

- 0/6 المراجع  
1/6 المراجع العربية
- 1- إبراهيم أحمد السعيد جزر : تأثير برنامج تدريبي مقترن لتتبیه الاتزان الديناميکي للمصارعين تحت 14 سنة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 01996م
- 2- : التحليل الكينماتيکي لآداء مهارة الكوبيرى فى رياضة المصارعة، المجلد الأول لبحوث المؤتمر العلمى، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيره، القاهرة، جامعة حلوان، 01998م
- 3- : التحليل البيوميكانيکي لآداء مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة (الستير الأمامي)، بحث منشور، المجلة العلمية لبحوث والدراسات فى التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس 02001م
- 4- إبراهيم أحمد السعيد جزر، محمد سليمان عبد اللطيف: التغير الكمى لبعض المقاييس البيوميكانيكية لمهارة تطويق الذراع والرقبة والرمي من فوق المقعدة فى رياضة المصارعة، بحث منشور، مجلة علمية، العدد الثالث عشر، كلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس، 02006م
- 5- إبراهيم فارق جعفر : ميكانيکية النقاط الحظية المسبيبة لإنجاز مهارة البرمة العالية كأساس للتدريب المهارى والبدنى فى رياضة المصارعة اليونانية - الرومانية بحث منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية العدد الخامس، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 02004م
- 6- إبراهيم فوزي مصطفى : مساهمة بعض الخصائص الكينماتيکية والصفات البدنية الخاصة فى الأداء المهارى للرمية الخلفية بالمواجهة فى المصارعة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 01999م
- 7- : الخصائص الديناميکية لمراحل تعليم مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة للمصارعين رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 02002م
- 8- أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضى، المفاهيم - التطبيقات، دار الفكر العربى، 02003م
- 9- أحمد عبد الحميد عمارة، محمد نبوى الأشرم: التحليل الكمى والكيفى للخصائص البيوميكانيکية لمهارة

رفعه الوسط العكسية (الريبيوه) فى رياضة المصارعة الرومانية بحث منشور ، المجلة العلمية المتخصصة، العدد السادسون، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية، 02006

10- **أحمد عبد العزيز محمد** : تقويم بعض المتغيرات المختارة لإنقاء المبتدئين فى رياضة المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان القاهرة، 1989 م

11- **أحمد محمد عبد اللطيف** : الخصائص التكنيكية لبعض مهارات الجمباز كأساس للتدريب النوعي، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 1994 م

12- **أسامة سعيد هاشم علام** : تأثير برنامج مقترن للتدريبات على تحسين مهارات المصارعة الحرة للناشئين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2004 م

13- **أسامة عز الرجال محمد العوضى** : الخصائص البيوميكانيكية لبعض مهارات المجموعة الخامسة على جهاز حصان القفز كأساس لوضع التدريبات النوعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بمدينة السادات، جامعة المنوفية، 2008 م

14- **أسامة كامل راتب** : علم نفس الرياضى(المفاهيم-التطبيقات)، دار الفكر العربى، ط1 القاهرة، 1995 م

15- **—** : تدريب المهارات النفسية (المفاهيم- تطبيقات فى المجال الرياضى)، دار الفكر العربى، 2000 م

16- **أسامة محمد عبد العزيز يوسف**: الخصائص الديناميكية لمهارة الرمية الخلفية بالمواجهة فى رياضة المصارعة بحث منشور ، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية العدد الخامس، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 2004 م

17- **السيد إبراهيم العراقي سليم** : "الفاعلية الميكانيكية لأداء طريقى حركة رفع الكتفين للاعبى المصارعة الحرة دراسة مقارنة" رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، 2004 م

18- **السيد عبد المقصود محمد** : نظريات التدريب الرياضى تدريب وفسيولوجيا القوة، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1997 م

19- **السيد عبد المقصود محمد** : نظريات التدريب الرياضى فى الجوانب الأساسية فى العملية التدريبية القاهرة، 1999 م

- 20- **الطاهر أحمد محمد مطر** : علاقة بعض المحددات البيوميكانيكية لمهارة رمية الذراع من فوق الظهر بمستوى الأداء للمصارعين، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 2005
- 21- **آمال جابر متولى** : مبادئ الميكانيكا الحيوية وتطبيقاتها في المجال الرياضي، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2008
- 22- **إيهاب محمد فوزي البديوى** : إستراتيجية لتدريب مهارة الرمية الخلفية بالظهر (الستير الخلفي) من خلال التحليل الكينماتيكي، بحث منشور، المجلة العلمية، العدد الثالث والخمسين، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 2004
- 23- **بدوى عبد العال بدوى**، **عصام الدين متولى عبد الله**، **خالد عبد الحميد حسانين** : علم الحركة والميكانيكا الحيوية بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2006
- 24- **بسطوىسى أحمد** : أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996
- 25- **تامر حسين محمد الشتى** : استخدام بعض المحددات البيوميكانيكية كمؤشر للتدريبات النوعية وتأثيرها على مستوى أداء بعض مهارات الملاكمة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 2006
- 26- **جيرو خموث** : الميكانيكا وطرق البحث العلمي للحركات الرياضية، ترجمة كمال عبد الحميد، مراجعة سليمان على حسن، ط3، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1999
- 27- **حسنى سيد أحمد**، **يحيى محمد زكريا**، **هيثم عبد الرزق أحمد** : المتغيرات الميكانيكية كمؤشر لبرنامج تدريسي نوعي لتحسين الأداء المهارى للشقبة الأمامية المتبوعة بدورة هوائية أمامية مستقيمة مع دورة هوائية أمامية مكورة، بحث منشور، المؤتمر الأول للتربية البدنية والرياضه ، الكويت، 2008
- 28- **سعيد عبد الرشيد** : المتغيرات البيوميكانيكية والأداء في رياضة الجمباز، مقال ضمن متطلبات الحصول على درجة أستاذ، جامعة المنوفية، 2001
- 29- **شريف محمد عبد القادر**، **أسامة محمد عبد العزيز**، **عمرو سليمان محمد** : الإتزان الديناميكي لبعض مهارات الهجوم من أعلى في رياضة المصارعة اليونانية-الرومانية، بحث منشور المجلة العلمية، العدد التاسع، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، 2006
- 30- **طلحة حسين حسام الدين** : الميكانيكا الحيوية، الأسس النظرية والتطبيقية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1993

- 31 مبادئ التشخيص العلمى، دار الفكر العربى، القاهرة، 1994م
- 32 طلحة حسين حسام الدين، مصطفى كامل حمد، سعيد عبد الرشيد خاطر: مذكرة فى مبادئ الميكانيكا الحيوية وعلم الحركة التطبيقي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997م
- 33 طلحة حسين حسام الدين، وفاء صلاح الدين، مصطفى كامل، سعيد عبد الرشيد: علم الحركة التطبيقي، الجزء الأول مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 34 عادل عبد البصیر على: المدخل لتحليل الأبعاد الثلاثة لحركة جسم الإنسان فى المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 35 الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق فى المجال الرياضي ط 2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 36 التحليل البيوميكانيكي لحركات جسم الإنسان (أسسه وتطبيقاته) المكتبة المصرية، الإسكندرية، 2004م
- 37 عبد الحميد أحمد: الملاكمه ، ط3، دار النشر للجامعات المصرية، القاهرة، 1987م
- 38 عصام عبد الخالق: التدريب الرياضى، ط6، دار المعارف، القاهرة ، 1990م
- 39 علاء محمد محمود قنواتى: النظرية والتطبيق فى رياضة المصارعة، مكتبة الصباح للنشر، القاهرة، 2001م
- 40 عماد سمير محمود: أسس التخطيط والتدريب فى المصارعة، المركز العربى للنشر ، 2003م
- 41 لدى لاعبى المصارعة الرومانية واليابانية، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، 1999م
- 42 عويس الجبالي: التدريب الرياضى " النظرية والتطبيق " الطبعة الرابعة، كلية التربية الرياضية، بالهرم، 2003م
- 43 محمد إبراهيم سعيد العيشى: الطريق للبطولة فى المصارعة، ماستر كمبيوتر سنتر للطباعة الزقازيق، 1997م
- 44 محمد إبراهيم مليجي: توجيه بعض المؤشرات البيوميكانيكية لتحسين أداء الحركة الابسطاطية فى المبارزة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق، 1997م
- 45 محمد أحمد الشامى، حاتم أبو حمده هليل : المؤشرات البيوميكانيكية كأساس لتوجيه التدريب النوعى لمهارة الدورتين الهوائيتين المستقيمتين الخلفيتين من المهارة التحضيرية على جهاز الحركات الأرضية، مجلة بحوث التربية الرياضية

- المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 2007م
- 46- محمد أحمد الشامي، نبيل عبد المنعم محمود: تأثير التمريات النوعية للتركيب الديناميكي الأساسي في تحسين على جهاز حسان الحلق، مجلة بحوث التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، 0م 1999
- 47- محمد العربي شمعون : التدريب العقلى فى المجال الرياضى دار الفكر العربى، القاهرة، 1996م
- 48- — : التدريب العقلى فى المجال الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة الطبعة الثانية، 2001م
- 49- محمد حسن علاوى : علم التدريب الرياضى، الطبعة الثانية عشر، دار المعارف، القاهرة، 1992م
- 50 : سيكولوجية التدريب والمناقشات ط 7، دار المعارف، القاهرة، 1992
- 51 : مدخل في علم النفس الرياضى مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 52 : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربى، القاهرة، 2002م
- 53- محمد جابر بريقع وخديجة إبراهيم السكري: المبادئ الأساسية للميكانيكا الحيوية في المجال الرياضي منشأة المعارف، الإسكندرية، 2002م
- 54- محمد سليمان عبد اللطيف : تأثير تتميمية بعض المكونات البدنية الخاصة على بعض الخصائص الكينماتيكية لمهارة الغطس على الرجل في المصارعة الحرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 1999م
- 55- محمد سيد كامل سيد : بيوميكانيكية آداء بعض المهارات الهجومية في الجودو كأساس لوضع تمرينات نوعية لتحسين مستوى الأداء المهارى رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، 2004م
- 56- محمد صبحى حسانين : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، الجزء الأول، الطبعة الرابعة، دار الفكر العربى، القاهرة، 2001م
- 57- محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضة(النظرية والتطبيق والتجريب) دار الفكر العربى، القاهرة، 1995م
- 58- مسعد على محمود : دراسة تحليلية لمستوى نتائج بعض مناطق الإتحاد المصرى في المصارعة الرومانية والحرة للمراحل السنوية موسم 1985-1986م، المؤتمر الأول، دور التربية الرياضية في المجتمع المصرى المعاصر، كلية التربية الرياضية

- للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان، 1986م
- 59
- المبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحركة للهواة، دار الطباعة للنشر،  
جامعة المنصورة، 1997م
- 60
- المبادئ الأساسية اليونانية الرومانية والحركة للهواة، الطبعة الرابعة، دار  
الطباعة للنشر والتوزيع، جامعة المنصورة، 2001م
- 61
- مسعد على محمود، محمد رضا الروبي: تحليل الخصائص العامة وفعالية الحركات الفنية التي يستخدمها  
فريق مصر ونيجيريا القوميين للمصارعة الحرة للهواة في البطولة الإفريقية  
1989م (دراسة مقارنة) مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 14، كلية التربية  
الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1992م
- 62
- مصطفى عطوة: فسيولوجيكية ضبط الحجم للأداء البدنى فى المجموعة الواحدة (المهارات  
الحركية العدد - العدو وجرى) بحث منشور، المجلة العلمية، جامعة  
المنوفية، يوليو، 2007م
- 63
- مفتى إبراهيم حماد: الهجوم فى كرة القدم، دار الفكر العربى، القاهرة، 1990م
- 64
- : المهارات الرياضية، الطابعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة،  
2002م
- 65
- نبيل حسنى الشوربجى: إستراتيجية لتدريب مهارة برمبة الرجل (الشواية) من خلال التحليل  
الكينماتيكي، بحث منشور، المجلة العلمية المتخصصة فى علوم التربية  
الرياضية (نظريات وتطبيقات)، العدد ثلاثة وخمسين، كلية التربية الرياضية  
للبنين، جامعة الإسكندرية، 2004م
- 66
- هانى جعفر عبد الله الصادق: تحديد الخصائص الديناميكية لمهارة الرمية الخلفية بمواجهة الظهر لدى  
لاعبى المصارعة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة  
أسيوط، 2005م
- 67
- هانى طه محمد على قنديل: الخصائص الكينماتيكية كمؤشر لتنمية الحركة الفنية الكبرى للاعبى  
المصارعة رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين،  
جامعة حلوان، 2006 م
- 68
- هانى عبدالله المتناوى: استحداث أسلوب للمعالجة الكينماتيكية بإستخدام الفيديو والحاسب الآلى،  
رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان،  
1996م

- 69- هشام أحمد مهدي عيد نصار : دراسة ميكانيكية مقارنة بين مهاراتي مسكة الوسط العسكرية في رياضة المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 02009م
- 70- هيثم أحمد إبراهيم محمد زلط : فاعالية استخدام التدريب العقلى على بعض المهارات لدى لاعبى المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 2006م
- 71- يحيى السيد اسماعيل الحاوى : الموهبة الرياضية والإبداع الحركى، الباب الذهبى للدخول للرياضة العالمية، المركز العربى للنشر، 2004م

## 2/6 المراجع الأجنبية

- 72- **Andrewlittle** : Biomechanics Western Australian Institute Of Sport, 2001.
- 73- **Bohnstengel M** : Relaxation Techniques, can they make you a better athlete, 2002.
- 74- **Hermann, G<sup>1,4</sup>,et,al.,** :"Reaction and performance time of taekwondo top-Athletes Demonstrating the Bal Dung-chAGi" university of konstanze, Germany, 2008.
- 75- **Hofmann, M<sup>103</sup>., et, al** :" Biomechanical Analysis Of Fist Punch Gyaku-zuki in Karate " Department Of Sport Science, Otto-Von Guericke-University, Magdeburg, Germany, 2008.
- 76- **Humaram** : There Lation ship between anxiety and performance, Acogitive beha vioral perspective, 2001.
- 77- **Jung, T & Gucho,H** The contribution of lower limp segments By pre-pmovement in Taekwondo Round House Kicking" Yongin University, yongin city, korea, 2008.

- 78- **Lee, C** : Analysis of jump Back Kick movement in Taekwondo " xin sheng taekwondo Training center, Taipei, Taiwan, 2008.
- 79- **Lee, C.,&chen,A** :The support leg and Attack Pattern Relationship of Back kick movement in taekwondo" xin sheng taekwondo training center, Taipei, Taiwan, 2008.
- 80- **Murray J,** :Theeessenence of imagery in tennis, 1995.  
Website: <http://www.tennissere quipment/meII95.html.com/mental>
- 81- **Plessinger A** :The effect of mental imagery on athletic performance,1999.  
Website/[www.randerbite.edu/anspsychology/heath/psychology mentalimagery.html](http://www.randerbite.edu/anspsychology/heath/psychology mentalimagery.html)
- 82- **Singer,R.N.** :Strategies and metastrategies in learning and performing seif. Poced, athletic skills, The sport psychologist, No.2, 1988, PP19-52.
- 83- **Styfanoyns** :Sport Technology and the improvement of performance of atheletes, department sport science university of stcullenonsh south affica,2003.
- 84- **Susan J.Hall(1999)** :Basic Biomechancis second edition, mosby.
- 85- **Witte, K., et, al.,** :Biomechanical Measuring stations to solve practical problems in karate sport"Department of sport Science, Otto-von-Guericke-

university Magdeburg, Germany,2008.

- 86- **Xuezhen, G.,&lui, Hi** :Biomechanical characteristics of Hip and knee joint muscle in Greco-Roman style wrestlers" Beijing Research institute of sport science, Beijing china, 2005.
- 87- :[www-FPEGALEX.ORG/ARABIC/MAGAZINE/NO22/E22-5,Doc](http://www-FPEGALEX.ORG/ARABIC/MAGAZINE/NO22/E22-5,Doc)