

المراجع References

أولاً : المراجع العربية Arabic References

1. إبراهيم شعلان " : تأثير درس التربية الرياضية على بعض مظاهر الإيقاع الحيوى (الانتباه - قوة التركيز - القدرة على التحصيل) ، بحث منشور ، المجلة العلمية كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1995م .
2. أبو العلا أحمد عبد الفتاح : بيولوجيا الرياضة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1985م .
3. أبو العلا أحمد عبد الفتاح ، محمد صبحى حسانين ، فسيولوجيا ومرفولوجيا الرياضة وطرق والتقييم" دار الفكر العربى، القاهرة، 1997 0
4. أحمد أمين فوزي : " مبادئ علم النفس الرياضى ، المفاهيم - التطبيقات " ، دار الفكر العربى ، 2003م.
5. أحمد أمين فوزي : سيكولوجية التعلم للمهارات الحركية ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1980م
6. أحمد أمين فوزي وطارق محمد بدر الدين : سيكولوجية الفريق الرياضى ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 2001م .
7. أحمد حلمي سعد زغول: " فاعلية الإيقاع الحيوى وعلاقته بالتدريبات النوعية لتطوير مستوى الأداء فى رياضة المصارعة" رسالة ماجستير كلية التربية الرياضية، جامعة بنها 2005 0
8. أحمد زكى صالح : " علم النفس التربوى " ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1979م.
9. أحمد صبحي سالم : تأثير التدريب العقلى على تطوير بعض المهارات الحركية لناشئ تنس الطاولة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 2004 م
10. أحمد عادل الششتانى : تأثير اختلافات التوقيت المحلى على الانجاز الرياضى ، مجلة نظريات وتطبيقات ، العدد الثالث عشر ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الإسكندرية ، 1992م .
11. أحمد محمد العقاد ، ممدوح محمد سعد : " تأثير برنامج للتدريب العقلى على تطوير بعض الخصائص النفسية والمهارات الأساسية للاعب كرة القدم " ، إنتاج علمى ، مجلة كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، العدد 31، أبريل ، 2000م .

12. أحمد محمد قطب: " تأثير برنامج للتدريب العقلي على تطوير مستوى أداء بعض المهارات الهجومية لناشئ تنس الطاولة "، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2006 0
13. أحمد محمود إبراهيم : مبادئ التخطيط للبرامج التعليمية والتدريبية - رياضة الكاراتيه ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، 1995 م .
14. أسامة كامل راتب : " دوافع التفوق في النشاط الرياضي " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 م.
15. أسامة كامل راتب: " تدريب المهارات النفسية " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 م.
16. أسامة كامل راتب: " علم النفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات " ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة 1997 م.
17. أسامة كامل راتب: " علم النفس الرياضي " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 م.
18. ألكسندر يوريلي : اسرار النوم ، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة ، سلسلة عالم المعارف ، العدد 136 ، المجلس الوطنى للثقافة والفنون ، والاداب ، الكويت 1992 م .
19. ألين وديع فرج ، سلوي عز الدين فكري : " المرجع في تنس الطاولة " ، منشأة المعارف بالإسكندرية ، 2002 م.
20. أمجد حسين لاما: " تطوير الإعداد البدني وفق دورة الإيقاع الحيوي لناشئ كرة القدم " رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة ، 2000 م
21. أيمن أحمد الباسطى ، مجدى احمد شوقى : " تأثير برنامج تدريبي على بعض مظاهر الانتباه والكفاءة البدنية وعلاقتها بالأداء المهارى فى تنس الطاولة وفقاً لنمط الإيقاع الحيوى " ، إنتاج علمى ، مجلة بحوث التربية الرياضية الشاملة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، 1998 م.
22. جوزيف ناجى أديب بقطر : دراسة تحليلية للمهارات الأساسية لتنس الطاولة وأثرها على نتائج مباريات الناشئين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، 1998 م .
23. حامد محمد حامد الكومى : " تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلي على مستوى أداء الرمية الجزائرية لناشئ كرة اليد " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، 1993 م.
24. حسام الدين احمد خليفة : " فاعلية التدريب العقلى فى تعلم مهارة الارسال فى الكرة الطائرة لطلاب التخصص بكلية التربية الرياضية " ، انتاج علمى ، مجلة

- بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بنين ، المجلد 33 ، العدد 54 ، اغسطس 2000م.
25. حسام عز الرجال ابراهيم : " برنامج مقترح للتدريب العقلي والبدني لتطوير مستوى اداء مهارة استقبال الارسال للاعبى الكرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، 2002م.
26. رشا محمد توفيق : " التصور العقلي وتأثيره على زمن الاداء للناشئين فى السباحة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، الجزيرة ، جامعة حلوان ، 2001م.
27. سعد كمال طه: الإيقاع البيولوجي " مقال كلية العلوم وفنون الرياضة - المجلد السادس كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة 0 جامعة حلون 1994م 0
28. سهير محمد بسيونى : "تأثير برنامج مقترح على بعض القدرات البدنية الخاصة ومستوى الاداء المهارى فى الكرة الطائرة وفقاً لنمط الايقاع الحيوى" ، مؤتمر الرياضة وتنمية المجتمع العربى ومتطلبات القرن الحادى والعشرين ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان ، 1998م .
29. سيد عبدالمقصود ، نظريات التدريب الرياضى ، الجوانب الأساسية للعملية التدريبية ، مكتبة الحساء ، 1994م .
30. شريف فتحي صالح: "برنامج لتحسين أداء الضربة اللولبية بوجه المضرب الخلفى لرياضي تنس الطاولة في ضوء الخصائص الكينماتيكية"، دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، 2002م 0
31. صفوت احمد على حسانين : " الخصائص التقنية للضربة اللولبية فى تنس الطاولة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1994م.
32. صلاح مصطفى منسي: " تحديد الفترة المثلى لإجراء القياسات الاختيارية وفقاً للإيقاع الحيوي للسباح"، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين بأبى قير، جامعة الإسكندرية، الهدد، 2003م 0
33. طارق محمد على إبراهيم : " تطوير سرعة ودقة بعض المهارات الهجومية والدفاعية لناشئ تنس الطاولة تحت 14 سنة بمحافظة الشرقية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق ، 2003م.
34. عادل عبدالحميد على القاضي: " الإيقاع الحيوي وعلاقته بإصابات لاعبي كرة القدم فى الدوري المصري (دراسة تحليلية)" ، مجلة نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين بأبى قير ، جامعة الإسكندرية، العدد، 2004م 0

35. عبد الرحمن محمد عبد الرحمن عفيفي : " تأثير برنامج للتدريب العقلي على دقة أداء ضربات الجزاء للناشئين في كرة القدم تحت 20 سنة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة حلوان ، 2003م .
36. عبد العزيز عبد المجيد : سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي ، ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2005 م .
37. عبد المنعم بدير ويوسف دهب على : بيولوجيا الرياضة ، مكتبة الحرية ، القاهرة ، 2003 م .
38. عبد الحميد أحمد ، الملاكمة ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، 1989 م .
39. عبير أحمد بدير : "الإيقاع الحيوى لبعض القدرات الوظيفية والبدنية الخاصة فى كرة السلة كمحددات لفترات الانتقاء والتدريب " ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقازيق ، جامعة الزقازيق ، 1999م
40. عزيزة محمد عفيفي : " اثر استخدام التدريب البلوميتريك والتدريب العقلى على الإحساس بالأمان النفسي وبعض القدرات الحركية الخاصة بسباق 400م حواجز " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق ، 2001م .
41. على جلال الدين : الصحة الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ط 1 ، 1989 م .
42. على جلال الدين : الصحة الشخصية فى المجال الرياضى ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 1990 م .
43. علي فهمي البيك : "الريتم الحيوى والانجاز الرياضى ، المؤتمر العلمى الاول " ، تقرير المؤتمر ، دور التربية الرياضية فى حل المشكلات المعاصرة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1994 م .
44. على فهمي البيك: محمد صبرى عمر: الإيقاع الحيوى فى الإنجاز الرياضى" ، منشأة المعارف ، 1994م0
45. فاضل سلطان الخالدي : الإيقاع الحيوى وأثره على مستوى الانجاز الرياضى ، الاتحاد العربى السعودى للطب الرياضى ، المملكة العربية السعودية ، 1990 م .
46. فاطمة احمد بسيونى : " فاعلية التدريب العقلى فى مراحل التعلم الحركى على تحسين أداء بعض المهارات الهجومية فى كرة السلة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، 2001م .
47. فريال عبد الفتاح درويش : ألعاب المضرب ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة .

48. مجدي أحمد شوقي : " بناء بطارية اختبار لقياس الصفات البدنية والمهارات النفسية
لناشئ تنس الطاولة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة
الزقازيق ، 1996م.
49. مجدي أحمد شوقي : " تنس الطاولة - أسس نظرية - تطبيقات عملية " ، المركز
العربي للنشر ، القاهرة ، 2002م.
50. محمد أحمد محمود بدر: "أثر استخدام التدريب العقلي على تطوير بعض المهارات
النفسية ومستوى أداء ضربة الجزاء لدى ناشئ هوكي الميدان " ، رسالة
ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2006م
51. محمد العربي شمعون : " التدريب العقلي في المجال الرياضي " ، دار الفكر العربي ،
القاهرة ، 1996م.
52. محمد العربي شمعون : " التدريب العقلي في المجال الرياضي " ، ط2 ، دار الفكر
العربي ، القاهرة ، 2001م.
53. محمد العربي شمعون ، عبد النبي الجمال : " التدريب العقلي في التنس " ، دار الفكر
العربي ، القاهرة ، 1996م.
54. محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل : " اللاعب والتدريب العقلي " ، مركز
الكتاب للنشر ، القاهرة ، 2001م.
55. محمد حسن احمد البهشيمي : "تركيز الانتباه والتوجه التنافسي وعلاقتهما بنتائج المباريات
في رياضة تنس الطاولة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
للبنين ، جامعة حلوان ، 2004 م .
56. محمد حسن علاوى : " سيكولوجية التدريب والمنافسات " ، ط7 ، دار المعارف ،
القاهرة ، 1992م.
57. محمد حسن علاوى : " علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية " ، دار الفكر العربي ،
القاهرة ، 2002م.
58. محمد حسنى أحمد : "تركيز الانتباه والتوجه التنافسي وعلاقتهما بنتائج المباريات فى
رياضة تنس الطاولة" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة
حلوان ، 2004 م .
59. محمد حمودة سيد أحمد نوح : " دراسة بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية وفقاً لنمط
الإيقاع الحيوي وعلاقتها بالإنجاز الرقمي لعدائي المسافات القصيرة" ، رسالة
ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2003م.
60. محمد عثمان : **التعلم الحركى والتدريب الرياضى** ، ط2 ، دار القلم ، الكويت ، 1994م

61. محمد عمرو احمد مطاوع : " تأثير التدريب العقلى باستخدام التحكم فى تركيز الانتباه على تطوير أداء الرمية الحرة فى كرة السلة " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان ، 2001م.
62. محمد محمود كمال : " تأثير تنمية الانتباه والتصور العقلى على أداء الإرسال للاعب الكرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، 2000م.
63. محمود عبد الفتاح عنان : " سيكولوجية التربية البدنية والرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995م.
64. مديحة عز الدين محمد : " تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلى على مستوى أداء مهارة الإرسال من أعلى فى الكرة الطائرة جلوس " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان ، 2003م.
65. مسعد عبد الستار فوده : " تأثير وحدات تدريبية باستخدام جهاز قاذف الكرات على فاعلية مهارة استقبال الإرسال القصير فى تنس الطاولة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 2004م .
66. مصطفى حسين باهي ، سمير عبد القادر جاد : " سيكولوجية التفوق الرياضي تنمية المهارة العقلية " - مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1999م.
67. نجلاء فتحي مهدي : " فاعلية استخدام استراتيجيات التفكير فى تنمية الثقة الرياضية ومستوى الاداء فى التمرينات الفنية لدى بعض طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنوفية " ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، 2002م.
68. نرمين رفيق محمد : " تأثير التدريب العقلى على المستوى المهارى للضربة الساحقة فى الكرة الطائرة " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة حلوان ، 2000م .
69. هويدا عبد الحميد اسماعيل : " تأثير مجهود بدنى موجه وفقاً لنمط الايقاع الحيوى على بعض مظاهر الانتباه وعلاقتة بمستوى الكفاءة البدنية فى كرة اليد " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق ، 1998م .
70. وليد احمد جبر : " استخدام التدريب العقلى فى ضوء مستويات مختلفة من القوة العضلية لتطوير مستوى أداء الهجمات البسيطة فى سلاح الشيش " ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة حلوان ، 1999م.

71. ياسر عبد العظيم : **التدريب الرياضى** ، كلية التربية الرياضية للبنين بالزقازيق ، 1998م
72. يوسف دهب على : " الرتم البيولوجى للجسم الرياضى كمؤشر لمعدلات التحصيل الرياضى والنشاط الرياضى " بحث منشور ، مجلد المؤتمر العلمى للجهاز والتمرينات واللياقة البدنية للجميع (تأهيل ترويح) كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية ، 1993م .
73. يوسف دهب على ، محمد بريقع ، غادة عبد الحميد: " **موسوعة الإيقاع الحيوى** " ، الجزء 2 منشأة المعارف، الإسكندرية 1995م
74. يوسف دهب على ، محمد بريقع، احمد محمود: " تعريب وتقنين مقياس اوستبرج لتحديد نمط الإيقاع الحيوى " ، بحث منشور ، المؤتمر رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضة ، جامعة حلوان ، 1993م .

ثانياً: المراجع الأجنبية Foreign References

- 75.Armstroung L.E. : Desyncpnization of biological rhymys in athletes . jetlag . ntional strength and conditioning association journal , 10 (6) , (1988) .
- 76.Baxter , C : Influence of time of day on all out swimming , british journal of sports medicine, vol . 17, London, 1983.
- 77.Berland giltelson gilteson : Biorhythm, 1991-92-93, apersonal science, sixth edition , future publications London, 1999.
- 78.Booras M. : The relationship of mental skills performance on a tennis accuracy task fatigued and non-fatigued conditions. (Morgantown, West Education- 2001) .
- 79.Dan Seemiller, Mark Holowchak: Winning Table Tennis. Skills. Drills and Strategies. Human Kinetics, UnitedStates of America, Canada, Australia, New Zaaland, 1997.
- 80.Edward charles : a skill test battery to measure overall acquit ball playing ability , dissertation abstract international ,vol.44, no.8, February 1984.
- 81.Gittelson . B,: Biorhythm sport . Forecasting arlo publis Co , inc ., new york, 1991.
- 82.Grouios, g : the efect of mercial prctia on diving performance , internation - journal of sport psychology, 1992.
- 83.Karemer, W. d., Bush. J.A., Doughty., et al: Bio-rhththmic influence of functional capacity of human muscle and physiological responses.
- 84.Karthik C.: Mental imagery and mind training in sport (2000).

- 85.Kouted, Akis, Y, : Seasonal variation in fitness parameters in competitive ATH letes sports medicine kukland , N,Z., England, 1995.
- 86.Ladou, J.: Ciradion Rhythms and Athletic per of mens, the and sports Medicine. vol.7 U. S. A, 1979. , 87 –93
- 87.Lamirand, m. & Rainey .d: Mental imagery, relaxation and accuraci y of basket ball .foul shooting, perceptal, motor skills, (missoul,mort),78(3part2), jeun1994.
- 88.Li-wei-zetal, : the effect of mental training performance enouncement with 7.10 years old children ,journal of sport psychology, 1992.
- 89.Martens, R. : Coaches guide to sport psychology human kinetics pub 1986.
- 90.Murray, J.: Attentional control in tennis,. [http://www. tennisserver, comLmentalequipmentLme1195.html](http://www.tennisserver.com/Lmentalequipment/Lme1195.html). 1995
- 91.Nash. j. : You must relax but how, journal of health and physical education,vol.(16).no(2), 1985.
- 92.Nideffer.R. : The etheltetics and practice of applied sport psychology , mcnoughton gunn Michigan. 1981.
- 93.Quiquley , B : Biorhythms and mens track and field world record medicine sciences sports and exercise , vol, 14 part 4, USA 1982.
- 94.Redivoj Hudetz . table tennis technigne with Vladimir samsanov publisher huno sport, Zagreb caratia 2000 .
- 95.Rushall, B.S., Lipman, L.G. : The role of imagery in physical Performance . international journal of sports physiology ,. 1997 . 29: 57-72
- 96.Savoy. C., : A yearly mental training program for a college basketball player., sports psychologists champaign 111., 7(2) June 1993.
- 97.Singer,et.al: Training mental quickness in begiring intermediate tennis players –in r. svealy(ed),journal of the sport psy chology, val,(8), No.(3),human kiretics publishers, inc, 1994.
- 98.Tirane, M.R. & Morgan, W. R .: Influence of time of day on psychological responses to exercise, Review sport medicine (Auckland, N,Z) (5) Nov , , USA, 1995. 328-337
99. Vrnachia,r.a.&cooke d-l: the influence of amental training te chnh que upon the performance of selected inter collegiate basket ball plaer, applied research in coaching and athletics annual (boston):mar, p.(188- 200) 1993.