد محمد سعد : "تأثير برنامج تدريبي على بعض مكونات اللياقة البدنية والدم لناشئ كرة اليد " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ببورسعيد ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٦م

١١- تشارلز بيوكر : اسس التربية البدنية ، ترجمة حسن سيد معوض ، كمال صالح عبدة ، مكتبة الانجلو ، القاهرة ، ١٩٦٤م .

١٢- حنان أحمد رشدى عبد الله : "وضع برنامج للاعداد البدنى الخامس وتحديد أثره على المستوى المهارى للاعبات كرة اليد " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات ، القاهرة ، ١٩٨٠م

١٣- حنفى محمود مختار : أسس تخطيط برامج التدريب الرياضى ، دار زهران للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ١٩٨٨م .

١٤- رابحة محمد لطفى : "تأثير برنامج لتنمية عناصر اللياقة البدنية الخاصة على المستوى المهارى فى كرة السلة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، الزقازيق ، ١٩٨٥م .

١٥- طلحة حسام الدين ، وآخرون : الموسوعة العلمية فى التدريب الرياضى (١) ، مركز الكتاب للنشر ، ط١ ، القاهرة ، ١٩٩٧م .

١٦- عادل عبد البصير على : التدريب الرياضى .. والتكامل بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .

١٧- _____ : النظريات والأسس العلمية لتدريس الجمباز الحديث - حصان القفز ، المتوازين ، العقلة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

١٨- عادل فوزى جمال : " أثر برنامج مقترح على تنمية السرعة فى سباحتى الصدر والدولفين لطلبة أختياري أول وثانى " ، مجلة دراسات وبحوث ، جامعة حلوان المجلد الخامس ، العدد الثانى ، ديسمبر ١٩٨٢ م .

١٩- عبد الباسط جميل عبد الفتاح : " تطوير الاعداد البدنى الخاص لناشئ الملاكمة ، رسالة دكتوراة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩٧ م .

٢٠- عبد الحميد احمد : الملاكمة ، دار الفكر العربى ، ط ٤ ، القاهرة ، ١٩٧٨ م .

٢١- عبد الفتاح خضر : " اثر التدريب بحمل متوسط الشدة أثناء إعداد الملاكمين المبتدئين ١١ - ١٢ سنة " ، ملحقات بحوث ومؤتمرات ، جامعة حلوان كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٨٥ م .

٢٢- عزت محمود الكاشف : التخطيط فى التدريب الرياضى ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .

٢٣- عصام عبد الخالق : المرحلة الاعدادية للملاكمة الحديثة ، دار الكتب الجامعية ، الاسكندرية ، ١٩٨١ م .

٢٤- مصام عبد الخالق : التدريب الرياضى نظريات - تطبيقات ،
دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨١م .

٢٥- علاء سيد نبيه : " تأثير برنامج تدريبي مقترح على بعض عناصر
اللياقة البدنية وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى لاعبي
كرة الماء " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين
، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٢م .

٢٦- على البيك : تخطيط التدريب الرياضى ، منشأة المعارف الأسكندرية ،
١٩٩٣م .

٢٧- فائزة محمد بسيونى : " تأثير الحياه الرياضية على بعض عناصر اللياقة
البدنية دراسة تجريبية تم أجراؤها على طالبات الصف الأول
بالمعهد العالى للتربية الرياضية للمعلمات بالقاهرة " ،
رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية
للبنات ، القاهرة ، ١٩٧٤م .

٢٨- فريال عبد الفتاح درويش : " أثر برنامج مقترح للتدريب بالأثقال لتنمية
القوة المميزة بالسرعة (القدرة) على مستوى اداء
المهارات الاساسية فى كرة السلة للاعبات النادى الأهلى
تحت ١٧ سنة " ، مجلة دراسات وبحوث ، جامعة حلوان ،
المجلد الخامس العدد الثالث ، ديسمبر ١٩٨٢م .

٢٩- قدرى، سيد مرسى : " أثر تخطيط برنامج تدريبي على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للاعبى الفريق القومى لكرة اليد تحت ٢٠ سنة المشارك فى البطولة الافريقية بالجزائر ١٩٨١ " ، مجلة علوم وفنون ، دراسات وبحوث ، المجلد الثانى ، العدد الرابع ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٠ م .

٣٠- كمال عبد الحميد ، محمد صبحى حسانين : اللياقة البدنية ومكوناتها ، دار الفكر العربى ، ط٣ ، القاهرة ، ١٩٩٧ م .

٣١- محمد جمال الدين حمادة ، نادية حسن هاشم : " تأثير التدريب الهوائى واللاهوائى على السرعة الحركية ناشئ كرة اليد " ، المجلة العلمية للتربية الرياضية جامعة حلوان ، العدد (٨٧) ، أكتوبر ١٩٩٠ م .

٣٢- محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضى ، دار المعارف ، ط١٣ ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .

٣٣- محمد حسن علاوى ، أبو العلا أحمد عبد الفتاح : فسيولوجيا التدريب الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٤ م .

٣٤- محمد حسن علاوى ، اسامة كامل راتب : البحث العلمى فى المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ١٩٨٧ م .

٣٥- محمد حسن علاوى ، محمد نصر الدين رضوان : اختيارات الأداء الحركى ، دار الفكر العربى ، ط٢ ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .

٣٦- محمد رضا الوقاد ، محمد العربى شمعون : " أثر برنامج مقترح على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والمتغيرات الفسيولوجية لدى الناشئين فى الحرس الوطنى بالمملكة العربية السعودية " ، ملخصات البحوث ، مؤثر الرياضة للجميع ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، مارس ١٩٨٤ م .

٣٧- محمد صبحى حسانين : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة (٢) ، دار الفكر العربى ، ط٣ ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .

٣٨- _____ : القياس والتقويم فى التربية البدنية والرياضة (١) ، دار الفكر العربى ، ط٣ ، القاهرة ، ١٩٩٥ م .

٣٩- _____ : طرق بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس فى التربية البدنية ، دار الفكر العربى ، ط٢ ، القاهرة ، ١٩٨٧ م .

٤٠- محمد صبحى حسانين ، احمد كسرى معانى : موسوعة التدريب الرياضى التطبيقى ، مركز الكتاب للنشر ، ط١ ، القاهرة ، ١٩٩٨ م .

٤١- محمد مصدق محمود : " العوامل الانثروبومترية والبدنية والفسيولوجية وأثرها على المستوى الرقعى لسباحى الزحف على أبطن " ، رسالة دكتوراه جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، بالقاهرة ، ١٩٨٥ م .

٤٢- محمود وجيه حمدى عثمان: "برنامج مقترح لتنمية الصفات البدنية والمهارية للاعبى الكرة الطائرة تحت ١٨ سنة " ، رسالة دكتوراه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٩٣م .

٤٣- مفتى ابراهيم حماد : التدريب الرياضى الحديث ، دار الفكر العربى ، ط١ ، القاهرة ، ١٩٩٨م .

٤٤- هانى حسن كامل: "تأثير برنامج تدريبي مقترح على الاداء الحركى فى اداء الكرة الطائرة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ١٩٨٩م .

٤٥- وليد مرسى على مرسى: "تأثير برنامج تدريبي مقترح بالانثقال على بعض عناصر اللياقة البدنية الخاصة بالملاكمين " ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ١٩٨٩م .

٤٦- يحيى السيد إسماعيل الحاوى : الملاكمة - أسس نظرية - تطبيقات عملية ، مكتب العزيزى ، ط٢ ، الزقازيق ، ٢٠٠٠م .

٤٧- _____ : "اثر التدريبات الخاصة فى الملاكمة على بعض مكونات الأداء الحركى والتغيرات الفسيولوجية للناشئين " ، بحوث المؤتمر الدولى (الرياضة للجميع فى الدول النامية) ، المجلد الثالث ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٥م .

٤٨- يس احمد يس : " السمات النفسية وعلاقتها بانماط الاجسام لدى لاعبي الملاكمة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، جامعة حلوان ، ١٩٩٦ م .

ثانيا : المراجع الاجنبية

- 49- Barrow, N, and Mcgee. R,: A Approach to meauroment In physical Education, philadelphia, 1964.
- 50- Beroud - P, & Gahery. Y : The Posture - Kinetic Co - ordinations associated with kicking movements in French boxing, stops, revue dessciences et technigues des activites physiques et sportives, Grenoble, 1998 .
- 51- Clarke , H., H : Applicatation of measurement to Health and physical education , 4 the , Ed prentice Hall , INC ., Englewood clifhs , new jersey 1967 .
- 52- Eckert, H.M., : Practical Measurement of physical Performance , fes & febiger , philadelphia , 1974.
- 53- Getchell , B. : Physical fitness , aueay of life john wiley , sons , ine , new york , 1976 .
- 54- Harold , M.B. & Rosemary , m. : Apractical approach to measurement in physical education , 2 nd ed . lea & ferbiger , philadelphia , 1973.
- 55- Harre, D : Trainingslehre , sportverlag , berlin , 1971.

- 56- Hirtz, P: Zur Bewegungung seigens chaft Gewandtheit
th.u. pr. D. K., 8. 1964 .
- 57- Matheus , D., K., : Measuremen in physical education , 4
nd. ed., W.B. Saunders co., philadelphia ,
london, 1973.
- 58- Morhouse . L.E & miller. A.T : physiology of exercise ,
the C.V. mosby co 1963.
- 59- Pavolainen. L. & al : Effects of explosive type strength
training on physical performance charaeteristics
in crosscountry skiers ", European, Journal of
applied physiology and occupational
physiology, Berlin, 1991 .
- 60- Wilmor , m .J. : Training for sport and activity , the
physiological bosis of the condioning process, 2
nd ed , lomdon , allyn . pacon, inc , 1982.