



مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة



مجلة

جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة

مجلة

علمية

محكمة

متخصصة

تصدرها كلية التربية الرياضية - جامعة مدينة السادات

العدد (٣١) - المجلد (٤) - يناير/ ٢٠١٩ م

ISSN : 2735-5608



مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة





أعضاء مجلس تحرير المجلة

الاسم	الصفة	م
أ.د / محمد طلعت أبو المعاطي	رئيس المجلس ورئيس التحرير	١
أ.د / مصطفى سامي عميرة	نائب رئيس التحرير	٢
أ.د / طارق محمد النصيري	مدير التحرير	٣
أ.د / طارق محمد عبد الرؤوف	المحررين التنفيذيين	٤
أ.د / محمد عنبر محمد بلال		
د / مروي عبد القادر صقر		
السيدة / منال سعيد يوسف	أمين هيئة التحرير والسكرتير الإداري	٥



اللجنة العلمية الاستشارية للمجلة

م	الإسم	التخصص	القسم العلمي
1	د.د/ عصام الدين متولي علي	طرق التدريس	طرق التدريس والتدريب والتربية العملية
2	د.د / محمد طلعت أبو المعاطي	العاب المضرب	الألعاب
3	د.د / مصطفى سامي عميرة	الرياضات المائية	المنازلات والرياضات المائية
4	د.د / سعيد عبد الرشيد أحمد خاطر	الميكانيكا الحيوية	طرق التدريس والتدريب والتربية العملية
5	د.د / محمد جمال الدين محمد حمادة	تدريب كرة اليد	الألعاب
6	د.د / حمدي عبدة عاصم	بيولوجيا الرياضة	المواد الصحية
7	د.د / مجدي محمود فهم	طرق التدريس	طرق التدريس والتدريب والتربية العملية
8	د.د / عبد الحليم محمد معاذ	جودو	المنازلات والرياضات المائية
9	د.د / محمد عنبر محمد بلال	العاب قوي / علم نفس	ألعاب القوي
10	د.د / محمد عبد العظيم شميمس	الادارة الرياضية	أصول التربية الرياضية
11	د.د / أحمد ابراهيم احمد عزب	مبارزة	المنازلات والرياضات المائية
12	د.د / احمد سعيد أمين خضر	تدريب الملاكمة	المنازلات والرياضات المائية
13	د.د / محمود حسن محمود الحوفي	كرة قدم	الألعاب
14	د.د / وائل السيد ابراهيم قنديل	القياس والتقييم	أصول التربية الرياضية
15	د.د / طارق محمد عبد الرؤف	كرة سلة	الألعاب
16	د.د / طارق محمد علي النصيري	كرة يد	الألعاب
17	د.د / مصطفى مصطفى علي عطوة	الميكانيكا الحيوية	ألعاب القوي
18	د.د / عزة محمد عبد الحميد العمري	ألعاب قوي	ألعاب القوي
19	د.د / أحمد محمود عبد الحكيم	سباحة	المنازلات والرياضات المائية
20	د.د / جوزيف ناجي أديب	ألعاب مضرب	الألعاب
21	د.د / أمل صلاح محمد سرور	تمارينات وعروض رياضية	التمارينات والجمبار

- تتضمن اللجنة العلمية الاستشارية جميع السادة الأساتذة أعضاء اللجان العلمية لفحص الإنتاج العلمي لشغل وظائف الأساتذة والأساتذة المساعدين بقطاع التربية الرياضية بمصر (الإدارة الرياضية - الرياضة المدرسية - التدريب الرياضي) والتالية أسمائهم:-



مجلة جامعة مدينة السادات للتربية البدنية والرياضة

م	الإسم	التخصص	الكلية
1	ا.د. جمال محمد علي يوسف	الإدارة الرياضية	التربية الرياضية - اسيوط
2	ا.د. حسن أحمد عطية الشافعي	الإدارة الرياضية	التربية الرياضية - الاسكندرية
3	ا.د. حسيني سيد أيوب	الإدارة الرياضية	التربية الرياضية - الزقازيق
4	ا.د. كوثر السعيد محمود الموجي	الإدارة الرياضية	التربية الرياضية - حلون
5	ا.د. محمد صبري عمر محمد	التقويم والقياس	التربية الرياضية - الاسكندرية
6	ا.د. محمد عبد العزيز أحمد سلامة	الإدارة الرياضية والترويج	التربية الرياضية - الاسكندرية
7	ا.د. محمد كمال مصطفى السنودي	ترويج رياضي	التربية الرياضية - المنصورة
8	ا.د. مسعد سيد عويس	الإدارة الرياضية	التربية الرياضية - حلوان
9	ا.د. نبيل خليل ندا	الإدارة الرياضية والترويج	التربية الرياضية - بنها
10	ا.د. أحمد محمد ماهر انور	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - حلون
11	ا.د. إيمان حسن محمد الحاروني	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - الزقازيق
12	ا.د. صفية أحمد محي الدين	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - حلون
13	ا.د. ضياء الدين محمد أحمد العزب	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - حلون
14	ا.د. ماجدة محمد صلاح الشاذلي	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - الاسكندرية
15	ا.د. محسن إسماعيل ابراهيم	طرق تدريس التربية الرياضية	التربية الرياضية - المنيا
16	ا.د. محمود عبد الحليم عبد الكريم	مناهج وطرق تدريس	التربية الرياضية - اسيوط
17	ا.د. هنية محمود ابراهيم الكاشف	الرياضة المدرسية	التربية الرياضية - الاسكندرية
18	ا.د. ياسر عبد العظيم سالم أبو السعود	طرق تدريس التربية الرياضية	التربية الرياضية - الزقازيق
19	ا.د. أبو العلا أحمد عبد الفتاح	فسيولوجيا الرياضة	التربية الرياضية - حلون
20	ا.د. حسين دري أباطة	فسيولوجيا الرياضة	التربية الرياضية - بنها
21	ا.د. زكي محمد محمد حسن	تدريب الكرة الطائرة	التربية الرياضية - الاسكندرية
22	ا.د. عبد العزيز أحمد عبد العزيز النمر	التدريب الرياضي	التربية الرياضية - حلون
23	ا.د. عبد المنعم بدير محمد القصير	التدريب الرياضي	التربية الرياضية - الاسكندرية
24	ا.د. محمد جابر أحمد بريقع	الميكانيكا الحيوية وعلم الحركة	التربية الرياضية - طنطا
25	ا.د. محمد جمال الدين محمد حمادة	تدريب كرة اليد	التربية الرياضية - مدينة السادات
26	ا.د. محمد قدرى عبد الله بكري	الإصابات الرياضية والتأهيل	التربية الرياضية - حلون
27	ا.د. مسعد محمد علي محمود	التدريب الرياضي	التربية الرياضية - المنصورة



١. قواعد النشر في المجلة

القواعد العامة للنشر في المجلة

يكتب البحث سواء باللغة العربية أو الانجليزية باستخدام حزمة برنامج Microsoft Office ويحفظ على انه نسخة محمولة Compatible، ونسخة أخرى PDF مع الالتزام بشروط التنسيق التالية:

القواعد العامة للكتابة

- يستخدم في كتابة الأبحاث خط بحجم (١٤) على ورق مقاس (A4) على وجه واحد.
- نوع الخط (Simplified Arabic) للأبحاث والمقالات باللغة العربية.
- نوع الخط (Times New Roman) للأبحاث والمقالات باللغة الإنجليزية.
- مسافة الهامشين الجانبيين (٣ سم) والهامشين أعلى وأسفل الصفحة (٢.٥ سم).
- المسافة البينية (١.١٥) بين السطور.
- عدد صفحات لا يزيد عن (١٥) صفحة شاملة المراجع وبدون حد أقصى لعدد صفحات المرفقات.
- ترقيم الاسطر بدءا من الصفحة الثانية.
- لا يزيد عدد الجداول والأشكال عن (٣) لكل منهما وتكون ذات خطوط بسيطة وليست مزدوجة، وبنفس حجم ونوع خط النص، وترج أسماء الجداول والأشكال بالنظام الألى عن طريق (Insert Caption).
- يستخدم الترقيم الفرعي التالي في جميع النقاط والعناوين الجانبية ماعدا العناوين الاساسية لمتن البحث (١، ٢، ٣، إلخ، والقائمة المنسدلة منها تكون A.B.C..... ، وإذا ما انسدت منها قائمة أخرى تأخذ أشكال (النقاط ثم الاسهم بدون الرأس ثم النجوم)

- الصفحة الأولى للبحث تكون بنفس الترتيب التالي وتشمل فقط على:

- **عنوان البحث**، فيما لا يزيد عن ١٥٠ حرف شاملة المسافات، يكتب أسفل العنوان أسماء الباحثين في سطر واحد أو سطرين مع علامات مرجعية تفسر في الاسطر التالية المسمى الوظيفي لكل باحث والجامعة والكلية، يلحق بعد هذه الاسطر بيانات مراسلة الباحث الذي يتحمل مسئولية نشر البحث (الارسال والرد والتعديل) والبيانات بالترتيب هي (البريد الإلكتروني أو عنوان المراسلة بالبريد يشمل الرقم البريدي - الهاتف أو المحمول).
- **ملخص البحث** باللغة العربية أو الإنجليزية وفقا للغة الأساسية للبحث ولا يزيد عن ٢٥٠ كلمة وعبرة عن فقرة واحدة، يذكر فيه المؤلف بشكل مختصر وجمل قصيرة واضحة أهداف البحث وأهميته، خطة البحث وأهم



الاجراءات، أهم النتائج، التوصيات الرئيسية بدون إعادة كتابة النتائج مرة أخرى. يختتم الملخص بسطر منفصل للكلمات المفتاحية (٣ - ٥ كلمات) لا يكرر فيها كلمات العنوان.

- متن البحث يبدأ من الصفحة الثانية ويراعى عند الكتابة أن يمر بالخطوات التالية بصفة عامة ووفقا لطبيعة البحث:

- **المقدمة:** وتتضمن مقدمة قصيرة مع عرض المشكلة و أهميتها بالنسبة للمجال و تنتهي بالتساؤلات أو فروض البحث، وتدرج الابحاث المرتبطة بفكرة البحث ضمن المقدمة بدون الاشارة بعنوان جانبي إليها (لا يتم تصنيفها منفردة تحت مسمى الدراسات السابقة او المرتبطة أو المشابهة إلخ) حيث يفضل الاستدلال بها كمراجع في متن البحث.
- **المنهج** ويضم العناوين الفرعية التالية:
 - **العينة:** وصفها وتحديدها وطريقة اختيارها بالإضافة الي أية متغيرات أخرى يراها الباحث هامة وبصفة خاصة تلك المتغيرات التي قد ترتبط بمناقشة النتائج.
 - **أدوات القياس:** وصفها وتحديدها وحدودها ومراجعتها، ويجب مراعاة الوضوح والتحديد والمرجعية في استخدام أدوات القياس وتوصيف البرامج الالكترونية المستخدمة وفي حالة تعددها يتم وضع عناوين فرعية جانبيه لكل أداة من هذه الأدوات.
 - **الإجراءات:** وصف الإجراءات التي قام بها الباحث لدراسة مشكلة البحث بصورة واضحة ومحدده وعرض التجربة الاستطلاعية إن وجدت والتجربة الأساسية، ذكر فريق العمل والمساعدين وأماكن اجراء التجارب، ذكر تاريخ كل إجراء على أن تكتب اسماء الاشهر لغة وليس أرقاماً.
- **النتائج:** يتم كتابة وعرض أهم النتائج التي توصل اليها البحث ويمكن عرضها بطريقتين إما منفصلة عن مناقشة النتائج إذا ما كانت نتائج الفروض متشابهة ولا يمكن مناقشة نتيجة دون التطرق للأخرى فيصبح العنوانان منفصلان (عرض النتائج) و (مناقشة النتائج)، الطريقة الثانية في حالة أن كل نتيجة يمكن مناقشتها على حدى و بالتالي يكون عنوان واحد (عرض و مناقشة النتائج). وفي كلا الحالتين تعرض النتائج تبعا لترتيب ذكرها في الاهداف أو التساؤلات.



- المستخلص والتطبيقات العلمية والعملية: يتم تقديم أهم المستخلصات والتطبيقات التي أسفر عنها البحث والمستمدة أساسا من النتائج الهامة المباشرة للبحث.
- المراجع:

–الكتاب: أسم المؤلف (**Bold**) ، سنة النشر، عنوان الكتاب، الطبعة بعد الاولي إن وجدت، دار النشر، مكان النشر، أرقام الصفحات المستخدمة.

–الكتاب المترجم: اسم المترجم (**Bold**) ، سنة النشر، عنوان الكتاب، اسم صاحب الكتاب – دار النشر الجديدة – مكان النشر الجديد – سنة النشر الجديدة – أرقام الصفحات المستخدمة.

–الدوريات العلمية: اسم المؤلف (**Bold**)، سنة الإصدار، عنوان المقالة أو البحث، اسم المجلة (*italic*)، عدد المجلة، جهة النشر، مكان النشر، الصفحات المستخدمة.

–الرسائل العلمية: اسم صاحب الرسالة (**Bold**) سنة النشر، عنوان الرسالة، الكلية، الجامعة.

–شبكة المعلومات الدولية: يكتب رابط الصفحة كذلك تاريخ وتوقيت الدخول عليها.

يتم تسليم أصل الأبحاث كاملة بالمرفات من نسختان إحداهما Microsoft word والأخرى PDF مستوفاة لشروط وقواعد النشر عن طريق اليد أو البريد أو البريد الإلكتروني لنائب رئيس تحرير المجلة.

email: info.pgrars@phed.usc.edu.eg

ISSN : 2735-5608



الفهرس

م	اسم الباحث	عنوان البحث	الصفحات
١	د / إيهاب ثابت محمد سيد	أثر استخدام أسلوب التدريب الباليستي في عمليات الإحماء على الاستعداد العضلي لبعض القدرات البدنية الخاصة للاعبى الكرة الطائرة	٣٧ : ١٤
٢	د / السيد كمال عبد الفتاح عيد	خطط اللعب الهجومية المضادة الأكثر إستخداماً بأماكن الحلقة المختلفة خلال جولات المباراة لملاكمى بطولة العالم بهامبورج (٢٠١٧م)	٦٦ : ٣٨
٣	د / أمل أحمد مصطفى على	تأثير برنامج إرشادى مدرسى على وصف الذات البدنية والوعى الصحى لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الاساسى	٩٤ : ٦٧
٤	أ.د / جوزيف ناجي أديب	تأثير برنامج تعليمي باستخدام الألعاب التمهيدية على تعليم بعض المهارات الأساسية في رياضة تنس الطاولة	١٢١ : ٩٥
٥	د / خالد عبد الفتاح البطاوي	البروفيل البيوميكانيكي كأداة لتقويم اللاعب الليبرو في مهارة استقبال إرسال الكرة الطائرة	١٤٨ : ١٢٢
٦	د / ميادة محمد على الأخضر	تأثير برنامج مقترح باستخدام تدريبات الساكيو (S.A.Q) علي بعض القدرات التوافقية لدى لاعبات الجمباز الإيقاعي	١٨٣ : ١٤٩
٧	د / ميادة محمد على الأخضر	تأثير برنامج تدريبي مقترح باستخدام جهاز (TRX) المعلق على بعض عناصر اللياقة البدنية ونمو خلايا العضلات الهيكلية ومستوي الأداء المهاري فى الجمباز الايقاعى لطالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية للبنات	٢٢٤ : ١٨٤



٢٤٦ : ٢٢٥	ضغوط الوالدية وعلاقتها بممارسة الترويح لطلاب المرحلة الابتدائية بمحافظة المنوفية	د /رقية محمد مهدي خضر	٨
٢٦٥ : ٢٤٧	فاعلية تدريبات الساكيو على مستوى بعض القدرات البدنية والأداء المهاري لناشئات جمباز الأيرويك	د / ماجدة محمد السعيد عبد الرحمن	٩
٢٨٩ : ٢٦٦	قلق المستقبل الرياضي لدى متسابقى العاب القوى (دراسة مقارنة)	د /نبال أحمد حسن بدر	١٠
٣٠٨ : ٢٩٠	البناء العامى للقياسات الجسمية لناشئات الكرة الطائرة	د / حنان إبراهيم موسى	١١
٣٢٦ : ٣٠٩	دراسة تحليلية لمهارات الهجوم المركب للاعبى ولاعبات سلاح الشيش في ضوء البرنامج المستحدث (على الحاسب الالى) لتقييم الاداء	د / تامر ابراهيم نبيل د / حسام محمد فتحي ابراهيم	١٢
٣٦٤ : ٣٢٧	تأثير حمية اللبتين والأديبونكتين وبرنامج الـ HIIT على مقاومة اللبتين كعامل وقائى من أمراض السمنة لغير الرياضيين "دراسة حالة"	د /سها أحمد نبيل شريف	١٣