

0/6 المراجع  
1/6 المراجع العربية

- 1- إبراهيم أحمد السعيد جزر : تأثير برنامج تدريبي مقترح لتتبيه الاتزان الديناميكي للمصارعين تحت 14 سنة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 1996م
- 2- — : التحليل الكينماتيكي لأداء مهارة الكوبرى فى رياضة المصارعة، المجلد الأول لبحوث المؤتمر العلمى، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، القاهرة، جامعة حلوان، 1998م
- 3- — : التحليل البيوميكانيكى لأداء مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة (السننير الأمامى)، بحث منشور، المجلة العلمية للبحوث والدراسات فى التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس 2001م
- 4- إبراهيم أحمد السعيد جزر، محمد سليمان عبد اللطيف: التغير الكمى لبعض المقادير البيوميكانيكية لمهارة تطويق الذراع والرقبة والرمى من فوق المقعدة فى رياضة المصارعة، بحث منشور، مجلة علمية، العدد الثالث عشر، كلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس، 2006م
- 5- إبراهيم فارق جعفر : ميكانيكية النقاط اللحظية المسببة 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، 2004م
- 6- إبراهيم فوزى مصطفى : مساهمة بعض الخصائص الكينماتيكية والصفات البدنية الخاصة فى الأداء المهارى للرمية الخلفية بالمواجهة فى المصارعة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 1999م
- 7- — : الخصائص الديناميكية لمراحل تعليم مهارة الرمية الخلفية بالمواجهة للمصارعين رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 2002م
- 8- أحمد أمين فوزى : مبادئ علم النفس الرياضى، المفاهيم - التطبيقات، دار الفكر العربى، 2003م
- 9- أحمد عبد الحميد عمارة، محمد نبوى الأشرم: التحليل الكمى والكيفى للخصائص البيوميكانيكية لمهارة

رفعة الوسط العكسية (الريببوه) فى رياضة المصارعة الرومانية بحث منشور، المجلة العلمية المتخصصة، العدد الستون، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية، 2006م

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

11- أحمد محمد عبد اللطيف : الخصائص التقنية لبعض مهارات الجباز كأساس للتدريب النوعى، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان 1994م

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

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، 2008م

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

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

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، 2004م

17- السيد إبراهيم العراقى سليم : "الفاعلية الميكانيكية لأداء طريقتى حركة رفعة الكتفين للاعبى المصارعة الحرة دراسة مقارنة" رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، 2004م

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

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

- 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، 2005م
- 21- **آمال جابر متولى** : مبادئ الميكانيكا الحيوية وتطبيقاتها فى المجال الرياضى، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، 2008م
- 22- **إيهاب محمد فوزى البديوى** : إستراتيجية لتدريب مهارة الرمية الخلفية بالظهر (السنثير الخلفى) من خلال التحليل الكينماتيكي، بحث منشور، المجلة العلمية، العدد الثالث والخمسين، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 2004م
- 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، 2006م
- 24- **بسطوسى أحمد** : أسس ونظريات الحركة، دار الفكر العربى، القاهرة، 1996م
- 25- **تامر حسين محمد الشتيحي** : استخدام بعض المحددات البيوميكانيكية كمؤشر للتدريبات النوعية وتأثيرها على مستوى أداء بعض مهارات الملاكمة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 2006م
- 26- **جيردهوخموت** : الميكانيكا وطرق البحث العلمى للحركات الرياضية، ترجمة كمال عبد الحميد، مراجعة سليمان على حسن، ط3، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1999م
- 27- **حسنى سيد أحمد، يحيى محمد زكريا، هيثم عبد الرازق أحمد** : المتغيرات الميكانيكية كمؤشر لبرنامج تدريبى نوعى لتحسين الأداء المهارى للشقلبة الأمامية المتنوعة بدورة هوائية أمامية مستقيمة مع دورة هوائية أمامية مكورة، بحث منشور، المؤتمر الأول للتربية البدنية والرياضة، الكويت، 2008م
- 28- **سعيد عبد الرشيد** : المتغيرات البيوميكانيكية والأداء فى رياضة الجباز، مقال ضمن متطلبات الحصول على درجة أستاذ، جامعة المنوفية، 2001م
- 29- **شريف محمد عبد القادر، أسامة محمد عبد العزيز، عمرو سليمان محمد** : الإتزان الديناميكي لبعض مهارات الهجوم من أعلى فى رياضة المصارعة اليونانية-الرومانية، بحث منشور المجلة العلمية، العدد التاسع، كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، 2006م
- 30- **طلحة حسين حسام الدين** : الميكانيكا الحيوية، الأسس النظرية والتطبيقية، دار الفكر العربى، القاهرة، 1993م

- 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 التطبيقى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997م
- 33- طلحة حسين حسام الدين، وفاء صلاح الدين، مصطفى كامل، سعيد عبد الرشيد: علم الحركة التطبيقى، الجزء الأول مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 34- عادل عبد البصير على :المدخل لتحليل الأبعاد الثلاثة لحركة جسم الإنسان فى المجال الرياضى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 35- — :الميكانيكا الحيوية والتكامل بين النظرية والتطبيق فى المجال الرياضى ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998م
- 36- — التحليل البيوميكانيكى لحركات جسم الإنسان (أسسه وتطبيقاته) المكتبة المصرية، الإسكندرية، 2004م
- 37- عبد الحميد أحمد : الملائمة ، ط3، دار النشر للجامعات المصرية، القاهرة، 1987م
- 38- عصام عبد الخالق : التدريب الرياضى، ط6، دار المعارف، القاهرة ، 1990م
- 39- علاء محمد محمود قناوى : النظرية والتطبيق فى رياضة المصارعة، مكتبة الصباح للنشر، القاهرة، 2001م
- 40- — : أسس التخطيط والتدريب فى المصارعة، المركز العربى للنشر، 2003م
- 41- عماد سمير محمود : بعض المظاهر النفسية لحالة ما قبل المنافسة وعلاقتها بمستوى المهارة لدى لاعبي المصارعة الرومانية واليابانية، رسالة دكتوراه كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، 1999م
- 42- عويس الجبالى : 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 مليجى : توجيه بعض المؤشرات البيوميكانيكية لتحسين أداء الحركة الانبساطية فى المباراة، 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 الثانى، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 2007م

- 46- محمد أحمد الشامى، نبيل عبد المنعم محمود: تأثير التمرينات النوعية للتركيب الديناميكي الأساسى فى تحسين على جهاز حصان الحلق، مجلة بحوث التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق، 1999م0

- 47- محمد العربى 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 ط7، دار المعارف، القاهرة، 1992م  
51- — : مدخل فى علم النفس الرياضى مركز الكفاء للنشر، القاهرة، 1998م  
52- — : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربى، القاهرة، 2002م

- 53- محمد جابر بريقع وخيرية إبراهيم السكرى: المبادئ الأساسية للميكانيكا الحيوية فى المجال الرياضى منشأة المعارف، الإسكندرية، 2002م

- 54- محمد سليمان عبد اللطيف : تأثير تنمية بعض المكونات البدنية الخاصة على بعض الخصائص الكينماتيكية لمهارة الغطس على الرجل فى المصارعة الحرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس، 1999م  
55- محمد سيد كامل سيد : بيوميكانيكية أداء بعض المهارات الهجومية فى 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 فى 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 فى المصارعة الرومانية والحرّة للمراحل السنية موسم 1985م-1986م، المؤتمر الأول، دور التربية الرياضية فى المجتمع المصرى المعاصر، كلية التربية الرياضية

- للبنين بالإسكندرية، جامعة حلوان، 1986م
- 59- — المبادئ الأساسية للمصارعة الرومانية والحرّة للهواة، دار الطباعة للنشر، جامعة المنصورة، 1997م
- 60- — : المبادئ الأساسية اليونانية الرومانية والحرّة 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 فريقى مصر ونيجيريا القوميين للمصارعة الحرّة للهواة فى البطولة الإفريقية 1989م (دراسة مقارنة) مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 14، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، 1992م
- 62- مصطفى عطوة :فسيوميكانيكية 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، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2002م
- 65- نبيل حسنى الشوربجى : إستراتيجية لتدريب مهارة برمّة الرجل (الشواية) من خلال التحليل الكينماتيكى، 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 لاعبي 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 الألى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، 1996م

- 69- هشام أحمد مهدى عيد نصار : دراسة ميكانيكية مقارنة بين مهارتى مسكة الوسط العسكرية فى رياضة المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 2009م
- 70- هيثم أحمد إبراهيم محمد زلط :فاعلية إستخدام التدريب العقلى على بعض المهارات لدى لاعبى المصارعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، 2006م
- 71- يحي السيد اسماعيل الحاوى : الموهبة الرياضية والإبداع الحركى، الباب الذهبى للدخول للرياضة العالمية، المركز العربى للنشر، 2004م

## 2/6 المراجع الأجنبية

- 72- **Andrewlittle** :Biomechancs Western Australian Institute Of Sport, 2001.
- 73- **Bohnstengel M** :Relaxation Techniqueues, can they make you abetter 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,** :Theessence of imagery in tennis, 1995.  
Website: [http: //www tennissere quipment /meII95.html.com/mental](http://www.tennisserequip.com/mental/)
- 81- **Plessinger A** :The effect of mental imagery on athletic performance,1999.  
Website/[www.randelbrite.edu/anspsychology/heath/psychology mentalimagery.html](http://www.randelbrite.edu/anspsychology/heath/psychology_mentalimagery.html)
- 82- **Singer,R,.N.** :Strategies and metastrategies in learning and performing seif. Poted, 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](http://www-FPEGALEX.ORG/ARABIC/MAGAZINE/NO22/E22-5),Doc